



「フードバンク」から見える 社会課題

ボランティアセンターと協力、 オンラインイベント開催

学生記者 合志瑠夏(経済4)

私はひとり親家庭で育った。親の努力のおかげで、私自身はそれほど生活に苦労しなかったが、少しの恩返しの意味も込めて、相対的貧困の課題解決に貢献できる活動を探し、一般社団法人全国フードバンク推進協議会で半年間、インターンとして活動するご縁をいただいた。

食品の需給のアンバランス

これは食品を寄付する企業と、支援が必要なフードバンク加盟団体を結ぶ全国規模のプラットフォームである。企業側には、食品の廃棄コスト削減、環境負荷の低減、企業として社会的責任を高めるといった意義がある。

私が主に担当した「食品マッチング事業」は、団体側の需要に基づいて届け先と数量を調整し、それを企業に伝達、発送へとつなぐ業務だ。この仕事に従事する中で、こうした食の支援は善意だけでなく、送る側と受け取る側のそれぞれのメリットを最大化して初めて実現するということが実感した。

日本では子供の9人に1人が相対的貧困状態にある(2021年厚生労働省データ)。ひとり親家庭の状況はとくに深刻で、明日の食事に不安を抱える家庭が確かに存在する。物価高騰などの影響から、支援要請は増え続け、寄付は減少傾向にあるという現実を前に、私は数字の重みを初めて“自分ごと”として受け止めた。

寄付が「炭水化物」に偏っていることへの課題も感じた。

米やカップ麺、レトルト食品は需要も大きいですが、栄養バランスの整った食品は不足しがちだった。必要とされる食品(需要)と実際に届く食品(供給)の間の溝に歯がゆさを覚えた。

「支援は対等の関係の中で成立」 食と社会をつなぐ存在であり続ける

こうした学びを広く知ってもらおうと、中央大学ボランティアセンターの協力を得て、2月24日にオンラインイベントを開催できた。私とともに当日のスピーカーを担当した総合政策学部2年の白井まみさんは、NPO法人フードバンク TAMAで活動した経験があった。

白井さんは、飲食店でアルバイト中に、大量の廃棄を目の当たりにしたことをきっかけに活動を始めたという。ボランティアの現場ではトラックで届く膨大な物資を前に、「食料支援=助けてあげるとい認識でよいのか」と自問したという。「食品を丁寧に箱詰めすること。それは受け取る人の気持ちを第一に考えた支援であり、尊厳を守るための配慮である」と聞いたとき、支援とは対等の関係の中で成立するものだ、私は胸を打たれた。

4月から私は小売業の世界に進む。最初は店舗勤務のスタートだが、やがてはサプライチェーン全体を見渡す立場で、食品ロスや貧困問題に向き合える人材になりたい。半年のインターン経験で得た視点を決して忘れず、食と社会をつなぐ存在であり続けることが、私の新たな挑戦である。



リーグ最終戦（対専大）より

「4年間は人生の宝物」

後輩に昇格の思いを託し、卒業の時 ラグビー部 4年生のメッセージ

2025年度関東大学リーグで1部昇格を目指したラグビー部は、2部優勝を経て2年連続で挑んだ12月13日の1部・2部入れ替え戦で、終了間際に逆転のトライを許し、40-43で日本大に敗れた。全員が一つの方向に突き進むという「騎虎」をスローガンに、1年間掲げてきた「昇格」という目標にわずかに届かなかった。

悔しさ、無念さをバネに捲土重来を——。メンバーは代替わりしても中大ラグビー部の伝統は紡がれていく。後輩たちに昇格という思いを託し、卒業の時を迎えた4年生に、仲間や部活動への思いなどを寄せてもらった。

(Qは質問・Aは回答、記事中の写真はすべてラグビー部提供)

質問

- Q1 4年間の部活動で得た今後への糧、自分自身の成長したところを教えてください
- Q2 同期の部員への思い、メッセージをお願いします
- Q3 後輩の部員たちに託したい思いを教えてください

● 培った「継続力」を生かしていく

遠山昭勝選手 ポジション：フランカー（FL）

A1 ラグビーという一つの大きなことに愚直に取り組めたのは非常に良い経験でした。その中で継続力を培うことができたと思います。4年間の経験を糧に、今後の社会人生活に生かしていきたいです。

