

# 愛知スキー協通信 No.346

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会

2023年12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：シクラメン&サザンクロス

## 「いよいよスキーシーズンインです。



### 心の準備や誘いがけは、

### どれだけ できていますか？」

文責 愛知スキー協理事長・技術部長兼任 寺田 康男

スキー協は、作られた行事に誘われたから参加するだけではなく、自分に出来る事は、関わりを持って、一緒に行こうよと誘いがけや、役割を持って参加する事がスキー協の活動だと思って下さい。先日、自分ひとりの参加申込書を出せない古参会員がいることにビックリしました。こんな人を見つけたら心の準備を促して下さい。

### その① 東海ブロック行事への誘いがけ

(スノーフェスティバル レベルアップスキー)

- ・ビラを手にしたら、ビラを使ってこんなスキー企画があることを一人でも多くの人に知らせる行動が関わり原点です。
- ・手元にスノーフェスティバルのビラぐらいは、いつも常に持っていてね！

### その② 所属クラブのメイン行事への誘いがけ

- ・クラブの活動があってスキー協が成り立っています。
- ・クラブの活動が生活の一部になっている人を、一人でも多く増やしましょう。



### その③ 個人的なスキーへの誘いがけ

- ・スキー技術力の向上に、日常的に取り組んで下さい。それが習慣づくると個人的なスキー計画をしたくなるようです。スキーに行けば行くほど上達することは誰しもが知っている事実です。
- ・他人のスキー技術力向上に関心を持ちましょう。自分自身の技術的な見る眼が養われます。
- ・自分の技術的に優れた処を見出ないスキーヤーは、他人にも自分にも勝てないスキーヤーです。

## イエティ総会

10月29日13時より三宅商店にて行われました。参加者は、大人8名と小人1名の9名でした。今シーズンの予定を話し合いましたが、まだそれぞれが決まっていなくしっかりした予定は立ちませんでした。全中・インターハイ・中部日本・国体(国スポ)の予選に参加することは決まっていますが、それまでの詳しい日程は決まっておらずどう参加するか話し合いました。高校生が4名います。予選の結果にもよりますが、どのB級大会にどう参加するかも話題になりました。

また、レギュレーションでは今年はスキー靴の高さ計測が実施されることやフツ素入りWAXの使用禁止(公認のどの大会も使用禁止ですが検査はありません)問題等をどうするか話し合いました。

スキーグッズの持ちよりではバックパックなどありましたが盛況ではありませんでした。

## Hadashi 総会報告

10月28日に熱田区の断夫山古墳横の中華店で8名が参加して、シーズンを前に懇親会をして、クラブ活動を続ける確認とスキーに対する情熱を確かめました。



## 深雪 11月行事 「イエティスキー場&富士サファリパーク」

ウイングヒルズ白鳥のクラッシュアイスがなくなりました。

菅平高原スノーリゾートが今年10月21日オープンの情報で、遠いので一泊でのスキーを計画しました。

土曜日は都合が悪く11月12日(日)13日(月)にしました。なんと菅平高原スノーリゾートに導入したばかりのフランス製クラッシュアイス製造機が不調でオープン延期。



そこで、スノータウンイエティに計画変更。

静岡県裾野市にあるスキー場で日本一番早く滑れるスキー場を売りにしています。少し下に富士サファリパークがあります。自衛隊の演習場の近くにあり、怖い感じもします。予定は、12日午前中スキー午後富士サファリパーク、ペンション「ぶなの木」で一泊。13日スキーを堪能して帰路でした。

しかし、スノータウンイエティは雨嵐で雪も解け10日11日営業中止でした。



12日営業を決定したのが11日午後6時でした。

12日5時半澤田家に戸川さん・浅井さんが来て、ハイウェイオアシス刈谷で安藤さんと合流し4名で行きました。

12日はきっと人も多く、バーン状態も悪いと考え、富士サファリパークでゆっくり過ごす計画にしました。サファリゾーンは2周、ふれあいゾーンもしっかりみました。

13日朝雪がふり、路面も雪ノーマルタイヤでゆっくり上っていきました。10時オープンから昼食を挟み4時半まで(暗くて雪面が見えなくなったため)しっかり滑りました。



静岡の長島さんも見え一緒に滑りました。浅井さんがストックにつけたスキー協の旗を見て神奈川の方が声をかけてくれました。富士をバックに気持ちよく滑り、調子もつかめ、上々でした。

(写真①間近に動物・②富士をバックに・③長島さんを交えるメンバー) 文責澤田

# 愛知スキー協通信用 東海ブロック交流学習会報告

2023.11.25

静岡県スキー協議会 加藤直宏

コロナ禍の影響を受けていたせいで、3年ぶりに開催となった東海ブロック交流学習会。

- ・開催日程を2回用意して、参加者の受け入れ態勢に幅をもたせたこと。
  - ・開催場所を担当県の地域に限定せず、参加者が集まりやすい場所もアリにしたこと。
- と、今までの交流学習会に少し変更点を加えました。

