

大阪市立大学 ラグビー部マガジン

Rugby

club magazine 2016

主将インタビュー
チームスローガン

“Go Forward”

新人紹介
学校紹介
ラグビー部紹介
就職状況
OB-Voice
海外赴任 &
◎W杯観戦レポート◎
テクニカルセミナー
エディーの教え

ジャパンの大躍進に
続け!! 目標はB昇格
新体制発足



2016年4月発行
大阪市立大学ラグビー部マガジン
本誌へのご感想・ご意見を募集しています。
k10.tomod@gmail.com

Special thanks for MF



ラグビー日本代表

南ア撃破!!



ヘスケス!
ヘスケス!
ヘスケス!

想像を現実に

日本代表が
教えてくれたこと。

**歴史を変える勝利、
次は自分たちの番。**

ラグビーW杯イングランド大会、日本代表の劇的勝利は国内のファンのみならず世界中の人々を驚かせ、そして魅了した。おそらくこの勝利を予想できた人はほとんど居ないだろう。だからこそその激震だった。

しかしながら、この勝利を3年も前からずっと「想像」してきた男がいた。代表監督のエディ・ジョーンズ氏だ。組み合わせの決まった12年の末から頭の中でシミュレーションを繰り返し、ついにそれを表現したのだった。

この出来事は我々にとってテレビの向こうの話だろうか。私はそうは思わない。挑戦的な目標も、合理的なプロセスと強い意志があれば達成できる。日本代表はそれを証明してくれた。この言わば事例から何を学び、何を実行するか。単なる傍観者ではなく、大学ラグビーのプレーヤーとして、やらなければならないことがそこにはある。

今、日本は久々のラグビーブームに湧いている。これを一過性のものに終わらせることなく、本物の人気、文化に変えるのも、そんなラグビー選手ひとり一人に掛かっている。

目標

南ア戦勝利・W杯3勝

南ア戦勝利
W杯3勝

プランニング



戦術の完成度
メンタルの向上

① 戦術

JAPAN WAY

“早いスタート”
“テンポ”
“絶え間ない動き”
“パス&ラン”

＋
弱点を補う

攻撃システム

◆DFに的を絞らせない（1：1を作る）

↓
シェイプ、リンケージ

◆マイボールキープ（攻撃させない）

↓
スクラム、ラインアウト強化

↓
「立っている時間」の向上

↓
リロード

フィジカル強化
フィットネス・筋力

② マインドセット

アティチュード

『戦う姿勢とスキル』

負けマインドの変更
視線を世界に向ける

自信

自発性

「練習の強度」
常にきつい状況で

複数の書籍や各種記事の内容を基に独自に読み解いてみた。資料には他にもエディーのプランを支える細かなテクニックやアイデアがたくさん散りばめられていた。チームを強くするにはグラウンドに直結するコーチングだけではなく、チームを導くマネジメントとそのプロフェッショナリズムが非常に大切であるということが分かった。

エディーのすごいところは、これら戦術やメンタルの向上を3年前から想定し、目標に至るまでのマイルストーンを細かく設定していたことである。それを根気強く、こだわりを持って実行したのだった。いま、エディーが去った代表をどう強化すべきかが課題になっている。目的のための手段であったエディーの戦術やマインドセットを真似するだけではおそらく駄目だろう。相手からのマークが強くなる中で、叶えられなかったベスト8に向けたサクセスストーリーを練り直す必要がある。しかしながら、エディーは4年後にもつながるすばらしい財産をマインドセットとして残してくれた。南ア戦、後半終了間際にペナルティーを得たあの場面、エディーの指示はショットだった。しかし彼自信に鍛えられ、自発性と臨機応変に考える力を得た選手たちの判断はスクラムだった。自分たちで考える力や文化があれば、次の代表も4年後に向けてきっと良いスタートを切ってくれるだろう。高校や大学のラグビーにおいても、何事も自ら考え、臨機応変に対応することが大切だ。ジャパンウェイを参考に、自分たちの戦い方を整理してみよう。強くなるためのヒントがそこにはたくさんある。

