



日本大学ラグビー部 合宿所

〒206-0822 東京都稲城市坂浜 19-1382-1  
 TEL:042-350-3607 FAX:042-350-3608  
 Email : hurricanes.nurfc@gmail.com  
<http://www.nu-rugger.com/>



 日本大学ラグビー部  
 NIHON UNIVERSITY RUGBY FOOTBALL CLUB





# インターナショナルで通用する 自立した「強い個」の育成

## ラグビーを通じて、寮生活を通じて 日大ハリケーンズの強みを発揮できるチームへ

日大ハリケーンズは目的を達成するために一人ひとりが努力を惜しまず、誰もが最善を尽くす集団を目指しています。100人いたら100人それぞれの力を上げていくことが私の指導方針ですが、ラグビーはチームのスポーツであり、決して一人では行えません。全員がチームとしての共通認識を持つことで、各自の力が最大限にチームに反映されていくのです。そのため学生たちには日大ハリケーンズに入部したときから、「目的達成のための努力を全うする責任が発生している」と教えています。全員が目的を持って頑張っているなか、努力を惜しむ人間がいれば仲間から信頼されなくなります。仲間を裏切らない、それが大切です。

仲間との信頼関係が構築できていれば、相手の言葉を素直に受け入れ、お互いの悪いところを直すことができるようになります。しかし、仲間を信頼し、かつ信頼されるのは決して簡単なことではありません。ラグビーだけでなく、日常生活においても仲間に対する配慮と規律が必要になってきます。

例えば、練習時の出入りはグラウンドに近い正面玄関は使わず、通用口だけに限定しています。いろいろな人が利用する正面玄関をきれいにしておくことは当たり前のことだからです。正面玄関だけではありません。みんなが使用する場所を汚したら、次に使う人が困ります。ともに生活する仲間への配慮があれば、自分のものだけでなく、みんなのもの、人のものも大切にようになります。そして、正面玄関だけでなく寮全体をきれいにしておくこと、相手を気遣うことが代々引き継がれていき、日大ハリケーンズの伝統になっていくのです。

相手を気遣うということは、仲間が嫌がることをしないことでもあります。それはラグビーにも生きてきます。パスを出すときには取りやすいパスを出す。逆に対戦相手がやられたくないことに気づき、心理戦を制する……。寮で仲間に対する配慮を覚え、日常生活からきちんとしていけば、それが身につき、ラグビーのプレーにも表れてきます。

大学を卒業して就職したとき、日大ハリケーンズの評価はそのOBを見て決まります。日頃のトレーニングにより、何事にも負けない、メンタルタフネスを持った学生を育成することはもちろん、ラグビーだけでなく、他校から尊敬され、モデルチームになるような組織を目指しています。だからこそ、寮での生活もおろそかにすることはできません。寮はミニ社会を経験できる貴重な場ですから、ここでの4年間は卒業後も必ず生きてくると信じています。

充実したウエイトトレーニングルームを完備するなど、寮を新たに建てた2012年度は関東大学リーグ戦で勝ち点を重ね、4季ぶりに大学選手権に進出することができました。しかし、すべての面でまだまだですので、ラグビーを通じて、そして寮生活を通じて、どんな環境、どんな状況、どんな相手にも対応・順応して日大ハリケーンズの強みを発揮できるチームへと導きたいと思っています。

### ヘッドコーチ 加藤 尋久

1967年6月16日、埼玉県熊谷市生まれ。現役時代はラグビーの名門である熊谷工高、明治大学、神戸製鋼でCTB、SOとして活躍。高校日本代表、日本代表（キャップ2）にも選出され、7人制ラグビー日本代表として第一回ワールドカップに出場。明治大学、U23日本代表、7人制日本代表、東海大学等のヘッドコーチを経て、2009年より日本大学ラグビー部のヘッドコーチに就任。





# メンタルタフネスの追及

練習はナイター設備が完備したことにより、授業出席を最優先とし、夕方からの練習が基本になっています。体力トレーニングが中心のときもあれば、試合に向けた戦術トレーニングなど1日1日、目的・目標をもって練習に臨んでいます。