A2 長いようで短い4年間だったけれど、みんなと一緒にラグビーができて楽しかった！ 本当にありがとう！

A3 私たちが成し遂げられなかった1部昇格を、後輩たちは必ず成し遂げてくれると思います。



1部・2部入れ替え戦(対日大)より

🏐 諦めない気持ちが精神力を高める

松井寿樹選手 ポジション：センター(CTB)

A1 精神力です。3年間、レギュラーメンバーに入れず悔しい思いをしましたが、あきらめずに、ひたすら自身の課題に向き合い続け、4年目の最後の年でレギュラーメンバーに入ることができました。あきらめない気持ちを持つことが自身の精神力を鍛え、成長につながると4年間で改めて実感しました。

A2 4年間、寮生活で同じ目標に向かって切磋琢磨した仲間との縁は生涯、続きます。これからもよろしく願います！

A3 今度こそ絶対に1部に上がってください。願います。

🏐 この同期だからこそやり切れた

三浦しん選手 ポジション：フランカー(FL)

A1 常に仲間やチームを思って行動できるようになりました。大学に入り、長期間、けがなどでプレーで貢献できないときを含め、できる限りチームにプラスになるように動けるようになったのは4年間で成長した部分だと思います。

A2 まずは4年間ありがとうございました。2度の手術などのけがの際は、生活面のサポートなど当たり前のように助けてもらいました。しんどい時期もありましたが、この同期がいたからこそ、やり切ることができたと思います。みんなのおかげで楽しい4年間を過ごすことができ、感謝しかありません。

A3 最後に笑って終われるように、悔いのない毎日を過ごしてほしいです。私のラストシーズンはけがのため、チームにプレーで貢献することはかないませんでした。でも、どんな状況にいる部員も必ず役割があると思っています。全員が自分の役割を全うし、一丸となって一部昇格を成し遂げてくれることを願っています。

🏐 前向きに努力し、取り組む姿勢

千葉央貴選手 ポジション：センター(CTB)、寮長

A1 困難な状況でも前向きに物事に取り組む姿勢です。自分にできることを考え、周囲と協力しながら努力を積み重ねてきました。この経験は、今後どのような環境に身を置いても、粘り強く挑戦し続けるための大きな糧になると感じています。



リーグ最終戦（対専大）より

A2 同期生は4年間を共に戦い抜いたかけがえのない存在です。互いに声を掛け合い、支え合ってきたからこそ、最後までやり切ることができました。違う個性や役割を持ちながらも、同じ目標に向かって進んできた仲間たちには、感謝の気持ちしかありません。本当に4年間ありがとうございました。最高の4年間でした。

A3 結果だけでなく、日々の私生活を大切にしてほしいと伝えたいです。勝利や昇格といった目標はもちろん重要ですが、そこに至るまでの準備や努力、私生活での人との関わりが自分自身を大きく成長させてくれます。自分と向き合い、仲間を信じて取り組んでください。その積み重ねが、必ず将来の自分を支える力になると思います。

🏉 4年間はかけがえのない財産

野村幹太選手 ポジション：スクラムハーフ (SH)、副将

A1 人としての責任感と周囲を巻き込む力です。バイスキャプテンやアタックリーダーを務める中で、常にチーム全体を見て行動することの重要性を学びました。自分のプレーだけでなく、仲間の状態やチームの課題を考え、主体的に働きかける経験を重ねたことで、人間的に大きく成長できたと実感しています。

A2 心から「4年間本当にありがとう」と伝えたい。初めての寮生活で大変なことも多かったが、それ以上に楽しい時

間や支え合った思い出が数えきれないほどあります。苦しい練習や試合を共に乗り越えてきたからこそ、今の自分がある。同期と過ごした4年間は、かけがえのない財産です。

A3 自分たちが果たせなかった1部昇格を必ず成し遂げてほしい。日々の努力や積み重ねが必ず結果につながると信じています。苦しいときこそ支え合い、最後まであきらめずに挑戦し続けてほしい。

