



スキー協通信

No.425

発行
2020.3.1

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
ゆうちょ銀行口座： 00110-7-88004（東京都勤労者スキー協議会）
00140-5-659281（東京スキー協スキーメイト係）
広報局専用 E-mail：skikyo_koho@yahoo.co.jp

発行責任者
出崎福男



石打花岡 SL 練習会 2020年2月15-16日

湯の丸山山スキー教室 2020年2月8-9日

ゲートトレーニング、
シール登行で山スキー
あなたも挑戦しませんか？



目次

リレーエッセイ「雪紋」／石打花岡 SL 練習会報告	2頁
山スキーリーダー養成講習会報告	3頁
湯の丸山山スキー教室	4頁
プレアデス 30周年記念行事／会議の報告	5頁
競技スキー委員会から／3・4月のカレンダー	6頁

時代を感じて もっと快適に

リレーエッセイ 雪紋

東京スキー協 副会長 福島 明

スキーを始めて40年余。その当時はなく、いまはあるものがいっぱいある。

その1つがインターネット環境であり、昔はスキー場の積雪情報は毎朝の新聞の情報しかなかったが、いまはパソコンやスマホで各スキー場の積雪だけでなくリフト運行状況や現在の状況がLive Camera（動画）で観られる。新聞というペーパーがなくても、テレビを見なくても、世の中で何が起きているかはすぐにわかる。いまのカーナビは道中の混雑状況を逐一把握して最適なルートをドライブ中に提案してくれるし、走行ルートや到着地の天気まで教えてくれる。このようにインターネットは人と人とのコミュニケーションを行うためのツールとして発展してきたし、私たちはそれをうまく活用して生活している。

これまでの人と人とのコミュニケーションというインターネット環境に加えて、様々なモノがネットワークにつながるIoT（Internet of Things）時代をいま迎えようとしている。それを実現すると、高精細映像や高臨場感のある映像の伝送（例えば、自分がまるで選手になった

かのように感じるスポーツ観戦）、自動運転サポート（眠気を感じて危険回避するなど）や遠隔医療などが実現できる。すでにそのサービスの一部が提供され始めている。「こうなったら暮らしがもっと便利で、快適になるのになあ」ということがどんどん実現されようとしている。

東京スキー協では数年前から一部の行事の参加受付に電子申込み形式を取り入れてきた。これもこれまでのインターネット環境を利用したもので、これにより「どこでも、いつでも」申込みができ、受付ける側も事務処理の大幅な低減ができています。それがIoT時代になると、例えば申込みと同時に自動で参加費が納入されるといったようなことは当たり前、遠隔からのスキーレッスン（受ける側はコーチが目の前にいるというこれまでの状況とは変わらず）も可能になるはず。

歳を重ねてくると「時代に変化についていけないよ〜」という方がいるが、私は「変化についていこう」と強く思っている。なぜならば「もっと便利で快適」な環境が得られるから。

石打花岡 SL 練習会 2020年2月8-9日

恒例の石打花岡 SL 練習会。雪は確かに少ないけれど、三増コーチがヨーロッパから持ち帰ったアイテムを使い、なかなかよい状況で練習できました。今回は、とにかく“ターン内手を上げる！” それによりローテーションを止め、逆手でポールを迎えに行ってしまうのを防ぐことができます。これは全員に（2日参加の人にはとくに）効果があったようです。手を上げるだけなのですが、翌日かなり腕に筋肉痛がありました。再来週の全国大会でも、いい結果が出ることでしょう！ 小回り苦手のかたにもお薦めのレッスンですよ。

（競技スキー委員会）

タイムトライアルの結果

name	run1	run2	run3	total	diff.	Rank
えのたん	*34.45	32.93	31.82	1:04.75	0.00	1
ヤス	33.25	33.02	DF	1:06.27	1.52	2
ゆーさん	33.81	DQ	32.82	1:06.63	1.88	3
KIKKY	DQ	34.35	33.54	1:07.89	3.14	4
O.ハッセー	DQ	34.09	34.27	1:08.36	3.61	5
KAT-TUN	34.66	33.77	DS	1:08.43	3.68	6
みやもん	DQ	35.76	34.66	1:10.42	5.67	7
ジョー	*36.08	35.95	35.42	1:11.37	6.62	8
のりさん	38.55	38.41	DQ	1:16.96	12.21	9

