

# 競馬術通信 Vol. 8

～シンプルトレーニング～

2022年11月

JRA 馬事公苑 北原 広之

## 「馬と折り合いを付ける技術を身に付けるために」

これまで馬術技術を応用して馬の体勢やバランスを変えることを主軸に講演会を行ってきました。それは今後も重要なことに変わりはありませんが、今一度自らの基本的なことを再確認しながら応用的なことを実施していくことが大切です。

馬の能力を最大限に引き出すためには、馬と騎乗者が折り合う必要があります。騎乗者の意志を馬に伝えるために、まずは私達が正しく馬に乗り、正しく扶助を出しているのか？を確認していきましょう。

### 1. 馬上で馬と駆け引きする準備ができているか？（基本姿勢の確認）

動く馬の上で、手綱や脚にしがみ付くことなく自分自身のバランスを維持することができなければ、馬と対等に会話をすることができません。拳をブリッジにして固定するだけだったり、馬の動きに付いていけなかったり、3ポイント（騎座と両脚）での騎乗ができなかったりすれば、馬にとっては使われた扶助が理解しづらく、騎乗者の指示に聞く耳を持ってくれません。

これらの準備が騎乗者に整っていなければ、いくら何をしようとしても上手く機能しません。まずは客観的に自らの騎乗を分析しましょう。

### 2. 馬上でのバランスと同調は取れているか？

馬上での2ポイント（両脚）バランス訓練や3ポイントの訓練は、実際の馬の動きの中で学ぶことが一番です。しかし2ポイントバランス訓練などはそれ以外の時間でも自分の

努力次第でできます。3ポイントの正反動については馬上以外で行うことは容易ではありませんが、限られた馬上の時間を有効に使う意識を常に持ち続け、身体が馬の動きに同調して付いていけるようにすることは必要です。これらは馬を調教する上で最低限身に付けておくべきことで、ここがスタートラインです。



上体を支える基礎の下半身（脚部）が後ろへ流れることにより、上体が前へ倒れ、拳を下に抑え付けて固定して自らの安定を図ろうとしている状態。



下半身（脚部）が前へ突っ張ることにより、上体が後ろに倒れ、自らのバランスを保つために手綱を引っ張ってしまう状態。

### 3. 馬への扶助は、両拳（手綱）と両脚と騎座を総合的に使う

競走馬は、ましてや育成馬は、初めて人を背にして間もなく右も左も分からない状況です。だからこそ騎乗者は安定的な扶助を出し、的確な対応が求められます。

キャンターやギャロップになればもちろん2ポイント姿勢になりますが、それ以外の常歩や速歩の時間に馬を教育することが必要です。

騎乗者は騎座を中心に手綱を控える、譲る、開くなどをして、それに対して馬がどのように反応するかを確かめます。その際に使う扶助の加減はそれぞれで、馬がこちらの要求に従わない場合は一時的に強く要求して、それに応えた場合はその後直ぐに譲って褒めることを繰り返していきます。真っすぐに進むだけの競走馬ではありますが、馬に問題があれば、大きな輪乗りなどを応用し、内方姿勢を作りながら馬を緊張しない状態にしていましましょう。まずは手綱を控えると馬が減速するという回路を確実に確認しておくことが必要です。常歩、速歩、駈歩それぞれで確認する必要があります。半減却を利用した移行（トランジション）の確認をしましょう。

（騎乗実技にて実施）

### 4. 誤ったハミ受け

馬術に求められるハミ受けは、最終目的が「収縮」であるため強い譲り（屈撓）を求めます。競走馬に求める目的は、収縮ではなく「伸展」です。人を乗せて間もない馬達に馬術のような収縮を求めるハミ受けは逆効果になる可能性もあります。ハミを使って馬の形だけを作ろうとすると、まだ幼い競走馬の卵たちの気持ちは直ぐに壊れてしまいます。馬に強制するのではなく協力してもらうためには、馬を納得させることが必要です。どのように納得させるかが馬と折り合いを付けるキーになります。

競走馬に求めるハミ受けは、馬のバランスを維持することを最重要事項とし、それによって騎乗者の指示（力を蓄える）に従い易くすることを目的とします。（騎乗実技にて実施）

## 5. 馬のバランス改善

馬にもそれぞれに体型があり、それによってバランスも変わってきます。前にのめりやすい馬、直ぐに立ち上がれるようなバランスが起きた馬など、馬は自分が得意な体勢に持っていこうとします。それを修正できずにいれば、馬の能力を最大限発揮できないまま走らせることとなります。

頭を上げて背中を反ってしまう馬とバランスを前に崩してしまう馬に分けて、修正方法を考えます。（騎乗実技にて実施）

## 6. 馬の福祉と教育のために

全世界的に競馬の世界では「馬の福祉（ウェルフェア）」が年々強く叫ばれるようになってきました。馬は私達の希望や夢を背負って走ります。その夢を馬に実現してもらうために最大限の愛情を注いでいきます。私達は馬達に良い生活を与え、健康を維持することに全力を尽くし、それぞれの馬が持つ能力を最大限に発揮させなければなりません。そのために私達は、日々懸命に走り続ける馬達のためにも騎乗技術を磨き続けなければなりません。

※JRA 馬事公苑ホームページに「競馬術通信 vol. 1～5」掲載中

「競馬術通信 vol.3」に馬のバランスを起こす方法の特集

JRA 馬事公苑

🔍 検索