

愛知スキー協通信 No.348

発行：新日本スポーツ連盟 愛知スキー協会 2024年2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：ぶなの木 スキークラブ



「後傾ターンを修正 出来れば スキー観が変わるはず？」

文責 愛知スキー協理事長・技術部員兼任 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)

自分の後傾する場所(タイミング) 知っていますか？

自己診断にて当てはまる所全てに○で囲んでみてください

- ① 急斜面・緩斜面
- ② ターン前半・ターン中盤・ターンマキシマム・切り替え
- ③ 滑走時・停止状態・滑り出し・停止直前
- ④ 高速滑走時・低速滑走時
- ⑤ 真下への横滑り・真下への横滑りで向きを替える時
- ⑥ その他

多くの人が複数を○で囲んだのではないのでしょうか？

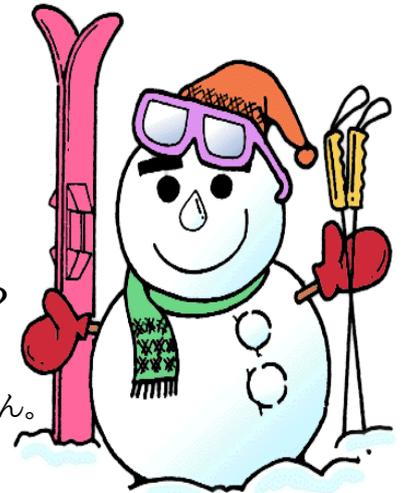
その共通点は何か 考えてみてください。

その時の、自分の後傾する方法は、知っていますか？

- ① 足首の緊張を緩めてしまったから

これが、総てと言っても過言でないと思いますが、以下の点も見逃せません。

- ② 腰が引けてしまったから
- ③ シェーレンしてしまったから
- ④ 板の向きを違えてしまったから (下半身人形を持っている人は、マキシマムの格好で両板の向きを少し変えて見ると、とってもよく分かります)
- ⑤ 怖じ気づいてしまったから
- ⑥ 運動を続けられなかったから (スムーズに前傾に持っていければ、問題はないはず)



その原因と解決する方法は、知っていますか？

足裏から操作する必要性を自覚していない点に尽きます。門付け・加重・ポジショニング・が正しくなれば解決します。しかし、後傾であっても滑れてしまうし、加速と減速をコントロール出来なくてもパラレルターンはできてしまうのですから、多くの人が超えられないでいますよネ！

各クラブや、仲間間で 克服して見えた世界の楽しさの話が出来れば 必ずスキー技術は、勿論 組織的な問題の解決方法が見つかるはずです。そして、今後のスキー人生が 愉しさを増すはずです。

東海ブロックレベルアップ合宿報告

日程 2024年 1/6 (土)、7 (日)

場所 野麦峠スキー場 (長野県松本市) 参加者 愛知県からは9名 (全体では19名)

※けが人が出てしまったのは残念でした。



野麦峠スキー場に行く。実に10年ぶり、いやあー15年ぶりかな。出発1月5日(土)の18時から1月7日(日)。1.5泊のスキー行だ。

天候よし、しかしスキー場に驚いた。下のリフトには雪はあったが、真中4人乗りリフトは全く雪はなし。スキーでの下山はできない。それでもよかったのは、上のリフトは動いていた。充分滑れた。

寒かったが頂上(2,210m)からのスキーよし、まあアイスバーンになっていないし、快適だった。

スキー教室で失敗の連続。あげくに板のエッジ、手入れの指導を受けた。いやー大変だ。基礎を久しぶりに学習。ときにはスキー教室も“いいもんだ”の感想を持った2日間でした。雪がないのは仕方ない。2日間大いに楽しんだ。よき天候、良き仲間たち、楽しい2日間、アリガトウ！感謝です。(直滑降 太田義郎)

年末年始スキーと同じ野麦峠での開催。深雪だけでなく、他のクラブと一緒に交流できる機会でした。表題のようにレベルアップを目指す集まりでしたので、皆グループに入って学習を進めました。途中、私が怪我で昼から休憩しているとグループの方が怪我をして救急搬送されることになりました。同じ直滑降の方が病院に搬送して行きました。そのときちょうど米村さんの到着に出会いました。大会の審判業務だった澤田さんも参加しての夕食後、ミーティングでした。ビデオを見ると自分の癖がよく分かります。解説がつくので他の方の滑り方も参考になります(自分にはまだほど遠いですが)。安藤さんの滑りがよくなったと言われていました。深雪でもふだんから撮影できるといいなと思いました。

翌日も午前中講習を受けて、温泉に入って帰宅。往きは宮田さん、帰りは寺田さんとの道中でした。(深雪スキークラブ 岡崎)

パウダーフェス in 柵池 報告 ぶなの木 浅井

日程：2024. 1. 6～8 会場：柵池スキー場 主催：全国山スキー

参加者：59名 愛知からは9名

A：(山り養成検定研修) B：パウダー講習(初) C：パウダー講習(中) D：テレマーク講習 E：ゲレンデ基礎応用 F：ネイチャースキー G：フリー滑走の7つのコースが開催され、参加者はそれぞれ自分の好みのコースに参加しました。私はAの山スキーリーダー研修コースに参加しました。1日目はビーコンの基本操作をいろんなシチュエーションで練習しました。特に深雪斜面での捜索は大変でした。夜は雪に関する座学と心肺蘇生法。2日目は他のコースと合同で山スキー実践。3日目は弱層テストと充実した研修会でした。



