

大阪市立大学 ラグビー部マガジン

Rugby

club magazine
2014



20年間の順位変動
関西国公立6校紹介

OB-voice
ラオス代表 × 現役JICA職員
松元秀亮 インタビュー

現役部員
海外語学留学

徹底管理でフィジカル強化に貢献
チームスタッフ

高校までと何が違う?
上位昇格をかけた戦い

大学ラグビー

市大 完全復活へ
今年こそ
Bリーグ昇格!

OCURFC

2013/6/23 JR 鷹取 G

三商戦 VS 神戸大学

26-12

後半ラストワンプレーで NO.8 大西が勝利を決める
トライを奪った。

Bリーグへ！



対神戸大学 チームを変えた一勝

「春の神戸大学との定期戦が鍵だ」

8位に沈んだ12年シーズン直後、新チーム発足と共に設定した春の目標をクリアした。最大のライバルと称しながらリーグ戦を含めて11年勝てていなかつた相手に勝った。
得たものは単なる勝利ではなかつた。低迷期と言わざるを得ないここ数年、気が付けば負けることが当たり前のようになつていた。それがこの勝利で一変。自信が付いた。秋のリーグ戦では惜しくも3位に留まつたものの、名実共に「市大復活」を印象付けた。

Bリーグ昇格へ あと三勝

リーグ戦で1位になるための2勝。入替戦で1勝の計3勝。具体的な目標も見えた。フィジカル、精神面の準備も整つた。いざBリーグへ。猛進せよ。



大西貴洋

加島拓也

咲花朋

北川大記

岩根彬哲

ラストシーズンに挑む5人の4回生

気合十分!

今シーズンは去年より 2ヶ月長い!?

咲花ー私たち新4回生が入部した11年、市大は1年でのBリーグ返り咲きを目指していましたが、結果はまさかの8位。翌年の12年シーズンもいい試合はできるものの、接戦を制することができず、2年連続の8位と悔しい結果に終わりました。後がないと部員一同「改革」を意識した昨シーズンは、フィジカルの徹底的な強化と、自分たちにあつた戦略の見直しにより3位まで復活することができました。

昨季はリーグ戦前半で 上位校と対戦

リーグ戦の対戦順序は前季の成績で決まります。したがって、昨シーズンはその前年の8位の影響を受け、リーグ戦第1戦、第2戦で前年の1位、2位と戦わなければなりませんでした。そのため、リーグ戦の始まる9月にピーカクを持つてくる必要がありましたが、結局この2戦を落とし、3位でした。

今年は最後の最後まで 成長し続ける

今年は違います。前年3位なので、リーグ戦の最後の2試合で上位校と当たります。これは例年11月末頃です。つまり、去年より2ヶ月間も、リーグ戦を通して成長できる期間があるのです。

フィジカル強化と 個人スキルの向上

フィジカルは確かに強くなりましたが、まだ十分ではありません。「Bリーグ上位が相手でも当たり負けしないカラダ」を目標にフィジカルトレーニングを継続します。また、去年の反省として、チーム内のおまじ選手に頼りすぎた部分があるため、シーズン末まで個人スキルの向上の意識を高く持ちたいと思います。

もっと強くなるためには 新しい力が必要

昨季に活躍し、改革の中心となつた先輩方が引退してしまい、戦力ダウンは否めません。しかし、私たちは先輩からの改革の精神を引き継ぎ、成長を止めません。新入生の皆さん、私たちと一緒に新しい歴史を作りませんか。たとえ1回生でも、春、夏を通して成長できれば、秋の試合ではきっと活躍できます。一生に一度の大学生活です。ぜひ、市大ラグビー部で、充実した日々を送りましょう。

