

第18号

2016年3月発行



発行

房惑クラブ
会長 岡本恒雄

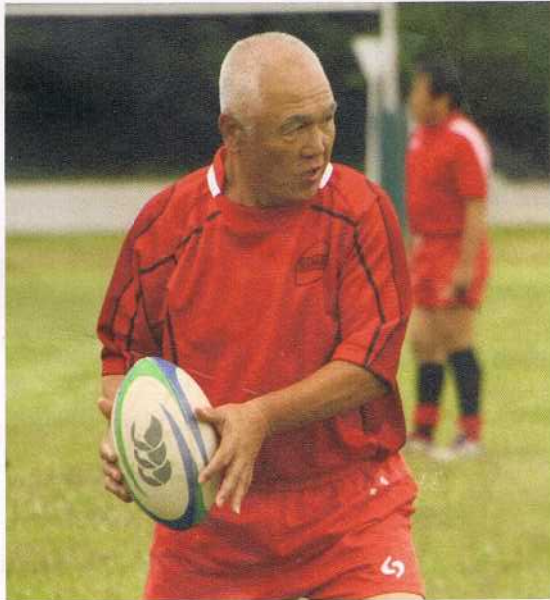
〒272-0033

市川市市川南1-10-1-2508

房惑クラブ事務局 下河邊 雅行

房惑クラブ会報

BOUWAKU



平成28年：役員としての抱負

会長 岡本恒雄

今年も「楽しいラグビー」を！！

早いもので、会長職5年目になりました。今年度もよろしくお願ひいたします！

ラグビーを始めて51年、何とか頭ではラグビーが解った？様な気がします。

しかし、体は年々劣化、思うようにいかないのが今日この頃。

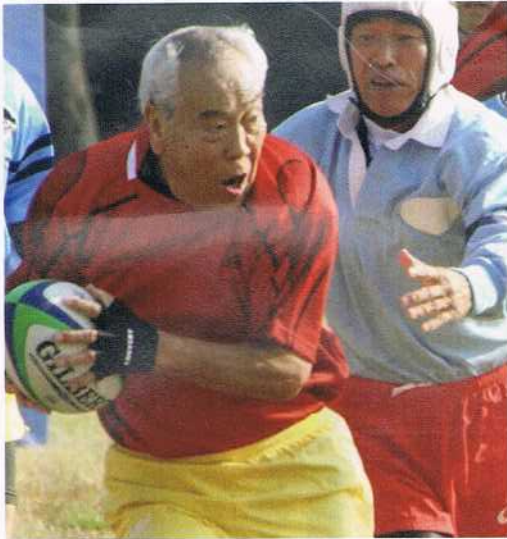
小生のラグビーに対する思い、最初から一貫して変わりません。

「楽しいラグビー」です。色々な人がいます。色々なプレイをします。余計な事を言う人(自分より他の人にも)。

余計な事を言うのは少し控えたい今年は！(アドバイスを除き)

ラグビーには良いルール？があります、ノーサイドです。アフターを大事に！

いつもの事ながら「無理はしても無茶はしない」今年も御互い頑張りましょう！



強く楽しく、素晴らしい、
房惑クラブよ永遠に！

顧問 吉田 晃

素晴らしい伝統と歴史のある房惑ラグビークラブの「黄パン」チームのキャプテンとして拝命を頂き、松戸で不惑ラグビーの出来る幸せと責任を感じております。

思えば、二十数年前「紺パンで当時55歳」で房惑クラブに入会した頃は「黄パン」単独でのチームでゲームを組める事など考えられず、当時は「赤パン」単独でも房惑クラブでは組めなかったのを覚えています。初めてのクラブ合宿参加は

草津合宿でした。あれから早くも二十数年「赤パン」時代も通り過ぎ「黄パン」まではラグビーを続けようと思っていた時期を既に五年も過ぎ、あと五年で「紫パンツ」に手が届くこの頃、グラウンドでの練習に各不惑クラブチームとのゲームに、そして隊員クラブでのアフターにと、それぞれのチームのメンバーと酒を飲み交わしラグビー談義に華を咲かせ人生まさにラグビー一色の日々。それも、これも、房惑クラブメンバーの「白」「紺」「赤」「黄」「紫」各パンツの素晴らしいチームメイトに恵まれ、他では得られない人間関係の「和」の中でこそと思う日々感謝したいと思います。そして、その「和」の中で黄パンの今年の目標として、毎週の練習時にごく普通の事です、ボールに多く触り（ハンドリング）ボールに走り込み（ランニング）ボールを追いかける（あきらめない）を基本として意識し、それがゲームに活かせるよう、この一年頑張ることが出来たら幸せと考えます。

