

新日本スポーツ連盟京都スキー協議会

2014.10.21

Tel : 075-315-9710 Fax : 075-315-7039 URL : <http://wsak.cava.jp/index.html>

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

関西ブロック学習交流会・関西各地から73人参加 京都主管で聖護院・御殿荘で開催



SIAデモ藤本剛士氏が「スキー技術向上と基本姿勢」について講演

9月6日から7日まで、関西ブロック学習交流会が京都スキー協主管で、京都らしい落ち着いた建物の左京区史跡旧仮皇居・聖護院・御殿荘で行われ、総勢73名、京都からは25名が参加しました。

第一講義は全国スキー協常任理事の五十嵐民夫氏から「スノースポーツ安全基準」の説明があり、スキー場におけるスキーヤーとスキー場管理者が守るべきルールを定め、その遵守を強く求める事によってスキー事故を未然に防ぎ、スノースポーツの健全な発展に寄与する事が目的だという事でした。そのあと上級指導員滋賀スキー協池田和文氏から「指導員規程の理解と運営」で話があり再認識の為最近の改訂ポイントの説明がありました。

第二講義はSIAデモ・サニープロスキースクール藤本剛士氏から「スキー技術向上と基

本姿勢」の話があり、オーストリアのアルペン滑走姿勢がベースだという事から始まり、滑走しながらバランスを維持しスキーに効率よく伝える姿勢が重要であり日常生活でも確認できる所があるとの事でした。「インクリネーション」という用語も初めて聞きましたが直訳すると傾斜、勾配、傾き角だそうです。次のターン内側に向かって入っているターンの始まりの方で、骨格を無理なく並べたポジションでバランスのとれたインクリネーションは、重心が短い距離を動く事でターンの初期にエッジロックで固まることなく、深いエッジ角を滑らかに作っていくことが出来るとの事でした。難しいが今シーズンのテーマにしては？

翌日第三講義は会場を京都教文センターに移し開田高原マイアスキーアカデミー校長、今孝志氏から「健康的な眩暈の体験できる山岳スマートシティ構想」という事で今までの海外国内スキー講師経歴でのスキー界著名人との出会い等から始まり、開田マイアスキー場の開発苦労話、またスキー界の将来と問題点などの話がありました。

最後に四班に分かれて分科会がありましたが、問題点としては時間が短いのと発言が出やすいのを絞った具体的なテーマにした方がいいと思いました。(シティ・岡島)

学習交流会参加者の感想

今シーズンの第1目標は「基本姿勢」(西山SC・浅野輝男)

9月6日(土)～7日(日)、聖護院・御殿荘において開催された関西ブロック学習交流会に参加して参りました。今回の学習交流会は、初級指導員養成講座のうち理論単位の取得ができる講座で、今シーズン初級を受験する、わがクラブのメンバー全員が受講しました。

その中で私が印象に残ったのは、第2講義でした。スキー技術向上と基本姿勢について、SIAデモンストレーターの藤本剛士氏が講演され、非常に勉強になりました。『スキー大国オーストリアのアルペン滑走姿勢を学ぶ』と題して、基本姿勢に関するさまざまな角度からのお話は、「そうか、そうだったのか！」と改めて基本姿勢の大事さを頭の中に叩き込まれました。よくよく考えてみれば当たり前のことなのですが、基本姿勢ができていなくてはその先の技術の進歩はあり得ないと思います。たとえば、自転車に乗ったときのことを考えてみてください。サドルに座りハンドルを握って足でペダルを漕ぐ。この時の姿勢が自転車に乗る



基本姿勢を説明する藤本講師

スキー協関連行事・今シーズン予定

オフトレハイキング	2014年11月16日	六甲山
関西ブロック初滑り&指導員研修養成	2014年12月12日～14日	志賀高原
ウイークデーツアー	2015年1月21日～23日	木曾福島
第27回関西ブロック競技大会	2015年1月31日～2月1日	北志賀よませ
スキー協CUP(スーパーG)	2015年2月14日～15日	北志賀よませ
京都スキーフェスティバル2015	2015年2月21日～22日	乗鞍高原
第41回全国競技大会	2015年2月28日～3月1日	戸狩温泉
関西ブロック研修・レベルアップスキー	2015年4月3日～5日	志賀高原

