



# Dr.塚田の健康コラム

ちょっと役立つ  
ポストコロナへ向けて・・・

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

感染症法対応が変更される5月8日から、ポストコロナへの道が開かれます。国の動きに合わせて、地方自治体や医療機関や介護施設などが準備を始め

ています。先駆けて3月13日から、マスク着用が原則として個人判断になりました。制限が少なくなり、気が軽くなりますね。一方で、慣れたマスク着用を外すのが怖い感じがするかもしれません。清潔場面と不潔場面を意識して動く医療者のように、環境

に合わせたメリハリのある対策をお勧めします。

日本のコロナ対応は、速やかな医学情報拡散により、適切な感染防止策を取ることができました。検査や治療薬やワクチンの開発も迅速で、100年前のスペイン風邪に比べて、犠牲者は驚くほど少ないようです。またワクチンなどによる集団免疫形成は進んで、ようやく制限緩和に踏み切れます。もっとも、変異を続けるウイルスなので、今後も小流行を繰り返す可能性

はあり、油断は禁物です。

国民がこぞって感染対策したことにより、季節性インフルエンザの流行は鳴りを潜め、小児期に流行する多くの感染症が広がらず、喜んでます。逆に小児感染症が流行しないと、これらの自然免疫は付きにくく、大人になっての感染や重症化が心配です。主だったワクチン接種は、是非とも受けるようにしてください。

この3年間は入学式や卒業式、運動会ははじめ学校の行事が



制限されて残念でした。送別会や歓迎会ははじめ、社会での交流も縮小されました。実習や研修もオンラインでは、期待される効果も変わりました。

しかし、人との交流の大切さ

は再認識され、感染機会の少ない場の設定で再開が待たれます。そういう意味では、ボウリングは最適です。老若男女が距離を取りながら、健康的に盛り上がる場として、新年度企画に是非ともご採用ください。この春は、会社や大学の歓迎会に、また小中学校の学級行事に使って欲しいところです。ボウリング場が社交の場として再認知されるよう期待しています。



## 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

### 13. 曲がり方を決定づける表面素材について



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)。

皆さんはボールを購入する際に何を基準に選んでいますか？今回はボールの曲がり方を決定する上でいちばん影響の大きい要素である、カバーストック(表面素材)について説明していきます。

ざっくり分類すると、①ポリエステル、②ウレタン、③パールリアクティブ、④ハイブリッド、⑤ソリッドリアクティブ、の5種類に分類することができます。

カバーストックの種類によって摩擦(グリップ)力が異なるた

め、ボールの動きや曲がり方に違いが生まれます。ボールを選ぶ際には、カバーストックに注目しましょう。

最も摩擦力が低いのは【ポリエステル】です。摩擦力が低いので、どんなにドリルレイアウトや表面加工を工夫しても、そこまで曲がりが出ることはないため、一般的にはスベア(カバー)用ボールとして使用されています。

次に摩擦力が低いのは【パール】です。パール素材はオイルの上を滑るため、基本的には手

前から曲がってしまうことがあります。スピード不足の方は、パール素材のボールを選択しましょう。オイルに対しては敏感に反応するので、ドライゾーンでハッキリ曲がりが見えるのが特徴です。

次は【ハイブリッド】です。ハイブリッドとはパールとソリッドを混ぜ合わせたものをいうので、配合の具合次第でパール寄りのハイブリッドや、ソリッド寄りのハイブリッドが存在します。パールとソリッドの良いところ取りといったところなので大



▲さまざまな種類のカバーストック

と比べるとオイルの上を滑る感覚がないので安心して使えると思いますが、スピードが遅い方にはあまりお勧めできません。

最後に【ウレタン】ですが、この素材はいちばん摩擦力があります。摩擦力が高いためソリッドよりも手前から曲がろうとし、グリップ力があるために軸移動も緩やかになります。そのため曲がり幅が出ないので、曲がらないボールとしてカウントされることが多々あります。

大きく失敗することはないですね。

次に【ソリッド】ですが、こちらはオイルに対して鈍感な素材になるので、コントロールしやすいのが特徴です。摩擦力が高く、手前から曲がろうとするため、ボールの動きは比較的アーク状になりやすいです。パール

今回紹介したのは、ざっくりとした素材の特徴です。弱いソリッドもあれば、強いパールも存在します。ボール選びの際にははっきりとした動きを求めているのであれば【パール】、扱いやすさを求めているのであれば【ソリッド】というような、目安として考えてください。



## 棚橋孝太プロの プロショップ探訪

### 多士済々の4名のプロが在籍

⑫立川スターレーン・プロショップ(東京都立川市)

今月紹介するプロショップは、東京都立川市にある立川スターレーンのプロショップです。

スターレーンは㈱イースタン・スポーツが経営するチェーンセンターで、現在岩手県の盛岡スターレーンから福岡県の折尾スターレーンまで、全国に9センターがあります。

立川スターレーンでは、37期生の渡辺誠一プロをはじめ32期生の小原照之プロ、46期生の小川廉史プロ、21期生の大矢智之プロの4名のスタッフがドリルを担当しています。

メインドリラーの渡辺プロは、ドリル歴30年以上で、正確で丁寧なドリルに定評があります。スターレーンの社員とし



◀▲ボールやシューズはもちろん、テープ類など小物の品ぞろえも充実

て多忙ななかでも、なるべくボウラーの方を観察するようにしているとのこと。

また現在プロボウリング三多摩地区の地区長を務めている小

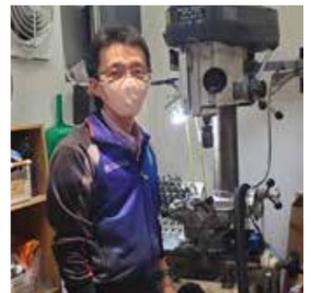
原プロは、ご存知のとおり現役のトーナメントプロとして大活躍をしています。経験に基づくボールの使い方やコンディションに対する攻め方などを教えてく

れると思います。

小川プロは、プロテストを10回受験した苦労人です、自分が苦しんだ分だけボウラーの気持ちに寄り添ったアドバイスをしてくれることでしょう。

プロ生活42年目のベテラン・大矢プロは、調布スポーツセンター時代から長く三多摩地区の地区長をされていた、とても面倒見のいいプロです。何かボウリングでわからないことがある方は相談してみてください、親身に相談に乗ってくれますよ。

ショップはボール、シューズや小物の在庫も充実しており、テーピングテープも種類が豊富にそろっています。近くに来ら



▲メインドリラーは、丁寧で正確なドリルに定評のある渡辺プロ

れた際にはぜひプロショップをのぞいてみてください、きっと探し物が見つかりますよ。

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