

大阪市立大学 ラグビー部マガジン

Rugby 2013 club magazine

テクニカルセミナー／
「陣地と攻撃権の争奪」

入試情報

進路情報

チームスタッフ募集

「変革」へのチャレンジ

Revolution

新入部員10人！復活への原動力

主将の決意「市大を変える」

新ヘッドコーチの市大再建プラン

京大
大教大
阪大
神大
府大
市大

関西国公立大

ラグビー部の今を紹介！

順位変動が物語る激動の20年！

厚き雲 未だ差さぬ光芒

2年連続
Cリーグ8位

接戦を制するためには
必要なものは何か

僅差で勝てない。2年連続Cリーグ
8位という屈辱を味わった昨シーズン、
点差以上に悔しさの残る試合が続いた。

第6節、どんよりとした曇り空の下
行われたライバル神戸大学との一戦は
それを象徴するような試合だった。後
半に主力を投入してきた神戸の攻撃を
防ぎきれず逆転負け。春の定期戦と同じ展開だった。

市大はこの神戸戦を含め7敗中3敗
が7点差以内。一方、神戸大学は同じ
7点差内で3勝を収めて計6勝。一
昨年の9位から3位まで順位を上げた。
この神戸との差は何であろうか。接戦
を制するには何をすれば良いのか。

勝利にこだわれ
自分にこだわれ

ドン底からの再挑戦を誓つてから1
年。もう後はない。泥臭い勝ちでもいい。
一度手にしたリードを死ぬ物狂いで
守れ。一戦一戦の勝利へのこだわり
が、必ずや秋の成果へとつながる。

2012年11月11日
関西Cリーグ 第6節
大阪市立大学 7—10 神戸大学



復活への原動力 待望の新世代

始動。

昨年、市大には10人の新人が入部した。ひとつ世代で二桁を越えたのは実に10年ぶりだ。彼らが今後の市大復活の原動力になることは間違いない。

何かスポーツを極めてみたい。ダラダラした学生生活にしたくない。大学でもラグビーをする理由は人それぞれ。でも共通していることはラグビーが好きだという思いを持っていること。ラグビーが好きななら大学でラグビーをやろう。高校までのラグビーとは違った新しい世界がそこにある。

昨年は未経験者も2人入部。トップレベルの大学でも陸上や柔道出身の選手が経験者を差し置いて活躍している。ラグビーをした経験がないても、少しでも興味があればまずは練習を見に来て欲しい。



「勝てた試合だった」
そんな慰めはもう要らない。

2年間、届かなかつた一歩。
その一步を確実に踏み出すために、

いま、自分たちのすべきこと。

市大ラグビーを 変える。



前田晃治（まえだ・こうじ）センター
大手前高校→商学部 170cm 80kg

転換の年 常に全員が全力

前田一今年一年は市大ラグビー部の「転換」の年です。私はそう考えて今年一年間ラグビーに取り組んでいきたいと思っています。

一昨年、昨年と2年連続でCリーグ8位と、思うような結果を残すことが出来ませんでした。一昨年の反省を活かして取り組んだはずの昨シーズンでしたが結果は同じ。自分たちの努力がまだ足りなかつたということを最もわかりやすい形で突きつけられました。

どの試合も共通して、あと一歩のことろで競り負ける。今年一年でこの、あと一歩をしっかりと踏み出せるチームに転換しなくてはいけません。例年通りのことをしていたら例年通りの結果になる。自分たちの目標を達成するために、今本当に必要なことは何か、それをチーム全

体で考え、取り組んでいきたいと思ってます。

今年変わらなくては後はもうない。今年一年でどこまで結果を残すことが出来るかによって今後の市大ラグビーが左右されると言つても過言ではありません。今まで市大ラグビー部は古豪復活への転換期にあると思つています。

考える以上に 大切なこと

をするには、当事者意識をもつて自分の頭で戦略を考えている必要があります。全員が理解、納得しながらチームの戦略を構築したいと考えています。



ところで、大学には高校までとは違います。このような関係は練習で培われただけのものではなく練習以外での時間を共に過ごすことによって築かれています。練習後にご飯を食べたりお酒を飲みに行なでスタートを迎えます。そして、ここに高い志を持つ新入生が加われば、今年の戦力はリーグ昇格を十分に狙えるものになると考えています。

戦力向上のために、まずは徹底的にフレジカルを強化し、1対1では絶対に負けない!個々の力を伸ばすことに専念しています。卒業しチームを離れるものも少ないので、例年なく戦力的に充実した状態でスタートを迎えます。そして、ここに高い志を持つ新入生が加われば、今年の戦力はリーグ昇格を十分に狙えるものになると考えています。

