

放射線腫瘍医のステキな週末

馬の背に揺られる旅

ステキな週末の連載ということで、私からは乗馬についてお伝えしてみようと思います。

乗馬というと、なんとなくハードルが高いというイメージがあるかもしれません。思い浮かぶのは、貴族の嗜み、カウボーイ、流鏑馬あるいは競馬でしょうか。ただ、もともと本好き旅行好きの私にとって、乗馬のイメージは物語で語られるようなキャラバンや、荒野を馬の背に揺られて進む、旅なのでした。

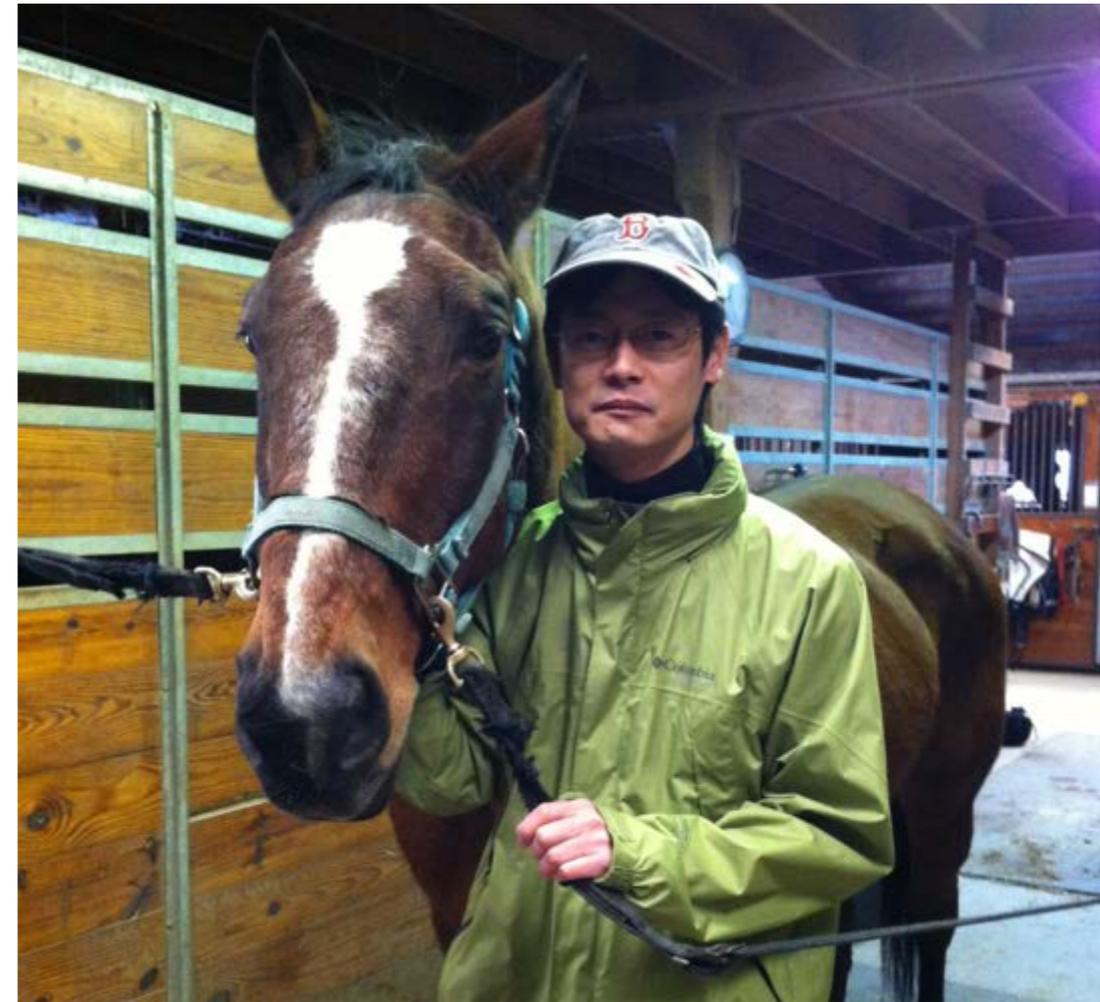
私は乗馬を小さい頃からやっていたということもなく、働き出してから始めました。本の中のなんとなくのイメージによる乗馬への憧れをもとに、夏休みにモンゴルでの乗馬ツアーに参加したのがきっかけでした。ツアーでは草原にあるゲル（遊牧民のテント）を利用したベースキャンプに泊まり、ある日は北へ、ある日は南へと馬に乗って散策するものでした。モンゴルでの乗馬は、遊牧民の調教法なので乗る人の技量が低くてもリーダーとなる馬に従って走ってくれたり、馬が小さいので高さによる恐怖感が少なかったりと、初心者向きではないかと思います。乗馬未経験でもOKというツアーだったのですが、ひ弱な私にはそれなりにハードでした。ただ、それ以上に、広大な草原だったり、星が綺麗だった