目標達成の手段を 具体化する

ティンクを行い、当日初めて体験し、緊張、混乱する要素を極限まで排除した。

強くなるためのヒント

エディーの教え その本質

TECHNICAL SEMINAR 特別編

日本代表を劇的勝利に導いたコーチングとは一体どのような内容だったのだろうか。表面上の模倣では強くなれない。本質を見極めた上で、自分のチームに当てはめたい。



(C) AFL0

最も重要なのは「プランニング」

① 習得すべき戦術を明確にし、

② 持つべきマインドセットを示す。

最後に必要なのは、それを達成することへの こだわりを持ち続けること。

NZは世界一フィジカルに優れたチームだ。例えば彼らは日本代表のようなフィジカル強化を実施する必要はない。日本の戦術である「シェイプ」についてもそうだ。目的もないのにただ真似をしても本当の効果は得られない。

① 戦術・フィジカル

日本代表の戦術については、まず以前のやり方が否定された。パスやランのスキルだけ高くても勝てないということを、24年という数字が逆に証明してくれていた。たとえスキルが高くても、フィジカルで劣ればトライまで攻撃を継続することが難しい、失点も多くなる。まず第一に、この弱点を補うためにフィジカル強化が必要だった。一方で、攻撃においては日本らしいこの高いスキルは存分に活かすべきであり、そのための「シェイプ」1対1を作る動



(C) ASAHL

② マインドセット

24年の歳月が影が落としたのは戦略面だけではなかった。「勝った試合だった。スキルでは勝っていた」。国際試合でフィジカルで負けることに慣れてしまっていたのだ。世界と戦っている他競技の選手や監督の講話なども行いながら、徐々にマインドセットを修正していった。海外ラグビーを経験した選手の増加や、常にきつい状況を設定した練習、試合での勝利を経て、自信ができてきた。

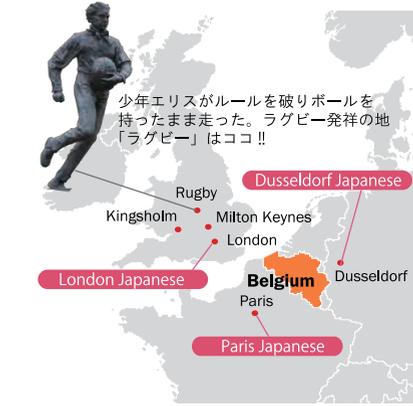
それでも南アに勝てると思えることだけでも難しい。代表が行ったのはビートザボックスという南アを想定した練習と、メンタルトレーニング。現地視察やレフェリーミ

ラグビーW杯 レポート & 欧州赴任記

England 2015

2009年卒
本誌監修

友田桂樹



友田「欧州には日本人ラグビーチームが、ロンドン、パリ、デュッセルドルフと大きく3つあり、年に1度のラグビーフェスタの際は、南仏やオランダなどの各地域から生粋のラグビー好き日本人たちが集まって試合をします。私が参加したパリジャパンズは日本人に加え、地元パリジヤン数名という構成。現地チームや同じような外国人チームと一年を通じて試合をしています。

チームのメンバーは実に多様で、学生も居ます。社会人でも年齢や業種、役職などさまざまですが、初めて参加したその日から、まるで高校からの知り合いのようにざっくばらんに談笑し、ラグビー

2014年6月、日本代表がイタリア代表に勝って世界ランキング10位に浮上した頃、私の欧州行きが決まった。欧州の自動車開発を实地で学び、語学を鍛える1年間の「修行」プログラム。幸運にも英国でラグビーW杯が開催される年だった。赴任者の醍醐味を味わいたいと地元ベルギーの練習に飛び入り参加。週末はパリの日本人チームの試合に出場した。W杯と合わせてその体験を紹介したい。



ラグビーは人をつなぐ。 その価値は一生変わらない。



友田桂樹（ともだ・けいじゅ）167cm 63kg SH・S O
兵庫→工学部機械工学科 2009年卒 → トヨタ自動車勤務。

話の花を咲かせ、ついにはアパートで寝る場所さえも提供してくれるんですから、改めてラグビーの人をつなぐ力のすごさを感じ知らされます。

**想像以上だった
現地の盛り上がり。**

南ア戦はブリュッセルのスポーツバーでの観戦でした。日本人は妻と2人だけで、あとの人は次の仏伊戦までの消化試合と、SNSなどで欧州や日本の友人とメッセージが交わされ、後を押されました。勝利の瞬間は店の外に出て、「ジャイアントキリングー」と大声で叫んでしまいました。

