

2007.10

三多摩山スキークラブ 会報

10月号 No.172



2007年10月10日 発行

三多摩山スキークラブ

会長 川上 邦夫

〒180-0013 武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel& Fax 042-253-7289

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>

目次

| | | |
|--------------------|-------|----|
| 目次 | ----- | 1 |
| 今月の表紙 | ----- | 1 |
| インフォメーション | ----- | 2 |
| 行事案内「あなたの初すべりは」 | ----- | 3 |
| 2007-2008 三多摩等行事案内 | ----- | 5 |
| スキー協関連山スキー行事案内 | ----- | 7 |
| 近況報告 | ----- | 8 |
| 例会・運営委員会・リーダー会報告 | ----- | 9 |
| スキー協関係 | ----- | 10 |
| 編集後記 | ----- | 11 |

行事案内 / 申込書

立山初すべりのご案内

今月の表紙

アルペンスキーの原点ともいえるべき山スキーを、全国スキー協が組織的に取り組みを開始してから32年たちました。

現在では、16地方スキー協に山スキー部、クラブが出来、全国スキー協山スキー部は技術教育局に所属、常任体制を敷き、山スキーリーダーを養成、安全対策訓練も行い、「スキーメイト」や教程書にも執筆し、

全国各地やヨーロッパ、カナダなどで年間200行事も行うまでになり、これだけ組織的に山スキーに取り組む団体は日本にないと自負しています。

先人たちが30数年間積み上げてきた経験、技術の伝統に学び、この素晴らしい文化を次の担い手に確実にバトンタッチしたい、そんな願いをこめてDVD『山スキーへの誘い』の作成いたしました。DVDより。

インフォメーション

例会

10月例会

日時 10月10日(水) 午後7時30分~
 場所 国分寺労政会館(042-323-8511)
 主要内容 来シーズン行事計画について

| | | | | 主要内容 | |
|-----|-----|--|----------|--------------|---------------------------|
| 11月 | 14日 | | 午後7時30分~ | 新山スキー用具説明会 | 国分寺労政会館 (042-323-8511) |
| 12月 | 12日 | | 午後7時30分~ | 新DVDに基づく技術解説 | |
| 1月 | 9日 | | 午後7時30分~ | | |
| 2月 | 13日 | | 午後7時30分~ | | |
| 3月 | 12日 | | 午後7時30分~ | | |

| 運営委員会 | | | | | |
|-------|-----|-----|----------|--|---------------------------|
| 10月 | 24日 | (日) | 午後1時00分~ | | 国分寺労政会館 (042-323-8511) |

| 三多摩等行事予定 | | | | | |
|----------|-----|-----|--------|---------|--------------------|
| 10月 | 20日 | (土) | 午前10時~ | ビーコン講習会 | 武蔵野公園(昼食 持参のこと) |

| スキー協関係 | | | | 問合せ先 | |
|--------|-------------|-----|---------|---------------|--------|
| 10月 | 28日 | (日) | 都立小金井公園 | 第15回クラブ交流平和駅伝 | 東京スキー協 |
| 10月 | 20日~ 21日 | | 新潟・越後湯沢 | リーダー学習会 | 全国スキー協 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

行事案内

あなたの、初すべりは

雪の便りも聞こえてきます。

すでに、板のメンテナンスは済ませていることでしょうか(新しい板を購入!というかたもいることでしょうか)。

クラブ行事として、

11月 立山

アルペンルート終了直前の立山での初滑り、例年とおり企画されました。宿泊はおなじみの雷鳥荘を予約してあります。参加を予定している方は、至急、申込書を二階堂さんへお願いします。

日 時 2007年11月23日(金・祝日)~25日(日)

場 所 立山・雷鳥沢付近

宿 泊 富山県中新川郡立山町 温泉ロッジ雷鳥荘 電話 076 - 465 - 5777

1泊2食付(税込)8400円+入湯税150円

申込期限 **10月10日(水)例会で第一次締め切り**(例会欠席の人は必ず事前に申し込んでください)

この時期の立山は以前と様変わり、雷鳥荘も超満員となるため人数の確定を急ぐ必要があります。

担 当 者 二階堂耕司

電話 042 - 372 - 0525 携帯 090 - 2319 - 3763

メール ni.koji@nifty.com

詳細は、未ページ「立山初すべりのご案内」をお読みください。

立山へは行けないけど、という方は

12月22日(土)~24日(月)

妙高高原・杉の原スキー場

「フリー滑走と基礎講習」講師は陶山さんです。

幹事は、高畠氏です。s

12月19日(水)~22日(土)

