



ラグビーチームのつくり方

file ③

伊藤 譲 文 村上 友 寛 真

text Mamoru Ito photo Yu Murakami

まずははじめに今シーズン公式戦全
日程が終了し、我々國學院大學ラグ
ビー部の成績と感謝の気持ちからお
話をさせていただきたい。

3部リーグ最終戦、國士館大学と
の全勝対決となった。この試合で3
部リーグの1位、2位順位が決ま
り、2部リーグの7位、8位チーム
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となった。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇

格を達成する事ができた。森崎
主将、大出副将、道場寮長をはじめ、
4年生は最後までチームを引っ張
り、まとめてくれた事に大変感謝し
ている。

また、部員同士がお互いに感謝し
合つ気持ちと、いつもサポートして
いただいてる大学関係者、OB会
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となりた。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇

格を達成する事ができた。森崎
主将、大出副将、道場寮長をはじめ、
4年生は最後までチームを引っ張
り、まとめてくれた事に大変感謝し
している。

また、部員同士がお互いに感謝し
合つ気持ちと、いつもサポートして
いただいてる大学関係者、OB会
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となりた。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇

格を達成する事ができた。森崎
主将、大出副将、道場寮長をはじめ、
4年生は最後までチームを引っ張
り、まとめてくれた事に大変感謝し
している。

また、部員同士がお互いに感謝し
合つ気持ちと、いつもサポートして
いただいてる大学関係者、OB会
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となりた。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇

格を達成する事ができた。森崎
主将、大出副将、道場寮長をはじめ、
4年生は最後までチームを引っ張
り、まとめてくれた事に大変感謝し
している。

また、部員同士がお互いに感謝し
合つ気持ちと、いつもサポートして
いただいてる大学関係者、OB会
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となりた。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇

格を達成する事ができた。森崎
主将、大出副将、道場寮長をはじめ、
4年生は最後までチームを引っ張
り、まとめてくれた事に大変感謝し
している。

また、部員同士がお互いに感謝し
合つ気持ちと、いつもサポートして
いただいてる大学関係者、OB会
との入替戦の対戦相手が決まる大事
な試合。入替戦に出場する事は決ま
っていたが、できる事であれば、
1位通過で2部リーグ8位チームと
の対戦が決まった。

しかし、結果は29対29の同点、總
得失点差で國士館大学が1位、國學
院大学が2位となりた。その為、入
替戦は2部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

2011年12月8日(日)快晴。
関東大学リーグ戦2部、3部入替戦
が行なわれた。

昨年と同じカード。昨年はこの試
合で國學院大學が負け、2部から3
部リーグへ降格となつた。その為、
入替戦までの2週間の練習は「2部
昇格」よりも「リベンジ」に気持ち
を切り替え、チームスローガンでも
ある部員全員がさらに「ONE」の
気持ちを高め挑んだ。正直、私より
も部員達の方が昨年の借りを返す思
いが強かったと思える。

その結果、24対10でリベンジ成
功。今年度の目標でもある「2部昇



地道にひたむきに集散を繰り返し、ボールを供給する
フォワードに、バックス陣が「ナイスフォワード!」
と声をかける。

スローの投げ方も反復した。バックス
も同じである。

大切なのは、その練習の意図をし
つかり理解した上で、体に染み込
ませるように反復していくことだ。
バスひとつをとつてみても、個々人
の体にあつた投げ方があり、私は、
絶対にこうしたほうがいいという教
え方ではなく、「こういうやり方も
あるよ」と提示して、学生に考えさ
れてきた。

せながら練習する方法を選んだ。

学生に、なぜそのような練習をする
のか、あるいはどんな練習をする
べきなのかを考えさせ、理解しても
らう意味もあって、春先には試合を
できるだけ多く組み、試合を通して
実践的な指導を行つた。実戦をビデ
オで撮影し、それを見ながら反省点
や修正点を学生と一緒になつて考
えたたとえばブレイクダウンにして
くるのは間違いない事実だと思つ。

考えて実行していく。

もつとも実戦練習で時間を割いた
のは、やはり現代ラグビーの要とな
るブレイクダウンだ。状況を的確に
判断し、接点でいかに前に出られる
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新規に1年生も15人
ほど入部する予定だ。学生には目標
を高く持つて、1部との入替戦での
勝利を目指すと伝えるつもりだ。も
ちろん、それが難しい戦いであるこ
とは承知している。一緒に戦つ田中
コーチ他、学生やスタッフが一丸と
なって、秋のシーズンに望みたいと
思つ。

