

土浦合宿を想う

元ラグビー班顧問 森川千里

戦後だんだんに各班の活動が盛んになってくると、運動場の使用範囲が限定されるようになり、話し合いをして融通しあっても思うようにボールを蹴ったり、ラインを展開して走り回ることができなくなった。この他、気象条件やテスト前の練習休止・学校行事の影響等のため、はたで見る以上に効果的な練習時間は少ない。

一所懸命に練習して、もっと強くなりたいと思えば、春・夏の長い休みに合宿を行うことが最善だったのである。

『短期間とはいえ、若人たちが常と異なる環境において寝食を共にし、自ら選んだスポーツに集中して努力する機会を持つことの意義は大きい。励まし合い、団結を強め、体力・気力を充実させて技能の習得を目指すことは素晴らしいことだ』

OBや班員たちと話し合っているうちに、できることならやりたいという班としての意向がまとまった。

ここなら自信をもって実施できると、私が考えたのが土浦……茨城県稲敷郡阿見町青宿の日本体育専門学校（現在の日本体育大学）であった。

JR土浦駅前からバスで約二十分の阿見町で下車、徒歩二分ほどで正門に着く。この地は、「七つボタンは桜に錨」という歌で有名な予科練が養成された土浦海軍航空隊の跡地で、七万坪を超える広さがあった。

一時、進駐軍に接収されていたが、空襲により罹災した日体が、昭和二十一年に世田谷区から移転して来た。私は、ここで最初の同校卒業生の一人である。

在学中のご縁にすがって連絡をとり、お伺いをたてたりお願いをした。グラウンドは学生が帰省中だから正式に手続きすれば借りられる、宿舎はバス停の隣にある水戸屋旅館から引き受けられるという返事が得られた。また、主食の補充については、知人が懇意な農家に頼んでくれて、自家用米を安く回してくれるということだった。校医さんも怪我や病気が生じたときは面倒をみてあげると云ってくださった。

研修日を利用して現地に出かけ、細かな話しをした後、日程を組み上げて職員会議に提案した。

趣旨の説明が終わると、まっさきに管理職から質問があった。

「スポーツをするのに、何故泊りがけでやらなければならないのか」

それは、実施に反対という響きを感じさせるものであった。私は月並だが前記の『』にあるようなことと、合宿でまとまった時間をかけ、合理的かつ周到な計画に基づいた練習を積み重ねることが事故防止につながるのだということを強調した。

結局は原案通りに可決され、以後盛んとなる合宿の端緒は開かれた。

その後、現地を訪れ、関係する所に挨拶し手続きや申込みをしたのはいうまでもない。

実施した練習内容について具体的に記すことは、あまりにも多くの紙面を要するので、簡略に記す。朝食前に付近の道路でランニング（二軒米強）を行い、グラウンドに戻って軽い体操をする。

朝食・休憩後、午前練習。前半は(1)リズムカルな

動きの中で緊張・弛緩を繰り返し、各関節の筋肉をよく伸ばすことに重点をおいた徒手体操、(2)一人か二人組みで、補助または加重して筋力を強める運動等を行った。

前半といっても、全期間の始めのうちは三分の二ほどの時間を当て、終わりに近づくにしたがって少しずつ時間を短縮した。以上のランニングと体操の指導は私が担当した。

午前の後半からボールを使用する練習に入るが、概ねフォワードとバックに分かれ、前者を石田さん、後者を吉田さんと岡山さんが担当した。(いずれも五期卒)私はラグビーの経験が無かったから技術指導については計画から実施まで総てをOBのコーチにお任せした。

内容は、試合の構成要素を分析し、基本から総合的な応用に至るまでを順序だてて、緩から急、弱から強、単純から複雑へと無理の無い進め方をし、しかもバランスよく実施された。

土浦合宿が良い成果をあげ得たのは、コーチ陣の優れた働きと班員諸君の一途な実践があったからだということができる。

お医者さんに診てもらったほどの怪我や病気が無くてすんだことも、まことに幸せであった。