

スポーツ観戦記

櫛 淵 堯 彦 (春秋会)

1. はじめに

コロナ渦も終わり、最近は外出の機会が増えました。仲間と居酒屋で一杯やったり、また、対面で会食できる機会も増え、嬉しく思っています。

ここから早速ですが、趣味のお話をさせていただきたいと思います。私は部活等でテニスをやっていたこともあり、スポーツ観戦が趣味の一つです。

2. ATPツアー (テニス)

錦織圭選手が好きで毎年10月に有明コロシアムで行われるジャパンオープンをよく見に行きました。ジャパンオープンは、国内唯一のATPツアー（世界ランキングのポイントの高い大会）なので、海外からランキングの高い選手も集まります。

ジャパンオープンでは、錦織選手とその対戦相手の選手との試合を見ることができのみでなく、選手が試合に備えて練習しているコートも見ることができます。練習コートでは、有明コロシアムでの試合と比べ、選手をコートのすぐ隣で見ることができ迫力があります。オーストラリアのキリオス選手など、練習中は、見ている観客のためにあえて派手にジャンプしながらのストロークや、お茶目な笑顔を向けてファンサービスをしてくれる選手もいました。

近年欠場が続いていた錦織選手ですが、先日のパリオリンピックに出場しました。また、その後のATPマスターズ1000（四大大会に次ぐ大規模の大会）では、ベスト8に進出しました。今年のジャパンオープンは錦織選手も出場するかもしれません。ジャパンオープンの開催が今から楽しみです。

ジャパンオープンは一週間かけて開催されます。例年、一日目と二日目に一回戦、三日目と四日目に

二回戦、五日目に準々決勝、六日目に準決勝、七日目に決勝が開催されます。チケットは予め購入しておかないと観戦できませんが（例年では予約で完売します）、一回戦と二回戦は、どの選手がどちらの日に出場するのかチケット購入時には分かりません。また、お目当ての選手が準々決勝以降に進出するかは大会が始まってみないことには誰にも分かりません。お目当ての選手の試合を観戦するには連日チケットを購入するか、運（!）も必要かもしれません。

なお、次世代の期待の選手も台頭しています。2019年ウィンブルドンジュニア男子シングルス優勝の望月慎太郎選手は、昨年ジャパンオープンでベスト4に大躍進しました。2024年全豪オープンジュニア優勝の坂本怜選手もジャパンオープンをはじめとするATPツアーで近いうちに見ることができるのか、とても楽しみです。

3. 大相撲

もうひとつ好きなスポーツは大相撲です。小さい頃から家族と見ているうちに好きになりました。私の小さい頃には横綱貴乃花が活躍しており、横綱曙や横綱武蔵丸と優勝争いをしていたのを覚えています。貴乃花関と若乃花関との優勝決定戦も記憶に残るところです。

横綱貴乃花に続いて、横綱朝青龍、横綱白鵬、横綱稀勢の里の時代となり、現在は照ノ富士の一人横綱です。

	白 鵬	大 鵬	千代の富士	朝青龍	北の湖	貴乃花
優勝回数	45	32	31	25	24	22

今の時代は、横綱白鵬が歴代の優勝回数を更新したように、モンゴル出身の力士が強いです。現在の相撲では、横綱照ノ富士に加え、横綱琴櫻の孫である大関琴櫻（大関昇進後、琴ノ若から改名）、横綱朝青龍の甥の大関豊昇龍が番付上位にいます。

横綱大鵬の孫であり、関脇貴闘力の息子である王鵬関にも期待したいところです。また、日本人力士として強さを一番期待してしまう有望株は、大の里関です。日体大を経て大相撲に入門し、入門後史上最速で幕内優勝を果たした大の里関、近いうちに横綱稀勢の里（大の里関の師匠）以来の待望の日本人横綱になるのかな、と思いながら観戦しています。なお、大の里関ですが、土俵上で取組前に四股を踏む際、左手でお尻をかく癖があります。大相撲をご覧になる機会があれば、ぜひ着目して頂きたいと思います。

少々前の話になりますが、横綱白鵬が横綱大鵬を抜き、優勝回数記録を更新しました。日本の選手で、身長があり、パワーがあり、スピードもあり、技術もある野球の大谷選手がもし相撲をやっていたら、優勝回数トップを更新するような存在にもなりえたのだろうか、などと考えてしまいます。

4. MLB（メジャーリーグベースボール）

野球も大好きなので、大谷選手も気になってしまいます。いつか本場の球場でビールを片手に観戦できればいいなと思っています。

こちらでまず気になるのは、二刀流にもかわらぬ投打それぞれで圧倒的な成績です。大谷選手は、2021年と2023年ともにア・リーグMVPを満票で受賞しました。満票で2度のMVP受賞は、MLB史上初です。2022年の成績も圧倒的で、大谷選手がア・リーグのMVPとも言われていましたが、この年はニューヨークヤンキースのアロン・ジャッジ選手がア・リーグ新記録の62本塁打を放ったことにより、アロン・ジャッジ選手がア・リーグMVPとなりました。

大谷選手は、昨年に肘の故障をしてトミー・ジョン手術を受けました。2024年は、その影響により、投手としては全休です。2024年の大谷選手は、毎試合DHとして出場しています。打者としては、現地8

月29日の試合終了時点において（打者成績の表中、2024の※）、43本塁打、43盗塁を記録しています。

40塁打以上、かつ、40盗塁以上を達成した、40-40クラブの選手は、過去に6人しかいません。それも、バリー・ボンズ選手や、アレックス・ロドリゲス選手など名だたる選手ばかりです。43-43以上を達成した選手はおらず、大谷選手は現時点において既にMLB史上初の記録を達成しているところですが、全162試合中、まだ27試合を残しています。ファンとしては、MLB史上初の45-45、さらには50-50の達成も自然と期待してしまいます。そうなれば、守備機会のないDH出場のみでMVP受賞というMLB史上初の快挙もありそうです。

打者成績					
	打率	打点	本塁打	盗塁	得点
2021	.257	100	46	26	103
2022	.273	95	34	11	90
2023	.304	95	44	20	102
2024※	.294	96	43	43	106

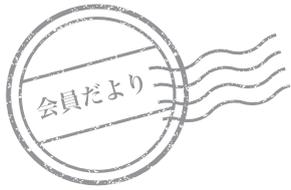
投手成績				
	勝敗	防御率	投球回	奪三振
2021	9勝2負	3.18	130.1	156
2022	15勝9負	2.33	166	219
2023	10勝5負	3.14	132	167
2024	—	—	—	—

次に気になるのは、報道によれば、昨シーズン終了後にエンゼルスからFA（フリーエージェント）となり、ドジャースと締結した契約がMLB史上最高額の10年契約の総額7億ドルというところです。大谷選手の凄さを感じるとともに、夢のあるすごい世界だなと驚嘆します。

30代に入った大谷選手が、今後、体力面を考慮して投打どちらかに重点をシフトするのか、それとも二刀流を続けるのか、いずれにしても楽しみです。

5. おわりに

MLBと比較することは違うと思いますが、弁理士業界もこれからも夢のある業界になるよう微力ながら貢献できるよう意識して暮らしていければいいかなと思っています。



100 切りを目指して

宇田川 貴央 (春秋会)

1. ゴルフとの出会い

社会人になって十数年、これといった趣味がない私は「ゴルフでもやろうかなあ」と、何年間も漠然と思い続けていました。しかし、もともと運動神経がよくないこと、及び生まれつき近くのものにピンとをうまく合わせられないことなどから、長らく敬遠していました。

そんな折、所属している事務所でゴルフ同好会が発足しました。これはゴルフを始めるには絶好の機会だと考え、思い切って入会することにしました。

2. 早速ゴルフレッスンへ

ゴルフを始めると決意したら、そこからの行動は速く、すぐにゴルフレッスンに通うことにしました。



まず驚いたのが、右打ちにするよう指導されたことでした。というのも私は左利きであり、当然野球でも左打ちでした。野球では左で打ってもほとんど球に当てることすらできない私が、本当に右で打てるのかととても不安になりました。ところが、左打ちでは

練習場が限られており、またクラブの種類が少ないことなどから、ほとんどの左利きの人が右打ちにするとのことだったので、結局そうすることにしました。

当初はやはり右打ちに慣れず、体が思うように動きませんでした。「やっぱり左で打った方がよくな？」と何度も思い、心が折れそうになりましたが、レッスンを重ねるうちに次第に改善されていきました。そうすると、どんどんゴルフをするのが楽しくなってきた、一時は仕事そっちのけでゴルフの練習に明け暮れていました(嘘です、仕事はきっちりやっていました)。

