

**HITOTSUBASHI
UNIVERSITY
RUGBY
FOOTBALL
CLUB**



01	目次
02	代表者メッセージ
03~04	ラグビーとは
05~06	ポジション説明
07~08	年間目標
09~10	年間スケジュール
11	Jr制度
12	縦割り班
13~14	マネージャー
15~16	部員の1日
17~18	設備紹介
19~20	Q&A
21~22	OBメッセージ
23~26	部員紹介
27~28	広告

代表者メッセージ



主将
菊地 真吾

新入生のみなさん、ご入学おめでとうございます！主将の菊地真吾です。このパンフレットに目を通してくださり、ありがとうございます。

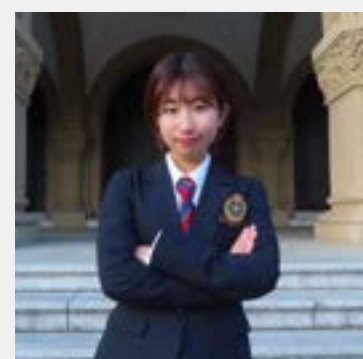
大学生になってやりたいことが明確に決まっている人、サークル、部活、バイト、インターンなど、色々やってみたいことが漠然とある人、それぞれいると思います。そこで、ぜひ一度ラグビー部を選択肢の一つとして持ってみませんか？僕は高校からラグビーをやっています。高校入学時はラグビーのことを何人でもやるスポーツかも知りませんでした、一度新歓に足を運んだのがきっかけで、今はこうして大学でもラグビーに熱中しています。

そして、もしラグビー部という選択肢を選んでくれたら絶対に後悔はさせません。一橋大学ラグビー部には、ラグビーという最高に面白いスポーツにガチで取り組むための環境、そして熱い仲間が揃っています。ここで過ごす四年間は、何にも変えがたい価値があると確信しています。人生に生きる経験をし、一生続く仲間得て、最高に熱い瞬間、楽しい瞬間を過ごすことになるでしょう。

ラグビーというのは本当に多様性のあるスポーツで、一人一人にあったポジションが必ず見つかります。体格や運動経験に関わらず、それぞれの強みを活かしてプレーできるのがラグビーの魅力のひとつです。初心者でも全く問題ありません。実際に、僕たちのチームにも大学からラグビーを始めた選手も所属しており、彼らも試合で活躍しています。

また、ラグビー部は競技に真剣に取り組みながらも、学業やアルバイトとの両立が可能な環境を整えています。文武両道を大切にしながら、充実した大学生活を送りたい人にはぴったりの場所です。

まずは、新歓イベントや体験練習に気軽に参加してみてください。実際にラグビーに触れ、チームの雰囲気を感じることで、きっと新たな発見があるはずです。皆さんとグラウンドでお会いできるのを楽しみにしています！



MG長
白川 珠羽

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。

遂に大学生となり、皆さんが期待に胸を膨らませていることはなんだろう。なにか専心できるものがほしい、ただ漫然と4年間を終わらせたくないなど考えていたら、ラグビー部がおすすめです。

決して大人数の団体ではありませんが、それゆえにアットホームです。誰もが素でいられて個性を発揮でき、練習終わりには誰かがふざけ倒して笑いが起こることもしばしば。

一方、生身の体ひとつで相手にぶつかり、全員でトライを掴み取る姿や、練習外でも部のために勝利のために試行錯誤を重ねる姿には胸を打たれ、刺激を受けます。普段の様子とのギャップには驚かされつつ、尊敬の念を禁じ得ません。

癖の強い仲間たちですが、だからこそ彼ら彼女らと一緒に4年間を走り抜けたいと思いました。これまた個性の爆発した後輩たちの今と未来を応援したいと思いました。そして、今後のまだ見ぬ一橋ラグビー部の活躍をずっと見守っていきたくて望んでいます。

これだけ厄介な魅力を持った部活に巡り会えたことは、私の人生において間違いなく宝だと言えます。マネージャーは点数を取ることはできませんが、チームの勝利のためになにができるかを日々考え、模索します。その過程で得られる学び・喜び・悩みはここでしか経験できないものだ実感しています。

ラグビー部はどんな人でも自分の強みを見つけて活躍できる場所です。最高の仲間たちとかけがえのない大学生活を過ごしませんか？グラウンドでお待ちしております。

ラグビーとは

ラグビーの基本情報

ラグビーはフィールド上のプレイヤーがパス、キック、ランをしながら相手陣地にボールを進めていく陣取り合戦です！



試合時間は80分

2 ラグビーは前半40分、後半40分の合計80分試合を行う



パスは後ろだけ

ボールを回して相手陣地に運んでいくのだが、この時にボールを前に投げることはできない。

15 V S 15



ラグビーは15人対15人の計30人がフィールド上でプレー

基本プレー

タックル

タックルは、防御側のチームが、攻撃側のチームの前進を止めるために行い、防御側のチームにとっては、ボールを争奪するチャンスとなる。



スクラム

FWの力の見せ所。軽い反則の後に行われ、ボールの争奪を行う。ラグビーにおいて、スクラムの制圧はチームを大きく鼓舞し、前進させる。



キック

陣地の獲得や味方へのパス、直接得点につながるキックなど様々なキックを使い分ける。



ラインアウト

スローワーが投げたボールを空中で奪い合う。スピードや高さはもちろん、複雑なサインを必要とする頭脳戦の側面を持つ。



ポジション紹介

FW

スクラムを組み、ボールがタッチラインの外に出ればラインアウトで敵とボールを奪い合い、BK（バックス）が捕まれば、すぐに駆けつけてボール確保に身を削る。ボール争奪戦が主な仕事だが、時には力強く突進してディフェンスを蹴散らす。現代ラグビーでFW（フォワード）の役割は増える一方だ。ぶつかって、倒されて、また起きて走り出す。下敷きになったり、踏まれたりしながら、走り回るタフな男たちだ。

