



# スキー協通信

No.392

発行

2017.3.1

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)

発行責任者・出崎福男



**第41回  
東京スキー競技大会 2/4・5  
練馬ヒューマン、  
目標の2連覇を達成!!  
優勝カップを守る!**



初参加のフレッシュな顔ぶれが目立った今大会、交流会、表彰式では充実した表情を見せていました。来年また元気に再会して、お互いに競い合しましょう!



## 目次

リレーエッセイ「雪紋」 .....	2頁
舞子GS ポールレッスン 報告 .....	3頁
第41回東京スキー競技大会 報告 .....	4・5頁
連載「私たちはこんなクラブです!」第21回 .....	6頁
Information .....	7頁
3・4月のカレンダー .....	8頁

## 元気なシニアの出番は続く シーズン中に 新たな仲間を迎えよう

# リレーエッセイ 雪紋

東京スキー協 常任理事・広報局 高橋豊明

今年の恒例のクラブ行事での出来事。同宿した千葉県柏市の SAJ に加盟するスキークラブと思いがけない交流ができました。一日目の夕食後のミーティングにそのクラブの会長が挨拶に見え、クラブの生い立ちや組織状況などについて 20 分ほど話され、翌日の夕食時に、こなゆきの田畑会長がそのクラブの席でお礼の挨拶を行いました。その直後に「フレフレこなゆき」のエールが寄せられ、こなゆきの席からも「フレフレ・・・」とエールの交換が行われました。

このクラブはシニアを中心とした会員 100 名余の元気なクラブ、揃いのウェアでゲレンデを賑わせていました。スキー協のクラブと SAJ のクラブとの交歓は初めての経験。シニア世代にはスキー界を元気にする役割がまだまだ大きいとあらためて実感する機会となりました。

スキー協は 2 年後に創立 50 周年を迎えます。記念事業の計画が種々発表されていますが、何よりも会員拡大の前進の中で祝いたいと思います。スキー人口が減少していますが、周りには定年退職を機に、またスキーを始めたいとしている人は少なくないと思います。クラブの経験からもそのことが言えています。若い人にはなかなか手が届かない状況がありますが、ここは元気なシニア世代にクラブ行事への参加を呼びかけ、スキーの面白さ、仲間と滑る楽しさを更に広げてもらおうではありませんか。

多雪となった今シーズン、新しい仲間を迎えるチャンスシーズンにしたいものです。ゲレンデの雪が消える前にもう一踏ん張り頑張りましょう。

## 2017 年春・GW 仲間と山スキーへ (山スキー委員会より)

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。

2017 年GW、滑り納めに、山スキー教室に参加してみませんか。

日 程 2017 年 5 月 3 日 (水) ~ 5 日 (金) 現地集合 / 解散

場 所 秋田県・鳥海山 (参加費 34,000 円)

日 程 2017 年 5 月 3 日 (水) 12 時から、5 月 5 日 (金) 12 時 (現地集合・現地解散)

場 所 青森県・八甲田山周辺 (参加費 37,000 円)

日 程 2017 年 5 月 19 日 (金) ~ 21 日 (日) 2 泊 3 日

場 所 富山県 (室堂周辺(雷鳥沢他)、剣沢、タンボ平) (参加費 31,000 円)

詳細は HP で → <http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/yamaski/yamaski.htm>

### 全国主催 乗鞍大滑降

3000メートルの山頂目指しそこからの滑降、大きな雪渓・素晴らしいオフピステです。山スキー部員・山スキーリーダー大集合です。

日 程 2017 年 5 月 13 日 (土) ~ 14 日 (日)

参加費 13,000 円

「インスペクション、私はこうやっています」結構はまっちゃいました(^\_^)

## リニューアル「舞子GSポールレッスン」 2017/1/28-29



「ポール初心者やスキー初級者にもポールを楽しんでもらいたい」という思いで、「ポール入門者のための補講」「ポール入門講座」「インスペクション、私はこうやっています」などの企画を発表した今回。1月28日29日の2日間、舞子スノーリゾートにおいて21名の参加で行われました。レッスンの内容を、少しだけ紹介します。

28日午前は、インターバル長めのセットで、「余裕がある中で、色々な事を試してみる」をテーマにしました。しっかり足場を作ってみたり、捉えを早くしてみたり、立ち上げる方向を変えてみたり…。ってそんなに余裕はなかったですが、支えていた力をどっから抜くかみたいなことをやっていた人もいました。午後の最初には、小林コーチからインスペクション解説。一同「う～ん、なるほど」。翌朝のインスペでは、「ここ流れているよね」「リズム変化あるね」と、もうすっかりレーサーになっていました。いつもよりしゃべるコーチの阿部ちゃんも素敵でしたね。

