



スキー協通信

No.445

発行

2022. 5. 1

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)

発行責任者

出崎福男

知識と経験を積んで 楽しく安全に

乗鞍山スキー教室



スキー協の仲間と
爽快さ&醍醐味 満喫!!



志賀一の瀬GSポールレッスン



目次

リレーエッセイ「雪紋」/ロシアのウクライナへの武力侵攻について声明文(スポーツ連盟) ..	2頁
志賀一の瀬GSポールレッスン報告/第8回指導員ミーティング案内 ..	3頁
乗鞍山スキー教室 報告 ..	4-5頁
技術部シーズンファイナルキャンプ 報告 ..	6頁
今シーズン クラブはコロナ禍でいかにスキー行事に取り組んだか ..	6-7頁
会議の報告/5・6月のカレンダー/エビノシッポ ..	8頁

ロシアのウクライナ 侵攻について思う

リレーエッセイ



東京スキー協 副理事長 村本 博司

2月下旬に始まったロシア軍のウクライナ侵攻はいまだ続いています。首都キーウ(キエフ)はすぐに陥落してしまうと予測されていましたが、ロシア軍は現在、首都キーウから撤退し、東部地域の状況もロシア軍による完全制圧にはなっていません。

3月上旬のTV報道番組で、防衛省防衛研究所の専門家などの予測が間違っていたことが分かりました。ゼレンスキー大統領はアメリカの要請を断り、キーウを捨てて亡命しませんでした。これでこの戦いはすぐには終わらないのではないかと思われました。

NATO(北大西洋条約機構)やEU(欧州連合)の対応もあり、今後のロシアとの付き合い方にも影響がありそうです。我が国日本も素早い対応でした。そして国際紛争が起きるとすぐに問題となる国連は、いつもの安全保障理事会の常任理事国5か国の思惑で決定することができませんでした。しかし、3月5日、国連人権理事会は多数決でロシアを初めて資格停止にし、ロシアは国連人権理事会を脱退する意向を表明しました。

それにしても一番の被害者はウクライナの一般市民です。自分たちの住まいや病院、公園などを空爆されてしまえば、おのずからロシア憎しとの意識が強まってしまいます。

スキーの季節はそろそろ終わりますが、あらためて、スキーができることは、とっても喜ばしいことだと思います。平和であらうとすることが何より大切です。



スポーツは平和とともに

「ロシア軍によるウクライナへの武力侵攻は許さない」の声を上げよう!!

東京スキー協は4月7日の常任理事会において、新日本スポーツ連盟が3月1日に発表した「ロシアのウクライナへの武力侵攻について声明文」に賛同し、声明文をホームページに掲載することを決定しました。

ロシアのウクライナへの武力侵攻について声明文

どのような理由でも 武力侵攻は許されない

自ら提案した「オリンピック休戦」決議にも違反する

ロシア軍によるウクライナへの武力侵攻は、どのような理由をつけても許されません。ロシアも含む173ヶ国が共同提案し国連で採択された、北京オリンピック・パラリンピック期間の「オリンピック休戦決議」を真っ向から否定するものであり、平和を不可欠とするスポーツとは相容れません。

新日本スポーツ連盟は、「スポーツは平和とともに」のスローガンをもとに平和の文化であるスポーツを広げる団体として、核兵器による悲惨さを体験した国のスポーツ団体として、平和憲法を持つ国のスポーツ団体として、ロシア軍の即時撤退を求めます。スポーツを愛好するすべての人々が、“ウクライナへの武力侵攻を許さない” “戦争をやめ、交渉での解決を” の声をあげ、戦争をやめさせ、平和な世界を実現するために世界のスポーツ界と連帯することを呼びかけます。

