

2026 部活動紹介冊子



目次

・体育系団体

女子バレーボール部

女子サッカー部

フィギュアスケート部

女子バスケットボール部

卓球部

硬式テニス部

硬式野球部

ソフトテニス部

チアリーディング部RAMS

陸上競技部

競技ダンス部

フライングディスク部MAX

フットサル部tufsal

ボート部

バトミントン部

サイクリング部

空手道部

少林寺拳法部

弓道部

フェンシング部

合気道部

男子サッカー部

男子バスケットボール部

ラグビー部

ラクロス部

アメリカンフットボール部

剣道部

ソフトテニス部

ボンダンスサークルAMITY

クラシックバレエ部Etoile

フラチームKa Pili Oha

ストリートダンス部QUATTRO

K-pop カバーダンスサークルSouls

ベリーダンス部

インドネシア舞踊部

・文化系団体

裏千家茶道倶楽部

華道部

美術部

カタクダンス部

アイリッシュ音楽研究会たふける

サルサ研究会

ブラジル研究会

ロシア民謡研究会「ルムーク」

映画研究会

国学研究会

東京外大ミクライブ研究会

模擬国連 国立研究会

東京外国語大学管弦楽団

東京外国語大学混成合唱団コール・ソレイユ

東京外国語大学吹奏楽団

学生NGO ALPHA

東京外国語大学かるた会

日露学生交流会

モダンジャズ研究所

ロシア語劇団コンツェルト

Enjoy! TUFS

TUFS Japaneque

お笑いサークルXBULL

環境サークルたふえね

軽音サークルGMC

児童学習支援サークルくりふ

アカペラサークルLINES

アコースティックサークルAA

アルゼンチンタンゴサークル

タップダンスサークルTUPS

メディアサークルTUFPOST

ボランティアサークルMres

スペイン舞踊部

フィリピン民族舞踊部

ダルマダーツ

学生団体 Femme Café

国際理解サークルくらふと

アイドルコピーダンスサークル牡丹坂46

クイズ研究会

女子バレーボール部

活動日時
毎週 水曜日 16:00-18:00
土曜日 15:00-18:00
場所:メインアリーナ

現在関東学連7部リーグ所属
二年生5人、三年生6人の11人と留学生
で活動しています!

体験・見学のご相談は
インスタグラムのDMで
→@tufswvt または右のQRから!



@TUFSSWVT

初心者大歓迎!!!!



東京外国語大学フィギュアスケート部

Figure Skating Club

活動内容: 一般滑走での練習(毎週末)
貸切練習(月2回)

活動場所: 東大和、南船橋、立川、東伏見、東神奈川な
どのスケートリンク

~初心者大歓迎!!~

新歓説明会や体験会を実施予定
詳しくは下記連絡先、SNSからご確認下さい
皆様のご参加をお待ちしております!!

mail: gaidai.skate.f@gmail.com
X: @gaidai_figure
instagram: @tufs_fsc

女子サッカー部



活動日 : 火・木16:00-19:00
土 11:00-14:00
※日曜に試合が入ることがあります!
活動場所: 外大グラウンド

一緒にサッカーを楽しみませんか?
初心者/経験者/マネージャー大募集中です☺

↓↓詳しくはinstagramの発信をチェック
@tufswfc
DMいつでもお待ちしております!



@TUFSSWFC



WAVES

女子バスケットボール部 2026

経験者・初心者・留学生も大歓迎!
いつでも気軽にご連絡ください♪
ご興味のある方、
体育館でお待ちしてます!

場所: メインアリーナ (体育館) 1F
時間: 火曜日 & 木曜日 18:00-20:00
土曜日 10:00-12:00

TUFSS_WAVES
 TUFSSWAVES2018



WAVES

WOMEN'S BASKETBALL 2026

ALL SKILL LEVELS ARE WELCOME!
FEEL FREE TO SEND MESSAGES ♪
ANYONE INTERESTED,
COME AND VISIT!

PLACE: MAIN GYM 1F
TIME: TUE & THUR 18:00-20:00
SAT 10:00-12:00

TUFSS_WAVES
 TUFSSWAVES2018





東京外大卓球部

男子13人、女子10人の計23人で
楽しく活動しています！
やる気さえあれば誰でも大歓迎！
一緒に大好きな卓球をしながら
大学生活を楽しみましょう！
見学・体験お待ちしております！

@サークル棟2階サブアリーナ
火18:00~20:00
水16:30~19:30
土14:00~17:00



Instagram
@tufts_tabletennis



X
@tufts_ttc

詳しくは各種SNSをチェック→
気になることはお気軽にDMから！

BROCS

救世主
求

新観インスタ

STUFS_BROCS

公式インスタ

STUFS_BROCS

公式X

STUFS_BROCS

黄金時代を、君の手で創り出せ

硬式野球部 新入部員募集中！

選手も
マネージャーも
募集！

練習日: 火/水 4・5期 金 1・2期 土 午前中
リーグ戦 4月~5月/9月~10月 週末
オフ期間 7月中旬から約1か月/12月下旬から約1か月半
その他イベント 試合前 OB戦 わいわいご飯会 など

硬式テニス部

毎週木曜日には監督に、
月1~2回ほどトレーナーに
ご指導いただいています👏
軟式・硬式テニスの経験者
はもちろん、初心者も大歓迎です👏
インスタを覗いてみてください👏

NEW MEMBERS WANTED!!