北海道・ニセコスキー場

平日参加できる方よろしく。

幹事は、高畠氏です。s

その他

12月15日(土)～16日(日)「山スキーリーダー・指導員研修会、レベルアップ教室」

志賀高原・硯川／横手・熊の湯スキー場

宿舎：志賀高原ロッジ / 17,000 円

レベルアップ教室は資格が無くても山スキーリーダーを目指す人大歓迎です。

全国勤労者スキー競技会山スキー部主催

12月30日～1月3日

秋田・田沢湖高原スキー場・秋田駒山スキー

多摩地域のスキークラブが合同で毎年行っている、越年スキー交流行事です。

期間中、秋田駒ヶ岳へのツアー、乳頭温泉郷への温泉めぐり、わらび座公演鑑賞など予定されています。

詳しくは、坂井氏へ

安全に楽しい山スキーのために

10月20日(土)午前10時～「ビーコン講習会」

ビーコンの送受信方法は、あなたの持っていない機種も、操作方法は。万が一に備え。今年も、武蔵野公園で行います。

場所 武蔵野公園

集合時間 午前10時 / 正門前に

昼食を持参してください。

他に

東京スキー協主催行事

11/9(金)

18:30～

山スキーの集い

スキー協オリジナルビデオの映写最新山

スキー用具の紹介、等

渋谷区立勤労福祉会館

11/18(日)

10:00～17:00

山スキー講座(兼関東山スキー
リーダー養成学校)

安全で楽しい山スキーのノウハウを学ぶ

渋谷・区立勤労福祉会館

2,000円及びテキスト 700
円

三多摩山スキークラブ会費納入のお願い

会費(6000円(会友:3千円))は、下記口座に振り込んでください。

三多摩山スキークラブの通常郵便貯金口座が開設されました。

早速ですが、今年度の年会費未納者はこちらに振込みください。自身の通常郵便貯金からの振り替えで振り込むと手数料が安くなります。

口座名「サンタマヤマスキークラブ」

「通常郵便貯金」の口座記号・番号「10190 77805631」

ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

2007～2008年・三多摩等行事予定

9月/26日 20:00～21:30 リーダ会が開催され、9月例会での意見等を参考に、07～08シーズンの行事日程をまとめました。10月例会で確認を行い、確定し、皆さんの参加予定を集約していきます。宿舎の予約等、担当者への負担を軽減できるよう協力をお願いします

2007/10/1 作成

| | 日付 | 場所 | 担当 | 備考 |
|-----|--------------------|--------------|-------|--------------------|
| 11月 | 3(土)4(日) | | | |
| | 10(土)11(日) | | | |
| | 17(土)18(日) | | | |
| | 23(金)～ 25(日) | 立山 | 二階堂 | |
| 12月 | 1(土)2(日) | | | |
| | 8(土)9(日) | | | |
| | 15(土)16(日) | | | |
| | 22(土)～ 24(月) | 妙高 杉の原 | 高畠 | フリー滑走(高畠)と基礎講習(陶山) |
| | 19(水)～ 22(土) | 北海道 ニセ コ | 小村 | 平日スキー サブ担当 町田 |
| | 12/30～1/3 | 秋田駒 | 坂井 | 多摩地域のスキークラブと合同 |
| 1月 | 5(土)6(日) | | | |
| | 12(土)～ 14(月) | 樽池 天狗原 | 坂井・勝亦 | パウダー講習と基礎講習 |
| | 19(土)20(日) | | | |
| | 26(土)27(日) | | | |
| | 1/23(水)～ 27(日) | 北海道 旭 岳 | | スキー協 |
| 2月 | 2(土)3(日) | 八甲田 | 大川 | 他クラブとの合同(エキスパート) |
| | 9(土)10(日)1 1(月) | | | |
| | 16(土)17(日) | | | |
| | 2/15(金)～ 20(水) | 八甲田 | 長部 | 他クラブとの合同 |
| | 23(土)24(日) | 四阿山、根子 岳 | 杉山 | |
| 3月 | 1(土)2(日) | 平標山または 武尊 | 近藤 | |
| | 8(土)9(日) | | | |

| | 日付 | 場所 | 担当 | 備考 |
|----|-------------------|------------|-----|-------------------------|
| | 15(土)16(日) | 佐渡山、黒姫山 | 笹木 | |
| | 20(木)休日 | | | |
| | 22(土)23(日) | 守門岳 | 長部 | |
| | 29(土)30(日) | 三田原 | 大川 | 黒姫倶楽部 10 周年のお祝いに行きましょう。 |
| 4月 | 5(土)6(日) | 仙倉、シッケイ沢 | 勝亦 | |
| | 12(土)13(日) | 白馬沢と白馬周辺の沢 | 坂井 | |
| | 19(土)20(日) | 木曾御岳 | 笹木 | |
| | 26(土)27(日) | 至仏山 | 杉山 | |
| | 4月の条件の良い日 | 富士山 | 高畠 | |
| 5月 | 3(土)4、5 6(火) | 鳥海 | 長部 | |
| | 10(土)11(日) | 蓮華大沢 | 笹木 | 急斜面滑降 |
| | 17(土)18(日) | | | |
| | 24(土)25(日) | 雪倉 | 坂井 | 避難小屋泊まり |
| | 5/16(金)～ 18(日) | 長次郎、三の窓 | 二階堂 | |
| | 5/23～25 | 立山 剣沢 | 長部 | スキー協 |
| 6月 | 5/31(土)1(日) | | | |
| | 7(土)8(日) | 白山 | 高畠 | |
| | 14(土)15(日) | | | |
| | 21(土)22(日) | | | |
| | 28(土)29(日) | | | |