2022年3月1日

新日本スポーツ連盟

会長 石川 正三

理事長 長井 健治

志賀一の瀬ポールレッスンは、今期は関西ブロックと合同の形をとって開催しました。土曜日は26名、日曜日は13名の参加でコーチもびっくりの人数でした。



土曜日、日曜日とも春らしい天気、しかしバーンは結構いいコンディションで開催出来ました。当初予定は吉岡コーチでしたが、他のキャンプとの兼ね合いで三増コーチに変更しました。三増コーチとは以前からの付き合いですが、GSのキャンプは初めてで興味津々、少しの不安がありましたが、コーチのブレない指導、わかりやすい指導、ポイントを絞った指導が関西ブロックからの参加者を含めて好評でした。

ちょうど、一の瀬ファミリースキー場でディアルレースの大会が開催され、土曜日は前日祭の花火があがっていました。来シーズンもこの日程で、雪のいい志賀高原でしっかりと練習したいと思います。ぜひ、みなさんの参加を。(高橋 勝美)

志賀一の瀬ポールレッスンに参加して

三増健一コーチの指導は初めてでしたが、腹落ちすることがたくさんあり、多少なりともレベルアップができた満足しています。指導の中で特に参考になった点は、①斜滑降を長く取る(ターンを急がない)、②次のポールのフォールライン上からターンを始める、③切替後スキーのトップで抵抗を感じて荷重していく、④ターン前半からしっかり谷脚荷重する、⑤ターンはできるだけコンパクトにする、⑥前に出ることによってスキーが加速する(中間ポジションに戻る)、⑦外傾姿勢をしっかり取る(足首、膝、腰、肩が平行になる、山側の手は下げない)、⑧タイムを出すにはコース取り、タクティクスが重要、⑨良いコース取りとリズムがつかめれば技術は自然と身に付く(滑りに余裕が生まれると体を動かせるようになる)など。また、ポール練習の後に行ったドリルも外傾姿勢をしっかり意識することができ、今までいかに楽な姿勢で滑っていたことを思い知らされ良い刺激になりました。(荻原 洋一)

お久しぶりです。いよいよ再開です。

第8回指導員ミーティング

主催：東京都勤労者スキー協議会 教育技術局 (理論研修扱いではありません)

指導員として活動をしているいろいろな悩みや疑問が湧きませんか？そんな悩みや疑問をグッと心の中に仕舞いこんだままにいませんか？この指導員ミーティングで指導力レベルアップのヒントをつかみ、頭と心をすっきりさせ、来シーズンへの一助にしましょう！

コロナで丸2年中止にしてきた指導員ミーティングですが、大きめの会場で開催します。

と き : 2022年5月21日(土) 13:15~16:45

と ころ : 杉並区 阿佐ヶ谷地域区民センター(杉並区阿佐ヶ谷北 1-1-1)第3集会室
JR 阿佐ヶ谷駅から高円寺方向へ徒歩 5 分・約 450m

対 象 : 東京スキー協所属のスキー指導員

テ ー マ : 滑りの評価のポイントを確認しよう！

(詳しくは東京スキー協 HP 又はスキーリーダー同封のチラシをご覧ください)

定 員 : 25 名(最終〆切は 5/13(金))

申 込 み : 電子申込でお願いします

(詳しくは東京スキー協 HP 又はスキーリーダー同封のチラシをご覧ください)

参 加 費 : 1,000 円(当日お支払いください)

乗鞍岳・山スキー入門教室報告

S.C. こなゆき・山スキーリーダー 大津 武

2022年3月12日-13日

担当：大津、関谷 参加者：女性2名、男性3名、合計7名

前日に到着してまず感じたことは、1月8日-10日の「パウダーin乗鞍高原」参加の時より乗鞍岳の山並みの雪がかなり少なくなっていること。しかし、ゲレンデに出てみるとさほど減ってなかった。

1日目 快晴 当日朝に一名が到着。自己紹介後宿のバスでゲレンデに向かい、リフトでカモシカ平に。9時40分カモシカ平に着き、風もなく快晴の下シールを着装し登行準備に入る。経験のある参加者であっても、山スキー教室なので注意をはらい、特に出発前のビーコンチェックは送信モードとサーチモードのダブルチェックを行った。普段は送信モードしか使っていないようで、少し手間どり登行開始は10時になった。



