



# 江戸川区ラグビースクール（入校案内）

2021.4

# 江戸川区ラグビースクール(ERFS)の活動



【対象】 幼児～小学生（+中学生）

【活動日】 土曜日 8:30～11:30（小学3年生以上のみ）

日曜日 8:30～11:30（全生徒：幼児～小学6年生）

※ 冬期（10月～3月）は、気温を考慮し、9:00～12:00に活動します。

【練習場所】 主な活動場所は、江戸川区内の芝のグラウンドです。※ 遠征は多くありません。

① 江戸川区河川敷（江戸川区第3ラグビー場、北小岩グラウンド）

② 南葛西地域（江戸川陸上競技場、臨海球技場、新左近川親水公園）

【活動期間】 通年で活動しています。入校はいつでも可能です。

（上期：4月～9月／下期：10月～翌年3月）

【大会・合宿】 夏休みに合宿を行います。大会にも出場します。

【スクール運営】 保護者のボランティアで運営しています（※ **保護者の当番制はありません**）

コーチは、日本ラグビー協会の資格を持つコーチのみです。

【スクール生人数】 約110名

【保護者の方のためのプログラム】

お子様のみでなく、保護者や大人の方がラグビーを体験する機会をつくっています

⇒ ラグビー体験会、パパママのタッチラグビー、トップリーグチームとの交流、試合観戦など

# 当スクールの方針と目標

- 「子どもたちの**成長**」や「**文武両道**」を目指します。
- **子供たちの自主性**を大切にして、自分たちで伸びていけるように指導します。  
(⇒ 子供だけのチームトークを大切にします)
- 全ての子供が**ラグビーを楽しむこと**を目指します。勝利至上主義は取りません。
- すべての選手にラグビーの基本を習得することを目指します。

## 【選手に大切にしてほしいこと】

- ① **大きな声のあいさつ**
- ② **素早い集合、ラグビーに集中！**
- ③ **チームメートを大切に！**
- ④ **ルールを守ろう！**
- ⑤ **レフリーを尊重しよう！**
- ⑥ **保護者に「ありがとう」という感謝の気持ちを示そう！**
- ⑦ **ほかのチームの選手を尊重し、仲良くなろう。**

# 年間活動予定



月	内容
4月	新学年スタート
5月 (GW)	春季東京都ミニラグビー交流大会
7月	夏合宿 (2泊3日) ジャンボリー大会 (全学年) ラグビーマガジンカップ (高学年)
11月	秋季東京都ミニラグビー交流大会 (全学年)
12月～	高学年は、ヒーローズカップ参加 (高学年のみ)
翌年2月	シャイニングアークスカップ参加 (高学年のみ)
3月	卒業大会 (全学年) 卒業記念イベント (交流会&BBQ)

※ 年間を通じて、他のスクールとの交流試合を行っています (1～2回/月)  
季節に応じて、ピクニック、試合観戦、トップリーグチームとの交流会などを企画しています。



# 入会について

## 入会の資格は？

- 男女を問わず、スクールの活動に参加できる幼児～6年生を対象としています。
- 江戸川区外にお住いの方も、参加いただけます。他の市や区から参加する方も多くいます。
  - ※ 保護者の方には、当番などをお願いしていません。ただし、けがをする可能性や、雨天等で練習を中止することがあります。緊急連絡ができる状況を確認してください。
  - ※ 小さいお子様の場合には、グラウンドでの付き添いや、グラウンド近辺でお待ちいただく必要があります。
  - ※ ボランティアで運営している組織であり、ラグビー経験の有無にかかわらず、普段の練習などのお手伝いをいただける保護者の方の参加を歓迎します。

## 入会前には、当スクールの練習を体験してください。

- 当スクールへの入会を決める前に、必ず当スクールの活動を体験してください。
- 当スクールの雰囲気や練習方法、指導方針がお子様にあうかを見て、ご家族で話し合ってから入会を決めていただきたいと考えています。
- 他のスクールを見学した上で、入団を検討していただいてももちろん構いません。
  - ※ 数か月おきに行う体験会のほか、通常練習（毎週日曜日）も、見学・体験は可能です。
  - ※ 一度の見学・体験だけでは判断できないというお子様、ご家族もいらっしゃると思います。1か月を目安に、見学・体験が可能です。
  - ※ 正式入校前は、スポーツ保険に加入していません。あらかじめご理解の上でご参加ください。