2日目の午前は、練習セット、午後は実践セットでインターバルも短め。阿部ちゃんらしくないセットでしたが、よいトレーニングになりました。

「ポール入門者のための補講」は1日目トレーニング前と後の時間で実施。朝は、外足でしっかり支えるためのドリル、夕方は、トレーニングの中でわからなかったことの復習と基本動作のドリルをやりました。夜は福島講師から、ポールのセットとラインの基本の話、コーチからビデオを使ってのアドバイス。ポールで速く滑るために大事なことを特別にご披露いただきました。

「インスペクションのコツ」「ポールで速く滑るための大事な事」知りたい方は、来シーズンの「舞子GSLポールレッスン」にぜひ参加くださ～い。



### ●ポール入門者のための補講を受けたまっくろけ・牧野さん

「とにかく良かったです。ポイントを絞って教えてもらったので、わかりやすかったです。



### ●競技スキー委員会行事に初参加のシーハイル・横川さん

「初日は上半身の意識が薄かったのが、アドバイスをもらいながら使い方がわかってきた。」「外足のたわみが、少しではあるがたわむようになって上達できたと思う。」「コーチ陣に感謝します。」

### ●今回別人の滑りを見せたスラローム・私市さん

「今回の練習会に来て本当に良かったです。ポジションの事、インスペクションの事等々、色々とても勉強になりました。今までポールの中は滑るのが怖かったですが、今回は楽しく感じました。」

(競技スキー委員会)

# 第41回東京スキー競技大会 2017/2/4・5

## 熱い戦いを練馬ヒューマンが制覇（2連覇）！

### 今年もジュニアが大活躍

第41回東京スキー競技大会は、2017年2月4日、5日の2日間、舞子スノーリゾートにおいて1日目79名、2日目77名、17クラブ・チームのエントリーで熱戦が繰り広げられました。

昨年の大会が中止となり、2年ぶりの開催となり参加者の強い思いが天に通じたのか、1日目は暑いぐらいの快晴、2日も曇天ながら大会終了まで予想の雨に降られることもなく終了しました。

全体的な参加者が減る中で、初めての参加者、久しぶりの参加者、そして男子1部の参加者が増えたのが特徴的でした。また、入門、女子3、男子4、男子2で1日目、2日目の優勝者が入れ替わるなど、スリリングで熱い戦いがみられました。

団体優勝は、一昨年に続き、ジュニアの大活躍で練馬ヒューマンが圧勝、2位には男女子1部に4人

を送り込んだシーハイルSCが1日目の3位から逆転で2位に、3位は表彰台常連のスラロームSCという結果になりました。交流会では、例年多くの選手団が参加する練馬ヒューマン、スラローム、雪舞はもちろん、1人参加のクラブも交えて賑やかに交流を楽しんでいました。今年の大会では、シーハイル、モルゲンローテ、ジュプールも参加人数が増えました。大勢で参加できれば、大会での失敗もまた酒のつまみに変わって楽しめていたようです。

ここ数年のクラブ対抗戦の上位チームの特徴から、私は「クラブ対抗戦に勝利する法則」を見つけました。皆さんに披露しますので、来年は表彰台目指して参加してください。①数を集める、②ジュニアを集める、③1部参加者を集めるが三原則。穴場の女子2部参加者を集めるのも有効。

### 参加者の声...

#### <入門の部>

太田千春さん（練馬ヒューマンSC） ※1、2日目優勝

「昨年中止だったので、今年も出来るか心配でした。タイムが良くて良かったです。」

森島宏さん（ジュプールSC） ※初参加 1、2日目2位

「競技は全く初めてで前日練習では2回も転んで大変でした。完走目指して慎重に滑ったのがよかったのかな」

小柳幸代さん（モルゲンローテ） ※初参加 2日目3位

決められたところを滑ることで、自分から動かないといけないことを学びました。前日の練習に比べると大会バーンは整備されていてとても滑りやすく良かったです。」

三浦紀子さん（モルゲンローテ） ※初参加

「まったく初心者ですが、スキーが上達したいという思いで参加しました。練習では、コケまくり雪に突っ込むなど散々でした。1日目は、残念ながら不通過でしたが、2日目は完走出来て大満足です。来年も頑張ります。1分切りが目標です。」



