

あなたも趣味人

アーチェリー 中高年の星を目指せ



アーチェリーの山本博さん(49)が2004年のアテネ五輪で銀メダルを獲得し、「中年の星」と脚光を浴びたのは41歳の時。北京パラリンピックの女子個人コンパウンドで銀メダルを獲得した神谷千恵子選手(51)も、競技を始めたのは40歳を過ぎてから。集中力がものを言うアーチェリーは、中高年でも始めやすく長く、続けられる競技と言えるかもしれない。

1977年、キャンベラ世界選手権で銀メダルをとるなど日本のアーチェリー黄金期を支えた亀井孝さん(57)は、いまでも現役を続けるかたわら、[ホームページ](#)でアーチェリーの普及に努めている。「男女、年齢を問わず、健常者も身障者も同じシューティングラインをまたぎ、同じ大きさの的を狙い、オリンピックと同じルールで対等に戦える。こんなすばらしいスポーツはほかにはありません」と語る。しかしその一方で、「向き不向き」があるとも言う。

「当たった、外れた、を繰り返すだけの個人競技を、おもしろいと思うかどうか。私の経験上、アーチェリーは偏った性格の人しか続きません」と、手厳しい。戸惑っていると、こう促された。

「私が言いたいのは、とにかくやってみなさいよ、射ってみなさいよ、ということ。やってみて合わなければ仕方がない」

バケツ1杯の水が持てれば

アスパラ写真館



『猫御殿』

今日のお手軽・かんたんレシピ



『ツナと人参のバスタ風サラダ』

おすすめ

積み重ねず ゼロから
囲碁ガールの「恋愛格言」講座
節電警報とご老人たち
秋入学 私は反対です
「はやぶさ 遥かなる帰還」ご招待
来年のご参考に

01/30 14:07 更新

朝日新聞 DIGITAL

オウム平田被告と逃亡 斎藤容疑者を犯人蔵匿罪で起訴(15:40)
元審議官「嫌だったが妻の取引だから」インサイダー否認(15:38)
川崎重工に支払い命令 陸自ヘリ墜落、国に2億3千万円(15:30)



月1回の射会に集まった豊島区アーチェリー協会の会員

➡ ご利用方法

➡ 携帯サービスについて

アーチェリーを始めるには、どこへ行けばいいのか。1970年代は亀井さんらの活躍に触発され、アーチェリーブームがおきた。ボウリングのブームに重なったため、各地のボウリング場は射場を併設、順番待ちの列ができるのどの盛況だったという。59年からアーチェリーを製造してきたヤマハも、音楽教室のノウハウを用いて全国で教室を展開、競技を盛り上げてきた。しかし、同社は2002年にアーチェリー事業から撤退。いまは各自治体がスポーツ振興の一環として開催する講座や、射場が独自に開く教室などが主となれば口になっているようだ。各地の情報は、[全日本アーチェリー連盟](#)加盟団体が詳しいという。

東京都に限ると、**意外に門戸は広い**。大半の区に愛好家の組織があり、初心者教室も頻繁に開かれている。なかでも有数の歴史を誇る愛好家組織が、東京都の豊島区アーチェリー協会だ。日本にアーチェリーを紹介した地元出身の新聞記者・菅重義氏を代表に据え、1953年に設立された。

練習場の一つ、サンシャインシティのお膝元にある豊島区立総合体育場を訪ねた。和弓と共有の屋外射場には毎週火曜と木曜、指導員が待機していて、初心者でもレッスンが受けられる。利用料は1回400円、道具も一式150円で借りられ、中高年の、とくに男性の参加者が多いという。

5メートル先の的を狙うことから始め、少しずつ距離を延ばしていく。大学や高校の部活動の場合、当初の1、2カ月は矢をつがえない「素引き」をさせるところも多いというが、ここでは「当てる楽しさ」をまず味わってもらおうと、初日から実射。通常はその日のうちに5メートルの的に当てられるようになるという。