充実の大学生活を 送るには

ラグビー経験者、未経験者どちらでも構いません。ラグビーを続けたい。何かに一生懸命になりたい。心から通じ合える仲間を作りたい。こういった人は是非、市大ラグビー部の一員になつてください。

信頼関係がチームをもつと強くする。

個々の能力と 当事者意識

昨年は1回生が10名入部し、さらに今

年は卒業しチームを離れるものも少ないで、例年なく戦力的に充実した状態でスタートを迎えます。そして、ここに高い志を持つ新入生が加われば、今年の戦力はリーグ昇格を十分に狙えるものになると考えています。

ます。このような関係は練習で培われただけのものではなく練習以外での時間を共に過ごすことによって築かれています。練習後にご飯を食べたりお酒を飲みに行なでスタートを迎えます。そして、ここに高い志を持つ新入生が加われば、今年の戦力はリーグ昇格を十分に狙えるものになると考えています。

絶対に充実した大学生活を保証します。一生に一度の大学生活を私たち市大ラグビー部と共に過ごし、人生で最も充実した日々にしましよう。

主将 前田晃治

新体制

NO challenge NO GAIN

人生において現状維持なし
すべてのことにおいて
挑戦して初めて前進、
得られるものがある。

今でこそCリーグの下位に甘んじてしまつてはいるが、実は市大が強烈に強かつた時代がある。92年にAリーグへの昇格を果たしているのだ。それも91年にCリーグからBリーグへと昇格した翌年である。93年シーズンはAリーグの強豪相手に苦戦を強いられBリーグとの入替戦に回ったものの、見事残留を果たしている。91年からの躍進、Aリーグ昇格の立役者となつた人物を、市大は今年新しい指導者として迎えることとなつた。それが中川氏である。

市大の復活、Bリーグへの昇格を託された新ヘッドコーチ・中川氏が今年のキャツ

チフレーズとしてあげた言葉は「No challenge No GAIN」である。ラグビーに留まらず、卒業後も自分の能力を最大限に發揮できるように選手を育成していく、そんな思いが込められている。

Bリーグへの昇格。これが選手たちにとって最初の挑戦になる。ラグビーが好きだ。勝ちたい。という思いは選手皆が共通してもらっている認識、モチベーション。あとは、ラグビーに対する意識を統一させて、そのエネルギーを最大限に發揮、集約させるこ

と。念願のBリーグ昇格へ、中川氏、そして選手たちの挑戦がはじまっている。

中川和優（なかがわ・かずまさ）
大手前高校→商学部（平成5年卒）
→NTT勤務（ラグビー部所属）
→退社後平成19年より会社経営
プロップ



STAFF INTERVIEW

Nakagawa's Eye 中川的視点

課題は山済みだ。だからと言って闇雲にあれもこれも対策をしていては芯が通らない。現状を開拓する、最も有効で最も効率的な再建方法とはどのようなものか。中川ヘッドコーチの描く「市大強化プラン」の詳細を聞いた。

①徹底的なフィジカル強化 ②チームに適した戦略構築

基本指針

中川一今年の目標はBリーグの上位でも戦える体制を作ることです。Bリーグ上位とこれは近年は国公立にとって大きな壁となっていますが、私はそれを越えることは不可能ではないと考えています。Cリーグで優勝するにも、今年中にこのレベルに達する必要があります。

