THE WATER POOL MAGAZINE

swim 水夢

June 2010
Vol.32
http://www.yamaha-motor.jp/pool/

プールを変える 床を換える
体感できる「リニューアル」。

swim 水夢
THE WATER POOL MAGAZINE［季刊誌・水夢］Vol.32
2010年7月1日発行
発行 ヤマハ発動機株式会社プール事業推進部

プール百景
思いを映し磨く

プール底板の仕上げ作業

水を注水する直前の仕上げ
プールの本体を磨く作業。
これからたくさんの人たちに
素足で、素肌で使われる憩いの場。
人の手で、丹念に、入念に磨く。
移り込む自分の姿に
利用する人たちを重ねるように。

営業所のご案内 プールのことならお気軽に

ヤマハ発動機株式会社 事業推進統括部 プール事業推進部 TEL 053-594-6512 〒431-0302 静岡県湖西市新居町新居3078

東京営業所
販売課 TEL.03-3454-2434
〒108-0023 東京都港区芝浦3-5-39 田町イーストウィングビル3F
東北販売課 TEL.022-301-7102
〒981-0933 宮城県仙台市青葉区柏木1-2-45 フォレスト仙台ビル5F
中部販売課 TEL.052-678-6530
〒456-0002 愛知県名古屋市熱田区金山町1-7-8 住友生命金山ビル2F

西日本営業所
販売課 TEL.06-6268-0520
〒541-0052 大阪府大阪市中央区安土町3-4-16 船場オーセンビル4F
九州販売課 TEL.092-472-7815
〒812-0007 福岡県福岡市博多区東比恵3-13-10 スピリッツ福岡D

http://www.yamaha-motor.jp/pool/
YAMAHA

PRINTED WITH SOY INK
210063

思いをつなぎ、歴史を紡ぐ

今から約40年前の昭和46年、同じ町内の3校を統合して開校した日野中学校。開校2年後に設置されたコンクリート製プールは、国内でもめずらしい50メートルの公認プールでした。

近畿地区や全国の水泳大会へ向けた中学生スイマーの強化合宿にも使われるなど、日野中学校のプールはそれからの40年近く多くの子どもたちの泳ぎを見守ってきたのです。

校舎の老朽化に伴うプール改修計画では、25メートルサイズへの変更も検討されましたが、躯体の耐震性に問題がなかったことから、50メートルのままでの改修が決定しました。

ひび割れ箇所でのケガの心配や、漏水、清潔さなどの課題を解消した新しいプールは、今後は地域開放など、町民のみなさんの利用も検討しているそうです。

地域の水泳の歴史を紡いできたプールに、新たな性能を。そしてまた、日野中学校の50メートルプールの次の歴史がはじまったのです。

改修前の50m公認プール

滋賀県　日野中学校プール
■プールサイズ:50m×16.95m　水深:1.2-1.4-1.2m
水面積:850㎡　材質:FRP

CONTENTS

2 特集：体感できる「リニューアル」。プールを変える 床を換える
11 YAMAHA INFORMATION
13 水中運動核心論 Presented by 宮下充正
14 改修プール実例紹介

特集

体感できる「リニューアル」。

プールを変える 床を換える

水泳だけの時代から、水中運動やリラクゼーション、そして医療。
それぞれの世代やライフスタイルにあわせ、多様化が進むプール利用の目的。
一方で、学校プールをはじめ、老朽化の進む国内のプールは
その多くが改修時期を迎えている。
プールを新しく、美しく。
しかしそれらは改修前のプールと比較した上での話しだ。
「プールの魅力の本質とは何か」
今、時代が求めるプールは、
最適素材ともいえるFRPの機能に着目して語られることで、
はじめてその本質が見えてくる。
さらに、そこには経済性や快適性といったプラス要因も潜んでいるのだ。
新開発のFRPフロアパネル「アクウォーク」は、
体感できるプール・リニューアルのかたち。
それは、プールの総合企業ヤマハが示す道標でもある。

新開発／アクウォーク

CLOSE UP

改修期を迎えた国内プール事情と経済的・効率的な改修工法

国内の学校プールは耐用年数の限界時期に突入している

東京オリンピック以降、全国の学校に普及したプールは、島国日本にとって水泳技術を習得し、安全な生活を送るため、そして競技水泳のための練習用としての意義が重視された。これに合わせて増加したスポーツクラブ、スイミングクラブの対象は子どもから成人までの人たちが利用者となっていった。

