

何の名称だろう？スポーツジムのコースか？旅行のコースか？
それとも・・・。

これは、長野県の奥志賀高原スキー場にあるスキースクールに設けられた
或るコースの名称。年齢 50 歳以上、腕前は滑走技術レベル中級 A※1 以上を
対象とする、と案内には謳ってある。ところが、今年 2 月、私が参加した際には
全参加者 7 名中、最高齢 87 歳、次に 81、そして 79 歳、と想像以上の高齢で
驚かされた。私は 71、他は 70 歳前後か。とすると、7 名の平均年齢は 73～4
であるのは間違いない。中でも 87 の翁には度肝を抜かれた。日本の健康寿
命の平均は男性 72.57、女性 75.45※2 である。

高度 2000m(麓で 1500m)にあるスキー場では天候が変わりやすい。吹雪
とガスで視界不良になるのは常で、にも拘わらず何食わぬ顔でゲレンデに出
る。一寸先が見えないのに怖くはないのか、他人事ながら心配になる。

リスクの捉え方は個人の身体事情によって違いがあるかもしれない。最高
齢の翁が滑走するのを拝見すると、苦も無く急斜面を滑り降りて来る。スーパ
ー爺さん(失礼！)だ。ご本人に聞いたら、「奥志賀から帰ったら、子・孫 3 世代
で野沢温泉スキー場に行って、3 月からはゴルフです。暖かくなったら四国へ
お遍路さんです」、と言う。いやはや、身体のみでなく、考え方そのものが年齢
を全く無視している。

聞けば、奥様は亡くしておられるが、日常生活には何も支障が無いらしい。
子供からは、「スキーは一人で行くな。スクールに入れ」と言われているとも。確
かに、ゲレンデには多数のスピード違反のスノーボーダー。衝突すれば大けが
か、命の保証はない。

意志を持ち、自分で考え、体が自由に動くということは本当に素晴らしい。
見習うとすれば、何歳になっても好奇心を持ち続け、挑戦に次ぐ、挑戦というこ
とか。身体が動く限りは、来シーズンもスキーに来ようと心の中で独り言ちた。
88 歳になられたあの翁と再会できれば、又新たな刺激を頂く。

※1 杉山スキー & スノースポーツスクールによる技術レベル(中斜面で基本的
なショートターン、ロングターンができる)

※2 健康寿命(日常生活に制限が無い期間の平均)の令和 4 年値について
(厚生労働省)