



# スキー協通信

## 東京都勤労者スキー協議会

〒114-0014 東京都北区田端1-24-22山柿ビル3F 03-5842-1932  
 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

No.440

発行  
2021.12.1

発行責任者  
出崎福男

## 今シーズンは 大会に出てみませんか!?



### 12・1月のカレンダー

12月	行事名	1月	行事名
4-5(土日)	中央研修会	4(火)	教育技術局会議
5-6(日月)	東京技術部シーズンインキャンプ	8-10(土-月)	Final Racing Camp in かたしな
6-7(月火)	中央研修会(平日コース)	13(木)	広報局会議
9(木)	広報局会議	15-16(土日)	ショートターン克服講座
10-12(金土日)	テクニカルフェスタ	22-23(土日)	かぐら山スキー教室
20(月)	通信発行/総務局会議	25(火)	通信発行/総務局会議
		29-30(土日)	G S ポールレッスン

12月のテクニカルフェスタに、過去最高に並び69名（講師含む）の申し込みがありました。コロナ禍の自粛の反動もあるでしょうか。元気に行事に参加してスキーと平和運動を続けていきましょう！

### 目次

12・1月のカレンダー	1頁
東京スキー競技大会のお誘い/舞子GSポールレッスン案内	2・3頁
リレーエッセイ「雪紋」	4頁
春のテクニカルフェスタ案内/Final Racing Camp 案内	5頁
山スキー委員会から	6頁

# さあ、東京スキー競技大会に行こう！

気持ちはオリンピック！この緊張(;・∀・)と爽快(^◇^)

みなさん、こんにちは！ このページは第46回東京スキー競技大会実行委員会と東京スキー協競技スキー委員会が大会の魅力、競技スキーのいいところを一問一答形式で、2回にわたって報告します。

少しでも興味を持ったら、よくわかんないけど「ちょっといいかも」と感じたら、迷わず申し込んでください。

## まずは、形を気にしないで気軽にトライ

**Q1** 大会に出たり、ポールの練習をするのはスキー上級者でしょ！私なんか行っても迷惑だし。

いやいや、そんなことはありません。ポールはプルークでゆっくり滑っても何の問題もありません。ポールが並ぶコースを抜けてゴールまでたどり着くだけで十分な達成感が得られます。初級者の方でも、子供でもプルークボーゲンが出来れば参加可能です。今大会では、タイムを競うだけでなく、自分の目標タイムに近いタイムで滑った人の表彰（申告タイムレース）も実施します。

## 自分専用バーンで風を感じてください

**Q2** 大会って楽しいの？

スタート台に立ってコースを眺めると誰も滑っていないバーンと正面のホテル、魚沼の町が見えます。いよいよスタート、ちょっとドキドキします。誰も邪魔する人がいないコースを自分なりのスピードで風を感じてください。フリーで滑っているときとは違う気持ちよさ、充実感を得ることができます。だまされたと思って一度体験してください。

## 競うことでスキーが上手くなる

**Q3** 競技大会に出るとスキーが上手くなるって本当？

ポールはタイムで誰が速いかを競う単純な競技。わずかなタイム差で「勝った」「負けた」と大騒ぎ。調子に乗りすぎてゴールできなかつたり、ゆっくりでもきちんとゴールした人が勝つたりと勝負のあやがあります。次は負けないぞという気持ちが上達に繋がります。仲間とワイワイするだけでも十分楽しめますが、ポールは規制されたコース通りに滑らなければならないため、ターンやスピードのコントロールが大切になります。一方でスピードも求められますので、上体や腕などを大きく使った動き、素早いターンの切り替え、リカバリー力などスキーの操作性が向上します。規制されたコースにあわせてターンすることでスキーの基本操作の上達に繋がり、スキルアップとなります。

## 練習として滑るのも効果あり

**Q4** そうは言ってもいきなり大会は敷居が高すぎる感じ？

ですよ。本当はそんなことなく、一度出てみれば、「スタートのドキドキ感」「ゴールした時の達成感」「他の参加者との一体感」など楽しさ、感動が一杯なんです。ちょっと不安な方に、大会の前の週に競技スキー委員会で練習会を行っています。舞子スノースクールのイントラが丁寧にアドバイスをしてくれます。特にポールを初めてやる人がいる場合は、ポールに入る前に講習も予定しています。