時の基本姿勢です。それは、各々のパーツによって体の部位が規制されており、自然と基本姿勢が取れていることになります。だから、みんな上手く自転車に乗れるのです。もしサドルがなければ体の重心をどこに置くのがよいのか、考えなければならないのです。スキーに乗った時がその状態だと思います。スキーには、ハンドルもなければサドルもありません。これが基本姿勢を維持することのむずかしさです。

ということで、まず基本姿勢がどのようなものかを理解し、どんな斜面でもその基本姿勢を維持することができればかなりのスピードで上達できると思います。

僕にとっての今シーズンの第1目標は決まりました。この基本姿勢を徹底的に理解したいと思います。急斜面やコブでも維持できるように頑張りたいと考えています。西山SCの受講者の皆さん、学習交流会お疲れさまでした。今シーズンの上達に向け、頑張りましょう！

ケガをせず、ステップアップしたい（森の会・法里日出子）

会場となった聖護院御殿荘は、以前森の会のお花見をし、前会長の内田さんもお元気で出席され、降るような花吹雪と美味しいお料理と合わせ懐かしく思い出していました。



一日目 第1講義 1)「スノースポーツ安全基準」 2)「指導員規定の理解と運営」

安全基準は、平成元年にスキーヤーとスキー場管理者のために、自己責任の原則に則りFISルールと一体化し、国内スキー安全基準として制定された。今回スキー環境の変化によるスノースポーツの多様化、来場者の国際性背景に平成6年改訂以降なんと20年ぶりに改定された。スキー場の範囲、区域の安全、パトロールの任務、ヘルメットの着用など盛り込まれている。怪我をしない、させないことの大切さが、最近怪我の多い私には身にしみた。

第2講義「スキー技術向上と基本姿勢」

スキーはバランスのスポーツであり滑走しながらバランスを維持しやすい姿勢が大切であること。特に基本姿勢について理論的に学ぶことができた。特に印象に残ったことは、各々本人が生まれ持った重心の位置や特性があることを、実際のテストで知ったことは興味深かった。自分の特性を踏まえて、数多く練習を積み、実際の滑りの中でコツをつかみ取っていききたい。来シーズンは怪我せず、研修を活かしてもう1段階ステップアップしたいな。指導員の方々よろしく。この後美味しいお料理とお酒を頂き、ヘルメットを脱いだ明星さんのご主人や藤井さん達と沢山お話して、楽しい交流会でした。2次会は飲みすぎたため欠席。

二日目 第3講義「健康的な眩暈」の体験できる「山岳スマートシティ」構想

講師の今氏は同世代であり、映像とともに日本のスキーの変遷と世界の流れがとても懐かしくお聞きしました。何よりスキーの感動とスケールの大きい夢を見させていただいたと思います。「思考が停止する瞬間を体感するスポーツは健康的な眩暈（めまい）を起こす。それがストレスを解消して、明日への英気を養う。



健康的な眩暈（めまい）をと今氏

健康的なめまいとはスピードの中で起こる、身体が浮いたように感じる瞬間である」

こんなめまいを感じたらもうスキーは止められないでしょ。壮大な木曾エリアの山岳スマートシティ構想。私が元気で滑れる間にぜひ実現させていただきたい（私には時間が無い）。

最後の分科会はクラブ運営と組織に参加。会員の高齢化による世代交代の危機、クラブとスキー協議会との関係等が問題提起された。私も含めて団塊の世代のリタイアで、今は60歳代シニアは元気全盛、その部分はむしろ活性化していると思う。若い世代は忙しく時間無く経済的にもゆとりがない。しかしここには子供もいるので、是非とも大自然とスキーの素晴らしさを体験してもらいたい。一度の体験は必ずリピーターも生まれると思います。