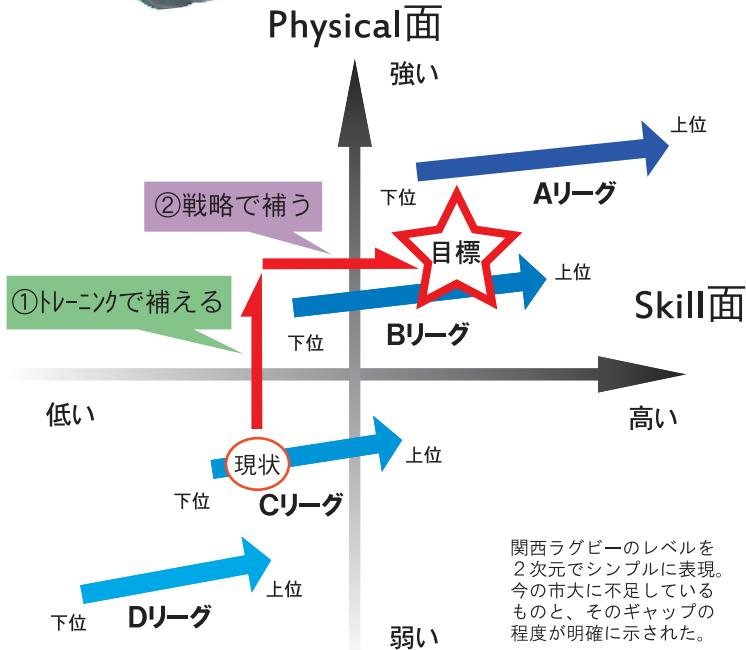


図1. 各リーグの力関係と市大の現状および目標

個々の才能が活きる戦略を構築

戦略を構築する際、武器にしなければならないのが「あたま」です。考える力が他校より優れているのが市大の強みですから、個々では負けていても、チーム力で上回って勝てるような戦略を構築しなければなりません。パスや突破やラン、タックルの能力は人それぞれです。だから、これらを組み合わせ、80分で最高の得点、最低限の失点となるような戦術を作り上げます。

このうち、特に注力したいのがディフェンスです。ラグビーとはいから陣地をとるかというゲームです。裏を返せば、いかに陣地

を奪われないかということです。また、ランキングを上げるということは、常に格上との試合となり、ディフェンスの時間は長くなります。こう言った理由からディフェンス力の向上は勝利に直結します。

アタックだけでなくディフェンスにおいても個々の才能をうまく組み合わせることで効果を発揮できます。秋のリーグ戦までに個々の能力を見極めて、最適な戦略を構築して行きます。

リーグ戦初戦にピークに持つて行く

図2に、ここまで説明してきた基本方針に基づく年間スケジュールを示します。大きく4つ

のステージに分け、フィジカルの強化とチーム戦略の構築を行います。

「年間」と言っても、じっくりとチーム力の向上に取り組む時間はあります。9月末に予定されているリーグ戦の初戦にピークを持っていく必要があります。なぜなら、リーグ戦の前半で去年の上位校と戦うことが既に決まっているからです。今年は、第一戦、第二戦と、Bリーグから降格してきた大阪工業大学、帝塚山大学と戦います。この両チームに勝利しなければ、当然Bリーグなど届きません。この2校との試合を常にイメージしながら、春、夏と勝ちにこだわったゲームを行います。

知恵と工夫の集約

市大強化プラン 年間スケジュール

STAGE I

(1月～3月)
リーグ戦
6～8ヶ月前

- 個々のフィジカル強化
 - ・ウエイトトレーニング
 - ・体重管理
 - ・食事管理
 - ・春合宿

STAGE II

(4月～6月)
リーグ戦
3～5ヶ月前

- 実戦での現状把握・修正
 - ・上位校との練習試合
 - ・勝ちにこだわる
 - ・新ポジション
 - ・若手の経験

STAGE III

(7月～9月)
リーグ戦
1～2ヶ月前

- チーム戦略の構築
 - ・強みを活かした戦略
 - ・弱みの修正
 - ・フィジカル再強化
 - ・夏合宿

STAGE IV

(10月～12月)
リーグ戦中

- 初戦にピーク→全勝
 - ・前半の上位校に勝利
 - ・後半の下位校を圧倒
 - ・入替戦勝利

来期('14シーズン)
Bリーグ上位へ

図2. 年間スケジュール

「あたま」を使うのは、何もゲームの戦略を考えるときだけではありません。チームの中でも決してリソースに恵まれたチームではありません。だからこそ、選手、スタッフ全員が、勝利のために知恵を出し合い、工夫しなければなりません。そうであれば最初の2戦の勝利はありません。それだけ高い目標です。話は変わりますが、学生時代に何か目標に向かって努力した、一生懸命考えたといふ経験は、必ず社会に出たときにも役に立つます。また、そのときの目標が高ければ高いほど残るものが多くなります。ラグビーを通して育つべき欲しい。そのような成長も含めて、私の市大強化プランです。

フィジカルの決定的な不足

京都大 大阪教育大 大阪大 神戸大 大阪府立大 大阪市立大

12 - 13年シーズンの大学ラグビーのハイライト、大学選手権決勝。スタンドに入つて最初に目を引いたのはバックスタンンドの赤い集団。大学選手権史上初となる4連覇を狙う帝京大学の応援団である。対するは青いジャージ、国立の雄、筑波大学。国公立大学として初の決勝進出であり、全国の文武両道を志すラガーハウスから熱い視線が送られていた。