又、最近グラウンドより遠退いている黄パンメンバーへの情報発信を工夫して、より多くのメンバーがグラウンドへ集まって貰えるような掘り起こし作戦を考えて行きたいと思っております。

房惑クラブ創立以来、諸先輩方々の積み上げて来た歴史と実績を真摯に受け止め、「好きなラグビー」「楽しいラグビー」を末永く継続できる様「白」「紺」「赤」「黄」「紫」各パンツ一体と成って「強く楽しく素晴らしい」不惑ラグビーを目指したいものです。その為にもラグビークラブチームとしては、他に類を見ないグラウンド環境やプレー後の風呂設備、アフター等、日頃当り前の様に使用させて頂いている恵まれた事実にメンバー一同強く感謝し、松戸のグラウンドは皆のグラウンドであり、将来とも

ラグーが集まれる皆が愛するグラウンドで在り続ける為にも、チーム一丸となり一致協力しましょう。

今年の1月に房惑の鉄人、大先輩の笠井久義氏がお亡くなりになりました。

ラグーマン、ナイスガイ 笠井久義氏改めてご冥福を心よりお祈り申し上げます



紺白パンツの代表として

副会長 安倍 正 巳

昨年より副会長の職を拝命しましたが、会の運営に全くと言っていいほど携わらなかった事を深く反省しております。今年の抱負としましては、白パンツの新規会員の募集・白パンツの遠征時の参加率向上・ゲームへの理解力のUP（場面場面で誰が何をするか）、以上3点を重点項目と捉え微力ながら尽力してまいります。

白パンツの増員に関しましては、会員全員が意識を持って自分の高校・大学・社会人・クラブチームなどで関わってきた若い人たちの声かけをしましょう。何らかの手応えが有れば、そこから人の輪が広がりそうな気がします。まずはホームページの受身の体制から、声かけによる発信の場を設けましょう。

遠征への参加については、家庭事情・金銭事情・仕事の事情等、多様な事情が有ると思いますが、年4回(東日本・草津合宿・菅平交流・関甲信)遠征については、4月までに最低2回の参加計画を個人的に決めていただき、主務に早めに連絡して下さい。年間計画の中で人数把握を早めに行い、大会参加への調整を実施したいと思います。

ゲームへの理解力については、試合の流れ・ゲームプラン・メンバー構成等でやり方が変わりますので、試合を通じて指示していきたいと思っております。

最後に、若輩者の副会長ではありますが、紺白パンツの代表として頑張りますので、皆様のご協力をお願いいたします。



「パイプ役」として

副会長 佐藤和美

平成4年の夏に房惑クラブへ入部し、24年の月日が過ぎました。

入部時は不惑の年齢に若干年齢が足りず、目立たず頑張らずのプレーをしていましたが、白パンから紺パン、赤パンへと進みラグビーを楽しくプレーさせていただいております。この間、色々な役職を経験させてもらい、今年は副会長としてのご指名に、恐縮ではありますが承諾させていただきました。

房惑クラブでの副会長の職は、部員の皆さんと各役職との「パイプ役」と理解しております。

自衛隊グラウンドでの練習に関する意見、遠征時の諸問題等に関する意見など、多様な意見を皆さんに出してもらい、会長を中心とし解決策を見出し、より良い方向へ前進できればと思っております。

色々な意見をどしどし発言して下さい。

ゆっくりとではありますが、確実に問題点を解決して行ければと思っております。

もちろん良い事はもっと良くなるように、微力ではありますが副会長として努力させていただきます。皆様方のご協力をお願い申し上げ、副会長就任のご挨拶とさせていただきます。



まずは参加を！

黄赤主将 阿部次雄

ワールドカップでのジャパンの活躍、そして今年からはスーパーラグビーへのサンウルブズの参戦へと、ラグビー熱が盛り上がっている昨今、我が房惑クラブも平成28年のシーズンがスタートしました。

