



スキー協通信

No.462

発行

2023.12.1

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)

広報局専用 E-mail：tskikyo.koho@gmail.com

発行責任者

出崎福男

第 28 回 平和駅伝 & 交流BBQ 開催 2023.10.29

小金井公園で 30 名の参加で開催
されました。平和駅伝は 3 クラブ、
3 チームで 16 名が走りました。



目次

第 28 回平和駅伝&交流BBQ 報告	1 頁
雪崩ビーコン操作訓練 報告	2～3 頁
山スキーのつどい 報告	4 頁
第 11 回指導員ミーティング 報告	5 頁
かたしなポールキャンプ案内 / 12・1月のカレンダー	6 頁

楽しかった!! 勉強になった!!

雪崩ビーコン操作訓練に 19 名が参加

11月18日(土)都立野川公園(三鷹市大沢)において、東京スキー協山スキー委員会主催(主管:S.C.こなゆき)の雪崩ビーコン操作訓練が行われました。訓練には、講師を含め19名が参加、このうち15名がスキー協会員(スノーモンスター、EGS、三多摩、雪けむり、モルゲンローテ、こなゆき)で、一般参加が4名でした。

午前9時40分、武蔵野公園バス停前に集合し、会場の野川公園まで徒歩で移動。青空の下、黄色く染まった樹林に囲まれた広い草はらは気持ちよく、その真ん中にあるケヤキの太い幹の前を講義場所とし、草はらを使ってビーコンによる搜索訓練が行われました。

参加者の自己紹介に続いて、主催者、主管クラブ代表者の挨拶がありました。山スキー委員会の吉田委員長は、「山スキー委員会は、昨日『山スキーの集い』を開催し、今月26日には『山スキー講座』を開いて、読図や天気図の見方、山スキーをやるうえでの心構えなどを学び、楽しく安全な山スキーの普及をめざしている」との挨拶があり、主管クラブの田畑会長からは、「山スキーで雪崩に遭わないこと、万が一に遭った場合でも助かるように、お互いに知識と技量を高める機会にしてほしい。また、今回は山スキー愛好者の交流の場という位置づけもしているので、終了後の交流会も楽しんで欲しい。」とビーコン訓練の目的についての話がありました。



ビーコンの説明をする陶山講師

今回の講師陣は知識・経験ともに豊かな、陶山正さん(三多摩山スキークラブ所属、労山所属、日本雪崩搜索訓練協議会上級コース受講終了、多くの雪崩対策セミナー等で講師を歴任)、木下光政さん(雪けむり所属、労山全国雪崩講習会講師歴任、労山所属)、島崎成利さん(EGS所属、全国スキー協山スキー部長、日本雪崩ネットワーク雪崩業務従事者レベル1資格保持者)、大津武さん(S.C.こなゆき所属、山スキーリーダー)の4氏が担当しました。

講義では、陶山さんから、配布された資料を基に、雪崩時の救助体制、雪崩の現象の概説、雪崩に遭って搜索するための装備(3点セット/雪崩ビーコン、シャベル、プローブ)について、ビーコンの働き方(距離、方向)の説明や、知っておくべき基本的理解として、雪崩ビーコンの特性とその特性に基づいた埋没者の搜索方法について実践的で詳しい説明があり、参加者は資料にメモするなど真剣に聞き入っていました。

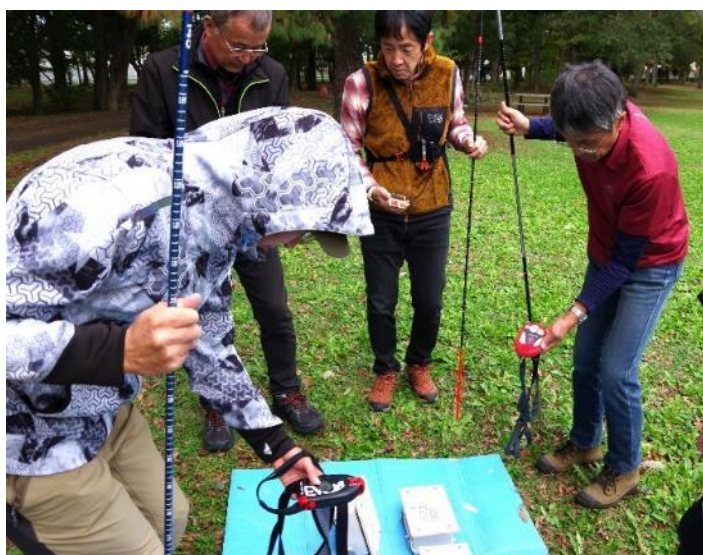
講義の後は各自が持参したビーコンを使っての搜索訓練。これまでの訓練では発信モードのビーコンを埋設して行われていましたが、陶山さんが新しい器材(8台の発信器材と1台の受診器材)を持参。発信器材を離れたところに置き、ビーコンを使って近づき、プローブ(ゾンデ棒)で振れると手元にある受診器材に、どの発信器材にヒットしたかがすぐに分かるというもので、雪中で行う訓練には画期的な器材との事でした。



