

ロウイング。水面を自分の力で滑るように走る爽快感は、ボートならではのものです。ぜひボートを体験してください。

### 1 タフでなければ？

#### Toughness ?

レースに「勝つ」には、厳しい練習に耐えるタフな精神と肉体が必要です。それなくしては本当に勝つことはないでしょう。しかし重要なことは、「それがなければロウイングができないとか、レースチャレンジしてはいけない」ということではありません。「勝てない(かもしれない)」ということと、「チャレンジしてはいけない」ということは決定的に違います。ロウイングは、誰でも楽しむことができます。楽しむだけでもかまいません。また「弱いからこそ強くなりたい」と、レースにチャレンジしても一向にかまわれないわけです。

必要なことは、「誰が漕げるか／漕げないか」ではなく、「誰もが、それぞれ、どの様にしたら漕げるか、どのように楽しむか」です。ロウイングの自由度を、自分から窮屈(きゆうくつ)なものにしてはいけません。ロウイングは常にその原点、水の上に漕ぎ出す本能的なスリルと楽しみ、心の落ち着きを、失ってはいけません。



誰もがロウイングに浸る自由がある。

### 2 泳げることは必要か？

#### Can you swim ?

沈む際の安全確保のために、もちろん泳げることが好ましいし、泳力を確保することが求められます。しかし、もしかしたら、「泳ぎが苦手で、それでも水の上に出てみたくて、それだからこそ、ボートが漕ぎたい」のかもしれませんが、

その、自由な水上への望みをあきらめなければならない理由はどこにもありません。

そのリスクを承知し、自らの責任で安全確保を考える自覚があれば、良い指導者は、きっと泳ぎの苦手な人が、ロウイングのために最低限必要な泳力、つまり、船から投げ出されたときに、沈まないでしばらく浮かんでいられる能力や、艇まで泳いで、つかまる能力の確保を、手伝ってくれるでしょう。



泳ぐことが苦手な人こそロウイングにチャレンジしてほしい。

### 3 障害/ハンディキャップについて

#### Handicap ?

心身に障害がある人でも、もちろんロウイングのチャンスはあるべきです。現実には、少なくとも日本のロウイングではまだ、ハンディキャップを持つ人たちにとって受け入れ準備が整っている

水域は限られています。

しかし、目立たないけれど、そのことに理解を示すクラブや指導者もあり、ロウイングにおけるバリアフリーについて努力している人たちがいます。すべての人がロウイングの場に気持ち良く参加できるように、ロウイング世界を作っていかなければなりません。

あなた自身、あるいはあなたの身近に、もしボートをやりたいのだけれどハンディキャップが心の壁になっている人がいれば、まず勇気を持って、ご相談ください。現在、受け入れ可能性がありキーパーソンが存在し、比較的容易にスタートできそうな水域は以下のところでは。

⇒横浜市・鶴見川、東京都・江戸川区、埼玉県・戸田漕艇場、滋賀県・琵琶湖・瀬田川、(広島市・太田川放水路)



片足でも漕げるよう工夫されたシートで力漕する片足のスカラー



片手の障害に対し、ハーネスを工夫してハンドルとリンクさせ漕ぐ2人。  
www. NLRoei. nl の写真集より、オランダ TweeHead 2004 での風景

### 4 マナーはロウイングの大前提！

#### Manner!

ロウイングはマナーのスポーツです。いくつかの基本的なマナーを記しておきます。(もボートをすることと同時にマナーの自己改善もはかりましょう。)

- 艇庫では、誰にでも「必ず」挨拶(あいさつ)しましょう。「おはようございます」、「こんにちは」、「しつれいします」…
- ☆ 知った人にだけしか挨拶していませんか？
- ☆ 挨拶しないように視線をそらせたり、タイミングを外したりしていませんか？ そうではなくて…
- ☆ 見かけたら、自分からまず近づき、積極的に挨拶してみましょう！ お互いの関係がとても良くなるはずですよ。
- 整理整頓。人が汚したもので、みかけたらきれいにしていく心がけが大切です。更衣室などを離れるときは、いま一度きれいにしていきましょう。
- 他の艇やオールに、むやみに触れてはいけません。また、艇によりかかったりすることは厳禁です！
- オールの上をまたがないようにしましょう。