活動日

部員数

Instagram

火・木 16:10 ~ 20:00

土(男子部) 8:30 ~ 12:30

日(女子部) 9:00 ~ 12:00

男子部 6人
女子部 8人
計 14人

ソフトテニス部

学年・男女問わず仲良しな部活です！
未経験者も大歓迎です！

@テニスコート
水:14:30~17:30
土:9:00~16:00

STUFS_TENNIS

東京外国語大学男女混成チアリーディング部

RAMS

CHEER 4 U!!

[活動場所]サークル棟2階サブアリーナ
[活動日]月水木土日

全国的にも珍しい男女混成チーム!
 初心者率90%
 男子も女子も大活躍!
 大会もイベントもあって
 大学生活充実すること間違いなし!
 サブアリーナでお待ちしてます!

Instagram: @rams_mom, @rams_mom, @rams_mom, @rams_mom

東京外国語大学 競技ダンス部

Shall we dance?

見学・体験大歓迎!
 練習料などお受けします!
 ぜひフロアにお越しください!
 ドレスや靴は別の
 店舗でもできます!

SNSにて最新情報を随時更新中
 です。フォローお願いします!

仲間と一緒に
 高みを
 目指そう!!

スタンダード
 ・ワルツ
 ・タンゴ
 ・ベニーズワルツ
 ・スローフォックストロット
 ・クイックステップ

モダン
 ・チャチャチャ
 ・サンバ
 ・ルンバ
 ・バソドブレ
 ・ジャイブ

活動日
 ●練習会
 水 17:45~19:40 @サークル棟地下舞踊場
 上 11:00~15:00 @サークル棟地下舞踊場
 ●自主練フロア解放時間
 月 16:30~19:40 @サークル棟3階舞踊場
 木 14:30~19:40 @サークル棟3階舞踊場
 水・土 練習会前後 @サークル棟地下舞踊場

陸上競技部

Track & Field Club

活動日時：月・木曜日 16:10~18:30
 ： 土曜日 9:00~12:00
 活動場所：外大グラウンド

ICU・電通大と合同で練習を行っています
 初心者、経験者、マネージャー問わず大募集!
 まずは体験に来てみてね

↓SNSでのご連絡お待ちしております↓

HP Twitter Instagram

フライングディスク部

MAX

活動日：月・水・土
 時間：平日16:00- 土曜13:00-
 @外大グラウンド
 詳しくはInstagramへgo!

部員全員が大学から始めて
 「楽しんで勝つ」を目標に
 日々練習しています!
 君もアルテしない?

アルティメットやMAXが気になったら...
 ↓新入生向けアカウント

フォローだけでも

@TUFMAX @TUFMAX_SHINKAN

プレイヤー・マネージャー募集！！

【活動日】
 火曜日 8:30-10:00
 木曜日 16:00-18:00
 日曜日 10:00-13:00

TUFS FUTSAL CLUB
Tokyo Univ. of Foreign Studies

FUTSAL CLUB
TUFSAL

サークル棟メインアリーナで
 活動中！！

SNSで活動内容をチェック





TOKYO UNIV. OF FOREIGN STUDIES

TUFS
BADMINTON



活動日 春・秋学期 月水 18:00-20:00
 土 12:00-15:00
 夏・冬学期 月火金 9:30-12:30
 土 12:00-15:00

活動場所 サークル棟 メインアリーナ
 部員 3年 9人 2年 14人 (うち大学始め6人)

〈contact〉
 体験希望者は
 DMください！ →





水上で、
 学生最後の青春を。

東京外国語大学端艇部

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます！
 端艇部は、埼玉県戸田市にあるボートコースで活動しています。
 合宿所での共同生活は笑いあり涙あり。家族のような仲間ができちゃいます！
 また、ボートは他スポーツよりも競技開始年齢が遅いため、大学から始めても
 全国大会での入賞が見込めるんです。あなたも一緒に日本を目指しませんか？

3月から新歓イベント続々開催！「試乗会」に来て実際にボートに乗ってみよう！
 ぜひ一度遊びに来てね！ 部員一同、お待ちしております！

#未経験者大歓迎 #部費ゼロ #漕手・マネージャー募集 #男女とも大募集

新歓イベントの詳細や申し込みは
 ↓こちらから↓



@TUFS_ROWING_SHINKAN

@TUFS_ROWING

フォロー・DMお待ちしております！

外大サイクリング部

私たちは科学大・お茶大とのインカレサークルです！
 普段は月2回ほどの週末に、関東近郊へ日帰りツーリング！
 ただ走るだけでなく、花火をしたり、果物狩りに行ったりと
 多彩な企画に溢れています。
 夏・春は3泊4日の自転車合宿、冬にはスキー合宿も実施！
 初心者も経験者も、一緒に走り出しましょう🚴




@GAIDAI_CYCLING



空手道部

TUFS KARATE

火/金 16:00-18:00

水 12:00-14:00

土 15:30-18:30

週2日～参加可能

@サークル棟5F 武道場

初心者・経験者大歓迎!!!

