

安全なブロックとタックル学ぶ 新入生部員ら70人余りが参加

北海道学生アメリカンフットボール連盟主催のフレッシュマン・クリニックが7月3日、札幌大で開かれ、道内8大学の新入部員やスタッフら70人ほどが参加した。米国で開発された最新のけがを防ぐブロックやタックルを学ぶ「ヘッドアップ・クリニック」も同時開催され、参加者たちは実技を交えながら熱心に学んだ。

前半はヘッドアップ・クリニック。日本アメリカンフットボール協会指導者育成委員会の飾磨（しかま）宗和氏（立命館大卒、元Xリーグ・パナソニック）が、頭を保護するためのショルダー・タックリングとヘッドアップ・ブロッキングを、映像を使いながら説明した。「頭を下げたブロックは、首の骨のしなりがなくなり大けがをする。必ずヘッドアップを」「脳へのダメージを減らすために頭部のコンタクトの頻度を減らして」と頭部保護の重要性をアピールした。



会場をグラウンドに移した実技では、「ブレイク・ダウン・ポジション」という基本姿勢から、ショルダー・タックリングまでの一連の動きを、ダミーを使いながら紹介。「両足は肩幅に開いて、腰を軽く落として両腕を構える」「ボールキャリアへのアプローチは、相手に近い

方の足を前に出す」「自分に近い方の相手の尻を見て追いかける」などのコツを伝授した。最初、戸惑いもあった新入生たちだが、練習を重ねるにつれて効果的なタックル技術を実感していた。

後半はアメフトの基本的な練習方法を学ぶクリニック。選手たちはポジション別に分かれて、北海学園大の高木幸樹ヘッドコーチ（元Xリーグ・IBM）らから指導を受けた。



ヘッドアップ・クリニックで飾磨氏からけがを防ぐタックル技術を学ぶ参加者たち