最初の急斜面は例年より雪が多くて登りやすく、樹林帯に迂回することなく、2、3度の方向転換で全員直登し、40分足らずで登りきった。メンバーに登行の力の差がないように思われた。その後、開放感ある気持ちの良い切通しの中を進み、11時30分位ヶ原への

急登下部の樹林帯で昼食をとる。

昨年3月14日に雪崩事故のあった最後の急斜面は例年より雪が多く、あまり急勾配と感ずることなくスムーズに抜けることができた。位ヶ原に上がると大幅に視界が開け、いつもの強風はなく、今日は絶好のコンディションである。ここからは、直接肩の小屋の方向ではなく、摩利支天岳から右に張り出している尾根状のルートを目指した。

1時過ぎに2班に分かれ、上を目指す5名はさらに登行を続けた。登行スピードが落ちてきたのを感じ、最後は私が引っ張る形で1時45分2,730mの地点で登行終了とした。絶景を堪能した後、槍・穂高連峰をバックに記念写真撮影。一息入れてシールを外し滑降準備、2時5分滑降を開始した。

気持ちよく滑りすぎると位ヶ原山荘に行ってしまうので早めに右寄りに方向を変える。ノートラックの斜面を滑り、位ヶ原で2名と合流後、快適とは言えない登山者の踏み跡でぼこぼこになった斜面を力づくで滑降し、カモシカ平に到着、三本滝レストハウスで休憩後下山した。

夕食後のミーティングでは、ビーコンの特性と地形図読み、特に斜面の傾斜角についての講習を行い、一日目の感想を参加者の皆さんから聞きながら意見交換を行った。

2日目は積雪が期待できず、位ヶ原下部の雪の条件が悪いため、ビーコン操作による救出訓練とそれに伴うプローブの伸ばし方、使い方、スコップ等の使い方、又クトー（スキー用アイゼン）での登行練習をすることにした。

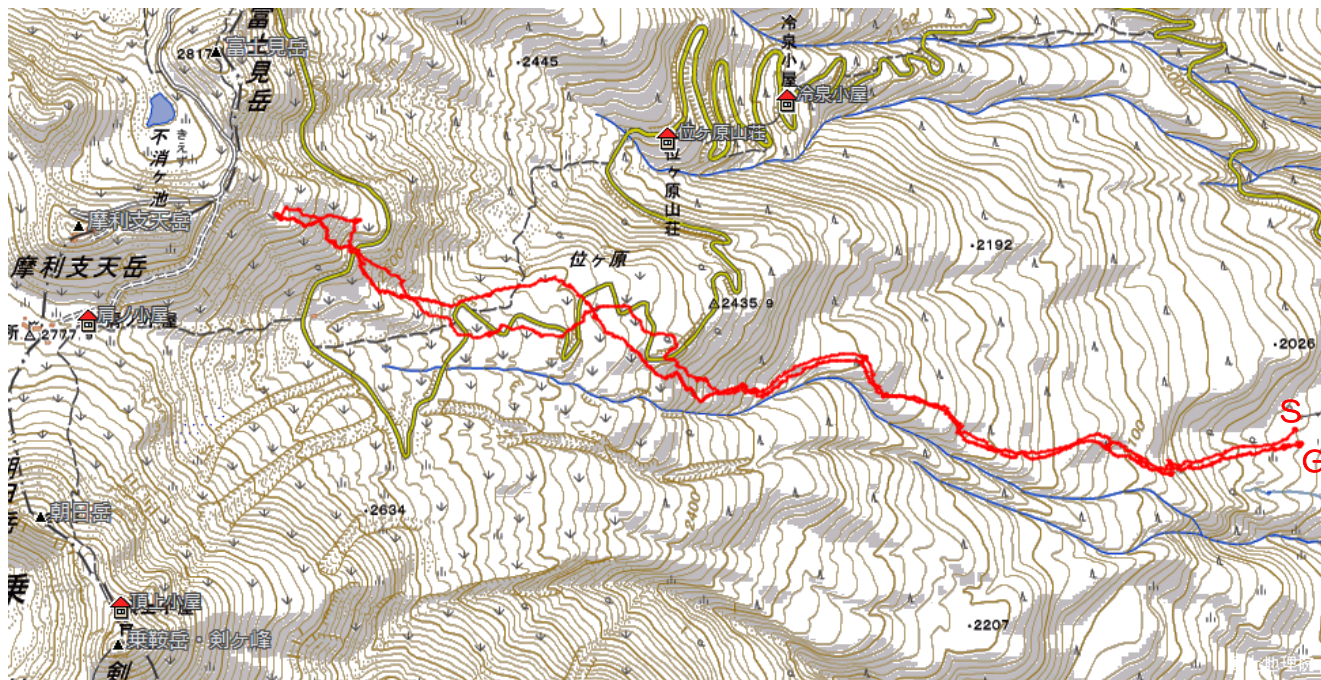
カモシカ平を出て、最初の急斜面の手前で、安全にクトーを着装できる場所を確認し、クトーを着装する。他に登行者がいなかったため急斜面を横に広がって出来るだけ直登し、クトー使用による登行を体感してもらった。急登を登りきった所で私一人下降し、ビーコンのセッティング（埋設）の準備に入る。他の皆さんは関谷さんのリードで時間まで登ってもらい、11時20分滑降開始。