Instagram
tufs_karate

随時情報更新中!

空手で大学生活
を謳歌して
みませんか

体育会系 弓道部

・活動場所

サークル棟地下1階弓道場

・活動日

毎週水曜日 14時40分～18時

土曜日 8時30分～12時

初心者、経験者大歓迎

男子部員大募集中

・SNS

Twitter(X)/Instagram: @gaigokyudo

見学、入部相談など随時DMで受け付け中!!



FENCING CLUB



月曜日18:00~20:00 @2Fサブアリーナ

木曜日18:00~20:00 @1Fメインアリーナ

土曜日10:00~14:00 @2Fサブアリーナ

初心者大歓迎!

体験申し込みはInstagramから!

@tufs_fencing



またれ 東京外国語大学少林寺拳法部

活動場所: クラブ棟5階武道場

活動時間: 土曜日12:30-15:30

水曜日17:30-19:30

初心者
大歓迎!



公式X(旧Twitter)



稽古日：
火・木 (Tue, Thu)
18:00~20:00
土 (Sat) 10:00~12:00

初心者や興味のある方も大歓迎！
体験お待ちしております！
Beginners and people interested
are all welcome!
Please come in and try!

詳しくはインスタを
チェック！
Check our Instagram
for more details!

サークル棟5階
武道場にて皆様お待
ちしております！

東京外国語大学
合気道部




**TUFS BASKETBALL TEAM
TITANS**

東京外国語大学
男子バスケットボール部

schedule
月 16:10-18:30
水 14:30-16:30
金 17:50-20:00
土 9:00-13:00
◎東京外国語大学 体育館

新入部員大募集！
マネージャー大歓迎です！
経験者・初心者問わず
体験・見学お待ちしております！

events
4-5月 スプリングトーナメント
9-11月 関東大学バスケットボール
リーグ戦
スプリングトーナメント
出場可能！！

Instagram
@tufs_basketball






TUFSFC
東京外国語大学男子サッカー部

見学・体験
大歓迎！

生涯誇れる大学サッカー
活動のビジョン
国際交流、地域交流

「大学でも本気で何かに取り組みたい」と考えている方、プレイヤーでもスタッフでも気持ちさえあれば経験問わず大歓迎です！

私たちは「フットボールを通じて自己実現を行うとともに、多様な価値観が共存し、人と人がつながるプラットフォームであり続ける。」というビジョンのもと活動しています！

自らの語学力を生かして留学生との交流イベントを開催したり、地域の子供たちと英語を使いながら体を動かす活動も行っています！

詳しい活動内容は各種SNSをご覧ください！

Instagram公式
マネージャーアカウント
TikTok
YouTube
X
ウェブサイト

練習の見学・体験を希望される方はInstagramのDMからどうぞ！






**Rugby
Football
Club**

Tue. & Fri. 7:20 ~ 9:45
Wed. 12:20 ~ 14:00
Sat. 8:00 ~ 11:00
◎外大グラウンド

@TUFSRFC_NO_NICHIJO
@NEW_TUFS.RFC





TUFSLAX'26 女子ラクロス部




月・火・木 7:15-9:50
土・長期休暇 7:15-11:00
@外大グラウンド
プレーヤー、マネージャー共に大募集！
↓新歓詳細はインスタグラムまで↓




東京外国語大学剣道部

直心
東京外国語大学剣道部



剣道部の一年間

4 新歓	10 留学生入部
5'6 大会/確定新歓	11 大会
7 夏納会	12 オープン大会/クリバ
8 会宿/夏休み	1-2 稽古
9 大会	3 追いコン

初ベ者・留学生活躍中！

空手一試合特！

初級以下の部で表彰台独占

初めての部内戦

初ベ者から始めることに不安も多かったけど、楽しい仲間や先輩方、仲間、監督のおかげでとても楽しく稽古できています！！

個人として剣道部に入り、みんなの活躍や練習の励みのおかげで一歩も進歩するという気持ちもあふれた。言葉という壁も、一緒に練習するうちに乗り越えてはいた。

↑詳細、お問い合わせはこちらから↓





ホームページ Instagram X

American Football Team

活動日:火、土、日曜日午前
水曜日午後

ただの外大生で 終わるな




PHANTOMS




@TUFSPHANTOMS_OFFICIAL @PHANTOMS_SHINKAN

ソフトテニス部

飛網

学年・男女問わず仲良しな部活です！
未経験者も大歓迎です！

@テニスコート
水:14:30-17:30
土:9:00-16:00




@TUFSTENNIS

活動日、場所

月曜 17:30~19:30

金曜 18:00~20:00

月曜@武道場

金曜@サブアリーナ

ABOUT AMITY

ポンダンスとはポンを持って踊るチアダンスのこと!
曲は洋楽、J-POP、K-POPなど
様々なジャンルで既存の振り付けを踊ったり、
自分たちで考えたりしています!

