

スキー、スリルより安全

13年ぶり 指導法を大転換

シニア層の回帰などでスキー場が活気を取り戻しつつあるなか、全日本スキー連盟(SAJ)は13年ぶりに指導法を大転換する。中級者でもスピードに乗ったターンが可能なカービングスキーが普及する一方、制御できずけがをするケースも。速度より安全を重視し、衝突事故やけがの減少を目指している。

板が進化けがの危険

14、15日に新潟県苗場スキー場で行われた研修会には同県を中心に指導者213人が参加。タームターンや横滑りなど、減速要素の多い滑りを指

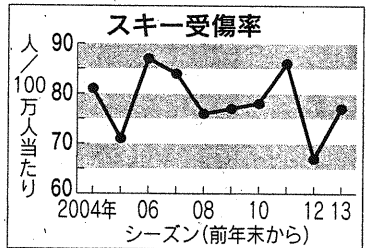


全日本スキー連盟の新しい指導法を伝達される指導員たち(15日、新潟県湯沢町の苗場スキー場)

導で重視していく方針を確認した。

SAJの登山一成教育部長は「初心者から中級者にはまずコントロールを覚えていただきたい」と説明。全国約4万人の指導員、準指導員に新しい指導法を伝達する。スキーのバイブルとされる「日本スキー教程」を改訂する作業に入った。

1998年長野冬季五輪前にカービングスキーが登場。くびれた形状(サイドカーブ)を活用すれば、中級者でもすれが少なくスピードに乗ったターンができるという「魔法の用具」として爆発的に普及した。呼応するよつに2000年、体の軸を内側に傾けてサイドカーブを最大限に使う指導法が確立。



スキーの機能をできるだけ引き出すよう、効率性に主眼を置いた。しかし、修学旅行生など初心者がこの滑り方をすると制御できずに暴走し、衝突事故を起こす危険も。強い雪面抵抗に体が耐えきれず、けがにつ

ながるケースもあった。全国スキー安全対策協議会の報告書によるとスキーヤーの受傷率はここ10年ほぼ変わらない。2012～13年シーズンはリフトやゴンドラなどでの輸送人員100万人あたりで77人が負傷した。傷害の部位は膝が31.4%と最も多く、次にすねとふくらはぎ、肩、足首、頭部、顔の順。膝の約90%は捻挫で、ターンの後半にスキーが回りすぎて前十字靭帯を断裂するケースもあるという。すねとふくらはぎのけがの約52%は骨折だった。

競技の世界では昨季から、大回転に使用できるスキーは旋回性能を落とすように規制された。トップ選手に脚の大きが多くなったためだった。市販スキーも、くびれ幅は小さいものが主流