大会前日には、大会のコースを使った練習会も行われます。競技スキー委員会では、そのほかにも2月スラローム練習会、3月には春のテクニカルフェスタでポール練習会、4月、5月には元ワールドカップ選手の吉岡コーチによる春スキー講習（ポールは使いません）なども行っています。

## まずは申し込みを、一人で不安ならお友達も誘って

**Q5** 大会に出てみようと思うけど、参加条件はありますか？

東京スキー協会会員か会員の家族又は会員の友人で、プルークボーゲンで中斜面を降りてこられればOKです。参加しようかなって思ったらまず申し込みを。一人で不安なら、お友達を誘って。お友達がいればちょっと安心です。申し込みはクラブ単位となりますので、クラブの責任者の方に声をかけてくださ

い。クラブで他にいく人がいない場合は、第46回東京スキー競技大会実行委員会へお問い合わせください。

今回は、ポールを滑る基本と東京スキー競技大会の主なルールについて報告します。



## 第46回東京スキー競技大会募集開始（12月1日～）

気分はオリンピック！この緊張（:・▽・）と爽快（~◇~）

2022年2月5日（土）GSL2本

2022年2月6日（日）GSL1本

舞子スノーリゾート リーゼンコース

締切 2022年1月20日（木）

詳細は東京スキー協ホームページ <http://www.tokyoskikyo.org/>

## 舞子GSポールレッスン 競技スキー初心者歓迎

2022年1月29日（土）～30日（日）

会場：舞子スノーリゾート

参加費：18000円（1泊2食・レッスン・保険） ※初参加割引あり

締切：1月20日（木）

東京スキー協ホームページ掲載の競技スキー委員会SKI Camp スケジュール2枚目の申込書に記入、または全項目を本文に記入して、メールで送付してください。

（メール環境のない方は東京スキー協事務所にお問い合わせ下さい 03-5842-1932）

集合時間・場所：1月29日（土）AM9:00（集合場所は後程参加者にご連絡します）

宿泊場所：民宿りょうしん

〒949-6425 新潟県南魚沼市姥島新田 593 TEL025-783-2619

問い合わせ・申込み先：メールアドレス [tokyoskikyo@yahoo.co.jp](mailto:tokyoskikyo@yahoo.co.jp)

# これからも スキー協のメンバーで

リレーエッセイ

# 雪紋

東京スキー協 副会長 小川 洋

私は1980年4月に青森から上京、当時港区にあった株式会社日本機関紙印刷所（現：株式会社きかんし）に入社しました。会社は労働協約前文で「株式会社日本機関紙印刷所は、はげしい闘争のたかまりのなかで、労働者の手によって作られ、しかも労働者階級の武器として存在する」と掲げていて経営計画策定には社員全員が参画する事ができる民主的な会社でした。

最初に配属された職場は活字組版を行う部署で職人気質が強く、最初のころは「丁稚奉公」扱いでしたが個性的でユニークな先輩方々に囲まれて楽しかったのを覚えています。活字組版から電算組版に変わり、各職場にコンピュータが配備されて行く中で営業部に移り2021年8月に無事定年を迎えることができました。

無事、定年を迎えられた最大のポイントは会社と自分の生き方が同じ方向を向いていたことだと思います。こんな幸せな事はないと感じています。

会社には「みなとしゅぷうる」というスキークラブがあり最初のころは年に1度の「みなとスキーまつり」に参加するだけでしたが、クラブ員用に製作したトレーナー欲しさに入会しました。（青森にいたときは中学の体験授業で1日しか滑った事はありませんでした）