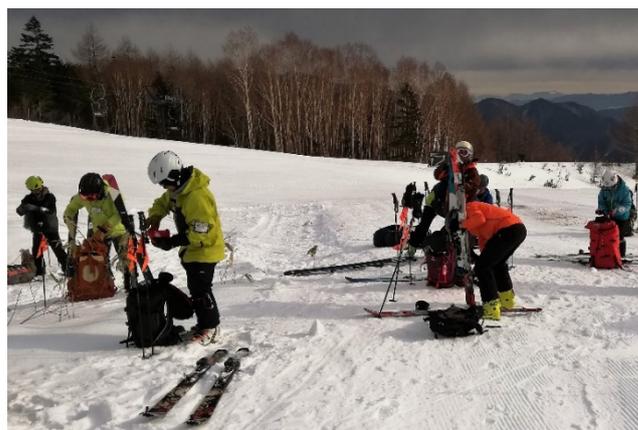
ベストラン2本の合計 / *は集計外

山スキーリーダー養成講習会に参加して

大津 武 (S.C. こなゆき)

2020年1月11日(土)～13日(月) 乗鞍高原スキー場周辺で行われました。参加者は講師4名を含む総勢17名でした。私は、山スキーリーダー養成・研修コースの養成対象として参加しました。養成対象5名、研修4名、講師3名の12名で美鈴荘1泊、テント1泊の2泊3日の講習です。

初日は宿舎前で9時から開校式が始まりました。参加者のほとんどの方がお互い顔見知りのようでしたが、私は知っている方が誰もいませんでしたので少し不安なスタートでした。開校式の後17名全員でゲレンデに向かい、リフトを利用しての滑降・足慣らしとコース確認。午後は、シールを付け3、4人に分かれてビーコンのグループチェック。特に



リーダーが行うダブルグループチェックを全員が体験しました。その後簡単なビーコンを使った搜索訓練を行い、1日目の講習を終えました。天候は時折晴れ間も見え、ゲレンデを見下ろすその先には甲斐駒岳、仙丈ヶ岳、北岳、間ノ岳、農鳥岳、塩見岳等々がはっきり見えました。夕食後テント泊グループは4人一組の3グループに分かれ、テント、食料等の持ち物確認と分担を行い、準備をしました。



2日目 8時30分宿舎出発。リフト開始と同時に乗車、一番上まで行き、シールを付けグループごとにビーコンチェックをして登行開始。天候は曇り。初めの急登のところは雪が少なくクトーをつけても斜面がきつく、スキーを脱いでツボ足で登る。てこずる人が多く全員が抜けるまでに時間がかかってしまう。先行したグループは積雪内部の弱いところを確かめる弱層テストの準備をしていました。

全員集まったところで陶山講師によるコンプレッションテスト、弱層の見方等の講習を受けました。再スタートし、標高2310mの樹林帯の中を幕営地として決定。小雪がちらつくなか天幕設営。2時過ぎからプローブ操作、埋没者の掘り出し訓練を行い、3時半頃に訓練を終え各自のテントへ戻りました。

3日目 朝6時起床。テント周辺は20cm程の新雪が積もっていました。朝食を済ませ6時出発。肩の小屋を目指すが強風と視界不良のため位ヶ原の手前標高2450m地点をもって登山を断念し、シールを外し下山。40～50cmの深雪斜面でうまく滑れず、風の弱いところで確認したところ、滑降モードのビンディングの一部に氷が詰まって、すぐに外れるようになってしまいました。テント場へのルート中、時間をかけて全員が一人ずつビーコンを使った搜索訓練等を体験しました。テント場に到着後テントを撤収して下山開始。重いザックを背負った状態での滑降は思い通りにいかなかったが11時30分に無事下山、迎えの車を待つ間に閉校式が行われました。各部署からの講評や感想に続き、リーダー養成5名全員合格の発表がありました。

今回、搬送訓練はありませんでしたが、机上ではなく、実際の雪山の中で自分自身が多くの体験ができたことは非常に有意義でした。また、久々の雪山でのテント生活が楽しかったです。これからは自分自身だけではなく、周りの様子に気を配って山スキーを続けていきたいと思えます。



湯の丸山スキー教室 2020年2月8~9日

参加者5名（リーダー吉田含む）

8日は雲が広がっていてあまり天気が良くない。雪も少なくブッシュが出ている。ゲレンデで足慣らしの滑走の後、ゲレンデトップから鞍部へ滑り込みシールを装着して登高、装着時に板を外すと膝以上まで潜ってしまうほど雪が柔らかい。登山道の脇の牧場の柵がすっかり出ている。鐘の分岐で登山道を離れ山腹に入り込む、あまり深くはないがラッセルで登る。

