

愛知スキー協通信 No.299

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会 2020年 1月1日
〒460-0011 名古屋市中区大須 1-23-13 TEL052-201-4801 (Fax 共)

e-mail : aichiskikyokai@yahoo.co.jp

http://aichiskykyou.yukigesho.com/



編集：S.C. 直滑降

「明けましておめでとうございます」

文責 愛知スキー協理事長・技術部長兼任 寺田 康男

(みんなで、一つ上の指導員を目指そうプロジェクトメンバー)



理事長の新年の誓いは、スキー協・理事・役員をやれば、
スキーが上手くなる実績を創ることです。

今シーズンのあなたの目標は決まりましたか？

決まった人は誰かに伝えて公表してください。誰でもいいです。そこから今シーズンの組織強化と技術力アップが始まると思います。
「教え合う」の簡単な第一歩だからです。



雪上でしか掴めない感覚を自分のものにしよう！

(其の1 板をたわませる極意)

雪上でしか出来ない事を意識して滑らないと、シーズンは直ぐに過ぎ去ります。

雪からの語りかけを聞き取ってください！

上達は、滑りのなかであなたの感じる気持ちよさを基本にしますが、運動を停めて陶醉するような勘違いや、あなたの一方的な働きかけによって、**雪に逃げられない**てください。パウハラ・ストーカー行為は厳禁です。

スキーの回転中に板をたわませるには、あなたが道具と体を使い、どういう方向に圧をかけたときに雪がどう反応してくれるかで決まります。

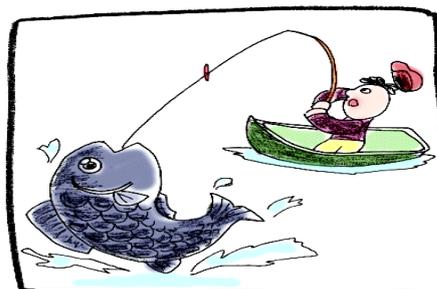
雪が板をたわませてくれるかは他人の感覚でなく、

良いポジションを

あなたの感覚で、見つけて育てていくしかありません。

雪が圧をくれて、板が自然にまがり、

たわんでくれるまでチャレンジしてください！



中央研修会報告

場 所 志賀高原熊の湯スキー場

A日程：12月7日(土)9時～ 8日(日)14時

B日程：12月9日(月)9時～10日(火)14時

参加者：A日程 73名(講師含・愛知6名)

B日程 14名(講師含・愛知2名)



中央研修会の月・火コースは愛知から米村さんと浅井が参加しました。中央研修会B日程はゲレンデがすいてました。

全国から12名が参加し、講師は荻原さんと桶谷さんで2班に分かれて講習を受けました。同じ班に愛知の米村さん、三重の武市さん、静岡の丹羽さん

とおなじみの方々が一緒だったので気楽に参加出来ました。

新しい教程の谷回りから雪面をとらえる、外足加重、の2点についてボーゲンでの練習をしっかりとやりました。私は谷回りで全然雪をとらえてなくて、膝で回しているのを指摘され、少し新教呈が分かった気がしました。

足裏切り替えは腰が前にいかないので出来ませんでした。私の課題です。久しぶりに中央研修会に参加して良かったです。(浅井記)



東海ブロック初滑りの報告

場 所 菅平高原スキー場・パインピークス

日 程 12月14日(土)～15日(日)

12月14日・15日の日程で菅平高原スキー場にて開催されました。宿はいつもの松栄屋さん。今年も雪は少なかったのですが、移動することなく大松ゲレンデにて実施できました。別のスキー大会が開催されていた事もありコースが狭いのと、人工降雪機で作ったゲレンデなのでバーンが硬かったのが、少し残念でした。

全国的にも雪が少ないので、滑れるだけでも有り難いと思います。けが人もほぼいませんで



した。全体で27名の参加でした。

よいポジショニング・上体が遅れない、後傾にならない、しっかりした外傾姿勢で安全でコントロール制のあるスキーをめざして体をウォーミングアップしてきました。宿の食事もいつものように沢山あって、とろろの麦飯など美味しかったです。

s. c. 直滑降の行事報告及びスキー行事の案内

バドミントン大会を開催

場 所 名古屋市緑区・緑生涯学習センター体育館

日 程 12月1日(日)

