



新連載

知って得する 佐藤秀樹プロが指南 ボウリング用品の知識

2. インサートテープ (滑り止め) の活用

今回は、指の腹側に貼る滑り止め用のインサートテープについてお話しします。

腹側に貼るインサートテープのいちばん重要な役割は、サム(親指)に安定感を与えることなので、滑るタイプではなく滑り止め用のテープを使用します。貼らなくても安定感が感じられている場合には、貼らなくても問題はありますが、女性や年配の方で握力に不安のある方、バックスイングでボールが落ち

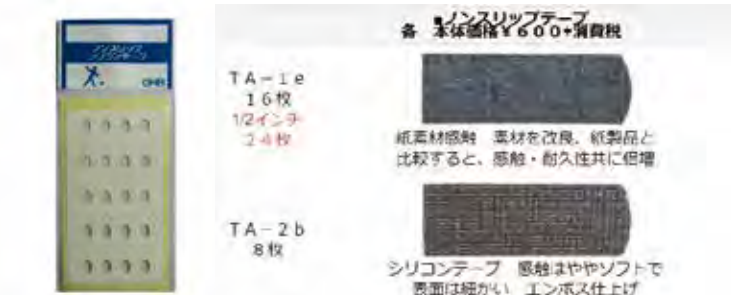
そうになる方は、1枚貼るだけでも今よりも安定感が増すのは間違いありません。

良いボウリングをするためには脱力スイングが重要になるので、無駄な力を使わないでボールを振れるように、サムの調整をしていきましょう。

滑り止め用インサートテープは大きく分けて、しっとりした質感のシリコン系と、ザラザラした質感のドライ系の2種類があります。親指の質感によって合う滑



佐藤秀樹(さとう・ひでき) / 1982年8月22日生まれ、山梨県出身。2007年プロ入り(46期 / ライセンスNo1137)。172cm68kg。プロショップVEGA所属(プロショップ直販部マネージャー) / JPBA公認C級インストラクター、JBC公認ドリラー(シルバー)。



▲いちばんメジャーなノンスリップシリコンテープ

▲WAVE TA系テープは豊富な種類があるので、自分に合ったものを探そう

り止めの種類が違ってくるので注意しましょう。

自分が過去にシリコン系テー

プを使ったときのことで、最初はとも感触がよかったのに、手汗を感じた瞬間にズルっとボールを落としてしまったことがあります。自分と同じような失敗をしないように、手汗が出るタイプの方がシリコン系テー

プを使う必要がある場合には、常にハンドコンディショナーを使用するなどして、手汗対策をするようにしましょう。

ドライ系テープを使用する場合にも注意が必要な点があります。ザラザラした表面により摩擦を高めるタイプとなるため、皮膚が弱い方は痛く感じてしまうことがあります。痛みを感じた場合には、無理に使っても良い効果は得られないので、使用するテープの種類を変えるなどして対応してください。

自分に合った滑り止め用テープが見つかるまでは何度もテストが必要ですが、安定感のあるボウリングを目指すためにいちばん大事なポイントなので、具合のいいものが見つかるまでトライしてみましょう。

次回は、背中側に貼るテープについて説明していきます。



Dr.塚田の 健康コラム

ちょっと役立つ

コロナは弱毒化？

ワクチン接種をしてもかかる「ブレークスルー感染」が話題になり、3回目の接種が進んでいるなかで第6波の感染拡大がきたので、ワクチン接種は進まなくなりましてね。季節性インフルエンザワクチンも、集団免疫により流行を抑えようとしていますが、インフルエンザの流行は、新型コロナウイルス対策によって消えました。

ところが、従来型のワクチンに比べて、今回のm-RNAワクチンは、効き目が数段上でした。いつの間にか感染予防にまで話題を伸ばし、私たち医療者まで

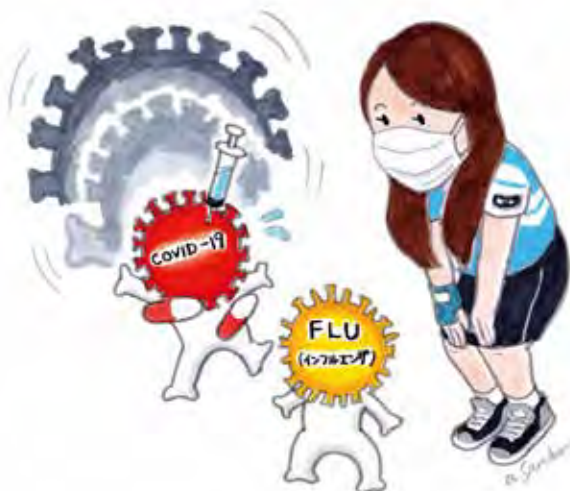
期待してしまいました。本来、ワクチンに期待すべきは、重症化予防なのです。

オミクロン株になり、新規感染者数が急増しても、入院患者数や重症者数は増えません。ウイルスが弱毒化の方向に変異したのでしょうか。確かに、昨年まで顕著だった新型コロナ独特の、ウイルス性間質性肺炎は激減しています。一方で、少数ながらワクチン未接種者にはまだ見られます。重症化予防のワクチン効果は厳然とあり、無視せず接種してください。