3. いざ、初めてのラウンドへ

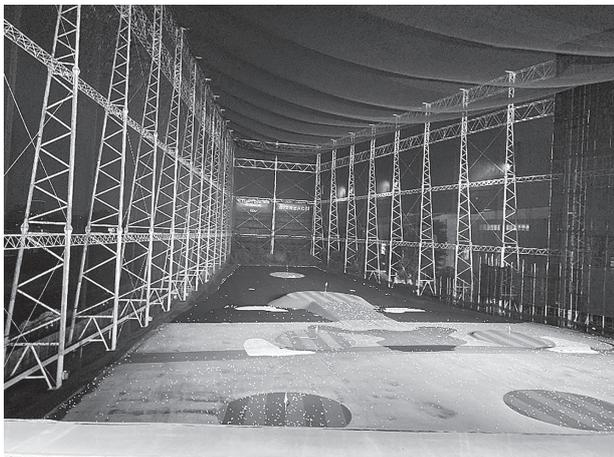
自分なりにそこそこ打てるようになってきたと思っていた矢先に、同僚にラウンドを回らないかと誘ってもらいました。そのときには、ゴルフレッスンに通い始めて3カ月ほど経っており、コースに出てもそこそこ上手くやれる自信があったので、二つ返事で快諾しました。購入したばかりのクラブセットを携えて意気揚々と初ラウンドへ。



ところが、いざコースに出てみると練習の成果をまったく発揮できず、ゴルフの難しさを痛感することになるのです。なお、自身の名誉のために、具体的なスコアを公表することは控えさせていただきます…。

4. そして続く練習の日々

初ラウンドで思うようにいかなかったからといって、ゴルフ熱が冷めることはなく、むしろ悔しくてますますゴルフにはまっていきました。一応クラブを一通り振れるようになったので、ゴルフレッスンを辞めて、室内練習場や打ちっぱなしなどに通うことにしました。



練習の甲斐あって着実に上達してきており、シミュレーションゴルフでは、毎回のように100切りをできるようになってきています。



しかし、いざ本番のコースに出ると相変わらず練習の成果を出せないという状態がしばらく続いています。これまで5回ほどラウンドを回りましたが、現在のベストスコアは116であり、100切りにはほど遠い状況です…。

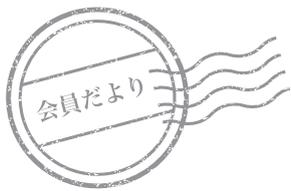
5. ゴルフという沼

納得のいくスコアが出なくても、なぜはまってしまふのか？それは、ゴルフでしか体験できないことがあるからだと思います。例えば、自然に囲まれた場所で早朝から体を動かす爽快感を味わえたり、普段は見ることができない人間のメンタルの弱さを垣間見ることができたり。



そして、思うような結果が出ないからこそ、もっと上手になりたいと思い、抜け出せなくなる。

きっといつか100切りを達成したらまた新たな目標に向かって頑張りたいと思わせてくれる、ゴルフとはそういうものだ、私は思うのであります。



野鳥撮影



角 田 朗 (稲門弁理士クラブ)

1. きっかけ

新型コロナ (Covid-19) が流行る少し前から、野鳥撮影を趣味にするようになりました。元々、写真とカメラにはそれほど興味はなく、コンパクトデジタルカメラで、旅先の写真を撮る程度でした。しかし、独立前に勤務していた特許事務所にはカメラメーカーのお客様がおり、一眼レフやそのレンズに関する特許調査依頼があり、カメラに関心を持つようになりました。その後、事務所を開業しましたが、ミラーレス一眼などを使って旅先や弁理士祝賀会の撮影などをするようになりました。今から13年ほど前です。

2020年から新型コロナウイルス (Covid-19) が流行し、ご承知の通り、様々な場所で外出の制限等がされました。しかし、野鳥撮影は屋外の公園、水辺等で行え、新型コロナの外出制限等にかからないこともあり、毎月毎週のように野鳥撮影を行うようになりました。また、自分が子供の頃、自宅でブンチョウやセキセイインコを飼っていたこともあり、鳥に親近感があったのもしれません。

2. 撮影場所

良く行くのは我孫子市の手賀沼とその周辺にある公園です。手賀沼ではハクチョウ、カワウ、サギ、オオバン、カモ、ハクセキレイをよく見かけます。冬はユリカモメも飛来します。稀にですが、カワセミが撮れることもあります。カワウというのはあまり聞きなれない鳥かもしれませんが、黒い鶺鴒 (ウ) です。カワウはあまりかわいらしい鳥ではなく、増えすぎると水産物や農作物に被害が出ると言われていますが、千葉県ではよく見かけます。オオバンは

黒色のカモのように見えますが、鶴の仲間で足が黄色く水かきに特徴のある鳥です。

以下がカワウの群れの写真です。



事務所近くにある江東区の猿江恩賜公園にも、散歩がてら良く行きます。ヒヨドリやカモの他、サギやユリカモメも来ます。他に、市川市行徳の野鳥の楽園、松戸市の21世紀の森と広場、江戸川区の葛西臨海公園等に行くこともあります。野鳥の楽園には野鳥観察を趣味とする方が集まるようで、どこどこにはカワセミがいると教えてくれる方もいます。

3. 撮影機材

バードウォッチングとして野鳥観察するだけであれば、8倍から10倍程度の双眼鏡があれば十分ですが、野鳥を撮影するには、それなりのカメラやレンズが必要になります。当初、10年程前に購入したフルサイズ一眼レフ中級機を使って、手賀沼等で野鳥撮影を始めたのですが、小さな鳥がすばしっこく歩き回ったり、突然飛んだり、上手く撮影をすることができませんでした。野鳥撮影には、通常焦

点距離 500mm以上のレンズが必要となるのですが、当時はどの焦点距離の望遠レンズを使えば良いのかも理解できていませんでした。撮影技術のなさを機材のせいにしていた面もあったと思います。以下は焦点距離 600mm の望遠ズームレンズですが、30cmの長さ、2kgの重さになります。



その後8年前ですが、センサーサイズが一回り小さく望遠に強く、スポーツ撮影など動体撮影に強いAPS-C一眼レフカメラを購入して、本格的な野鳥撮影をするようになりました。センサーサイズが小さくなれば、写真を撮る面積も小さくなりますが、同じ画素数であれば、その分遠くを拡大して写せることになります。その結果、焦点距離の短いレンズであっても望遠で撮りやすくなります。このカメラはまだ所有しており、時々持ち出しています。センサーサイズが小さいほうが、望遠撮影で有利になるのは、意外と知られていない話です。

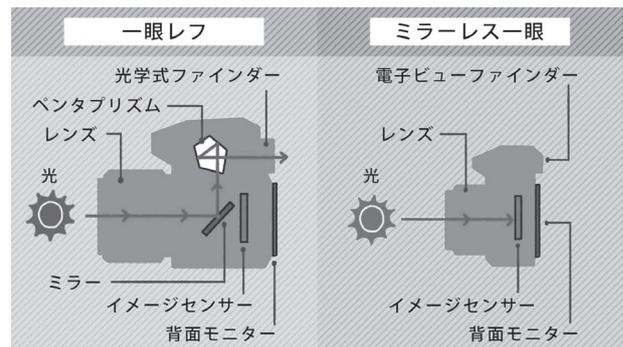
一般に、動体撮影向けのカメラは、連写速度が大きく1秒間に10枚以上の写真が撮れ、動体へのオートフォーカス追随性にも優れています。一眼レフの光学式ファインダーは望遠鏡と同じ原理なので、遠くの野鳥を肉眼で見られるという撮影体験が得られます。

弘法筆を選ばずとも言いますが、高性能なカメラを使えば撮れる写真も変わってきます。

4. ミラーレス一眼カメラ

野鳥撮影を始める前から、ミラーレス一眼カメラ

を所有していましたが、小型性を生かし、旅行やイベントに持ち歩く使い方でした。時代が変わり、2017年頃からミラーレス一眼が一眼カメラの主流となりました。性能が上がったこともあり、新型コロナ禍の最中に、スポーツ撮影向けのミラーレス一眼を購入しました。現在は2機種所有しています。以下はミラーのある一眼レフとミラーレス一眼を比較した模式図です。(OMシステムさんのサイトから引用しました。)