学校プールの建設ラッシュは1970年の前半で、この頃には実に1年で約1千基を越える需要があった。

我が国の高齢化と少子化が叫ばれるようになった、80年代後半からは、プール利用者に中高年者も増加し、身体に負担の少ない水中運動(アクアエクサイズ)や水中歩行が注目を浴びるようになる。

通常プールの耐用年数は30〜40年といわれており、現在から逆算すると、プールの建設ラッシュだった1975年がちょうどその時期に該当する。当時企画されたプールの建設から30年、利用メニューの変化、そして経年を含む老朽化で、利便性が低く、また利用者が安心して使用できないプールも増えている。

こうした事柄をふまえると、全国のプール所有者にとってプール改修は共通のテーマであるといえるかもしれない。

古くなった室内温水プールは年中利用されているため塩素剤などによる劣化がみられる。

寒暖の差が激しい屋外プールは本体だけでなくプールまわりの老朽化が早い。

FRP素材とプール

軽くて強い。絶縁性、成形性、保温性に優れたFRPはプールに最適な素材であり、ヤマハのプール事業はその開始から一貫してこのFRP素材を採用している。

ヤマハのFRP製品はプール事業より前、マリン事業における舟艇製品の開発がはじまりであり、プールはその技術の応用として、それまで水に浮かべる製品を、水を入れる製品に転用したと言ったほうがわかりやすいかもしれない。

美しい仕上げ、水密性、耐候性、耐薬品性に加え耐震性が高いこともFRPの特徴である。

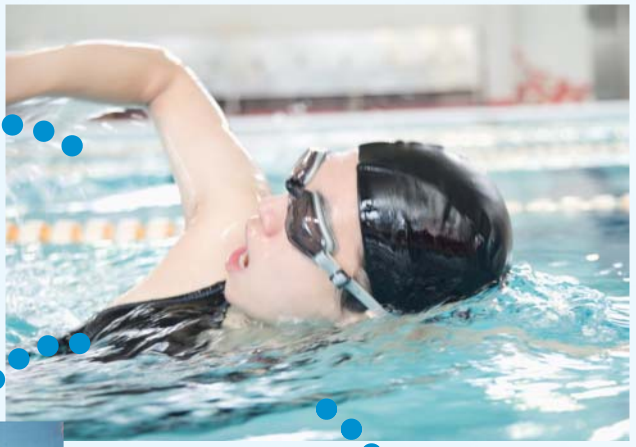
加えて、短期施工や経済性についても効果は大きく、FRPにはこうした点がプール環境の高品質化に大きな役割を果たしている。

- サビや腐食が無く、絶縁性に優れる
- 塩素などの薬品に強い
- 耐候性や紫外線に強い
- 成形性に優れ品質が安定している
- 水圧や耐震性に優れている
- 保温性、水密性が高い

プールの床機能も最新に。より快適なプールに。新機能フロア「アクウォーク」の誕生。

ウォーキング

水中歩行は、泳ぎが苦手な人や、足腰が弱い人にもプール利用の間口を広げた。



スイミング

リハビリ

リハビリや予防医療など病院施設に利用される機会も増えた。

アクアエクササイズ

水の特性を活かし、世代を選ばず効果を発揮するアクアエクササイズ。

常に快適なプール施設を目指し進化する技術

ヤマハのリニューアル技術は、短期施工で低コストの対応を可能とし、学校やスポーツクラブ、競技施設向けなどの用途や設置場所を選ばない。

改修工事において、とりわけ工場で製造されたFRPプールユニット設置による工期の短さは、作業中の人件費や、材料費にも反映されるのだ。

コンクリートや金属プールからのリニューアルも、既存の躯体を活用することで、効果的に新しいFRPプールにすることが可能だ。

プラスセラミックによりさらに機能面に重点を

ヤマハFRPプールの歴史の中で、高級仕様ともいえるのがプラスセラミック技術だ。これは、表面にタイルを纏ったバリエーションで、特にスポーツクラブやリラクゼーション用のプールに採用されてきた。

プラスセラミックの特性は、その外観と劣化しない耐久性が大きな魅力となっていたが、タイルは長年利用による目地やせや、割れ、はがれなどの維持管理面の問題もあり、滑らかな表面は水中歩行やアクアエクササイズなどの利用目的にはもの足りなかった。そこでフロアの機能性向上が新たなニーズとして着目されるようになった。