PR / プロップ 背番号1.3



チームの最前列、スクラムで体を張るプレイヤー。体が大きく強い選手が務める。目立つことはあまりない、縁の下の力持ち。

HO / フッカー 背番号2



スクラムでは2人のプロップの間でかじを取り、ラインアウトでスローワーを務めるなど、体の大きさとともに器用さを求められる、チームの何でも屋さん

LO / ロック 背番号4.5



背の高いプレイヤーが務めることが多く、ラインアウト時にはジャンパーとして空中戦を繰り広げる。PR、HOとあわせてタイトファイブと呼ばれる重要なポジション。

FL / フランカー 背番号6.7



試合を通して走り続け、FWの中で最も運動量の多いポジション。DFの時は走ってタックルを繰り返す様はまさに仕事人。

NO.8 / ナンバー 8 背番号8



FWの司令塔。アタック時にはバックスのような動きをし、セットプレー時にはスクラムを押したり、ジャンパーになったり多く求められるポジション。



BK

筋肉質で大型の選手が並ぶFW（フォワード）に対して、BK（バックス）はスリムな選手が多い。FWが確保したボールをどう攻撃に結びつけるか考えるHB（ハーフバック）団のSH・SOには明晰な頭脳と俊敏性、スキルが必要であり、CTBは突破して前に進む強靱さも求められる。俊足を飛ばしてトライをあげるフィニッシャーのWTBは陸上の短距離ランナーのようだし、FBは最後尾の責任感と大胆さが要求される。

SH / スクラムハーフ 背番号9



すべてのプレーの起点となるパスを放るプレイヤー。ポイントからポイントへと走り続けるため無尽蔵のスタミナが欠かせない。

CTB / センター 背番号12.13



チームの切り込み隊長。バックスの中で一番激しいコンタクトを要求され、とても強い肉体を必要とする。ディフェンス時には強烈なタックルを相手に食らわせる。

SO / スタンドオフ 背番号10



チームの司令塔。自チーム、相手チームの状況を瞬時に判断し、攻撃を組み立てるプレイヤー。パスだけでなく、正確なキックも要求される。

WTB / ウィング 背番号11.14



スピードスター。相手をスピードやステップで切り裂いてトライを量産する。複雑な動きが少ないため初心者でも始めやすいポジション。

FB / フルバック 背番号15



チームの最後の砦。チームの最後尾で指示を出し続ける。抜けてきた敵を止めるだけでなく、相手が蹴ったボールを取ってアタックしたり、蹴り返して陣地を獲得する。

年間目標

関東大学対抗戦入れ替え戦出場

関東大学対抗戦は A グループと B グループ に分かれており、一橋大学は B グループに 属している。直近では2014年に入れ替え戦出場した。そのためには昨年敗北を喫した 東京大学、武蔵大学に勝利することが必須 となる。我々は昨年の雪辱を果たし、さら に上位を目指していく。

春 シーズン 目標

国公立大会優勝

オフ明けから始まる春シーズンでの目標は5月から始まる国公立大会優勝である。
国公立大会とは都内にある国公立大学のラグビー部がトーナメント形式で争う大会である。

関東大学対抗戦とは

関東大学ラグビー対抗戦グループとは、関東ラグビーフットボール協会が主催して開催する関東の大学生チームによるラグビーユニオンの対戦グループのことである。Aグループ（一部）とBグループ（二部）が存在し弊部はBグループに属している。

所属校

成蹊大学

明治学院大学

武蔵大学

学習院大学

東京大学

上智大学

一橋大学

成城大学



一年のスケジュール

03

練習再開

2月の冬オフが終わると、全体練習が始まります。春シーズンの試合に向けてウェイトトレーニングや基礎練習を重点的に行い、土台を作ります。



04～06

オープン戦

新入生の皆さん、入学おめでとう！
新チーム初の試合に挑みます。
国公立大会があり、今年は優勝を中間目標に掲げています。



07

夏オフ

春シーズンの疲れを癒し、
夏の練習に向けて英気を養います。
帰省や旅行、
各々が自由にオフを満喫します。



08

菅平合宿

長野県の菅平高原で1週間程度
試合や練習を行い、秋の対抗戦
に向けて最終追い込みをします。
合宿最後のBBQでは部員同士の
絆がより一層深まります。



09～11

対抗戦

いよいよ1年間の集大成、対抗戦が始まります。この時期になると部の雰囲気は対抗戦一色となり、選手やマネージャーはもちろん、OB・OG等チームにかかわるすべての人が一丸となって勝利を目指します。



12

入れ替え戦・三商大戦

対抗戦Bで上位二校になると入れ替え戦に出場できます。また、大阪公立大学、神戸大学との定期戦である三商大戦も行われます。



01～02

冬オフ

一年間で最も長いオフ期間です。
一か月半ほど練習がないので、海外旅行や免許合宿に行く部員もいます。



Jr 制度

Jr制度とは？

大学からラグビーを始める新入部員のためにラグビーの基礎を一から指導し試合出場を目指す制度です。手厚いサポートのもと初心者でも安心してラグビーを始めることができます

技術指導



タックル、パス キックなど
ラグビーの技術を一から丁寧にお教えます

体づくり



専属トレーナーの指導のもと筋トレ、また増量を
しラグビーに適した体になることができます

大学からラグビーを始めた先輩



高校まで野球を12年間続けていた北原（3年）は大学からラグビーを初め昨年度は対抗戦全7試合に出場しチームに貢献した。入部時から体重は20kg増加し筋トレの数値も部内で上位に入る

縦割り班

縦割り班とは？

「全学年の意見を取り入れたい」「一人一人がチームのことを考えてほしい」という思いから、班を作って役割分担をする制度です。PL、MG関係なく一人一班所属します。

戦術

チームの戦術を構築

S&C

ウェイトトレーニングや
体重の管理

運営

チームビルディングやレクリエーションの
考案、運営

育成

Jr制度を担当、新入生のサポート

分析

自チームの試合分析、
対戦校の分析

マーケティング

物販、広報から部の魅力発信

渉外

スポンサーの獲得

マネージャー

選手たちが最高のパフォーマンスを発揮できるのは、マネージャーのおかげ。部の活動においてグラウンド内外で必要不可欠な存在であり、目標達成のために重要なチームの一員です。その仕事について紹介します！