<https://jp.omsystem.com/product/dslr/beginner/comparison-camera/index.html>

ミラーがないことにより連写枚数を上げることができるほか、今ではオートフォーカス精度も一眼レフを上回るようになりました。AIを用いた鳥認識機能を備える製品も登場しています。ミラーレス一眼は構造的にビデオカメラに似ており、動画を撮る方にも人気があります。

野鳥撮影はじっくりカメラを構えて理想の構図で撮るといよりも、動く鳥達の一瞬を切り取る写真が多く、撮影内容がオリンピックなどのスポーツカメラマンに似ています。以下は、オナガが着地する瞬間ですが、こういう写真が撮れると本当に嬉しく感じます。



こちらはダジャレではありませんが、トビが電柱から飛び降りる瞬間です。



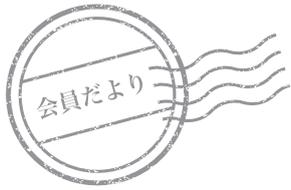
小さな野鳥を見つけることは難しいので、双眼鏡を使うこともあります。もっぱら鳴き声で周囲に鳥がいることを察知しています。

5. 野鳥撮影の困りごと

野鳥撮影の難点は機材が高額なこととレンズが重いことでしょう。望遠レンズは通常10万円以上します。望遠レンズを数本揃え、スポーツ撮影向けのカメラを買えば中古車を買える位の値段になってしまいます。ただ、カメラ機材は自動車や住宅と同じく中古市場が発達しており、使わなくなった機材を売って新しいものへ買い替えることもできます。デジタルカメラ本体はライフサイクルがそれほど長くありませんが、レンズは光学製品で長期間使え、比較的値落ちしにくい特徴があります。

なお、自分は手持ち撮影派で三脚をほとんど使用しないため、休日の野鳥撮影は散歩にもなり、健康的とは思っています。

以上



本業とは無関係なこと

松 田 真 (ゲーム寄贈協会)

最近の趣味……と申しますか、ライフワークとして「ゲームアーカイブ」の活動しております。ゲームを保存して、著作権などの諸々の権利が切れる150年後ぐらいまで、プレイ可能な状態で後世継承しようという活動です。

ビデオゲームは既に歴史が50年以上あります。電気を使わないカードゲームやボードゲームなどのアナログゲームの歴史は、なんと紀元前までさかのぼります。ゲームは、単なる子供の娯楽を超えた文化になりつつあります。そういった、「日本が誇る文化」を、まだ生まれてきていない子孫の世代まで遺せるといいなあと思ひまして、いろいろと活動しております。

最初は1人で研究発表をしていただけなのですが、NHKの元ディレクターさん（今は研究者さん）が推してくれるようになり、ゲーム好きの弁護士さんもJOINして下さり、3人で寄託部という部活を始めました。僕のポケットマネーを部費にして、その部費で新品未開封のゲームを購入し、そのまま開けずに国立国会図書館（以下、NDL）に寄贈するという、ちょっと変な部活です。

その後、京都詣でをしたり、CEDECで発表したり、日本知財学会で発表したり、一般社団法人を作ったり、ゲームを図書館資料として扱う私立図書館を作ったり、ディレクターさんとお会いしたり、新聞の取材を受けたり、テレビに出たり、司書と学芸員の資格を取ったり、各地のマンガ関連アーカイブ機関との連携を深めたり、……とまあ、今までに一度も体験したことのない出来事が、この2年間で沢山起こりました。

僕はもうアラフィフなのですが、未知の世界に、

毎日たくさん接することができるので、飽きがこななくて良いですね。好奇心のみで生きている所があるので、刺激が多くて生きやすいです。こじんまりでも、独立開業したからこそできる、自由なワークライフバランス。

NDLに、8000本ほどのビデオゲームが所蔵されています。また、そのうちの3300本ほどが、研究目的で利用可能になっています。つまり、東京のNDL本館の地下1階に行くと、ゲームがプレイ出来るんですよ。実際に何回か、プレイしに行きました。ただし、利用には、論文などの具体的なアウトプットの予定が必要になります。

図書館って、「本」だけじゃないんですよね。音楽CD、映画のDVDなんかも、街の公立図書館によく配架されていますよね。ゲームも実はそうです。2000年の国立国会図書館法の改正で、パッケージ系電子出版物も法定納本の対象になりました。つまり、出版されたゲームの納本が義務化されました。パッケージ電子出版物というのは、要は、物にデータを記録した「媒体」になっているものです。光ディスクやカセットなどになって、量販店とかで売られているアレが、パッケージ電子出版物。

NDLの他にも、立命館RCGS、ゲーム保存協会など、10～20年以上前からゲームを保存しているアーカイブ機関があります。私が館長を務める私立ゲームギフト図書館も、図書館法第2条の規定に合わせて作った私立図書館であって、ゲームを図書館資料として所蔵しています。まだソフト600本、ハード50台程度しか所蔵していませんが。

そんなこんなで、特許事務所を経営しながら、子供を幼稚園に送迎したりしながら、「ゲームのアー

カイクに全集中！」とやっていたのですが、最近はまだ状況が変わり、マンガやラノベの分野にも関与するようになってきました。

2019年にお亡くなりになったSF研究者、星敬(ほし・たかし)さんが遺した、およそ10万冊と言われるラノベ・SF関連本のコレクションを、ゲーム寄贈協会(当協会)にてご寄贈をお受けしており、現在、受入作業中です。

ゲーム寄贈協会はそもそも、「ゲーム」のアーカイブ機関なのです。ラノベやSF関連本のアーカイブ機関ではありません。にもかかわらず、なぜ当方が寄贈をお受けすることになったかといいますと、「守る人がもう後ろに居ない状態で、ヘルプ要請が来たから」です。

元々僕は、星敬さんのコレクションを「あるべき場所」にお繋ぎする為のお手伝いを、裏で黒子としてやっていました。関係者の皆さまを議員会館にお連れして、ご相談の機会を作ったり、図書館情報展でお願いしてチラシを置いて頂いたり、マンガアーカイブ関連の皆さまにお願いして、アーカイブ関係者間で情報共有して頂いたり。そういった、地味だけど、企業とかじゃなくてもできる事をやっていました。

そんなある日、僕に電話でヘルプ要請が来ました。「現・所有者がコレクションの処分をご決断なさった！ 廃棄は決定事項なので動かせない。何とか、できる範囲で構わないので、松田さんの所で預かってもらえないですか！」

(あーこれ、僕がNOって言ったら、滅失が確定する流れだ……)

僕は、中学～高校時代に、「道士リジオ」「無責任艦長タイラー」「ユミナ戦記」「スレイヤーズ」等々の、富士見ファンタジア系を読み漁っていました。月刊ドラゴンマガジンも読んでました。大人になってから、SF小説を書いたりもしていました。そんなこんなもありまして、僕は、急に来たヘルプ要請に対して「NO」と言えませんでした。他に当てがありそうな雰囲気なら、勇気を持ってお断りできたと思います。

本稿執筆時点で、ハイエース6台分の書籍を現

地から搬出し、当館に搬入しました。ちなみにハイエース1台の最大積載量は、グレードにもよりますが1250kg。段ボール約50箱分です。これを6台分運んで、それでも全体の半分に満たないという恐るべきコレクション。現在、たった1人で10万冊の目録を作成するという、よく分からないミッションに挑んでおります。が、弁理士ならばこれ、できちゃうと思うんですね。皆様も一緒だと思いますが、弁理士試験に合格するまで、けっこうな時間を勉強に費やしましたよね。目標に届くまで延々とやるというのは、弁理士なら皆、既にクリアしたことがあるわけです。今回の目録作業も同様で、やれば終わるので。そして、その目録を御覧頂きながら、大学を探して受入をお願いしてみたり、NDLさんに泣きついてみたり……と、色々動いているところです。

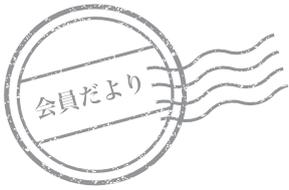
星敬さんが2019年12月にお亡くなりになってから約4年半、星さんのお母さまも、お弟子さん達も、本当に頑張ってこのコレクションを支えてこられたんですね。頭が下がります。次にお預かりする役の当館は、規模が小さいので、いろんな問題が山積みで、できる事に限界があります。が、最低限、実現したいのは「星敬さんの名を後世に残すこと」です。これほどのコレクションをお集めになったという事自体に文化的価値があるので。

