



# スキー協通信

東京都勤労者スキー協議会

〒170-0013 東京都豊島区東池袋2-39-2大住ビル4F 03(3971)4144  
ホームページ: <http://www.tokyoskikyo.org/> E-mail: [info@tokyoskikyo.org](mailto:info@tokyoskikyo.org)

No.371

発行

2015.4.1

発行責任者・出崎福男

## 第41回 全国スキー競技大会 優勝奪還! 2015/2/28~3/1



5クラブ合同八甲田パウダースキー

左上 矢吹 健(銀嶺)  
右上 佐藤喜一(スラローム)  
右下 本多賜代(シーハイル)

### 目次

第41回全国スキー競技大会	2頁
リレーエッセイ「雪紋」／春スキーへのお誘い	3頁
乗鞍岳山スキー教室	4・5頁
初・中級指導員検定会の報告	6頁
スキー協CUP／石打花岡練習会	7頁
連載「私たちはこんなクラブです!」第8回	8頁
5クラブ合同八甲田パウダースキー／Information	9頁
4・5月のカレンダー	10頁

## 全国スキー協主催

# 第41回 全国スキー競技大会

全国スキー競技大会が、2月28日、3月1日に戸狩温泉スキー場で行われました。土曜日（回転）は春のような陽気、日曜日（大回転）は時々陽が射す薄曇りの絶好のスキー日和のなか、全国から99名、内、東京からは28名の選手が競い合いました。

大会2日目、大回転2本目、東京の有力選手のケガで戦力を欠いたなか、選手団の健闘で、昨年の2位から優勝を奪い返しました。（選手のケガは前十字靭帯断裂、現在はリハビリも順調に4月半ばに再建手術を受けるとのこと）

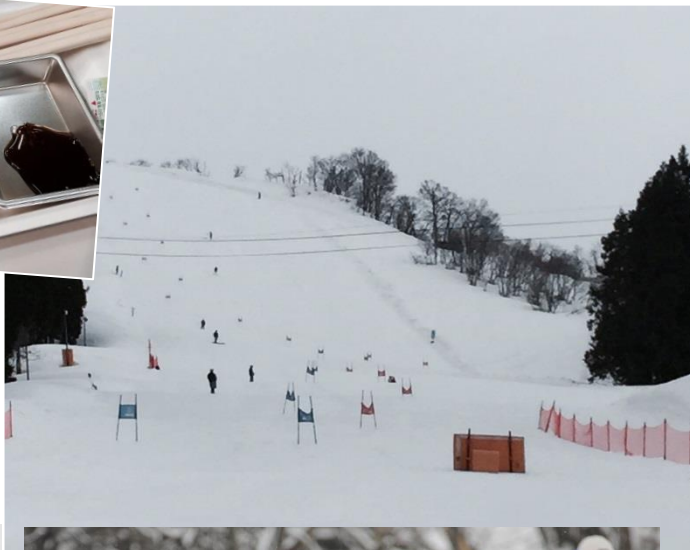
特筆すべきは1日目の夜、ゲレンデ内、レストハウスとがりでの表彰式と交流会。北陸ブロック主管ということで、富山の会員さんがなんと大きな寒ブリを持参、目の前で解体し、刺身にしてふるまってくれました。料理したばかりの刺身と持ち寄られた各地のお酒を頂き、大盛況の宴でした。

来年シーズンも優勝目指して、大勢で参加しましょう！

リザルト→ [http://www.mmjp.or.jp/wsaj/information/201502280301\\_Result.pdf](http://www.mmjp.or.jp/wsaj/information/201502280301_Result.pdf)

シーハイル S.C. のクラブニュースより、クラブ新会員で初出場の青山隆行さんのコメントを紹介します

『感動です！！ 65歳にして初めて競技スキーに挑戦です。スタート前の緊張が一気に解き放たれ、真っ白な空間の雪原に夢中でポールへ挑んでいきました。競技スキーとは自己との戦い。まさに、結果！ 最善を尽くしたタイムが正直に自身を評価してくれます。来年の大会にはスキルを磨き、真摯な気持ちで勝負します。シーハイルの一員として頑張ります！』