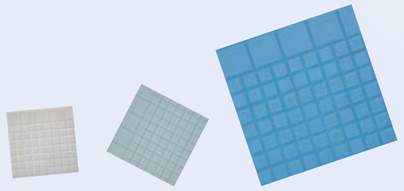
新機能フロア「アクウォーク」の開発へ

こうしたことを背景に、ヤマハは新しい機能をもったプールフロア「アクウォーク」を開発した。

「アクウォーク」は、すでに2009年度末に、関東のスポーツクラブのプール改修にともない納入・設置されている。

正方形のブロックパターンで構成されるこの「アクウォーク」は底面を歩く際に、より安定した歩行ができる床として企画され、水中歩行やアクアエクササイズなど幅広い活用が期待されている。

今号では、新しいプールの設備機能「アクウォーク」についてレポートしてみよう。



開発秘話

プールの新しい一歩に

製造部 技術グループインタビュー

ヤマハFRPアクウォーク

1 多様化するプールにマッチする技術と思想

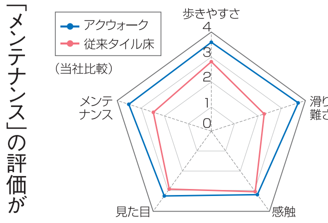
ヤマハプール事業推進部は、事業開始以来30年にわたってプール施設の向上に努めてきました。「安全と環境の両立」を基本理念に、プール本体から、その周辺商品であるシャワーユニットやコースロープ収納ボックスなどを開発し、プール環境をトータルに提案しています。それらはヤマハ発動機が世界に誇る技術であり、ベースには、オートバイや、ボートでの経験を含めたFRPの特性を活かしたものづくり思想があるのです。また技術革新と同時に、昨今プールに求められる「安全性」、「快適性」、「耐震性」への配慮にも力を注ぎながら、多様化するニーズにマッチした愛されるプール環境を表現したいと考えています。

2 滑りにくく、歩きやすいプールを目指す

空前の健康ブームの到来により、アクアビクスや水中歩行のように「泳ぐ→歩く」という運動スタイルが取り入れられるようになると、プールの使われ方にも大きな変化が起こりました。そこで2008年4月頃から開発がはじまり、誕生したのが「アクウォーク」です。水中で快適に歩くことができるよう〝滑りにくく歩きやすいプール〟を目指し、床面にレザーパターン模様をほどこし、適度に摩擦抵抗をつけることで滑りにくくし、①踏ん張りが効く歩きやすい床面②肌に触れるレザーの風合いへのこだわり③見た目の美しさを重視し、凹凸の陰影を活かした高いデザイン性を実現しました。FRP素材ならではの優れた「成形性」が充分に活かされています。

3 品質のすべてをトップメーカーの視点で

「従来タイル床」と「FRP床」を比較したテストやアンケートによれば、滑り難さ、感触、見た目、メンテナンス、歩きやすさの5項目すべてで、タイル床を上回る数値結果が得られました。なかでも「滑り難さ」と「歩きやすさ」と「メンテナンス」の評価が高くなっています。また凹凸により、足指がひらくことで運動効率が向上するなど、さまざまなプラス要因も期待されています。



これらの研究・開発された商品を、社会に出す際に一番大切なことは安定した品質で、目的とする機能を発揮することです。そのため当社のFRP生産工場では、品質保証グループによる徹底した管理が行われているのです。

新歩行床のコンセプト

- **滑りにくい**
  摩擦抵抗があり足裏と床がフィットする
- **歩きやすい**
  踏ん張りが効く
- **自然な感覚**
  裸足でも違和感なく運動や歩行ができる
- **美しいデザイン**
  入水前にプールを見た時に美しく安心できる

試行錯誤しながらデザインが検討された。

製造部 技術グループ 洲崎隆幸

私も仕事の帰り、週に1、2回近くのプールを利用しています。そのプールはタイル製プールで、年配の人はほとんどが水中歩行をしています。私も歩いたのですが、かなり滑るし滑ると歩き方も摺り足になります。足を持ち上げた歩き方をできないわけですから、効果的な運動ができていないんだと思います。「歩きやすいプール」というこれまで無かった発想は実にヤマハらしい商品ですし、このフロアのようにこれからも常に一歩先のプール商品を提供し、よい意味でユーザーを裏切りたいと思いますね。