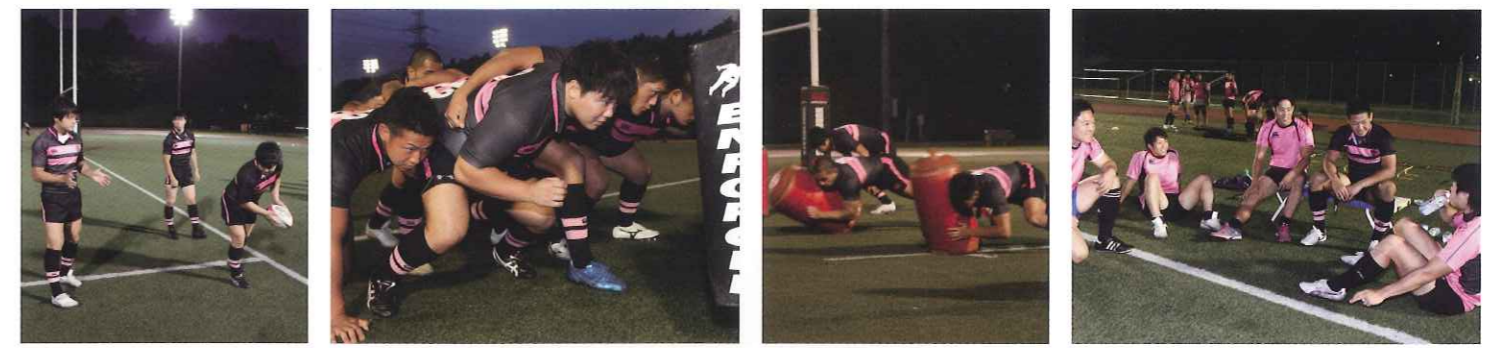


HURRICANES



## アグレッシブであり、クリエイティブに!

ラグビーには闘争心が大切であり、それを養うのが日々のトレーニング。しかし、追い求めるのは激しさだけでなく、クリエイティブなラグビーです。見ているものを感動させる……それが日大ハリケーンズの目標です。



### 日本大学 ハリケーンズ 強化基本方針

#### 大学日本一を目指す

- 日大ハリケーンズに入部することで『目的達成のための努力を全うする責任』が発生する
- 日本一のクラブ、プレーヤーになるための努力を一人一人が惜しまないし、誰もが最善を尽くす
- 激しいラグビーを展開し、創造力豊かなプレーで観客を魅了し、見ているものを感動させる事のできるラグビーを目指す
- 何事にも負けない、挫けない、折れない心、メンタルタフネスを持った学生を育成する
- 個の自覚そして自立、強い意志を持ち自ら考え責任感ある行動・言動ができる学生を育成する



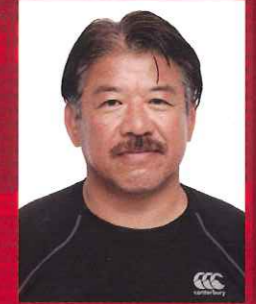
### || 日大ハリケーンズ精鋭スタッフ ||



部長  
**大塚 吉兵衛**  
日本大学総長、関東大学ラグビーフットボール連盟会長(日本大学歯学部卒業)



副部長  
**福本 雅彦**  
日本大学松戸歯学部教授(日本大学松戸歯学部卒業)



FW コーチ  
**藤田 剛**  
大阪工業大学高校を経て、明治大学へ。明治大学2年生(19歳)のとき、当時史上最年少で代表入りを果たし、通算キャップ数は32。ラグビーワールドカップには1987年、1991年と2大会連続出場。



BK コーチ  
**吉田 明**  
啓光学園、京都産業大学でそれぞれ主将を務め、神戸製鋼に。1995年、1999年のラグビーワールドカップに出場し、日本代表通算キャップは17。引退後は京都産業大学、常翔啓光学園を指導。



広報・コーチ  
**川松 真一朗**  
元テレビ朝日アナウンサー。両国高校時代に平尾誠二氏が次世代の選手を発掘するために立ち上げた平尾プロジェクトに招集され、日本大学ラグビー部時代にはU21日本代表育成選手に選出される。



S&C コーチ  
**川平 隆司**  
日本体育大学卒業後、アメリカンフットボールのトレーナーを経て、(株)プロフェッショナルトレーナーズチームに入社。神戸製鋼ラグビー部やSUZUKIモトクロスバイクチームなどを歴任。



# ストイックな空間

2012年3月に完成したウエイトトレーニングルームはストイックな雰囲気を作るため、器具の色はすべてオーダーメイドで揃えられています。練習メニューとしてウエイトトレーニングの時間も設けられていますが、寮内の1階にあり、いつでも自由に最高の環境でトレーニングを行うことができます。



## トレーニングや通学にも使われる自転車

自転車トレーニングも日大ハリケーンズの特徴です。高台にある寮の周辺は坂道になっており、アップダウンを利用した自転車トレーニングを行っています。通学にも自転車を使っていますが、学生にとって高価な自転車はメンテナンスの大切さ、物を大事にする事の重要性も教えてくれます。



## 日本大学 ハリケーンズ 強化基本方針

### 留年・就職浪人の撲滅

- 文武両道、学業との両立を図る
- 地域貢献、ボランティアなど社会貢献活動を積極的に行っていく
- ラグビーの競技力向上を図りながら、しっかり卒業・就職をさせる
- 社会に出てからもリーダーシップを発揮できるリーダーを育成する
- 競技力が向上すれば、トップリーグチーム他トップチームへの就職者が増える