# 入会手続き

## 入校願書等の提出をお願いします

- 入会にあたっては、「入会申込書・承諾書」に必要事項を記載の上、事務局まで提出ください。また、住所、連絡先等をネット経由で入力いただく必要があります。
- 会費の支払い後に、お子様を選手として東京都ラグビー協会に登録し、あわせてスポーツ安全保険に加入します（登録費用・保険料は、スクール予算から支払います。特段の手続きは不要です。）

## 会費などの納入をお願いします

- スクール生の会費
  - ⇒ 小学生は、半期12,000円/人です（幼児は半期3,000円です）
- 父母会費
  - ⇒ 半期2,000円/家族
- 会費は、半期ごとの納付です（4月～9月、10月～翌3月）。
  - ※ シーズン途中の入校の場合には、金額の調整をいたしますので、事務局までご確認ください。
  - ※ 中学受験などにより、半期単位で活動への参加を休む場合には、その分の会費の納付は不要となります。休校を希望される場合には、各期が始まる前に、事務局まで連絡ください。
  - ※ 入会時には、会費の納入のほか、ジャージ、用具を用意していただく必要があります。

# 練習用具の準備

入校後は、練習用具を準備いただく必要があります。

※ 入会時には、すべてそろっていないなくても、練習に参加できます。

用具	仕様	備考
ラグビージャージ	指定（赤色×紺色・半袖）	指定店で購入ください。
パンツ	指定（紺色）	
ソックス	指定（紺色）	
シューズ（スパイク）	各自でお選びください。	スポーツショップ、ネット通販などで購入できます。
ヘッドキャップ	各自でお選びください。	
マウスガード	各自でお選びください。	歯科医で作成ください。
ラグビーボール	—	入会時にスクールからプレゼントします。

# ジャージ、ショーツ、ストッキング

- スクールオリジナルのジャージ、ショーツ、ストッキングを、指定店（ラグビーショップ「キャップラガーズ」）にて購入してください。スクールHPに、ネット購入のリンクがあります。  
\* 約4週間の製作期間を要します。パンツは、素材別に2種あります。





# ヘッドキャップ

- 自分のヘッドキャップを準備ください（幼児は不要）。
  - ヘッドキャップは、好きなデザイン、好きな色のヘッドキャップを自由に選んで構いません。ただし、IRB／World Rugby(国際ラグビー評議会／ワールドラグビー)が認定したものに限りです。
  - 購入は、インターネット通販やラグビー専門店か、指定店でスクールオリジナルのもの（紺色）を購入できます。
- ※ ラグビーのヘッドキャップは、『脳震盪や切り傷のリスクを低減させるため』のアイテムです。

[各メーカーから販売されているIRB認定ヘッドキャップ →○]



[スクールオリジナル →○]



[IRB指定ではないもの(×)]



※ ラグビーの場合、脳震盪を起こした選手は速やかにフィールドから離れなければなりません。また、けがのあった当日に限らず、練習に復帰するためには、定められたガイドラインに従って『医師管理下の段階的競技復帰のための証明書』などの提出が求められるなど、再プレーまでにはそれなりの時間がかかります。

# マウスガード（マウスピース）

- **高学年以上は作成してください。**子供のけがの防止のために、**中学年以下も強く推奨**しています。成長期のため、一定期間ごとに作りかえが必要です。
  - マウスガードの効用は、①口唇の裂傷、②歯の破折、脱臼、③顎の骨折、④脳震盪を防止です。
  - **歯科医で作成**ください（本人の歯形を取って作成）。スポーツメーカーが販売している既製品（「熱湯などで柔らかくして、歯の形に合わせる」と謳っているもの）は、装着感が悪く、接触プレーでのどが詰まるリスクもあります。おすすめしません。
- ※ 一回あたり5,000円程度が一般的な価格ですが、歯医者さんごとに異なります。事前にご確認されることをお勧めします。

【当学校の生徒がマウスガードを多く作成している歯科医】

（葛飾区）坂本歯科医院 葛飾区四つ木4-27-12

03-3696-4158

※ 先生がボクサーで、スポーツマウスガードを作るのが趣味だそうです。オススメです。

（江戸川区）田村歯科医院 江戸川区南小岩8-25-14

03-3657-0648

橋本歯科医院 江戸川区小松川1-5-3-104

03-3681-3461

（千代田区）丸の内センタービル歯科 千代田区丸の内1-6-1 1F

03-3216-9750

※ 電話にてラグビー協会歯科委員会から紹介された旨お伝えください。

※ かかりつけの歯医者さんでも問題ありませんが、スポーツ用マウスピース(マウスガード)という指定をしてください。



[歯科医で作成→○]



