

森の会ニュース

NO.204.2026年6月28日

発行責任者:法里 日出子、編集:森田 英二・内藤 栄子

2026年度 更に会員相互の親睦を図り

「安全を第一」を心がけて長くスキーを楽しもう

会員の高齢化により年々行事の参加者の減少、固定化を問題点として取り組んだ2025年度はスキー以外の行事でも会員相互の親睦に力を入れました。

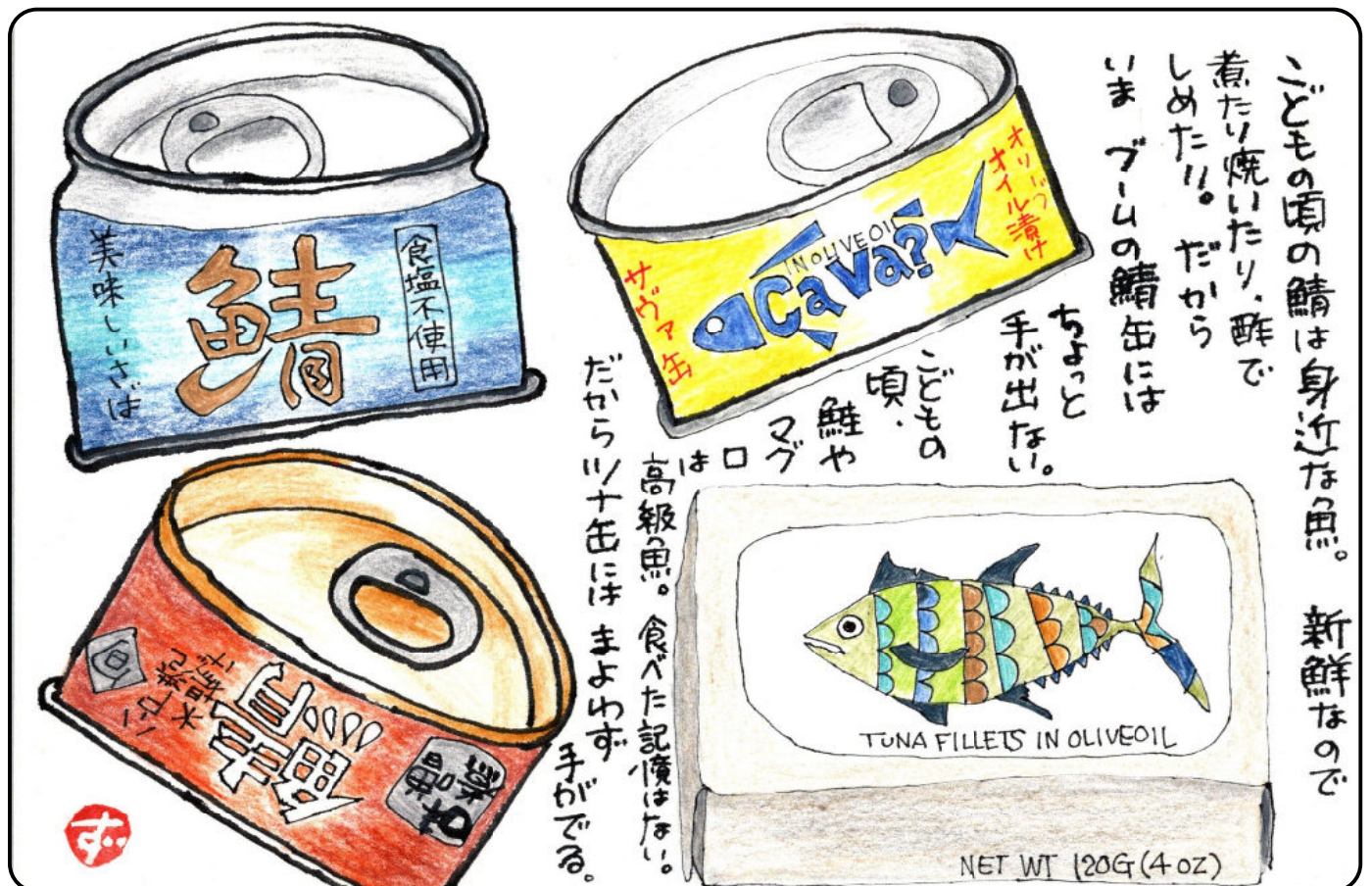
「シネマとランチの会」や「夏のビアホール」は気軽に参加出来て今後も継続して取り組んでいきたいと思っています。

