

2024 夏合宿のしおり



2024年7月27日(土)~28日(日)
新見市千屋温泉 いぶきの里

年 名前

がっしゅくせいかつ
合宿生活のめあて

- ① 2日間つづけての練習、ゲームのなかで自分たちのレベルアップをめざす！
- ② 団体生活において、みんなで協力しあい、合宿を楽しいものにしましょう！
- ③ 班のなかま、下級生のなかまの手助けをすすんでみましょう！
- ④ 練習の準備や後片づけも自分たちで行いましょう！
- ⑤ あいさつをきちんとしましょう！
- ⑥ 各スクールのみんたと友情を深めましょう！

がっしゅくせいかつ
合宿生活のきまり

- ① 宿舎、千屋温泉には他のお客さんも来ています。
迷惑をかけることのないように静かに行動しましょう。
- ② 本館内のゲームセンターの部屋は立入り禁止です！
- ③ 班長を中心に、班ごとに活動してください。
【食事、お風呂、そうじ、ミーティング レクリエーションなど】
- ④ 困ったことなどが起こったら、班長やのコーチに知らせてください。
そして班のみんなで話し合い、解決しましょう。
- ⑤ くつ・スパイクを置く時は、名前付洗濯バサミでとめておくこと。
- ⑥ ゴミは片付けましょう。(バス、宿舎、グラウンド)
- ⑦ 練習時間の30分まえに準備をはじめましょう。
用具の準備は6年生・5年生全員で行う。
- ⑧ 合宿では、誰とでもあいさつをきちんとしましょう。
(他のスクール生や温泉の人たち、他のお客さんなど)
- ⑨ 夜間の外出はしないこと。
- ⑩ 浴室のサウナは使用禁止です。

持ち物リスト

☆集合は、青Tシャツ、白短パン、赤ストッキング、アップシューズ

☆すべての持ち物に名前を書いてください。

☆ラグビー用リュック㊟と宿泊用バック㊞に分けて準備してください

㊟弁当（1日目の昼食）バスの中へ持ち込む（バス乗車の方）

※捨てられる容器にしてください

㊟帽子・ラグビーの用具一式（ハッケヤ・ソルダ・マウスピースなど）

㊟水 500ml（練習時用）×2本（スクイズある方）

㊟名札付洗濯バサミ 2個（スパイクとアップシューズをとめる）

㊟補食2日分

㊟洗濯ネット（洗濯する学年）

㊟タオル（汗拭き用）

㊟ごみ袋

㊟健康保険証（原本）

㊟氷（集合時に回収）※バラ氷や、牛乳パック・保冷袋に塊氷

㊟おこづかい 1000円以内

㊟おやつ 500円以内

㊟雨具

㊟お茶・スポーツ飲料・経口補水液（必要な人）

㊟虫除けスプレー（肌が敏感な方）・ポイズリムバー（必要な方）

㊟ハンガー1本（洗濯する学年）

㊟赤ジャージ、白短パン、赤ストッキング、スパッツ（2日目用）

㊟着替え（宿舎用、2日目、雨天時） ※2日目高学年

㊟長袖・長ズボン（朝 散歩用） ファーストジャージ

㊟ビニール袋（洗濯物入れ）

㊟新聞紙1日分（雨天時、靴乾燥用）

㊟タオル（2日目入浴用）

●補充用の水・お茶・スポーツ飲料は役員で準備します。

●虫除けにハッカ水を使用しますが、肌が敏感な子は各自で用意ください。

●水筒・ゲーム機器はもっていきません。

感染防止対策として

① こまめに手洗い・消毒をしましょう。

② 適宜、検温・健康確認を行います。

代表	金枝	用具	コーチ
総務	大井・平川		6年生・5年生
渉外	渡邊	レクレーション	津家
会計	大井・保護者会	忘れ物	高学年保護者
生活指導	保護者会・田中	研修会	鷹木・荒木・渡邊
安全対策	高橋	練習会場	コーチ全員
点呼	班担当コーチ	テト設営	保護者会

[1] 合宿生活について

- ・各ｺｰﾁは安全に対し充分配慮した行動をとる。
- ・昼食後にただちに“しおり”をもとに班ミーティングを行う。
- ・リーダーを中心に班生活の行動をとらせる。
- ・点呼の頻度を多くとる。
- ・生徒たちに合宿生活においても自主的な行動を促すよう助言する。
- ・ｺｰﾁは生徒とともに行動をとる。(合宿生活全般)
- ・いつも生徒と一緒に遊ぶ。(くつろぎタイム、レクレーション)
- ・常に危険との回避を考慮しながら行動をとらせる。
- ・あいさつなどの生活指導の励行。