末広明美（スラローム）



堀井幸保（銀嶺）

表紙（大会関係）とも写真提供：関谷義孝

# もう一度1人1人の 力を集めて、、、

東京スキー協 副会長 吉田 安信

リレーエッセイ

# 雪紋

3月になってから暖かい日が続いたと思ったら真冬並みの気温、あちこちで記録的な雨量、積雪が報道されている。気象情報では爆弾低気圧、二つ玉低気圧などの用語が頻繁に聞かれる。これらは山の世界では、荒天をもたらす、気をつけなければならない現象と知れ渡っているが、いまや平地においても注意を払わなければならない。雨が降れば冠水、土砂崩れ、雪となれば家屋倒壊、雪崩、車が立ち往生等。異常気象と言われているが、こう続くと異常ではなく常態ではないのか。これらは温暖化による現象だと思われる。我々は自然の中で活動しているが、山スキー（バックカントリー）を楽しむものだけでなく、スキーヤー全てに関わることだ。

スキー協は自然保護とともに温暖化防止にも取り組んできたが、もう一度、一人一人が行動しなければならないのではないだろうか。一人の力は弱くても大勢集まれば大きく強いものになるはずだ。

## 春スキーへのお誘い

春の陽ざしを浴びて、風をいっぱいに颯爽とすべる爽快感。雄大な自然の中を。

この時期こそ山スキーの楽しみが味わえます。

2015年GW、滑り納めに参加してみませんか。

<mailto:http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/yamaski/yamaski.htm>

### 八甲田山 (5/2(土)~5/5(火))

青森県(猿倉温泉)・猿倉荘 参加費 50,000円(打合せ会 4月22日)

南・北八甲田山のバリエーション豊富な広大な山域を縦横無尽に、春スキーの決定版です。山スキーの入門にも最適なところ

### 鳥海山 (5/3(土)~5/5(月))

秋田県(矢島)・まさか 参加費 34,000円(打合せ会 4月15日)

東北の名山。秀麗な山容を見せてくれます。山頂から5キロのロングコースを滑ります。積雪の多さと共に最良の山スキーの場を提供しています。

### 立山・剣沢 (5/22(金)~5/24(日))

富山県(地獄谷温泉)・雷鳥荘 参加費 31,000円(打合せ会 5月12日)

北アルプス3000m級の雄大な斜面の大滑降は爽快感満点です。宿では、温泉につかり星空を眺めて気分は極楽気分になるでしょう。

### 乗鞍岳 (5/16(土)~5/17(日))(全国スキー協行事)

長野県(乗鞍高原)・青葉荘 参加費 13,000円

乗鞍岳(標高3025m)山頂からの滑降目指し、大きな雪渓・素晴らしいオフピステです。



乗鞍岳(左上コロナ観測所)

# 乗鞍高原、新雪・パウダーを滑る！

**1** 日目天気予報は雪であったが晴れ間もある曇り空、前日までの雪が道路に残り3月としては大雪との事。

8時30分宿のマイクロバスで Mt. 乗鞍スキー場へ、スキー場は意外に大勢のお客。良い雪質の深雪を滑ろうと押しかけて来たようだ。遠望はきかなく、乗鞍岳は見えないが天候はもちそうだ。

9時55分カモシカ平出発、例年此处でクトーを装着するが雪が深くシールだけの登高とする。

山スキーが初めての人に合わせ、ビンディング・歩行のコツ等をレクチャー。ビーコンチェックを行い最初の急登へ。キックターンを慎重にこなし、樹林帯の切り開かれた斜面へ、ここでハンドテストを行う。



乗鞍岳山スキー教室・スタート



新雪の中、シール登高

15センチ及び40センチの所に弱層が有り、ナイフで雪を切った様にズレて一同感心する。

急斜面ではシールの効き目に不安があり前屈み気味の登高でスキーを滑らす場面も有ったが、強風の中、肩の小屋手前のトイレ棟に到着、風が冷たく此处までとして休憩もそこそこに滑降の準備をする。今年はアイスバーンでは無く新雪の下り、位ヶ原上部からお待ちかねの20数度の美味しい斜面、山スキーは初めてだが滑る足前は達者、急斜面を見事なシュプールを描き十分に新雪を楽しむ。