そしていよいよスコットランド戦を観戦するため英国キングスホルムに降り立ちました。そこに集まった日本人や現地人、メディアの盛り上がりたるや尋常ではなく、いたるところでジャパンコールが起き、その脳ではサポーターへの取材や撮影が行われていました。スコットランド伝統のバグパイプの音色もこのときばかりはその歓声にかき消されていました。

惜敗の翌週のサモア戦も現地ミルトンケインズに赴き観戦しましたが、危なげな勝利で、W杯で日本の勝利をこんなにも落ち着いて見れるものなのかと逆に驚いたほどでした。最後のアメリカ戦はベルギーでバー観戦でしたが、3勝目の喜びとともに、今後の日本ラグビーの発展を思っって胸が膨らみました。



大学ラグビーを経て海外に出た男がもうひとり。2008年度主将一前田進。大手総合商社、勤務8年目にシュールガス革命に沸くアメリカ赴任が決まった。言葉や文化の違いに戸惑いながらも、ラグビーを通じて関係を築いた。チームワークや個性発揮一、ビジネスの場で感じるラグビーの魅力とは。



言葉の壁を楕円球が飛び越えてくれた。

世界の最前線 高い英語能力が必要

前田進は2009年6月から1年間、ヒューストンのシュールガス・シェールオイル権益保有会社にて、経理財務業務に従事しました。シェールガス革命以降、ヒューストンには世界各国の石油ガス事業会社が集まって来ていました。

滞在中、一番苦労したのは、やはり語学。出国前における程度の準備はしていたものの、いざビジネスで英語を使うとなると、コミュニケーションが不足してしまう部分が始めのうちは多くありました。不安部分を勝手に解釈せず、きちんと確認するためにも、高い語学能力が必要だと感じました。欧米では当たり前ですが職場では上司のこともファーストネームで呼びます。同じ空間に日本人の上司もおり、慣れるまで戸惑いましたが、逆にフランクに話せる環境なので語学習得の助けになりました。

ビジネスでも重要な チームビルディング

また、ヒューストンでもラグビーを

4年後のこの舞台もきつと満員になるとでしょう。しかしながら、その盛り上がり、スタジアムやラグビーファンだけのものだったら寂しいと思います。サツカーで、素人でも欧州や南米のレベルの違いが分かるように、ラグビーも試合を見る目、楽しむ目を持つ人がもっと増えなければなりません。それが4年後の決勝の舞台に立つ人たちに対する敬意というふう感じました。日本チームのスーパーラグビー参戦など、今、ラグビーが身近になろうとしています。まずは友人・家族を自分の試合に誘うなどして輪を広げていくのも良いかも知れません。



19年日本開催を 成功させるために。

先を見据えた準備と柔軟性。仕事も同じ。

欧州での業務は、研究機関への開発委託プロジェクトの担当とエンジン関係の技術調査でした。

開発委託では委託先の選定から始まり提案書作成、内容精査、契約書作成と進み、開発着手後も定期的な打ち合わせで内容を把握しなければなりません。次に何が起き、何がボトルネックになりそうかを常に考えながら行動することが大切だと学びました。

欧州は燃費や排出ガスの規制で世界をリードしていますが、近年はその目標値達成のために政府が産学官の連携プロジェクトにより一層力を入れていきます。これはつまり技術の早い段階からの共有、標準化を意味します。日本の会社はその多くが自社開発で技術力を発揮してきましたが、欧州のこのような動きにも柔軟に対応する必要があります。技術調査においても、この背景を理解し、文化の異なる相手の目線になって仕事の進め方を考えることが大切でした。

本気で取り組む事が大切

ラグビーで鍛えられた考える力とチャレンジ精神は仕事でも活かされています。高校生、大学生の皆さんも、まずは文武両道の下、ラグビーに本気で取り組んでみて下さい。すぐに気づかなくても、必ず将来につながる多くのことを身につけることができます。

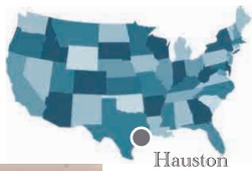


経験。感じていた言葉の壁を楕円球が乗り越えさせてくれました。たとえ人種や言葉が違っても、チームでひとつの目標を目指す。その過程で短期間であろうと濃密な仲間を作ることができます。ラグビーは、チームワークが重要なスポーツ。ラグビーで培ったチーム感覚は社会人になった今でも有用だとつくづく実感しています。

