

# FRIEND OF SPORTS

友穆(ゆうぼく)～仲の良い友の意

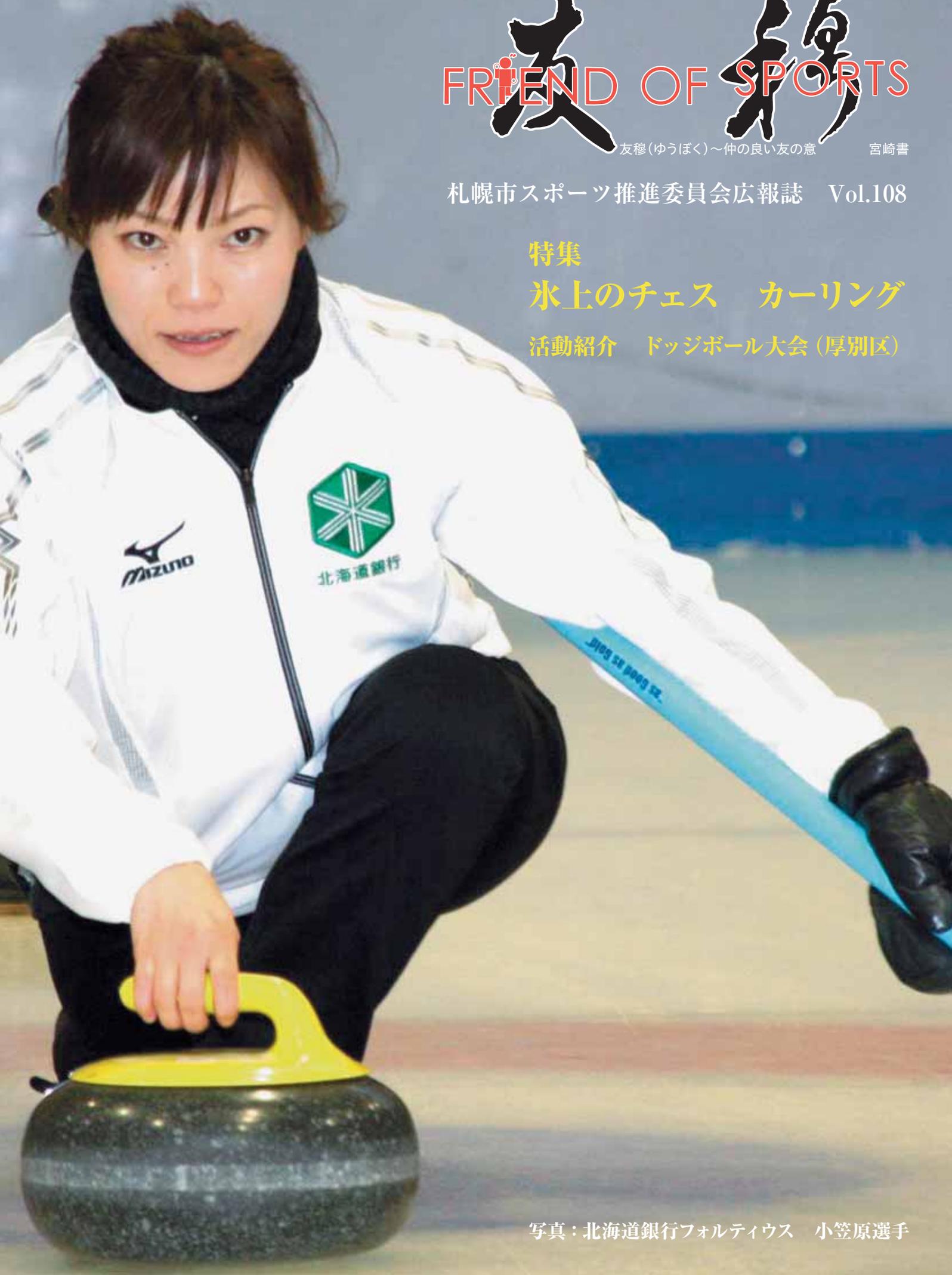
宮崎書

札幌市スポーツ推進委員会広報誌 Vol.108

特集

氷上のチェス カーリング

活動紹介 ドッジボール大会(厚別区)