ビーコンによる搜索訓練は、ビーコンをあらかじめ決めておいた緩斜面で取り出し、シグナルサーチ、コースサーチ、ファインサーチを確認し、埋没者の位置の決定、プローブの伸ばし方、プローブの刺し方、ス

コップによる掘り出し、グループによる掘り出しの連携の確認等を行った。最後のプローブ操作で少し手間取ったが、無事発見でき救助成功。掘り出した穴を埋め戻して終了した。ビーコンによる捜索訓練は、経験による差もあるが、ビーコンの性能も大きく関わっているようだ。

12時20分ゲレンデ下部で閉校式を行って解散。宿のバスで宿舎に向かい、初めての山スキー教室のリーダーを怪我やトラブルなく無事終了することができた。



《 参加者の感想 》

KY

過去、乗鞍高原で山スキー入門教室に3回参加していますが、今回は二つ、新しい気付きをいただきました。一つは乗鞍岳山頂に一歩近づけたこと、もう一つはクトーを付けたこと。生まれて初めてクトーを付けて歩行、スパイダーマン並みに急斜面も何のその、シールとクトーの使い分けを実習しました。山スキーの奥深さ、醍醐味を実感し、満喫した二日間になりました。参加者の方々のお陰でスキー場でも美鈴荘でも毎日、楽しく和気あいあいと過ごせました。

HT

入門教室ということでのんびり構えていましたが、山スキーで登るコースを見上げると結構な急斜面で、あんな所をスキーで登れるのか、が第一印象でした。

MK

とても疲れましたが、天気が良くて、上まで登れてとっても楽しかったです。2日目にはクトーをはじめて使ってみたり、ビーコンやゾンデ棒の練習をする事ができてとても有意義な2日間でした。

YI

登っていくと天気がよく、吊尾根、前穂高岳などが良く見え、森林限界を越してからは、雪質の変化が激しく、クラストありシュカブラ、固めのモナカなど、学びの連続でした。地図、気象、登る技術と滑走技術と、なかなか学ぶことがこれからも沢山ありそうです。



