

## RUGBYとは

1823年、イングランドのラグビー校で、フットボール（サッカー）の試合中、1人の少年（エリス少年）が突然ボールを持って走り出した。この歴史を変える「事件」により、ラグビーフットボールが誕生。2019年には日本でワールドカップ開催。



## RUGBYの魅力

- ① 走る、投げる、蹴る、当たる、飛ぶ等、スポーツにおける**全ての動き**を存分に発揮。得意な動きに応じた**多くのポジション**があります。
- ② 15人もの団体スポーツ、**仲間との強い絆**。
- ③ **ノーサイド**の精神。人間形成に役立ちます。

## 三鷹ラグビー部の特徴

## ■ 中等教育学校

- ・中等教育校では開校と同時にラグビー創設、**自分たちで伝統**を作っています。
- ・中高一貫校のため受験がなく、**6年間**ラグビーを楽しめます。

## ■ 高等学校

- ・三鷹高校ラグビー部は**創部50年**を超える伝統校。
- ・都立校として22年ぶりに**花園予選ベスト4**（2009年度）進出
- ・都大会ベスト8を常に狙える都立校トップレベルのラグビー部

## ■ 共通

- ・ラグビー経験のある**顧問の先生が熱心に指導**してくれます
- ・進学指導も重視する学校のため**ラグビーと勉強の両立**が可能。
- ・**OB/OG、保護者との結束**は校内部活でも随一。



花園予選ベスト4 東京高校戦（2009年）

## 活動内容

## ■ 中等教育学校 ■

- ・月曜はウェイトトレーニングと外周、火曜から金曜は高校生と一緒に学校で練習。
- ・土曜（日曜）は神代中学校で合同練習または練習試合、公式戦に参加。
- 【部員】4名（新3年：2名、新2年：2名）
- 【活動日】週4日（平日2日、土日）

## ■ 高等学校 ■

- ・土、日曜は原則練習試合、月曜はオフまたはウェイトトレーニング。
- ・夏（菅平）と冬（関西）の2回、合宿を実施。
- 【部員】14名（新3年：5人、新2年：9人、うち2人はマネージャー）
- 【活動日】週6日

**ラグビーは中学、高校から始める人が多いです。君が主役です！！  
まずは見学や体験練習に来てみませんか？**

## 中等キャプテンから

僕達中等ラグビー部は3年生2人、2年生2人の4人で活動中です。現在は、調布市立神代中学校と連合チームとして試合に出場しています。練習は平日は高校生と一緒に行って、土曜・祝日は神代中学校で行っています。一味違った青春を楽しみたい人はラグビー部に集合を。

## 高校キャプテンから

ラグビーは体が大きかったり、小さかったり、足が速かったり、遅かったり、どんな人間にも適したポジションが15人の中に絶対にあります。入部して良かったと思える充実した3年間を僕達と一緒に送りたい。

## 顧問の先生から

ラグビーは団体競技の中でも15人という非常に人数の多いスポーツです。試合に勝った時は普段より15倍嬉しく、つらく苦しい局面ではいつもの15分の1ですむ、つまり何でもみんなで分かち合えるのがラグビー。もう一つラグビーの特徴として、誰にでもあてはまるポジションがある、ということが挙げられます。体の大きい子や小さい子、足の速い子や、そうでない子、また負けず嫌いの子や、他人にやさしくできる子、誰にでもあてはまるポジションは必ずあるのがラグビー。中学・高校に入って何をしようかな？と迷っている子はとりあえずグラウンドに足を運んでください。必ず君にぴったりのポジションがあります。ではグラウンドで待ってます。

仲間との絆・繋がり**の強さは、他スポーツにないラグビーの魅力**の一つ。一緒に心技体を鍛え、苦勞を分かち合った仲間だからこそ、結束が強いのです！

ラグビー部には、**現役を支援するOB会やサポーターズクラブ**があります。時には、現役学生や学生OBへの就学相談や就職相談にも対応。また、多くのOB/OGが様々な分野で活躍しています。

## OB会

- ・世代を超えたOB/OGの交流と現役支援を実施。
- ・毎年開催しているOB総会には多くのメンバーが集う。創部50周年を祝う2010年の記念式典には、100名超のメンバー参加。



## MRFCサポーターズクラブ

- ・現役部員の保護者とOB/OGの有志が運営する三鷹ラグビー部の応援組織。
- ・応援グッズを準備し試合の応援に駆け付けます。



## 先輩達からのメッセージ

**「ラグビーは、少年をいち早く大人にし、大人にいつまでも少年の心を抱かせてくれるスポーツです」**

### 小黒OB会会長（1973年卒）より

入学おめでとうございます！  
ラグビー部は文武両道がモットー。志のある者は是非、ラグビー部に入部を！我々OB会は諸君を応援します。そして、50有余年の歴史のあるラグビー部に新たな伝説を刻んでください！



### 2010年卒 土肥副将より

- ・早稲田大学体育会ラグビー部（3年）に所属して日本一を目指して活動中。



#### ＜後輩へのメッセージ＞

- ・ラグビーは人格を競うスポーツとも言われています。また共に闘った仲間はかけがえのない一生の財産になります。高校からラグビーを始めた私でも大学優勝最多を誇る早稲田ラグビー部（部員数120名）で試合に出場しています。1日1日を大事に何事にも一生懸命に取り組んでください。応援します。
- ・大学日本一になることと日本一のWTBになることが目標です。

### 2008年卒 小堀主将より

- ・成城大学体育会ラグビー部で4年間プレー。今春、大手総合家電メーカーに入社。



#### ＜後輩へのメッセージ＞

- ・ボールを持つこと、蹴ること、相手に体をぶつけること、などラグビーは様々な動きができます。つまり色々なスポーツの要素を含んでいるということ。なので他のスポーツをやっていた人は自分の経験を活かせます！もちろん初心者も大歓迎！ラグビーは中学、特に高校から始める人が多いスポーツなのです。都立No.1の三鷹でプレーをしましょう！
- ・私も、今後はこれまでの高校・大学でのラグビー経験を糧に、「社会」というグラウンドで頑張っていきます。

### 1992年卒 木暮先輩より

- ・弁護士。
- ・「これからも、この仕事を通じて、自らの社会的な役割、責任を果たしていきたいと思えます」。

#### ＜後輩へのメッセージ＞

ラグビーは楽しい。本当に楽しい。観戦して味わうだけではもったいない。自分でやってこそ得られる、その楽しさ、その面白さ、その喜び、それらは他でなかなか味わえない格別なもの。チームメイトたちと一緒に、同じ目標に向かい、夢中になって取り組む、その結果得られるものは、きっとかけがえのない、素晴らしいものになります。さあ、貴方も、三鷹でラグビーを。

### 1990年卒 三井先輩より

- ・大手鉄道会社のグループ企業に勤務。
- ・いわゆる「エキナカ」商業施設の開発や運営、駅作り、駅を中心とした街作り業務に従事。

#### ＜後輩へのメッセージ＞

- ・今仕事で求められている、リーダーシップやコミュニケーションスキルは、ONE for ALL、ALL for ONEというラグビー精神で培われました。ラグビーを通じて得た人間関係や達成感、そして挫折や強い心は何にも代え難い財産です。
- ・後輩の皆さんも是非チャレンジして、学生時代でしかない経験を楽しんでみてはどうでしょうか？