入替戦

11月
NOVEMBER

第9節
第8節
第7節
第6節
第5節
第4節
第3節
第2節
第1節

10月
OCTOBER

9月
SEPTEMBER

市大ラグビー部は
成長
し続ける。

頼れる
小さな巨人
2014年度
主将

咲花朋



咲花朋（さきはな・とも）
初芝富田林→経済 162cm 90kg プロップ

今年の目標はズバリ・・・

阪大に勝つこと！

今年の目標はズバリ・・・
阪大に勝つこと！
今年の目標はズバリ・・・
阪大に勝つこと！

今年の目標はズバリ・・・
阪大に勝つこと！
今年の目標はズバリ・・・
阪大に勝つこと！
今年の目標はズバリ・・・
阪大に勝つこと！

具体的な目標を 具体的行動に落とし込む

分に感じられたシーズンでした。今シーズンは昨シーズンの経験を基に、フィットネスとゲーム戦略を徹底して必ずやB復帰を達成したいと思います。

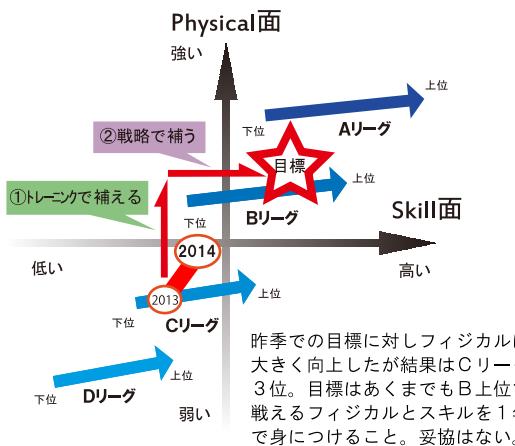
そのための具体的な目標はズバリ「大阪大学に勝つこと」です。阪大は昨季はB10位でしたが、リーグ戦で市大が負けた工大に入れ替わりで勝利し、残留しました。つまり阪大に勝てば市大はBにあがれる。単純なことです。

単純なことですが、阪大と同じ力では駄目です。「確かに」勝利するためにはそれより上の力をつける必要があります。その力をつけるにはどうすれば良いか。現役選手には具体的な方法まで落とし込んで個人個人が考えてほしいと考えています。

人生の糧と絆、学生生活で何を残すか

現在の部員数は4回生までで計24名です。貴君の入部こそが「B復帰のカギ」と言つても過言ではありません。

ラグビー部で仲間と共に目標を立て、心身ともに練磨し、そして達成する喜びを味わう事は何にも代えがたい「人生の糧」になります。もちろん、ともに過ごした仲間との絆は一生切れることはありません。是非、市大ラグビー部で「人生の糧と絆」を手に入れて下さい。生涯の宝になる事は間違いありません。グラウンドで貴君達と会える日を楽しみにしています。



目標に向かつて
がむしやらになれ
結果は



OB会幹事長 兼 ヘッドコーチ 吉田祐一

吉田一高校生の皆さん、こんにちは。そして、新入生の皆さん合格おめでとうございます。ようこそ大阪市立大学へ！

大阪市立大学ラグビー部は大阪高商ラグビー部として1920年（大正9年）に創部され、慶應義塾大学（1890年）、京都大学（1910年）、同志社大学（1911年）、早稲田大学（1918年）に次ぐ、日本で5番目に古い大学ラグビー部です。

現在は関西大学リーグのCリーグに所属していますが、1993年、1994年の2シーズンはAリーグに所属して「関西国公立大学最強」を誇りました。しかしながら、創部90周年の2010年シーズンのBリーグを最後にここ3年間はCリーグに甘んじています。現在はBリーグ復帰を目指して「チーム変革」の真っ最中です。

昨シーズン、「NO CHALLENGE, NO GAIN」をキャッチフレーズに、フィットネス強化と戦略ラグビーの実践に取り組みました。結果はC3位と「B復帰」は果たせませんでしたが、「変革」の手応えは充

12年よりOB会幹事長として現役のサポートに当たっています。いた男が今シーズンについに采配を揮うことになった。「現役に勝たせてやりたい」そう心から思えるのは、努力して、その成果として勝利したとき得られる感動、生涯残る人生の糧、自信。それを知っているからだ。サポート役から牽引役へ。今シーズンに賭ける思いを聞いた。