訓練は、メンバーを二組に分け、埋没者に見立てた器材を60～70メートル離れた地点に置いてシートをかぶせ、ビーコンを使って目標に近づき、ピンポイントにプローブを突くという方法で二人同時にスタートして行われました。ビーコンについては、木下講師から「今日は、ビーコンの癖や性能をじっくり把握して欲しい、ビーコン訓練というタイムを競うような状況もあるが、じっくり自分のビーコンと向き合って、癖を知ったり、経年劣化していないかなどを確認して欲しい」との話があり、参加者は各自のビーコンを手に真剣に訓練に臨んでいました。初めての参加者に感想を聞くと「楽しかった。勉強になった。」と返ってきました。最後に質疑応答を行い、訓練は12時過ぎに終了しました。



終了後、公園内のバーベキュー広場の近くに移り、昼食を兼ねた交流会（懇親おでんランチ会）が行われました。大きなブルーシートに円形に座り、こなゆきメンバーが用意したコンロや鍋で温めたおでんを食べ、持ち寄った飲み物で2時間ほど楽しく交流しました。有意義な一日でした。（S.C.こなゆき 高橋記）



・・・参加者の感想・・・

山川 章さん（こなゆき）

今まで経験したことのない機器を準備いただいたのビーコン操作訓練、けっこう新鮮でした。どれだけ早く発見できるかというチャレンジング。もっと勉強しなくてはいけないと思いました。

小柳光雄さん（モルゲンローテ）

お互いの技量を理解し合い、仲間として助け合うための訓練。まさに「ひとりぼっちのスキー者をなくそう」のスキー協スローガンにぴったりの会でした。山スキーの人は理知的な方が多いです。



山スキーのつどい 2023.11.17

POWJAPAN 事務局長の脊戸柳さん ZOOM での参加 山スキー道具の解説はカモシカスポーツの宮城洋二副店長 兼用靴もビンディングも雪崩ビーコンも進化

11月17日19時から池袋の豊島区民センターで山スキーの集いが開かれました。当日は朝から激しい雨、昼にはあがったもののその影響もあったのか、参加者はスキー協の会員及び非会員の20名・ZOOMでの参加は4名にとどまりました。

スキー協の山スキーは約50年の歴史を持ち、一人ぼっちな山スキーヤーでなく仲間と一緒に山スキーを進めて来た。遭難や事故を防ぐため知識を高め、技術を高める活動を行い、山スキーの魅力を発信しながら普及に努めてきた活動・理念の紹介を最初に行って“つどい”が始まりました。



ZOOMで参加したPOW JAPANの事務局長脊戸柳武彦さんから、POW JAPANの紹介・活動についての話と、今起こっている気候の暴走に対する取り組み、我々が日常で意識して行動することの重要性、スキー協の仲間も参加した「ワタシのミライ」への取り組みなどの話があって、スノースポーツを愛する仲間が協力して今後もスキーをはじめとするスノースポーツを楽しむ続けるための行動をしていくことが話されました。

山スキーで使用する道具の解説はカモシカスポーツの副店長宮城洋二さんが、現物を展示しての解説で、今や主流になっているテック方式も安全性が強化され、トゥピースの開放機構が横方向にも対応したものが出たり、後方の抑えがピン方式でなくブーツのコバを抑えることでより安定感が強まるなどの物が出来ています。

ブーツもバックル方式でなくワイヤーで全体を締め付けるボアシステムも締め付けがよりよくなるのと、一瞬で開放されるなど改良が進んでいるなどの紹介がされるとともに、遭難対策のかなめといえる雪崩ビーコンも年々改良され、捜索が容易になるものも出ており、リーダーはその様なものを持つことを進められるとともに、電子機器なので経年劣化でビーコンが発する電波が不安定になることが紹介されました。