ウォーター



練習、試合中に水出し水分補給はけがの予防の意味でも重要です。

テーピング



けがの予防や再発防止のため、練習前にテーピングを行います。

練習準備



練習の準備や練習中のタイムマネジメントを行い練習を円滑化してくれます。

メディカル



負傷した選手に対して、アイシングなど適切な処置をします。

ビデオ撮影



練習や試合のビデオを撮ります。分析や反省を行うためには不可欠です。

ウォーミングアップ



ウォーミングアップやクールダウンを先導し、けがの防止に努めます。

氷・捕食作り



アイシングに必要な氷や練習後の栄養補給の補食を作ります。

記録



試合中交代などについて記録を取ります。

タイムマネジメント



練習や試合時間の管理を行います。特に試合中は非常に重要な仕事です。

マネージャーインタビュー

白川（4年）田中（3年）原西（2年）に色々聞いてみました！



Q1. ラグビー部に入ったきっかけは？

白川：受験生の時に部日記を読んで絶対に入部したいと思いました！

田中：弟がやっていたから

原西：中高で個人競技のプレイヤーをしていたので、大学では団体競技のマネージャーをやってみたくて思っていました！部員の雰囲気良くて、グラウンドが大学から近いのも魅力的でした～

Q2. やりがいは？

白川：自分や皆で考えながら、組織をよりよくしようと試行錯誤できること。

田中：多くの仕事をこなせるようになって、部への貢献が実感できること

原西：少しずつ仕事を覚えて、プレイヤーの役に立てたと感じられること。チームの一員として、部のために働けること。プレイヤーの一番カッコいい瞬間を間近で見れること。

Q3.MG の仕事で大変なことは？

白川：自分がプレーするわけではないから、真にプレイヤーの立場となって物事を見たり

考えたりできず歯がゆい。

田中：プレイヤーや部にとって最適な仕事を臨機応変にこなしていくこと

原西：部活時間内外で1人のマネージャーが複数の役割を担うので、大変な時もあります…でも学年関係なく協力体制がありますし、それがやりがいにも繋がっています！

Q4. 部活以外もいろいろできますか？

白川：サークル(若干入ってた)、バイト(塾講師、飲食、在宅添削)、インターン(営業・マーケ)、法科大学院試験の勉強。もちろん全部同時にやっていたわけではありませんが、やってみたくて色々チャレンジしてます！

田中：マネージャーはシフト制なので、勉強やバイトとの両立もしやすいです。また、相談すれば留学やボランティア活動なども可能です！

原西：大学の勉強はもちろん、サークルやバイト、遊びもできて充実しています！長めの冬オフもあるので色々なことに挑戦できますっ

Q5. 新入生に一言

白川：貴重な大学生活をの一部を部活に費やすことは、なかなか選べる選択肢ではありません。ただ、ラグビー部に入れば、得がたい経験や大事な仲間ができること間違いなしです！是非1度グラウンドに来てください！

田中：ラグビーを知らなくても、マネージャー経験なくても全然大丈夫です！ぜひグラウンドを訪れてみて下さい！

原西：とにかく仲が良くて、オンとオフのメリハリがしっかりしている所がラグビー部の魅力だと思っています。ぜひ一度グラウンドに来て体験してもらいたいです！

プレイヤーの1日



長友 俊哲

3年商学部プレイヤー

大学からラグビーを始めた彼は
SSP（渋沢スカラーシップ）にも
取り組みまさに勉強と部活の二刀流
である。また、今夏には留学を控えている。
ラグビー部では自分のしたい
ことを部活をしながら取り組むことが
できるのでぜひ参考にしてください

マネージャーの1日



菊池 藍子

2年SDS学部マネージャー

我が部活初のソーシャルデータ
サイエンス学部の部員である。
部活と授業の両立をしている。
そんな彼女の1日をみていこう

部活がある日

6:00	起床
7:20	家出る
8:45	ゼミ、授業
12:30	昼ごはん
13:30	知るカフェで勉強
15:30	部活
19:00	夜ご飯@ウエイト
19:30	ウエイト
21:00	国立出る
22:30	帰宅
24:00	就寝

部活がない日

8:00	起床
9:15	家出る
10:45	授業
12:30	昼ごはん
13:30	ウエイト
15:15	授業
17:30	友達とカフェ、ごはん
19:30	国立出る
21:00	帰宅
24:00	就寝

部活がある日

9:00	起床
10:00	朝ご飯
12:00	昼ごはん&身支度
13:30	国立に移動
14:45	課題
15:00~18:30	部活
20:00	帰宅
21:00	夜ご飯
22:30	お風呂等
23:30	就寝

部活がない日

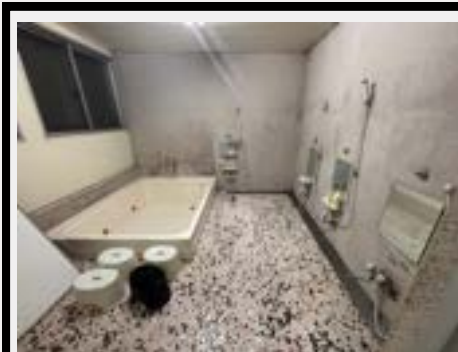
6:00	起床
7:20	朝ご飯&身支度
8:40	国立に移動
8:45~12:30	1.2限
13:30	学食で昼ごはん
15:00	友達と課題
15:15~17:00	4限
18:30	帰宅
19:30	夜ご飯
21:30	ごろごろタイム
23:30	お風呂等
23:30	就寝

設備紹介



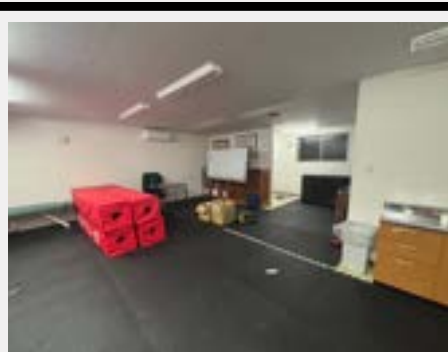
人工芝グラウンド

大学から徒歩 5 分の場所にある全面人工芝のラグビー場。さらにこの度ラグビー部 創設 100 周年を記念して、OB の方々のご支援により人工芝の全面張替えを行い、さらにグレードアップする。ほとんどの高校生ラグーマンは硬い土のグラウンドで日々多くの擦り傷に悩まされてきただろうが、大学ではこの快適なグラウンドで好きなだけ練習ができること請け合いだ



