

# 欧州馬術レポート

週刊 Gallop 2020年12月号掲載



日本中央競馬会所属

## ◆佐々紫苑

(さっさ・しおん)

1995年東京都生まれ。早稲田大学卒。2012年全日本ジュニアライダー総合馬術選手権優勝。15、16年全日本ヤングライダー総合馬術選手権連覇。20年4月にJRA日本中央競馬会入会。17年より日本馬術連盟アンバサダーライダー。

## 馬心伝心 —奮闘記part II—

### 佐々紫苑

Shion Sassa



東京パラリンピックには22競技539種目がありますが、馬場馬術もその中のひとつです。先日全日本パラ馬術大会が開催され、私も日本では初めてパラ馬術競技を観戦しました。何度かイベントで一緒した高嶋活士選手をはじめ、若手からベテランまで約15人馬がその技を競いました。

パラ馬術は障がいの程度によりグレードが5段階に分かれています。人馬の高い技術に加え、選手は自分に合わせた

さまざまな馬具の工夫をしています。鎮守美奈選手(写真①)は手綱に輪をたくさんつけ、少しの握力でも同じ長さで手綱を維持できるようにし、足先を乗せる<sup>あぶみ</sup>鏡も脚が流れないようにひもで腹帯とつながっています。



宮路満英選手(写真②)は手綱の持ち手をパーのようにしてバランスを取りやすくし、少しの力で扶助を与えられる工夫をしています。パラ馬術では高嶋選手(写真③)のように、長鞭の使用が許可されており、自分の脚代わりに長鞭で指示を出します。フレンドリーホースと呼ばれる、演技している馬を落ち



着かせるための馬と一緒に馬場に入ることが許されているのもパラ馬術ならではの。ぜひ来年のパラリンピックを機に、パラ馬術を応援しましょう！

## Let's enjoy Dressage

### 高田茉莉亜

Maria Takada



アイリッシュアラン乗馬学校所属

## ◆高田茉莉亜

(たかだ・まりあ)

1994年東京都生まれ。慶應義塾大学卒。2010、11年に全日本ジュニアライダー馬場馬術選手権連覇。16年の全日本ヤングライダー馬場馬術選手権で史上初の4連覇を達成した。17年より日本馬術連盟アンバサダーライダー。

2020年も残り数日。今年は、みなさんにとってもお家で過ごす時間が増えた一年だったと思います。ドイツでは、春ごろから新型コロナウイルスの感染拡大が始まり、夏には少し収まったものの、ここにきてまた感染が広がっています。

大会が続々とキャンセルになっていたロックダウン中は、自分のモチベーションが下がらないように、何年も先の目標のことを考えながら過ごしていました。自身の乗り方のフォーム改善

に取り組んだり、愛馬のトレーニングやケアもこれまでのやり方に加えてさまざまな角度から試行錯誤。馬の整体師さんに教えていただいて、馬の簡単な筋膜リリースもできるようになりました。乗り方のフォーム改善に伴う自宅での筋トレにも力を入れ、趣味の料理ではレパートリーを増やして、シュークリーム作りにも挑戦したり…。手間がかかるのでもう作らないかもしれませんが(苦笑)。

自分なりに気持ちをポジティブに保ちながら、さまざまなことに挑戦して、充実した一年になりました。来年も楽しく頑張ります！みなさんも良いお年をお迎えください。



愛馬ブリタニアとの2ショット。来年もよろしくね！(本人提供)