

KCN いっしょに応援！

ラグビーチーム 花園近鉄ライナーズ

2023 フランス大会 ラグビーワールドカップ

花園Lが戦ってきたリーグワン(公式戦)は終わりましたが、ラグビー熱はまだ続きます。今年は4年に一度のラグビーワールドカップの年。出場経験のあるメンバーの紹介をはじめ、9月の開幕に向けて盛り上げていきます！

1980年10月8日生まれ、トンガ出身
出身校 トウポ高校 日本大学
選手歴 2005年に「近鉄ライナーズ」に加入。2006年に日本に帰化し、2009年に日本代表デビュー。2011年ラグビーワールドカップ2011出場。2018年に現役引退。現役時代のポジションはナンバーエイト、フランカー
好きな食べ物 羊の肉・豚の丸焼き
マイブーム 読書

ワールドカップ
出場歴
2011年大会
日本代表



タウファ 統悦

たうふあ とうえつ (デベロップメントコーチ・普及)

Q. 現在、花園Lでは「普及」担当として活躍されていますね。
大阪の小学校を中心に、子どもたち向けの「講話」や「ラグビー教室」を開いています。今、生きにくさを感じる子どもが増えています。彼らにラグビーを通して「ワンチーム」の大切さを伝えたいと思い、活動を続けています。単に「人を思いやろう」とか、「友だちを大切にしよう」と言葉で伝えるのではなく、ラグビーをプレーするなかで称え合ったり、助け合ったりすることで、気づけるものがたくさんあるんですね。

Q. ワールドカップは、日本代表として2011年大会に出場されました。
怪我をした選手との入れ替わりで、メンバーに選ばれました。正直、あきらめていたんです。それが、突然「すぐに合流して」と言われて(笑)。でも、やっぱり嬉しくて泣きました。トンガから

日本にやってきて、ずっと日本代表とワールドカップに憧れてきましたから。なかなか選ばれず、トンガ代表をめざそうと思った時期もあったんですが、妻やライナーズの支えもあって、日本代表にこたわってきた。そして、ワールドカップのメンバーにまでなれた。涙をおさえきれなかったですね。

Q. 憧れのワールドカップはいかがでしたか？
今まで味わったことない興奮を覚えました。最高の選手たちの情熱と、観客の熱気が一になっている。本当の「ワンチーム」になっているんですよ！大会後が大変で、少し燃え尽きてしまったんです(苦笑)。私にとっては、それほどの舞台でした。

Q. KCNに加入している皆さんにメッセージをお願いします。
日本代表は確実に強くなっています。それだけ

に、相手チームからは研究もされている。いかに平常心で戦えるかが、今大会のカギになるでしょう。花園Lにも有望な選手がたくさんいます。福井翔選手、岡村晃司選手、小野木見英選手と挙げたらきりがなくらい。彼らをはじめ、花園Lからワールドカップメンバーに選ばれるようなラグーマンがどんどん出てきて欲しいですね。これからも応援をよろしくお願いします！



ワールドカップは
本当のワンチームになれる舞台です！

日本と対戦国を分析してみました！

花園Lの元監督にして、KCN情報発信スタジオ「Kスタ！」のコーナーでお馴染みの坪井章が、ワールドカップをもっと楽しめるツボをお届けします。※世界ランキングは7月28日現在のものです。

日本代表について

世界ランキング12位

Q.魅力とは？
「わくわく」させてくれることですね。速い展開、高いスキル、パスで球を動かし相手の隙を突く攻撃は、エキサイティングです。「スピード」ある日本のラグビーは、他国にはない魅力があります。

課題とは？ 「フィジカル」ではないでしょうか。「タックルの精度を国際レベルまで引き上げる」とジョセフHCが宣言しているように、本番直前合宿の「猛練習」の成果がどこまで実を結ぶか見ものです。

予選プール1位通過
ならば、前回大会を上回る
ベスト4を見えてくる！

坪井章 花園L元監督

日本代表はどう戦う？～予選「プールD」の対戦国を分析～

チリ 試合日:9/10(日)	イングランド 試合日:9/17(日)	サモア 試合日:9/28(木)	アルゼンチン 試合日:10/8(日)
世界ランキング22位 ボールのつなぎを重視するラグビースタイル。南米らしく、時折折気の利いたキックも織り交ぜてくる。ランキングも下位なので勝って当たり前の雰囲気があるが、油断は禁物。ただ力の差はあるので、勝利と4トライ以上で獲得できるボーナス点1点を含む勝点5は必ず獲りたい。	世界ランキング6位 前回2019年大会で準優勝。昨年11月に13-52と日本代表は大敗した。フィジカル、セットプレーで上回る相手のため、日本は接点とセットプレーの強化が急務。過去の対戦成績は0勝10敗だけに、接戦に持ち込み、負けても7点差以内にとどめてボーナスポイントを得たい。	世界ランキング10位 パワフルな走りや強靭なタックル、フィジカルを前面に押し出した戦いが最大の魅力。ただ、日本はワールドカップ2大会で連勝中。個の力があるが、組織力で上回る日本が負ける相手ではない。セットプレーで優位に立ち、ディフェンスで圧力をかければ勝利できるはずだ。	世界ランキング7位 アメリカ大陸のラグビー最強国。過去ワールドカップで2度のベスト4入りを果たしている格上の相手だ。特に接点、ディフェンスに長け、近年はキックを交えたアタックにも力がある。日本は2016年ジョセフHCの初陣で20-54と大敗。日本の成長を確認する一戦にもなるだろう。

勝利予想

VS. チリ **日本勝利 47-3**
初戦と楽勝ムードの重圧を吹っ飛ばせ！

VS. イングランド **日本勝利 28-23**
強化したセットプレーと接点で歴史的勝利を！

VS. サモア **日本勝利 32-5**
冷静に組織力で戦えば必ず勝てる！

VS. アルゼンチン **日本勝利 20-18**
決勝トーナメントをかけた、まさに「決戦」！

J SPORTS 全試合生中継 ラグビーワールドカップ 2023フランス大会

オープニングセレモニー&プールA
フランス vs. ニュージーランド
9月8日(金) 26:50~ J SPORTS 1

プールD
日本 vs. チリ
9月10日(日) 19:00~ J SPORTS 1

プールD
イングランド vs. 日本
9月17日(日) 27:00~ J SPORTS 1

プールD
日本 vs. サモア
9月28日(木) 27:00~ J SPORTS 1

花園Lメディカルトレーナー監修 手軽におうちストレッチ

カラダのお悩み解消術をレクチャー！今回はお悩みの方も多い「ひざ痛予防」です。モデル:竹田祐将選手

1. ひざ周りを鍛える

左右の足を15回ずつ

内側広筋という、ひざ周りの筋肉を鍛えるトレーニング。壁とひざの後ろの間にボールを挟んで、力を入れる～ゆるめるを繰り返します。

2. お尻を鍛える

左右の足を15回ずつ

お尻の筋肉の衰えは、ひざ痛につながります。そこで右足のひざを90度に曲げて、左足と「お尻」で腰を持ち上げていきます。両足をつけた状態で行っても構いませんが、腰を反らないように注意してくださいね。

3. ふくらはぎを鍛える

かかとを上下に15回ほど

ふくらはぎが弱ることで、歩く際のひざへの負担が増加。そこで、壁に手を当てて、かかとを上げて下ろしてふくらはぎを鍛えます。

ひざを曲げた状態で行っても、効果はありません。ひざを伸ばして、母趾球(親指の付け根)をつけて下ろしてくださいね。

ボールがなければ、タオルやペットボトルでもOKです！