# HURRICANES



## 充実のホスピタリティー

トレーナールームではアスレティックトレーナーとして鍼灸マッサージ師の資格を持つ、常駐の岡田トレーナーが選手のコンディショニングのサポートをしています。グラウンドの練習にも毎回顔を出して選手のコンディショニングを日々チェックし、食事前と食事後の増減も含めた体重管理をはじめ、水分補給やプロテイン、サプリメントの摂り方などセルフコンディショニングについてのアドバイスをしてくれます。



トレーナー  
岡田 一宏

BODDY HERRB所属。サッカーの横河武蔵野FC (JFL所属)、東京代表ラグビーチーム、九州代表ラグビーチームのトレーナーを歴任。2009年より日本大学ラグビー部のトレーナーに。



チームドクター  
龍 啓之助

駿河台日本大学病院医師。専門分野は膝関節外科、股関節外科、スポーツ整形外科、関節リウマチ。医学部生ながら日本大学ラグビー部に所属し、リコーラグビー部でもプレー。

## 歯学・医学部との連携

トレーナールームではテーピングやマッサージ、鍼灸による治療などを受けることができますが、競技中に怪我をした場合、駿河台日本大学病院の処置を受けられるのも日本大学ハリケーンズならではの特徴です。トレーナーから怪我の程度がチームドクターに連絡され、どのような治療が適しているかといった判断材料になるなど、病院との連携も図られています。

さらに日本大学歯学部付属歯科病院もあり、歯やアゴ周りの診療だけでなく、マウスピースを作成してくれるなど、サポート体制が非常に充実しています。

### 日本大学 ハリケーンズ 強化基本方針

#### ディシプリンのあるクラブ

- 学生間で教育・指導ができ、指摘しあえるような信頼関係の構築する
- 学生間で反省・修正・正すことができる集団へ
- ルール、モラル、マナー、約束は守って当たり前
- ラグビーだけでなく、他校から尊敬されモデルチームにされるような組織を目指す

## 開放的でリラックスできる空間 ボリュームある食事で体作り

戦術ミーティングなども行われる食堂は寮の1階にあり、窓からは明るい陽射しが射し込む快適な空間です。ボリュームだけでなく美味しい食事は管理栄養士の指導のもと、スタミナやパフォーマンス向上に直結しています。



管理栄養士  
新生 暁子

独立行政法人国立健康・栄養研究所 栄養教育プログラム食育プロジェクトに技術補助員として勤務。2008年高橋尚子率いる「チームQ」に栄養・調理担当として参加し、解散後はフリーの管理栄養士として活動。藤原紀香の栄養管理、栄養教育、食事指導なども行っている。



## ミニ社会を経験

監督室での電話対応などは当番制になっています。そうじは一年生から四年生まで全員で行い、みんなが使う場所を全員がいつでもいつまでも気持ちよく使えるよう、普段からきれいにしておくことを心掛けています。







## 自覚・自己責任・連帯責任 世の中に出るための準備をする場所

2012年2月に竣工式を行った寮は、日本大学ハリケーンズが日常生活を送る場です。部屋は8名室を中心に4名室、6名室に分かれています。平日の昼は学校があり、部屋に残っている学生はほとんどいませんが、全員が気持ちよく生活を送っていくため、共有スペースだけでなく、部屋の整理整頓も日頃から心掛けています。



寮はホワイトが基調で、清潔感のある空間となっています。各部屋の窓も大きく、開放感があります。各階の共有スペースに洗濯室はありますが、各部屋のベランダにも洗濯機が備え付けられており、洗濯待ちといったこともありません。



### 日本大学 ハリケーンズ 強化基本方針

#### リクルート活動の重要性

- いい人間性を持ち、将来性ある志の高い学生、ポテンシャルの高い選手の勧誘・入学
- 後輩から尊敬される学生を入学させることができれば、後輩達は先輩を慕って入学する
- 2019年ワールドカップで活躍できる、インターナショナルで通用する選手の輩出
- 社会人となっても日本大学のOBとして広告塔となり活動されることが大学、そしてクラブの信用度に繋がる

