# LKCCニュースレター　第9号　　2008．3.16

## 「アドベンチャー」してますか？

クライミングウォールを初めてご覧になったイメージは、どんなものでしょう？

「アーッ！」「こわそう！」「私にはムリムリ！」という印象を抱いた方も多いのではないでしょうか。「おもしろそう！」「やってみたーい！」と思った方もいれば、「自分には出来そうにない」と思った方、全く無関心の方、いろいろです。

ホールド（カラフルな石のことです）にちょっと触れてみて、「やっぱりムリだわ～」とすぐにあきらめる方、「おもしろーい」とか「うわっ！思ったよりたいへ～ん！」と言いながらしがみついている方…

皆さんはどうでしたか？

やったことのないことに出会ったとき、今までの経験を頼りに、瞬時に頭の中でできそうかどうか判断し、「やる」「やらない」を決めていませんか。知っていること、出来ることに対しては積極的ですが、そうでないものに対しては、どうしても消極的になりがちではないでしょうか。そこで「えい、やっ！」と一歩踏み出してチャレンジしてみる人と、しない人と、その違いは一体どこにあるのでしょう。

食わず嫌いで長年、口にしたことがなったものを思い切って「えいっ！」と食べてみると、想像していた味と違い、とてもおいしくて、「長い間、この味を知らなかったのか～」と残念に思った経験はありませんか。同じように、やったことのないことに「できるかどうかわからない」「出来なさそう」と自分でボーダーラインを引いてしまってチャレンジしないのは、もしかしたら、今まで知らなかった新しい世界を知るチャンスをみすみす逃しているのかもしれません。

クライミングは「遊び」です。大会に出るわけでもありません。うまくできなくてもかまわないじゃありませんか！！大人が、もっと大人になるために「遊び」のこころを大切にしませんか？

毎週金曜日の夜は、ららぽーとの従業員さんたちのための時間です。最近は、緑の制服を着て皆様をご案内するアテンダントの方々も参加しています。もちろんこの時間は違う服を着ていますよ。

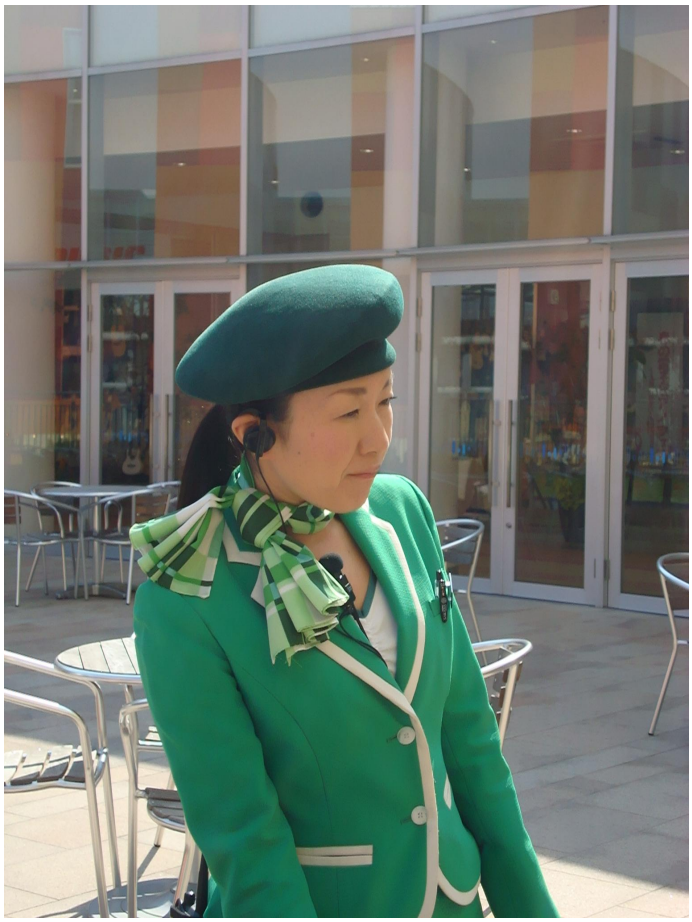
その中のおひとり、【三木いずみさん】から、クライミング体験のメッセージをいただきました。「クライミングってやってみるとこうなんだ～」と少し身近に感じていただけるかもしれません。

残念ながら体験会のときはお仕事中。「登りたいなぁ」という顔をしながら、時折、体験会でみなさんが奮闘する様子をのぞきにきてくれます。たくさんのアテンダントさんの中から「クライミング好きのアテンダントさん」を探して、クライミングの体験を共有してみてください♪

## 初めてのクライミング

「ららぽーと柏の葉がオープンしてからクライミングウォールがいつも気になっていました。日曜日、体験会のお客様が一生懸命登っている時など仕事中でも立ち止まって見てしまうほど。絶対、いつか参加しようと思いながらも日曜日はお休みをとるのが難しくあきらめていました。が、夕方に館内従業員のためのクライミングウォール体験がある事を知りやっとクライミング初体験ができました。

初めてクライミングした日は壁の半分より少し上までしか行けなくて、楽しかったけど悔しい思いも残りました。そして次の日の手首から肘にかけての筋肉痛の痛さ。朝ごはんの時、痛くて、痛くてお箸を持つのが大変でした。でも、筋肉痛になってもまたやりたい！という魅力がクライミングにはたくさんありました。壁についたホールドを手と足で掴み上に登っていく感じ。時々下を見ると自分の高さに気が付き怖くなってしまったり、やっと掴んだホールドがとても掴みづらい物で慌てたり、でも手を伸ばし足を突っ張って少しずつ上に上って行く感覚は最高です。本当にやってみて良かったと思います。クライミングスタッフ達はみんなとても優しく楽しい人ばかり。靴もハーネスも借りられるし。保険料の３００円だけでできるなんて素晴らしい。これからもいろんな人に声をかけていこうと思います。



今の季節、寒さがつらくて手もかじかんでしまうけれど、その分、上まで登れた時の感動は大きくなります。夏の暑い日のクライミングも今から楽しみです。クライミングはただ上に登るだけでなく、決められたホールドだけを使ったり、横に移動したりなど、遊び方がたくさんあるそうです。これからも初めて上まで登れたときの感動を忘れずに自分でテーマを決めてクライミングを楽しんでいきたいです。

クライミングは全身の力が鍛えられるので、スタイルキープにも欠かせません。今や私の趣味の１つとなったクライミング。いつかは自然の壁にトライしたいです。」

「ららぽーと柏の葉」のフリークライミング・ウォールは、この街の人たちのよりよいコミュニケーションを創る“場”として三井不動産㈱、および「ららぽーと柏の葉」から、街のみなさんに提供していただきました。
*LKCC*は、NPO 法人「健康まちづくりネットワーク」（千葉大学環境健康フィールド科学センター内）の組織で、「ららぽーと柏の葉」のフリークライミング活動をボランティアで支援するグループです。
（URL） http://www.lala-climbingclub.c m/cla .html （ -mail）L h tmail.c .p
L のボランティア活動に日立本 のご をいただいております。