また、ラグビーはポジションが多いのでどんな人でも適正がある点も魅力ですが、ビジネスにおける役割も多種多様。チーム作りの上でそういった感覚がとても重要だと思いました。

学生である今しか できない経験を。

ワールドカップを見ていたら分かるように、試合前に感極まって涙するほど、ラグビーは熱いスポーツです。そんなスポーツは他にはないのではないかと思います。試合に出られないチームメイトを思い、そういったメンバーとのしんどい練習を思いながら立つグラウンドの景色は日常生活では味わうことができないものです。



前田進 (まえだ・すすむ) 168cm 68kg フランカー
明和→工学部物理工学科 2009年卒 (主将) → 商社勤務。

Let`s Play Rugby With Us.
If You Like It...



主将 Road Map 2016

Interview



2016年度 主将 関田亮佑

(せきた・りょうすけ) 182cm 85kg、No.8
 茨木→工学部化学バイオ工 (新4回生)

チームスローガン

Go Forward

- 挑戦を恐れない
- ミスを恐れない
- 強いメンタルを持つ

- ↓
- ◇ 戦術整理
 - ◇ フィジカル徹底強化
 - ◇ DFで優位

Bリーグ昇格

新コーチ陣

ヘッドコーチ	服部 淳 (S63 卒)
FWコーチ	中川晃一 (H3 卒)
BKコーチ	北島裕也 (H13 卒)
スクラムコーチ	山田銀司 (H24 卒)



ミスを取れず 果敢にチャレンジ

屈辱の2年連続Cリーグ7位。 失うものは何もない。

強いメンタルで
上位校に挑む!

関田「今年の市大ラグビー部は真の意味でチャレンジです。失うものは何もありません。部員全員が覚悟をもって、ラグビーに対して真摯に取り組まなければBリーグ昇格はないと考えています。結果を得るためには戦術も含め日々の練習から果敢にチャレンジする必要があります。」

今年の市大ラグビー部のスローガンは「Go Forward」

です。アタック・ディフェンスともにミスを恐れず、愚直に進出するという行動指針を表しています。ラグビーでは、個人の強い気持ちやメンタルがその勝敗を左右する部分があると考えているので、このスローガンの下、強いメンタルを身につけたいと思います。

ラグビーのレベルという観点では、Cリーグの上位チーム、Bリーグの下位チームと市大の差はほとんどないと考えています。特に私立大学は体格やスキルの面では優位な位置にいますが、その差を詰め、フィットネスで上回ることで勝負できると考えています。今年は



2015シーズンの最終戦となったDリーグ・神戸学院との入替戦後 (〇57-10: 残留)

もう一度そこにフォーカスしなおして、一年間を通して徹底したいと思っています。

コーチ陣新体制 市大の戦術を完成させる

今年からコーチ陣が刷新されました。市大ラグビー部のOBで大阪ガスの社会人チームでも活躍された方々に指導していただけることになり、高いレベルのラグビー思想を多く吸収したいと考えています。

市大では2年前からシェイプやポッドシステムを導入してきましたが、今年はそれを完成させたいと考えています。「ブレイクダウンのリサイクルは2秒以内」。練習からこのすばやい動きを意識します。

勝利の喜びを 分かち合いたい

このように今の市大ラグビー部にはチャレンジする環境が整っています。目標に向かってチーム一丸となって一生懸命取り組み、勝利の喜びを皆で分かち合うことこそが学生スポーツの醍醐味であり、ラグビーにはその醍醐味が詰まっていると思います。しんどい、ハードなスポーツだからこそ、チームで得られる一体感、信頼関係というのも非常に大きいです。一生に一度しかない大学生活を充実させる力ぎはあなた自身です。ぜひ市大ラグビー部で充実した最高の日々を一緒に過ごしましょう。

去年は新たに6人が入部。頼もしい個性、期待するのは

ラグビーが好きなら、後悔のない選択を。

ラグビーとキャンパスライフの関係はもちろん引き算でもなし、単純な足し算でもない。忙しいほど効率が良くなり、充実した生活を送ることが出来る。苦勞を惜しまず、好きなことに没頭する。普通の人の2倍も3倍も濃いキャンパスライフを過ごせるだろう。

大学に入ってまでもしんどいことはしたくない。バイトをしてお金を稼ぎたい。本当にそれだけの理由で「大学ラグビー」を諦めて良いだろうか。体力作り、なんとなく、先輩に誘われて、理由は何でも良い。ラグビーが好きならば、後悔のない選択をして、今しか出来ない経験を積んで欲しい。



