



SWEET AS SEVENS GIRLS CAMP 2016

May 28-29
in Chiba

ラグビーを愛するもの同士の交流。そこに国境はない。

この度、国際武道大学にて英語を使用
しての7人制ラグビーキャンプを2日間
に渡り開催しました。

キャンプのテーマはラグビーを通じて
英語に触れ合い、外国人コーチと英語で
交流を図る事。それはラグビーを楽しみ
ながら英語を学ぶ事ができる。もっと言
えば「苦手意識のある英語もラグビーを
通じてなら楽しむ事ができるのでは」と
いう企画です。

ヘッドコーチには元15人制・7人制ニ

ュージーランド代表のリコ・ギア氏、ア
シスタントコーチに元女子7人制ニュ
ージーランド代表のモーガン・モロー氏、
キャシャ・グラント氏を招聘。英語講師
には日本で高校教師を務めるルーク・ブ
ラッドリーが担当。参加してくれたのは、
中学校1年生～高校3年生までの女子選
手30名。ラグビー歴は数ヶ月～10年以
上と様々。

このキャンプでは、ラグビーが上手い
下手は関係ありません。ラグビーが大好

きなだけでいい。英語が全く出来なくて
もいい。英語に少しでも興味があれば良
い。ラグビーを通じて、英語に触れる事、
国籍も文化も違うけど同じラグビーを愛
するもの同士が交流する事が目的。僕た
ちの強みはラグビーを通じて色々な人々
と出逢い、交流が出来るという事。キャン
プに参加して、オールブラックスのプ
レーを見て、もっとラグビー極めて、将
来東京オリンピックにでたいと思ってく
れたら本当に嬉しい。でもラグビーを通

じて英語に触れて、もっと英語勉強して
通訳になりたいって思ってくれても嬉し
い。また、NZのコーチと話して将来は
NZに住んでみたいなって思ってくれても
ハッピー。彼女達の将来に向けて彼女達
自らが選択肢を増やせる様なキャンプに
なってくれていたらいいなと思います。

将来的には、ニュージーランドやオー
ストラリア、香港などから同世代の選手
を招待し国際交流を目的としたトーナメ
ントを開催したいと思っています。

CONTENTS

Sevens Girls Camp Report "RUGBY × ENGLISH"

RUGBY × ENGLISH

Interview

WTB 綿引麻衣 | Head coach リコ・ギア



世界の舞台に羽ばたくために、肉体的なトレーニングとコミュニケーション能力を高める

RUGBY × ENGLISH

1日目

慣れない英語でのコーチング。必死に見て、聞いて、そして実践することが大切。

同じチームでプレーするチームメイトや、ライバルチームのプレイヤーもいる。そして今日初めて顔を合わせる者もいる。そんな少し緊張感のある中ウォーミングアップがスタート。緊張していたのは初めの数分のみだった。体がほぐれる前に、選手の心はもうほぐれている。普段とは違う英語でのウォーミングアップにも対応している。そして、ヘッドコーチであるリコのスキルトレーニングがスタート。まずはパドドリル。二人組みになり、腰の脇から片手で相手の胸にパス。ボールを持っていない方の手を相手の方にまっすぐ伸ばす。そし



てパスを出した後はしっかりフォロースルー。続いて手首だけのパドドリルは続く。時折中断させて、リコが手本を見せる。そして4人一組でのランパス。メニューはどんどん変化していく。リコは流れを止めない。動きながらプレーをしながら選手たちに対して変化に対応させている。選手たちも必死で見て、聞いて、実践している。時には仲間のコールに救われることもある。プレーの中で動きの中でコミュニケーションをしていくことの大切さを学ばせるように感じる。パドドリル終了後、タックルスキル、そしてフィットネスを終え午前の練習を終えた。

限界を超えてから生まれる仲間との本物の信頼感

午前中の練習を終え、学食にてリコや英語講師のルークを囲み英語でランチ。ランチ

を終えると教室に移動し英語講義。今回の英語講義の中でフォーカスしたポイントは、とにかく英語を喋ること。”もしNZ留学したら”と題して、幾つかのシチュエーションを事前に用意。まずはNZ入国する際に審査官との会話、次にホームステイファミリーとの出会い、そしてチームメイトとの会話。みんな恥ずかしそうに英語を話す。でもまず口に出すことが大切だと英語講師のルークは言う。午後の練習は楽しいことばかりではなかった。リコの指示でスキルトレーニングや実践的なトレーニングの合間にフィットネストレーニングが盛り込まれた。フィットネストレーニングとはいわゆる走り込みのことである。

午後だけで3回のフィットネスが行われた。これは私から見てもかなりハードな内容。最初は淡々とこなしていた選手達も徐々に遅れ始める。コーチ陣からは「カモンガールズ！」と檄が飛ぶ。そんな声も届かない程疲労困憊な選手達。私はそんな彼女達を見ながら、この練習は少し厳しすぎるのではないかと思いつつ始めていた頃。選手達が自主的に声を出し始めた。「がんばろう！」「いけるよ！」「声出していこう！」もちろん自分自身も辛い。できれば声なんか出さず息を整えていたい。でも彼女達は



