

入団のしおり



市川ラグビー少年団
りとるキング

2022. 4. 1. 改訂

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、日本ラグビーフットボール協会（千葉県ラグビーフットボール協会）と日本体育協会スポーツ少年団（市川市スポーツ少年団）に所属し、平成30年4月に創団45周年を迎えた、歴史ある少年少女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のひとつに、市川市が斡旋してくださいましたラグビー専用グラウンドがあります。（平成10年からは北方多目的運動場にて活動中）

2. 面白く楽しいミニ・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われている練習方法で、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ひとつです。

日本ラグビー協会が平成14年に発行した「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こと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ます。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（別紙）

誓約書と同意書並びに「個人情報の取扱いに関して」の内容を良くお読みの上担当者へご提出ください。また入団者本人の健康状態（アレルギー等）は正確にご記入下さい。

6. 会費

入団申込書を担当者へご提出ください。後日改めて、会計担当より会費振込口座をお知らせしますので、ご指定金額をお振込みください。

	未就学児	小学部	中学部	保護者* ¹	備考
入団金	3,000円	3,000円	3,000円	0円	入団時のみ
年会費	8,000円	12,000円	16,000円	5,000円	活動費
（保険料）	(800円)	(800円)	(800円)	(1850円)	
（登録費）	(500円)	(500円)	(500円)	(2500円)	
合計	11,000円	15,000円	19,000円	5,000円	

* 1 当団は、ラグビースクールではなくスポーツ少年団活動という特性上、保護者の参画は必須条件です。団体保険と日本ラグビー協会登録費を各ご家庭1名のご負担をお願いいたします。入団申込書に記載された保護者様を登録させていただきます。

尚、すでに社会人リーグ等にて日本ラグビー協会に個人登録されている保護者様は、入団申込書裏面 No. 5 の項目に個人登録番号をご記入ください。保護者会費から協会登録料を引いた 2,500円とさせていただきます。

※小学部修了時、中学部卒団時に、団への謝礼として5,000円を会費とは別におさめます。

7. チームウェア（ラグビー用品）

①ラグビージャージ（規定品）7,500～8,000円（税別）

②ストッキング（規定品）1,200円（税別）

③ヘッドキャップ（白色指定）3,000円（税別）

④ラグビーパンツ（白色指定）2,200～2,300円（税別）

⑤膝あて（小学部のみ白色指定）

⑥スパイク

⑦ウインドブレーカー

⑧その他

*①～④はキャップラガーズHP Web サイトにてご購入ください

<https://shop.capruggers.com/shopbrand/ct598/>

*⑤～⑧は、各自でご用意ください。

8. グランド・練習日・練習時間

【小学部】北方グランド、市川スポーツセンター、その他

- ・毎週日曜日 祝祭日 08:45 集合 09:00~12:00
- ・自主練習日 第1、第3土曜日 08:45 集合 09:00~12:00 (自由参加)
- ・その他 市民スポーツ教室・北市川スポーツクラブ活動 (自由参加)
- ・6~9月初旬サマータイム制あり

【中学部】北方グランド、市川スポーツセンター、その他

- ・毎週日曜日 祝祭日 12:30 集合 13:00~16:00
- ・自主練習日 毎週土曜日 毎回：時間場所指定 (自由参加)
- ・6~9月初旬サマータイム制あり

9. チーム編成 (カテゴリー)