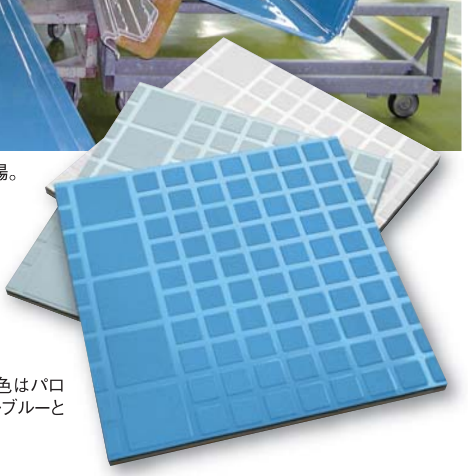
品質保証グループ
(左から、中島、新村、一番右が辻村)

ヤマハ FRP 工場

安定したプールの品質を提供します。

フロアの型をチェックする品質保証グループのスタッフ。この型の精度がそのままユニットの品質に反映される。安定した品質のユニット製造により、現場の組立ロスも無くなるのだ。

ヤマハ発動機プール事業推進部のFRP工場。ユニットの大半はこの工場で造られている。



「アクウォーク」のサンプル。標準色はパロスブルー、オプションでベリーペールブルーとスノーホワイトが選択できる。

プール製造工程

ヤマハのFRPプールは、ボートと同じハンドレイアップ成形法で、1つ1つのユニットを丁寧に仕上げています。

1 ゲルコート吹付

プールユニットの型となる「メ型」に表面塗装材となるゲルコートを塗布。

2 ガラス積層・芯剤接着

ガラス繊維とポリエステル樹脂を積層。ガラス繊維で硬質発泡体を挟み込み、作業を繰り返す。

3 補強材取付け

側壁にかかる水圧に耐えられるよう、補強材を一定間隔で配置。

4 離　型

ポリエステル樹脂が規定上硬化したら「FRPメ型」からプールを離型。

5 完成検査

品質基準値をクリアしているか、外観や寸法などの細かな確認検査を実施。

改修事例 01

新型フロア導入事例 協栄スイミングクラブ町田

泳ぐ、歩く、アクウォークの効果を実感

ヤマハFRPアクウォークを全国初導入

東京都町田市の協栄スイミングクラブは、オープン以来ヤマハFRPプールを約30年使用してきた。本体の経年変化や塩素による色素付着などに加え、プールサイドの劣化や美観の低下が見えはじめていた。また、ウォーキングやアクアエクササイズなど新たなプールメニューも増えたことから、プールフロア面の利便性や安全性への配慮も検討されていた。

リニューアル工事は、1年をとおして一番休業期間の長い年末年始を中心に、12月8日から翌年1月10日までの約1ヶ月間で行われた。

プール施設は建物1階にあり、駐車場に隣接した立地を活かすことができ、短期間の施工が可能であった。

プールユニットの搬入は、解体工事準備から10日後の12月18日。そこから約5日間で本体の組み立てが完了し、年内の28日には新しい本体が完成した。

プールフロア面は、全国で初めて導入された「アクウォーク」が採用された。これにより、足元の安定感が増して利用者へのサービスが向上し、高い安全性も確保されたことで、時代にマッチしたプールへと進化した。

また、本体改修に伴い、プールサイドは排水性が高く保温性もある柔らかなラバー素材にしたことで、プール本体とあわせて、より利用者が使いやすいプール施設へと生まれ変わることができた。

工事工程とカレンダー

2009年

12/8 解体工事準備開始

12/10 解体工事開始

12/14 底面砂搬入・整地

12/18 プールユニット搬入

12/28 プール仕上げ完了

2010年

1/9 検査・引き渡し

1/11 営業開始

32日間で工事完了

interview インタビュー

アクウォークは、泳ぎにも、歩きにも効果を発揮

フィットネスとスイミングの両方に使いやすいプールに

協栄スイミングクラブ町田　クラブ長　手塚　誠さん

当クラブの会員は、約2千2百名。その中で比較的子どもの会員が多いのが特徴です。プールのメニューは、小中高生の競泳練習と、成人クラス、ウォーキング、アクアビクス、そしてベビークラスがあります。

リニューアル後は、ウォーキングやアクアエクササイズでフロアの効果を実感しています。つえを持って生活している会員の方が新しいプールではペースアップしてウォーキングできるなどの効果が表れています。

プール利用の会員の中には、泳ぐことが苦手という人もいます。そうした方にとって、このフロアの機能は大きな安心につながると思います。またそれは子どもたちにもいえることですね。