技術部ファイナルキャンプ報告

2022.3.26-27

技術部長 福島 明

東京スキー協は教育技術局のなかに1つの「部」として技術部を組織しています。技術部は教育技術局と協力しながら、東京スキー協会員のスキー技術向上のサポートをすることを主な目的とし、10クラブ13名の技術部員で構成しています。そして、12月初めに「シーズンインキャンプ」を、3月下旬に「シーズンファイナルキャンプ」を雪上で、オフシーズンにはZoomを使った打ち合わせも行っています。

今シーズンの「シーズンファイナルキャンプ」は3月26日、27日に志賀高原一の瀬で5名の参加で行いました。シーズン後半のケガやご家族の体調不良で3名の方のキャンセルがあったことは残念でした。



このキャンプの雪上テーマは『教程の理解を深め、来シーズンへの各自の課題を明確にしよう』ということで設定し、4つの宿題を参加者に事前に出し、各部員が講師となって雪上で指導・発表を行っていただく方式も取り入れながら進めました。26日は朝からの強風でお昼前にリフトが停止するというアクシデントのために、各部員の技術レベルアップのための滑り込みのみを行い、予定では夕食後に行う

予定であった①技術的な議論、②2つのテクニカルフェスタの反省会、③指導員ミーティング、スキーセミナー、公認資格者合格を祝う会などの打ち合わせ、④雪上で行う予定であった宿題のうちの2項目の議論を午後2時過ぎから行いました。

翌27日は快晴の中、一の瀬ダイヤモンドスキー場で宿題の残り2項目を参加者全員から発表いただき、その後に寺子屋スキー場にて『教程の理解を深め、来シーズンへの各自の課題を明確にしよう』ということで技術レベルアップの滑り込みを行い、14時過ぎに終了しました。今後の技術部会の発展のために加者にはアンケートを実施中です。



今シーズン クラブはコロナ禍でいかにスキー行事に取り組んだか

第3回理事会(3/31 Zoom)に向けて、今期の各クラブの行事開催状況について、以下の点について報告書の提出を理事を出しているクラブにお願いしました。

- (1) 新型コロナウイルス感染症(以下コロナ禍という)の今期クラブスキー行事への影響について影響があった内容と、そのことに対する対応・工夫について報告ください
- (2) 今期(11月~3月)のスキー行事開催回数と延べ参加人数、及び特徴

(3) 今期（11月～3月）のスキー行事の内、クラブ外へ募集を行ったスキー行事開催回数とクラブ外からの参加延べ人数、及び行事の特徴

(4) 4・5月のスキー行事計画（もしあれば）

◆この要請に8クラブから報告書が提出されましたので、その概要を紹介します

（通信用とりまとめ：広報局）

(1) コロナ禍の今期クラブスキー行事への影響について、影響があった内容と、そのことに対する対応・工夫

- ・参加募集段階で、感染状況の調査と行事での対策をお願いした。
- ・感染防止対策（定員、部屋割り、検温、マスクの常時着用など）を徹底して行事を行った。
- ・有志行事に切り替え、PCR検査及び抗原検査の事前実施を要請して実施した。
- ・日程を変更し日帰り行事にしたが、参加者が少なく中止となった。
- ・クラブ行事を中止した。
- ・コロナ理由による参加キャンセルが出た。
- ・参加者が減り、会員拡大の取り組みに少なからず影響があった。
- ・コロナによる行事中止に対して、参加を予定していた会員から不満の声があった。

(2) 今期（11月～3月）のスキー行事開催回数と延べ参加人数、及び特徴

クラブ名	行事数	参加者数	特徴（一部要約しました）
どさんこ・ウィークデー	5	44	スキー協主催行事への参加を含む
町田シャシュネーズ	4	16	クラブ主催行事(2)、有志行事(1)、他クラブ行事参加(1)
ラ・ランドネ	13	54	
プレアデス	3	18	他にスキー協主催行事に参加（2行事、8名）
コロポックル	5	29	旅行業者の平日スキーパック利用、宿の対策は充実
こなゆき	6	41	他にスキー協主催行事に参加（3行事、7名）
エーデルヴァイス	8	46	元会員に案内を送り参加呼びかけ。リスク避け参加控える会員がいる一方、警戒感よりスキー意欲が勝る感もあり。
モルゲンローテ	8	53	スキー協主催行事への参加を含む。
合計	52	301	