この約1ヶ月前、対抗戦の最終戦も同じ組み合わせだった。帝京大学は勝てば単独優勝、負けても両校優勝という状況。一方、筑波にとって勝てば両校優勝ではあるが、創部以来初となる対抗戦制覇が懸かった大一番であった。やはりそのモチベーションの差なのか、80分の戦いの末、帝京は筑波を前に辛酸をなめた。

だからこそ、大学選手権決勝は帝京にとつて、自分たちが眞の王者であることを示ために負けられない試合だったのだろ。国公立大学初の大学制覇を目指す筑波を寄せ付けて、史

上初の4連覇を成し遂げた。

限界を突破するために

ここで言いたいことは2つだ。1つ目は、史上最強の帝京大学でさえも、気持ちひとつで勝敗が違ってしまうということ。もう1つは、国公立大学でも限界はないということだ。

後者に関して、確かに筑波大学はスポーツ専攻を有していて全国から優秀な選手が集まりやすい。しかしながら、学業不問というわけではなく、他の私立大学と違つて、高い次元での文武両道が実践されている。だから、体育系の専攻がなかつたとしても、勉強に軸足を置くか、

スポーツに軸足を置くかの違いで、努力次第でこれまでの限界を越えていく事は可能だ。われわれ大阪市立大学がAリーグに昇格したというのが何よりもその証拠である。

国公立大学が強豪私立大学を破り、限界を突破するために最も必要なことは何か。それが前者で上げた精神的な強さである。勝てないかも知れないと考えていたら絶対に勝てない。むしろ、楽勝だと高をくくる（精神的に弱い）私立

大学ラグビーを はじめよう

大阪市立大学でラグビーをしようと勧めている訳ではない。関西でラグビーをしようと言っている訳でもない。勉強して入つた大学。そこにラグビー部があつたらはじめてみよう。きっと楽しい大学ラグビー生活になる。次頁より関西国公立大6校のラグビー部を紹介する。参考にしてみて欲しい。

6 PUBLIC RUGBY CLUBS



関西国公立大学ラグビー部紹介

京都大学

創部：1922年
指導者：只位喜信（神戸高校→京大卒）
部員数：P41人+M5人*
スローガン：Trust
ライバル：Bリーグの全ての大学
目標：入替戦出場
スタイル：全員がひたむきに頑張る



*P:部員数、M:マネージャー数

B上位への再挑戦。

07年にBリーグ4位という好成績を収めた京大。部員の減少と共に徐々に順位を落とし、11年にはCリーグとの入替戦にも回ったが、今年の新3回生が16人と多く入部し、選手数は41人と6校で最大。再びB上位への挑戦を本格化させている。コーチ陣も元同志社大学ラグビー部監督の圓井氏をFWコーチとして迎え、格上との戦いに備えている。

京大は頭が良いだけでラグビーは勝てないというのを一番知っているチームもある。ひたむきに努力を重ね、硬い信頼で結ばれたチームを目指す。また、伝統校だけあってOBの支援が充実。近年では天然芝グラウンドやクラブハウス建設など、今まで以上にラグビーに打ち込める環境が整備されつつある。一方で、チーム運営や練習は学生自身が決める。文武両道の手本とすべきチームである。

少數精銳の技能集団。

Bリーグに最も長く所属し、それが大阪教育大である。上位と戦うために体作りが基本であることを全員が理解している。それに加えて、近年は頭脳的で緻密なプレーもするようになった。FWにも走力のある選手が多く、BKと一緒にボールを動かし出すとなかなか止められない。

