

入団のしおり



市川ラグビー少年団
りとるキング

2019. 5. 1. 改訂

入団のしおり

1. 芝生の少年ラグビー場

市川ラグビー少年団「りとるキング」は、日本体育協会傘下であり市川市教育委員会のご指導の下平成30年4月には創団45周年を迎えた歴史ある少年ラグビーチームです。

市川ラグビー少年団「りとるキング」が最も誇りとするものに、市川市から斡旋して下さいました北方少年ラグビー専用グラウンドがあります。（平成13年4月に芝を植えた）

2. 面白く楽しい少年ラグビー

団員の作文集『ふれあい』の中で「嫌いなランパス」という作文を読んで考えさせられました。ランパスは日本ラグビー界では古くから行なわれている走力や筋力を付けるための激しい運動量を伴う選手泣かせの練習方法の一つです。

日本ラグビー協会が発行した「ミニラグビーの指導の手引き」によると激しい運動量を伴う練習方法は、心肺機能や骨格が未発達の小・中学生には成長に悪影響をもたらすものでありかえって危険であると書かれています。

そこで当少年団が取り入れたのがグリッド方式やチャンネル方式、タッチフットといった練習方法です。これらの練習方法がどんなに試合に役立っているかは、実際に試合をご覧になればご理解いただけることと思います。

「嫌いなランパス」から「面白くて楽しいラグビー」へ様変わりをしました。

3. 基本プレーの修得と身のこなし

日本ラグビー協会は昭和63年頃、ラグビーを成長過程に合わせて段階的に身に付けさせていく方針から小学生の試合には9人制のミニラグビーを採用しました。また中学生にも12人制のジュニアラグビーを採用し全国交流大会も開催されるようになりました。

小・中学生の年代では、身のこなしに関係する神経系の発達が最も盛んになります。この時期にパスやキックの基本プレーを習熟すること。そしてグリッド方式やチャンネル方式、タッチフットなどで相手との係わり合いの中からパスやキックのタイミングを掴むことや自分の動きを覚える練習をしましょう。

4. 危険防止

ラグビーはその競技の性格上安全に留意し健康管理が非常に大切です。ミニラグビーとはいえ勇ましく激しいことは、大人のラグビーと変わりません。しかし、学年別にチームを分け対等の条件で試合を行うので重傷事故の発生は極力抑える事ができます。またジュニアラグビーでは成長期の高学年になると個人差が大きくなるので体格の優劣を考え何よりも日常から健康について自己管理が必要となり、練習日には欠かさず参加してトレーニングを忘れないことが必要となります。興味と本能のまま試合に参加すると思わぬ事故につながることを忘れないで下さい。

5. 入団申込書・同意書（別紙）

誓約書と「個人情報取扱いに関して」の内容を良くお読みください。また入団者本人の健康状態は正確にご記入下さい。

6. 費用

2019/04/01改定

	未就学児	小学部	中学部	コーチ	備考
①入団金	3,000円	3,000円	3,000円	0円	入団時のみ
②年会費	6,700円	10,700円	12,700円	0円	活動費
③保険料	800円	800円	800円	1,850円	スポーツ安全保険料
④登録費用	500円	500円	500円	2,500円	ラグビー協会登録費
合計	11,000円	15,000円	17,000円	4,350円	

7. 服装品

- | | | | |
|-----------------|----|---------|------------|
| ②ラグビージャージ（規定品） | 実費 | 約8,000円 | |
| ③ストッキング（規定品） | 実費 | 約1,200円 | |
| ④ヘッドキャップ（白色指定） | 実費 | 約3,000円 | *ロゴ入り推奨品有り |
| ⑤ラグビーパンツ（白色指定） | 実費 | 約3,000円 | *ロゴ入り推奨品有り |
| ⑥膝当て（小学部のみ白色指定） | 実費 | 約1,000円 | |

※①～⑤はキャップラガーズ様のホームページより購入いただけます。

※スパイク、ウインドブレーカー等々は各自で用意して下さい。

8. 練習日・練習時間（時間厳守）

★小学部

- ・毎週日曜日・祝祭日 08:45集合 09:00～12:00
- ・4月～3月第1/3土曜日 09:00～11:00 市民スポーツ教室開催
- ・練習グラウンドは北方少年ラグビー場（市川市北方多目的運動場）別図参照

★中学部

- ・毎週日曜日・祝祭日 08:45集合 09:00～12:00
- ・千葉県内合同チームでの練習の場合は各チームグラウンド持ち回り

9. チーム編成

★小学部

- ・Aチーム 6年生・5年生 9人制ミニラグビー
- ・Bチーム 4年生・3年生 7人制ミニラグビー
- ・Cチーム 2年生・1年生 5人制ミニラグビー・タグラグビー
- ・Dチーム 未就学児 5人制ミニラグビー・タグラグビー