入会した途端に「東京スキーの理事になってくれ」と頼まれたのがきっかけであれよあれよ

と東京スキー協常任理事、理事長、全国スキー協常任理事、理事長と責任の重さがどんどん増えていきました。

私が入会した頃あたりからスキー界全体に陰りが見えはじめ、大型バス3台の行事が2台、1台と参加者が減り、それに合わせて会員も減少傾向に歯止めがかからない状況が続いています。東京スキー協も約50クラブあったのが現在は28クラブです。

趣味の多様化、高速道路や新幹線等の交通手段の利便性向上、若者を中心とした低賃金・長時間労働、高齢化や個人主義的な傾向など理由は様々ですが、「あの時どうすれば良かったのか?」「運動方針は正しかったのか?」

と・・・悩みは尽きません。責任者として孤独を感じる事は多々ありますが、それでも支えてくれる仲間がたくさんいる事はとても幸せなことです。

2022年2月からは42年間お世話になった東京スキー協を離れ、青森スキー協のメンバーになります。（当面、全国役員は続けますが…）これからも民主的なスポーツ運動の一翼を担って行く事には変わりありません。東北の地から全国スキー協を盛り上げて行ければ良いなあと考えています。

42年間お世話になりました。そして、これからも宜しくお願いします。



2019年、全国スキー協50周年記念ウィークで一本杖スキーに挑戦



50周年記念ウィークを成功に導き、一息入れる（右）

『ポールをくぐってみたい』『小回りがうまくなりたい』『いろんな斜面にチャレンジしてレベルアップしたい』『指導員研修を受けたい』という多くの声に応えた

第3回

## 技術レベルアップと交流の場

東京スキー協

# 春のテクニカルフェスタ 2022

好評な12月のテクニカルフェスタの参加者から「春にもこのような行事ができないか」という声が上がって2020年から新たに始まった東京スキー協の行事です。

この時期の豊富な雪と広いゲレンデで「ポールトレーニング」、「小回りのレベルアップ」、「いろんな斜面にチャレンジ&レベルアップ」そして「指導員研修」のコースで楽しくレベルアップしましょう。

◆ **日 程**：2022年3月5日(土) - 6日(日)

◆ **会 場**：志賀高原スキー場

◆ **宿 舎**：ホテル山楽

締切り

2022/2/18(金)

PM11:59

〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原一の瀬 TEL: 0269-34-2217

一の瀬ファミリーゲレンデ徒歩1分、「ジャグジーつきトロン温泉」

◆ **募集人数**：40人 (申込方法は裏面参照)

◆ **4つのコース/参加費/宿泊パターン**：

コース (以下から1つお選びください)	参加費	宿泊パターン (以下からお選びください)
<b>1) ポールトレーニングコース</b> 講師:東京スキー協競技スキー委員会メンバー ※初めての方でも、楽しく練習できます ※ポールバーン使用料(2日)が参加費に含まれています	パターンA: 25,500円 パターンB: 28,000円 パターンC: 19,500円	<b>パターンA</b> : 1.5泊3食(金曜宿泊、土曜朝食～) <b>パターンB</b> : 2泊4食(金曜夕食～) <b>パターンC</b> : 1泊2食(土曜夕食～)
<b>2) 小回りレベルアップコース</b> (定員16名) 講師:全国スキー協公認スキー指導員または東京スキー協会員(元SAJ指導員)	パターンA: 24,500円 パターンB: 27,000円 パターンC: 18,500円	✓すべてのパターンに傷害保険料が含まれています ✓リフト代、昼食代は含まれていません ✓新型コロナウイルス(COVID-19)のために一堂に会した交流会は行いません ※本行事は現地集合・現地解散(6日13時30分予定)となります ※1)～2)のコースに参加したスキー指導員は応用発展技術研修扱い、4)のコースは基礎技術研修扱い、となります(理論研修はありません)
<b>3) いろんな斜面にチャレンジ&amp;レベルアップコース</b> 講師:全国スキー協公認スキー指導員	※2)～3)のコースの方もポール体験が含まれています ※2)、4)のコースは定員制(先着順)です ※4)は初級/中級指導員対象です	
<b>4) 指導員基礎技術研修コース</b> (定員8名(最少催行人数2名)) 講師:全国スキー協公認スキー指導員		