創部94年 伝統のラグビー部

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

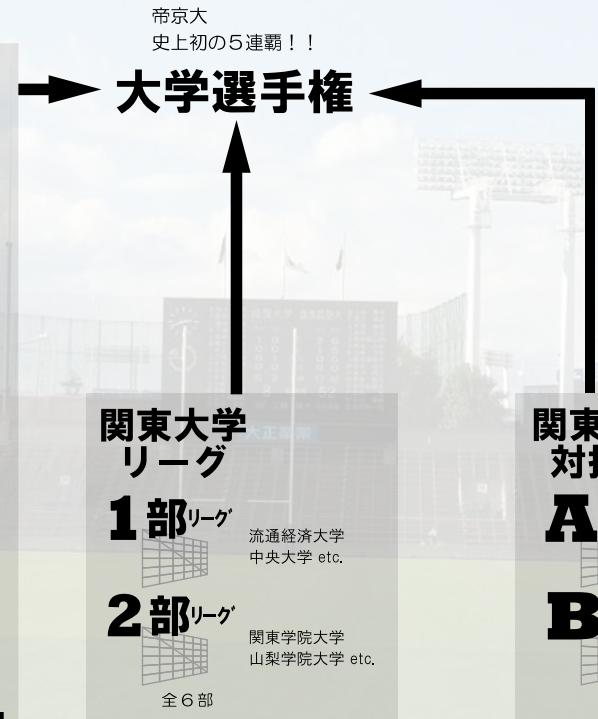


大学 ラグビーって何ぞや？

伝統を受け継いで

高校までの大会がトーナメント方式が多いが、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。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とも見る者的心を動かす。

大学ラグビーといると早慶や大学選手権が有名だが、レベルの差はある。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広げられている。



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。

同志社
立命館
大阪体育大学 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！

甲南大学
京都大学
大阪大学 etc.

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。

大阪工業大学
神戸大学
大阪市立大学 etc.

←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。

京都工芸繊維大学
兵庫県立大学
神戸大学医学部 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。

早稲田、慶應、明治・・・
いわゆる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。

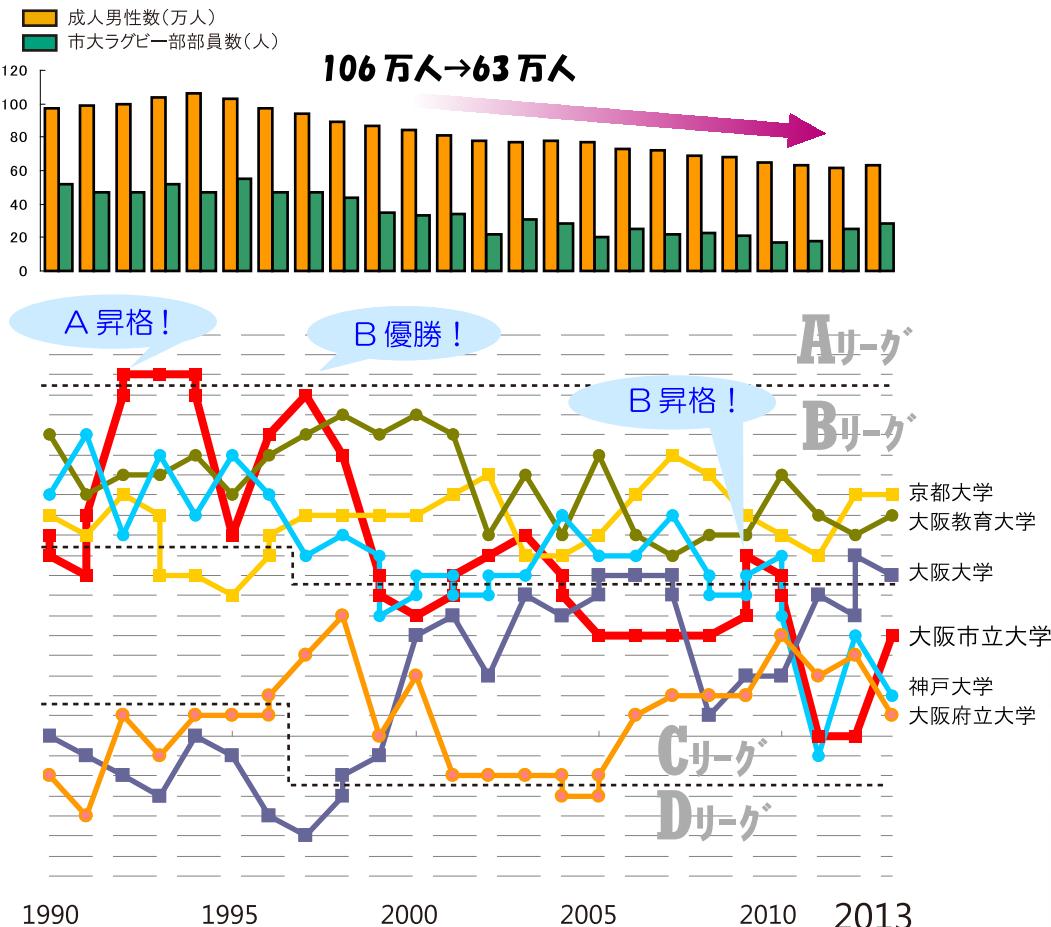
帝京大学
早稲田大学
慶應大学 etc.

