



ドクター板東の メディカルリサーチ

Vol. 48

～スケートや人生どれも飛び越えよう～

<http://hb8.seikyou.ne.jp/home/pianomed/>

次第に寒くなり、秋から冬に変わりつつある。ウインターマーケットの季節がやってきた。

完璧な演技

11月の世界フィギュアスケートで、金妍兒（キム・ヨナ）が優勝した。特に、ショートプログラムでは自身のベストを更新する世界歴代最高得点を。その演技はまさに完璧だった。光り輝く珠玉のように、一点のキズも曇りもない。

誰よりも高くジャンプして正確に着地し、難しいステップもパーカクト。減点する箇所がなく、加点するのみ。これ以上のパフォーマンスが果たして存在するのだろうか。

ズから。技術的にも、芸術的にも素晴らしい、異次元のレベルに達している。テレビ観戦していた私は、背

中に電気が走り、彼女に魅
力され、心をキューンと打
ち抜かれてしまったのだ
(図1)。

長期の練習と苦労

金選手は韓国で絶大な人気を誇り、「韓国の至宝」や「国民の妹（국민 여동생）」、「フィギュアの妖精（피겨 요정）」などと呼ばれている。最近さらに表現力が豊かになってきたようだ。

- ・柔軟な身体と技術
- ・バレエの素養と研鑽
- ・鋭い感性と粘り強い心
- ・コーチの優れた指導
- ・1日8時間にも及ぶ練習
- ・などが挙げられよう。なによりも、わずか19歳という
- ・のが驚異である。今後、ど



1



四 2

のようにならぬか、恐るべし。

なお、本大会で解説者を

現役から次の道

フィギュアの延長線上で、充実した仕事を続けてこら
れている。

連分野で仕事がなく、全く無関係の職種に就かざるを得ないこともあるだろう。これでは、長年培ってきた技術や経験が有効に活用できず、大きな損失とならぬいだろうか。

フィギュアスケートの特徴として、通常のスポーツで必要な技術やパワーに加えて、芸術性を併せ持つていることがある。類似する競技には、体操や新体操が挙げられよう。この領域でトップレベルまで上り詰められる人は、本の一握りしかない。一方、大多数の人にとって、他の進路が

あるのだろうか。

以前は、良い機会がなかった。しかし、近年は技術を生かして活躍できるチャンスが増えている。

その一つが、渋谷にある「マッスルシアター」だ。私が好きな劇場で、季節に応じた企画を続けている。

良質のエンターテイメントであり、いちど立ち寄ってみてはいかがだろうか。

G—ロケッツ

ほかに、体操や新体操の元選手らを中心に結成されたグループが存在する。アクリバットとダンスを融合した女性たちのカンパニー



図3



図4

「G-Rockets」だ。3次元の映像を駆使し、ファンタスティックな公演が先日、代々木で行われた。

特に、印象的だったものが。天井から吊されたロープや絹の布、リングなどを使う命綱なしの空中パフォーマンスである（図3）。

単なる演技だけではない。いずれの動作にも、意味が込められ、テーマも内在している。ラベルが作曲した名曲「ボレロ」に合わせ、刻々と変遷していく我々の社会が映し出されていた。

このようなダンスや音楽に、芝居や歌なども加えて、総合的な表現となっていた。幅広く奥深い演出になっていたと思う。

このステージで躍動し



図5

このように、体操や新体操の選手たちの将来が広がり、若年の世代もすでに育ちつつある（図4）。今後の展開を期待したい。

スケートの実践と研究 フィギュアスケートのジ

ヤンプや空中パフォーマンスを見るのは、私にとって、単なる遊びではない。どのように、動作を円滑に続けているのか？ どのようにバランスを保ち、筋肉の緊張や弛緩を行っているのか？ これらのが？ これらの疑問を明らかにするために、詳細に観察しながらリサーチを進め



図6

（図5）。ここで注意点を。以前の大会で、図5のウェーブの頂上で踏ん張ったため、バランスを崩して腰から地面に落ちたことがある。

こんな苦い経験を参考に、身体が一番高く飛び上がるときにこそ、脱力して体勢を低くしなければいけないと悟ったワケである。

また、スラロームでは（図6）、身体をいかに傾けるかがポイントに。図6では、左カカトで外側に押し出しながら、右カカトで内側に押し込まなければならぬ。この習得には長年の練習が必要であった。

スポーツの社会貢献

以前と比べ、体操や新体操では、新しい道に進むチヤンスが増えてきた。スケートを含め、多くの種目で、競技人口が増え、それに伴つて関連する仕事の幅が社会的にも広がってほしいと感じる次第である

なぜなら、こんな積み重ねによって、私はスケート大会に参加しているから。もっと速く滑走できるよう工夫してきている。

10月下旬の国際長良川カップでは、インラインクロス競技で銀メダルを得た

（板東浩、ばんどうひろし、医学博士、糖尿病専門医、ピアニスト）