宿では夕食後ミーティング、読図学習・山スキー道具の話題で盛りあがる。



快晴の乗鞍をバックに

**2** 日目は快晴 乗鞍岳がクッキリ見える。前日とほぼ同じルートにトップを交代しながら進む。今日は遠望もきき、近くに奥穂高岳、中央アルプス、南アルプス、八ヶ岳、浅間山等々、山に詳しい参加者に山座同定をしていただく。

今日は位ヶ原分岐上部の急斜面からの滑降として休憩を省く、1名は足に違和感を覚えたので斜面の下で合流、やや重くなった斜面にシュプールを刻む。スキー場上部で参加者の希望でハンドテストを各自で行い感覚を養う。

13時 マイクロバスで宿へ、解散した。

<乗鞍岳山スキー教室 参加者の感想>

充実した山スキーでした。初めての体験でシール登高のコース取りをさせてもらいました。後ろを気遣うことは難しいですね。好い体験でした。

もう一つの初体験は、自分で弱層テストができたことです。机上でお聞きした簡易雪洞も体験したいです。何よりも天気恵まれ2度も登れて大満足でした。温泉、料理よし、コーチも仲間にも気持ちよく指導していただきました。スキー協ならではの教室と思いました。

(60代男性)

山スキー自体自分の中に何もなかったので、スキーを履いて？ 山に登る？ 本当に自分に出来るのかなと不安が有りましたが、入門教室(初心者)でも大丈夫でした。優しくてくださるリーダー先輩達と共に無事降りてこられました。最終日は天候も良く、遠くの山々が綺麗に観られたことが記憶に残りました。

(60代男性)

かつて住み、働いた思い出のある乗鞍で、素晴らしいバックカントリーデビューができました。天気予報がうまく外れ、初日の土曜日はパウダー、日曜日は快晴の春スキーが満喫できました。

初日は、登高の際、ついエッジを立ててしまい滑ること幾度。シールを信じて「じわっと」と足裏全体に荷重して登高すること実地で体感することができたのが大きな収穫でした。上りは3時間もかかったのに、パウダーの下りはたったの30分。上りで無駄な力を使ってしまって、パウダーを十分楽しめなかったのが悔やまれます。

2日目は、素晴らしい快晴のなか、乗鞍山頂だけでなく、穂高、八ヶ岳などの山座同定を励みに、スムーズに登れました。下りは春スキーの悪雪に調子が狂いつつも、楽しくあっという間に終わってしまいました。

講師の方に、きめ細かくアドバイスしていただきながら、「自分でやってみる」ことをさせていただきました。表層の確認のしかた、地形図の見方、先頭を歩くことの難しさを体感できたことが非常に良かったと思います。

何事もそうだと思いますが、初めてのチャレンジが素晴らしいハマってしまいます。すでに私は、バックカントリーにハマってしまっているのかもしれませんが。

(30代女性)

乗鞍岳山スキー教室の軌跡



# 関東ブロック初・中級指導員検定会

～～ 東京に新たな初級指導員が4名誕生 ～～

3月7・8日に志賀高原(一の瀬・高天ヶ原エリア)でスキー協関東ブロック主管の初・中級指導員検定会が開催され7名の方が指導員(初級6名・中級1名)にチャレンジしました。

指導員検定の種目は理論と実技がありますが、関東ブロックの理論検定はすでに都内で行なわれており、今回は実技検定(スキー教程技術・応用発展技術・指導法実技)です。昨年までは、2月末に開催していましたが、今年は受験者が少しでも多くの練習時間をとれるように3月の開催としました。

1日目(7日)は、午前中にスキー教程技術、午後に応用発展技術の検定を行ないました。当日の志賀高原は、ゲレンデで立って待っていても寒くなることもなく、スキー教程技術の検定を行なった一の瀬ダイヤモンドゲレンデは適度に雪も締まっていた絶好の検定日よりでした。受験者は、多少硬さが見えるものの、実力を発揮できたのではないのでしょうか。応用発展技術は、コブ斜面のある高天ヶ原に移動して行ないました。午後になって気温が上がり、雪面も若干緩んできていましたが、スピードコントロールがしやすい条件だったと思います。午前中に比べ、受験者のからだの動きも出てきており、よい滑りが見られました。不整地小回り(コブ斜面)は、バランスを崩すことを恐れてか、初級受験者は全体的に消極的な滑りとなり点数が伸びませんでした。