浴室

部室の中にあり、練習やトレーニング後に汗を洗い流すことができる。浴槽もあるため暑い日には冷水に、寒い日には温水に浸かって部員一同練習の疲れを癒している。



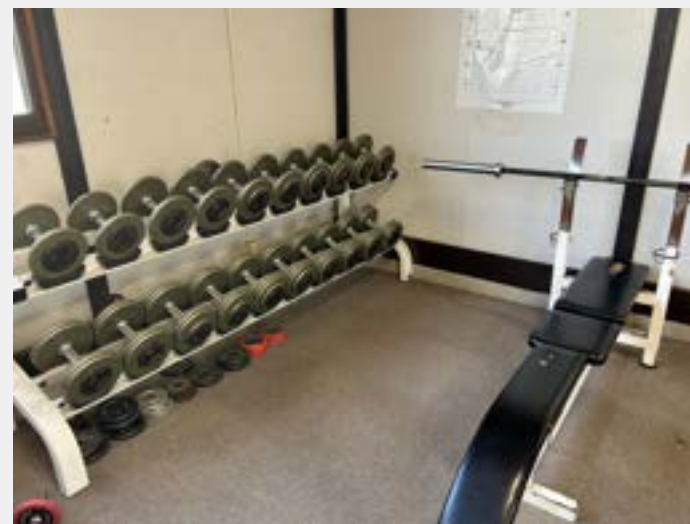
ビジタールーム

部室に隣接した施設で、普段はミーティングやチームビルディング等に用いられる。冷暖房も完備しており、その快適さから寝泊まりしている部員もいるとか。



ロッカールーム

浴室と同じクラブハウスにあるロッカールーム。入部すると一人ひとつロッカーが割り当てられ練習に必要なものを置いておけるため重い荷物を持つ必要なし！



ウェイトルーム



冷房具と必要な器具が完備されたトレーニングルーム。スペースも広く、多くの部員が一度にトレーニングを行える。最近、器具を大幅に新調し、さらに使いやすく快適になった。またトレーニングは、プロのトレーナーの方にメニュー管理やフォーム確認を徹底的にしている。この素晴らしい環境で一緒にフィジカルモンスターを目指そう。



松岡 哲朗

資格

1日本スポーツ協会公認アスレティック
トレーナー

2はり師・きゅう師

スポーツにけがは付き物。栄養管理やウェイトトレーニングの指導、故障しているプレイヤーの復帰計画の作成、試合での迅速な措置など、多くの面で密着したサポートをしていただいております。



Q & A

新入生のみんなが気になる疑問に現役部員がお答えします!

Q1. 勉強や遊ぶ時間はある?オフはある?

A. もちろんあります! 練習期間には月、木の二日間オフがあるほか、一週間ほどの夏 オフ、二か月ほどの冬オフを利用し、思い思いに学生生活を楽 しんでいます。また、資格等の勉強に励む部員も多く、部活と 両立しながら在学中に司法予備試験に合格した先輩も!

Q2. 家から学校まで時間がかかります...

A. 全然大丈夫です! 一時間以上かけて国立まで通学している部員も多くいます。また、練習開始時間も火、水曜日が午後三時半から、金、土、日曜日も午前十時からで、早朝からの練習はないので安心して ください!

Q3. ラグビー未経験だけど大丈夫?

A. 大丈夫! 毎年数人はラグビー未経験で入部し、公式戦で活躍する選手も 多くいます。先輩が基本的なプレーを丁寧に教えますし、B 戦 など経験の少ない選手も実践を詰める機会が設けられています。

Q4. アルバイトはできる?

A. もちろんできます! ほとんどの部員がオフや部活の前後の時間をうまく使ってアル バイトしています。アルバイト先は飲食店、カフェ、スーパー、塾講師、スポーツジムなど多岐にわたります。

Q5. お金はどれくらいかかる?

A. 合宿費等で年間5~6万円程度です。OB からの手厚いご支援のおかげ でとても少ない負担で活動できています。入部時に用具費も 支給されます!

Q6. 就活は大丈夫?

大丈夫! ラグビーにかけた四年間の努力や部の活動を通して得た経験 は就職活動の際に大きな武器になりますし、OBの方々からの手厚い支援もあります。ラグビーを通じてしか得られない 経験は人生においても貴重な経験になるはずです。

就職先一覧 (平成元年~令和五年一部抜粋)

住友商事	サントリー	日本 NRC	住友化学
三菱商事	トヨタ自動車	リクルート	キーエンス
日本製鉄	電通	豊田通商	モルガンスタンレー証券
三井物産	三菱地所	サッポロビール	クレディスイス証券
JXTGエネルギー	日本郵船	鹿島建設	三菱重工
三井不動産	東京海上日動	三菱電機	日本航空
住友生命保険	日本政策投資銀行	富士フイルム	日本ガイシ
伊藤忠商事	丸紅	三菱マテリアル	キヤノン
日本生命保険	博報堂	厚生労働省	テレビ東京
味の素	旭化成	日本銀行	キッコーマン
みずほ FG	損保ジャパン	日本経済新聞社	商船三井
日本放送協会	三菱 UFJG	東海旅客鉄道	法曹界で活躍する OB 多数

OBからのメッセージ



監督

三井不動産株式会社

田口 航平

平成28年度卒

4年間の大学生活、それは自由で様々な可能性が開けた時間です。皆さんは、勉学・友人・サークル・バイト・留学等様々なことを通じ何を心得るでしょうか。大学時代の生活にももちろん正解はなく、それぞれが自らの責任において時間を過ごし社会に出ていくこととなります。

4年間の中で得られることは様々ですが、私は、何年、何十年と自身の中に生き続ける自分の人生の軸となるものを築くこと、またそれにつながる経験をするからこそ、意義深い4年間の過ごし方の一つだと考えます。

仲間・先輩・後輩など生涯に通じるかけがえのない人間関係。それはともに一つの物事に真剣に取り組む体験の中でこそ築けるものと信じています。また、当ラグビー部の特徴である学生自治による組織運営の中で、勝利を目指す過程において得られるものは計り知れません。戦略を構築し、実践し、組織を動かし、取り組んでいく経験は今後社会で活躍するための自分自身の軸・価値観を築く大きな存在となるでしょう。もちろんラグビーだけが自己を成長させるものではありません。大学時代には何でも成し遂げるだけの時間、機会が与えられます。歴代、当部員は、勉学、遊びはもちろん、ラグビー以外の様々なことに貪欲にチャレンジしてきました。何をせずとも、時間は同様に流れます。その一方で何かに情熱を持って本気で打ち込める人間であれば、それ以外のことも実現できるはずです。ぜひ、一度グラウンドで当ラグビー部を直に感じてください。チャレンジする皆さんには最高の環境、最高の仲間、最高のサポートが待っています。勝利を目指して、強く強くコミットする充実感を一人でも多くの人に体験してもらいたいと思っています。