始まりとなったモンゴルの風景

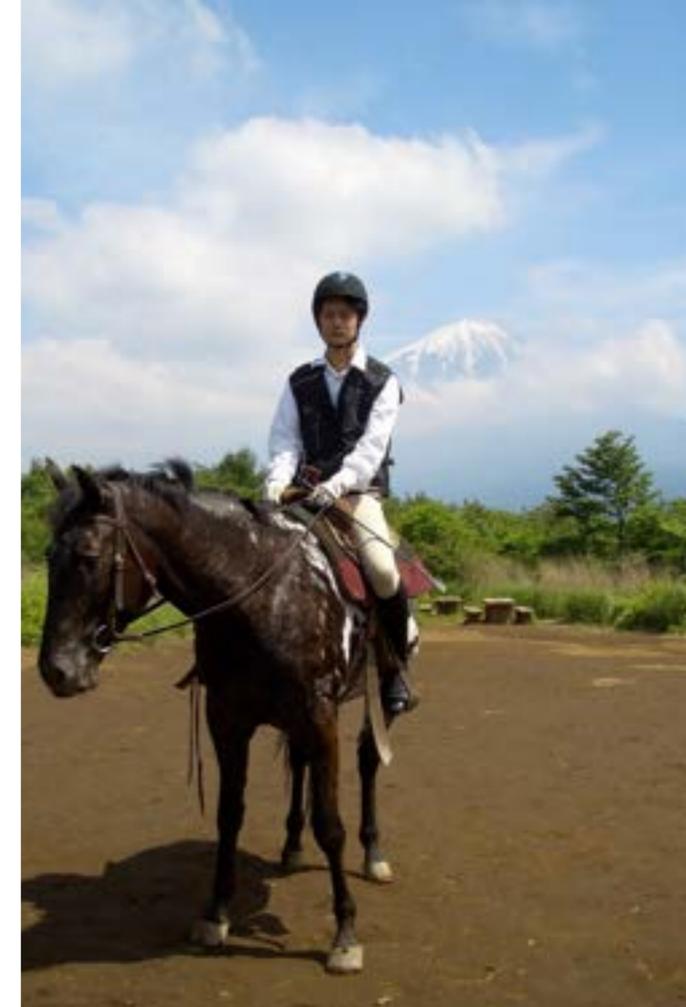
り、羊料理が美味しかったり、モンゴルウオッカの一気が始まって飲酒乗馬になったり、と周辺的な影響もあったかと思いますが、とても楽しい旅になりました。その中で、全くの初心者であった私と違い、経験者の方がカッコよく、そして、揺れる馬の背中で楽そうに乗っているところを見て、うまくなりたい、ちゃんと練習したいと思いました。

とはいえ、一応医師として働いていて、週末も学会に行っていたりすると、定期的に練習するというのは難しいかと思います。乗馬を練習しようとする、乗馬クラブに入会することが多いのだと思いますが、入会金や月会費で割に合うのかなと思っていました。幸いなことに群馬県は県営の馬事公苑があり、会員とならなくても指導してもらえるので、始めてみたいけど続くのか心配という人には良いのではと思います。馬の歩き方、走り方というのがあるのですが、常歩（なみあし；ゆっくり歩く）、速足（はやあし；小走り）、駆足（かけあし；パカラ パカラといういわゆる馬の走っている感じ）とあり、段階的に練習していきます。そもそも最初は馬は歩くように指示を出しても歩いてくれません。馬にも騎手の力量が伝わるのか、指示を聞いてもらえないのです（初心者があんまり敏感な馬に乗ると急に走ったりして危ないので、比較的鈍感な馬に乗せられるというのがありますが）。よく観光牧場などである乗馬体験というのは係の人が手綱を引いてくれるのが多いと思いますが、自分の意思である程度動いてくれるようになると気分がだいぶ違うと思います。細々と、かなり頻度にムラがありましたが、練習を続けました。ボストンでの留学中も乗馬教室に通っていました。日本語でも特殊な乗馬用語が英語なのは指示がわからず困ったのですが、小さな女の子に通訳してもらったりして続けました。