## Final Racing Camp in かたしな

日時:2022年1月8日(土)～10日(月)

場所:かたしな高原スキー場 宿泊:尾瀬しんこう荘

コーチ:清澤恵美子さん

費用:1泊2食:17,000円 1.5泊3食:22,000円

2泊4食:27,000円 2.5泊5食:32,000円

締切:2021年12月21日(火)

詳しくは東京スキー協ホームページへ

内容(予定)

●8日 GSL

8:50～16:00

●9日 GSL

8:50～16:00

●10日 SL

8:50～15:00

# 2022年 山スキー教室を再開しました

～これからバックカントリーを始めるあなたをサポート～

## かぐら峰（1月22～23日）

（集合）1月22日（土）宿10：30 集合（越後湯沢駅東口9：40バス乗車）（現地集合・現地解散）

（宿泊先予定）みつまたロッヂ 025-788-9116

〒949-6211 新潟県南魚沼郡湯沢町三俣 730

（参加費）20,000円（宿泊1泊2食、保険料、事務費等）東京スキー協会会員には、割引があります。  
交通費、リフト代などは別途必要になります。

（打合会）1月14日（金）午後7時、新宿西口喫茶ルノアール 03-3348-1470

## 湯の丸山（2月）

（期日）2022年2月19日（土）10時から20日（日）  
15時（現地集合・現地解散）

（場所）長野／群馬・湯の丸山・同スキー場山周辺

（宿泊先予定）シティオス地蔵

Tel 0268-62-0967

389-0501 長野県東御市湯の丸高原 1270

（参加費）20,000円（宿泊1泊2食、保険料、事務費等）東京スキー協会会員には、割引があります。

交通費、リフト代などは別途必要になります。

（打合会）2月2日（水）19～21時 新宿西口

ルノアール（エステックビル店）03-3348-1470

## 乗鞍高原（3月）

（期日）2022年3月12日（土）から13日（日）  
（集合宿舎8時・解散同15時）

（場所）長野・乗鞍高原、位ヶ原、スキー場周辺

（宿泊先予定）美鈴荘（乗鞍高原温泉）

電話 026-393-2330

（参加費）20,000円（宿泊1泊2食、保険料、事務費等）東京スキー協会会員には、割引があります。

交通費、リフト代などは別途必要になります。

（打合会）3月3日（水）19～21時 新宿西口ルノアール（エステックビル店）03-3348-1470

### 【参加をお考えの方に】

装備 山スキー用具一式（ブーツ、スキー、ストック、シール、クトー、ヘルメット、雪崩ビーコン）、ワックス、ザック、雨具上下、防寒着、着替、テルモス、懐中電灯、日焼止クリーム、行動食、地図（1/2.5万図）、ビーコン必携（有料貸与あり【1千円】）。要連絡

### 申込み・問合せ先

東京都勤労者スキー協議会（東京スキー協）山スキー委員会

114-0014 東京都北区田端1-24-22 山柿ビル3階）（Tel 03-5842-1931, Fax 03-5834-8723）

E-mail : [info@tokyoskikyo.org](mailto:info@tokyoskikyo.org)

### 全国スキー協山スキー部 「パウダーフェス in 乗鞍高原」

#### 指導員、山スキーリーダー研修、養成・検定、レベルアップ講習

1月8～9日研修：指導員、山スキーリーダー

1月8～10日：各種講習（深新雪、テレマー

1月8～10：日山スキーリーダー養成検定、研修

クスキー、ネイチャースキー、等）

2022年全国交流山スキーは、5月3,4日、鳥海山にて行います。

### 編集後記 **エビノシッポ**

クラブ主催の雪崩ビーコン操作訓練に参加した。土曜日の午後、昭和記念公園に10名が集まり、二人の山スキーリーダーを講師に座学と実地訓練が行われた。講師が草むらに埋設した発信モードのビーコンを、グループごとに受信モードのビーコンでサーチ（検索）するのだが、簡単には見つけれない。機種による性能差もあるが、何より習熟することの大切さを実感した有意義な訓練だった。（t.t）