★中学部

- ・3年生・2年生チーム 12人制ジュニアラグビー
- ・1年生チーム 12人制ジュニアラグビー

10. 練習時の注意事項

- ①必ず水筒を持参すること
 - ②練習や試合時刻が12時を過ぎるときはお弁当を持参し、皆で食べること。
 - ③練習開始15分前にグラウンドに入り、遅れないようにすること。
 - ④前の晩は早く寝て、良く睡眠を取ること。
 - ⑤手足の爪を切っておくこと。
 - ⑥朝、必ず食事をして、排便を済ませておくこと。
 - ⑦金具など危ない者は身につけないこと。
 - ⑧決められたジャージを着用し、ヘッドキャップも必ず着用すること。
 - ⑨練習中はラグビー以外のことは考えないこと。
 - ⑩行き帰りはジャージを着替えること。
 - ⑪研究心のないところに進歩は無い。★今日は何を覚えるか考えてくること。
 - ⑫グラウンドでは大きな声で返事をする事。
 - ⑬遠征先も含めてお菓子類の持込や飲食は禁止！ 必要な時は父母会が用意します。
 - ⑭ゲーム、雑誌等の持ち込み禁止！（遠征先も含む）
 - ⑮グラウンド内で会う方は皆ラグビーの仲間です、きちんと挨拶をしましょう。
 - ⑯練習グラウンドへの往復時、交通事故や事件に巻き込まれないよう十分に気を配ること。
- *保護者の方へ 喫煙は指定場所以外、全面禁煙です。ご協力をお願い致します。

11. 主な試合の年間スケジュール

①三市対抗戦(春・秋)

市川、松戸、八千代の三市で活動するラグビーチームが輪番制で当番チームのグラウンドにてA・B・C・D各チーム毎に試合を行い優勝旗を争う大会。

②房総少年ラグビー練成会(春・秋)

千葉県内で活動する10チーム以上の少年ラグビーチームが集まり、各カテゴリー毎に試合をして親睦を深め交流する大会

③三郷ミニラグビー交流大会

関東近県で活動する少年ラグビーチームが集まり、各カテゴリー毎に試合をして親睦を深め交流する大会。

④葛飾ミニラグビー交流戦

都内、近県のチームが集まり、各チーム毎に試合をして親睦を深める大会。

⑥NEC杯千葉県ラグビースクール選手権大会

学年別にトーナメント戦で試合を行い優勝杯を競う大会。

⑦葛飾RS・江東RFCと定期交流戦

⑧静岡RSと定期交流戦

12. 主な年中行事

①グラウンド開き

正月、北方グラウンドにて1年間の無事息災を願い、全員参加のもとに安全祈願祭の神事を行います。

②総会(父母会総会) ※保護者の方々は全員出席のこと!

毎年4月に保護者の皆様にお集まりいただき、活動報告・会計報告を行ないます。

③菅平夏合宿

菅平高原にて3泊4日の夏合宿(小学3年生以上)を開催します。

④体力測定(春・秋)

運動適性テストといい「上体起こし」「反復横とび」「50m走」「パスコントロール」「キックコントロール」「ロングキック」「身長/体重測定」を実施して運動適正を確認します。

⑤市川市ラグビーフェスティバル

市川市内の各種スポーツ少年団が集まり、市川市スポーツセンターでタグラグビーなどを楽しまします。

⑥コスモスパーティー

10月に「りとるキング」のシンボル花“コスモス”が咲くグラウンドの花壇の周りで 団員や保護者の皆さんと伝統の「トン汁」を食べながら親睦を図ります。

⑦ライオンやクボタ主催のラグビー祭に参加し、トップリーガーや近隣のラグビースクールと親睦を深めます。

⑧トップリーグ試合のエスコートキッズ等お手伝い

⑨クリスマス会

12月に団員・コーチ全員でお弁当を食べ、クリスマスプレゼント交換やゲームをして楽し

⑩卒団式(お別れ会)

3月卒団生に記念品を贈り、次のステージへ送り出します。

⑪作文集【ふれあい】の発行

年1回、団員・OB・父母の方々から寄稿頂き、作文集【ふれあい】を発行します。

13. 団歌（別紙）

14. 誓いの言葉（チームスローガン）

★誓いの言葉は、練習の始めに皆で唱和するので、覚えておいてください。

- ① 約束を守ろう！
- ② 『ハイ』と返事をしよう！
- ③ 大きな声を出そう！

15. 電話連絡網

- ①雨天中止や集合時間、場所変更等を電話で連絡致しますので、連絡網の順序に従い速やかに次の方へ連絡して下さい。
- ②次の方が留守の場合は、確実に再度連絡をお願い致します。また、その次の方へも飛ばしてお伝え下さい。
- ③列の最後の方は 連絡網の確認のため各列責任者へ連絡して完了となります。

16. メーリングリスト（LINEに移行しています）

①電話連絡網を補うためにメーリングリストを採用しております。Eメールアドレスをご登録下さい。ご家庭や勤務先等、配信を確認できるパソコンと携帯アドレスをお願い致します。⇒入団申込書に記入欄があります。

17. ホームページ

当少年団ではホームページを開設しております。いろいろな情報を掲載しますので 随時ご覧下さい。団員専用のサイトはパスワードで閲覧を制限しております。詳しくはIT担当者にお問い合わせ下さい。

<http://www.little-king.jp>

団員専用でんごん板 パスワード：

団員専用しゃしん館 ユーザー名：

パスワード：

団員専用資料館 ユーザー名：

パスワード：

18. 個人情報の取扱いに関して・同意書（別紙）

内容をご確認、ご理解の上 同意書にご署名・捺印をお願い致します。

19. 市川ラグビー少年団会則（別紙）

以上の内容をお子さんと共にご確認下さい。

20. お問い合わせ

市川ラグビー少年団 りとるキング

幹事長 大口哲弘

272-0826 市川市真間4-6-10

Tel&Fax: 047-373-5893

Mobile: 090-1039-6930