弱層テスト

ワタシのミライ

「再エネを増やして、ホンキの気候変動対策をお願いします」署名にご協力ください！

2023年11月、全国勤労者スキー協議会と一般社団法人 Protect Our Winters Japan(以下、POW JAPAN)はパートナーシップを結びました。2021年10月に全国勤労者スキー協議会東海ブロックより気候変動問題に対してアクションを起こせるようにとPOW JAPANに講演依頼をいただいたことがきっかけでした。

今シーズンは19-20シーズンに次いで積雪が厳しいシーズンになっています。私が幼少期を過ごした30~40年前の富山県では、車で標高が上がるにつれ民家の屋根雪の量が増え、1m以上の長さのつららが下がり、それを見ながらスキー場が近くなってきたとワクワクしたことを覚えています。近年そのような風景が無くなり寂しい気持ちと同時に、気候変動の進行が止まらない状況で10年後は滑る事ができるのか？と本当に危機感を感じます。

しかし、心配していても状況は改善しません。この問題を解決するためには化石燃料依存時代をいち早く卒業し、脱炭素社会へシフトする事です。マイボトルを持つなどの個人のアクション(もちろんこれも大切です)よりも、社会を変えることへのアクションの方が近道です。そのために私たちにできる一つの手段は、周囲の人に伝え仲間を増やし、数の力で声をあげる事です。1.5℃目標達成に残された時間は僅かですがまだ道は閉ざされていません。世界で5番目にCO2排出が多い日本のエネルギー基本計画が改定される今年には重要なタイミングになります。

パートナーとして市民スキーヤー・スノーボーダーの集まりである全国スキー協の力はとても心強く感じています。みなさんもそれぞれ雪とのストーリーをお持ちで、滑れる未来を残したいと願っていると思います。一人ひとり数人でも周囲の人に声をかけることをみんなでやると大きな力になります。スノーコミュニティの声を一緒に届けましょう！

POW JAPAN 副事務局長 脊戸柳 武彦

ワタシのミライは国内の環境団体、市民団体で構成され市民の力で脱炭素社会への公正な移行を目指すキャンペーン。POW JAPANも実行委員団体として参画しています。

署名用紙は別紙です。第1次集約は4月下旬。愛知スキー協へ送って下さい。

〒460-0011 名古屋市中区大須1-23-13 グリーンビル

新日本スポーツ連盟愛知スキー協会

やぶはらポール合宿（報告）

やぶはらポールなし合宿に参加しました。

地球沸騰化の影響なのか、どこのスキー場も雪不足のようです。ポール練習をする予定だった葦原の斜面も、雪が少なくポール設置の許可が出ませんでした。ポールを滑ることができないためキャンセルした人も多くあり例年の半分程度の参加者でした。

「ポールがない練習も重要だ！」と言われ参加しましたが…

ポール(SL・GS)を速く確実に滑るためのエッジング、外足荷重、内旋・外旋???

ふだんスキー教室から逃げていた私には謎だらけの言葉ばかり、頭の中で言葉だけがグルグル回ります。どこで膝をまげ、どこで伸ばすのか、考えれば考えるほど大混乱でした。一番気分よく滑れたのはフリーで滑ったときだったかな…(岩井)

タイム計測器のテストのため(だけに?)やぶはら高原スキー場に行きました。静岡スキー協メンバーと一緒に設置方法の確認をしましたが、計測器はうまく作動せずダメでした。スタートバーと反射板反射板はOK かな…(児玉)

1月13日14日参加者は結局9名になってしまいました。澤田は、13日午前最後で人工雪と天然雪だけの所が見えず、50cmほど落下そのまま滑りましたが、腰に衝撃があり、午後と14日は宿で静養となりました。三宅幸一・寺田康男両氏が指導等に当たってくれました。感謝。ポールのためのフリー練習を伝えられず残念でした。(澤田)

2024 東海ブロック野麦峠スキー場ポール合宿

雪不足で練習できなかった分を取り返そう。

2月16日(金)夜~18日(日)野麦峠スキー場チャンピオンIIゲレンデ

2月17日GS 2月18日SL

宿泊(本部)「野麦の里」参加費16000円 (1.5泊 3食)

(ポール練習現地参加は、1日につき2000円)フリーでの参加も歓迎です。

申込 澤田安利 携帯090-2180-8644

メール yasutoshi.sawada_yeti.4610@docomo.ne.jp

東海ブロック競技会(第2戦)&関西ブロック競技会

2024年3月9日回転(2本)10日大回転(2本)

参加費5000円で超お得。

各種目で表彰・総合成績で豪華賞品。回転はトレーニングをして本番にのぞめます。

野麦峠スキー場チャンピオンIIコース 連絡をしてくれば

「野麦の里」宿泊可能。

詳しくはチラシを見てください。

問い合わせは。上記ポール合宿同様澤田までお願いします。



第61回愛知スポーツ祭典

第26回東海ブロックスノーフェスティバル 155名

1月26日(金)夜~28日(日)、平湯温泉スキー場で開かれたスノーフェスティバルは参加者155名でした。雪が心配されましたが、直前に降った大雪で競技会を始めスキー教室、スノーボード教室、ポール教室、ポール練習、スノーシュー、山スキー、ネイチャースキーとすべてのコースを実施することが出来ました。詳細は次号で。