利用者についてだけではなく、コーチの指導もしやすくなりました。入水しながらの指導の場合、特に女性のコーチには比較的小柄な人もいます。そのぶん個人差として水深が深くなるわけですが、このフロアであれば、足元がしっかり安定して、スムーズなサポートができるので指導もしやすいんですね。

パターンの高さもちょうどいいと思います。長く歩いても痛くなったりはしないし、疲れもありませんね。

このプールになって、思うのは「スイミングとフィットネスの両方に使いやすいプールになった」ということですね。

会員は、設備の充実に敏感に反応します。クオリティの高いサービスを提供することで、会員数の拡大にもつながります。

これは間違い無く近隣で競合する他クラブに対して武器になると感じています。正直、他施設へはできるだけゆっくり普及してほしいですね(笑)

スタッフ　豊澤澄絵さん

例えば、泳ぎの途中でいったん足を着き、再びスタートしようとする時など、新しいプールの良さがわかります。ウォーキングだけでなく、泳ぐためのプール利用でもフロアの利点を感じることができるのです。

また、オーバーフローがしっかり機能しているので、水量が増えた感じがあります。ただ、なかにはそれを恐く感じる会員様もいると思うのですが、足元が滑らないから安心感がありますね。

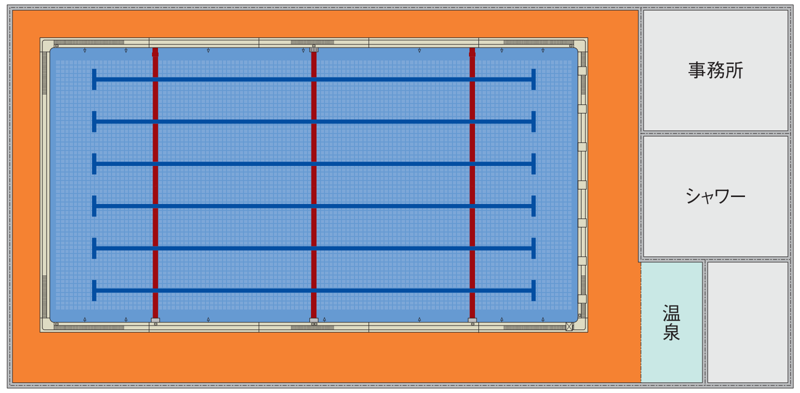
清潔で明るくなったこともあり、とにかく好評をいただいています。

会員　野崎雄大さん（高校2年）

きれいになったことで、今までのプールよりも気持ちよく泳ぐことができます。

普段は、大会が開催される辰巳水泳場でのレースをイメージして練習しています。プールといえば「辰巳」という印象があるのですが、今回、新しいプールになって以前にも増して辰巳水泳場に近いイメージを抱きながら練習できるようになり、泳ぎやすさを実感しています。

ただ、横の壁面などは、長い間以前の感触に慣れていたこともあって、馴染むのに少し時間が必要ですが、きれいになり滑らかな感触でとても良い印象を持っています。



協栄スイミングクラブ町田　プール概要

- □サイズ:25m×12m 6コース
- □水深:1.1m
- □材質:FRP(フルリニューアル工法)

協栄スイミングクラブ町田

東京都町田市忠生2-3-1　TEL.042-793-1251

改修事例 02

新型フロア導入事例

ルネサンス八日市場

老朽したFRPプールの底板だけを交換

より機能的なプールのために底板を入れ替え

千葉県匝瑳（そうさ）市のスイミングクラブルネサンス八日市場は、近年FRP製プールの老朽化から2009年末の休業を含めた工期で床面の全面改修を実施した。

改修に際しては、プール施設の機能向上も大きな柱のひとつであった。その対策として、ウォーキングやアクアエクササイズなど、昨今の健康増進意欲の高まりに応える手段として、「アクウォーク」が採用された。これにより、フロア面の安全性や快適性が確保され、滑りにくく歩きやすいプールへと変身を遂げることになる。

改修工事は、12月24日に新しい底板が到着し水抜きが行われた。翌25日から、フロアの剥離作業が始まり、底面の砂敷きと整地を終え翌週29日には新床の入替えを完了した。床面だけとしても、正味4日でのフロア改修は、短期間の工事であり、年末年始休業を利用しての注水、引き渡しは、経費面また施設経営面からも極めて効率のよい工事となった。