最初は「これ、客観的には無理ゲーでしょ……」という思いもありましたが、もがいているうちに、少しずつ少しずつ、形ができて来ております。

そんな中、日本マンガ学会の監事になったりもしました。星コレクションの件を相談していたら、いつの間にかそうになりました。

そんなこんなで、この2年間に生活が激変しました。ゲーム、ラノベ、マンガをどうやって後世継承するか？ という課題に取り組む日々になっています。あっ、特許事務所もちゃんと経営しますよ。

しばらくの間は、文化の後世継承活動で忙しいので、会務への参加は申し訳ないのですが控える形になります(10年ぐらい、会務を頑張りました!)。会務の方は新進気鋭の皆さまにお委ねして、僕の方では、「弁理士」というフィールドとはちょっと違うフィールドで社会貢献したいと思っております。



パリオリンピック ～「ブレイキン」競技について～

地 引 珠 莉 (南甲弁理士クラブ)

1. はじめに

2024年7月26日から8月11日までの7日間に亘ってパリオリンピックが開催されていました。

今大会における日本のメダル獲得総数は45枚、そのうちの半数近い20枚が金メダルという快挙を達成しました。

今回ご紹介させていただくのは、金メダル20枚のうち一枚を湯浅亜美（ダンサーネーム：AMI）選手が獲得した競技であり、幾つかの競技をTVにて観戦していた私が、最も「アツク」なった競技である「ブレイキン」についてです。

私自身、小中高と野球漬けの日々を送っていたこともあり、ブレイキンなどのダンス競技については全く縁遠い人生を送ってきたのですが、ふと競技を観戦してみたところ、選手の技の迫力や会場の盛り上がり素晴らしく、予選～決勝までの全ての試合をTVに齧り付きながら見てしまいました（私が見ていた男子の試合は8/10 23:00～8/11 4:30頃まで行われていました）。

今ではすっかり虜になってしまい、動画サイトの閲覧履歴はブレイキン関連一色に…

本記事では、そんなブレイキン競技について、今回のパリオリンピックに選定されるまでの経緯や、採点方法について説明をさせて頂こうと思います。

2. オリンピック選定までの経緯

(1) そもそもブレイキンとは？

ブレイキンは、1970年代後期、ニューヨークが発祥のダンスであるブレイクダンスを指す名称で

す。ヒップホップ文化の一部として、ストリートダンスの一形態として発展したブレイキンは、元々ヤンチャな若者を更生させるための手段の一つであったこともあり、他のダンスと比べて選手の唯一無二性（オリジナリティ）や会場や相手選手への挑発等のパフォーマンスが光るバトル性の強い競技であることが特徴です。

(2) オリンピック選定の理由

ブレイキンは、昨今では特別な道具等を必要とせず、自身の体一つのみで誰でも・いつでも競技を始めることが可能であるため、主に若者を中心として世界中に競技人口が拡大していました。

この若者を中心として競技人口が拡大しているという点を考慮し、近年オリンピックへの関心が薄くなってきている若年層に関心を持たせるという観点と、音楽さえあれば人種、国籍、経済格差等を問わずに競技を始めることができるという点がオリンピックの精神に沿っているとして今回のパリオリンピックにて正式種目として採用されたとのこと。

3. ブレイキンの基本知識について

(1) ブレイキンの基本ルール

ブレイキンは、リング上に2名の選手が上がり、最大1分間のパフォーマンスを行います。

その後、もう1人のダンサーが応戦し、1分間のパフォーマンスを披露した後に審査員の多数決によってどちらのダンサーが優れていたかが判断されます。

これを3ラウンド繰り返し、ラウンドの獲得数が多い選手が勝利するというルールで進行していきます。

ブレイキンの面白い所なのですが、当日に流される音楽は現地のDJがその場の雰囲気を加味して選曲するため、選手は事前に曲にあった振り付け等を用意することができません。

その代わりに、各選手は過去～現在までの幅広い楽曲の知識を深めることで、流された音楽を即座に理解し、それに対応した振り付けを瞬時に構築するのです。

このように、音楽に対する幅広い「知識」に裏付けされた「即興性」がブレイキンの競技性を高めている一因です。

(2) ブレイキンの流れ

ブレイキンでは、以下の4つのスタイルが主流であり、基本的に各選手はこれらのスタイルに則った技を順に繰り出すことによって進行していきます。

① トップロック (Toprock)

リズムに合わせた足のステップや腕の動作が特徴的なダンススタイルで、主にステップの軽やかさや巧みに各選手の特徴が現れます。

② フットワーク (Footwork)

地面に手を付けた状態で足を高速で捌くダンススタイルで、ステップを刻むリズムに各選手の特徴が現れます。会場や相手選手を煽るパフォーマンスが含まれやすいです。

③ フリーズ (Freeze)

ダンスの一連の高速の動作の中で突然ピタッと停止し、ポーズを決めます。主に逆立ちの状態やパワームーブによる回転時の姿勢から停止するため、優れた体幹や柔軟性が必要とされます。

④ パワームーブ (Powermove)

ブレイキンの花形ともいえるテクニックで、頭や背中を駆使して身体全体をコマのように回します。日本人選手は回転数・回転速度が段違いであるため、圧巻の迫力です。

(3) 採点基準

ブレイキンの採点は以下の項目によって行われます。

- ①技術性：ダンスの基礎的な動き
- ②多様性：ラウンド全体の技のバリエーション
- ③完成度：ラウンド全体の技の精度
- ④独創性：個性的なスタイル・発想力
- ⑤音楽性：音楽に合わせて踊れているか

審査員は上記の項目を総合的に評価し、選手に得点を付けます。

ブレイキンの採点においては最も重要なのは、「音楽」を表現できているか（音楽性）であるため、難しい技をミスなく繰り出せても敗北する可能性があります。

そのため、ブレイキンは他の採点競技と異なり、観戦者の印象と実際の判定とにズレが生じる可能性が高い競技でもあります。

私も、実際の観戦時にはこういった採点基準を把握していなかったため、「なぜこっちが負けたんだ？」というような感想を抱く試合が何度かありましたが、上記の採点基準を知ってからは、なるほど！と理解することができました。

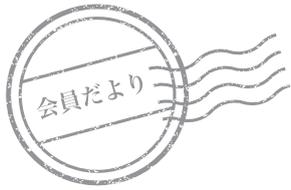
4. おわりに

今回のパリオリンピックの男子部門では、優勝候補筆頭と言われていた Shigekix（半井重幸）選手が惜しくも4位に終わることとなり、男女通しての金メダル獲得とはなりませんでしたが、メダルの有無は関係なく、ただただ圧巻のダンスを披露してくれた各選手に感謝を伝えたいです。

ところで、学生の頃からTVの影響を受けやすい私は、現在、自身の体一つを頼りにステップの練習を開始してしまっています。

最終的にウィンドミル（ブレイクダンスにおける代表的なパワームーブの一つ）を習得するのが目標ですが、はたして体は保つのでしょうか…。

技の習得が先か身体を痛めるのが先か、乞うご期待ください。



普通列車の旅 消えてゆく路線たち



三条 晴明 (南甲弁理士クラブ)

日本には200社以上の鉄道事業者が存在し、鉄道の旅客輸送量も高水準となっており、大都市圏の通勤列車はもちろん、最大毎時16本もの列車が運行される東海道新幹線もその象徴と言えます。

しかしながら、諸外国と比べて、公的支援の少ない日本鉄道インフラは貧弱な一面もあり、特に輸送密度の低い過疎地域においては、人口減少や自動車利用へのシフトにより、廃線に追い込まれるローカル線は、近年、特に増えています。

私は鉄道の旅、特に普通列車の旅が大好きで、ほぼ毎年、日本各地のローカル線の旅に出ています。一方、最近は毎年のように、ローカル線が廃止されたり、またはその検討がなされたり、悲しいばかりです。

今回の機会を借りて、特に北海道・東北を中心に、いくつか印象に残った、すでに廃線となった、または廃線危機に陥っているローカル線を紹介したいと思います。

●鉄道ができる前の原野に戻る北の大地

(根室本線・富良野駅～新得駅間)

2016年台風第10号による被害で、根室本線の東鹿越駅～新得駅間は同年8月から不通となり、また11月にJR北海道は「単独維持困難区間」として、廃線の検討を始めました。その結果、仮に復旧しても、利用を見込めず、毎年巨額な赤字が発生するため、今年(2024年)4月1日をもって、富良野駅～新得駅間は廃止され、根室本線も分断されました。