【小学部】

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

【中学部】

- U15 (2/3年生) 12人制ジュニア・ラグビー
- U13 (1年生) 12人制ジュニア・ラグビー

10. 練習 (試合) 時の注意事項

- ①時間厳守
- ②グランド入退場時は、グランドへ挨拶します
- ③必ず大きめの水筒に水を持参すること
- ④試合時刻が正午を過ぎるときは、弁当を持参し皆で食べる
- ⑤前の晩は早く寝て、質の良い睡眠をとること
- ⑥手足の爪を切っておくこと
- ⑦練習前に必ず食事をし、排便を済ませること
- ⑧練習・試合には金具など危険物を身に着けないこと
- ⑨試合には、決められたジャージ、ストッキングを着用し、白色ヘッドキャップと白色パンツを着用すること
- ⑩練習中はラグビー以外のことを考えないこと
- ⑪グランドの往復は、練習着、ジャージを着替えること
- ⑫研究心の無いところには進歩は無い→今日は何を覚えるか考えてくること
- ⑬グランドでは大きな声で返事をする
- ⑭グランドでは遠征先も含めてお菓子類の持ち込み禁止。必要な時は父母会が用意する。
- ⑮グランドでは遠征先も含めてゲーム、雑誌等の持ち込み禁止。

- ⑯グラウンド内で会う方は、皆ラグビー仲間です。きちんと挨拶をしましょう
- ⑰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
- ⑱練習中、試合中に療を伴う怪我をした時は、速やかにコーチへ報告する
- ⑲父母会（保護者）の皆さまへ、グラウンド内全面禁煙です。喫煙は指定場所にてご協力をお願いします。
- ⑳その他、随時ホームページに掲載します。

11. 主な試合の年間スケジュール

①三市対抗戦（春季/秋季）

市川、八千代、松戸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遠征し、A・B・C・Dチーム毎に試合を行い優勝旗を争う大会

②千葉県房総少年ラグビー練成会（春季/秋季）

千葉県内で活動する12チーム以上の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・ラグビー交流会

関東近県で活動する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る交流会

④葛飾ミニ・ラグビー交流会

東京都、関東近県で活動する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る交流会

⑤NEC杯千葉県ラグビースクールトーナメント大会

千葉県で活動するラグビースクールが集まり、学年別にトーナメント戦を行い、優勝杯を争う大会

⑥静岡中央ロータリークラブ杯静岡ラグビーフットボール大会

静岡中央ロータリークラブから招待されたラグビースクールが集まり、Aカテゴリーが優勝杯を争う大会

⑦ワセダクラブカップ

ワセダクラブが招待するラグビースクールが集まり、A/Bカテゴリーが学年別に優勝杯を争う大会

12. 主な年中行事

①グラウンド開き（1月）

正月、北方グラウンドにて1年間の無事息災を願い、全員参加にて安全祈願の神事を行います

②卒団式・修了式（3月）

小学部6年生は修了式、中学部3年生は卒団式、次のステージでの活躍期待します

③父母総会（4月）

保護者全員出席にて、活動報告、会計報告と新年度の活動計画と予算案を確認します

④菅平夏合宿（7月）

3年生以上にて菅平高原へ遠征し3泊4日の夏合宿を開催します

⑤体力測定（春季/秋季）

運動適正テストを実施して、自分の運動適正を知り、運動能力向上を目指します

⑥コスモスパティー（10月）

りとるキングのシンボル花「コスモス」が咲くグラウンドで団員や保護者の皆さんと伝統の「トン汁」を食べ、親睦を図ります

⑦クリスマス会（12月）

団員、保護者の皆さんとプレゼント交換や、ゲームをしながら親睦を図ります

⑧作文集「ふれあい」出版

団員、保護者、OBの方々から寄稿いただき文集を発行します

13. 団歌（別紙）

団のイベント時に全員で合唱します

14. 誓いの言葉（チームスローガン）

練習始めに全員で唱和します

*約束を守ろう！

*「ハイ」と返事をしよう！

*大きな声を出そう！

15. ホームページ

当少年団ではホームページを開設しています。いろいろな情報を掲載していますので、随時確認してください。団員専用サイトのパスワード（PW）で閲覧制限をしています。詳しくは担当者にお問い合わせください。

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

団員専用でんごん板 パスワード：mocchi3

団員専用資料館 パスワード：mocchi3

16. 市川ラグビー少年団りとるキング 会則（別紙）

17. 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（おおぐちてつひろ）

メール rkoguchi@gmail.com

電話 090-1039-6930