

## ショートスキーで楽しんでます

札幌市医師会  
南郷通り整形外科

すぎもと 杉本  
ただし 禎志

冬になると楽しんでいるスキーについて書かせてもらいます。

生まれは、札幌近郊の由仁町。スキー場のようなものはなく、近くの丘で父に教えられて始めました。小学2年の時、ふざけて滑っていて下腿を骨折。支障なく治り、どちらを骨折したかも忘れてしまいました。ギプスが痒くて、いろいろなものを隙間から入れて搔いたことと、ギプスを外す時の、ギプスカッターの音が恐ろしかった記憶が残っています。

父親が基礎スキーをやっていたので、一緒に講習を受けて2級までは受かりましたが、そこでやめてしまいました。父も母も75歳くらいまで滑っていたので、家族でも時々泊りでスキー場へ行っていました。

結婚して、3人の子供に教えながらも、ずっとスキーは続けていましたが、年に10～15回くらいだったように思います。キャリアは長いのですが、競技スキーを本格的にしたこともなく、自慢できるようなレベルではありません。だんだん脚力が衰えてきたかなと思う頃、同僚に短い幅の広いスキーを勧められました。短いだけでなく、ビンディングをずら

すと、踵が上がって歩くことができたり、裏にシールを貼ることができて、雪山を昇ることもできました。雪山遊びのためのスキーであったようです。最初はバランスを崩して転倒しやすかったのですが、操作性は抜群でした。深雪を滑るのもとても楽で、急に上手くなった気がしました。一度ゲレンデでシールを付けて登ったことがありますが、これが大変で、リフトのありがたさが身に染み、結局この1回のみとなりました。このスキーのビンディングは固定式のタイプだったので、途中で解放式のものに替えました。いわゆるショートスキー（ファンスキー）です。

子育ても終わり、これなら一緒にできそうだと妻も40代後半から始めました。もう還暦も過ぎましたが、今でも夫婦一緒に滑っています。小さくて軽いので持ち運びが楽。操作性もいい。ただ短いので、油断すると転倒はしやすいように思います。本来、ポールはいらなようなのですが、バランスを取りやすく、歩く時も楽なのでポールはいつも持って滑っています。

数年前にルスツのゴンドラの終点から見た景色は素晴らしかった。羊蹄山のすぐ横にニセコのスキー場が見え、左側には洞爺湖まで見ることもできました。寒くてつらい時もありますが、滑れば気分も爽快、素晴らしい景色に出会うこともあります。バランスの訓練にもなるショートスキーを、皆さんも一度試してみたいはいかがでしょうか。