一橋ラグビー倶楽部会長

池口 徳也

(日本ラグビー協会co-CEO)

平成4年卒



元一橋大学学長

杉山 武彦

昭和43年卒

新入生の皆さん、ご入学おめでとうございます。皆さんに、選手またはマネージャーとして一橋大学ラグビー部に入学していただき、ラグビーが最も大切にする「チームワーク」を習得し、体力・気力・知力のバランスの取れた有為の人材に成長することを期待しております。私がラグビーを始めるきっかけとなった「自由と規律~イギリスの学校生活~」(岩波新書)で著者の池田潔は、「イギリスの選良はパブリックスクールで子弟にラグビー等の団体競技を課す。個人の利益や肉体の苦痛を犠牲にしてチームの利益に貢献することを教える。リーダーの資質のあるものが主将の役割を与えられる一方で、その才に恵まれぬものは自らの資質を認識し、最適と信ずるポジションに甘んじて全体に奉仕することを学ぶ。」という主旨のことを言っています。この訓練の中から、「役割は違っても受ける名誉はみな等しい。(Honor is equal.)」というチームワークの真髄を表す思想が生まれます。皆さんは大学卒業後、実社会に出ていろいろな事業に従事することになりますが、この世の中に一人だけできる仕事などありません。個人業主だろうが自由業だろうが多かれ少なかれ皆何らかの組織に属して仕事をしていきます。社会とはそういうものだからです。皆さんは必ずその組織の、ある時はリーダーとしてある時はフォロワーとして、誠実に自分の役割・責任を果たし、下位者を統率しながら組織に貢献していかねばなりません。その時に生きてくるのがラグビーでのチームワークの経験です。"One for all, All for one." "For side, On side, No, side"(味方のために戦い、ルールを守り、試合が終われば敵味方なし)、"Gentlemanship" "Fair play"等のラグビーの格言を理解し、「リーダーとしての責任・覚悟とフォロワーとしての態度・貢献の仕方」をぜひ体験して身に付けていただきたいと思います。

一橋ラグビー部は1922年創部、関東の大学では慶応・早稲田・東大に次ぐ4番目に古いラグビー部で103年の長い歴史を誇ります。500名に及ぶOBの寄付によりできた人工芝の安全なグラウンドで、勝利を目指す厳しい努力の中で「リーダーシップとチームワーク」を体験的に会得し、これからの社会を担う人材に成長してください。

新入生の皆さん、入学おめでとう。いよいよこれから皆さんの大学生活が始まる。学生生活の二本の柱は勉学と課外活動だが、そのいずれについても、今皆さんは大きな夢をもって計画を立て、多くの選択肢の中から自分の望むものを自由に選択することができる。何を学び何をしたいかをはっきり決めている諸君には、その状況を祝福し、初志の貫徹を祈りたい。しかし、新入生の中にはこれからの生活の内容をまだ描きかねている人も結構多いのではないだろうか。

そこで本題に入ろう。そのような諸君に対して、これまでの人生において基本的な財産のほとんどを学生時代のラグビーから得たと確信している一人の人間として、また一人の先輩として、今あらん限りの大きな声で「ラグビーをやろう!」と呼びかけたい。ラグビーを知らない人には信じてもらうほかに、ラグビーを長く続けた人が気付いているのは、ラグビーの神髄と人生の真理は驚くほどに共通している、ということだ。他のスポーツにも多少当てはまるとはいえるが、ラグビーは、その第一に、平素の反復的な練習こそが、事に臨んでの瞬時の判断力の源になる。第二に、好機をとらえて障害を突破するには、エネルギーの瞬発を必要とする。第三に、努力に持続には、肉体だけでなく、心の強さと健全さが必須の支えとなる。第四に、「個」が輝くとき実は「全体への奉仕」がその背景を成している。

ラグビーに打ち込むと、頭よりもむしろ身体が、こうした真理を自然に感じ取る。感じ取ると同時に、それらの真理に沿った体力と知力が、少しずつ自然に身についていく。そうして、苦楽を共にするラグビー生活の中で、本当に信頼できる友人、年を重ねていつまでも肩を組んでいきたい先輩や後輩に必ず巡り合う。

これまでラグビーに特段の興味を感じてこなかった人、ラグビーについてまだほとんど知識のない人たちに何としてもこのことを知ってもらい、そして、ぜひとも一橋ラグビーの一員となって活躍してほしい。



菊地 真吾

学年学部	4年商学部
ポジション	LO/FL /No.8
身長体重	180cm/97kg
出身校	県立一宮(愛知)

我がラグビー部主将。夏はタンクトップ、冬はダルのスエットで国立をうろついているが、いざ試合になれば圧倒的な推進力でチームを引っ張る。グラウンド近くの自宅に自由に宿泊できるので、困った時はどうぞ。



内村 颯太

学年学部	4年法部
ポジション	CTB
身長体重	168cm/80kg
出身校	市立福山(広島)

彼がFWなのかBKなのかを知る人はこの部活にいない。今年はどのポジションで出場するのか注目ポイント。どんなポジションであろうと彼のバックにはいつも大きな応援があるので活躍間違いなし！



齋藤 愛寧

学年学部	4年商学部
ポジション	MG
身長体重	162cm
出身校	フェリス女学院(神奈川)

我が広報担当！大人気企画の誕生日ストーリーを更新するため、部員全員の誕生日を完璧に把握している。オフにはディズニーに行き、ウエイトに動くプレイヤーにディズニーのうまい棒をくれる



白川 珠羽

学年学部	4年法学部
ポジション	MG
身長体重	150cm
出身校	渋谷教育学園幕張(千葉)


我がマネージャーの長。地を震き天を驚かし、人を導く女の子。彼女の力によって一機ラグビー部は正しい道へと導かれ、より良い部活動へと進化していくことだろう。彼女は表方などではなく、共に闘う仲間なのだから……。



高田 康世

学年学部	4年商部
ポジション	PR/LO
身長体重	182cm/102kg
出身校	桐朋(東京)