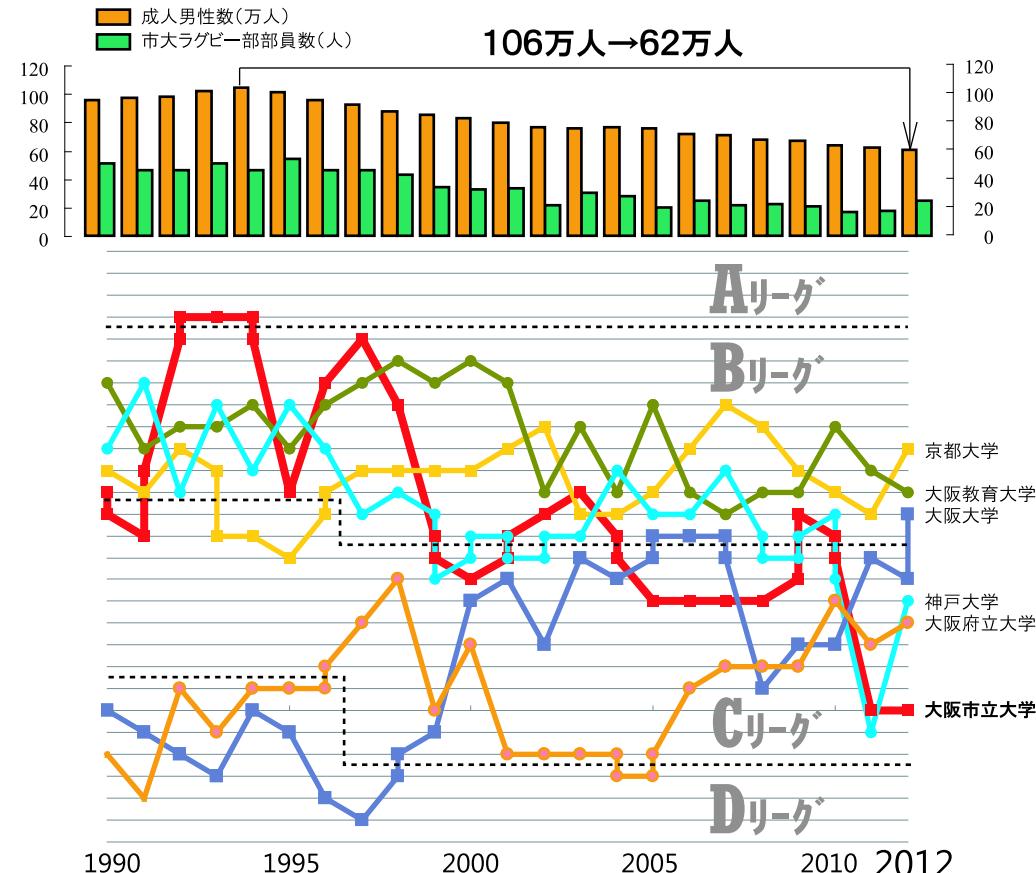
入試の仕組み、全生徒数の関係で人数は多くないが、能力の高い選手が集まっている。だから、自然と工夫された効率の高い練習が組まれる。これが逆にBに長く定着できている理由かも知れない。



大阪教育大学

指導者：徳山氏（中央大学卒）
部員数：P21人+M5人
スローガン：強い体作り
ライバル：国公立、特に京大
目標：Bリーグベスト4を倒す
スタイル：ボール動かしスピードで勝つ
課題：ミスの多さ、スタミナ不足

成人男性数と市大部員数／関西国公立6校の順位変動



1年遅れのV字回復へ

市大は限界を越えられる。その風土がある。少子化、学生の多様化が進み、どの運動部も人数確保に苦労する現代、市大ラグビーの魅力を伝え、集まつたメンバーと共に変革に全力を傾けよう。そうすれば一年遅れのV字回復は必ず達成されるだろう。

まずは、6校の順位変動を紹介したい。見ての通り、近年は伝統の京都大学と、体育系の専攻を有する大阪教育大学が他の国公立を牽引している。しかしながら02年以降は両校ともBリーグ3位の壁をなかなか越えられずいる。この2校に対し、近年は大阪大学、大阪府立大学の成長が著しく、国公立同士の競争も激化している。

一方、我々大阪市立大学は、92年にAリーグ昇格という輝かしい歴史を有するが、現在は低迷中。過去の栄光はあくまで誇るべき歴史という認識に留め、現状をしっかりと見極めなければならない。

上段には成人男性数と市大部員数の推移を示す。人口の減少比率以上に部員数が減少、それに呼応する形で順位も後退した。これに對し、昨年は10人の新人が加入し、部員数が3年ぶりに20人を越えた。しかしながら、結果ががついて来ていない。

混戦の6校 Bリーグ上位の壁を前に

(補足) 大学ラグビーのメインの大会は9月～12月に行われるリーグ戦。負けたら終わりの高校の大会とは大きく異なるところ。各大学とも1つでも順位を上げるために、また上位リーグの称号を獲得するために長期間の戦いに臨む。Aリーグ上位は大学選手権へ出場する。

B 定着へ勝負の年。

阪大も今の中大と似た苦痛を過去に味わっている。05年シーズンにBリーグに昇格したものの、上回生が抜けて戦力ダウン。降格の翌年となる08年にCリーグ7位まで後退した。そこから4年かけてチームを再建。再びBリーグへと戻ってきた。同じ過ちは2度繰り返さない。京大と大教大を手本に、B定着の準備を進めてきた。

