

【入会案内1/2】

新規入会された保護者の方からよくお聞きするご質問への回答や、スクールからのお願いをまとめてみました。これら以外にもご不明の点などがありましたら各学年担当コーチにお尋ね頂くか、info_yccrs@rugby-yamato.jp宛てにお問い合わせ下さい。

◆グラウンドについて

練習場所の大和学園総合グラウンド（通称：セシリア・グラウンド）では、**グラウンド以外の敷地・諸施設は一切立ち入り禁止です**。生徒はもとより保護者の方も厳守願います。なお、グラウンドに付帯のトイレについては、利用可能です。

◆登下校について

スパイクでの登下校は一切禁止です。グラウンド内でスパイクに履き替えさせて下さい。理由は、硬いアスファルト等の上ではスパイクは滑りやすく危険であること、また、スパイクのままグラウンド外に出るとグラウンドの土が周辺に散乱してしまうためです。

◆試合着について

小学1～2年生は他のラグビースクールとの交流試合、小学3年生以上は交流試合の他公式試合に出場することになりますので、スクール指定のユニフォーム（ジャージ、パンツ及びストッキング）のご購入をお願い致します。申込用紙（スクールホームページのメンバー専用ページからダウンロード可能）にご記入のうえトリコロール横浜店に直接お申し込み下さい。なお、新たにジャージをご注文される際、背番号については各学年担当コーチご相談下さい。 ※メンバー専用ページにアクセスするパスワードは各学年担当コーチにご確認下さい。

◆練習着について

基本はラグビー用のジャージ、パンツ及びストッキングです。暑い時期の練習ではTシャツでも構いませんが、ラグビーという競技の性格上「掴まれる」事が多々あり、薄い生地の場合破れてしまうことがありますのでご承知おき下さい。

◆スパイクについて

スパイクにはポイント（スパイク底にある滑り止めの突起）が交換できるものと、靴底と一体になった固定式ものの二種類があります。小学生はポイント交換式のスパイク着用が禁止されています。ポイント固定式のものを選んであげて下さい。（固定式のサッカースパイクでも構いません）幼稚園児など低学年は、運動靴でも十分です。なお、運動靴で練習後グラウンドから出るときはグラウンドの土が外に出ないように十分にご配慮下さい。

<ポイント固定式>



<ポイント交換式>



◆水分補給について

練習、試合を問わず水分補給は大変重要です。必ず持たせて下さい。中身については各ご家庭でご判断頂いて結構ですが、緑茶などは利尿作用があるので不向きです。また、夏季については発汗により失われるミネラル分補給のため、スポーツドリンクが適しています。なお、試合時のドリンクについては水筒などでは無く、粉末のスポーツドリンクを作るのに使う「スクイーズ・ボトル」（スポーツ用品量販店で¥500程度で販売されています。）に入れて持たせて下さい。

◆用具について

- a) **ヘッドキャップ**：高校生以下の選手は試合時に着用が義務づけられています。練習時にも使用することがありますので、頭のサイズにあったものを選んであげて下さい。
- b) **ストッキング**：下肢の怪我予防のため練習時でも着用させて下さい。

【入会案内2/2】

c) プロテクタ : ラグビーではショルダーパッドなどある一定のプロテクタの着用が認められています。

d) スパッツ : 必須のものではありません。着用については各ご家庭でご判断下さい。

e) ボール : 練習に使用するボールはスクール所有のものを共用致します。ご家庭で特にご用意頂く必要はありません。もし、ご家庭用にお求めになる場合、学年によってボールの大きさが決められていますので下記をご参照下さい。

小学2年生以下	3号球
小学3年生以上、6年生以下	4号球
中学生以上	5号球

f) マウスガード : 唇の裂傷、歯の破折・脱臼、顎の骨の骨折や脳しんとうの予防・防止に効果があるとされています。熱湯を使い自分で整形する市販品と、歯科医で歯形を採り製作するオーダー品とがあります。市販品は安価（¥500位～）な反面、熱湯で加熱したマウスガードを口の中に入れ整形しなければなりません。大人でも失敗することがあります。子供達には不向きかも知れません。オーダー品は高価（¥3,500位～）ですが一人一人にあったものが手に入ります。身体を守る道具ですので、オーダー品をお奨めします。なお、中学生は試合時に使用が義務づけられています。

※用具についてまとめますとスクールに参加して頂くにあたり、最低限必要となる物は次の通りです。

- ・スクール指定試合着一式（小学1年生以上）
- ・ヘッドキャップ
- ・スパイク（小学生はポイント固定式の物）
- ・水分補給用スクイズ・ボトル
- ・プロテクタ
- ・マウスガード（小学生は任意、中学生は必須）

※ラグビー用品を扱っているお店は大変少ないです。スパイクやストッキングなどはサッカー用品で流用できます。ラグビージャージやヘッドキャップといったラグビー独特の物も通信販売等での入手も可能です。また、各学年担当コーチはいろいろと入手ルートの情報を持っていると思いますので、ご不明の点は事前に相談してみてください。

◆その他お願い事項

- ・全ての持ち物には必ず、判りやすく名前を記入して下さい。
- ・練習（試合）前日は充分睡眠を取らせて下さい。また、爪が伸びていないかよく見てあげて下さい。
- ・練習（試合）当日は適度に朝食を摂らせて下さい。
- ・登下校時は交通ルールを遵守するようご指導願います。