ボストン時代に通った乗馬クラブで。下はハロウィン仕様の馬場

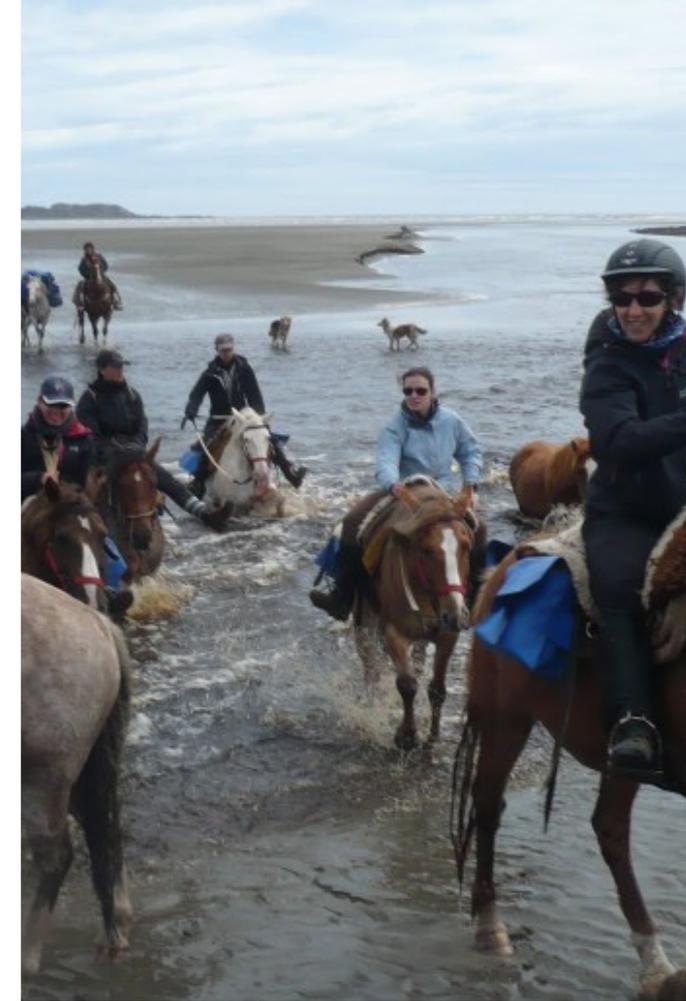




人にとっても馬にとっても、長い距離を楽に進むためには速足がよく、これができると参加できるコースがだいぶ増えると思います。また、駆足ができるとやはり爽快感があり、より楽しめるようになります。いわゆる柵の中での練習や競技に対して、外で乗ることを外乗と言います。元々外乗が目的だったので、いろいろなところに行きました。国内では九十九里の長い海岸、雪の積もった山中、富士山を眺めながら。海外でもジャングルの湿った空気の中、ラップランドの雪原、エジプトの砂漠、アイスランドの火山岩の地、カナディアンロッキーなど。

左上からフィンランド、ボストン近郊、ハワイ、山梨、バリ

中でもパタゴニアの旅は忘れられません。パタゴニアは南米大陸の南側に広がる、風の大地です。人が住む最も南の町ウシュアイアまで飛行機で行き、さらに車で道があるところまで行きます。そこから片道4日かけて世界の果てを馬で目指すというツアーでした。主に海岸沿いを、時には川を渡りながら。難破した船の残骸を見たり、野生化した馬の群と共に駆けたり。崖下のオタリアの群れ、こちらを見つめるグアナコ。過去にカウボーイが拠点としていた今では寂れた小屋を宿として、雨水を集めた水を使い、食事は皆で作りながら。荷物も馬で運ぶので限られるのですが、ワインはたくさんありました。夏と言っても寒い、吹き荒れる風を感じ、荒寥とした風景のなかで、圧倒的な自然を感じるのでした。





コロナで最近は全然乗れていないのもあって、週末というより昔話が少し多くなってしまいました。振り返っているとまた乗りたくなりました。子供がまだ小さいのですが、そのうち一緒に外乗できると良いなと思います。ちょっと興味があるけどハードルが高いなと思っている方、（むしろハードル

をあげる内容になってしまったかもしれませんが）実はそうでもないので気軽にご相談ください。並足での散歩は全く経験なくてもできる場所も多いです。そして一度体験すると、もっと色々なところで駆けてみたい、ときっと思うはずです。（河村英将）