私としても、房惑クラブに入り24年目となりました。諸先輩が築き上げてきた、このクラブを継承し盛り上げていかねばと思っているところです。

会長の言われる“楽しいラグビー”を追及する為に、まずは練習等に参加する事が、第一と考えます。

参加するその中で、チーム内での意思の疎通を図り、それをゲームに繋げていく姿勢を作る事が大切です。皆さんは、きっとラグビー好きの集まりのはず。

メンバー個々には、仕事や家庭等さまざまな状況があると思いますが、好きなラグビーの為の努力を惜しまないで、一年楽しみたいと切望します。



楽しい～ラグビー5ヶ条

黄赤副将 高橋謙太

平成27年度に続き本年度も又、房惑クラブ赤パンのバイスキャプテンにご指名頂き、身に余る光栄と感ずると共に、私自身どの様な形でチームに貢献出来るだろうか思案して居るところであります。

思うまま・・・ 「私の今シーズンの行動目標」として下記5項目を挙げて見ました。

- ①阿部キャプテンの補佐(フォロー)に全力を注ぎます。
- ②休まず練習・ゲームに参加する努力をします。
- ③シーズンを通して怪我しない体力を作ります(個人練習・練習参加)
フィットネスの確立が出来ればスキルアップ(維持)が出来ます。そうすれば自ずとメンタル(自信)も強くなり、安定したゲームメイキングや悪い流れを修正するプレーが出来ます。
- ④常に大きな声を出しコミュニケーションを計ります。
- ⑤欠かさずコミュニケーションに参加します。

以上、楽しい～ラグビーをする為に5ヶ条を誓いとして私は頑張る！

チームメイトの皆様も是非ご自身の「テーマ」を持ってゲームに練習に参加して共に、楽苦美というスポーツをエンジョイしましょう！ 宜しくお願い致します。



規律あるチーム作りを目指して

紺白主将 小久保新史

2015年の白紺チームの新主将に指名されました小久保です。思えば房惑クラブに初めて参加したのは、平成23年(2011年)8月中旬でした。松戸自衛隊のグラウンドで、真夏の日差しの中多くの不惑ラグーマンが元気に走り回っている光景が思い出されます。

私の房惑デビューは、さあこれからやるぞ思として臨んだ2回目の練習中に左ひざの靭帯を損傷し戦線離脱、本格的な房惑デビューは、その年の12月という散々たるものでした。

あれから4年半の時間が過ぎ、途中、昨年(2015年)の9月、前田前主将の四国への転勤に伴い、当時副主将だった私が主将代行を仰せつかり、今年正式に主将の任に就くことになりました。

房惑クラブも年がたつにつれ、いわゆる不惑ラグビーで言うところの若手(白紺)の割合が徐々に減りつつあり、一つ間違えると若手チームの存続さえ危ういことになってしまう状況です。そういう状況の中でも、年に何人かは房惑クラブの門をたたいてくれる方がおられます。そういう方が、他にチームがある中で房惑クラブを選んでいただけるような、また現在在籍されている部員も、より積極的に参加していただけるような、ラグビー好きが楽しくラグビーができる、キッチリとラグビーができるというチーム作りを地道に目指したいと思います。



安全第一から

紺白副将 添 田 雄 和

1. 安全第一(重症事故の予防)

ある程度の怪我はラグビーの一部だと思いますが、重症となる可能性の高い首や膝の怪我は出来る限り予防して、チームメンバーが長く元気にプレーできるようにしたいと考えています。

役員側でも予防のための練習/トレーニングを考えますが、メンバーの皆さんからもいい情報があれば教えてください。特にサッカー協会が膝の故障を予防するプログラム/トレーニングを展開しているので、どなたかその内容をご存じでしたら教えてください。

2. チームスタイルの確立

各試合での戦術/戦略はその時々メンバーの特性に合わせて考えれば良いと思いますが、チームとして拠りどころとなるスタイル(房感スタイル)を確立したいと考えています。

優勢に試合を進めている時は気にならないと思いますが、劣勢の場合に拠りどころとなるものがないと立て直すことが難しいと思います。現時点で「房感スタイル」を言葉で定義するのは難しいですが、特性でいえば「ラック連取によるランニングラグビー」でしょうか?メンバーの皆さんも房感是不惑や神惑とは異なるスタイルを持っていると感じていると思いますので、そのスタイルを表現するキーワード/キープレーズがありましたら教えてください。大まかで良いので各プレイヤーが同じ考えを持ってプレーできれば、チームに一体感が出ますし、何よりも試合運びが楽になると思います。