写真：北海道銀行フォルティウス 小笠原選手

## カーリングとは

4人1チームで、リード・セカンド・サード・スキップの順に、相手チームと交互に一人が1個ずつ2回投げます。

スキップは作戦を担当し、投球を指示します。両チーム合わせて16個のストーンを投げ終わったら1エンド終了です。試合は8エンドまたは10エンドで行われます。



写真：北海道銀行フォルティウス船山選手のショット



## 投球の流れ

### ① リンク

カーリングのシートは長さ 44.5m、幅 4.75mです。投げるときのわずかな角度のずれが 30m先では大きなブレ幅になります。



1 ストーンを前方に楽な姿勢で持つ。視線は目標に。



2 ストーンを蹴り足(右足)のつま先に向かって少し引くと同時に腰をもち上げ、左足を後ろに引く。



3 ストーンを前方に押し出し、左足をストーンの後ろに移動し、体重を左足に移す。



4 体のバランスを保ちながら目標に向かって蹴り出していく。ホッグラインの手前でストーンを放す。



写真モデル：スポーツ推進委員

### ストーンを持ち方

●ストーンの手柄は、指全体でバランス良く、かつしっかりと持つようにします。



### 道具解説

#### ストーン

直径 約 30cm  
重さ 約 20kg



#### ブラシ

氷の表面を掃くことによって、ストーンのスPEEDや方向を調節する。



#### カーリングシューズ

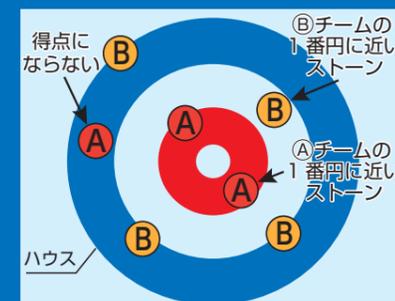
利き足と逆の靴底がすべる専用シューズを使用する。



### ② 得点

16個のストーンを投げ終わった後、ストーンが円の中心に近いチームの勝利となります。

相手チームの円の中心に一番近いストーンより内側のストーンがすべて得点となり、1個につき1点です。

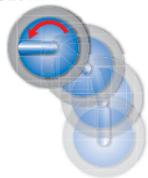


(例) 円の中心に近いAチームの勝ちとなり、得点はBチームより内側にある個数が得点となり、Aチームが2点となります。Bチームは0点です。

### ストーンは回っている

投球では、ストーンの動きを安定させるため必ず回転をかけます。上からみて反時計回りに回転させたストーンはハウス(円)に近づくにつれて進行方向に向かって左に、時計回りは右に曲がります。

反時計回りは左に曲がる



時計回りは右に曲がる



### 掃いたほうがよく滑る

リンクの氷面には、右の写真のように小さなつぼつぼ(ペプリング)が作ってあります。この氷面を掃くこと(スウィープ)によって、ストーンの滑りが良くなります。



### 氷上のチェス

スキップが作戦を立て、指示を出しますが1投ごとに状況も変わります。また、一つの戦略ではなく、ショットが決まらないときも対策を取れるよういくつかの戦略を準備をします。このような頭脳戦を展開するためカーリングは「氷上のチェス」とも呼ばれています。

### 美香保体育館



#### カーリング一般開放

場所 美香保体育館(札幌市東区北22条東5丁目)  
日程 毎週土曜日(平成24年4月7日(土)まで。変更になる場合があるので、詳しくは施設に確認)  
時間 18時~21時(指導者がいます)  
費用 一般580円、高校生280円、高齢者140円、中学生以下無料  
問い合わせ 美香保体育館 電話 011-741-1972

### 通年型カーリング場



平成24年9月に札幌市では、公共施設としては全国で初めて、通年型のカーリング専用施設(札幌市豊平区月寒東1条9丁目)をオープンする予定です。

平成24年  
9月  
オープン予定

# 厚別区スポーツ推進委員会の活動紹介

- 厚別区民地区対抗ソフトボール大会 8月
- ドッジボール審判研修会 11月・12月・2月
- 厚別区少年少女ドッジボール大会 2月

## 注目! 厚別区少年少女ドッジボール大会

この大会は、厚別区スポーツ推進委員会が企画・運営を行っており、毎年2月に厚別区体育館で実施しています。厚別区の小学生を対象に3・4年生の部、5・6年生の部で毎年18チーム以上が参加し、熱戦を繰り広げています。



- 1 大会では保護者が熱心に応援
- 2 開会式でのスポーツ推進委員からの説明
- 3 5分間の試合終了。判定の様子
- 4 真剣な表情でプレーする子どもたち
- 5 熱戦の様子

## 各区のスポーツ情報が満載

札幌市スポーツ部ホームページ

<http://www.city.sapporo.jp/sports/>

札幌市スポーツ推進委員会ホームページ

<http://ict2.hit.ac.jp/taishi/>

### 編集後記

今回は、冬季オリンピックで人気急上昇のカーリングを取り上げました。

スポーツ推進委員も平成22年11月に美香保体育館でカーリング研修会を開いて体験しました。最初のうちは投球姿勢をとることもままならない状況でしたが、1時間もしないうちになんとか様になってきました。

やればやるほど面白く、奥が深い競技だと思いました。仲間4、5人でチームが作れます。ぜひやってみる価値あり！です。そういう気持ちになってもらえるように作成しました。

