"初めて" は "楽しい"

カーリング体験

頭脳と技術と身体能力。すべてが求められる「氷上のチェス」。



スコットランド発祥のスポーツ

今回の体験は、15世紀ごろにスコットランドで始まっ たとされるカーリングです。シートと呼ばれる競技エリ アは、長さ45m、幅5m、両側にストーンを投げ入れるハ ウス(円)が描かれています。今回の体験場所となった 軽井沢アイスパークには6シートが完備されており、そ の本格的な空間を前に、体験者の小沼悦子さん(東村山 市立野火止小学校主幹教諭) は「テレビで見たことがあ ります!」と笑顔を見せてくれました。応募の理由は 「スポーツは見るのもプレーするのも好きなんです。で もカーリングは見るだけだったので、体験してみたいと 思いました」とのこと。そんな小沼さんにカーリングを 教えてくれるのは、カーリング歴32年の土屋長雄さん ((公社)日本カーリング協会常務理事)です。

意外と知らないシューズの秘密

最初に専用シューズを借ります。土屋さんは靴底を見 せながら「左右で靴底の素材が違っていて、片方は滑る 素材、片方は滑らない素材でできているんです。また、 滑るほうの靴に専用のカバーを付ければ、両方とも滑ら ない状態になります」と説明してくれました。「へー!初 めて知りました」と小沼さんは驚いた様子。右利きの小 沼さんの場合、右足に滑らない靴を、左足にカバー付き の滑る靴を履き、いざ気温6℃の施設の中へ。

まずは、マットの上で準備運動をして、カーリングの 基本フォームの練習です。次に、カバーが付いた状態で アイス(氷)の上に移動し、安全な転び方を教わります。 再度マットに上がり、カバーを外すと「マットの上でも 滑るっしと小沼さん。「アイスの上はもっと滑るので、こ こからは注意してください」と土屋さんに促され、小沼 さんは緊張した面持ちで、そっとアイスに乗りました。

最初は「こわい!」を連発した小沼さんでしたが、土屋さ んのわかりやすい指導により、15分ほどの練習でアイス の上を移動できるようになりました。

0 8 8 8 8 9 8 8 8 8 8

競技名に隠された「投げ方」

いよいよストーン(玉)を投げる練習です。土屋さん から「ストーンを投げる際、必ず右または左に回転をか け、ストーンの動きをカール (曲げる) させるから 『カー リング』なんです」との説明を受け、小沼さんから 「なぜストレートが無いんですか? | との質問が出 ました。土屋さんいわく「まっすぐに投げても、 何らかのきっかけで回転が始まり、必ずカール してしまうんです。だから、狙う位置を計算し て、最初からカールさせます」とのこと。次は、 靴にカバーを付け、スイーピング(滑っているス トーンの前をブラシでこすり、氷を溶かす行為)の 練習です。ストーンの移動距離を伸ばしたいときな どに行うスイーピングは、とても体力を使うため、小沼 さんの息も上がり気味に。その後、敵のストーンのはじ き方などを教わり、最後は小沼さんVS土屋さんでミニ試 合を楽しみました。結果は、最後の1投で小沼さんが大 逆転!「練習も試合も楽しかったです」と、小沼さんは充 実感いっぱいの笑顔で軽井沢を後にしました。

体験の



土足厳禁!専用シューズを 借りて履き替えます。



勝敗に関係なく、最後は 笑顔でハイタッチして解散!



マットの上で全身を しっかりストレッチ。





交互に3投ずつ投げて 得点を競います。

3 転ぶ練習



氷に慣れる意味も含め リンク上での転び方を習得



ブラシに体重をかけ 高速で動かす練習です。

滑る練習



専用シューズの感覚をつかみます。





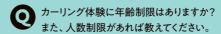
ブラシでバランスを取り 実際にストーンを投げてみます。



体験してくれた方 東村山市立野火止小学校

小沼悦子さん

正直、カーリングは「ラクそうなスポーツ」 だと思っていたのですが、今回の体験で 「頭も体も使うハードかスポーツ」だとわか りました。機会があれば、家族を誘ってま た体験してみたいです!



老若男女、誰でも楽しめます。当施設では下 は4歳から上は92歳の方に体験いただいた実 績があります。人数はお1人から最大160人 の団体まで受入れが可能です。

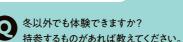


教えてくれた方

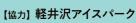
実体験で わかる 醍醐味

(公社) 日本カーリング協会 常務理事 指導普及委員会委員長 土屋長雄さん

日本におけるカーリングの競技人口は約 2500人。オリンピアンを目指すなら狙い 日の競技ですよ! 実際、59歳の私も現役 選手として日本選手権を目指しています。 まずは体験してみませんか?



通年営業 (12/31、1/1は除く) しています (要 予約)が、施設内は常に6℃のため、暖かく動 きやすい服装でお越しください。専用シューズ やブラシはレンタルできます。



国際レベルの大会も開催できる 本格的なカーリングホールです。 https://www.kazakoshi-park.ip/ ice-park/



習得し

ただり

次号の 参加者

次回の休験は… 「練り切りづくり | です!

場所は都内を予定。繊細な細工で四季折々の風物 詩をかたどった美しい和菓子「練り切り」の、つく り方を学びます。ぜひご応募ください!



差込の編集担当宛てはがきにある 【読者参加企画への参加希望】の欄に チェックを入れてご応募ください。

[応募締切] 令和2年1月17日(金) 必着 [体験時期] 1月下旬~2月上旬(予定)

かがせき かがやき 5