同区間にある幾寅駅は、映画『鉄道員(ぽっぽや)』の中の石炭輸送路線の終点「幌舞駅」のロケ地です。映画では、石炭事業によって鉄道が繁栄した後、次第に衰退していき、廃止を迎えました。



(根室本線・幾寅駅 2021年2月撮影)

「あっという間に、原野に戻るさ。鉄道ができる前の原野に戻る。鉄道があったことも忘れられちゃうべな。」——佐藤駅長と雪子との最後の会話。

皮肉にも、映画の舞台となった路線が、映画と同じ運命にたどり着くことになってしまいました。

●えりもの夕陽の車窓風景は不在へ

(日高本線・鵠川駅～様似駅間)

苫小牧から出発し、太平洋沿岸を走り、様似までの146.5kmを有する長い路線であった日高本線ですが、2015年1月に発生した猛烈な低気圧がもたらす高波の直撃を受け、鵠川駅～様似駅の116km間が不通となりました。

同区間の復旧についての議論がなされているなか、翌2016年に4つの台風が連続に東北・北海道に上陸し、更なる被害が発生しました。この一連の影響により、同区間の復旧費用及び初年度の維持費用だけでも100億円程度まで上り、JR北海道としても、地元自治体としても、到底負担し得ない額になってしまいました。

実際、被災区間に訪れてみると、浸食を防ぐため

の蛇籠や消波ブロックが流失し、護岸も倒れ、さらに路盤が流失し、レールが宙に浮いている様子がとても残酷で、心を痛むものでした。



(日高本線・様似駅 2017年3月撮影)

リゾート列車「ニセコエクスプレス」も運行されていた日高本線ですが、傷んだままの姿で、2021年4月1日をもって、鶴川駅～様似駅間が廃止となり、あの車窓風景は二度と見れなくなりました。

●あの時の子供たちは元気か？

(札幌線・北海道医療大学駅～新十津川駅間)

札幌線は、札幌を出発し、桑園駅から北海道医療大学駅を通って、かつては留萌本線の石狩沼田駅まで至る路線でしたが、そのうち新十津川駅～石狩沼田駅間は、国鉄時代に既に廃止されていました。

令和まで生き残った区間のうち、北海道医療大学駅～新十津川駅の末端区間も、2010年代以降は、1日1往復の列車しか運転されておらず、40人弱程度の高校通学利用以外、日常的な利用は殆ど無く、また道路交通の整備がなされていることから、同区間も2020年5月7日をもって廃止されることとなりました。



(札幌線・新十津川駅前 2015年9月撮影)

約10年前に新十津川駅に訪れた際、地元の幼稚園生たちが旗を振りながら出迎えてくれました。駅のすぐそばにある、ポニーが放牧されていたミニ牧場「のびのびほくじょう」にも案内してくれました。あの時のあの子たち、今は元気に育っているのでしょうか…

●ごらんあれが竜飛岬、北のはずれ

(津軽線・蟹田駅～三厩駅間)

北海道新幹線の開業まで、青函トンネルを通る「津軽海峡線」の一部として知られ、寝台特急「北斗星」なども運行されていた津軽線ですが、北海道方面に向かう列車は、途中の蟹田駅で海峡線へと分岐します。そのため、蟹田駅から終点の三厩駅までの末端非電化区間は、一気に利用者数が減り、一日5往復の普通列車が運転されていました。

利用状況が芳しくない中、2022年8月に大雨に見舞われ、路盤流出などの甚大な被害を受けました。JR東日本は、復旧に多額な費用がかかるほか、輸送実績も低迷していることから、沿線自治体と協議の結果、今年5月、鉄道による復旧が断念された旨が報道されました。



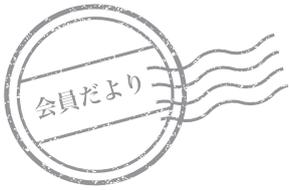
(津軽線・三厩駅 2017年3月撮影)

具体的な日付は決まっていないものの、同区間が廃止されることとなり、今後、鉄道での「津軽海峡・冬景色」は見れなくなります。

ローカル線は、新幹線では見ることができない車窓風景があります。そして予想もしない出来事、地元の方々との交流、地方社会の現実を自分で見るなど、鉄道以外の様々な体験ができます。

毎年10月14日は、「鉄道の日」です。皆様も、ぜひこの機会にローカル鉄道線の旅はいかがでしょう。

了



洗足池@東京都大田区の四季



武田 雄 人 (P A会)

1. 自己紹介

私は広島生まれの広島育ちで、就職に伴って上京しました。上京初期の頃は就職先の寮に住んでいました。寮は東急池上線の長原駅の近くにあり大変古い建物でした。入寮前、広島の自宅で、私が生まれた頃よりも古い建物に入寮すると通知された時には、その古さに対して失意しかありませんでした。しかし、いざ入寮してみると、部屋は綺麗に整備され、快適でした。私は建物の古さのことはすっかり忘れ、閑静な住宅街にありながら、渋谷・新宿等の副都心へのアクセスが便利な東急池上線をすっかり気に入ってしまいました。そのため、退寮した後も、社会人生活の多くを東急池上線沿線で生活しています。

2. 洗足池

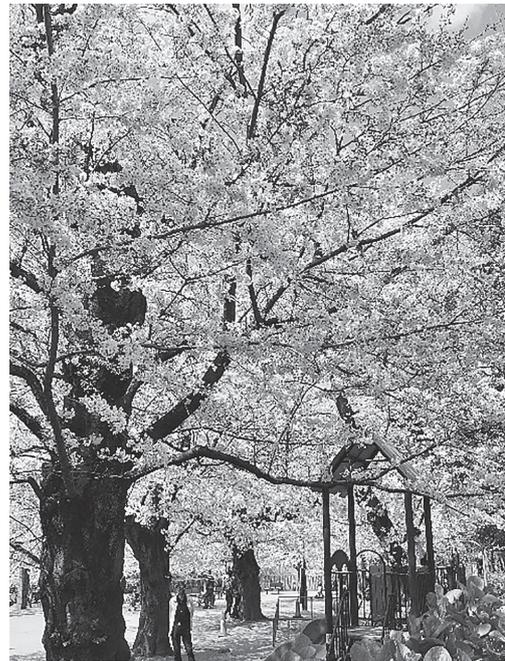
東急池上線沿いには洗足池という駅があります。前述の長原駅の隣の駅です。洗足池駅は、その名前の通り、すぐ近くに洗足池という池があります。洗足池は日蓮宗の宗祖である日蓮上人が足を洗ったと言われたことからその名前が付けました。

洗足池の外周は約1km程度で、過ごしやすい季節にはランニングをしている方もいます。洗足池は犬の散歩コースにもなっているようで犬を散歩している方もたくさん見られます。また、洗足池のほとりには、勝海舟の墓と、勝海舟記念館があります。本稿では洗足池の四季を数枚の写真と共に紹介したいと思います。

3. 春

洗足池は桜の名所であり、桜の季節には多くの花見客で賑わいます。とくに桜が満開を迎える3月下

旬から4月上旬には、洗足池に沿って多くの屋台が出店するため、桜と共にお祭り気分を楽しむことができます。また、桜の季節が過ぎた後も、ツツジ、アジサイと季節の花が続きます。春の洗足池は花を楽しむには最適な場所の1つと言えるでしょう。

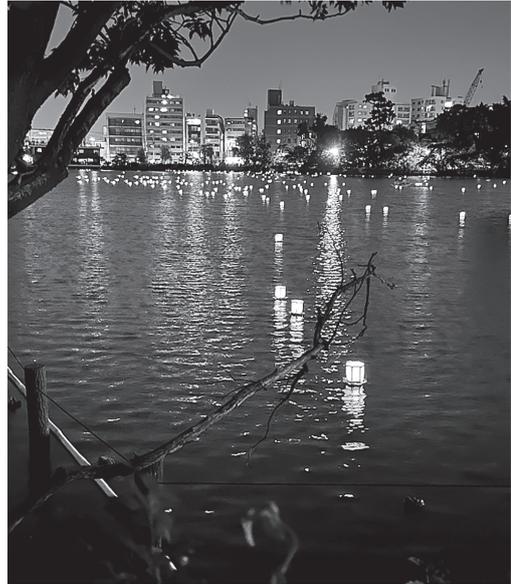


<桜>

洗足池にはカルガモが留鳥しており、一年中見ることができます。カルガモはつがいにいることも多く、桜の季節が終わった頃にはカルガモの雛が毎年のように生まれています。カルガモの雛は、握り拳くらいの大きさでフワフワした羽毛を持っています。また、親ガモが人に慣れているせいか、カルガモの親子をかなり近くで観察できます。しかし、カルガモの雛は他の生物にとっては貴重な栄養源であり、無事に育つ雛の数は多くありません。洗足池では、そのような自然の厳しさを見ることもできます。