東京大学
一橋大学 etc.



Rugby all around Jpn

成人男性数と部員数 / 国公立順位変動



次に壁を越えるのは…

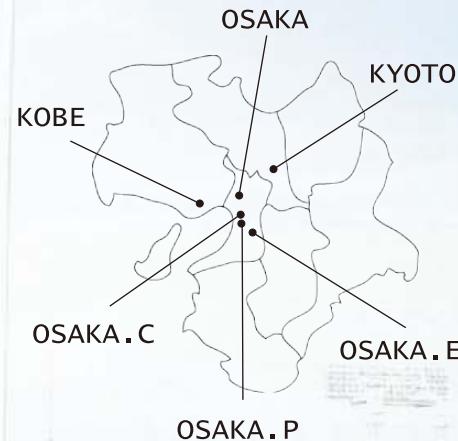
そんな中、今年もラグビーの魅力に取り憑かれたルーキーたちが各校に入部した。伝統を受け継ぎ、さらなる高みへ。次にこ

ラグビーの魅力を伝えよう

市大がAリーグに昇格したとき部員数は47名、95年はピークで55人もいた。それが年々減少していく。2010年にはついに17名にまで減った。その理由は何も人口減少だけではない。趣味やバイト、学生の打ち込みのことが多様化した現代、もつともつとラグビーを盛り上げていくには、今まで以上にラグビーの魅力を伝えて行かなければならぬ。

Bリーグ上位の壁を前に混戦の6校

6 PUBLIC RUGBY CLUBS



京都 / 大阪教育 / 大阪 / 大阪市大 / 神戸 / 大阪府大

関西国公立新入部員紹介

(新2回生)

Rookies of

大阪市立大学

市大新時代の核となれ！



一時は17名まで減少した部員数だったが、新3回生が10人入って持ち直した。Bリーグ昇格へ、5人の新2回生には二人分の働きを期待。

- ①田邊博隆・理・開明
- ②藤岡裕也・経済・茨木
- ③関田亮佑・工・茨木
- ④西口哲平・文・津
- ⑤岩崎公祐・商・西京
- ◇布川彩夏・工・履正社
- ◇柳佳澄・商・明石北
- ◇前田侑希・経済・甲南女子

Rookies of

神戸大学

プレースタイルの確立が急務



神戸がふつふつとそのポテンシャルを高めている。神戸商船大との合併で部員数が増加。去年も6校で最も多い14名のプレーヤーが入部した。新たなプレースタイルが構築されればB復帰も早い。

- ①坂本舞子・法・大和田
- ②古賀聰・工・筑紫丘
- ③西田貴洋・経済・高津
- ④茶野貴之・海事・北摂三田
- ⑤梶山達史・法・広島学院
- ⑥石田健太・経済・岐阜
- ⑦亀井龍之介・医・飯田
- ⑧米村太志・海事・濟々黙
- ⑨田邊一樹・経済・灘
- ⑩川勝吏・医・茨木
- ⑪中山駿吾・農・六甲
- ⑫名倉椋・工・筑紫丘
- ⑬沖綱平・経済・愛光
- ⑭岡健太郎・発達科学・茨木
- ⑮陣野一成・海事・長崎北陽台

Rookies of

大阪府立大学

上位定着に正念場

- ①酒井亨・工・近畿大学付属
- ②前口琴美・地域保健・上野
- ③竹内まり華・現代シス・暁
- ④池田宏美・地域保健・府立東住吉
- ⑤島田千晶・地域保健・嵯峨野
- ⑥松元有生・地域保健・安古市
- ⑦山本菜菜美・現代シス・帝塚山泉ヶ丘
- ⑧園元友理・現代シス・大分舞鶴
- ⑨中川静佳・地域保健・奈良

ここ数年、順調に順位を上げてきた府大だが、新2回生の部員は1人。マネージャーパワーで數的不利を挽回できるか。



Rookies of

京都大学

激しいスタメン争い

- ①中村雄太・農・高津
- ②志村大智・農・甲陽
- ③中井友也・農・福知山
- ④奥田博貴・工・津
- ⑤西脇甲修・農・東京都市付
- ⑥橋迫拓也・法・佐伯鶴城
- ⑦高濱亮典・文・浦和
- ⑧吉田雅利・農・北野
- ⑨大藤勇太・法・甲陽