解説の後には現物を手に取って質問したりと、参加者の疑問・使い勝手に対する説明が盛り上がっていました。



その後は東京スキー協山スキー委員会が計画している山スキーの紹介、参加していたスキー協クラブのクラブ紹介で来るシーズンの行事参加をよびかけました。（記：吉田安信）

第 11 回指導員ミーティング 2023/10/28 高井戸地域区民センター

10月28日、東京スキー協の技術部会が主催して「指導員ミーティング」が、高井戸地域区民センターで開かれ、16人が参加しました。

はじめに、FISが作成した「安全についての10の約束」のアニメを鑑賞しました。日本語と英語で、コミカルで分かりやすい内容でした。その後、3人の報告を受けて、5～6人ずつ3班に分かれて、その報告について「良かった点」「改善点」などを話し合い、全体でも交流しました。報告は以下のです。

- (1) 間間 至さん（チーム・スポーツ板橋）「間間の指導の実際～安全と技術～」
- (2) 石澤良友さん（まっくろけ）「クラブでの教室の実際から指導を考える」
- (3) 高橋勝美（スラローム）「実際の講習中の事故から予防について考える」

以下は全体で話題になった内容です。実践的な指導上の課題の共有ができました。

- * 教室内のコミュニケーションをどう円滑に進めるか。
- * 準備（整理）体操の種類と重要さ。（動的ストレッチと静的ストレッチの使い分け）
- * スピードコントロールができない人へ、ポジショニングや基本姿勢の指導を徹底する
- * 斜面選定を課題に合わせて適切に行い、ビデオ撮影の活用も重要。
- * 午後4時に発生した転倒事故について討論し、スケジュール、コース選択など、事故事例の共有が必要となった。
- * 受傷者が「大丈夫」と応えた場合でもパトロールを要請し、受診してもらう必要がある。事故後の対応の重要性。

最後に、全国スキー協技術教育局が作成した「パラレルターンの三要素『角付け』『外脚荷重』『ポジショニング』を解説した動画」（Youtubeで視聴できる）を視聴しました。今期の動画のテーマは「真下への横滑りを使ったポジショニング（重心移動）」で、野瀬全国技術部長の解説と動画が分かりやすくできていました。

（広報局 小柳光雄）

- この動画のURLはこちら→ https://youtu.be./gv9m_LWgWEo
- DVDでの視聴を希望する場合は、こちらに案内があります。

https://www.mmjp.or.jp/wsaj/information/20231024_parallelturn_explanation.pdf

参加者の一言感想

横川一星さん（シーハイル）

今回のミーティングで特に心に残ったのは、生徒にけがをさせないために、斜面選択、生徒の疲労を考えて、楽しく安全にスキーができるようにすることです。指導員として頑張っていきたいと思います。

石澤良友さん（まっくろけ）

自分の報告について、皆さんが真摯に受け止めてくれました。指導員の悩みや疑問などに応えていく良い会だと思います。少人数のグループ分けにして、話しやすい形にしてくれたのも良かったですね。





かたしなポールキャンプ

内容(予定)
 ●6日、7日 GSL
 8:50~15:00、各日夕方に宿でビデオミーティングあり
 ●8日 SL

「かたしなレーシングキャンプ」リ・スタート2年目!

コーチ:三増健一さん

日時:2024年1月6日(土)~8日(祝・月)

場所:かたしな高原スキー場

宿泊:尾瀬しんこう荘

〒378-0413 群馬県利根郡片品村越本 629

TEL 0278-58-2329

★問合せ E-mail:tokyoskikyo@gmail.com

東京スキー協ホームページに詳細と申込方法の案内があります。



<http://www.tokyoskikyo.org/topics/2023bira/2024katashina.pdf>

※前月号で、東京大会の詳細を12月号で掲載する旨お知らせしておりましたが、実行委員会の進捗の関係で掲載できないことをお詫びいたします。

12・1月のカレンダー

12月	行事名	1月	行事名
5(火)	広報局会議	=	常任理事会
6(水)	常任理事会	7-8(日月)	ベーシックフェスタ・講習(全国)
2-3(土日)	中央研修会 週末コース	16(火)	広報局会議
4-5(月火)	中央研修会 平日コース	20-21(土日)	かぐら山スキー教室
8(金)	指導員研修会(応用)	〃	舞子GS練習会
8-10(金-日)	テクニカルフェスタ	〃	STC&デモ選(北海道予定)
〃	初・中指導員養成/指導員研修	29(月)	通信発送/総務局会議
〃	(8日は養成レベルアップ/応用研修)		
18(月)	通信発送/総務局会議		

編集後記 エピ/シッポ

「ルーティンワーク」と聞いてどんなイメージを持つでしょうか。取るに足りないささいなもの? 重要度の低いもの? ルーティンワークこそが仕事を支える土台のようなものではないでしょうか。当たり前のことを当たり前前にやった先に価値や意義が築かれるのでは、と考えさせられたこのごろです。スキーも土台をしっかりと築きたいですね。(kh)