### 大学生としての自覚

#### 日本大学 ハリケーンズ 強化基本方針

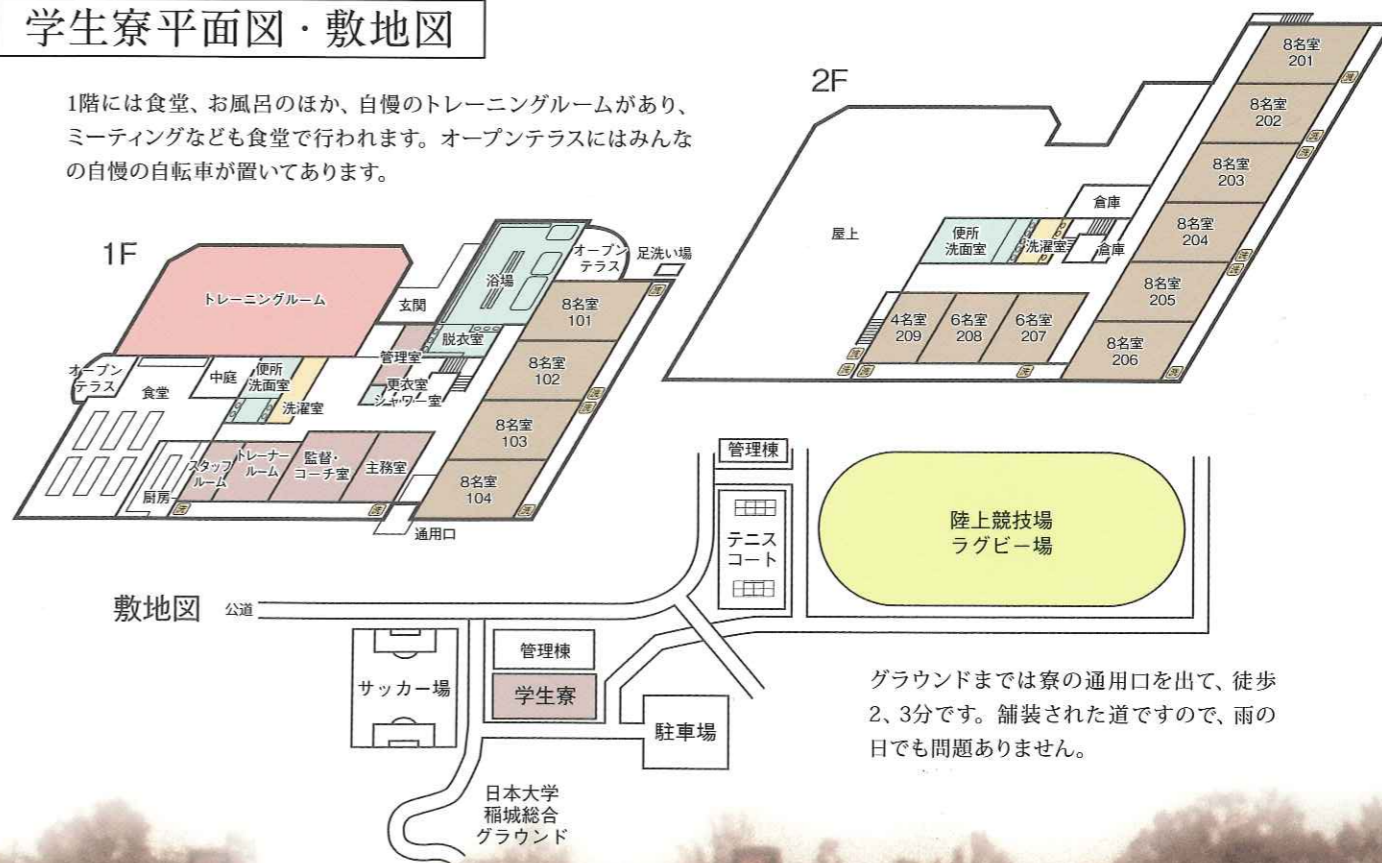
- 世の中に出るための準備期間の4年間と位置づけ、自立した人間力の高い学生をラグビーを通じて育成する
- 集団生活の中で、ミニ社会を経験させるためにも学生内組織（寮生活）をしっかりとさせる
- 学生としての自覚、責任をもった行動や言動が行える
- 組織、クラブの一員であることを自覚し、自己責任・連帯責任とは何かを正しく理解する
- 一人の人間として、仲間を信頼し信頼されるための努力を惜しまない、仲間を裏切らない
- 主張すべきは主張するが自己都合ではなく、相手の立場にたった考え方をする



浴場はトレーニングルーム同様、寮の自慢のひとつ。食事は朝夕の二食で、大きな物を運んだり、怪我人のためのエレベーターも備えられています。トイレには洋式だけでなく、股関節を柔らかくする狙いもあって和式が1、2階それぞれにあります。

### 学生寮平面図・敷地図

1階には食堂、お風呂のほか、自慢のトレーニングルームがあり、ミーティングなども食堂で行われます。オープンテラスにはみんなの自慢の自転車が置いてあります。



グラウンドまでは寮の通用口を出て、徒歩2、3分です。舗装された道ですので、雨の日でも問題ありません。