桐朋二人組の一人。島村と一緒にいるところをよく見られるだろう。一言で言えば努力の化身。一年の時は、同期内でのウェイト最強者として君臨しており、対抗戦デビューも果たしている



島村 駿

学年学部	4年経済学部
ポジション	PR/
身長体重	174cm/101kg
出身校	桐朋(東京)

恋人のためとあらば深夜でも迎えの出る彼の深あ〜い漢。ラグビー部のNo.1美容部員で、お肌はツルツル。ムダ毛もない。さらには筋肉のケアも欠かさないマッチョマン！優しくと美しくと強さを兼ね備えた彼の魅力に溺れてみませんか？



竹内 亜弥

学年学部	4年学芸学部国際関係
ポジション	MG
身長体重	163cm
出身校	山脇学園(東京)

部内一、丸の内が似合うと名高い頼れるマネさん。普段は柴咲コウ顔負けのクール系だが、女子トークに花を咲かせる1日もあるようだ。彼女のギャップに魅えたい方は是非。



榎野 雄太

学年学部	M1 SDS学部
ポジション	SH
身長体重	170cm63kg
出身校	日川(山梨)

大学4年間はラグビーから離れたが、熱が冷めきらず、大学院でプレーを再開した変わり者。父は蕎麦屋を経営しており、後継者として期待されていたが、蕎麦アレルギーが発覚し、継ぐのを断念した悲しき男。



岩澤 平

学年学部	4年法学部
ポジション	PR
身長体重	171cm/73kg
出身校	県立浦和(埼玉)

ふと目をやるといつも謎ダンスを披露しているパーリーピーポー。多分寝るか踊るかしてないと死んじゃうマクロみたいな生き物。今年は心機一転、ラグビー部で新たなポジションを開拓予定の強力なメンバー！



二村 青空

学年学部	4年商学部
ポジション	LO/FL
身長体重	185cm/97kg
出身校	県立千葉(千葉)

国立駅前某チェーン定食屋の番人であり、一機で1番モテる男。季節に関わらず常にオーバーサイズのトップスとパンツを着用する。普段はクールキャラだが、試合になると人一倍熱いプレーでチームを盛り上げる。



北 律希人

学年学部	3年社会学部
ポジション	PR/LO
身長体重	176cm/89kg
出身校	都立国立(東京)

誰もが羨む部内1の超絶イケメン。FWとして日に日に身体が大きくなっているが、それでも変わらず愛を注いでくれる誰かいるとかいないとか…？彼の爽やかな見た目とプレーのギャップが気になる人は是非1度グラウンドへ！



岩下 勇斗

学年学部	3年社会学部
ポジション	SH/CTB/WTB
身長体重	169cm/73kg
出身校	桐光学園(神奈川)

眉目秀麗、興実剛健、頭脳明晰の三拍子揃った男。岩下勇斗。流れんばかりのちの良さとどんな困難も己の力で解決していく。ラグビー選手としての能力もうしなく、洗練された技術とスピードで相手を抜き去っていく姿は、まさにクロヒョウのよう。



牧野 玄

学年学部	4年商学部
ポジション	HO/FL
身長体重	160cm/75kg
出身校	県立時習館(愛知)

みんな大好きまきのくん。一機ラグビー部のマスコットキャラ的存在。別名頭からっぽくん(?)。時々見せる表情が洗すぎて昭和の大御所芸能人のように見える時がある。いつもいい感じにテキトーな雰囲気があるので、悩み事がある人は相談してみると違う世界が広がるかも。



山本 大

学年学部	4年商学部
ポジション	CTB
身長体重	170cm/72kg
出身校	都立青山(東京)

ラグビー大好き少年。菊地の飯を無断で食べ、高田のシェイカーを無断で使うことで小柄な体格からサイズアップし、卑猥な肉体を手に入れた。その鍛え上げられた体から試合では強烈なタックルを披露する。私生活が充実した彼の今年のプレーは必見。



柚原 悠仁

学年学部	3年商学部
ポジション	FL/NO.8
身長体重	179cm/87kg
出身校	県立小倉(福岡)

すっかりFWの人となった九州男児。個人的にはBKの彼も悲しいが、彼のFWとしてのアタックはとてもし強く見る人を惹きつける。そんな勇ましいプレーに反して、普段は優しく可愛い笑顔を周りに振りまいている。



北原 干洋

学年学部	3年商学部
ポジション	HO/FL
身長体重	169cm/80kg
出身校	県立松本深志(長野)

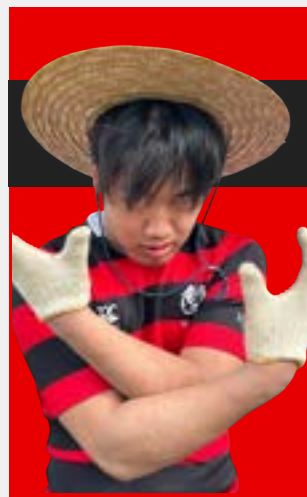
長野出身のトレーニー(兼野球少年)。ラグビー未経験で入部し、昨年度、対抗戦全試合で7番を背負った未経験者の星。花立家の地下で修行を積み、現在はマックデリバリーとして国立市中にスマイルを送り届ける。



浜口 笙

学年学部	3年法学部
ポジション	CTB/WTB/FB
身長体重	183cm/80kg
出身校	國學院久我山(東京)

品川/パンパーから國學院久我山という絵に描いたようなラグビーエリート街道をひた走ってきた濱口。攻めではディフェンスラインをぶち抜き、守ってはアオデン連発。華やかなプレーにきっとあなたも心奪われるだろう。



松尾 尚寛

学年学部	3年経済学部
ポジション	SO/CTB/FB
身長体重	177cm/80kg
出身校	神戸(兵庫)

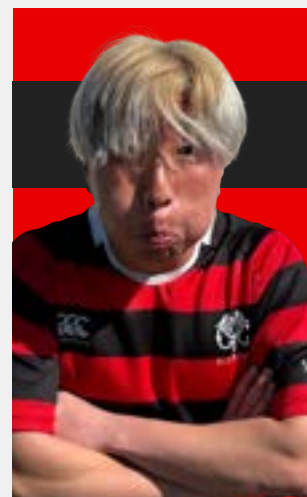
関西出身のお調子もの。人呼んで「ブライアン」。ボケ出すと止まらず、部屋ではずっと叫び続け、マネージャーにドン引きされている。キス下手そうと言われたことをずっと気にしている。温いめのキスは上手らしい。