3. コミュニケーション

私自身も試合中に疲れてくると声が出なくなってしまうのですが、試合中練習中のコミュニケーションが少ないと感じています。

ラグビーはコンタクトプレーを前提とするスポーツですので、ボール保持者が状況判断することが難しい局面が試合中に必ずあり、そのような局面では周りのプレイヤーの声、指示が非常に重要です。練習でも工夫したいと思っていますが、試合・練習を通じて、常に指示の声が出ているようなチームにしたいと考えています。また、ラグビーでは周りに合わせて動くこと(連動)が重要なのですが上手くできていないと思います。特にディフェンス時には左右のプレイヤーの存在を感じることで自分の守るエリアを限定できますので、コミュニケーションを改善して、出来るだけ楽に守れるようにしたいと思います(そのための練習も考えます)。



「チームを引っ張る」ゾ!

紺白副将 山 室 吉 輝

この度平成28年度房感クラブ紺白チームの副キャプテンに任命されました山室です。まだ入部して1年もたっておらず、部員の名前と顔、部歌も覚えておらず不安なことばかりですが若手代表として練習からチームを引っ張り、小久保キャプテンを

支えていこうと考えています(プライベートは自分で頑張ってください)。

春期の紺白は、ディフェンスを中心にチームを作っていくと個人的には思っています。昔のように根性、気合でタックルするものではありませんので、ポイントでの立ち位置、人数のかけ方、ラインディフェンスなどチームの約束事として仕組みを作って試合に臨みたいと思います。(もちろんそのためにはもう少し走れないとだめですが・・・)。

まだまだ43歳と若造ですので生意気なことも言うかもしれませんが皆様のご指導、ご鞭撻宜しくお願いします(グラウンド以外でもお願いします)。



活動は会費の適正な活用から

会計担当 小島俊美

どのような団体の活動であっても、その活動のための収入がきちんと確保され、適正に活用されていくことが必要だと考えます。

私たち房惑クラブの活動も例外ではないでしょう。幸いにも今までのところ概ね収入と支出のバランスがきちんと取れ（若干収入が上回っておりますが）、支障なく活動ができています。しかし、実態はというと、（あまり参加できていないということで意識が薄いのかもかもしれませんが）若い方の会費納入状況が芳しくありません。

主務もこの点でいろいろと苦労し、工夫されていますが、改善されることを願っております。

一方、支出に関しては、活動に必要なものの購入には多少余裕があります。せっかく皆さんから支出していただいた会費ですので、古くなり使いづらくなった用具の買い替えや、必要な用具の購入等ご検討いただければ幸いです。また、3大会の白・紺への遠征補助を予算化していますが、できるだけ多くの方に参加いただけることを願っております。

今後も適正な会計処理を行えるよう努めて参りたいと思しますので、ご協力をお願いいたします。

話が変わりますが、近いうちに関東甲信越大会の担当が回ってくるように聞いております東日本大会の際に集めさせていただきましたお金の残金をストックしておりますが、大会実施の際にはまたご協力いただくことになると思います。よろしく願いいたします。



キーワードは“ふ・わ・く”

主務 下河邊雅行

今年度から主務を務めさせていただきます。前任の佐藤和美副会長の手ほどきを受けながら、無理せず身の丈にあった活動をしていきたいと思しますので、どうぞよろしくお願い致します。

今年度の抱負は、不惑ラグビーにちなみ、“ふ・わ・く”をキーワードにしたいと思います。

ふ：フレンドリー

チーム内はもちろん、対戦相手のチームにもフレンドリーな対応で、親しみやすい房惑クラブに努めます。

わ：和を以て貴しとなす

試合はもちろん、練習や遠征の時にも、One for all, all for one. の精神に努めます。

く：クレバー(賢く)

自分自身でできることは時間的にも能力的にも限界がありますので、多少は頭を使って、労多くして功少なしにならないように努めます。