スキー行事では昨年に続き怪我人が出ており、幸い復帰出来ていますが無理をせずに、各自「安全を第一」を心がけて長くスキーを楽しみたいと思います。

今年度は体力に無理のない「皆で楽しめる行事」の企画を更に進めたいと思います。

スキー行事は「のんびり・ゆったり・温泉スキー」や「近郊日帰りスキー」の取り組みを増やし、また加齢や体調不良によりスキーリタイアの会員もあり、「温泉と蟹ツアー」や「ロープウェイで簡単フラワーハイク」など、スキー行事以外で更に会員相互の親睦を図りたいと思います。

(第42回森の会議案書から)



忘年会 (12月13日(土) 参加者11



2025年忘年会は12月13日に左京区聖護院にある「山秀」にて開催されました。

参加者は森田、矢吹、田中、内藤、三上愛、原田、奥田、清水、法里、寺尾、佐野さんでした。

参加者は2025～2026年シーズンの正月スキーin野沢などに向けた思いなどを語り合い食事を楽しんでおられました。(原田)

初滑り (12月19日(金)～21日(日) 参加者4名)

12月19日(金)～21日(日)にかけて志賀高原・一の瀬スキー場で行われた関西ブロック初滑りは全員で63人、京都スキー協からは10人の参加でした。

僕らの班は講師から「みなさんはシニアなので、筋力をあまり使わなくても優雅でエレガントな滑りができるようになってもらいたい」という課題でした。

「ターンの始まりは内脚の小指を意識した先落としから外脚への意識の順番」、「ターンの外脚は伸展加圧でまわる」、「ターンの後半はアンギュレーションを意識する」の3つの動作を常に意識する練習でした。

<指導員研修班> 森の会：矢吹明弘
(京都スキー協通信 No.285から)



今シーズンは優雅でエレガントな滑りを目指したいと思いました。

今年の一ノ瀬は雪たっぷりで楽しみでしたが、昨年3月の骨折(尾てい骨4カ所と右鎖骨)のあとのリハビリスキーで少しドキドキの今シーズンの初滑りでした。

内藤さんと私は念願の明星班で今年のスキー協のテーマのターン時の谷足股関節の内旋と開きだしの外転伸展荷重でしたが実践はこれが難しい。

一ノ瀬ファミリー上部上級コースに1日目3日目と連れて行って頂き急斜面にもチャレンジ出来ました。

私のスキー今シーズン復帰が叶いもう暫く大好きなスキーを楽しめそうです。

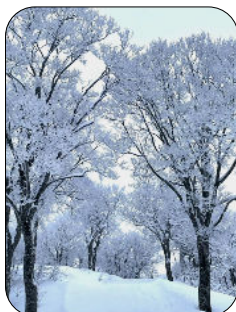
往復の大阪スキー協バスにもお世話になり有難うございました

<レベルアップ班> 森の会：法里日出子
(京都スキー協通信 No.285から)



正月スキー

1月2日～5日、参加者13名で正月恒例の野沢温泉スキー場へ行ってきました。



2026新春スキー野沢温泉は現地参加の子安親子いれて13名、宿は宮の脇でした。

新雪のプレゼントもあり私は昨シーズンの骨折後の復帰のリハビリスキーでコーヒータンバばかり取ってました。

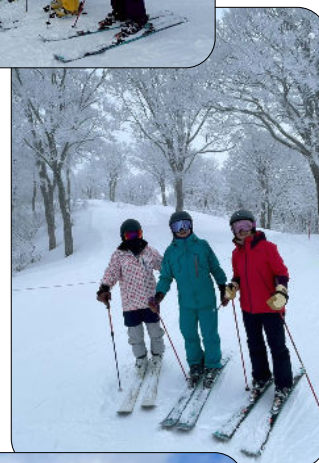
皆さんが帰ったあとは1月8日迄延泊し奥田さんが合流しのんびり温泉スキーを満喫しました。

お得情報はスキーパックの往復送料がユーパックはクロネコの何とほぼ半額でラッキーでした。

(法里)



シティクラブのメンバーと合流



蔵王温泉スキー

(1月18日(日)～23日(金) 参加者4名)



スキー旅行でした。

ガイドさんは愛子さんのスキーを持ったり、登りを歩く時は後ろから愛子さんを押したり、私が一度こけた時も起こしてくれたり面倒を見てもらいました。

午前中滑って、午後は宿

蔵王にスキーに行ってきた。

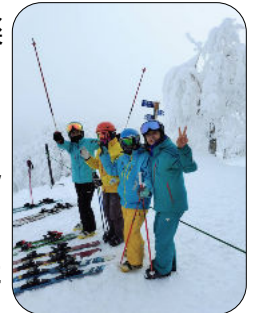
これが最後のスキーかな？なんて考えながら。

愛子さんに誘われてガイド付きの贅沢な、私にとっては、経済的にちょっぴりキツイ、



に帰り、温泉に入って翌日の食事を買に行ったり郵便局に行ったり、お土産を買に行ったり愛子さんと行動を共にしました。朝と夜の食事がない日も多くて、外で買って来て皆でワイワイ楽しく食べました。