日帰りや土日など安価で参加しやすい企画を増やし、一般への呼びかけ、ニーズの把握のためのアンケート調査等、結局地道にコツコツと働きかけてゆくことが大切とのまとめになりました。若い世代が高い会費を払って、貴重な休日に出席し、クラブに所属する見返りやメリットをもっと追究したい。

私に今できることは、まず森の会やスキー協の行事に、時間取れる限り参加することです。

京都スキー協 オフトレハイキング2014

京都一周トレイル最終章

9月21日（日）

4時間15km完歩！・また参加して下さい（山スキー部長・竹口進）

週間天気凶では、その日は雨の予想でしたが日ごろのおこないが良かったので、当日は素晴らしい天気恵まれ、スキー協会員6名、会員外が11名と大勢の方が参加されました。

この行事は、シティSCが5年前から始め、稲荷から出発してやっと最終の上桂にたどり着きました。京都駅からJRバスで高雄、案内表示88番から清滝へ、なぜか番号が1番になって渡月橋に。

その間に嵯峨鳥居本の素晴らしい街並みもありました。時間があれば又行きたいですね。

ちょっと横道にそれましたが、松尾山38番から西芳寺(苔寺すず虫寺)から阪急上桂駅約15km4時間コースでした。いつか清滝から出発したいと思います。また参加して下さい。

5年がかりの企画完結！生で乾杯！（京都シティSC・橋本昇市）

早秋晴れを思わせる穏やかな絶好の天気となり、ようやく6ルート目（ファイナル）のコースに取りつく事になりました。元々はシティSCの行事として始めましたが、いつの間にかスキー協行事となり、今回は、西山SC塩谷さん、スノーフリーク野口さん、望峰五十嵐さん（コース途中から合流）、ススムの会（シティの友好チーム）と竹口ファミリーグループの11名、竹口・岡島・橋本のシティ組と17名の賑やかで華やかな山歩きとなりました。

京都からJRバスに乗り高雄まで、高雄を出発し清滝川にそって緩やかなルートを、魚取りの人々を眺め小魚を見つけて喜びつつ進み、清滝を越えて少し狭い所や多くのハイカーで離合に詰まったりしながら、約2時間歩き金鈴峡近くの河原に着き、平たい石ころを座布団（硬いけど）代わりに昼食を済ませ、十分にエネルギーを充電して、そこらいきなり六丁峠と

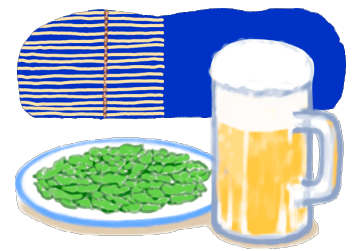


5年かかって完結！最多の17人が参加

いう、急曲り急登りを越えて緩やかな傾斜の道を下り、観光客のひしめく名勝嵐山に到着。

丁度昨年の今頃に見た濁流の溢れかえった情景がウソの様に、見事なまでに穏やかな風景でした。この辺までは今迄のトレイル・5ルートまでに有ったような、それなりに厳しくタフなコースでは無かったので、皆さん余裕でいたのですが、最後に思わぬ松尾山越えが立ちふさがりました。竹林の中を登りつつ軽く越えるつもりでいたのが、以外にも長く感じるルートに、もう登りは無さそうと励ますつもりで言っていたら何度も登りが現れ、私はNさんからうそつき呼ばわりされてしまいました(*^_^*)。でも頂上にたどり着き、嵯峨野平野や北山の稜線を眺めてる内に、疲れが消えていくから不思議なもの。山歩きの魅力でもあるのかと。そんなこんなで無事に苔寺谷・上桂に到着。5年をかけて（長すぎですが）第1ルートから今回まで、完踏破者は竹口さんと私の二人でした。一応この企画は完結となりました。竹口さんには、ルートリーダーとしてお世話になり、ありがとうございました。

打ち上げは四条烏丸まで移動して7名で行いましたが、皆の注文は取りあえず「生が」！！でした。



全国競技部会の報告

競技部長・小山孝夫

9月28日の全国スキー協の全国競技部会に参加しました。決定内容を報告します。

①第17回スキー協カップ

- ・2015年2月14日（土）練習会・15日（日）SG大会：夜間瀬スキー場
- ・参加費：練習会3,000円。大会5,000円。（両方参加7,500円）
- ・団体戦（3名1チーム）新設。ポイント制で、女性は加点する。
- ・宣伝面：ポスターを作りスキー場やケルン、スキーショップにも置いてもらう。関西地域のスキーショップにも依頼。