<カルガモの親子>



<灯籠流し>

4. 夏

夏になると、多くの昆虫を見ることができます。夏の代表的な昆虫の1つはセミであり、洗足池でも多くのセミを見ることができ、日中はあちこちでその鳴き声で存在感をアピールしています。夜になると、あちこちでセミの羽化が始まります。低所で羽化しているセミもあり、小さな子供でも観察できます。また、洗足池の水生植物園ではホタルが放流されています。ホタルが成虫になる頃には、水生植物園近辺の電灯が一時的に消灯され、運が良ければホタルを見ることがもできます。

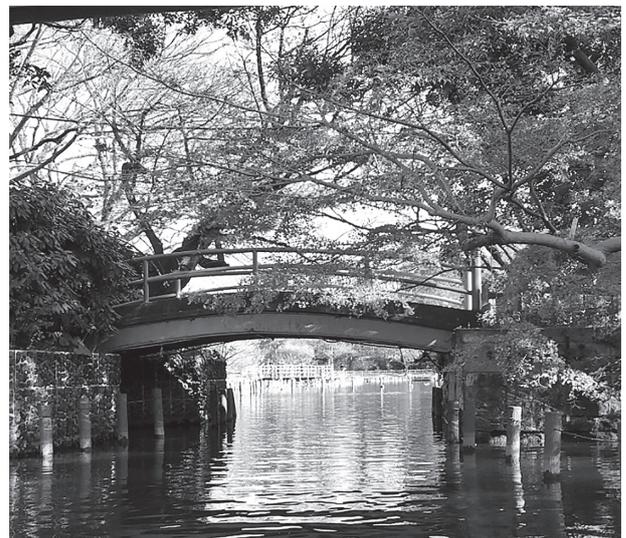


<セミの羽化>

洗足池には妙福寺と呼ばれるお寺があり、年に1回灯籠流しが行われます。今年（2024年）の灯籠流しは7月16日に行われました。池を漂う灯籠は神秘的であり、灯りを見ていると落ち着きます。一般の方でも有料で灯籠を流すことができます。

5. 秋

秋には紅葉を見ることができます。洗足池にはボートハウスがあり、30分単位でボートに乗ることができます。ボートにはスワンボート、サイクルボート、ローボート（手漕ぎ）の3種類があります。ボートに乗ると、色々な角度で紅葉を楽しむことができることに加えて、喧噪から離れて水や風の音を感じられ、自然との一体感を感じることができます。



<ボートの上からの紅葉>

9月～10月の中秋の名月では、ベンチに座って月見をする人もいます。私もその一人ですが、この時は近所のスーパーで団子を買って、お月見をしています。また、この頃になると渡り鳥が飛来することが増え、様々な野鳥を観察できるようになります。

6. 冬

冬になると、洗足池には様々な渡り鳥が訪れます。洗足池には、オオバン、オナガガモ、キンクロハジロ等が毎年訪れます。ときどき、その他の渡り鳥も訪れるようですが、殆どが数日限りの滞在であり、見かけることはあまりありません。これらの鳥たちは、留鳥のカルガモと共に水面を優雅に泳いでいます。ボートに乗れば、とても近くまで近づくこともできます。



<オナガガモ>



<キンクロハジロ>

珍しい渡り鳥が訪れた場合等を除けば、冬の洗足池で最も人気のある野鳥は、カワセミ（翡翠）だと思われます。カワセミのいる場所には、多くの写真撮影者が集まっていることもあり、すぐに気づくことができます。しかし、カワセミはとても小さな鳥であり、ボートでも行けない場所でエサを取っているため、スマートフォンでの撮影はとても難しいです。多くの写真撮影者は、大きな一眼レフカメラで写真撮影を試みています。

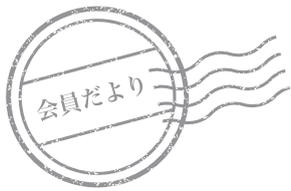


<カワセミ>

7. 終わりに

上野の不忍池や、目黒の碑文谷公園に比べると、洗足池は小さく、知名度もそれほど高くありませんが、これらの池と同じように一年を通して楽しむことができる場所です。

以上



歩くということ



鈴木 満 (PA会)

1. 突然の告知

「鈴木さん、歩き方が変ですよ。」長男が1歳のころ、妻と共に訪れた新潟で、数年ぶりに会った学生時代の後輩にそう言われた。2019年7月のことである。

「もしかしたら脳に病気があるかもしれない。お子さんがまだ小さいんだから、一度ちゃんとした病院で診てもらった方がいいですよ。」その時は、親切な後輩のアドバイスを軽く聞き流し、居酒屋で昔話に花を咲かせていた。

その数か月後、たまたま一緒にランチをした高校時代の野球部の同級生にも同じ事を言われた。

「これは、いよいよちゃんと見てもらった方がいいぞ。」と思い、大学病院の脳神経内科を受診した。

血液検査、CT スキャン、MRI 等、様々な検査を行い、医師による診察を受けた結果、担当医に「脳や神経には異常がありませんが、筋ジストロフィーの疑いがあります。」と、告げられた。

2. 発病の経緯

私は先日 51 歳になった。幼い頃から健康には何ら問題が無く、小学校 4 年生から、高校 3 年生まで、白球を追いかける青春時代を過ごした。野球の才能に加えて努力が足りなかったらしく、レギュラーにはなれなかったが、高校 3 年の最後の試合には、二塁手として途中交代で出場させてもらった。走る事も問題は無く、チーム内でも短距離、長距離とも遅い方ではなかった。

年齢を重ねるにつれて体重が増え、30 歳を過ぎる頃には、走力がかなり衰えていた。それでも草野球や軽いジョギング程度はできていた。

職場のソフトボール大会では、昔取った杵柄、中心選手として、チームの優勝に貢献することができた。打ち上げでの勝利の美酒は本当に美味しかった。

40 歳を過ぎて、弁理士試験に合格したことを契機に特許事務所に転職した。特許事務所での業務は、終日パソコンに向かうデスクワークであった。歩く機会が激減し、運動不足になっていった。

「これではまずい」と思い、たまにジョギングを試みたが、足が思った以上に動かず、2km も走れないような状態だった。

職場の飲み会の帰り、最寄りの駅に向かう途中の平坦な道で蹴躓いて転び、スーツのズボンに穴をあけてしまった。その時は、酒に酔っていたせいだと思っていた。

しかし、今にして思えば、この時すでに、私の脚は病魔に蝕まれていたのかも知れない。

その後、蹴躓いて転ぶ頻度が増え、階段を降りるのがつらいと感じるようになってきた。知らぬ間に歩き方がおかしくなっていたのか、冒頭の後輩のセリフにつながる。

3. 病気について

病院では、様々な検査を受けたが、具体的な病名の特定はなされず、未だに特定されていない。当初言われた「筋ジストロフィー」に該当する可能性は高くないらしく、ざっくりと、「筋疾患」という診断がなされるにとどまっている。

「筋ジストロフィー」という病気は、医療の素人である私でも聞いたことはあった。治療法のない難病だとの認識である。

私の場合、太ももの筋力が低下し、大胸筋や肩回りの筋肉の痩せがみられるが、手や腕などには異常が出ていない。痛みはなく、足に力が入らないのが主な症状だ。体重の減少は無く、筋肉が脂肪に置き換わっているようである。

原因は遺伝的なものらしく、後天的ではなく、先天的な病気のようにである。病気が発症するタイミングは様々で、私の場合は、45歳を過ぎてからであった。国立の研究機関に遺伝子検査を依頼しているが、それでも病気の特定には至っていない。