[メーカー既製品→×]

# シューズ／ラグビーボール



## 【シューズ】

- スパイク（サッカー用の固定スパイク）をご用意ください。
- なお、練習の際には、アップシューズ（サッカー用のトレーニングシューズ）を履いている生徒もいます。



## 【ラグビーボール】

- ラグビーボールは、入会時にスクールからプレゼントします。普段の練習や試合の時に持参ください。



# 「基本理念」と「大切にしていること」

## 【基本理念】

- 礼儀、尊重、集中、規律そして感謝を大切にして、活動しています。

## 【大切にしてください】

- ① グラウンドでは、**大きな声**を出そう（挨拶も、プレイ中も）
- ② ラグビーに**集中**しよう（コーチの顔を見て話を聞こう。大きな声で返事をしよう。）
- ③ 仲間を大切に！（**仲間**がミスしたときも、文句を言わない）
- ④ 保護者に「ありがとう」という**感謝**の気持ちを持とう。
- ⑤ **自分で目標を設定**しよう。目標に向かって**全力**を尽くそう。
- ⑥ 交流会では他スクールの選手を**尊重**しよう（みんなラグビー仲間です）
- ⑦ ルールを守り、レフリーの判断を**尊重**しよう。

→セルフジャッジやクレームはしない！

※試合が終わったら、レフリーに「ありがとうございました」の言葉をかけよう。



# 江戸川区ラグビースクールの「指導方針」



学校の活動方針を大切に、指導方針や指導ガイドラインに従って練習や試合を行います。

## ①「ミニラグビーを通じた**人材形成**」が学校の目標

礼儀、尊重、集中、感謝、規律などを身に付け、子供が成長できる学校を目指します。

## ② **全ての子供**が**全てのテクニック**を習得する

- ・ 小学生は、**長いラグビー人生のスタート**に当たります。また、正しいテクニック・スキルは安全確保のためになります。
- ・ 子供が成長するタイミングはずれがあります。すべての子供がすべてのテクニックを習得できるように指導をし、**ポジション固定はせず**に、全生徒に複数のポジションを経験できるように配慮します（※ 「カラダが大きいからFW」、「走れるからBK」とはしない。）。

## ③ **ティーチングとコーチング**が**バランスした指導**を行います

## ④ **チームトーク**を積極的に行うなど、子供の**自主性**を高めましょう

## ⑤ **安全**が最優先。練習や試合への**集中**を大切にします

## ⑥ **全ての生徒**が楽しめるように（習熟度に配慮して活動します）

## ⑦ **勝利至上主義**は徹底排除

※ ゲームキャプテンやチームリーダー、ポジションリーダーを多くの子供に経験してもらいます。いろいろな経験が子供を成長させます。



# 保護者の皆様へ

(入会前に、必ずご確認ください。)

# 1. 入会又は年度更新に当たって

- ① 入校及び年度更新（当スクールへの登録希望の意思確認）
  - ・ スクールの目的、活動方針・指導方針を改めて確認し、新年度の登録希望の有無をご回答ください。
  - スクール生登録（新規／継続）を希望される方は、申込書・承諾書の提出をお願いします。
  - ・ また、Google Formへ、氏名、生年月日、連絡先などの情報入力をお願いします。
- ② 登録希望者の皆さまへは、会費納入の連絡をいたします。
- ③ コーチは、誓約書への署名をお願いします。

## 2 スクール活動への参加に当たって

円滑な運営のため、以下への協力をお願いします

- ① 日程や連絡事項については、フェイスブックをご確認ください
- ② 確実に出席登録いただくようお願いします（事前登録のないお子さんは、練習や試合に参加できません。）
- ③ 持ち物に名前を書きましょう。グラウンドに忘れ物をしないように、保護者の皆様からお子さんにお伝えください
- ④ 練習には、ヘッドキャップ、マウスガード、ボール、水筒（天候により、タオル、着替え）を持参ください