#### <ジュニアの部>

中川竜玖くん（品川SC） ※1日目、2日目優勝

3kgのお米を抱えながら「お米よりレルヒ少佐がほしかったです。」

#### <女子1部>

本多颯代さん（シーハイルSC） ※1、2日目優勝

「昨年は怪我明けの最初のレースと考えていたが小雪で中止になってしまった。その分2倍の意気込みでした。甥っ子も連れてきて、若い人の参加に貢献できたと思う。」

#### <女子3部>

桶谷牧子さん（シーハイルSC） ※1日目優勝



「怪我をして6年ぶりの参加でした。滑れて良かったです。」

安藤恵津子さん（スラロームSC） ※2日目優勝

「スピードが出なくて困っていました。最後の1本が勝負と思って気合い入れました。少しだけタイムを短縮できました。」



<男子1部>

本多幸助さん（シーハイルSC） ※1、2日目優勝

両日とも優勝できて何よりですがタイム的に…な感じです。来年は全てラップが取れるように精進したいと思います。

<男子2部>

阿部一博さん（チームスポーツ板橋） ※1日目優勝

「前は不通過でゴールできなくて、今回は2本ともゴール出来て楽しかった。」

榎内康夫さん（シーハイルSC） ※2日目優勝

「全国のエントリー代がいただけるので、とても嬉しいです。」



<男子3部>

桶谷政博さん（シーハイルSC） ※1、2日目優勝

「今日は不発の場所がいくつかあったので、明日は不発がないように頑張ります。」

<男子4部>

武田健一さん（練馬ヒューマンSC） ※1日目優勝

「ようやく復帰できたのがうれしい。若い人のタイムに負けたのがくやしい」

市川正幸（どさんこSC） ※2日目優勝

「武田さんがいるのに優勝できるなんて思ってもいなかった。もっと頑張ります。」



《団体2連覇の練馬ヒューマンSC》

「ジュニアの貢献が大きかった。（そのとおりとの外野の声）3連覇目指します。」



各クラス3位入賞者

1日目			2日目				
入門 クラス	1.太田千春	男子4	1.武田健一	入門 クラス	1.太田千春	男子4	1.市川正幸
	2.森島宏		2.川崎繁藤		2.森島宏		2.川崎繁藤
			3.池田満夫		1.小柳幸代		3.池田満夫
小学生	1.中川竜玖	男子3	1.桶谷政博	小学生	1.中川竜玖	男子3	1.桶谷政博
	2.中川慈瑛玖		2.宮森重雄		2.菅野大成		2.幾島次雄
	3.菅野大成		3.石澤良友		3.太田恒太郎		3.宮森重雄
女子3	1.桶谷牧子	男子2	1.阿部一博	女子3	1.安藤恵津子	男子2	1.榎内康夫
	2.安藤恵津子		2.榎内康夫		2.桶谷牧子		2.高橋勝美
	3.牧野美智子		3.高橋勝美		3.牧野美智子		3.矢吹健
女子2	1.山口信子	男子1	1.本多幸助	女子2	1.山口信子	男子1	1.本多幸助
	2.添田陽子		2.小田切知樹		2.末広明美		2.由良公一
	3.末広明美		3.浜津順平		3.添田陽子		3.小田切知樹
女子1	1.本多賜代			女子1	1.本多賜代		
	2.森山優		2.森山優				
	3.太田紬		3.太田紬				

※参加者全員のタイムと順位、クラブ対抗の結果はこちら↓ 表をクリックするとページが立ち上がります。

<http://www.tokyoskikyo.org/iinkai/kyougi/kyougi.htm>

# 「私たちはこんなクラブです！」

## Question

- 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）

## 三多摩 山スキークラブ

## Answer

- ① 1992年12月創立、  
会員数37名（男27、女10）
- ② 新雪、深雪の斜面を前にするとわくわくし、スキーのもう一つの醍醐味を皆が共有している。
- ③ 滑降技術の講習を主体に、冬山訓練、入門教室等も充実させ、会員の誰もが「安全で楽しく快適な山スキー」を満喫出来るように努めている。

- ④ “山スキー”  
山の懐奥深くに分け入り、聳える白銀の頂に立ち、遮るものなき蒼空のもと、果てしない展望を堪能し、純白の大斜面に優美な曲線で、自分だけのシユプールを自由自在に描き、刻むこと。滑り終えた時の充実感。

2017年野沢温泉にて



八甲田を滑る



かぐら峰へ

岩鞍スキー場にて



例会：毎月1回（原則として、第2水曜日）国分寺労政会館（JR国分寺駅南西徒歩5分）  
会報：毎月例会前に電子配布（希望される方は、ご連絡ください）  
スキー行事： シーズン前半は、ゲレンデで基礎・深雪練習、シーズン後半は、山スキーを積極的に展開  
入会金： ¥1,000      会費： ¥6,000/年（途中入会者は@¥500/月）

# information

『競技スキー委員会主催』 『競技スキー委員会主催』

締め切り 3月6日(月)

## 初企画☆みんなであいわいとトレーニング

### お得な企画

- その1 24歳以下の参加者 2,000円割引
- その2 競技スキー委員会行事初参加者 1,000円割引
- その3 3/11(土) レルヒカップ参加(希望者のみ、参加費は別途2,000円)
- その4 1000mのバーンを貸し切りトレーニング(3/12のみ)  
3/11のAm:フリー又は大会参加、pm:ポールを使わない基礎レッスン
- その5 アドバイス、ビデオミーティングは参加者、コーチであいわい楽しく!!