16人の新4回生を筆頭にこの新人9を合わせて部員43名は6校で最多。激しい部内競争が強いチームを作る。



Rookies of

大阪教育大学

頼れる精鋭が新加入

Bリーグに最も長く在籍している大教だが決して人数が多いわけではない。人数が少なても強いのは基本の体作りをきちんと行っているからだと言う。

- ①高森智哉・自然研究・千里
- ②伊田暁人・小学校体育・大手前
- ③龜野一心・小学校理科・池田
- ④池田遼・小学校数学・北野
- ⑤高松隆之・小学校数学・池田
- ⑥増田祐子・芸術美術・帝塚山



Rookies of

大阪大学

Bリーグ残留を支えた底上げ力



- ①権島雷人・工・福岡
- ②津野慎太郎・工・千里
- ③川岸秀彰・工・時習館
- ④佐治亮輔・人科・浦和
- ⑤大橋亮太・外・清教学園
- ⑥山本耕太・基工・関西創価
- ⑦池田圭佑・工・京都共栄学園
- ⑧神下亮太・経済・北野
- ⑨半田和也・基工・六甲
- ⑩壽山翔太・理・県立千葉
- ⑪井原康祐・法・高槻
- ⑫宮森喬子・法・大分上野丘
- ⑬朝倉みさと・外・時習館
- ⑭北原優花・文・四日市

Bリーグで10位となり入替戦に回ったが、残留できたのは新2回生が怪我したから。ギュラーの代役をしっかりと務められた

創部94年の伝統

明治から大正にかけて創部された東の慶應、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及してきた。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つていて。

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

創部▶1920年



市大ラグビー部の設備は充実している。なんと言つ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室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。

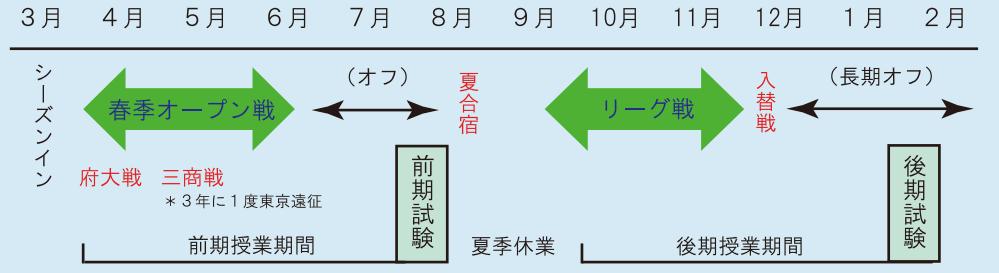
グラウンドは芝ではないが、ナイター設備を備

充実の設備

専用クラブハウス!!



大学の授業の仕組み



練習時間



ラグビー部の1年は3月に始まる。5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。

年間スケジュール

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時間を目処にして、頭を使つて濃密で効率的な練習になるよう心かけている。

夏の間は、活動のベースはそのまま、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。



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いけない単位が、専門科目、一般教養、語学などと分かれてい、それぞれの条件を満たしていくことになる。たくさん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、筆記試験だつたり、レポートの提出だつたりする。だからと言ってサボつたり、時間割を友達任せにしていてはダメだ。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、無駄な時間が減つて充実していく。その中にメリハリをつけて、勉強に部活動にパートとに、うまく両立できるように心がけている。

初めての国歌斉唱は
クチパクだった

同じチームからラオス人3人も代表に選出されました。先ほどラオス人はサボると書きましたが、基本的にはラオス人はとても優しく温厚な性格です。その優しさが他人だけではなく自分へも向けられるため、どうしても取り組む姿勢に甘さが出てしまつていました。しかし、時を経るに取り組むようになり、だんと変わつて来ていました。フィットネスにも真剣に取り組むようになりました。

日本の代表として ラオスの代表として



ラオスのクラブチーム「バッファローズ」の仲間と

これまでの彼らとは全く違う、タックル、ヒット、スクラムー。これが国際試合なんだ。

ラオス代表としての初めての試合は、2009年5月23日の対カンボジア戦でした。この日はラオスに赴任して3年と3日目の日で、3年経つと資格があるというのを知っていたので、代表に選ばれたら嬉しいなという夢のような期待はありましたが、まさか本当に召集が掛かるとは思いませんでした。