※ 当番制はとっていませんが、江戸川区ラグビースクールは、ボランティアで運営しています。活動へのご協力をお願いします。



## 3. グラウンドでのお願い（保護者の方へ）

### ① 試合中や練習中、選手のプレイへ指示や声かけは禁止です！

・ラグビーでは、選手の自主的な判断が大切です。お子様のプレイに対して、「物足りない」、「もっとできるはず」、「こうすればよいのに」と思うこともあると思いますが、グラウンドでの選手の指導はコーチにお任せください（※ 試合でいいプレイがあったときの、前向きな「応援」はもちろん大歓迎です。）

- ・「練習を早退しないといけない」、「水筒を渡さないといけない」、「体調が悪そうに見えるので確認したい」など、スクール活動中にお子様に何か伝える必要があるときは、コーチにお声がけください。
- ・練習終了後も、他の選手の前で、子どもを怒ったり、叱ったりすることは慎んでください。また、グラウンドの行き帰りや家庭でも、ぜひよかったところをほめてあげてください。

### ② 練習スペース外での観覧をお願いします！

・保護者の方の練習スペース内への立入りは、安全上の観点からお断りしています（※コーチから求められた場合や、幼児の体験生の保護者を除きます）。スクール活動中は、コーチの指導に任せ、練習スペースの外周でご覧ください。

### ③ あいさつのであふれるスクールにしましょう！

・当ラグビースクールでは、礼儀や挨拶を大切にしており、選手、コーチや保護者の方も、みんなが大きな声であいさつできるスクールを目指しています。大人が手本となるよう、大きな声でのあいさつをお願いします！

**保護者の皆さんも、気持ちにゆとりを持って、グラウンドにお越しく下さい。きっと子供たちの楽しむ笑顔が見られると思います！！**

# 保護者の皆さまに大切にしてほしいこと

- 当スクールでは、「子供たちの成長」と「ラグビーの普及」を目指します。子供たちがラグビーを楽しんでほしい、ラグビースクールの活動を通じて、何かを学んでいてほしい、と考えています。
- スポーツには勝ち負けはつきます。「うまくなりたい」、「勝ちたい」という子供たちの想いを大切にし、尊重します。ただし、「勝利至上主義」は取りません！試合や大会で勝つこと自体を目的にしない、ということです。
- 「うまくなるためにはどうしたらいいのか」ということを子供が自ら考えて、試行錯誤していく。そのプロセスこそが重要です。「どう頑張ったか？」、「何が良くて何が足りないのか？」という過程を子供たちと一緒に考えて、サポートしていく、これが大人の役割だと考えます。コーチはもちろん、全ての保護者の皆様に守っていただきたいと思えます。
- 子供たちのプレーに対して、どうしても「ダメ」を出したくなりますが、ぐっと我慢して、見守りながら、保護者の方も思い切り楽しんでください！

# ボランティアコーチへのお誘い

子供たちが安全に楽しくミニラグビーをするためには、生徒の数に応じて、大人がグラウンドで関与すること不可欠です。手を貸していただける保護者の皆様、お子様をグラウンドに連れてくるついでに、子供たちと一緒にラグビーで遊びませんか？

## 経験不要！

- プレー経験のない方にとっては、「ラグビー」の「コーチ」と言われても、自分に縁のない話と思うかもしれませんが、しかし、ラグビーの経験は全く問いません。ゼロから始める子供たちと一緒に、ラグビーに親しんでいきましょう！
- ラグビーワールドカップをきっかけに、いわゆる「にわかファン」からスタートしたコーチも多数います。サッカー、バスケ、陸上、水泳、野球など、他のスポーツ経験から感じる皆さんの「気づき」をぜひ教えてください。

## コーチになることの魅力

- 我々の目的は「ラグビーが好きでたまらない子供をつくる」ことです。子供たちから「○○コーチ！」と声をかけられ、一緒に学んでいくことはとてもやりがいがあります。お子様と共通の話題も増えます！ぜひ一緒にグラウンドで！

# 女性コーチ大募集！

- 当スクールでは、お父さんコーチだけでなく、お母さんにも、ぜひコーチの仲間入りをしてほしいと思っています。
- ラグビーを教えるのはちょっと無理…という方もいらっしゃるかもしれませんが、でも、子供への声かけ、パス出しなど、経験がなくてもできることはたくさんあります。
- 小さなお子さんには、おじさんばかりの環境に慣れていない子もいます。小さな子供たちは、女性のコーチがいると、リラックスできます。
- 当スクールでは、今も昔も、ラグビー経験のない女性がコーチをしてきています。ぜひ、ご協力をお願いします！！