それでは、われわれの生活可

塚田芳久(つかだ・よしひさ) / 1979年新潟大学医学部卒。2005年から新潟県立十日町病院長。16年から22年まで同院院長、20年から新潟県医師会副会長 / 新潟県ボウリング連盟会長(03年～)、JBC理事(08年4月～)、同副会長(20年6月～) / 日本協公認スポーツドクター、JOC医学科学強化スタッフ

動範囲をさらに広げ、自由度を増すためには何が必要でしょうか。まず、より効果の高いワクチ



の開発でしょう。ウイルス変異に追いつくワクチン開発が考えられます。次には、年1回接種ですむ長く効くワクチンの開発です。従来型の不活化ワクチンなどが想定されます。最近その

第一弾として、ノバックス社製の蛋白組み換えワクチンが承認されました。さらに、軽症者に投与できる抗ウイルス内服薬の開発が期待されます。

これら防御の強化が進むと、保健所による感染者の囲い込みや、緊急事態宣言、まん延防止等重点措置などの、社会的に行動制限をする必要はなくなります。そうなれば、感染症法2類相当として義務付けられた、診断後直ちに報告、陽性者への入院要請、一般人の行動制限などの強制力を緩和できるでしょう。

感染への自己防衛は継続しても、季節性インフルエンザと同じ5類感染症になる日が見えてきました。



棚橋孝太プロの プロショップ探訪

ドリル+コーチングにも注力

②日坂プロショップスポーツ八景店(神奈川県横浜市)

今回紹介するのは、ボウリングマガジンでもおなじみのドリラー・日坂義人さん経営の『日坂プロショップスポーツ八景店』です。ボウリング場の支配人の経験もある日坂さんは、お客様への対応をおろそかにしないためには、プロショップは専任でなければならないという考えのもと、オープンされたそうです。

このプロショップがあるスポーツ八景店は、LTBが盛んなボウリング場で、一週間に44本のリーグ戦があり、筆者が滞在している間にも、一つのリーグが終わると次のリーグという感じで、常にレーンが埋まっているような状況でした。

900名以上のリーグボウラーがいるそうで、ショップで話を

伺っている間にも、「頼んでいたドリルはできた?」「ちょっとボールを見てほしい」と、リーグ前、リーグ終わりのボウラーが次々と来られていました。

プロショップの特徴としては



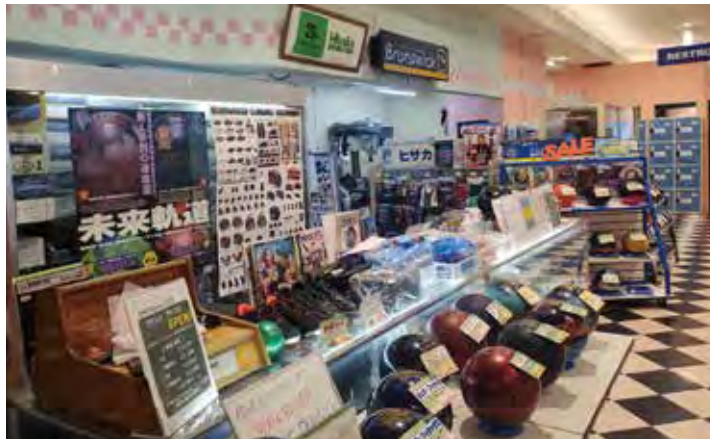
▲日坂さん(左)のほか、現ナショナルチームプレイングコーチの佐々木さんも勤務

三軸のドリルマシンを使用している。のオーバルドリル、着脱式サムスイッチグリップやITにも対応している。

日坂さんはドリルだけでなくインストラクションも大切だという考えがあり、ドリラーの資格だけでなく、スポーツ協会のコーチ資格やプロボウリング協会の資格、アメリカのコーチ資格までも取得されています。



▲日坂さんは、日本でまだ数少ないUSBCのシルバーコーチの資格も取得



▲日坂プロショップは、このスポーツ八景店のほかに、ハマボール店(横浜市)、経堂ボウル店(東京都世田谷区)の2店舗を運営している

スタッフの蛭田省吾さんは元学生連合の委員長も務めていたボウラーで、現在もショップ業務だけでなく高校のボウリング部コーチも担当されています。また佐々木智之さんは、全日本ボウリング協会のナショナルチームプレイングコーチキャプテンを務めるほか、スポーツ協会のコーチ資格、公認ドリラー資格にプロ協会のインストラクター資格も保持しています。筆者が取材に伺った木曜日にはレッス

ンを行っていました。

競技としてボウリングに取り組まれている方はとくに、一度訪ねてみる価値あります。きっとあなたのボウリングがより楽しく、快適になるお手伝いをしてくれると思いますよ。

棚橋孝太(たなはしこうた) / 1982年1月19日生まれ、高知県出身。2007年プロ入り(46期 / ライセンスNo1145)。168cm72kg、右投げ。優勝1回。JOC強化スタッフ・日本スポーツ協会公認指導員・USBCシルバーコーチ・JBC公認ドリラー