ポンダンスサークル AMITY



INSTAGRAMもぜひ!

主な活動

4月上旬にある合同新歓と、
11月下旬にある外語祭を中心に活動
その他受験生応援企画など部員でやりたいの
があれば随時自由にやっています!

誰でも大歓迎 兼部◎



Hula Team

Ka Pili Oha

フラを踊ると、美しいハワイの音楽に
包まれながら自然と心を落ち着かせる
ことができます。
また、私たちのチームは同期だけでなく
先輩後輩間も仲が良いのが魅力です。
みなさんのことも温かく迎え入れますので、
ぜひお気軽にいらしてください!

きれいな衣装を着て
踊れるのも楽しい
ポイントの一つです!



活動日: 月&木 18:00~20:00
土 9:00~12:00 (先生練)

活動場所: サークル棟3階多目的室



←インスタはこちら
@tufs.kapilioha.hula

classical ballet club Etoile

東京外国語大学クラシックバレエ部

活動日・場所

第2,4,5木曜日 16:00~18:00 / 18:00~20:00

毎週日曜日 9:30~14:00

@サークル棟地下一階 舞踊場

Etoileの魅力

- ・バレエ経験、学年、性別問わず、誰でも歓迎!!
- ・部費はなんと、月500円! バレエ教室と比べたら破格です
- ・兼部、バイトとの両立も可能!
- ・同期だけでなく、先輩後輩も仲良し!



フォローお待ちしております!



@tufsballet @TUFSS_BALLET_ETOILE

Instagram



ストリートダンス部 QUATTRO



東京外国語大学のストリートダンス部Quattroは
Jazz. Lock. House. Break. Girls. New. Middleの7ジャンルで活動中です!

(活動日) 月.水.木.日のうち週2日

16:00-18:00 or 18:00-20:00



@QUATTRO_TUFS

これまでのイベントの様子や新歓の情報を発信しているので
ぜひ公式SNSをチェックしてみてください!



@quattro_tufs



@quattro_tufs4



@QuattroTUFSS

SOULS

K-POPカバーダンスサークル

・活動内容

K-POPダンスを踊っています!!
ダンスはもちろん、衣装なども本格的にカバーし、外語祭など年に4回ほどステージで発表を行っています。
練習日程は柔軟なので、兼サーもしやすいです。

部員の多くは大学で本格的にダンスを始めています!!
Kpop好きな人はぜひお待ちしています!
ぜひ、一緒に踊りましょう!!



@TUFS_SOULS



インドネシア舞踊部 Tari Indonesia

日本で唯一、インドネシア各地の舞踊に取り組んでいる部活です。
華やかな衣装とガムランの音色に包まれながら一緒に踊ってみませんか?
初心者・兼部大歓迎! 語科や学年は問いませんので、
お気軽にお越しください!

- 活動日: 毎週日曜日
- 活動場所: 地下舞踊場 (外大)または区民センター (荻窪)
バリ人の先生によるレッスンあり
- Email: tariindonesia.tufs@gmail.com
- Instagram: @tufs_tariindonesia



@TUFS_TARIINDONESIA



رقص شرقي Bellydance

東京外国語大学ベリーダンス部

活動日: 毎週土曜日(午前1年生・午後2、3年生)
長期休暇中も部活あり
部内の夏休み・冬休みあり

部費: 毎月1000円+スタジオ代6000円
月4回外部スタジオでプロのベリーダンサーから
ご指導いただきます
部員のほとんどが初心者!
3年生になるとレストランショーデビューも

Instagram
@tufsbellydance
X
@tufsbellydance



@TUFSBELLYDANCE



Urasenke 裏千家茶道倶楽部
Sado Club

毎週 **火** 隔週 **月** 活動中!

📍 一 大学会館 和室
 📷 - tufs_urasenke
 ✕ @TufsUrasenke



美術部

見学も歓迎。
 油彩、水彩、粘土
 いろいろできます。
 いつでもお気軽に。

部会：毎週金曜日
 場所：サークル棟2階
 ＊制作室

QRコード: @TUFS_ARTCLUB



活動日：水曜日午後(月2回)
 場 所：大学会館 和室
 流 派：池坊(初心者大歓迎♥)

QRコード: @TUFS_KADO, @tufs_kado

華道部 TUFS Ikebana club



体験入部
 DMより承ります

QRコード: @TUFS_KATHAK

- ・初心者大歓迎
- ・月2回(土日いずれか)
- ・幅広い語科の生徒が在籍中
- ・兼部/兼サーOK!