同じチームからラオス人3人も代表に選出されました。先ほどラオス人はサボると書きましたが、基本的にはラオス人はとても優しく温厚な性格です。その優しさが他人だけでなく自分へも向けられるため、どうしても取り組む姿勢に甘さが出てしまつていました。しかし、時を経るに取り組むようになり、だんと変わつて来ていました。フィットネスにも真剣に取り組むようになりました。

2013年のラグビーアジア五力国対抗戦。そのディビジョン4をラオス代表として戦った日本人がいる。市大ラグビー部OBの松元氏だ。大学院卒業後、国際協力機構（JICA）に勤務。配属先のラオスのクラブチームでラグビーを続け、3年後の2009年にIRBの資格をクリアし、同国に選ばれた。帰国後の現在も自費で渡航し、代表戦を戦っている。

ラオスという国を背負って 2000年大学院卒 松元秀亮



ジャカルタで知った 海外ラグビーの面白さ

松元一働き出して初めて海外でラグビーをしたのは、まだ日本に勤務している時でした。インドネシアに赴任していた社会人ラグビーの知人から、ジャカルタでの10人制ラグビーの大会に参加しないかと声がかかりました。以来、JJRG（ジャカルタの日本人ラグビーチーム）とのつながりができ、バンコク、パタヤ、バリ、シエムリアップ（アンコールワット）、九龍など、いろんな国のクラブチーム（欧米人のチームが多い）が集まる大会に参



加するようになりました。いろんな国の人とラグビーして、飲んで騒いで、それは楽しかったです。

ラオス赴任後、現地のチームに参加

2006年、社会人7年目にラオスに赴任。ラオスには日本人のチームがなく、現地のチームだけでした。現地のチームと言つても、ボランティアで派遣されているオーストラリア人がいて、サラリーマンのフランス人がいて、イギリス人がいて、そしてラオス人がいて、という混合チーム。共通の言葉は英語ですが、オーストラリア人の英語は癖がきついし、フランス人同士はフランス語をしゃべってるし、ラオス人は英語が分からぬしで、意思疎通には時間がかかります。

また、言葉だけでなく、プレースタイルも全然違つて、フランス人は面白く、樂しくするのが好きで、イギリス人は試合も練習もお堅くする。一方で、ラオス人はしないことが嫌いで、たまにサボるし言い訳をする笑）。まあめちゃくちゃでしたけど、練習や試合が始まつたら何となくプレーができるんです。人を見て対応していくラグビーってのも面白かったです。



松元秀亮（まつもと・ひであき） 175cm 76kg プロップ
市立尼崎→工学部土木工学科 1998年卒（2000年院卒）→JICA勤務。ラグビーラオス代表。

松元氏はラオスのラグビー代表であると同時に、現役バリバリのJICA職員だ。その仕事内容や大学時代の思い出を聞いた。



© JICA

井戸掘りだけじゃない！ JICAの仕事



ラオス駐在当時は、ラオスの司法制度、行財政改革、薬物対策の支援プロジェクトを担当していました。帰国した現在はラオスだけでなく途上国諸国の「防災」に関する仕事をしています。

東日本大震災、伊豆大島の台風災害など、毎年日本は災害に襲われていますが、世界各国でも同じように災害は発生しています。最近では2013年11月に超大型の台風がフィリピンを襲いました。

松元氏



「JICAって、アフリカで井戸掘つてんねんなあ？」という認識は確かに合っていますが、他にもいろいろやっています。

学校のテキスト作りをしたり、先生の能力向上ための研修をしたり、病院の建設や機材の支援をしたり、作物の品種改良や家畜飼育や養殖方法の改善をしたり、観光開発をしたり、森林保全や環境対策の支援をしたり、道路や橋梁や空港などの建設、地形図の作成、災害対策といったことから、国家の開発計画や財政や金融政策へのアドバイスを行ったり……、いろんなことやっています。

実際のこののような「協力活動」は、それぞの分野の専門家やコンサルタント、ゼネコン、メーカー、商社などが関係していくので、JICAは全体のマネジメントをやっています。例えば、国の分析をして、その中で日本がどのような支援ができるのかを検討したり、途上国政府から支援の要望を調査したり協議してプロジェクト案を作成、実際のプロジェクトの運営やモニタリングを行っています。



災害からの迅速かつ最適な復興 Build-Back-Better

現地では2週間のテント生活で医療チームのサポートを行っていましたが、その後、復興支援ニーズの調査団として、さらに3週間現地に派遣されました。視察や政府職員との協議を行い、復興支援のためのプログラム作りをしました。災害への対応力を高めつつ復興させるという