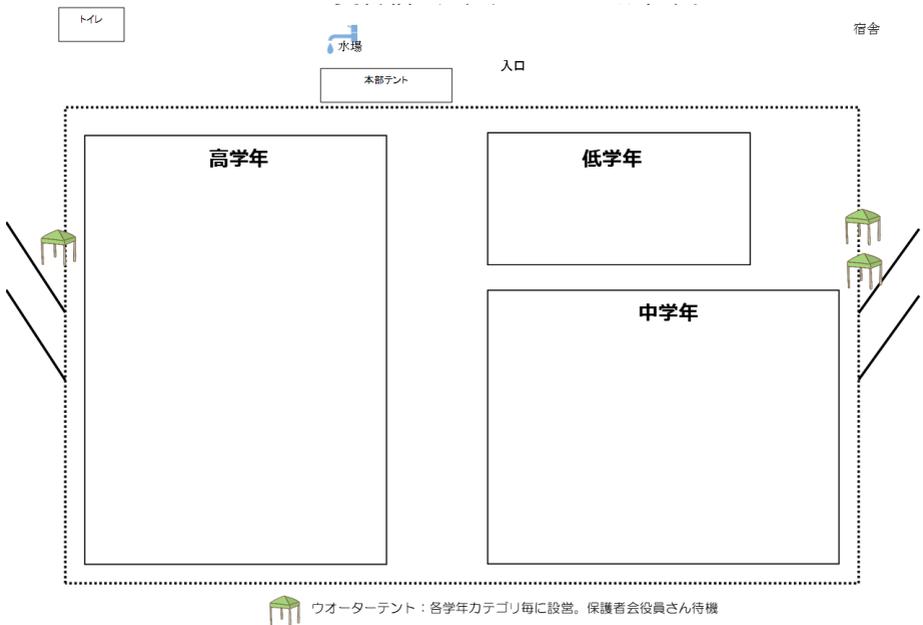
[2] 練習のなかで

- ① 練習の進行に生徒の意見を反映させる。
- ② 大きな声、コーリングの習慣を身につけさせる。
- ③ 修正点は直ちに個別に助言しよう。
- ④ ユニットにおいても常にプレッシャーをかけた練習に心がけ。
- ⑤ 良いプレーはタイミング良くほめよう(喜びの共感)
- ⑥ 身体の状態をよく把握し、無理をさせない。
- ⑦ 低学年の練習一必死で遊べるものをたくさん取り入れる。
- ⑧ 担当コーチ以外のコーチは静かに見守るよう努める。

[3] 入浴について

- ・各学年団ごとに入浴を行いません。風呂場では絶対走らない。
- ・他のお客さんも利用されます。カクマラしくあいさつし、騒がずに利用しましょう

夏合宿 グランドコート配置図



—メモ—

緊急連絡先

◎千屋温泉いぶきの里	電話	0867(77)2020
◎大井コート	携帯電話	090-8996-8773
◎平川コート	携帯電話	090-7342-4604

最寄りの緊急機関

◎新見中央病院	電話	0867-72-2110
◎長谷川記念病院	電話	0867-72-3105
◎新見市休日診療所	電話	0867-72-0334



～保護者のみなさまへ～

- 練習時間が充分あるので、子供達の体調管理を行いながら進めていきます。出発時に、体調などの状態をお知らせ下さい。
- 生徒の安全と人権に充分配慮し、感染対策をとりながらすすめていきます。
- 体調不良や、発熱の場合には、緊急連絡先へ連絡いたします。お迎えにきていただくこともありますので、ご了承ください。

2024夏台宿 班分け表

	班コーチ	班長	副班長	忘れもの係	〇数字は学年	④フォックス 誠				
1班	酒井	⑥大橋暖	⑤谷本航希	⑤藤原武史	④山口悠翔	④太田涼介	①藤野結月			
2班	横田	⑥グイピック シヨシユア	⑤西貴広	⑤柴田悠貴	④渡邊湊祐	③丸山蒼太	②小田蒼真	①橋本朋季		
3班	今井	⑥井上恭祐	⑤才本颯馬	⑤伊藤善乃助	④荒木奏汰	②井上大和	②永野暖 (2日目のみ参加)	①平井颯真		
4班	二宮	⑥横田遼人	⑤今井唯人	⑤坪井達之助	④佐藤朝陽	③岡崎慶吏	②網島渉	①遠山創		
5班	橋本	⑥鷹木宏翼	⑤高橋新	④馬場庸平	④辻坂拓真	②松本篤紀	①内野幹太	①岡本怜		
6班	フォックス	⑥中賢太郎	⑤二宮虎太郎	④藤井絢希	④木羅巧海	②國貞太一	①生駒通都	①蜂谷唯仁		
7班	丸山	⑥小林篤汰	⑤横山拓巳	④小山陽平	④光岡理人	②西山晃平	①大石大智	①高橋佑成		
8班	石部	⑥松本惇平	⑥銭谷颯真	⑤塚中聡太	④藤野央翔	②隅田煌河	①田邊朱莉	①入澤凜子		
9班	井上	⑥玉川創喜	⑥滝澤彪我 (2日目のみ参加)	⑤ヤウス恵絆	④橋本達輝	②難波大和	①山賀大史	①石川達基		
10班	藤野	⑥酒井咲輔	⑥丸尾海翔	⑤小野藍妃	④橋本燈侍	③横田定人	①金原央典	①大田千結		