(3) クラブ外へ募集を行ったスキー行事開催回数とクラブ外からの参加延べ人数、及び行事の特徴

- ・どさんこ・ウィークデー（2行事に3名）、コロポックル（複数行事に延べ15名）、こなゆき（3行事に6名-他県スキー協会会員含む）、モルゲンローテ（2行事に7名-他クラブ会員含む）
- ・大々的に募集を行った6クラブ合同行事「春休みスキー教室」が中止となったが、3家族(8名)と会員の子・孫(6名)などの申込みがあった。（モルゲンローテ、町田シャシュネーズ）

(4) 4・5月のスキー行事計画（もしあれば）

コロポックル（4月-1回）、

ラ・ランドネ（4月-5回、5月-3回）、

こなゆき（4月-3回、5月-4回）、

エーデルヴァイス（4月-3回、5月-1回）

会議の報告

- ・第54期 第3回理事会 2022.3.31 (木)
- ・ // 第10回常任理事会 2022.4.7 (木)

◆第3回理事会 (Zoom 会議 出席者 14/30 人)
 <主な内容>

1. スキー協主催行事報告、部局からの報告など
2. 新型コロナウイルス感染症のもとでのクラブ行事について (討論)
 - ・コロナはまだ続く、普通のこととして対策をして行事を行う方向へ向かうべき。(同意見多数)

◆第10回常任理事会 (Zoom 会議 出席者 10/14 人)
 <主な内容>

1. 会費・公認資格者登録料納付状況

5・6月のカレンダー

5月	行事名	6月	行事名
3-4(火-水)	鳥海山山スキー交流会	2(木)	常任理事会
7-8(土-日)	かぐらフリーレッスン	12(日)	全国スキー協代表者会議
9(月)	常任理事会(臨時)	18(土)	第26回東京反核平和マラソン (スポーツ連盟東京都連盟)
12(木)	常任理事会		
14(土)	公認資格者合格を祝う会	19(日)	東京スキー協第55回定期総会
5/19(木)	理事会④		
5/21(土)	指導員ミーティング		
27-29(金-日)	立山・剣沢山スキー教室		

編集後記 エピノシッポ

ロシアによる大義なき侵攻が始まってすでに1ヶ月以上もたちます。次々と悲惨な戦争被害の映像が目に飛び込んできます。ロシアの戦争行為を見るたびに、私には亡き父の5年間のシベリア抑留や母の戦後の凄まじい体験談とが重なってしまいます。また、同時に「満蒙は帝国の生命線」として、中国に侵略していった日本による加害の歴史もよみがえります。「満州国」を建国し、意のままに権益を利用しようとした当時の日本の政策とプーチンの論理は驚くほどに似ています。全クリル(千島)列島は、1945年8月9日に突如侵攻してきたソ連軍によって不法に占拠されたままです。「戦争による領土不拡大」は第2次大戦の貴重な合意であるはずなのにです。

また、ウクライナ侵攻にこと寄せて「核兵器を日本にも」とか「敵基地攻撃能力を高める」などと言う政治家達が出始めました。ついこの間まで「ウラジーミル」とプーチンとの親密さを売りにしていた元総理もその一人です。恥ずかしくないのかと思います。

「スポーツは平和と共に」です。スポーツ連盟もスキー協も、ウクライナ侵攻に抗議する声明を出しました。スキーを楽しんでいる一方で、ニュースを見るたび、戦火に追われる人々が居ることに胸がつぶれる思いがします。私に何ができるのか、いまだによくわかりませんが、赤十字を通じた避難民支援の募金ぐらいはできそうです。

これ以上、戦争を拡大してほしくない。一刻も早く平和裏に解決することを思います。 M・K