私の病気は、筋萎縮性側索硬化症（ALS）とは異なり、神経に異常があるものではないらしく、命に関わるものではないと言われている。

現時点で有効な治療薬は無く、定期的に病院を受診し、経過観察をするにとどまっている。

筋力の低下をトレーニングで補うことも考えられるが、過度なトレーニングは、筋肉を傷めるだけで回復が期待できないため、禁止されている。

必然、運動不足になるため、体重の増加は、食事を工夫することで抑えるしかない。大好きな、こってり系のラーメンなどは控えるようにしている。

4. 生活について

今のところ、大きな支障なく日常生活を送ることが出来ている。

ただ、重い荷物を運んだり、長時間立ったりすることが出来なくなってきた。長い時間歩くこともつらい状況だ。

子供の習い事などの送り迎えは主に妻にやってもらっているため、妻には多大な迷惑をかけている。

子供と一緒に走り回って遊ぶことができず、それが何よりも悲しい。楽しみだった子供とのキャッチボールも実現できていない。

歩きにくさは年々進行し、昨年からは杖を使って歩いている。はじめは杖を使うことに抵抗があったが、周囲の人に自分が普通に歩けないことを知ってもらうため、及び自身の転倒防止のために使っている。

杖を持つ前は、駅のエレベーターを利用すると、お年寄り等の他の利用者から白い目で見られること

もあった。しかし、杖を持つことで、そのようなことはなくなり、この国では、身体の不自由な人には優しくしてくれる人が多いのだと感じることができた。

杖を持ってから初めて乗った電車で、席を譲ってもらったときは、大変うれしかったことも印象に残っている。

5. 仕事について

特許事務所に転職する前は、企業で開発の仕事をしてきた。デスクワーク以外にも実験を行っていたため、居室と実験室との往復でそれなりに移動をしていた。

現在は、ほぼデスクワークのみで、移動することなく業務を行うことができています。

コロナ禍のおかげ(?)もあり、在宅勤務やWEBでの打合せが一般化し、以前よりも移動をしなくて済むようになった事も私には幸いである。

屋外での勤務や長時間立っていなければならない勤務など、他業種の人には申し訳ないが、弁理士資格を取り、特許事務所で勤務することができて本当に良かったと思っている。

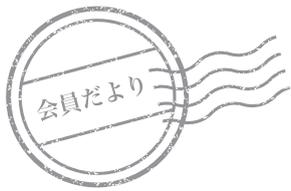
6. 今後について

今は何とか自力で歩くことができていますが、病気の進行、加齢とともに自力で歩くことが難しくなるだろうと考えている。その場合は、車椅子による生活を余儀なくされるだろう。

「歩くこと」は、生活する上では基本的なことではあろう。しかし、歩けなくても現在の業務を続けることはできる。世の中には、車椅子でも人生を謳歌されている人も多くいる。

私には、まだまだやりたいことがたくさんある。子供の成長を見届けたいし、友人とも遊びたい。家族と色々な所へ旅行にも行きたい。

私の病気は治らないかもしれない。しかし、病気と共存することはできる。「病は気から」ともいうように、気持ちだけは前を向いて生きていきたいと思う。我が子と酒を酌み交わすことができる日が来るまでは。



釣 り

高 松 俊 雄 (無名会)

1. 新型コロナからの贈り物

新型コロナ危機の最中に、人と接触することができないため何をしようか考えました。それまではゴルフを楽しんだりしていましたが、ゴルフも昼食などの会食中に感染リスクがあるため、人と接触しない他の趣味を持つとうと思いました。

昔、まだ子供が小さかった頃、群馬の沼田から栃木の奥日光へ抜ける日本ロマンチック街道を通る小旅行に行きました。途中、吹割の滝を見て感動したり、昼食時には虹鱒の釣り堀で子供たちと釣りに興じて楽しみました。金精峠を超えて丸沼へ行くと、山間に静かな湖沼が広がっており、その静けさに別世界に来たような感覚を覚えました。

さらに、奥日光湯元温泉を超えると湯ノ湖に辿り着きました。湯ノ湖では多数の釣り人がフライフィッシングを楽しんでいました。そのフライラインが空中を飛ぶ優雅さに感動して、世の中には、このような高尚な趣味を持つ人々がいるのだな、自分も何時かはこのような趣味を持ちたいなと思いました。その当時は弁理士試験受験中であり、趣味を持つ余裕さえなかったのです。

その後、30数年の時間が過ぎ、その夢をかなえる時が来たと思いました。この30数年間は、仕事、育児、ゴルフ、スキー等に時間を取られ、フライフィッシングをやる切っ掛けすら無かったのですが、遂にその時が来たのです。これは正に新型コロナからの贈り物でした。

2. フライタイイング

フライフィッシングは、自作フライを自分で巻くのも楽しみです。昔から釣りの楽しみの半分は、仕掛け作りにあると言われていました。自分が作っている仕掛けで大物が釣れることを思い浮かべながら仕掛け作りを行うことは楽しいものです。

早速、ネット通販でフライタイイング初心者キッ

トを購入してフライタイイングの真似事を始めました。最初の作品は、エルクヘアカデイスという名前のフライでしたが、うまく纏まらず毛虫のようになってしまいました。このフライは最初に巻いた作品として大事に取っております。その後、ヘアズイアーニフ、フェザントテイルニフ、パラシュート等多数のフライパターンを覚えました。



フライ専門用語も初めてのものが多く、用語を覚えることも楽しいと思いました。例えば、エルクは鹿の仲間、その毛を使って巻きます。カデイスは、水棲昆虫の一種で日本語ではトビケラと言います。要するに、エルクヘアカデイスというのは、エルクという鹿の仲間の毛を使って巻いたトビケラの成虫のフライという意味です。トビケラは、その成長過程によって名前がついており、ラーバ（幼虫）、ピューバ（蛹）、アダルト（成虫）へと完全変態します。フライの名前もカデイスラーバ、カデイスピューバと呼びます。

フライタイイングのマテリアルも色々あって、集めるのも楽しいです。鶏の羽根は基本的なマテリアルでハックル（蓑毛）と呼び、雄鶏をコック、雌鶏をヘンと呼びます。首周の羽根をネック、腰回りをサドルと呼びます。従って、コックネック、コックサドル等の呼び名で特定します。

フライタイイング用の鶏は、特別に繁殖されており、艶が良く、しなやかで、ファイバーが一定しているストークが長いハックルが好まれます。ハックルのブランド化が進んでおり、高級ブランドでは、ハックル一つで1万円以上します。ハックルの色もグリズリー、ブラウン、ブラック、クリーム等色々あります。

フライフィッシングは元々イギリス紳士の遊びだったため、フライ専門用語も特殊な用語が多くあります。他の釣りではフック（針）を結ぶ糸をハリスと呼びますが、フライフィッシングではティベットと呼びます。ティベットの太さは、4X から 8X ぐらいを使用しますが、これは通常のハリスの1.0号から0.2号に相当し、号数が大きくなるほど細くなります。フックは12号から16号を使用しますが、号数が大きくなるほど小さくなります。フライロッドは、2番から5番を使いますが、号数が大きくなるほど太くなります。複雑ですが新しいことを覚えるのは楽しいことです。

3. フライフィッシング

30数年前に初めてフライフィッシングをしている釣り人を見た奥日光の湯ノ湖、湯川は、その後、日本のフライフィッシングの聖地であることが分かりました。1902年（明治35年）に長崎のグラバー邸で知られるイギリス人トーマスグラバーが、日本で初めてカワマス（ブルックトラウト）を放してフライフィッシングを始めたのが最初です。グラバーは蒸し暑い日本の夏を、奥日光の避暑地でフライフィッシングを楽しみながら過ごしたようです。その後、日本の著名人がハンチング帽をかぶり、ツイードのジャケットを着てフライフィッシングを楽しんだことから、高尚な娯楽のイメージが定着したようです。

現在は、湯ノ湖と湯川は管理方法が異なるようです。湯ノ湖は料金を払って釣りを楽しんだ後は、20尾まで持ち帰ることができますが、湯川は釣った魚は傷つけないように放すことが決められています（キャッチ&リリース）。湯ノ湖と湯川は水産庁の管轄になり、自然のままに残すことが重要のようです。このため、湯川は倒木などがそのまま残っています。釣り人は、魚類の調査の名目で釣りが認められているようです。そのため、釣り人はその日に釣った魚の種類や尾数を報告することになっています。

初めて湯川でフライフィッシングを楽しんだ時には、私にはパラダイスのように思えました。壮大な水量の湯滝の滝つぼにフライを流すと、大きなトラウトがフライを咥えようと顔を出します。釣り人の特権で、清らかな



清流に立ち入ってフライを流すことができます。実際には、湯元温泉の温泉成分が入っています。湯川は釣り人に人気があり、シーズン中は釣り人で賑わっていますが、機会があればまた釣行したいと思います。