工事工程とカレンダー

11日間で工事完了

2009年

12/24 解体工事準備開始

12/25 解体工事開始

12/26 底面砂搬入・整地

12/27 プールユニット搬入

12/29 プール仕上げ完了

2010年

1/4 検査・引き渡し

1/5 営業開始

おわりに

素足から伝わる技術 そして見えてくるプールの一面

―新しいFRPプールの新たな可能性が見えてきた―

今から30年前というと西暦1980年、昭和55年である。建築物の寿命や、素材の耐久性、設計思想、施設企画といったものも当然、その時代に考えられたものだ。それが良いものかどうかではなく、重要なことはそれから30年という歳月で変化し、成長し、生まれたモノがあるということだろう。

ヤマハ発動機プール事業にとっての30年。幼児用プールから始まり、学校用プール、室内温水プール、公認プール、ウォーターパークを経て、今世紀では世界水泳福岡での国際公認特設プールを皮切りに、予防医療やリハビリ医療用、健康増進施設などのニーズに応えるための研究・開発が繰り返されてきた。

新開発床「アクウォーク」の誕生は、プールのリーディングカンパニーとして社会とプールの関係を見つめ続けてきたヤマハからの提案といえるかもしれない。

これからさらに多くの人に愛されるプールを目指す。これからもっとプールが必要な社会になる。そのためにもっとだれもが気軽に楽しく入ることができるプールを創造していく。

「素足で入った方が足の指まで使って歩ける」。今回、納入されたばかりの協栄スイミングクラブ町田で、ほとんどの会員がそれまで使っていたアクアシューズを履かずに入水するようになったと伺った。

新しいアイデアが、今まで気づかなかった新しい効果を生む。

プールには、そして人にはまだまだいろいろな可能性がある。見た目にも、あるいはアイデアとしても一見素朴に思えるそのアイデアが、これからのプールにどのような影響を与えるか。

泳げない人にもその効果はプールに入るだけで実感できるのだ。この後の30年後にあたる2040年。プールはどのように社会と共生しているのか。進化はとまらない。

関西で運営するプール施設 デカパトスとアマラーゴ 今年は7月3日同時オープン

関西でのパブリックビジネスの拠点となる2つの施設では、利用促進や集客、地域への認知拡大に向けて、今年も積極的な取り組みを行っています。

■デカパトス in Rokko Island

施設開業から6年目となる兵庫県神戸市東灘区の「デカパトス」は、7月3日(土)と4日(日)にプレオープンを迎え、翌週の7月10日(土)から約2ヶ月間にわたって営業いたします。8月からは、子ども向けのイベントも企画するなど、多くのファミリーを迎える準備を整えています。

デカパトス in Rokkoisland

すでに神戸のアクアリゾートとして認知されているだけに、訪れた人が楽しく快適に、そして安心して過ごせるようなプール施設運営を心がけていきます。

■尼崎スポーツの森「アマラーゴ」

西日本最大級の複合スポーツ施設〝尼崎スポーツの森〟のウォーターパーク「アマラーゴ」。今年は、7月3日(土)から9月5日(日)までのおよそ2ヶ月間にわたりオープンします。

尼崎スポーツの森「アマラーゴ」

お得な前売券をコンビニのマルチ端末で販売したり、無料シャトルバスを運行するなど、新しい取り組みを開始して集客の向上を目指し、これまで以上に身近なプール施設として運営を行います。

尼崎スポーツの森 開館4年で利用者数150万人に 1年早く目標を達成

兵庫県尼崎市の総合スポーツ施設〝尼崎スポーツの森〟は、開館丸4年を迎えた今年2010年6月3日、利用者数150万人を達成しました。これは、当初の計画よりも1年早い達成であり、近年のスポーツブームの盛り上がりを裏付ける結果となりました。

また、施設の充実ぶりも見逃すことができず、ニーズにあった競技施設の配備やきめ細かなサービスなど、複合的な要素によって成し遂げられた成果です。

入場150万人目となった堀川さん親子。写真向かって左端は、阪神南県民局長の中西一人様。右端は、あまがさき健康の森(株)代表取締役藤田謹也氏。

150万人目の利用者となった堀川さんには、記念品とともに150万人目の認定証が贈られました。9歳になる堀川心(こころ)ちゃんは、開館からこの日までずっとスイミング会員として施設を利用しているとのことです。