「Build-Back-Better」のコンセプトでプログラムを作成し、現在もそのプロジェクトを進めています。



台風で甚大な被害を受けたフィリピンで活動中の松元氏

高校生、新入生、 現役選手へメッセージ

大学ラグビー時代で、

フなどやりましたが、やっぱりラグビー自

体が面白いスポーツだと思うのと同じぐら

い、面白い人たちの集まりだなあ、集まり

そのものの性格も面白いなあと思います。

だから、高校生や新入生、現役の皆さん

には、大学でラグビーを楽しんで欲しい。

リーグ戦を頑張って欲しい。一所懸命に取

り組み続けた後には、リーグ戦の結果に付

隨して、その後の人生でどれだけ積み上げ

ようと思っても積み上げられないものが、

人の中に残ると思います。それは言葉が通

じなくても分かち合えるものだつたりし

ます。

言葉が通じなくても
敵味方関係なく仲間になれる素地が
どの国にもある！



大学ラグビー時代で、

リーグ戦以外の大きな出来

高校生、新入生、 現役選手へメッセージ

大学ラグビー時代で、

フなどやりましたが、やっぱりラグビー自

体が面白いスポーツだと思うのと同じぐら

い、面白い人たちの集まりだなあ、集まり

そのものの性格も面白いなあと思います。

だから、高校生や新入生、現役の皆さん

には、大学でラグビーを楽しんで欲しい。

リーグ戦を頑張って欲しい。一所懸命に取

り組み続けた後には、リーグ戦の結果に付

隨して、その後の人生でどれだけ積み上げ

ようと思っても積み上げられないものが、

人の中に残ると思います。それは言葉が通

じなくても分かち合えるものだつたりし

ます。

高校生のときにはなかなか想像できませんでしたが、意外と近いところに海外でのラグビーの世界がありました。高校、大学、社会人と、だんだんとラグビーをしていて楽しいと思えるようになってきましたが、海外でのラグビーはさらにもっと楽しい世界です。敵・味方関係なく友人・仲間になれる。そんな素地がどこの国でもあり、そして、どこのチームでも「あほ」なところがあつて親和的。社会人になつて、ラグビーの他にサッカー、野球、ランニング、ゴル

入試情報報

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

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、少なくともどこの学部でどんな勉強をするのかは知りたい。

独断と偏見で、市大8学部のキーワードを挙げてみた。気になる学部があつたらとにかくインターネットでも何でもい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。

*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、体育学部など市大でない学部もある。



大学卒業後の進路

- 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）

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、入社の意思を伝え、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、選ぶ立場になつて考えてみよう。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、学生時代の頑張りが気になる。それは、入社後の頑張りなり、考え方反映されるからだ。

もちろん、体育会に所属していただけでは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、市大自身の評価が高い。次に、一般的にラグビー部の評価がとても高い。そして最後に、市大ラグビー部OBのサポートがしっかりとしているからだ。

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。

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、ビジョンとして持つ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ますが、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た。文系の総合職、理系の技術職と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。

チームスタッフ

募集中!!



食事管理

ラグビーは他の球技と比べて運動量が多く、練習や試合ではかなりのエネルギーを消費します。一般男性が1日約2000kcal消費するのに対し、ラグビー選手は1日約2500kcal消費します。それでも、体重を増やすためには、消費したエネルギーより多くのエネルギーを食事から摂取する必要があります。そのため体重管理と平行して食事管理を行っています。

具体的には選手に毎日の食事を写真等で報告してもらい、スタッフがチェックします。そして、食べる量が少ない人は間食を勧めたり、栄養の摂り方問題がある人には、不足栄養素とそれらをうまく摂取する方法を伝えます。他にも練習後すぐエネルギーを摂取できるように、おにぎりを作ることもあります。市大ラグビー部は、寮生活ではないので選手全員に徹底した食事管理をすることはできません。しかし、体重が必要な人、まだまだ大きくなれる人に強くアプローチしています。

個性を活かして

昨年からの取り組みなので当然人数ではないです。ラグビーは好きだけど、大きな怪我を抱えていてプレー

試合分析

難しく考える必要はありません。試合中、効果的なタックルを何回できたのか、どんな反則を犯したのかなどを選手別に記録するだけの仕事です。慣れるまでは部員も手伝ってくれますし、見逃してもビデオを撮っているので後で見返すことが可能です。これらの記録は、試合後のミーティングで使われたり、各選手の弱点克服や意識改善に繋がります。