復活への底上げ力

宮本 雅也
(みやもと・ゆうや)
176cm 97kg、PR
三国ヶ丘→理学部数学科

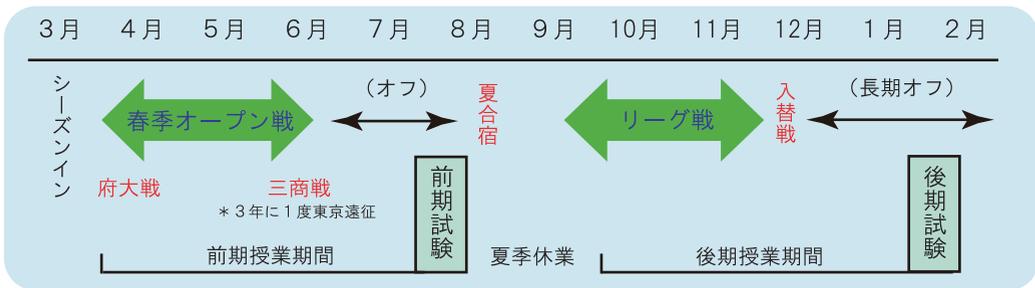
楊川 優太
(やながわ・ゆうた)
170cm 70kg、FL・HO
都島工業→工学部都市学科

南 英貴
(みなみ・ひでき)
170cm 70kg、CTB
四条畷→理学部化学科

矢川 誠悟
(やかわ・せいご)
165cm 66kg、SH・SO
清真学園→経済学部

高桑 大介
(たかくわ・だいすけ)
178cm 75kg、SO・CTB
生野→理学部地球学科

林田 和也
(はやしだ・かずや)
190cm 88kg、LO
高津→商学部



OSAKA CITY UNIVERSITY RUGBY FOOTBALL CLUB 大阪市立大学ラグビー部

創部 ▶ 1920年

創部96年の伝統

明治から大正にかけて創部された東の慶応、早稲田、東京、西の京都、同志社と時を同じくして、大正9年、大阪市立大学ラグビー部は創部した。横断幕に掲げられた「チャレンジ」の精神を受け継ぎ、どんな逆境に陥ろうとも貪欲に勝利を追究してきた。歴史あるOBクラブは、そのような学生の主体性を重んじ、資金面ではクラブハウスの建設など多大な支援を行っている。



充実の設備

市大ラグビー部の設備は充実している。なんと、言ってもクラブハウスの存在が大きい。他の部がグラウンドから離れた部屋棟に部室を構える一方で、ラグビー部のクラブハウスはグラウンドに隣接している。しかも、室内にシャワールームを完備し、洗濯もできる。2階はミーティングルームになっていて、その日の練習をすぐにチェックしたり、試合のビデオを見ることが可能だ。グラウンドは芝ではないが、ナイター設備を備えている。

年間スケジュール

ラグビー部の1年は3月に始まる。6月には旧商大（市大、神戸、一橋）間で行われる三商戦という定期戦がある。8月には長野の菅平高原での合宿を行い、メインの大会であるリーグ戦に臨む。各定期試験の前はオフで、夏は海へ入ったり、3ヶ月間の冬の長期オフでは海外旅行も可能だ。充実した1年になることは間違いない。

練習時間

活動は基本的に週5回行っている。平日の練習は4限後の16時半からで、土曜日は9時半からだ。日曜日は試合が組まれることが多い。授業やバイトで忙しい学生ばかりなので、全体練習は2時間を目標にしている。常に試合につながる課題を意識して、頭を使って濃密で効率的な練習になるように心がけている。夏の間は、活動のペースはそのまま、毎回午前中に練習をしている。午後は十分な時間があるのでアルバイトや資格の勉強なども可能だ。

専用クラブハウス!!



大学の授業の仕組み

同じ学部、同じ学科でも受ける授業はひとりひとり異なる。卒業までに取得しなければならない単位が、専門科目、一般教養、語学などと分かれていて、それぞれの条件を満たしていくことになる。たくさん選択科目が用意されていて、その中から自分の趣向で授業を選ぶから、時間割は自分オリジナルのものになる。だから、ある曜日に授業を固めて、他の日は休みなんてことも可能だ。

出席をとらない授業があるのも大学の特徴。単位の認定は、筆記試験だったり、レポートの提出だったりする。だからと言ってサポートはタメだ。きちんと管理しないと、卒業前に大変なことになる。時間の使い方にはラグビー部の部員も気を使っている。忙しくなればなるほど、無駄な時間が減って充実してくる。その中にメリハリをつけて、勉強に部活動にバイトにと、うまく両立できるように心がけている。

大学ラグビーとは…?