永浜 一航

学年学部	2年経済学部
ポジション	WTB
身長体重	169cm/74kg
出身校	県立鶴丸(鹿児島)

鹿児島生まれ鹿児島育ち。日焼けのおいどん大体系。9年のサッカー経験を活かし軽やかなフットワークと極上のキックで魅せる。長い長い壮絶なりハシリ生活を乗り越え、今 才能が開花する。劇場版せごどんは俺のこと。永浜一航物語



濱崎 恒志

学年学部	2年商学部
ポジション	FL
身長体重	175cm/80kg
出身校	松山東(愛媛)

昨年度の主将からコンプラ度外視のいじりをされ続けた松山のライジングスター。未経験ながらヘッドキックを着けずに巨漢に立ち向かう。同郷の朝倉くんとは大喧嘩がよく、蜜月関係を壊れてしまうほどである^^; ちなみに同期で1番学業に秀でている。



長友 俊哲

学年学部	3年商学部
ポジション	WTB
身長体重	169cm/73kg
出身校	海城(東京)

ラグビー部に所属しながらSSPにも取り組んでいるハイスベック多忙人間。未経験で入部した当時から体重は20kgも増え、ラグビースキルも急成長中である。中高は男子校出身の彼にも最近音が訪れたとか。



田中 楽

学年学部	3年学芸学部国際関係
ポジション	MG
身長体重	161cm
出身校	佐野日本大学(栃木)

宇都宮のクールビューティー。一見怖そうだが喋ってみると意外とノリがいいかも。ラグビーが好きでよく観戦に行っている。実家から2時間かけて国立に通っているだけ物。



三添 恒生

学年学部	2年商学部
ポジション	LO/FL
身長体重	179cm/85kg
出身校	府立西京(京都)

近所の某大学を無視し、逆選りで一橋を志望した生粋の京都人。昨季は20kgの大増量に成功し、1年生ながら赤青のカラフルヘッドキャップで観客を魅了した。ノンダメージジーンズのようなパンツを好んで履いている。高身長を活かした関西弁ツッコミが得意技。



緒方 里咲

学年学部	2年学芸学部
ポジション	MG
身長体重	150cm
出身校	大成中学(愛知)

キリン並みの視野の広さを持つ気配りの神！持ち前のコミュカでどんな先輩とも仲良くなることができ、彼女のノリの良さが一部プレイヤーの支えにもなっているとかいないとか...? 最近は某事務所にキレがちなので、そっとしておこう。



齋藤 光咲

学年学部	3年学芸学部多文化国際協力
ポジション	MG
身長体重	155cm
出身校	市立浦和(埼玉)

休養を経て復活した我らのマネージャー。個しいがプレイヤーがチョけたときに時々冷たい視線を向けながら。猫好きな一面もありインスタのストーリーによく上がっている。



朝倉 輝義

学年学部	2年法学部
ポジション	PR/FL
身長体重	173cm/84kg
出身校	松山東(愛媛)

愛媛県の実子少年。この1年で階級の増量を成し遂げ、フィジカルなどが大きく成長した。また、高校時代彼女が3時間だけいた輝かしい過去を持ち、大学も彼女作りに奮起しているが芳しくない。炊飯器の使い方を知らなかった。



菊池 藍子

学年学部	2年SDS学部
ポジション	MG
身長体重	157cm
出身校	並木中等(茨城)

テキパキ無駄のない行動ができるシブで昔長。第一印象がよいと怖いがとても優しくおもしろい。しかし用がないと笑えないらしい。部員のモノマネのクオリティの高さと歌の才能には誰も勝てない。彼女の舌舌にはマネでもやられるから負けるな！



半田 明希

学年学部	2年法学部
ポジション	MG
身長体重	156cm
出身校	宇都宮女子(栃木)

栃木からこの部に入ることを心底楽しみにして上京。ラグビーの知識と愛はプレイヤーに引けを取らない。夏合宿では毎食残さず綺麗に食べたという女子マネ初(?)の功績を残した。天真爛漫な笑顔に隠された知性と少々毒舌の面要注意！



長田 藍

学年学部	2年経済学部
ポジション	WTB
身長体重	172cm/68kg
出身校	サレジオ学院(神奈川)

容姿端麗でチーム1の俊足を誇る2年生で一番のモテ男。爽やかな外見とは裏腹に冷酷な一面も持ち合わせる。彼のランは速すぎて目が追いつかない。ラシーズンもトライグッターとして華麗なプレーを魅せてくれるだろう。



神原 準

学年学部	2年社会学部
ポジション	SH /WTB
身長体重	166cm/63kg
出身校	市立福山(広島)

広島県福山市から四年生の先輩を追って上京した学歴厨。初心者ながらもウエイトや練習に勤む努力家の一面も持つ。近頃肩関節に悩まされており体重増加が停滞している。いじられキャラとしての地位を確立しているが本人は納得していない。



原西 麻安沙

学年学部	2年社会学部
ポジション	MG
身長体重	157cm
出身校	カリタス女子(東京)

東京生まれ東京育ちの関西弁話者。時にはお節介なまでの気配りが彼女の魅力で、プレイヤーが脱いだジャージの回収はマネ内蔵。圧倒的なユーモアセンスから繰り出される的確なツッコミ欲しさに、プレマネ問わずボケる人が後を絶たないとか。

Supported By

ONLY ONE, TECHNICAL VISIT TOUR

ティ・シー・アイ・ジャパン株式会社 (TCI JAPAN, INC.) は
オンリーワンの視察・調査旅行を目指し、皆様のニーズに
あったプログラムを提供している旅行会社です。化学、
表面技術、環境分野においても海外の先進事例を精査し、視察・
調査旅行を企画・手配し、今まで世界各国の専門調査機関を
訪問してきた実績があります。
海外調査・研修プログラムの作成、視察先のリサーチなど
皆様のニーズにあった企画をご提供いたしますので、お気軽に
ご相談下さい。