**参加費 18,000円**

(1泊2食、リフト2日券、保険代、バーン使用料、前泊別途6,000円)

日時 3月11(土) - 12日(日)

場所 キューピットバレースキー場

宿泊 キューピットバレービレッジ

☆申込はFAX又はメールで(03-3971-4144、[競技スキー委員会専用アドレス tokyoskikyo@yahoo.co.jp](mailto:tokyoskikyo@yahoo.co.jp))

☆詳細はHPをご覧ください。

## スノージャンボリー \*\*\*申し込み受付中!\*\*\*

締め切り 3月3日(金)

日程: 2017年3月17日(夜・半泊) 20日(月・祝) 現地集合・現地解散

会場: 志賀高原一の瀬エリア 宿泊: 志賀一井ホテル 参加費: 31000円~35000円

### 選べる4つのコース (コブ入門コースのみ、参加費35000円)

- ① 志賀高原全山コース(ワンポイントレッスンをしながら広大な志賀高原のゲレンデ巡り)
- ② 山スキー入門コース(スキー協山スキーリーダーの指導で、日帰り山スキールートへ)
- ③ 技術レベルアップコース(いくつかのゲレンデを使って技術レベルアップ講習)
- ④ コブ入門コース(現地キタムラスノーススポーツスクールのコーチによる小回りコブ講座)

**\*今年はまだまだ雪があります。広～い志賀高原でたっぷり滑りませんか！\***

## 「日本スキー100年誌」プレゼントのお知らせ

(スキージャーナル株式会社発行 定価 5000円)

昨年9月のスキーセミナーで、スキー業界の興味深く楽しいお話をしてくれた、株式会社クレブの岸野蟹長(会長)より「日本スキー100年誌」を3冊頂きました。スキー協会の希望者に抽選で1冊をプレゼントいたします。住所、氏名、クラブ名、電話番号、メール件名や郵便物表には【100年誌希望】と添えて、広報局宛てに4月9日までに応募ください。なお、1冊は誰でも閲覧できるように事務所に設置、もう1冊は役員、理事の知識研鑽のために使わせて頂きます。

### <2月号の訂正とお詫び>

- 4ページ キャプション 誤: 横川くん(右・スラローム) → 正: シーハイル
  - 6ページ Information上 誤: 楽しく回り系レッスンを → 正: 小回り系レッスン
- 訂正してお詫びいたします。

## 3・4月カレンダー

3月	東京スキー協	全国スキー協、他	4月	東京スキー協	全国スキー協、他
1日(水)			1日(土)	技術部雪上合宿	
2日(木)	常任理事会		2日(日)	〃	
3日(金)			3日(月)		
4日(土)		全国スキー競技大会	4日(火)	山スキー委員会	
5日(日)		〃	5日(水)		
6日(月)			6日(木)	常任理事会	
7日(火)	山スキー委員会		7日(金)		
8日(水)			8日(土)	大原レーシングキャンプ	全国技術部会
9日(木)			9日(日)	〃	〃
10日(金)			10日(月)		
11日(土)	初・中級指導員実技検定会/ 乗鞍山スキー教室/ 「みんなでわいわいトレーニング」 (希望者はレレビカップ参加)	ファイナルフェスタ(ボード)	11日(火)	広報局会議	
12日(日)		〃	12日(水)		
13日(月)			13日(木)		
14日(火)	広報局会議		14日(金)		
15日(水)			15日(土)		
16日(木)			16日(日)		
17日(金)			17日(月)		全国常任
18日(土)	スノージャンボリー	テクニカルコンペ/デモ選	18日(火)		
19日(日)	〃	〃	19日(水)		
20日(月)	〃	教程製作委員会	20日(木)	指導員合格を祝う会	
21日(火)	組織局会議		21日(金)		
22日(水)			22日(土)		
23日(木)	理事会⑤		23日(日)		
24日(金)			24日(月)	通信発送/総務局会議	
25日(土)			25日(火)		
26日(日)			26日(水)	教育技術局会議	
27日(月)		全国常任	27日(木)		
28日(火)	通信発送/総務局会議		28日(金)		
29日(水)	教育技術局会議		29日(土)		
30日(木)			30日(日)		
31日(金)					

### 編集後記 **エビ/シッポ**

数年続けて参加した東京大会を今年はお休みしましたが、リザルトからいろいろなことが読み取れます。順位がアップした人、比較タイムが早くなっている人、初参加で大健闘の人…など。まだまだ成長させてくれる、レースは楽しいですね！ 参加者、運営陣、作業を手伝ってくれたみなさま、お疲れさまでした。(k h)