50Mプールエリアで Fリーグ公式戦 尼崎スポーツの森で国内初

昨年9月13日、尼崎スポーツの森の室内温水プール「はばタンアリーナ50」の可動床システムを利用し、国内フットサル公式戦・Fリーグ、デウソン神戸対ペスカドーラ町田戦が行われました。

「はばタンアリーナ50」は、春夏期をプール、秋冬期には可動床システムを利用したアイススケートリンクとして運用しています。

2007年からスタートしたFリーグは10チームで開催され、観客動員を含めた会場が課題となっています。プールからアイススケートリンクに転換する時期を利用し、スポーツ用床材を敷き詰めて行なわれた公式戦には1200人の観客が集まり熱戦に声援を送りました。

プールの水深調整ができる可動床システムは、一般公開と大会利用や、大人用から子ども用への水深変更などが可能なことに加え、尼崎スポーツの森のように、運動用スペースとしての活用も増加しています。

浜松市北部水泳場は 6月26日オープン

■浜松市北部水泳場

デカパトスと尼崎スポーツの森とともに弊社が管理運営を行う、静岡県浜松市の「浜松市北部水泳場」の屋外ウォーターパークは、7月3日(土)から8月31日(火)までの期間と、特別オープンとして、6月26日(土)・27日(日)と9月4日(土)・5日(日)の4日間も営業します。

浜松市郊外のレジャープールとして親しまれる同施設は、通年営業の室内25メートル温水プールと全長120メートルの流水プール、水深70センチの児童プール、水深40センチのちびっこプールで構成される屋外プールエリアが設けられています。さらに、雨の時でもエントリーと着水が室内で利用できる全長80メートルのウォータースライダーも人気です。

年間を通じて豊富なプールプログラムが人気の同施設で、この夏たくさんの歓声が響くことでしょう。

ジャパンオープン短・長水路とジャパンシンクロに協賛

国内最高峰の競泳大会であるジャパンオープンと、ジャパンスイム、シンクロジャパンオープンが2月、4月、5月に東京辰巳国際水泳場を会場に開催され、弊社も大会スポンサーとして協賛をしました。

2月27日・28日のジャパンオープン(短水路)は2つの日本記録と7つの中学新記録が誕生するハイレベルな大会となりました。

また4月13日から18日までの6日間開催されたジャパンスイム長水路でも、夏のパンパシフィック水泳選手権やアジア大会の代表をめざして選手たちの白熱した戦いが繰り広げられました。

シンクロナイズドスイミングのジャパンオープンは5月2日から5日に開催され、「マーメイドジャパン」への登竜門として、さらにロンドン五輪への第一歩として、国内各クラブと海外13ヶ国が熱く華麗な演技を繰り広げました。

弊社はこれからも世界へ羽ばたく競泳・シンクロ選手の育成のため、バックアップを行って参ります。

ヤマハプール情報
YAMAHA INFORMATION

Aqua Exercise Essay

水中運動核心論

presented by 宮下充正

Teaching 16

親子の裸でのつき合い――〝水遊び〟

最近、〝子どもを虐待し、死なせてしまった〟という報道が次から次へと報じられます。そして、その背景として、貧困とか、離婚、再婚といった親の境遇が指摘されるのです。

哺乳動物は、生まれた子どもが独りで生きていけるまで、当然のように育てます。子どもへ虐待を繰り返すような人は、親が子どもを育てるという動物として生まれつき備わっている子どもへの愛情を築き上げる歯車が、どこかで狂ってしまったとしか言いようがありません。

飼育されたトキが自然界へ放たれ産卵し、雄雌が交互に卵を温めているという状況が報道されていました。しかし、ツツドリ、カッコウ、ジュウイチ、ホトトギスのように、托卵という他の鳥の巣へ卵を生み、子育てを異なった鳥にゆだねるのもいます。進化の過程で、子育てをしない鳥へと進んでしまったのでしょう。この場合は、遺伝的に代々継続されていきます。他方、ときどき耳にする〝捨て子〟は、人にみられる一代限りの現象でしょう。代々〝捨て子〟するといった家系は、聞いたことがありません。

＊

親になれば子どもを育てることは遺伝的に身についていることなのです。ところで、子育てといっても子どもの行動にはほとんど干渉しない放任から、子どものすべてにわたって手助けをする過保護まで、親の態度は実にさまざまです。