4. へら鮎釣り

埼玉県に住んでいるので、湖沼は沢山あり、へら鮎釣りも盛んです。特に埼玉県羽生市にある椎の木湖はへら鮎釣りの聖地となっています。自宅から40分ぐらいで釣り場に到着するので、気軽に行っています。へら鮎の世界も奥が深く、毎年、シマノ、ダイワ、マルキュウの主催で釣り大会が開催され、数百人の釣り人が腕を競っています。へら鮎釣り愛好者は、15人から20人ぐらいのグループを作って月例会を開催しています。場所は色々で、今月は羽生の椎の木湖、来月は茨木の筑波湖、再来月は埼玉の野田幸手園という具合です。

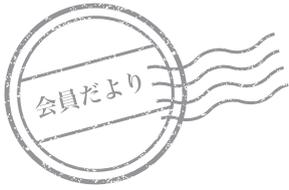


へら鮎釣りの釣果を分ける要因には、餌の調合、水分量、硬さなどがあります。同じ餌を使っても、経験の浅い方は釣果が伸びないのに、ベテラン釣り師はどんどん釣り上げたりします。微妙な指先の動きで硬さ、水分量を調整しているようです。その他、釣り針の重さ、ハリスの長さが影響します。釣り場の環境は毎日変わり、水温、風、日光などにより、へら鮎の食い気は毎日変わります。ベテラン釣り師は、素早くハリスの長さを調整したり、餌の状態を変えたりしてその日に合った仕掛けや餌を見つけ出します。この辺りが、へら鮎釣りの醍醐味の一つと言えるでしょう。

5. おわりに

コロナ危機の最中は、人と人との接触を避けたため、気分的に孤立感が増していました。コロナ危機が明け、人と人との交流を再開してみて、人間は人と人とのつながりの中で生きているのだなと実感します。釣り愛好者は一人で行く人もいますが、数人から10数人のグループを作って活動しているようです。今後は人とのつながりを大事にして、人生を楽しみながら活動して行こうと思います。

以上



自転車で減量



今村 秀世 (無名会)

1. はじめに

メーカー勤めから特許業界(特許事務所)に入り、中規模の特許事務所2社にお世話になった後、去年(令和5年度)、独立した。独立して気が付いたこととして、体力を要求される場面がとても多いということだった。階段の上り下りでも息がきれるような体には、その日その日の仕事のパフォーマンスだけでなく、中長期的なアウトプットにも影響があるのではと思いはじめていた。

学生の頃は、トライアスロン部に所属していたので、基礎代謝は高いだろうと、根拠のない自信をもっていた。このため、社会人になって運動を全くしなくなっても、大好きな、肉、揚げ物、スナック菓子を食いたい時間に食いたい量だけ食する生活を続けていた。そのせいで、健康診断の数値(コレステロール)がみるみる悪化し、色々このままではマズいと思っていた。

家族のススメもあり、積極的に生活に運動を取り入れ、習慣化することができたのでそのお話をしたいと思う。

2. 運動の準備

体脂肪を落とす、コレステロールを落とすということであれば、まずランニングが思い浮かんだ。費用も安く、場所もほとんど選ばないので。しかし、ランニングは、膝・筋肉へのダメージが結構大きく、継続的に行うのは大変なのでと気が付いた(実際、学生時代は、ランニングでよく腱鞘炎や膝の痛みがあって苦労した)。

スイミングは、運動強度が高くなる傾向があり、運動後の反動で食欲が激増する懸念があった。この

ため、負担が少なそうな自転車(ロードバイク)でシェイプアップしようと決心。

ところで、ロードバイクやそれに関連する商品の価格が高騰していることを知った。そこで、十数年前に購入した古いロードバイクを使用することにし、ホイール・タイヤ・ウエアといった最低限の装備を交換・新調するに留めた。

3. スマートトレーナー

スマートトレーナーというのは、自分のロードバイクを取り付けて室内で自転車に乗ることを可能とする器具であり、負荷変動が自在でとても有用なものだと噂で聞いていた。基本的な機能はフィットネスクラブにあるようなエアロバイクと同じではあるが、普段自分が乗る自転車と同じ状況(サドルの高さ等)で運動を行うことができ、メリットが大きいそうだった。

ところで、自転車競技の世界では、パワー(W, ワット)という指標が競技能力を語る上でとても重視されている、ということを知った。雑誌やWEBサイトで知った。体重あたりのパワー(パワーウエイトレシオ)という指標もよく使われているようで、例えば、〇〇さんは、体重あたり3倍(体重60kgの人が180Wなど)のパワーを長時間維持できる、といった具合で語られる。自転車好きの方々にとっては、ドラゴンボールの戦闘力のようなものと思われる。

こういった数値的な要素は、私のような趣味の人にとっても、励みになる。体重が落ちるだけではモチベーションを高く保つのは難しい。なので、数字で自身のパワーの伸びを把握できるようにスマートトレーナーを導入することにした。

スマートトレーナーは、市販のアプリケーションと連動させることで、バーチャルコースの地形に応じた負荷変動を受けながら、ペダルを回すことができる。山岳コースを選択すると、勾配に応じてペダルが重くなり、臨場感がある。音や振動も相当に抑えられており、技術の進歩を感じた。

4. 健康やメンタルへの影響

運動の頻度は週2回（平日1回，休日1回）で、1回あたり、30分－60分程度を目標とした。実際にはそのようにはできなかったが、それでも、3か月程度で5kg以上の体重を落とすことができ、明らかに効果を感じ始めた。特に階段でも息が切れにくく、また、電車に乗るために自宅から最寄りの駅まで急いで走っても、すぐに息が整い、疲労が抜けやすい体になっていった。以前所属していた特許事務所で知り合った友人とともに山登りにいっても足取りが軽い。仕事のパフォーマンスは、(たぶん)落ちにくくなっていったと思う。精神的にも前向きになり、いいことばかり。

5. イベント参加

5-1. レインボーライド

無名会で自転車（ロードレーサー）を趣味にしている先生と知り合いになる機会があった。せっかくなので、何かイベントに出ましようということになり、レインボーライド2023に出場した。レインボーライド2023では、朝早くから大勢の方々（1万人？位）が集まり、汗を流した。はるばる富山から駆けつけて下さった先生もいらっしゃった。スピードを競うのではなく、のんびりと東京湾岸の景色を楽しみながら走ることができる。レインボーブリッジだけでなく、東京ゲートブリッジも通行することができる。この規模のイベントだとトイレの混雑等の色々な懸念があったが、想定していたほどではなく、運営がとてもしっかりしていることに感動した。その後のお疲れ会で、次は、富士ヒルクライム大会に出ましようということになった。発起人は、篠原淳司先生で、計画面から当日の流れの説明までどっぴりとお世話になってしまった。

5-2. 富士ヒルクライム

富士ヒルクライムは、富士山のスバルライン(24km程度，平均勾配は4%弱)を登るイベントであり、おそらく日本でも有数な自転車イベントだと思う。記録を出すために本気で出場する方もいれば、楽しむことができればよいというスタンスの方もおり、裾野がとても広い。私は、目標タイムとして1時間30分を設定し、それをギリギリきることができればと考えていた。

本イベントは、ゴールタイムに応じた景品があり、1時間30分をきると、ブロンズリング（自転車のスパーサーと呼ばれる部品に色を塗ったもの）を受け取ることができる。更に速くなると、シルバー、ゴールド、プラチナリングといった具合にグレードがあがっていく。

ヒルクライムは、空気抵抗や風の強弱の要素が平坦基調のコースと比較して相対的に小さく、個人が長時間出力できるパワーによってゴールタイムが推測できる。スマートトレーナーを使用した練習によって目標は遠いことが分かった。練習時間を増やすのは難しいので、練習の運動強度をあげて、目標タイムに近づけるようにした。

スタート後、ひたすらペダルを回し、徐々に高度を上げていく。4合目あたりでは風が吹くと寒く感じ、また、空気が薄くて呼吸が苦しい。ほぼ登っているのに休むことができる区間はあまりない。ただ、ゴールが近づいてくると、平坦基調になるというのを把握していたので、フラットな道になってようやく完走できそうだと確信がもてた。ゴール直前に急な上りがあり、これが地味にきつく、辛さと感動で少し泣きそうになりつつも、無事にゴールした。1時間37分台のタイムだった。

6. むすび

減量目的で開始したサイクリングだったが、仕事の集中力が増ただけでなく、無名会での素晴らしい出会いによりサイクルイベントに参加して充実した時間を過ごすことができた。ご一緒させて頂いた先生方に心から感謝申し上げたい。