ズバリ！「リーグ戦」

秋のリーグ戦で
上位昇格を目指す！

高校までの大会は負けたら終わりの
トーナメント方式が多い。対戦相手も抽
選で決まるため毎年どこと対戦するか
はつきりしない。

一方で大学ラグビーの主たる大会は秋
から冬にかけて行われるリーグ戦だ。各
大学、自らの大学の誇りを賭け長期に渡
る戦いに挑む。対戦相手は春の段階から
分かっているから、そこに向けた調整が
行われる。去年負けた相手に雪辱を晴ら
すなどのドラマが展開される。
そして、ハイライトはリーグ戦の後に
行われる入替戦。上位リーグの称号、次
のステージでの戦いを獲得するために全

身全霊を尽くす。この最後の一戦はたと
え当事者でなくても見る者の心を動かす。
大学ラグビーという早慶や大学選手
権が有名だが、レベルの差はあれど、全
国各地でラグビーを愛する学生による熱
いリーグ戦が繰り返されている。

信じれば勝てる
筑波が最強帝京に金星

大学選手権6連覇、公式戦49連勝中の帝
京大学に国立の筑波が土をつけた。既に対
抗戦1位を決めていたとはいえず、負けては
いけない試合。帝京にミスが多かったもの
の筑波は愚直にタックスを続け、少ない
チャンスをものにした。W杯の日本の快進
撃もチャレンジャーに味方したのだろう。
世の中に絶対はない。信じれば大敵にも
勝てる。大学ラグビーにはいろんなドラマ
がある。



帝京大学に勝利し歓喜する筑波大フィフティーン



関西大学リーグ

Aリーグ

花園プレーヤーも多数！
強豪私学がひしめく！上位は選手権へ。

- 1位 同志社大
- 2位 天理大
- 3位 立命館大
- ...

関西学院大、関西大、etc.

Bリーグ

Aリーグ昇格を目指す中堅私学に
推薦のない国公立が戦いを挑む！

- 1位 大阪体育大
- 2位 龍谷大
- ...
- 4位 大阪教育大
- 5位 神戸大
- 7位 大阪大
- 8位 京都大

Cリーグ

Bリーグとの入替えがめまぐるしい。
国公立にとっては下部的存在。

- 1位 大阪学院大
- 2位 追手門大
- ...
- 5位 大阪府立大
- 7位 大阪府立大

市大は今ココ！！

Dリーグ

より細かな地域ごとに設置された
D1～D4のリーグに24の大学が所属。

- 京都工芸繊維大
- 兵庫県立大
- 神戸大医学部 etc.

関東大学リーグ

1部リーグ

- 1位 東海大学
- 2位 流通経済大
- 3位 中央大
- ...

2部リーグ

- 関東学院大
- 山梨学院大 etc.

全6部

関東大学対抗戦

Aリーグ

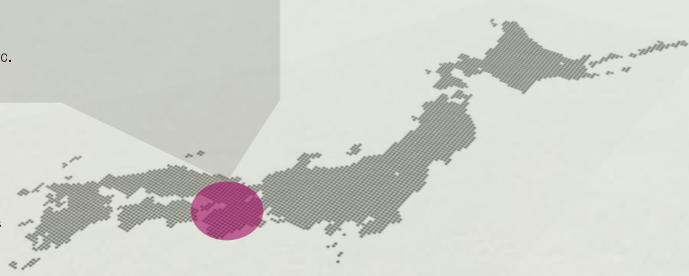
早稲田、慶応、明治・・・
いわずと知れた大学ラグビーのメッカ
現在はBリーグの東京大学は2002年まで
Aリーグに所属していた。

- 1位 帝京大
- 1位 明治大学
- 3位 筑波大学
- ... 早稲田大、慶応大 etc.

Bリーグ

- 東京大
- 一橋大 etc.