一人のシールに不具合が生じ補修をするが、急斜面に入り山頂が望める地点で（雲で山頂は見えないが）とうとう半分以上はがれてしまい登高を断念。

その地点で雪に穴を掘り積雪の状況を確認。積雪は1m程度しかなくうすい層が数多く重なっている。降雪の少ない状況が一目瞭然。弱層を確認してもらい、弱層から雪がずれるのを体験してプローブ（ゾンデ棒）の使用法も練習して滑降にはいる。ブッシュが出ているのでコースを探り探りの滑降になり快適とは言えない。雪質は粉雪がほとんどだが、時には硬い部分もあるので油断はできない。鐘の分岐から登山道に入り途中でカラマツの林の中を滑降。林の中は粉雪、キャンプ場に出ると青空が見えて箆ノ登もきれいに見えて写真撮影、林道を滑走し宿の裏のスキー場に到着。林の中でビーコンを埋めて捜索練習を行う。夜のミーティングで地図読みとコンパスの使い方を復習、部屋の中で再度ビーコンの使用練習をおこなった。

9日は夜からの雪で新雪状態、風もかなり強い。ゲレンデトップから鞍部へ滑り込みシールを装着、山中はゲレンデより風が強く冷気も強い。前日のトレースは降雪と強風で消えている、先行した登山者が引き返してくる。鐘の分岐に来ると山腹はより風が強く視界も悪い。この状況では登るのは困難と判断し、キャンプ場に向けて登山道をシール歩行に内容を切り替える。途中で登山道を外れ湿原に出てシール歩行の練習。キャンプ場に到着と昨日と同様に青空になり撮影タイム。昨日シールトラブルを起こした人は、今日も途中ではがれたが下りと平らな所なので大きな問題も生じず、皆と一緒にキャンプ場でシールを外し、林道を滑降しゲレンデに戻って無事教室を終了した。

（吉田 安信）



プレアデススキークラブ30周年記念行事

「渋温泉玉久と志賀高原スキーの集い」

スキーに温泉、小布施の町歩きを思い思いに楽しむ

2月15日から17日まで長野県山ノ内町渋温泉をベースに、わがクラブの30周年記念行事を行いました。参加者は25人の仲間が集まりスキー滑走組と観光組とに分かれて3日間楽しみました。

初日は晴天の中、午後から志賀一の瀬を中心に、高天原、寺子屋、タンネの森をノンビリとバンバンのふた手に分かれて滑りました。観光組は渋温泉外湯巡りなど散策に。

16日は小雨でしたが、スキー組は初日同様バスで一の瀬まで送迎。ここからシャトルバスに乗り換えて奥志賀グレンデへ。観光組は戻ったバスを利用して小布施観光へ。この日は生憎の天気で、午前10時頃から焼額ゴンドラは強風のため全てストップ。何とかリフトを乗り継ぎ滑走を楽しむことがで

きました。観光組も北斎記念館や北斎の天井画など小布施の町歩きを楽しむ。この日の夕食後に、30周年大交流会を開き大いに盛り上がりました。

17日は、午前中だけでしたがスキーを楽しむグループと、地獄谷猿園に行くグループとでそれぞれ楽しみ、渋温泉の湯で疲れを取り、バスで帰路に着きました。今回の参加者の平均年齢がなんと70歳。事故とケガが一番心配しましたが、幸い何事もなく無事に終えたことが何よりでした。

(プレアデススキークラブ 北山)



プレアデススキークラブ30周年記念行事
「渋温泉と志賀高原スキーの集い」

会議の報告

第8回常任理事会 2020.2.6 (木)

池袋スキー協事務所 13人中10人出席

<会議の主な内容>

1. 取り組みの遅れていた50周年記念誌作成について、3月末までに、1999年8月号から2019年8月号までを4等分して4人で執筆することが決まった。
2. 越年ファミリースキー(2月30日～1月2日)は練馬ヒューマンと合同で開催され、志賀

高原にて、参加者9名、行事収入は14,949円であった。

3. 東京スキー競技大会(2月1日～2日)は雪不足のため1月21日付で中止を決断した。全国競技大会(2月29日～3月1日)も早い決断が求められる。(注)2月21日、開催を決定
4. 春のテクニカルフェスタ(3月14日～15日)は申込受付中。
5. 地球温暖化について学習、行動提起することを議論した。

(事務局 村本 博司)

