

# 京都スキー協通信 NO.270

新日本スポーツ連盟京都スキー協

2021. 5. 23

URL : <http://wsak.cava.jp/index.html> E-mail [kyotoski@outlook.com](mailto:kyotoski@outlook.com)

発行責任者/小山孝夫 編集責任者/荒川邦博 編集委員/中島剛・森田英二・浅野輝男・星幸敏

## 京都スキー協第52回定期総会、 「書面表決」で開催

新型コロナの感染が治まらないため、7月に予定していた第52回定期総会は、「書面表決」で開催することになりました。

なお、具体的な日程などは6月の運営委員会で決定します。

### コロナ禍の20～21シーズンでした

関西ブロック指導員養成研修&初滑り：2020年12月18日～20日(志賀高原)

#### 家の中でゴロゴロが祟るも、ストレス発散、課題も見つかる！ 森の会・三上愛子

モネの小山さんの車に乗せて貰い参加、先週はまだ雪不足だったが木曜日からの寒波襲来で雪一杯！！おかげでレベルアップ実感しつつ楽しく滑れた。

でもコロナ自粛で家でゴロゴロしたのが祟り、太り過ぎて脚力弱り、歩くのが大変。皆に移動時に待って頂くことが多く、コーチから「愛子さんは板を履いたら別人かと思う程早く滑れるし、今後の課題は日常的に歩いて体重を減らすこと」と言われた。

私の歳になると足から衰えるし、脚力は落ちるのは早く、戻すには大変な努力が必要だとつくづく思った。コロナ禍対策で、マスクや外出自粛とストレスが溜まっていたが、久しぶりに雪の中で発散できて、自分の生活の課題も見つけられ（歩いて、痩せる）有意義な初滑り行事参加となった。でも寒波襲来で気温マイナス14°Cで滑ってられない程の寒さ、閉講式も中止、高速道路の立ち往生のニュースも心配だしと講習終了後早々に引き上げてきた。

スキーが出来る体力維持と、誘ってくださる仲間の居てくださる間は頑張りたいと、帰宅後歩く事を日課にするよう頑張ってる

## 外部講師講習会に参加

### 基礎スキーの大切さを感じる講習、競技スキー人口減は寂しい・・・

バーディカルスキークラブ 刈谷 拓爾

毎年、レベルアップレーシング班に参加して、『高天ヶ原大回転スキー大会』に出場するのが、私の「スキーシーズン納め」になっていましたが、今年はレーシング班参加者が少なく、レーシング班はキャンセルになりました。(コロナ禍で高天ヶ原大会も中止)

速さを追求してきた私のスキーですが、此処2～3年トップ選手との差が開く一方で、欠点を修正しようと練習してきました(外足スキーが踏めない・振り込む・外向傾が強すぎる・等々)が、それも我流の域を出ず、この際基本を学ぼうと「特別レベルアップ外部講師」の講習を受けることにしました。

キタムラスキースクール北村校長の、基礎からこぶ斜面まで志賀高原中央エリアをフルに使った(一ノ瀬ファミリー・寺子屋・高天ヶ原)4時間強、ぶっ続けの丁寧で充実した講習でした。

流れるような系統だった講習は、私が勝手に描いていた講習とは、良い意味で大いに違ったものでした。10人の受講者は、それぞれにレベルアップしたように見えました。

私は、やはり自分が悩んでいた欠点をことごとく指摘され、基礎スキーの大切さを今更ながら、つくづく感じるレベルアップでした。

キャンプに参加して的確な指導を頂いて、これからの練習目標が見えてきたように思います、染みついた悪い癖は簡単には直らないとは思いますが、少しずつ改善していきたいと考えています。

それにしても競技スキー人口が減っているのは寂しいですね。

### 滑りの意識が変わる。荒れたバーンも怖くない

バーディカルスキークラブ 刈谷 梓

今回、父と一緒にレベルアップに参加しました。父と同様に、基礎のレッスンには初めて参加しました。そこで、新たな気づきが得られたので、大きく3点に分けて、感想を述べたいと思います。

1点目は、これまで、板にただ乗っかっているだけの滑りをしていたということです。十分な圧を板にかけられているとは思っていませんでしたが、力尽くで何とか板を雪面に向かって押そうと努力していました。しかし、その力はほとんど板に伝わっていませんでした。今回、強いパワーいらずにしっかりと板に圧をかける方法を教えていただき、滑りの意識ががらっと変わりました。