私達二人では心配だと法里、奥田両氏が森の会の行事にして頂いたので、切符購入やらその他色々大助かりでした
(丸谷 優子)



奥伊吹 日帰りスキー

(2月18日(水) 参加者4名)

今年度森の会は2回の日帰りスキーを企画しましたが2月6日(金)の余呉高原は参加者1名で中止となり、2月18日(水)森田、内藤、法里、平岡正さんの4人で奥伊吹スキー場に平岡車を出して頂き行って来ました。

平日はリフト待ちも殆ど無く雪も良く日帰りでも十分満足でした。何よりレストランの

メニューが充実しリーズナブルで何とコーヒーが100円。とろとろデミグラスオムライスも1100円。



帰りの美肌の湯はリフト券を提示で入れビックリでした。

奥伊吹最高です。次回は沢山参加してね。

法里

日帰りスキー奥伊吹は雪も良く午前中は天気も良く気持ち良く滑りました(ボーダーは多かった...)昼からはガラリと天気が変わって雪&強風!!で早々に切り上げてお風呂に入って帰ってきました～
内藤

ジョイナススキーツアー

(2月14日(土)・15日(日) 参加者5名)

京都スキー協主催のジョイナススキーツアーは、場所をハチ高原に移して2年目となる2026年2月14日(土)・15日(日)の1泊2日で開催されました。参加者は合計30名(会員25名、会員外5名)でした。



積雪は十分とは言えず、雪質もあまり良くありませんでしたが、参加者はそれなりに滑ることができ、全体的には良好なツアーとなりました

14日は午後から講習会、15日は15時までしっかり滑りました。夜は懇親会でビンゴやアコーディオン演奏に合わせて歌い、楽しい時間を過ごしました。

STT(スキー・テクニカル・テスト)については、合計8名の受験者となり大盛況でした
(京都スキー協通信 No.286から)

(Instagram 京都スキー協議会から)



人数が少ない為、STTに参加しないかと誘われ、少し迷って参加することに...

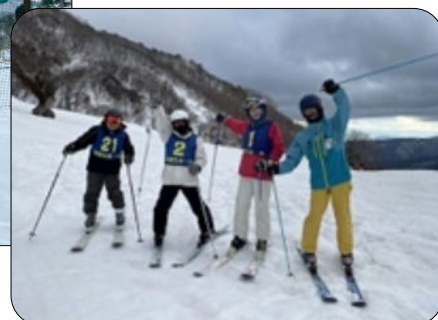
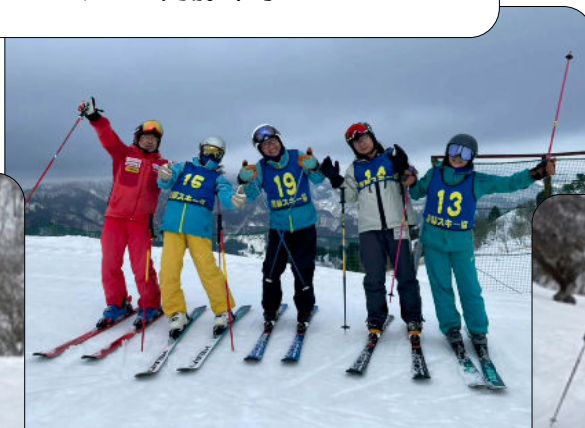
講習班はそれに向けてのもの、大回り・小回り・総合滑降。ああやっぱり正月や指導員研修会に続いて難しい!!

頭に大きな「クエスチョン、チョン!」

STTの結果は小回りがダメでした。(私の思い違いもあった...)

天気も良く、雪はちょっと...でしたが、一日半しっかり滑ることが出来て良かったです。

フリー滑走が楽しかったです! 内藤栄子



納会スキーツアーin野沢温泉

(3月19日(木)～22日(日) 参加者13名)



納会最後の日

2月に山の会の人達と行った時に、朝の長坂ゲレンデはとても魅力的でした。キレイに圧雪されていてそこそこのながさと変化があり気持ち良く滑れる。で、最後の日には混んでいるやまびこへは行かず佐野さんと2人で楽しんでました。

そこへ森田さん寺尾さんが合流してシーズン最後の仕上げ...と気持ちよくガンガン滑りました。

そして...リフトから降りてクルリと簡単そうにまわるおじさま方を見て、マネをしてまわろうとしたおばさんは尻もちをついてしまいました。ゆっくり開く両足～あ-あ-あ～とおもっているうちに...イターイ!!