理事長の関根俊夫さん(62)によれば、「バケツ1杯の水が持てれば、アーチェリーはできると言われています」。体力に自信の無い人も、続けていくうちに体力がついてくるという。関根さん自身、小学校高学年から中学にかけて腎臓を患い、運動とは無縁だったが、中学校の部活動でアーチェリーを始めてから健康体になった。半世紀にわたる競技生活では数々の戦績を残し、昨年12月に行われた東京都室内選手権大会シニアの部でも優勝を飾っている。

といっても、競技だけがアーチェリーの楽しみではない。「うまくなくても試合に出たくないという人、決められた本数だけ打っておしゃべりして帰る女性会員など、楽しみ方はいろいろ」と、関根さん。

アーチェリーには、屋内外の射場で的を狙ってうつターゲットアーチェリー、ゴルフのようにコースを回るフィールドアーチェリーなどがあり、弓にもオリンピックで使われ、広く普及しているリカーブと呼ばれるタイプのほか、滑車を使って弱い力でも矢を放つことができるコンパウンドボウ、補助具を最低現に抑えたベアボウなどがある。関根さんの妻・洋子さん(62)も結婚後にアーチェリーを始め、子どもが幼いころは一家でフィールドアーチェリーを楽しんだという。

病気やケガのリハビリに通ってくる人も多い。大日方(おびなた)尚(たかし)さん(69)は3年前に交通事故で股関節を骨折したのを機に、30年ぶりに弓を取った。「松葉杖について始めたときは腰が定まらず、撃てる状態ではなかった。それでも『練習に来ることが大切』とみんなに励まされ、やる気になったんです」と語る。そんな大日方さんの姿に奮起し、入門した定年退職者もいるという。「まず自分でできる範囲で、弓に触ることから始めてみては」



豊島区アーチェリー協会理事長の関根俊夫さん。本業は歯科医師だ



大日方尚さん。アーチェリーとの出会いは小学校時代。日本のアーチェリーの歴史をリアルタイムで見ている

「セレブのスポーツ」ではなく

氣になるのは、「偏った性格の人しか続かない」という冒頭の亀井さんの言葉だ。指導員の角谷(すみた)に由利さん(54)に尋ねると、即座に否定された。「親切な人が多いですよ。あと、静かな人。山登りやバイクが好きで、1人であることが好きなタイプ。ラグビーや野球をやる人は少ないですね」

確かに、練習に来る人たちはみな穏やかな表情で弓を引き、合間にフォームや弓具を点検したり、会員同士で話しこんだり。体が冷えてくると、畳が敷かれた控室に戻り、暖を取る人もいる。そこには茶だんすや食卓も置かれ、まるでお茶の間のよう。お茶を入れ、おせんべいをすすめてくれた角谷さん、「中にはセレブのスポーツだと勘違いして、一式数十万円もの道具をそろえてくるものもありますが、こんな雰囲気でしょう？ がっかりなさるようです」と笑った。



指導員の角谷由利さんを囲んで。国際色豊かな土地柄を反映し、アメリカ人英語講師の姿も交じる

一般に、初心者の方は、弓具本体を買う必要はないとされる。その人なりのフォームが定まるまで、弓や矢はどんどん変えていかなければならないからだ。では何カ月かの練習を積んでフォームが固まり、弓を買うとしたら？ 同じ豊島区内にある弓具専門店「アサヒ弓具」を訪ね、社長の小沼つた子さんの助言を仰ぐと、「初心者向けのこんなセットもあります」とチラシを見せてくれた。会員割引などを使えば、一式4万円弱。最近では上達にあわせて借り換えることが可能なレンタルシステムも出ているので、メーカーやショップに問い合わせるといい、という。さもなくばデザインなどが古くなった「型落ち」を買う手もある。「アーチェリーはお金がかかるというイメージを変えたい」と、小沼さんは言う。

半面、道具に凝るのもアーチェリーの楽しみの一つ。最近の弓は、組み立て式が大半を占め、その人の体格やフォーム、力にあわせて選ぶ部品の数は数十に及ぶ。経験が浅いうちはアーチェリーショップやコーチのアドバイスが必須だという。弓具の扱いはデリケートで難しいが、逆にいえば、色や形の組み合わせは無限大。小沼さんによれば、