しかし、内容として重要な技術、安全、組織理論についての活動は不変。以下に記します。

## ◇第1課 技術に関する講座 講師 第1回目：荻原正治 第2回目：寺田康男

シーズンに備えたトレーニングを前半に、技術的な討論を後半にして活動しました。



### ☆前半（1）シーズンに備えた筋トレ、ストレッチなどのトレーニング

- ・第1回目では、全国から派遣された荻原さんが講師を務め、ストレッチや筋トレ、体幹トレのメニューを次々と紹介。スキーで要求される筋肉や体感の強さを鍛えることを目的に様々な動きの実技を行いました。皆荻原さんの講習に感激してヒィヒィ声をあげながら取り組んでいました。
- ・第2回目では、この様子を見て実際に体を動かすのに加え、寺田講師のもと、ヨガの各ポーズや深呼吸で、体の各部を自分の意思通り操作するトレーニングを行いました。

### ☆前半（2）シーズンに備えた滑走技能の向上を目指したトレーニング



- ・半円柱状に切った発泡ウレタン材の上に平行スタンスで立って、滑走時を想定し体の操作練習をしました。足裏から右足首や左足首をそれぞれ回外回内させた、足裏からの同時切り替えの動き。ベーシック平行での内脚屈脚外脚伸脚の動き、さらに両側の人を持ったロープを掴んで外向傾姿勢の練習。皆の熱心さに荻原さんも笑顔。
- ・第2回目では箆の子を利用した模擬斜面を使って、横滑りなどの動きをしました。

### ☆後半 自分の滑走技能向上にとって必要な教程技術の認識と理解

- ・第1回目では、三重の角谷さんが以前講習の中で受けた助言によって違和感をもった事への悩みを話し、中級合格を目指す本人に皆からの助言が飛び交う内容でした。
- ・第2回目では、「井桁崩しクン下半身版」を模擬斜面上に並べ、スキーの四つの大事なフォームについての解説をしました。切り替えができない悩みに応えていました。

## ◇第2課 安全に関する講座 講師：前田絵美（日本赤十字社岐阜支部救命指導員）

・第1回目も2回目も、まず救命指導員が傷病者を発見してから、心肺蘇生からAEDを使って電気ショックを行うまでの手順を一通り実演。その後、参加者が手掌基部で胸骨圧迫、AED使用などの実技を通して確認をしました。

- ・コロナ禍の中で人口呼吸は個人の意思で行えば良いこと、オートショックタイプのAEDの取り扱いの注意喚起など、いろいろと変化があることが分かりました。
- ・2回目では、伸縮しないタイプでテーピングした方が効果的という意見も聞かれました。



◇第3課 組織に関する講座 第1回目：永野美代子、浅井千恵 第2回目：寺田康男

- ・第1回目では初めに永野さんが組織について進めました。皆が考えている組織の定義、組織にいる思いなどを各参加者に出してもらい、それを常に聞いていく姿や手法は、とても新鮮でした。普段の自分たちを見つめ直す機会にもなったと思います。それが組織が成り立つ3要素（共通目的、共働意思、意思疎通）への理解にもつながりました。
- ・浅井さんからは、新日本スポーツ連盟の役割と活動について話がありました。「スポーツは平和とともに」という理念も含め、スポーツを取り巻く環境への働きかけ、何より自然あつてのスキーという意識で、今こそ各自が取り組む大切さも語られました。
- ・第2回目では、組織を大きくしていくために、関わりをもって一緒に活動していくことについて討議しました。一緒に楽しむ仲間づくりを意識しよう、行事をこなす義務感は除外しよう、クラブの強味を生かそう、指導員だけでなくみんなが教え合う環境づくりをしていこう、といったみんなが元気に活動するための意見が出ました。

◇最後に ～来年に向けて考えていきたいこと

- ・今回2回開催にしたことで、参加が可能となったケースがあった（指導員研修希望者）。
- ・会場となった「なかちゃんハウス」のオーナー東さん夫妻には感謝。集合しやすかった。

## ◇◇初滑り in 菅平◇◇

実施日 12月8日（金）夜～10日（日）

- 宿 泊 1.5泊（松栄屋） Tel 0268-74-2171
- 参加費 14,000円（1.5泊3食、保険料込）
- リフト券 大人2日券6,500円（宿で購入）シニア6,400円
- 申込先 愛知スキー協会 Tel・Fax 052-201-4801  
佐藤 実 Tel 090-1291-6507  
申込締切 11月30日（木）

スキー協のホームページに申込書があります

# 初滑り in 菅平