②第41回全国競技大会

- ・2015年2月28日（土）～3月1日（日）、：戸狩温泉スキー場
- ・ツルブリッケンコースを使用する。
- ・Jr、ビギナー部門の増員が目標。（コースに青いラインをいれるなど工夫する）
- ・スキーウェアで滑る部門も検討。ゆっくり安全に滑ってもらう。
- ・今季は、スポーツ祭典行事の一貫として取り組む。

③セッター研修会

- ・2015年3月14日（土）～15日（日）：野沢温泉スキー場
- ・本年度は研修会のみ。
- ・競技の練習にもなるので、一般の方にもテストランの参加と参加費の検討する。

④乗鞍サマーキャンプ

- ・2015年7月11日（土）～12日（日）か18日（土）～20日（月・祭）で検討。
- ・宣伝をしっかりして参加者を集める。

関西ブロック初滑りレベルアップ・指導員養成・研修会のお知らせ

主管：関西ブロック・滋賀県勤労者スキー協議会

初級・中級指導員の養成と研修、一般会員のレベルアップ講習会です。
今回は、野瀬デモも緊急参加。基礎技術・応用発展技術を3日間通しの特別班も設定。
一般会員の皆さんの志向に合わせたレベルアップコースもあります。

[開 催 要 項]

日 時： 2014年12月12日(金)～14日(日)

場 所： 志賀高原 一の瀬スキー場 宿泊先：ホテル山楽

《3日間コース》(参加費：1～5=28,500円、6=26,500円、7・8=27,500円)

○ 指導員養成(1・2)・研修(3・4・5=基礎技術+応用実践)コース

- (1) 中級指導員養成コース (講師：スキー協指導員)
- (2) 初級指導員養成コース (講師：スキー協指導員)
- (3) デモから学ぶ特別コース中級指導員(講師：スキー協No1飛ばし屋の野瀬デモ3日間)
- (4) みっちり上達特別コース初級指導員(講師：ていねい指導の池田上級指導員3日間)
- (5) 藤本デモにも習えるコース(講師：12日SIA藤本デモ/13・14日スキー協指導員)

○ 一般会員コース

- (6) めざせボードカービングコース (みっちりスノーボードをならってカービング)
- (7) じっくりレベルアップスキー (基礎からしっかり3日間レベルアップスキー)
- (8) 雪を求めてツアーコース (上達めざしながら楽しくツアースキー)

《2日間コース》(参加費：9・10=17,500円、11=15,500円、12・13=16,500円)

○ スキー指導員研修コース(基礎技術研修のみ)

- (9) 指導の質を上げよう！中級指導員 (講師：スキー協指導員)
- (10) 今年のテーマはこれだ！初級指導員 (講師：スキー協指導員)

○ 一般会員コース

- (11) のりのりボードコース (スノーボードの楽しさを満喫しよう。)
- (12) レベルアップ2日コース (しっかりレベルアップスキーコース)
- (13) 雪を求めてゲレンデめぐり2日 (自然体感しながらスキー上達も)

(参加申し込み締め切り11月28日(金)、申し込みは各クラブ役員へ)

第2回運営委員会の報告 2014年9月16日(火)：新日本スポーツ連盟事務所

- ①役員・専門部体制の確立・強化についての確認
- ②関西ブロック学習交流会の報告と総括
- ③スキー協のつどいについて
- ④ホームページのリニューアルについて
- ⑤ウイークデーツアー、京都フェスティバルの実行委員会の開催について
- ⑥スキー協議会規程、指導員規程、派遣規程などの改訂
- ⑦各クラブ員及びメイトの増減
- ⑧全国スキー協主催「サマーセミナー」の報告
- ⑨各専門部からの報告

*次回運営委員会=10月21日(火)