スローガンは「S（セットプレー）・B（ブレイクダウン）・W（ワイズダム）」頭を使って堅実なプレースタイルを極める。選手が入れ替わってもすぐに戦力が大きく変化しないオーソドックスなスタイルだ。課題とする

キックでのエリアマネジメントが効率的になれば、目標のB残留は固いだろう。市大が手本とし、まず初めに早急に越えるべき敵はこのチームかもしれない。

大阪大学

創部：1931年
指導者：田中康夫（北野高校→阪大卒）
部員数：P 38人+M 5人
スローガン：S. B. W
ライバル：京都大学、大阪教育大学
目標：Bリーグ残留
課題：陣地を取るためのキック



初のB昇格を狙う。

「痛みなくして前進なし」、大阪府立大学のスローガンからは、彼らが如何に身を削り、ディフェンスにこだわって来たかが伺える。

Cリーグ昇格の05年以降、ディフェンス力の強化に比例して順調に順位を上げ、Bリーグが狙える位置までやってきた。今年は入替戦への出場、そしてBリーグ昇格を狙う。そのため得意のディフェンス、特にタックルにさらなる磨きをかける。目標は試合中のタックルミスゼロだ。

非常に勢いのあるチーム。市大と

は毎年春に定期戦をしているが、正直、できることならそこで勝つておきたい相手。

大阪府立大学

創部：1948年
指導者：谷田昭次（法政大卒）
部員数：P 32人+M 5人
スローガン：No Pain, No Gain
ライバル：Cリーグ全チーム
目標：Bリーグ昇格
スタイル：固いディフェンス
課題：タックル技術のさらなる向上



和歌山大学

京都教育大学

京都工芸絹維大学

兵庫県立大学

滋賀大学

和歌山・京都教育の2校はC D入替戦に勝利し、2013年シーズンよりCリーグで戦う。



全国どこでも大学ラグビー！！

学日本一を目指すのも良い。
さらに、医学部、医科大
学でもラグビーは盛んで、
医学部リーグという独立した組織を形成している。
とにかく大学はラグビー
が盛ん。折角のラグビーと
の出会いだ。大学でラグビーを極めよう。

東京大学

一橋大学

筑波大学

早稲田大学

慶應大学

北海道大学

名古屋大学

東北大学

九州大学

神戸大学

11年シーズン、神戸

は市大と共に一気に順位を下げた。市大と達ったのは翌12年シーズン。見事にV字回復を遂げ、3位となつた。しかし、当然結果に満足してはいない。

順位回復を支えたのは15人の新人による底上げ。しかしながら、フロントローを出来る選手が少なく、セット

C 9位からV字回復。

創部：1923年
指導者：森岡礼次（夢野台高校→神大卒）
部員数：P 32人+M 5人

ライバル：Cリーグ全チーム
目標：Bリーグ昇格
課題：セットプレー
スタイル：プレーの意図を理解したラグビー

プレーが今後の課題としている。また、高校でのラグビー経験値が様々で、全員がプレーの意図を理解して動く、という従来のスタイルが崩れぬよう、練習を工夫しているという。

東京の一橋大学、市大と共に三商戦という定期戦を毎年春に行っている。市大の「最大のライバル」としながらも実はこの定期戦、リーグ戦を含めて市大は神戸に10年間勝てていない。市大の「変化」の成否には、今年の春の三商戦が重要な意味を持ちそうだ。



創部93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食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っている。

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。

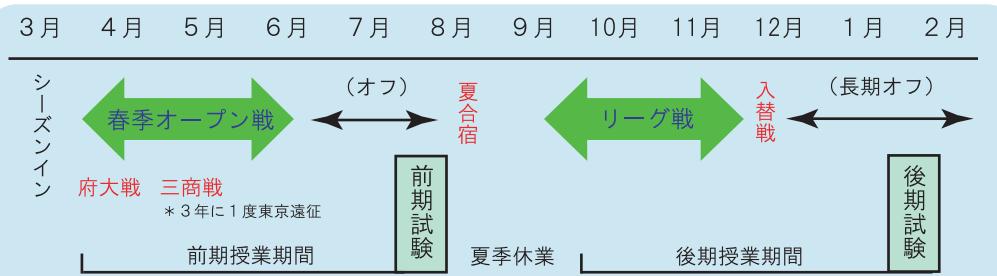
グラウンドは芝ではないが、ナイター設備を備

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



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、毎回午前中は練習をしている。午後は十分な時間ががあるのでアルバイトや資格の勉強なども可能だ。