すべてのアスリートの栄光は優秀なスタッフに支えられている

筋力・体調管理

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を毎月報告してもらい、記録しています。さらに、データを集約して、グラフ化することで、単に記録として残るだけでなく、選手間もしくは自分自身との競争意識を刺激し、筋トレへのさらなるやる気向上に繋げています。また、コンタクトプレーを伴うラグビーでは体重は重いほうが有利な場合が多いです。ですから、チームの平均体重を増やすため、体重測定を練習毎に行い、記録しています。ポジションによって求められる体重は異なるので、選手毎に適切なアドバイスが必要です。体重管理を始めた昨年から最も体重が増えた選手で6kg、全体の平均体重は2.3kg増えました。

市大復活を支えるチームスタッフ

昨年、チームを支えるマネージャーの仕事が変わりました。今まで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に加えて、筋力・体重管理、食事管理、試合分析の3つの仕事を新しく始めます。あわせて名称も、マネージャーからチームスタッフに変更。各スタッフの役割を明確にして、より積極的に選手に働きかけます



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。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間近でサポートしたい女性の方も大歓迎です。市大ラグビー部の今後の大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。

海を渡る。



大学2年生のとき、英語力向上のため半年間アメリカのカンザス大学へ留学しました。留学を決意するまではチームに迷惑しかかると留学をためらう気持ちもありました。しかし、当時の主将にたくさん学んでこいと背中を押してもらい、堅い気持ちで留学に臨むことができました。その結果英語力向上だけでなく、様々な国の人たちとの交流を通じて、考え方や文化の違いを学べた大変貴重な経験となりました。



体力が落ちないように筋トレを継続

得たものは語学力だけじゃない。何事にも全力で。

4年間で卒業することは可能です。留学後、大学の授業と部活に追われる毎日でしたが、忙しい分すべきことを1つ1つこなしていく力が身に付き、大変充実していました。

色々なことに挑戦できるのが大学生生活の醍醐味です。大学では留学したいから部活はやめておこうなどと短絡的に考えずに、できること全てに全力で取り組んでみてはどうでしょうか。

THE UNIVERSITY OF KANSAS

創設 1865年 州立
位置 Lawrence (人口 88,000)
敷地 4.5 平方キロメートル
学生 29,200名
留学生 100ヶ国 1,500名
出身者 McCollum (ビタミン A発見)、 Tombaugh (冥王星発見)、 Naismith (バスケットボール創始者)。



海外で学ぶ

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つてしまうかも知れないが、まったくもつて厳しくない。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する。どんな雰囲気のチーム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.4 大学ではいろいろ遊びたいんですけど…

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。目標すべき姿はそこにある。

チームワーク力	92.5%
自己管理力	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%

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.5 就職活動に有利つてホントですか？

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

企業が情報処理の能力や英語力が必要だと言っているのではない。これら的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必要だと言っているのだ。これが体育会が就職に強い理由である。

大きいに遊ぼう。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。

大学2年生のとき、英語力向上のため半年間アメリカのカンザス大学へ留学しました。留学を決意するまではチームに迷惑しかかると留学をためらう気持ちもありました。しかし、当時の主将にたくさん学んでこいと背中を押してもらい、堅い気持ちで留学に臨むことができました。その結果英語力向上だけでなく、様々な国の人たちとの交流を通じて、考え方や文化の違いを学べた大変貴重な経験となりました。

ところで大阪市立大学には英語を学ぶための長期留学の支援プログラムはあります（夏季や冬季休暇を利用した短期留学のプログラムはあります）。ですから長期の留学をするためには、それにかかる手続きは全て個人で行わなければならないこと、留学した期間の単位の取得はできないことに注意しなければなりません。特に後者は、留年にも関わる重大な問題となるので、所属学部のカリキュラムを確認した上で担当教授とよく相談して、留学期間を決めることが必要です。もちろん、留学中に取得できなかつた単位を残りの在学期間でもらうことなく取得できれば、

原三喜雄
(はら・みきお)
清風南海→工 / 電子物理
168cm 69kg WTB

青年へ

ラグビー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。

目標まであと一歩のところまでやつて来た。
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。

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)

製本 水山産業株式会社

印刷・製作 大阪市立大学ラグビー部OBクラブ