「あれこれと迷い、店内で1時間ぐらい過ごされる方は、珍しくありません」



弓本体の中心にある「ハンドル」と呼ばれる部分。日本の大手ヤマハは撤退し、いまは韓国と米国製が



アサヒ弓具社長の小沼つた子さん。父・英治さんは弓道の日置流雪荷派の15代家元だったが、アーチェリーの普及にも尽力。店には和洋両方の弓が置かれている

主流だ。価格は1万円前後～

星に願いを

豊島区アーチェリー協会の場合、会員になって練習を重ね、ある一定のレベルまで上達すると「認定証」が交付され、月1回の射会にも出られるようになる。高校生らと互角以上にたたかう中高年会員は多いというが、若手の緊張をよそに、シニアはどこかマイペース。ファッションや弓具もそれぞれが個性的だ。

「僕のプレーは攻撃的。性格が出ている」というのは、鈴木清志さん(64)。アーチェリーは57歳から兄と始めた。定年後のいまは兄の形見となったコンパウンドボウを手に、アーチェリーざんまいの毎日。若いころから少林寺拳法の指導をしており、個人競技は性に合うという。しかし、思うように点数が出ないと、「ストレスがたまる」と苦笑。



池田達彌さん。20年前に購入したヤマハの弓をいまも使っている

一方、中学からアーチェリーを始め、インターハイで団体優勝の経験もある池田達彌さん(46)は本来の調子が出ず、悩んでいた。ストリング(弦)を変えただけで、飛び方が変わったのだという。弓の本体は20年来使っているヤマハの製品。「アーチェリーって、ほんとうにデリケートなんです」と、淡々と語る。

シニアたちの胸当てやクイーパー(矢入れ)を飾るのは、戦績を物語るバッジ類。得点に応じて全日本アーチェリー連盟から交付されたり、大会に優勝した際にもらえるものだったり。なかでも皆が注目するのは、全日本アーチェリー連盟の「スターバッジ」の色。グリーン、ブロンズ、シルバーと点数によって色が変わる。ゴールドになると所持者は限られ、「見ると、おっ、という感じ」だという。

小川秀太郎さん(62)は「ゴールド」の保持者だ。「自分で目標を立てて試合に出、バッジをもらう。これが楽しみでね」 実は小川さんには近年、大きな転機があった。加齢黄斑変性症と診断され、うつ状態に陥ったのだ。ネットで病気について調べると、失明率が高いといった情報に行き当たり、食べられず、眠れなくなった。狭心症も患った。幸い、治療を受けて健康を取り戻すことができたが、アーチェリーに助けられた部分は大きいという。

「弓を引いている間は集中して、余計なことを考えずにすみすからね」。今年4月には自営の看板を下ろす予定。アーチェリーは小川さんのセカンドライフの強い支えになりそうだ。



コンパウンドボウをかまえる鈴木清志さん



誇らしげに輝くバッジの数々



「星」を掲げる小川秀太郎さん

《 ペーゴマ 輝く昔のガキ大将 | 記事一覧

バックナンバー一覧

関連記事

- ➔ アキコ・グレース バレンタイン・ナイト・コンサートにご招待 [カルチャー]
- ➔ 演奏したい楽器は何ですか? [ネクストページ]
- ➔ やっぱり出た! 音重視エンジン [カルチャー]
- ➔ ジュビロ磐田 [スポーツ]
- ➔ ブルーレイに恩賜賞 発明表彰 [aサロン(記者ブログ)]

ページ先頭へ

よくある質問 | サイトマップ | リンク・RSS | 著作権 | 利用環境 | 個人情報 | 会員規約 | お問い合わせ

asPara は、セキュリティ確保のため、個人情報の入力時にはSSL暗号化技術を使用しています。

asParaに掲載の記事・写真の無断転載を禁じます。すべての内容は日本の著作権法並びに国際条約により保護されています。
Copyright 2012 The Asahi Shimbun Company. All rights reserved. No reproduction or republication without written permission