え、ウエイトルームも十分なものがある。この辺りは私立の強豪には敵わないが、強くなるために必要な設備が市大には揃っている。

年間スケジュール

ラグビー部の1年は3月に始まる。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、夏は海に入ったり、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。

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。たくさんの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、ある曜日は授業を固めて、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したり、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。

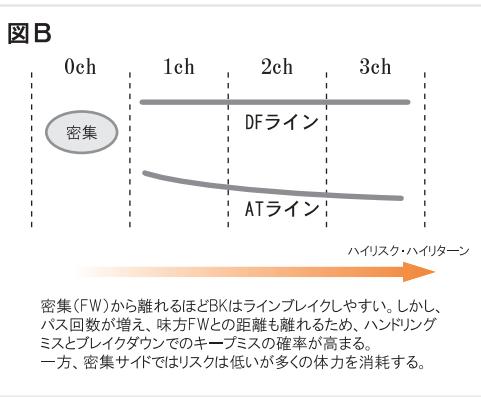
時間の使い方にはラグビー部の部員も気を使っている。忙しくなければなるほど、無駄な時間が減って充実してくる。その中にメリハリをつけて、勉強に部活動にパートにと、うまく両立できるように心がけている。

TECHNICAL SEMINAR

友田さんのテクニカルセミナー

どうしたら勝てるのか。これを追求していくは、まずラグビーとはどんなスポーツかということを考えないといけない。中川IHCも言うように、ラグビーとは一言で言ってしまえば陣取り合戦である。ラグビー経験者ならおそらく何度も聞いたことがある表現だろう。しかし、これを改めて考えてみるととても奥が深い。高校までのラグビーを教えてもらったラグビーとすれば、大学でのラグビーは自分で考えるラグビーだ。陣取り合戦。この言葉を深く考えてみる。再考してみる。というのは大学でしかできない。試合中何度も必要とされる判断。パスかランかキックか。FWかBKか。全ての判断はすべてこの言葉に集約されると言っても過言ではない。ここでは陣取り合戦に対する市大の考え方を3つ解説する。

図B



リスクマネジメント エリアマネジメント

ここで再度、帝京・筑波の大学選手権決勝を引き合いに出したい。前半開始、筑波のキックオフは深く、22mラインより内側でラップが形成された。大事な立ち上がり、キックで陣地を取りに行っても何の不思議もない場面だが、帝京はBK展開を選択した。

キックとは、攻撃権を失う代わりに陣地を獲得するプレーだ。危険エリア（22mラインより内側）でのミスは、気にビンチにつながる。敵陣でプレーするというエリアのマネジメントは、同時にリスクのマネジメントでもある。にも関わらず、帝京がBK展開した理由。それは筑波のバックスリー（WTB、FB）

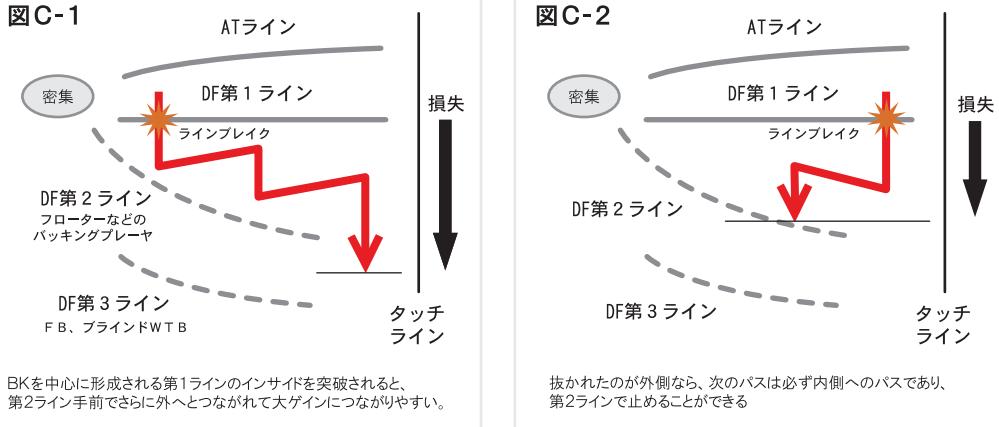
の走力を警戒したからだ。もちろん、ブレイクダウンでのマイボールキープに自信があったのだろう。しかし、そんな帝京でさえ、キックカウンターを嫌がったのである。

実際に、この試合で筑波はバックスリーで何度も見せ場を作った。しかし、その機会が少なかつた。エリアよりも優先させた、相手の得意なプレーをさせないという帝京のリスクマネジメントが効いた。