🏉 組織を動かすのは「肩書」ではなく「姿勢」

百瀬祐選手 ポジション：ロック (LO)、主将

A1 4年間で強く実感したのは、「組織を動かすのは肩書ではなく姿勢」だということです。主将やリーダーの立場に就いたから人がついてくるのではなく、自分が誰よりも努力し、覚悟を行動で示し続けることで初めて周囲の心が動く。そのことを悩み続けた経験の中で学びました。今後どのような環境に身を置いても、まずは自分が先頭に立って行動で示す姿勢を大切にしていきたいと考えています。

A2 一般入試で遅れて入部した自分を、最初から分け隔てなく迎え入れてくれて本当にありがとう。不安もありましたが、気づけば練習でも私生活でも当たり前のように隣にいてくれる存在になっていました。主将になってからも、支えてくれたのは同期のみんなでした。同じ温度でラグビーと向き合えた4年間は、間違いなく人生の宝物です。



リーグ最終戦(対専大)で全勝優勝を飾った

A3 ラグビー部のカラーは毎年変わります。その変化を前向きに受け止め、自分たちなりに考え抜いたチームを築いてほしいと思います。仲間と本気で向き合い、最後は全員がやり切ったと胸を張れるシーズンにしてください。心から応援しています。

🎯 チームのためになる行動を率先

田積智陽選手 ポジション：ウィング(WTB)

A1 チームで協力して1つの目標に進む力を身につけることができました。選手個々の能力を生かした、チーム力を上げるための行動は、今後の糧になると考えます。個人としてはチームのためになる行動を率先して取るという面で、成長できたと感じています。

A2 かけがえのない仲間とこの先も何十年も大学時代の思い出をつまみに飲みたいと思います！

A3 勝ち負けに関わらず、各世代のカラーを大切に、同期全員で楽しくラグビーをしてください！

🎯 小さなことも継続し続ける重要性

畔地毅選手 ポジション：プロップ(PR)

A1 誰しもが変わることができる、そして変わるためには大きなことでなくても、小さいことでも継続し続けることが重要であると、改めて学べた点です。

A2 4年間、いろいろなことがあったけれど、この同期で最後までラグビーができてよかったです。それぞれに活躍する場は違うと思うけれど、また何かの機会に集まれたらいいなと思います！

A3 自分たちの代で成し遂げられなかった1部昇格を果たし、最後に笑って終われるようにしてほしいです。

🎯 「他者貢献」の競技、その大切さを知る

三宮圭斗選手 ポジション：プロップ(PR)

A1 「他者貢献」の大切さです。ラグビーは一人だけで完結しません。他者に何ができるのかということを考えるスポーツです。他者貢献を身につけることができました。

A2 4年間、本当にありがとう。仲間のおかげで苦しい場面でも踏ん張ることができました。社会人になってもまた、一緒にラグビーを楽しみたいです。

A3 ラグビーを楽しんでください。貴重な大学生生活をラグ

ビーにささげるなら、きついこともあるかと思いますが、それでも、仲間と共にする時間や練習、試合に楽しさを見出してエンジョイしてください。

🎯 どんなときも隣にいてくれた同期たち

真田隼翔選手 ポジション：フランカー(FL)

A1 3年間の寮生活と厳しい練習を通して、忍耐力と継続力、そして仲間と協力する力が大きく成長しました。自分本位ではなくチームのために行動する姿勢を学びました。社会人になってもこの協調性と責任感を活かし、組織に貢献できる人材を目指します。

A2 寮生活や厳しい練習は想像以上に大変でしたが、どんなときも隣にいてくれた同期がいたからこそ乗り越えられました。辛いことも苦しいことも、互いに励まし合い、支え合えた時間は一生の宝物です。本当に感謝しています。

A3 次こそ1部復帰を果たしてほしいと心から願っています。ただ、それを必要以上のプレッシャーに感じるのではなく、自分たちらしく挑戦を楽しみながら、仲間と支え合い、充実した大学生活を送ってほしいと思います。

🎯 心で戦う競技「やり抜く力」身につく

吉田勇仁選手 ポジション：スタンドオフ(SO)、センター(CTB)

A1 最も成長できたと感じているのは「心の大切さ」です。試合での敗戦や思うように結果が出ない時期、けがでプレーできない苦しさなど、何度も壁にぶつかりました。そのたびに仲間に支えられ、仲間を思い、自分と向き合い続けることで、逃げずにやり抜く力が身についたと思います。体だけでなく心で戦うスポーツだと実感しました。