来年はよいよ2

月に入替戦に勝つてシーズンを終え
るまでのプランは、自分なりに立て
ていた。東芝に所属していた時代も
春先に、ヘッドコーチに就任したア
ンガス（現NTTドコモ・シニアヘ
ッドコーチ）に呼ばれ、プランを選
手一人ひとりに伝え、共有しながら
組み立てて実行した。そんな経験も
役立ち、学生と一緒に進んでいたけ
た。
9月にシーズンインし、リーグ戦
がはじまってからは、試合相手のチ
ームを分析し、戦術を変えていく
た。ただ、私が東芝で培ってきた「ス
タンディングラグビー」を戦術の柱
としていたのは確かで、立ったまま
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新たに1年生も15人

ほど入部する予定だ。学生には目標
を高く持つて、1部との入替戦での
勝利を目指すと伝えるつもりだ。も
ちろん、それが難しい戦いであるこ
とは承知している。一緒に戦つ田中
コーチ他、学生やスタッフが一丸と
なって、秋のシーズンに望みたいと
思つ。

来年はよいよ2

月に入替戦に勝つてシーズンを終え
るまでのプランは、自分なりに立て
ていた。東芝に所属していた時代も
春先に、ヘッドコーチに就任したア
ンガス（現NTTドコモ・シニアヘ
ッドコーチ）に呼ばれ、プランを選
手一人ひとりに伝え、共有しながら
組み立てて実行した。そんな経験も
役立ち、学生と一緒に進んでいたけ
た。
9月にシーズンインし、リーグ戦
がはじまってからは、試合相手のチ
ームを分析し、戦術を変えていく
た。ただ、私が東芝で培ってきた「ス
タンディングラグビー」を戦術の柱
としていたのは確かで、立ったまま
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新たに1年生も15人

ほど入部する予定だ。学生には目標
を高く持つて、1部との入替戦での
勝利を目指すと伝えるつもりだ。も
ちろん、それが難しい戦いであるこ
とは承知している。一緒に戦つ田中
コーチ他、学生やスタッフが一丸と
なって、秋のシーズンに望みたいと
思つ。

来年はよいよ2

月に入替戦に勝つてシーズンを終え
るまでのプランは、自分なりに立て
ていた。東芝に所属していた時代も
春先に、ヘッドコーチに就任したア
ンガス（現NTTドコモ・シニアヘ
ッドコーチ）に呼ばれ、プランを選
手一人ひとりに伝え、共有しながら
組み立てて実行した。そんな経験も
役立ち、学生と一緒に進んでいたけ
た。
9月にシーズンインし、リーグ戦
がはじまってからは、試合相手のチ
ームを分析し、戦術を変えていく
た。ただ、私が東芝で培ってきた「ス
タンディングラグビー」を戦術の柱
としていたのは確かで、立ったまま
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新たに1年生も15人

ほど入部する予定だ。学生には目標
を高く持つて、1部との入替戦での
勝利を目指すと伝えるつもりだ。も
ちろん、それが難しい戦いであるこ
とは承知している。一緒に戦つ田中
コーチ他、学生やスタッフが一丸と
なって、秋のシーズンに望みたいと
思つ。

来年はよいよ2

月に入替戦に勝つてシーズンを終え
るまでのプランは、自分なりに立て
ていた。東芝に所属していた時代も
春先に、ヘッドコーチに就任したア
ンガス（現NTTドコモ・シニアヘ
ッドコーチ）に呼ばれ、プランを選
手一人ひとりに伝え、共有しながら
組み立てて実行した。そんな経験も
役立ち、学生と一緒に進んでいたけ
た。
9月にシーズンインし、リーグ戦
がはじまってからは、試合相手のチ
ームを分析し、戦術を変えていく
た。ただ、私が東芝で培ってきた「ス
タンディングラグビー」を戦術の柱
としていたのは確かで、立ったまま
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新たに1年生も15人

ほど入部する予定だ。学生には目標
を高く持つて、1部との入替戦での
勝利を目指すと伝えるつもりだ。も
ちろん、それが難しい戦いであるこ
とは承知している。一緒に戦つ田中
コーチ他、学生やスタッフが一丸と
なって、秋のシーズンに望みたいと
思つ。

来年はよいよ2

月に入替戦に勝つてシーズンを終え
るまでのプランは、自分なりに立て
ていた。東芝に所属していた時代も
春先に、ヘッドコーチに就任したア
ンガス（現NTTドコモ・シニアヘ
ッドコーチ）に呼ばれ、プランを選
手一人ひとりに伝え、共有しながら
組み立てて実行した。そんな経験も
役立ち、学生と一緒に進んでいたけ
た。
9月にシーズンインし、リーグ戦
がはじまってからは、試合相手のチ
ームを分析し、戦術を変えていく
た。ただ、私が東芝で培ってきた「ス
タンディングラグビー」を戦術の柱
としていたのは確かで、立ったまま
ボールを動かしていくラグビーを志
向した。立つてやることで、当然リ
スクも生じるが、それも踏まえて技
術を高めていく努力を学生とともに
考えて実行していく。

新たに1年生も15人