カタックダンスは、北インドの古典舞踊です。
 グングルーという鈴を足に巻くことや、ステップ・旋回が特徴です。
 かわいい衣装を着て一緒に踊りませんか?*

TUFS KATHAK DANCE CLUB
カタックダンス部

**アイリッシュ音楽研究会
たふける**

アイルランドやケルトの音楽を演奏しています！
ひまな時にゆるっと楽しみましょう～

毎週火曜日18:00～20:00活動中！

X・INSTAGRAMアカウント「@TUFS_CELT」

どんなサークル？
サンバやボサノヴァなど、幅広いブラジル音楽を演奏しています！ブラジルの打楽器、ギターや金管楽器の演奏から、うっとりとしたボーカル、ちょー激しいダンスなど、様々な活動にチャレンジすることができます。

活動内容
ブラジル研究会主催のライブのほか、商店街のお祭りでのステージや、国際フェスでのパフォーマンスを1年にわたって行っています。他大学との交流も多く、早稲田大学、東京藝術大学、ICUの学生と一緒に演奏する機会もたくさんあります

Instagram・X

毎週木曜日 17:40-20:00
サークル棟 地下一階 音楽室B

これまで音楽習ったことないからなあ、とご心配のあなた！
ブラジル研究会のメンバーの多くははじめは初心者でした。
大学生活を通して一緒に成長していきましょう♪

新歓ライブや楽器体験会を企画しています。
ぜひ一度遊びに来てみてください！

サルサ研究会
Orchestra de Salquéndez

キューバ生まれNY育ちのラテン音楽、サルサ
一緒にサルサを演奏して魅力を発信していきませんか？

急募パート：トランペット、トロンボーン、サクソ

毎週木曜日18:00-20:00
サークル棟 地下音楽室大で活動中！

Instagram : @orq-salquendez
X : @orq-salquendez

ロシア民謡研究会
ルムーク
РУМУК

Twitter (HX)はこちら

新入生の皆さんご入学おめでとうございます！
ロシア民謡研究会ルムークでは、様々なロシアの民謡を演奏しています。
ロシアの音楽に興味がある方やロシア語で歌ってみたい方にはぴったりのサークルです。ロシアの楽器であるドムラやバラライカにも挑戦することができます。楽器の経験やロシア語の知識がなくても大丈夫！ぜひ私たちと一緒にロシア民謡を楽しみましょう！

TUFS CREATE

- ・ 映画鑑賞&制作
- ・ 週1回活動
- ・ 部費の徴収なし



知識も経験も問いません!
映画好きならだれでも歓迎

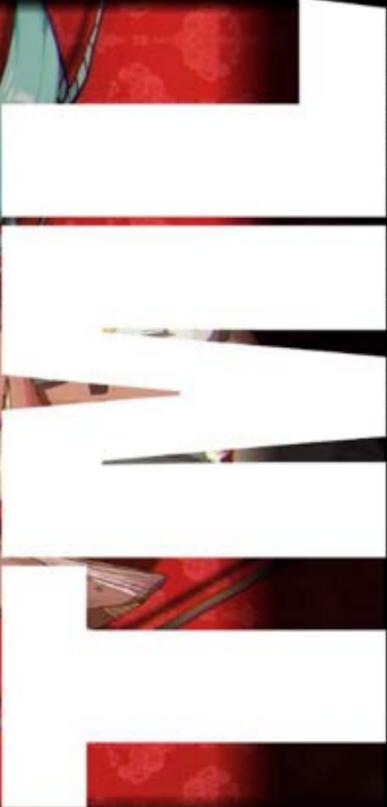


@TU_CRE



@TUFS_CREATE

VOCALOIDが主役の
ファンメイドライブ団体



東京外大ミクライブ研究会

新入生募集中

MMD/映像制作/イラスト/照明



留学時に、あなた自身と日本について堂々と話すために。

国学研究会



事前知識
不要!

毎週火曜の
五限後だけ!

資格も
目指せる!?



Instagram

- ・ 古事記を読み、日本のこころにふれる
- ・ 日本の詩に触れ、言葉の美しさを思い出す
- ・ 神社検定で知識を資格に

外大生だからこそ
週に一日だけ
あえて日本について考えてみませんか

曾段の活動

毎週水曜日の活動では会議に向けた勉強会などが行われ、会議自体は週末に開催されます!平日の活動も週末の会議も、参加必須ではないので自分のペースで参加可能です!兼サーももちろんOK!



模擬国連とは?

学生が各国の大使になりきり、実際の国連の会議を模倣する活動です。各大使は事前に自国や議題についてリサーチして会議に臨みます!



模擬国連 国立研究会

活動場所:
東京外国語大学
活動日時:
毎週水曜
18時~20時



ここがいい!

- ☑ 国際社会と自分との距離が近くなる感覚を味わえる
- ☑ 模擬国連の研究会は全国にあるため、いろいろな大学の学生と交流する機会を持つ
- ☑ 会議後にみんなでご飯に行ったり、ハロウィンパーティーをするなども!

詳しくはSNSをチェック!

Instagram

@munkuniken_shinkan

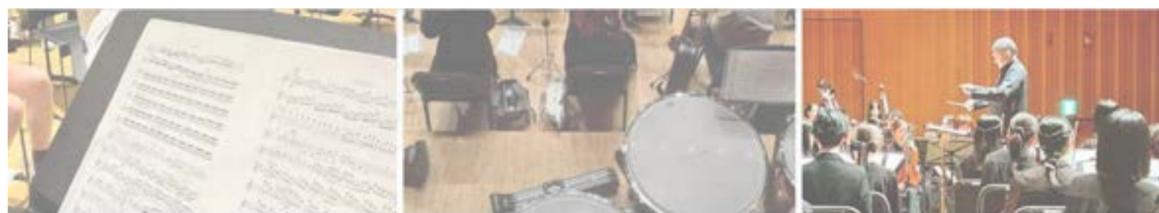
X(Twitter)

@kuniken_shinkan

ホームページ



模擬国連についての
情報も載せています!
興味がある方は、お気軽に
DMにてお問い合わせください!