2点目は、板に圧をかけられるようになると、少し荒れているバーンでも、怖れずに滑れるようになるということです。これまではフリー滑走でも、レース時のような、ガチガチに固められたバーンばかり好んで滑っており、少しでもバーンが荒れ始めると完

全に腰が引けて、まともに滑れていませんでした。しかし、ほんのちょっとした乗り方の違いで恐怖感がなくなり、その感覚の変化に驚きました。

そして、3点目は、私の滑りの癖と父の滑りの癖が非常に似ているということです。レッスン中、父と私は同じポイントを指摘されていました。また、参加者が順番に滑走していく中で、父の滑りをじっくり見ているとき、間違いなく滑りが似ていると確信しました。

レッスンを受けた日の夜、私が父の影響を受けたのか、父が私の影響を受けたのかで少しもめました。私は父に影響されて今の滑りの癖がついたと思っています…笑

来シーズン以降も、父と改善点を指摘し合いながら、お互いの滑走技術を高めていきたいと思っています。



お父さんとソックリ！？(刈谷梓さん)

### モネクラブツアー：志賀高原&野沢温泉)

#### コロナ禍でもみんな楽しんでスキー♪感染防止は万全に!!

##### 期待の新人発掘？(2021年1月1日～4日:志賀高原) スキークラブ望峰 小山

2021年シーズンは、例年になく早くから雪が降り始め、関西のスキー場でも12月からスキーができるなんて嬉しい限りです。長野県のスキー場でも毎年毎年雪の心配ばかりしていましたから。

しかし、「コロナ感染者」が全国的に広がり、特に関東では日々多くなってきています。京都でも年末になって増えてきて心配になってきましたので、会長と「正月ツアー」はどうしようかと相談をしました。「お世話になっている山楽さんが、キャンセルが出て困っておられるなら行ってあげないとアカンや！」ということで予定どおりに、1日午後出発で2.5泊して4日の午後帰路につく日程で志賀高原へ行きました。年末から行かれた方も含め総勢で10人となりました。

実施する為に、クラブで非接触型の体温計を購入して毎朝測ること。グレンデやホテル、車内でのマスクの着用も徹底しました。車内の空気の循環をさせる為に外気を入れながら走る事。ホテル内での手の消毒も徹底をしました。

志賀高原スキー場は、全山を滑るにはかなり時間がかかる広大なスキー場で、クラブ員のお気に入りの一つのスキー場です。

今年は、どこのグレンデも雪がたっぷりあり、雪質も良くグレンデの人数も例年より少なく、小雪は降っていましたが天気もまあまあ良く、2日半でほとんどのグレンデを滑る事ができ、みなさん十分に満足して楽しむことができました。



### 結成33年、感染対策充分に今年も正月ツアー実施

なくなってきましたが、今シーズン『若い期待の星』が加入してくれました。この若者もこの正月ツアーに参加してくれました。

昨年の秋に京都スキー協のホームページを見たとき電話がかかってきて、クラブ総会やオフシーズンのクラブの恒例行事になっている「愛宕山登山とぼたん鍋」にも参加をしてくれました。スキー技術レベルの高い方ですしクラブの将来にとって大切な方です。

クラブ員も「このゲレンデはどうして滑ればいいのか？」などと教えてもらったり、自分たちの子どもと思って皆さん、やさしく和気あいあいと和やかに過ごしました。

### リベンジ野沢ツアー、最高のコンディションで大満足 (2021年3月19日～22日:野沢温泉) スキークラブ望峰 小山

今年は「コロナ感染者」が広がり、クラブツアーも1月中旬から2月中は中止にせざるを得なくなりました。

今回は、「リベンジ野沢ツアー」ということで2月に予定していた「野沢ツアー」を1ヶ月遅れで、3月19日(金)夕方から22日(月)の2.5泊で計画しましたが、コロナ感染は収束していませんので、若者2人とおじさん2人の4人の参加となりました。

2日間ともいい天気恵まれて思う存分滑る事ができました。22日の月曜日の午前中は人も少なく、バーンも固めで最高のコンディションで、思いっきり滑る事ができ大満足で帰って来ました。