このほかにも、北海道、東北、北陸、東海、
中国・四国、九州の各地で大学生による
リーグ戦が行われている。
また、医・歯・薬学部でもラグビーは盛んで
独自の大会が行われる。



Rugby all around Japn

入試情報

大阪市立大学は、市立の大学で最も歴史が古く、公立大学として最も規模が大きい大学です。8学部を設置する総合大学であり、幅広い分野で学習することができます。

市大8学部の紹介

- 商学部： 経営・生産・消費
- 経済学部： 経済・財政・金融
- 法学部： 憲法・民法・刑法
- 文学部： 文化・社会・哲学
- 理学部： 数学・物理・化学
- 工学部： 機械・電気・建築
- 医学部： 医学・看護
- 生活科学部： 栄養・居住・福祉

*ここに上げたキーワードはほんの一部だし、抽象的な言葉だ。それに理学部や工学部はさらに複数の学科に分かれる。また、農学部や薬学部、教育学部、体育学部など市大にない学部もある。

正直なところ、大学選びは成績依存度が大きい。特別な場合を除いて、東大に入れる実力があるのに、わざわざ他の大学に行く必要はないということだ。一方で、学部は自由に選べる。将来の仕事に直結しないにしても、人生で大きな舵を切ることに違いはない。だから、少なくともこの学部でどんな勉強をするのかは知っておきたい。

独断と偏見で、市大8学部のキーワードを挙げてみた。気になる学部があったらとにかくインターネットでも何でもいから調べてみよう。どんな勉強をするのか、卒業後はどんな道があるのか。大学への第一歩、今日踏み出せるなら、今日踏み出そう。



大学卒業後の進路

卒部生の主な進路

- 商社（伊藤忠商事、三菱商事、三井物産、etc）
- 金融（日本銀行、三井住友銀行、etc）
- エネルギー（関西電力、大阪ガス、etc）
- メーカー（トヨタ自動車、旭硝子、etc）
- メディア（毎日放送、J-COM）
- 不動産（三井不動産レジデンシャル、etc）
- 交通（京阪電鉄）
- ゼネコン（大林組）
- 進学（理系大学院、法科大学院）
- その他（JICA、日本IBM、大阪府警、大学教授、医者、パイロット、etc）

そして、ビジョンとして持っておきたいのが卒業後の進路だ。大学入学はゴールではなく新しいスタート、とはよく言われること。

4年後の選択肢としては、進学か就職かに分かれるが、資格取得や大学院進学を考える場合であっても、その先の就職については気になるはずだ。ここでは、市大ラグビー部の就職状況を紹介したい。

結論から述べると、市大ラグビー部の就職状況は非常に良い。左に卒部生の主な就職先をまとめ、文系の総合職、理系の技術職ともに有名企業が名を連ねており、幅広い分野で活躍していることが分かる。

就職活動とは？

ところで、「就活」とは何か。簡単に説明しておこう。

卒業後は企業で働きたいと考えたとき、入試のような仕組みがあるわけではない。無数にある企業から、興味のある企業を探し出し、入社を意思を伝え、試験を受けさせてもらう。実際はもっと複雑だが、とにかく一人で動くことになる。

では、選ぶ立場になって考えてみよう。就活ができるだけの社会人としての基礎能力を備えていることはもちろんのこと、学生時代の頑張りや気になる。それは、入社後の頑張りなり、考え方に反映されるからだ。

もちろん、体育会に所属していただけで就職がうまくいくほど世の中甘くない。時には反発もしながら、勝利のためにチームメイトと共に考え、行動することを通して、魅力ある人間に成長しなくてはならない。

この理由は3つある。まず、市大自体の評価が高い。次に、一般的にラグビー部の評価がとて高い。そして最後に、市大ラグビー部OBのサポートがしっかりしているからだ。

就職ではいろいろ迷うもの。そんなときに相談にのってくれるOBがたくさんいるのも、市大ラグビー部の魅力のひとつだ。

アスリートたちの栄光は
優秀なスタッフに支えられている

チームスタッフ



市大復活を支える キーファンクション

2年前からマネージャーという名称をチームスタッフに改めました。チームスタッフの仕事は選手の怪我の手当てやテーピング、練習や試合中の水分補給などの直接的なサポートだけではなく、筋肉やフィットネス、体重の管理や、会計、ホームページの更新など、チームの運営に深く関わっています。決して目立つ仕事ではありませんが、選手の「ありがとう」の一言が私たち原動力です。