主な取引先：経済産業省・資源エネルギー庁、
国土交通省、総務省、など各省庁、
及び地方自治体、関係団体、各業界団体、
民間企業多数。

ティ・シー・アイ・ジャパン株式会社



代表取締役 早崎 寛 (昭和51年卒)
〒105-0001 東京都港区虎ノ門1-1-20 虎ノ門実業会館
TEL: 03-3508-1972 / 3580-6311 FAX: 03-3592-1853

ハンバーグ Ichi
Lunch/11:30~14:30 (Last Order 14:00)
Dinner/18:00~21:30 (Last Order 21:00)
水曜定休日
400円以上ならハンバーグ 2杯サービス アラビアの歌
アルバイト募集中! 042-501-0410
東京市東区1-15-1 白野ビル1F

羊 丼ギヤン
本場NZ産ラムにキックオフ
ノーサイドまで食べまくれ!
毎日いつでも食べ放題
〒105-0002 国立市東2-12-6 浅野ビル1F
tel & fax 042-575-5080
http://r.gnavi.co.jp/a338300/

阿久津運送有限公司
東京都福生市熊川 784
042-551-0044
http://www.akutsu-unsou.co.jp

伝説のすた母屋
SUTAMONYA
東京都国立市東1-15-1
042-573-0960

喫茶 ロージナ茶房
国立市中1-9-42 042-575-4074
アルバイト募集中

スパゲッティ いたりあ小僧
国立市東1-15-16 白野ビル1F 042-577-3388

くにたち 旭通ッ歯科
Kunitachi Asahi-dori Dental Clinic

診療時間
平日 20時30分まで
土・日 19時30分まで
訪問治療受付中
☎ 0120-898-890

海藻蕎麦丸口屋
東京都国立市北2-36-8
042-572-4053

やおぎん
お弁当・お惣菜
tel:042-572-1203

いつかは齋藤へ。

季節料理 齋藤
国立市東1-7-11 森田ビルB1 TEL 042-571-6070
http://kizatsuryourisaitou.web.fc2.com/

かみあげらあめん
IBUKI
国立市中1-10-2
TEL 042-849-7805

ラーメン・つけめん・餃子
丸信

国立市富士見台1-16-16
南部線谷保駅前



いつもお世話になっております!
今年も精進いたしますので、
応援よろしくお願いします!
一橋大学ラグビー部一同

03

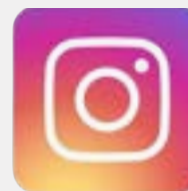
●のついている日は通常練習も行っております。
見学・参加希望の方は公式Instagramまでご連絡ください。

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
10	11 ●	12 ●	13	14 ●	15 ●	16 ● ラグビー 体験会
17	18 ●	19 ● スポーツ 大会	20	21 ●	22 ●	23 ● タッチフット 大会
24	25 ●	26 ● ラグビー 体験会	27	28 ● タッチフット 大会	29 ●	30 ●

04

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1 ● スポーツ 大会	2 ●	3 新歓コンバ @一橋生協	4 ● ラグビー 体験会	5 ●	6 新歓試合 vs東京科学大
7 新歓コンバ @ピッツェ ット	8 ● タッチフット 大会	9 ● スポーツ 大会	10	11 ● ラグビー 体験会	12 ●	13 ●
14	15 ● スポーツ 大会	16 ● タッチフット 大会	17	18 ●	19 ● ラグビー 体験会	20 ●
21	22 ● タッチフット 大会	23 ● ラグビー 体験会	24	25 ●	26 ● スポーツ 大会	27 ●

各種SNS



@hurfc1922

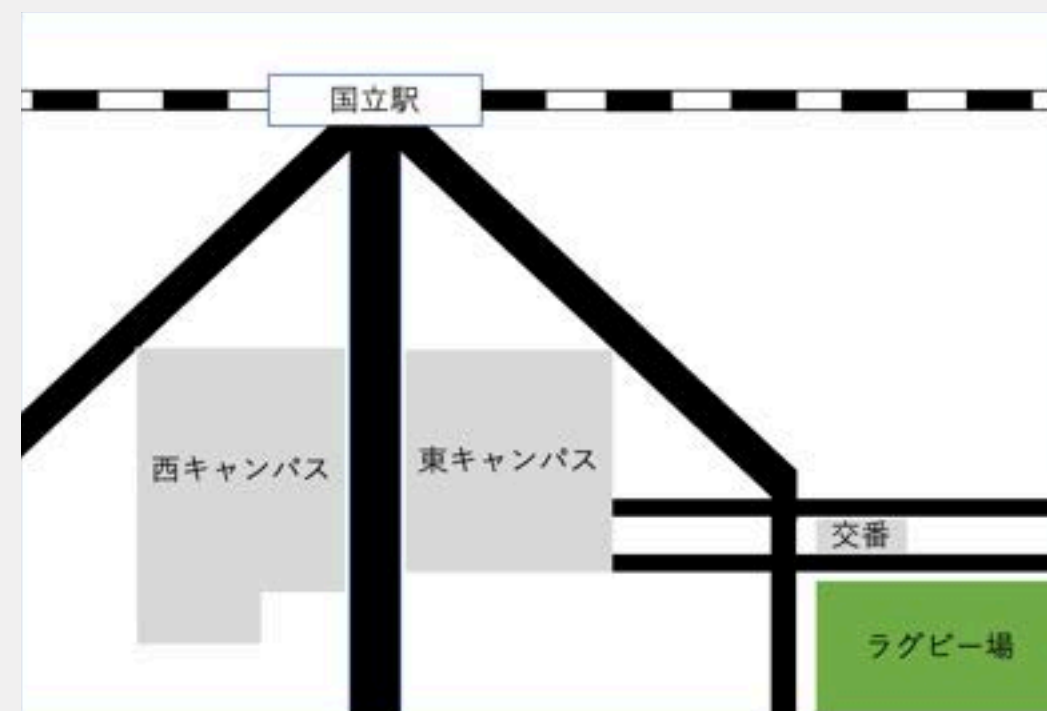


@hurfc1922



一橋大学ラグビー部 (HURFC)

アクセス



一橋大学ラグビー場 〒186-0002 東京都国立市東3丁目10-4

<道順>

国立駅南口を出てりそな銀行、ローソンの前を通りファミリーマートで左折。旭通りを直進し東二丁目交差点を右折。交番を過ぎると左手にラグビー場があります。

※バスをご利用の場合

●立川南口行き「東区」下車徒歩0分