A2 同期のみんなには、本当に感謝の気持ちしかないです。苦しい練習や悔しい敗戦を共に乗り越えてきたからこそ、言葉にできないほど強い絆が生まれたと思います。時にはぶつかり合いながら、最後まで同じ目標に向かって戦えたことは、人生の中でもかけがえのない経験です。みんなと過ごした4年間は一生の誇りです。

A3 後輩のみんなには、「仲間と本気でラグビーに打ち込む経験」を大切にしてほしいと思います。きつい練習や思い通りにいかない日々、それこそが人を大きく成長させてくれるし、財産になります。今この瞬間を全力で戦い、何よ



リーグ最終戦(対専大)より

りも楽しんでください。そう心から願っています。

🏆 最高の同期とワンチームで戦えた

山口幸之助選手 ポジション：プロップ(PR)

A1 忍耐力です。どんな苦しい状況や理不尽な場面でも、前を向いて踏みとどまる精神的な強さが身につきました。社会人になっても生かしていきたいです。

A2 どんなに苦しい練習も、同期生がいたから体を張り続けられました。最高の同期とワンチームで戦えたことは僕の誇りです。4年間、本当にありがとう。

A3 大きな目標を達成するために、地道な努力の積み重ねが大事だということをこの4年間で改めて実感しました。後輩たちには一日一日を大切に積み上げて、頑張してほしいです。

🏆 悔いなく努力を続けられた4年間

堂菌昂修選手 ポジション：フランカー (FL)、ナンバー8 (NO.8)、副将

A1 努力を怠らないことです。4年間、自分に必要なこと、チームにとっての最適解を考えて、自分なりに行動してきました。回り道をしたこともありましたが、悔いなく続けられたことが自分にとっての成長と考えています。

A2 副将として至らないところが、たくさんあったと思います。最後までついてきてくれて本当にありがとうございました。それぞれの道で楽しいこと、辛いことがたくさんあると思います。苦楽を共にし、同じ中央の名を背負って歩んだ仲間を頼り、助け合っていきましょう。これからもよろしくお願いします！

A3 振り返ると、後輩たちに教えたことより、後輩たちから学んだことの方が多いい1年間でした。信じて突き進んでください。そして最後の学生生活、悔いのないように、後悔しない選択と行動をしてください。

🏆 相手を尊重し、礼節を重んじる姿勢

大場大輝選手 ポジション：フランカー (FL)

A1 4年間で社会人として働く糧を身につけることができま

した。相手を尊重し、礼節を重んじられるようになったことが成長したと感じるところです。

A2 ここで巡り合えたのは何かの縁だと思います。お互いに自分の道を歩むと思いますが、年に一度、集まって飲みましょう。

A3 1部昇格を実現できるよう応援しています。

🏆 「手を取り合って歩めた経験」が財産

榎田大志さん 役職：主務

A1 目標を立て、自身の課題と向き合う姿勢です。思い通りにいかないこともたくさんありました。自分自身や改善すべき点と向き合い、強みを伸ばし、少しずつ努力して成長するという姿勢を学びました。

A2 みんなで手を取り合って最後まで歩めた経験は、学生生活において大きな財産になりました。最後の年は選手を引退する選択を許し、支えてくれてありがとう。みんなの活躍を祈りつつ、都合が合うとき会いましょう。

A3 1部昇格を何としても果たしてほしい、その一言です。力が拮抗する近年のリーグ戦で思い通りに勝ち抜いて昇格することは難しいかもしれませんが、実力は間違いなくあると知っています。あとは学年のカラーを出して同じベクトルを向いたら団結すると思います。応援しています。

ラグビー部 2025年度関東大学リーグ戦2部戦績

9月13日	○中央大	113 - 7	新潟食料農業大
9月21日	○中央大	59 - 26	朝鮮大学校
10月5日	○中央大	54 - 10	國学院大
10月12日	○中央大	52 - 35	白鷗大
10月26日	○中央大	37 - 29	拓殖大
11月9日	○中央大	19 - 17	山梨学院大
11月23日	○中央大	15 - 13	専修大

関東大学リーグ戦1部・2部入れ替え戦

(12月13日、埼玉・熊谷スポーツ文化公園ラグビー場)

●中央大(2部1位) 40 - 43 日本大(1部8位)