東京外国語大学管弦楽団

団員募集中

初心者、経験者
どちらも歓迎!!

活動日
毎週水曜日
16:30~19:30
毎週土曜日
13:00~16:00

Instagram



@TUFSORC



混声合唱団コール・ソレイユ

Chœur Soleil

東京外国語大学混声合唱団

初心者、経験者ともに大歓迎!
詳しくは各種SNSで発信しています!

部員 : 20名程度
活動日 : 水曜16:10-18:30
土曜13:10-16:30
活動場所: サークル棟2階音楽室A

東京外国語大学 吹奏楽団



〈活動〉

毎週日曜日 9:30~12:30
+パート練(パートごとに日程調整)

〈募集〉

楽器を持参できる方(打楽器を除く)

〈急募パート〉

Cl, Hr, Euph, Tub, Tp, Trb



詳しくはSNS
もチェック!



海外ボランティアしてみない?

東京外大公認

学生NGO ALPHA



年に2回のフィリピン渡航を通して
・小学校の建設活動
・子供たちへオリジナル授業など
を行っています!



- ・設立: 2009年
- ・所属人数: 61名
- ・団体理念: Everybody Smile!

活動日時: 毎週金曜日18:30~21:00
活動場所: 吉祥寺のコミュニティーセンター
海外渡航: 毎年8月と3月に現地で建設活動



Instagram



ブログ



Facebook



東京外国語大学 かるた会

- ・活動日時
木曜12:00-20:00
土曜9:00-20:00
- ・場所

大学生会館一階和室



公式LINE



公式Instagram

未経験者大歓迎！！一緒にかかるたしませんか？

TUFS JAZZ LAB ANNIVERSARY & JAZZ FEST

こんにちは！モダンジャズ研究所です！私たちは月曜と木曜の週に2回、音楽室Aにてセッションという活動をしています。セッションとはその場にいる人で演奏メンバーと曲を決めて即興演奏をすることです。外語祭や外部でのコンサートなどではバンドを組み念入りに練習を行います！部員の中には大学に入ってから楽器を始めた人も多く、日々練習しています！ジャズや音楽が好きな方、大学で楽器を続けたい方、大学で楽器を始めたい方、大歓迎です！ぜひ音楽室Aに足を運んでみてください！

活動場所：音楽室A@サークル棟
活動日時：毎週月・木17:30-20:00

X/Twitter : @tufs_jazz_lab
Instagram : @tufs_jazz_lab

Общество японо-российских студентов обменов

日本ロシア学生交流会

ロシアの言語や文化に興味を持つ学生が関東圏の様々な大学から集まるインカレサークルです！ロシア語圏からの留学生との交流や料理会、日露会話クラブなどの活動をしています！近年は中央アジアやコーカサスに興味を持つ学生も参加しています。

ロシア語経験・演劇経験不問！
ロシア語演劇に挑戦してみませんか？

xアカウント Instagram アカウント

ロシア語劇団 コンツェルト Teap Concept

活動場所：早稲田大学戸山キャンパス
東京外国語大学
活動日：毎週月曜・木曜
活動時間：17:00～20:00
新入団員募集中！！

▲見学申し込みはこちら
▲各種SNS・HPはこちら

JOY N U S ENJOY! TUFS

国際交流サークル
INTERNATIONAL
EXCHANGE
CIRCLE

Enjoy! TUFSでTUFSをもっと楽しもう!
現在は約20名のメンバーで
在学生向け国際交流イベント・パーティーの
企画・運営を行っています
ぜひ1度遊びにいらしてください!

活動日: 週1回の定例ミーティング、各イベント開催日
兼部/兼サーOK!

詳細は公式Instagramをチェック!



@ENJOYTUFS

お笑いサークル XBULL



You Tube X Instagram



あなたが思う日本は、どんなところですか?
日本に行くきっかけ。日本を知るきっかけ。

TUFS Japaneque

東京外国語大学ジャパニーク

OFFICIAL INSTAGRAMはこちら!



TUFS.JAPANEQUE

【活動内容】

- ①ミーティング
月に2回、ミーティングを行っています。
(基本オンライン1回、対面1回)
- ②SNS投稿
「各都道府県の魅力」シリーズや、各自興味のある
日本文化について発信します!
- ③フィールドワーク
日本を発信するため、日本文化を体験します!
- ④その他
機会があれば、海外の大学と交流したり、他の団体
とのコラボ企画をしたりします。

こんな人におすすめ!