③陣地損失を最小限に。

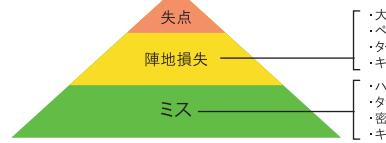
以上、短いが陣取り合戦に関する考え方を紹介してきた。もちろんこれらは一部に過ぎない。特に、如何にして得点するかという重大なテーマはこの紙面では扱えないほど複雑だ。それだけラグビーは奥が深い。だから楽しい。

奥が深いから楽しい



ラグビーとは、 [陣地の争奪+攻撃権の争奪]

図A



1つの失点の影には必ずしも失点にはつながらなかった何回かの陣地損失がある。さらに、この陣地損失の影には必ずしも陣地損失に至らなかつたいくつかのミスがある。つまり、ミスを減らせば失点のリスクが減る。

ラグビーにおいて、陣地を獲得する際に必ず必要なものがある。攻撃権、すなわちボールを保持しているということだ。DFでもゲインラインよりも敵陣側で止めることができれば、陣地を取ったと言えるが、結局ボールがなければ得点できない。ラグビーとは、攻撃権を有した状態で相手陣深く攻め込み得点するスポーツである。だから、第一にこの攻撃権を保持すること、失わないことを考えないといけない。

図Aのピラミッド構造は、重大な損失である失点の影にはいくつかのミスが隠れていることを表す。試合後の反省で、得点シーンや失点シーンを分析するのも大切であるが、それと同等にしっかりと把握しておかなければならぬのは、ハンドリングエラーなどのミスがいくつあった

①攻撃権を失わない。

か、ということだ。これらのミスによって攻撃権を失い、失点のリスクを高めている。

ミスをしないこと ミスを恐れないこと

市大は1試合で30~40ものミス（ペナルティを含む）をして攻撃権を失っている。基本スキルを磨いて20以下にしたい。ちなみに、大学や社会人のトップレベルだと10以下だ。ただし、ミスを減らせとプレッシャーを与えても実はミスは減らない。ミスを恐れ消極的になってしまふ。ミスの後、なぜミスをしたか考えることが大切だ。

自陣10mでペナルティを得た場合、タッチ킥で陣地を獲得するのが本当に得策だろうか。相手がラインアウトがうまくマイボール獲得率が低い、強風でノットストレートが多い、となれば、そこで攻撃権を失う可能性が高いわけだから、クイックプレーで仕掛けたほうが良いかもしだれ。ハンドリングやブレイクダウン（ラックやモール）などの基本スキルが備わっていることを前提とした場合、さらに攻撃権喪失のリスクを回避するためには、この例のようにプレー中どこにリスクがあるかを把握する必要がある。

攻撃チャンネルについても同じことが言える。図Bに示すように、密集(FW)からの距離が遠いほど攻撃権を失うリスクが高まる。セットプレーのサインではBKが何をするかFWに伝えていふと思うが、これはフォローを相手よりも早く行つてターンオーバーを防ぐ目的がある。

②リスクを把握する。

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。

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。

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例だし、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。



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）

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、市大自体の評価が高い。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。

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。

マネージャー改め、 チーフスタッフ制始動！

より選手に近い立場で
チームを強力にサポート

「今年度からの新たな取り組みとして、
チームの運営をサポートするメンバーの
仕事の枠を広げます。今までの、怪我の
手当てやテープニング、練習や試合中の水
分補給などの仕事に加えて、選手の体調
や筋力などの細かな管理や、試合の分析
も担当してもらいます。合わせて名称も、
マネージャーからスタッフに変更。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。

つまり、性別を問いません。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。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。
今年からの取り組みなので当然人数
が不足しています。市大の今後の大変
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。」



詳しくはホームページ、
または部員、スタッフまで！



だから私も最後まで
あきらめない

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
ージをもつてしまふかも知れないが、まつ
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
であつて、練習時には其に頑張る仲間とい
う意識が強い。学年に関係なく飲みに行つ
たりするし、夏には海や山に行き見れ
りもする。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.2 大学ではいろいろ
遊びたいんですけど…

ラグビー部の留年者はここ3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、成績
オールAを目指そう。ラグビー部で成績優秀。
目標すべき姿はそこにある。

Q.3 留年はしたくないん
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。

Q.4 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。

| | |
|----------|-------|
| 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% |

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

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、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。

確かに去年は結果がでなかつた。
でも今年こそ、必ずやその練習の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 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