仲間に声をかけずにはいられない。これが団体競技の素晴らしさなのです。自分たちの限界を超えてから見える景色があり、そしてその時間を仲間と共有して初めて本物の信頼感が生まれる。指導者が勝手に線を引いてはいけない。そんなことを彼女達から学んだ1日。練習後、夜はBBQパーティー。学年が上の者が下の者に気を使い世話をする。時として体育会系の上下関係は微笑ましい。こうしてハードだった1日目を終えた。

Sweet As Sevens Girls Camp 2days Time Schedule | 2016.05.28 sat - 29 sun

1日目

10:30
トレーニング12:30
ランチ(学食)13:30
休憩14:30
英語講義(教室)15:00
休憩17:30
トレーニング18:30
BBQパーティー

2日目

06:00
起床08:00
各自朝食10:30
トレーニング11:00
休憩11:45
ランチ(学食)12:45
英語講義(教室)13:00
休憩15:00
トレーニング16:00
解散

2日目

勝敗から何を学ぶか。競技だけではない、そこには、人生に欠かせない要素がある。

2日目は、午後から予定している試合に向けて、予め3チームに分けられたチームごとに練習を行った。

リコ、モーガン、キーシャ3人のコーチがそれぞれチームを受け持つ。モーガンは「私がコーチだから絶対負けなわ！」「みんな優勝したらアイスクリームをご馳走するね！」と選手を笑わせている。

試合が始まった。トレーニングマッチとはいえ真剣そのもの。そしてもちろん勝敗がつく。高校生にとっては勝敗だけが全てではないのかもしれない。だがこの勝負から何を学ぶか、これこそがスポーツの醍醐味であり、我々のモチベーションの一つであると考えます。全てではないですが楽しさを追求していくと、やはり勝つことにたどり着きます。そして特に勝負に勝ったときこそ多くの学びがあると思っております。勝つことにより、反省し自分を見直すこと、チームメイトと認めあえること、チームに感謝することができる。これは仕事も同じだと思う。

成功体験が人を謙虚にし、さらなる高みを目指す。こういったことを繰り返す人は強くなりそして優しくなれる。試合終了後、選手達に声をかけるコーチ。このキャンプで我々はファミリーになりました。またどこかのグラウンドで会うことを約束し、スイートアズセブンズガールズキャンプ2016全日程を終了した。



Special Interview

Rugirl-7所属 **綿引麻衣**NZスタイルのメニューが新鮮で
ラグビーも英語も楽しみながら学べた

— 今回なぜこのキャンプに参加してみようと思われましたか？

綿引 私はラグビーも英語も勉強することも好きなのでこのキャンプではどちらも出来ると聞いたので参加したいと思いました。

— 参加してどうでしたか？

綿引 NZスタイルのメニューが新鮮でとても楽しめました。英語も楽しく学ぶことができた良い経験になりました。

— ご自身の夢は？

綿引 私はラグビーに関連する仕事に就きたいと思っています。キャンプでは外国人コーチからの指導を受けることができ、またコーチと英語で話せたことで、よりそのような仕事に就きたいと思うことができました。

— スポンサー企業様へ一言

綿引 このようなキャンプに参加する機会を頂きありがとうございました。新しい発見がたくさんあり、成長できた2日間でした。本当に素晴らしい経験をさせていただきありがとうございました。