- 日本の魅力を広めたい
- 日本を捉えなおし学びたい
- 新しいことに挑戦したい
- イベント企画やSNS発信を経験したい



環境サークル たふえね

TUFS Society for Sustainable Energy

団体概要

- ✓ 主な活動
 - ・環境に関する広報啓発活動
 - ・外大のカーボンニュートラル計画周知・促進
- ✓ 活動頻度
 - ・週1 オンラインミーティング
 - ・週1 対面ミーティング(学期中のみ)
- ✓ たふえねの魅力
 - ・普段のゆるーい雰囲気
 - ・でも議論はしっかりする!

エココンサート

マイボトル製作

環境インクビヨー企画

環境課題に興味のある人から
どんな人でも!
皆様の加入お待ちしております!

Contact・SNS:
tufenergy@gmail.com
@tufenergy




SNS, YouTubeはこちらから

東京外国語大学公認 軽音サークル

GMC

月1程度で開催されるライブに向けてバンドを組み練習しています♪参加は自由です♪楽器未経験の方も大歓迎です♪いっしょに音楽しましょ～♪

IGMC部員の好きなアーティスト

サツと真夜中でのいっしょに... BUMPS OF CHICKEN... UNION SQUARE GARDEN...
 Cope the elephant, Nivana... 草文字...
 緑黄色社会... 赤池に咲いた、フルモット... playboi Carti, EVIL JORDAN vftb, Earnests...
 Jamroqai, the band apart... クリフ・ブライヴ... Chris Brown... 中らゆらゆら... age factory...
 Tom Misch... 船町性理雄... サイダーガール... ボカロD... チョーキョウメイ... King Gnu...
 FRUITS ZIPPER... フジファブリック... 豊... Aloc... サカナクション... QUEEN ART-SCHOOL...
 Måneskin... (Alexandros)... 豊田知子... SIKANO OMBL... 360°... ハンフレッド・デズ...
 Inigo la Cruz... 日暮なつこ...
 ボルノグラフィティ...
 NewJeans...
 八十八ヶ所音流...
 東京音楽... リー・ヘンリッシー... The Beatles... TOMO... レイラ... 東京大学... アマイワタ... sunka...
 ハルカミライ... カネコアサノ... サカナクション... MAMM... キタユリ... サイダーガール... 徳間書店...
 by the end of summer... 南原真実... kurayamiska... 24年ぶりのゴジエ... SUPER BEAVER...
 武蔵口 KOTORI... 藤原健... 藤原健... HAMMER HEAD SHARK... SIM... ANORAKI...
 藤原健... Bilyon... Hammer Head Shark... くらさしいB... D・D・D...
 Bille Eilish, Deja cat, ansa... SPARKSQUADISHOAN... きのこ 華園...

アカペラサークル

LINES

1人ひとりが輝ける場所

声だけで「奏でる」音楽の世界を私たちと一緒に楽しみませんか？

活動日: 木曜放課後 全体会
 バンドごとのコマ練習
 イベント: 年2回のサークルライブ
 外語祭, 年2回の合宿
 学内ストリートライブ
 外部アカペライベントなど

QRコード: @TUFSLINES_SHINKAN, @TUFSLINES, YouTube, X

ボランティアサークル

子どものための

学習支援

くりふ

東京外国語大学

海外にルーツをもつ子どもたちへの学習支援と居場所づくりを通して、子どもたちが抱える「言語の壁」と「心の壁」を取り除くことを目標に活動しています。日本語教育、多文化共生に関心のある方はぜひ！

詳細・見学の申込は下記のSNSから！

QRコード: X (旧Twitter) @tufs_crif, Instagram tufs.crif, LINE @497baagb

取材 朝日新聞

場所: 府中支部・多文化共生センターDIVE, 紅葉丘支部・紅葉丘文化センター, 調布支部・調布市教育会館

日時: 水 17:00~18:30, 金 17:15~18:45, 水 15:00~17:00, 土 10:00~12:00

毎月のシフト制

東京外国語大学 Tokyo University of Foreign Studies

アコースティックサークルAA

年間スケジュール

- 1 新歓ライブ
- 5 デビューコンサート練習
- 6 デビューコンサート
- 7 夏合宿(夏学期中)
- 8 夏休み(イベントがある場合も)
- 9 夏休み(イベントがある場合も)
- 10 外語祭練習
- 11 外語祭 屋内・野外ステージ
- 12 クリスマスコンサート
- 1 冬合宿(冬学期中)
- 2 冬休み(イベントがある場合も)
- 3 追いコン

まずはお気軽にご連絡ください！

QRコード: @AA_TUFS_AE, tufs.aa

ゆったり、のびのびと音楽を楽しみたいあなたに。

アコースティックサークルAAでは、主に電気を使わない楽器を使って、ソロやバンドでの演奏をしています！使う楽器は多岐に渡り、アコースティックギターにカホンやピアノ、それ以外にも、各々が好きな楽器を思い思いに楽しんでいます！演奏できる曲にもあまり縛りがないため、様々なジャンルを好む部員が集まるのも魅力の一つです。和やかでアットホームな、和気あいあいとした雰囲気なので、音楽経験者の方も初心者の方も、心地よく活動できると思いますよ。いつでもお待ちしております！

スペイン舞踊部

TUFS FLAMENCO



スペインのアンダルシア地方発祥の民族芸能フラメンコに取り組んでいます。外語祭や自主公演の他にも地域の様々な催しに出演させていただいています。

活動日

火・金（1年生は4限後or5限後）
（約1時間）

一緒に活動しているカンテ研究会（月曜日活動）との兼部大歓迎です!!