2日目(8日)は、指導法実技の検定を行なったあと、結果発表。東京からの受験者の内4名、神奈川県からの受験者1名の計5名が初級指導員に合格しました。東京の合格者名は以下の通りです。

八藤後雄治さん(マラヂェッツ)、喜来照夫さん(てんとおむし)、村本博司さん(シュプール)、森島 宏さん(シュプール)

また、2月に開催された大阪スキー協主管の初級指導員検定会で、星野昌弘さん(町田シャスネージュ)が初級指導員に合格しました。今期の東京スキー協からの初級指導員合格者は、3月末現在で合計5名です。(出崎福男)



(左から、森島さん、村本さん、八藤後さん、喜来さん)

※4月16日に「指導員合格を祝う会」を事務所にて行います。

# スーパーGに初挑戦！！ 2015/2/14 - 15

今回初めてスキー協カップに出場、スーパーGも初めての体験です。土曜日は練習会。午前中の3本目に少し欲が出たところで転倒、板が宙を舞い、身体は5メートル以上弾き飛ばされるという大クラッシュ劇を演じてしまいましたが、幸い無傷で午前中を終えました。

午後は見たことのないセットに、目が点に…！ まずスタートから角度のないところに1旗門目が、2旗門目スルーの数メートル真下に3旗門目があります。（つまり、ここ直滑降です）当然トップスピードのまま4旗門目前で怖くなり、少し切り上げてさらにお尻をつけてなんとか止まる…。とりあえず危険は回避しました。直滑降の手前で、小回りを入れて減速するほどビビっていました。

そんな不安が残るなか、大会当日は降り続く雪で視界も悪く、積雪の影響もあり1時間半遅れの1本勝負に変更になりました。セットは1、2旗門目までは角度はないものの、その後はインターバルが長いGSといった感じでなんとか私なりの攻めができ、3位に入ることができました。ゴールした後、「もう1本滑りたい！」と思う自分がいました。

今回の挑戦は自分にとって小さな一歩、いやけっこう大きな一歩になったと思います。

てんとおむしスキークラブ 長谷川かよ子

リザルト→ [http://www.mm.jp.or.jp/wsaj/information/201450215\\_result.pdf](http://www.mm.jp.or.jp/wsaj/information/201450215_result.pdf)



## 石打花岡SL練習会+記録会

2015/2/21 - 22

三増コーチを迎えての、花岡SL練習会。翌週は全国スキー協の競技大会もあるため、19名の参加と大入りでした。2日目の午後はタイム計測（ストップウォッチ使用）を行い、スポーツタオルやニットキャップなどの景品も用意され、さながら小さな大会のようでした。3本滑って、くじでペアになった男女の1本目の合計タイムでペアマッチを、ベストタイム2本の合計で個人戦を戦い、ゲーム感覚の面白い練習ができました。

(競技スキー委員会)



# 「私たちはこんなクラブです！」

## Question

Q&A方式で、クラブのPRをしてもらいます。すべてのクラブにインタビューしていきますので、ご協力ください！

- ① クラブは創立何周年、会員は何人ですか。
- ② クラブの自慢できるところをひとつ教えてください。
- ③ クラブ運営を成功させる秘訣はなんだと思いますか？
- ④ あなたのクラブを一言で表現してください。（それはなぜですか）

## Answer from 「まっくろけ」

- ① 創立 1977年3月、38周年 会員数 25名  
（正・準合わせて100人を超えたときも。典型的斜陽クラブ）
- ② 自慢はネーミング。1度聞いたら忘れない「まっくろけ」（決して腹のことではない）
- ③ 秘訣があったら教えてほしいし、ありはしない（何をすべきかより何をしたいのか、欲望のままに行動する）
- ④ 人（クラブ）の値打ちと煙草の味は煙となってしまうもの（だから今を大事にしましょ）



