



井上病院 伝言板

第263号 2019年9月

<井上病院 理念>

医療を通じ地域の方へ安心を提供すること
絶え間ない質の改善を行うこと
自分や自分の家族がうけたい医療を行うこと
働きがいのある明るい職場を作ること

ラグビーW杯開幕

4年に一度のラグビーW杯が9/20(金)に日本で開幕します。ラグビーW杯は、4年に1度行われるラグビー世界一決定戦で、サッカーW杯、オリンピック・パラリンピックと並ぶ「世界3大スポーツイベント」と言われています。日本に世界のトッププレイヤーが集結し、11/2(土)の決勝戦まで熱戦が繰り広げられます。

出場20チームは5チームずつ4組に分かれて1次リーグを実施し、各組の上位2チームが準々決勝に進出します。日本代表は前回のW杯で、過去2回の優勝経験を持つ強豪南アフリカに勝利したものの、惜しくも決勝トーナメント進出はなりませんでした。

今大会も、一次リーグの同組に日本より世界ランキング上位のチームが2つあり、厳しい戦いが予想されますが、決勝トーナメント進出を目指して頑張ってほしいものです。

【日本代表(世界ランキング9位)の試合日程】

日程	対戦国(世界ランキング)	場所
9/20	ロシア(20)	東京スタジアム(東京都)
9/28	アイルランド(3)	エコパスタジアム(静岡県)
10/5	サモア(16)	豊田スタジアム(愛知県)
10/13	スコットランド(7)	横浜国際総合競技場(神奈川県)

今月は「ラグビーを応援したいけど、ルールがちょっと…」という方向けの、ラグビーの基本ルール紹介です。



【ラグビーの基本ルール】

1チーム15人のプレーヤーが相手チームと1つのボールを奪い合い、ゴールラインに向かって相手陣地に攻め入ります。

そのポジションは大きく分けて「フォワード(FW)」と「バックス(BK)」の2つがあります。FWとは、背番号1から8までの選手で、相手とぶつかり合いながらボールを獲得するのが主な仕事です。スクラムを組むのはフォワードの8人の選手たちで、がつしりした体格の力持ちが務めるポジションと言えます。一方BKは、背番号9から15までの選手で、フォワードが獲得したボールをパスやキックでつなぎ、大きく前進を図るポジションです。フォワードに比べ小柄な選手や細身の選手が多いですが、そのぶんスピードと様々な技術が求められます。

【得点方法】

<トライ>

ボールを持った選手が相手のインゴール(ゴールラインを超えたエリア)の地面にボールをつけると5点が得られます。ラグビーの最大の得点方法です。

<キック>

ラグビーにはキックによる得点方法が3つあります。いずれもHポールの上半分のエリア(ポストの間かつクロスバーの上)を通過すれば、それぞれ得点が得られます。



コンバージョン ゴール	2 点	トライをすると与えられるキック。トライした地点からまっすぐ下がったところの好きなところからキックを蹴ることができる。
ペナルティーゴー ル	3 点	相手チームの反則により与えられるキック。反則を得た地点からゴールを狙う。
ドロップゴール	3 点	プレー中、持っているボールをドロップキック(ワンバウンドさせてキックする)でゴールを狙う。

【タックル】

ラグビーを象徴するプレー「タックル」ですが、タックルとは、防御側がボールを奪うために、ボールを持った選手を捕まえて倒すプレーのことです。タックルは相手の胸より下の部分に、しっかりと腕を回して行わなければなりません。トップレベルのタックルの衝撃は、軽自動車にぶつかった時に匹敵すると言われています。

また、タックルを受けた攻撃側の選手は、すぐにボールを放すか、パスしなければなりません。倒れたままボールを放さないと、「ノット・リリース・ザ・ボール」というペナルティをとられます。

【反則】

ボールを前に落したり、弾いたりすると(後方はOK)、「ノックオン」というペナルティをとられます。ラグビーでもっともよく起こるミスで、軽微な反則として相手ボールのスクラムとなります。ボールを前にパスするのは「スローフォワード」というミスで、同様に相手ボールのスクラムで再開されます。

なお、相手のパスを故意にはたき落とす行為はNG。「インテンショナル・ノックオン」となり、通常のノックオンより重いペナルティが科されます。

【スクラム】

ノックオンやスローフォワード等の軽度の反則や、プレーの中止があった後、プレーを再開する際に行われるプレー。敵味方8人ずつで組み、押し合います。その際、最前線の選手たちには、1トンを軽く超える衝撃が加わると言われています。

【ノーサイド】

試合が終われば敵味方のサイドがなくなるとの意から、ラグビーでは試合終了のことを「ノーサイド」と言います。激しく体をぶつけ合う過酷なスポーツだからこそ、“試合後は勝った側も負けた側も関係なく健闘を称え合う”という精神は、ラグビーに欠かせないものと言えます。



【参考】FRIDAY DIZITAL ~ラグビーのルール 初心者でもW杯を楽しめる10のポイント~