んあり、成長できた2日間でした。本当に素晴らしい経験をさせていただきありがとうございました。



綿引麻衣(16歳) 所属Rugirl-7
ポジション WTB ラグビー歴5年

SWEET AS Sevens Girls Camp 2016 Staff

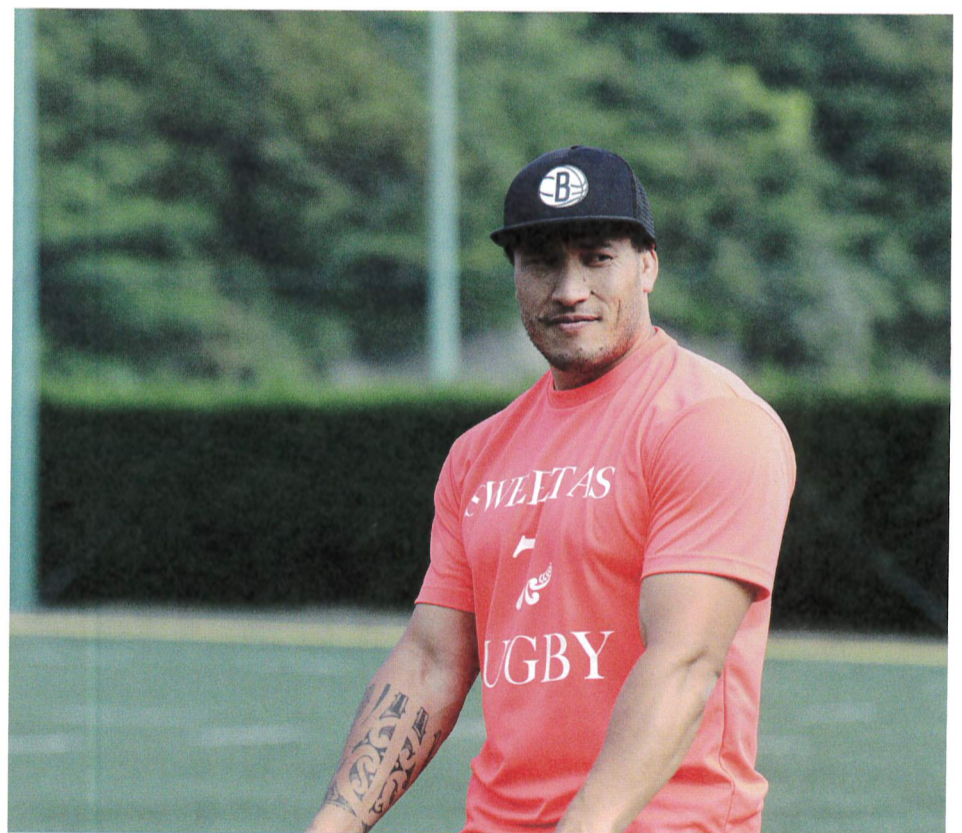
ヘッドコーチ **リコ・ギア** からコメントを頂きました日本の女子ラグビー界の発展には
継続的なサポート体制が必要不可欠

今回ヘッドコーチとしてこのキャンプに参加できたことを非常に嬉しく思います。選手たちの学ぶ姿勢は本当に素晴らしかったと思います。2日間で彼女たちは成長しました。それはラグビーだけではなくコミュニケーションスキルもレベルアップしたと思います。

この経験を将来に活かせるように継続して学ぶことが必要です。今後も彼女達の頑張りを見守っていきたいと思います。そしてこのような環境を提供してくれたスポンサー企業に感謝いたします。

日本の女子ラグビー界が発展するためには今後も皆様のサポートが必要です。今後ともよろしくお願いいたします。

ヘッドコーチ リコ・ギア
元7人制/15人制NZ代表
Poverty Bay Sevens Head Coach



Staff Profile



アシスタントコーチ
モーガン・モロー
元7人制NZ代表 2015 ワールドシリーズ
アトランタ大会、ドバイ大会で優勝。



アシスタントコーチ
加藤あかり
元15人制日本代表
(株)アイル Rugirl-7所属



英語講師
ルーク・ブラッドリー
昌平高等学校英語講師



アシスタントコーチ
キーシャ・グラント
元7人制NZ代表 2015 タッチワールド
チャンピオンシリーズ トライ王



アシスタントコーチ
原似以奈
元7人制・15人制日本代表
(株)丹青社 Rugirl-7所属



コーチ兼プロデューサー
村杉徐司
(株)スイートアズ代表。清水建設ラグビー部
COLLEGE RIFLES (NZ)

スポンサーの皆様

この度のキャンプにつきまして、ご支援、ご協力をお願いいたしましたところ
 快よくご賛同いただき、誠にありがとうございました。
 お陰様をもちまして、無事2回目のキャンプを終えることができました。
 昨年スタートさせたこのキャンプ。第1回の参加者は16名でした。
 第2回の今回は30名の参加者が集まり、より盛大に開催する事ができました。
 既に第3回のキャンプを沖縄で開催する事が決定しております。
 これもひとえに皆様からいただきました絶大なるご協力の賜物と心より感謝しております。
 最も大切な事は継続していく事。そして発展していく事だと思っております。
 今後とも変わらぬご指導のほど、よろしくお願い申し上げます

SWEET AS 代表 村杉徐司

Special thanks

リノベル株式会社	renoveru co., ltd.
株式会社千代田ホテル	Chiyoda Hotel Inc.
株式会社エクストリーム不動産	Exdream Real Estate Co.,Ltd.
株式会社サン・アド	SUN-AD Co.,Ltd.
アイエムエフ株式会社	IMF Co.,Ltd.
トワロン株式会社	TOWARON Co.,Ltd.
株式会社ネオメディア	NEOMEDIA INC.
株式会社グッドライフケアホールディングス	Goodlifecare Holdings co.Ltd..
社会保険労務士法人アーク&パートナーズ	ARC&Partners Certified Social Insurance and Labor Consultant Corporation
社会保険労務士法人シェルパコンサルティング	Sherpa Consulting
株式会社Ain	Ain Co.,Ltd.
バイロンベイコーヒー	Byron Bay Coffee Company Japan
株式会社PSI	PSI co., ltd.
岩崎清隆	Kiyotaka Iwasaki
龍野貴光	Takamitsu Ryuno
安田信考	Nobutoshi Yasuda
増保輝則	Terunori Masuho
国際武道大学	INTERNATIONAL BUDO UNIVERSITY



SWEET AS

〒101-0047 東京都千代田区内神田1-2-1 ダコタハウス2F
 TEL / 03-5577-4429
 E-mail / info@sweetas.jp

Rugby is a great way to have international exchanges.