



Dr.塚田の 健康コラム

ちょっと役立つ

5類感染症でひと安心?

塚田芳久(つかだ・よしひさ) / 1979年新潟大学医学部卒。2016年から県立新潟田病院長、現名誉院長。23年からJA新潟厚生連理事長。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~22年)、同副会長(20年~22年) / 日体協公認スポーツクター、JOC医・科学強化スタッフ

5月8日から法律での制約は大幅に緩和され、5類感染症となりました。しかし、ウイルスの性格は変わりません。私の解釈を入れて、対応の仕方を整理してみました。

新型コロナウイルスはRNA型ウイルスと呼ばれ、遺伝子変異は継続し、不安定なのが特徴です。変異により流行ウイルスの性質は変化しました。流行当初に比べ、ウイルス毒性は大いに減弱し、皆さんも少し安心できましたよね。

ウイルス性肺炎による急激な悪化例は激減しました。一方で、免疫反応を含む血管病変や神経病変は、急な心不全や脳卒中などの合併症、長引く後遺症として続いています。高齢者の持病悪化も残ります。

流行を抑えるには、集団感染がワクチン接種による集団免疫が必要です。これまでワクチン作成には10年前必要でした。さらにRNAウイルスは、ワクチン作成が不可能とされていました。ところが、パンデミック

から1年もしないで、メッセンジャーRNAワクチンという新技術で、スパイク蛋白の抗体産生を可能にしました。私の常識は喜ばしい方向に大転換です。

現在はオミクロン株用のワクチンなど、変異株に有効なワクチンが準備できています。したがって、流行株に合わせた定期的摂取が大切ですね。ワールドカップサッカーのときに、マスクを外して歓喜する海外の画像を見て心配しました。後で聞くと、6割以上の人が抗体を持っ



ていたそうです。日本も地域により、4割を超える抗体保有という情報があります。皆さんでワクチン接種を受けて、集団免疫を作って流行を防ぎたいものです。

個人の感染予防には、不織布マスクがとても有効です。多くの検証のなかで、効率の良さでは群を抜いています。近くに浮遊する飛沫核はマスクで防御し、部屋の換気によってウイルスを拡散させ、皆さんの吸い込みを防ぎましょう。うつらない、うつさない行動とともに、健康のため初夏の外気に触れ、スポーツで汗を流しましょう。ボウリング場は最適な環境で待っています。



知って得する ボウリング用品の知識

佐藤秀樹プロが指南

14. あなたにとってウレタンボールは必要?



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)。

前回は、ボールの表面素材について大まかな説明をしました。今回は、ウレタンボールについて深掘りしていこうと思います。

よく「ウレタンボールを1個持っておいた方がいい」という話を聞くことがありますが、あなたにとって本当に必要なボールでしょうか？ まずはウレタンボールの特性を理解したうえで、本当に必要かどうかを判断しましょう。

前回触れたように、ウレタンボールは基本的には、手前から

緩やかに反応するという特性があります。そのため曲がり幅自体は小さくなり、コントロールしやすい動きになります。最近ではコアが入っていてフレアが大きく出るボールも増えてきたので、ウレタンボールがすべて曲がり方が小さいというわけではありませんが、すべてのウレタンボールに共通するのは、【走り】と【キレ】を求めるボールではないということです。

基本的には、インサイドに入らずにアウトサイドで勝負する場面でウレタンボールが有効と

なります。いちばん活躍が期待できるのは、スポーツコンディションのような、難易度の高いレーンコンディションで、リアクティブボールでは動きが安定せず、スコアがまとまらないときです。

注意するポイントは、メンバー全員がウレタンボールで攻めた場合には、手前のオイルを感じなくなることが考えられるので、ウレタンボールからリアクティブボールへの替え時が難しいことです。ただ最近では、レーンコンディションやボウ



▲最近ではウレタンボールも選択肢が増えてきた

でウレタンボールだけで十分な場合もあります。ランクシーカーさんのサイトから、大会ごとにプロボウラーの持ち込みボールが確認できますので、興味のある方は確認してみてください。

ちなみに私は、ウレタンボールでラインのイメージが取れないので、ほぼトーナメントでは使用していません。どうしても先の動きでラインを

ラーの進化により、最後までウレタンボールで攻め切るボウラーが増えているようです。

両手投げなどの高速回転のボウラーが増えたため、インサイドに入っても十分に食い込みが作れることが理由になっていると思います。サウスポーの場合、人数が少ないため、最後ま

考えてしまうので、フッキングを手前で考えてラインを取るイメージが苦手なのです。

個人的には、必ずしもすべての方にウレタンボールが必要とは思っていませんが、必要性を感じた場合には、ドリラーやプロボウラーに相談してみましょう。



棚橋孝太プロの プロショップ探訪

タイプの異なる3名のプロが対応

⑩大学ボウル土浦本店・プロショップ(茨城県土浦市)

今月紹介するプロショップは、茨城県の土浦市にある大学ボウル土浦本店のプロショップです。

現在プロボウリング協会副会長で、インストラクター委員会の委員長を務める塩山一美プロ(34期)が長く勤務していたボウリング場だけあり、従業員の多くがインストラクター資格を取得しています。塩山プロは今年の4月から、プロボウリング協会の事務局に勤務されていますが、大学ボウルでも社長補佐として籍があるそうです。

現在プロショップでドリルを担当するのは、39期生の小林誠プロ、今年の1月から勤務する52期生の羽田和弘プロ、そして今年の4月から勤務する



▲土浦本店のプロショップ

43期生の堀江真一プロの3名。ドリルに関しては、あくまでもお客様の意向を最優先にして



▲(左から)堀江、小林、羽田の3名のプロが相談に乗ってくれます

いますが、必ずその人の投げるところを観察して、アドバイスもするそうです。左投げの小林プロ、右投げのパワーストローカーの羽田プロに、サムレスの堀江プロもいるので、ボールの選択やレーンの攻め方もそれぞれ異な

るタイプのプロからアドバイスももらえるのはうれしいですね。

ちなみに堀江プロは、新しくできた企画広報室所属で、ドリルやレッスン、チャレンジ業務だけでなく、ECサイト

事業や、ライン、YouTubeなどを活用した広報活動もされています。土浦本店だけでなく、水戸店に行くこともあるそうです。

ドリル作業をするドリル室はとて綺麗に使われていて、仕事に対する姿勢が感じられました。近くにお越しの際は、ぜひ



▲きちんと整頓されたドリル室でドリルをするのは、今年4月から勤務する堀江プロ

大学ボウルを訪ねてみてください、3名の優しいプロとスタッフが温かく迎えてくれますよ。

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