こんな部活です♡

- 様々な語科、地域専攻の部員がいます！（約40名）
- ダンス未経験者多数在籍！
- プロの講師の先生の指導を受けることができます！
- 華やかでかわいい衣装を着て踊れます！
- カンテ研究会による生演奏で踊れます！
- 留学率が高い！長期留学後、復帰が可能なので充実した学校生活が送れます！

Instagram



東京外国語大学公認軽音サークル ダルマダーツ

DARMADARTZ

萌美



ダルマダーツは大学公認の軽音サークルです！
ライブでは邦/洋ロック、メタル、パンク、
フュージョン、ポカロ、テクノ、K-POPなど
オールジャンルの音楽をバンドで演奏しています。
初心者大歓迎！質問や入部希望、新歓情報はSNSまで！



X(Twitter)
@tufs_darmadarts



Instagram
@tufs_darmadartz



YouTube
@東京外国語大学
ダルマダーツ

EXPLORE YOUR
MUSIC WITH
DARMADARTZ!

学生団体 Femme Café

コーヒービジネスでルワンダと日本の架け橋になってみませんか？

活動内容：ルワンダ産フェアトレードコーヒーの販売、コーヒー講習会、

ルワンダ・フェアトレードについての勉強会、不定期のミーティングなど

活動日：不定期（その都度日程調整をしながら活動します！）

● 詳しくはサークル公式 SNS をチェック！ ●

• HP : <https://www.femmecafe.com/>

• HP : <https://www.femmecafe.com/>



アフリカ・国際協力・コーヒーに興味がある人大歓迎!!!
決まった活動にとらわれない、真面目でゆる~っとしたサークルです！☺



公式SNS
Twitter: @TUSPhdance
Instagram: @tufs_phl_dance
Facebook: @TUSphilippine
culturaldance troupe
活動の様子が見られます！

7000以上の島々からなるフィリピンの多様性に富んだ文化を踊りを通して伝えることを目的に活動しています。主に学外の国際交流イベントや、フィリピン大使館や観光省から依頼を受けたショーで踊りを披露しています。過去には海外に公演や会合に行くこともありました。セルビオの踊りもやっています。他ではできない貴重な経験ができること間違いなしです!!

練習見学・衣装体験・入部希望などお気軽にご連絡ください！

活動について
毎週日曜日 9:30~16:00@サークル棟
(必要に応じて平日練習あり)
語科・性別・経験問いません！
部費は毎月1000円だけ！衣装代やレッスン代はかかりません。

フィリピン民族舞踊団 Philippine Cultural Dance Troupe



東京外国語大学
国際理解教育サークル
くらふと







活動日時・場所
ミーティング：毎週木曜昼休み(11:50~12:30)
ワークショップ：不定期
(主に土曜日や長期休み中)
昨年度は10回ほど開催!
外語祭でも展示を行います!

活動内容
小中学校、高校、地域センター等で、
異文化理解や世界の問題に関する
ワークショップ(出張授業)を行っています。
詳細はInstagramの投稿をぜひご覧ください!

ワークショップでは
学びを与えるという立場ではなく
くらふとメンバーも一緒に考えて
考え、学びを得ることができます!

email: tufs.kraft@gmail.com
Instagram: [tufs_kraft](https://www.instagram.com/tufs_kraft)

お気軽にご連絡ください♪



クイズ研究会




月&木 16:00-20:00
アゴラ3F プロジェクトスペース

色々なルールの早押しを楽しんだり
作問してみたり 企画を開催してみたり...
和やかな雰囲気です初心者も
経験者も楽しめるサークルです!
まずはボタンを押しに来てみませんか?



東京外国語大学
アイドルコピーダンスサークル

BOTANZAKA 46
牡丹坂46



活動日：毎週火曜日 17:45-20:00

アイドルコピーダンスサークルの牡丹坂46です!
私たちは日本のアイドルの曲を踊っています!(坂道グループや、カラオケ、イコノジョイなど)
ダンスメンバーだけでなく、スタッフも募集中です!衣装作りに興味がある子も
大歓迎です♪
少しでも興味のある方はぜひ1度遊びに来て下さい♡

ダンスを始めてみたい!
アイドルダンスを踊ってみたい!
かわいい衣装を着てみたい!作ってみたい!
アイドルが好き!
オタク仲間が欲しい! 推しの魅力を広めたい!

各種SNSをcheck





終わりに

最後までご覧いただきありがとうございました。
今回冊子に掲載した団体以外にも外大のHPに沢山の部
活・サークル等の一覧が掲載されていますのでそちらも
合わせてご覧ください。
この冊子が、皆さんにとってより素敵な大学生活を送る
手助けとなれば幸いです。
皆さんと外大でお会いできるのを心待ちにしております。

体団協・文サ連 議長より