↑2014年3月、カナダスキーの1コマ  
←今年1月、東京大会の表彰式で





# 5クラブ合同で八甲田の深雪 \*\*\*\*\*

今年もパウダーの八甲田で、エーデルヴァイス、こなゆき、三多摩山スキークラブ、スノーモンスター、ラ・ランドネ5クラブ合同のツアーをおこないました（他のクラブからも参加あり）。19人が2月20日から25日までそれぞれの都合に合わせた日程で楽しみました。

私は20日から22日の参加でしたが、厳冬期に関わらず無風快晴のぼかぼか陽気、アウターがなくても過ごせました。それでも樹氷は大きく雪はパウダー、しっかり締まった雪の上にパウダーが乗っていました。その間をガイドの案内で歩いたり滑ったりしながら、絶景の中を縦横無尽、快適なスキーを堪能しました。よく写真で紹介される樹氷原から滑り始め、上部は無木立の大斜面を滑降、下部はブナ林の樹間を滑降。降りた先には宿のバスが待っていてもうひと滑り。滑り終わったら酸ヶ湯の千人風呂の温泉を堪能。今回もスキー、温泉と満足な5クラブ合同ツアーでした。吉田安信（スノーモンスター）



## information

**大原GS&SLポールレッスン** 申し込みはお早めに… **締切4月3日**

吉岡大輔さんをコーチに迎えて5シーズン、初のGSレッスンです！  
場所は今回が初めての大原スキー場。少し遠いですが、誘い合わせてご参加ください。  
SLもやります。（競技スキー委員会）

日 程：2015年4月11日(土)～12日(日)

場 所：魚沼 大原スキー場

講 師：吉岡大輔（トリノオリンピックアルペン大回転代表）

参加費：22,000円（1泊2食、レッスン料、傷害保険、諸経費含む）

（学生はご相談下さい）

宿 泊：休場（やすみば）〒946-0303 魚沼市大白川167 TEL 025-796-2901

集 合：4/11(土)朝8時30分「休場」前

申し込み/問い合わせ先：

詳細・申し込み用紙：

<http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/kyougi/images/pdf/150411oohara.pdf>

**競技スキー委員会、5月の行事**

かぐらスプリングキャンプ（フリーレッスン）5月23日～24日

編集後記 **エビノシッポ** はお休みです。

## 4・5月カレンダー

4月	東京スキー協	全国スキー協、他	5月	東京スキー協	全国スキー協、他
1日(水)			1日(金)		
2日(木)	理事会⑥		2日(土)	八甲田山スキー教室 2日～5日 鳥海山山スキー教室 3日～5日	
3日(金)		3日(日)			
4日(土)	梅池山スキー教室		4日(月)		
5日(日)	〃		5日(火)		
6日(月)	常任理事会		6日(水)		
7日(火)	山スキー委員会		7日(木)	常任理事会	
8日(水)			8日(金)		
9日(木)	教育技術局会議		9日(土)		
10日(金)			10日(日)		
11日(土)	大原 GS&SL レッスン	全国技術部会(志賀)	11日(月)		全国常任理事会
12日(日)	〃	〃	12日(火)		
13日(月)		全国常任理事会	13日(水)		
14日(火)			14日(木)		
15日(水)			15日(金)		
16日(木)	指導員合格を祝う会		16日(土)		乗鞍山スキー交流会
17日(金)			17日(日)		〃
18日(土)			18日(月)		
19日(日)			19日(火)	広報局会議	
20日(月)			20日(水)		
21日(火)	広報局会議		21日(木)		
22日(水)			22日(金)	立山、剣沢山スキー 22日～24日 かぐらスプリングキャンプ (フリーレッスン) 23日～24日	
23日(木)			23日(土)		
24日(金)			24日(日)		
25日(土)			25日(月)	通信発送	
26日(日)			26日(火)		
27日(月)	通信発送		27日(水)		
28日(火)			28日(木)		
29日(水)			29日(金)		
30日(木)			30日(土)		
			31日(日)		

赤字は3月の常任理事会  
で変更になった  
ものです。