フィジカル管理

ビッグスリーと呼ばれるベンチプレス、スクワット、デッドリフトの最大筋力値と体重を毎月測定。それをデータ化グラフ化することによって選手の意識付けを行って、フィジカルの向上に繋がっています。ラグビーでは体重は重い方が有利な場合が多いですが、ポジションによって求められる体重が異なるので、一人ひとりに合わせて適切なアドバイスも行っています。

今年度から3000m走を心配能力の指標としてタイムを測定しています。一人ひとりとどのフィットネス練習も、他の

日本代表にも負けな きめ細かいマネジメント



選手や過去の自分のタイムと比較することでモチベーションの向上に繋がっています。

個性を活かして チームに貢献

今年度のチームスタッフは昨年度の半分の人数で運営しており、人数不足に悩まされています。ラグビーは好きだけど大きな怪我を抱えていてプレーできないという経験者、体作りやスポーツの分析に興味があるという人、昨秋のラグビーW杯で日本代表が大活躍していた姿を見て、ラグビーに興味を持った人、もちろん今まで通り、試合には出られないけど男同士の真剣勝負を一番近くでサポートしたいという女性の方も大歓迎です。市大ラグビー部の今後の変身にはあなたの力が必要です。是非私たちと一緒に強いチームを作りましょう。

よくある質問

FAQ

勉強×部活×バイト×遊び
学生生活を楽しもう！！

Q.1 上下関係が厳しそうな イメージなんですが…

ラグビー部というと確かにそういうイメージをもってしまいかも知れないが、まったくもって厳しくない。もちろん、先輩後輩の関係はあるが、それは互いの信頼関係であって、練習時には共に頑張る仲間という意識が強い。学年に関係なく飲みに行ったりするし、夏には海や山に旅行に行ったりもする。どんな雰囲気ของทีมかは見ればすぐに分かる。一度、グラウンドに足を運んで、自分の目で確かめて欲しい。

Q.2 アルバイトは できますか？

もちろん余裕でできる。ただし、毎月15万円とか20万円とか稼ぐのは少し難しい。でも、アルバイトだけの生活に満足できるだろうか。部活動をしていても、きちんと時間管理をすれば、5〜10万円はコンスタントに稼げる。

Q.3 留年はしたくない ですけど…

ラグビー部の留年者はここ5年間はゼロ。それ以前の留年率も学校全体の平均よりはるかに低い。それに、部活動を頑張れるなら勉強の心配はいらない。そんなことよりも、成績オールAを目指そう。ラグビー部で、かつ成績優秀。目指すべき姿はそこにある。

Q.4 大学ではいろいろ 遊びたいんですけど…

大いに遊ぼう。では何をしよう？ もしかしてそれはラグビーをしながらでもできることではないだろうか。それに4年間ラグビーを継続して得られる感動は、どんな遊びよりも心に残る。

Q.5 就職活動に有利って ホントですか？

ベネッセ教育研究センターというところが行った「企業が採用時に要件として重視する能力」という企業調査の結果を示す。

チームワーク力	92.5%
自己管理能力	86.9%
リーダーシップ力	80.8%
継続力	79.7%
：	
情報処理スキル	35.6%
：	
英語のプレゼン力	5.9%
英語の討議力	3.9%

企業が情報処理の能力や英語力が必須なと言っているのではない。これらの能力を入社後にも継続的に伸ばしてもらうためにも、自己管理や継続の力が重要だと言っているのだ。これがそが体育会が就職に強い理由である。

青年へ

ラグビーとは、少年を一人前の男にし、
一人前の男にいつまでも少年の心を忘れさせない
スポーツである。

大学ではまさにその両方を味わうことができる。

われわれもまた、時にそんな少年の一人であり、
一人前の男になるべく日々練習に励んでいる。

ここ数年苦しいシーズンが続いている。
でも今年こそ、必ずや成果を出してみせる。

そんなとき、

あと一人、あともう一人、
共に戦ってくれる仲間がいたらどれだけ心強いかな。

大切な4年間。

もちろん、やるべきことはたくさんある。

でもラグビーには、その4年間の情熱を
注ぎ込むだけの価値がある。

少年が青年に、そして一人前の男に。
何を通して成長するのか。

君の選択がラグビーであるとうれしい。

監修 友田桂樹（H21年卒）

製作 大阪市立大学ラグビー部OBクラブ
印刷・製本 水山産業株式会社