放任主義の親であっても、祖父母、兄弟姉妹が同居していれば身近な人たちによって、子どもは社会生活の中で守るべきさまざまな規律を身につけることができました。しかし、現在のような核家族、一人っ子では、そのようなことは期待できません。保育所や幼稚園などの集団生活の中で、身につけていくことになります。

他方で、兄弟姉妹の数が少なければ少ないほど、親は子どもの成長に大いに関心を寄せ、世話をやいて子どもに過度な期待をするようになります。そうなると、他人とのつき合いがうまくできない、社会性に乏しい子どもとなる可能性が高くなるのです。そして、あらゆることで親頼みになり、自立心の弱い子どもになるでしょう。

＊

以上説明してきたように、子どもは親からの遺伝の影響を受けるばかりではなく、親の態度など環境によって強く影響されるのです。親の態度は、経済状態、共働きといった社会生活の変容により影響を受けることは間違いありません。その影響が端的にみられるのが、親と子とが接する時間が短くなること、そして対話が少なくなることです。

社会生活の変容は、個人の力ではどうにもなりません。そして、子どもの育ち盛りは待ってはくれません。ですから、個人ができる範囲で、親は子どもと接する時間を増やし、対話を交わすように努力すべきなのです。

＊

具体的にはどのような努力をすべきなのでしょうか。10年近く前、学生たちと〝里山あるき〟に参加した親子の行動を観察したことがあります。数時間にわたって親子で一緒に歩く間にどんな対話がなされたのか、そして、歩き終わってどんな思いが残ったのか、10組ほどの親子について記録していったのです。

森、林、畑の中の道を歩きながら、草木や農作物、あるいは、昆虫などの名前や特徴を親が子どもに教えていました。いろいろなことを知っている親に、子どもは改めて感心していたのです。反対に、子どもが長い距離を歩き通せたことで、子どものねばり強さを見直していました。これらのことは、子どもの親への信頼を強化したことになるでしょうし、親は子どものからだづくりが間違っていなかったことを確信できるでしょう。〝里山あるき〟は、上記のようにすばらしい試みです。しかし、参加するには、時間と経済的な余裕が必要となります。また、近くで頻繁には行うことができません。

＊

ですから、親が子どもと一緒に運動する機会が、1週間に最低1回は身近なところで準備されるべきではないでしょうか。「親子の水遊び」は、夏を除けば、近くの温水プールで親が子どもと一緒になってからだを動かす機会が生れます。

「親子の水遊び」に参加することによって、親の運動不足が少なからず解消されるでしょうし、裸の子どものからだを見て、その成長ぶりを確認することが期待できます。さらに、これまで述べてきたように、子どもに接する時間が増え、共通する話題についての話がはずみ、子どもへの愛情が深まり子どもからの信頼が高まるでしょう。

とにかく、子育てが極端な放任、または過保護にならないようにすべきだと、私は言いたいのです。あいまいな言い方ですが、子育ては〝しゃちこばった〟ものではありません。親のこころは、その日の仕事の出来しだいによって、いつも同じではないのです。機嫌がよかったり、悪かったり日々変わりますから、親の子どもへの接し方も変わるでしょう。

そのような中で、親子が裸になってからだを動かす「親子の水遊び」を実施することで、子どもに対する親のこころのぶれが、放任から過保護までの間の適当なところへ戻るのではないでしょうか。週に1回でもそのような機会があれば、偏りのない子育てができると思うのです。

PROFILE

宮下充正（みやした みつまさ）

（財）日本水泳連盟参与

東京大学名誉教授

【最近の主な著書】

「子どものスポーツと才能教育」'02（大修館書店）

「子どもに体力をとりもどそう」'07（杏林書院）

「子どものときの運動が一生の身体をつくる」'10（明和出版）

改修プール実例紹介

BEFORE	AFTER

神戸大学附属特別支援学校（兵庫県）

既存プール
サイズ:25m×7m
材質:RC+アルミパネルカバー工法

2010年改修プール
サイズ:24.95m×6.96m　水深:0.9-1.1-0.9m
材質:FRP　FR工法

江戸川区立篠崎第二小学校（東京都）

既存プール
サイズ:25m×10m
材質:RC

2010年改修プール
サイズ:25m×9.95m　水深:1.0-1.1-0.9m
材質:FRP　FR工法

板橋区立若木小学校（東京都）

既存プール
サイズ:25m×10m
材質:ST（鋼板）

2008年改修プール
サイズ:24.95m×9.95m　水深:0.9-1.1-0.9m
材質:FRP　FR工法