12月1日(日) 緑生涯学習センターにてバドミントン大会を開催しました。午後1時から4時までの半日で、参加者は27名(内クラブ員は7名)でした。

直滑降クラブでは日頃から毎週水曜日、夕方、緑生涯学習センターにてバドミントンを練習しています。スキーのオフトレーニングとして長く実施してきました。月初めに2か月先の会場取りで努力して下さる方々がいて続けてこれています。今回土日の会場確保ができたおかげで大会開催することができました。日頃からスキー協会会長の寺田さんはじめ他クラブの方の参加をしていただいで、勝ち負けにこだわらず楽しめています。

大会は21点先取の1ゲーム制で9チームで2グループに分けてリーグ戦をし、その後トーナメントで優勝をきめました。優勝は井上ペア、準優勝は佐々木・しん・のりよの3人チームでした。勝敗にこだわらないワイワイクラスもつくりました。ここではペアを変えながら試合を楽しみました。午後の3時間しっかり体を動かし、交流を広げました。



さよならゲレンデスキーのご案内

場 所 開田高原マイアスキー場

日 程 2020年3月20日(祝・金) 朝発~21日(土)

宿 泊 ペンション・京こじま

s. c. 直滑降では、毎シーズン「さよならゲレンデスキー」として、開田高原マイアスキー場へ行きます。宿は「ペンション・京こじま」で、ゲレンデに近くにある宿です。



「京こじま」は、京懐石料理が自慢の宿です。出汁にこだわった「湯葉のしゃぶしゃぶ」など、本格的な京懐石料理を楽しむことができます。



「開田高原マイアスキー場」は御嶽のふもとにあるスキー場で、毎シーズン、3月の初め頃にどこか雪が降ることが多いので、シーズンによっては4月上旬ごろまで、スキー・スノボを楽しむことができるスキー場です。3月中旬頃はシーズン末とは思えないほどの雪質です。

S. C. 直滑降の皆さんはもちろん、他のクラブの方もぜひ、お申し込み下さい。



お申し込み・お問い合わせ先

※参加費：16,000円程度(宿泊・交通費込)

S. C. 直滑降 永田 政広 090-8862-7364 (締切2020年2月末頃まで)

メール aichiskikyokai@yahoo.co.jp (愛知スキー協会のアドレス)

山スキー用語解説① 《山スキーとは》

山スキーとは雪山をスキーを使って移動と登山。そして登った自然の雪山を滑降する
というものです。最近ではバックカントリーともよばれています。

雪山登山という要素があるため、アルペンスキー競技やゲレンデスキーとはスキー用具、
服装は大きく異なります。

又、雪崩対策、気象、読図、救急法の
スキルや登山体力、深雪や悪雪の滑走技
術等も必要としています。

全国勤労者スキー協では「山スキーリ
ーダー」資格制度があり、ぶなの木スキ
ークラブには8人の資格者を有し、「まず
安全、仲間と楽しく山スキー」をモット
ーに実践しています。

次回から山スキー用具をご紹介します。

(大城記)



アルペン競技用語解説⑱

いよいよシーズンINということで今回は、道具です。スキー板はよく滑るようにチ
ューンナップをします。年に一度はショップに出してチューンナップをして欲しいです
ね。コンケーブ（ソールがへこんでいる）は私たちでは直せません。コンベックス（ソ
ールが出ている）と交互していることも多いですね。フラット出し（滑走面を平らにす
ること）はとにかく摩擦を減らすことですね。切れない包丁が危ないのと同様錆びた板
では滑りにくいですね。フェスティバルのチューンナップ講習会などで知っている方も
多いと思います。競技ではエッジを研ぎます。ファイル（ヤスリ）を使って研ぎますが
詳細は省略します。

アイロンを使って（ベース）ワックスを塗ります（ホットワックス）。温度によってワ
ックスを変えます。冷めたら余分なワックスを取ります。スクレーパー（プラスチック
の板）で削り、そのあとブラシを使って落とします。ブラシにも硬さによって種類（真
鍮・プラスチック・馬毛など）があります。より剥がした
方が滑ります適応温度範囲の広い万能ワックスもあります。

大会ではそのあとトップワックスを塗って剥がします。
出走する前によくワックス剥がしスタートワックスを使
います。アイロンなんてという方、時間もないよという方は
液体を塗る、スプレーをするタイプのワックスを塗り、ブ
ラシやコルクを使って剥がせはよく滑ります。滑った後塗
っておけばエッジのサビ防止にもなります。フッ素がたく

さん入っているワックスほど高額です。他のものが入っているワックスも色々あります。
なお、フッ素は体に悪いので換気に気をつけましょう。

イエティスキークラブの行事案内

冬休み合宿 妙高杉ノ原合宿 スキー場が開き次第～1月6日まで

(連絡先：澤田 090-2180-8644)