知栄と佐野さんに次の日に北信病院まで迎えに来てもらって山科の音羽病院へ...法里さんも駆けつけてきてくれて～、

一緒に車で行っていた人達にもいっぱい待ってもらって心配かけて～皆様に感謝です。

でも懲りずにまたスキーに行きます。
よろしく～♡

内藤栄子

森の会の野沢温泉納会スキーに参加しました。

3日間とも天気に恵まれて雪もそこそこあり、一部滑れないところもありましたが充分楽しめました。

お宿はお馴染みの「まるじ」さん。

上ヶ原さんも合流、懐かしい面々。

スキーは寺尾班でした。寺尾さんは、いつも何かをくれます。しかも楽しみながら。

一枚ずつウロコを落としてます。

元に戻るからダメですけど。歳のせいには出来ません。私より上の方々が元気にがんばってらっしゃるのだから。

他の皆さんも、それぞれ自分のペースで楽しみながら滑ってました。

お昼も大滝のオムライス、ぶなのナンカレーなど楽しみました。

最終日、あと30分というところで、私が寺尾さんのマネして360度くるりんぱとかし始めてしまっ、栄子ちゃんが尻餅をつき、骨折してしまいました。

バランス感覚にいいけど、出来ない事をしなければよかったと栄子ちゃんに申し訳なく、後悔してます。特に怪我したらかあん人やったのに。

早く復活して、「大文字、行かへん？」って誘ってくれるのを待っています(^3^-) 佐野 薫

森の会の会員ではありませんが、このたび納会スキーに参加させていただきました。

3月後半ということで雪の状態を心配していましたが、お天気にも恵まれ、気持ちよく滑ることができました。

山頂からは野沢温泉街や周囲の美しい山並みを一望でき、大満足の時間でした。

また、滑りのフォームをビデオに撮っていただき、夜には丁寧なアドバイスもいただき、とても勉強になりました。

来シーズンは少しでも上達できればと思う一方で、年々体力の衰えも感じています。

これからも安全第一で、無理をせず、長くスキーを楽しんでいきたいと思います。

最終日には、宿の近くの雪どけした地面か

ら顔を出したフキノトウを摘むことができました。

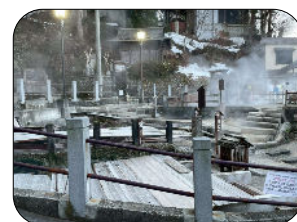
今年はもう諦めていただけに、持ち帰って天ぷらにして味わえたことが、いっそううれしく感じられました。

また、一人で野沢温泉の外湯めぐりを楽しみ、野沢菜漬けを買い、温泉街をゆっくり散策する時間も持つことができました。

温泉街とスキー場が一体となった野沢温泉スキー場は、ぜひまた来シーズンも訪れたい場所です。

森の会の皆さま、温かく迎えてくださり、本当にありがとうございました。

西田きょうこ（島本SC）



シネマとランチの会

(1月10日(土) 参加者4名)

(3月14日(土) 参加者4名)

1月10日(土)のシネマとランチの会は映画「東京タクシー」を見てから寺尾さんお勧めのエスプレッソの美味しいお店punteggiaturaでパニーニとケーキと珈琲のランチでした。

映画は内藤さん、愛子さん、佐野さん法里の4人でランチは内藤さんが来られず3人でした。

東京タクシーは2022年のパリタクシーが原作で山田洋次監督。

とても感動し泣いてしまいました。未だの人は是非見てね。

法里

3月14日(土)のシネマとランチの会はアップリンク京都で映画「ナースコール」を見てゆばんざい小豆やのゆば定食を頂き、その後丸谷さんのご厚意で池坊会館で春のいけばな展を鑑賞。

六角堂の敷地には枝垂れ桜も見る事が出来て充実した1日でした。

映画「ナースコール」はスイス、ドイツの合作で大病院の夜勤の凄まじい呼び出し(ナースコール)に対応する看護師の、患者の不安や治療に丁寧に向き合う人間の限界を超えた激務。この病院の現実日本でも同様で何年も放置されているが同じ看護師として現状に見合う人員の配置を願うばかりである。

参加者は内藤、丸谷、佐野、法里の4名でした



府立植物園 & 半木の道

(4月7日(火) 参加者6名)

4月7日(火) 森田、平岡正、奥田、佐野、法里(従姉妹と一緒に参加)で6名が参加。

家を出るときは激しい雨。植物園に着くと曇になっていました。



植物園に入るとチューリップ綺麗に咲いていました。桜は終わりで、ライトアップ装置のかたづけががされてました。

暫くすると雨がパラパラ振り出したので、昼食会場のキャピタル東洋亭へ少し早めに入り開店を待ちました。

食事の後、半木の道のしだれ桜の花見を楽しみ、植物園に再入場してゆっくりと温室見学をしました。天候が悪く寒くても楽しめました。



つなごう  支援の輪

機関紙編集担当

森田 英二、内藤栄子

皆さんからの便り、ご意見、投稿などお待ちしております。