みんなで作るスキー雑誌

スキーマイト



定価 370 円（年間購読料 2,000 円）
年 5 回発行・送料込み

■発行所 新日本スポーツ連盟・全国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 電話 03-3971-4145



07～2008 スキー協関連山スキー行事案内

東京スキー協主催行事

| | | | |
|-------------------------|-----------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 11/9(金) 18:30～ | 山スキーの集い | スキー協オリジナルビデオの映写 最新山スキー用具の紹介、等 | 渋谷区立勤労福祉会館 |
| 11/18(日) 10:00～17:00 | 山スキー講座(兼関東山スキー リーダー養成学校) | 安全で楽しい山スキーのノウハウを学ぶ | 渋谷・区立勤労福祉会館 2,000円及びテキスト700円 |

山スキー行事

| 回 | 日程 | 行事名 | 内容 | 宿泊/参加費 | 打合せ会 |
|---|---------------------|--------------|--|----------------------|--------------|
| | 1/19(土)～ 1/20(日) | かぐら 新潟 | 入門。ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高など、 スキー場から稜線へ、自然のままの雪山を楽しむ | みつまた・彦新 15,000円 | 1月10日 (木) |
| | 2/23(土)～ 2/24(日) | 湯の丸高原 長野 | 入門。スキー場の上が粉雪の高原。シール着脱・登 高、樹林滑降など山スキーのエッセンスが豊富 | 湯の丸・ロッジ花紋 16,000円 | 2月12日 (火) |
| | 3/15(土)～ 3/16(日) | 梅池高原 長野 | 入門。ロープウェイで梅池自然園へ、シール登高1 時間で天狗原。白馬連峰をバックに | 梅池・コムパス 15,000円 | 3月4日 (火) |
| | 4/12(土)～ 4/13(日) | 月山 山形 | 入門。ゲレンデで基礎滑降、シール着脱・登高など、 スキー場から稜線など自然のままの雪山を楽しむ | 志津口・清水屋 15,000円 | 4月3日 (木) |
| | 5/3(土)～ 5/5(月) | 尾瀬・至仏山 群馬 | 尾瀬ヶ原を眼下に、山頂から。 | 戸倉・ 23,000円 | 4月23日 (水) |
| | 5/3(土)～ 5/6(火) | 八甲田山 青森 | 南・北八甲田山のバリエーション豊富な広大な山域 を春スキーの決定版。山スキーの入門にも最適 | 猿倉温泉・猿倉荘 50,000円 | 4月16日 (水) |
| | 5/23(金)～ 5/25(日) | 立山・剣沢 富山 | 北アルプス3000m級の雄大な斜面の大滑降は爽快 感満点。温泉につかり星空を眺めて気分は極楽 | 地獄谷温泉・雷鳥荘 29,000円 | 5月8日 (木) |

全国スキー協関連

| 回 | 日程 | 行事名/内容 | 主催/主管 | 開催地/参加費 |
|---|-----------------|--|------------------------|---|
| | 12/15- 12/16 | 山スキーリーダー・指導員研修会、レベルアップ教室 レベルアップ教室は資格が無くても山スキーリーダーを目指す 人大歓迎です。 | 全国山スキー 部 | 志賀高原・硯川 宿舎：志賀高原ロッジ 17,000円 |
| | 1/12- 1/14 | 救急・搬送、深雪滑降、雪崩回避講習会 実践的な練習。救急搬送、ハンドテストやビーコン・ゾンデ棒 の操作、オフピステ滑降練習。 | 全国山スキー 部 | 乗鞍高原・桜木荘 宿舎：民宿・テント各一泊 20,000円 |
| | 1/23- 1/27 | 北海道旭岳・北大雪 パウダースキーにチャレンジ(上級) | 全国山スキー 部 | 希望者は、事務局までお問い 合わせ下さい |
| | 1/26- 1/27 | テレマーク講習会 | 全国山スキー 部・テレマー ク | 黒姫高原 |
| | 2/23- 2/24 | 氷ノ山 関西 山スキー交流会 若桜スキー場から二の丸を経て頂上へ、そして滑降を。 | 兵庫・大阪ス キー協山スキ 一部 | 氷ノ山(若桜氷ノ山YH) 2,000円(会員割引有) 宿泊・交通費・保険別 |
| | 2/23- 2/24 | 関越ブロック 山スキー交流会 上高地周辺/歩くスキー | 関越ブロック | 乗鞍高原/上高地 宿舎：沢渡(ペンション) 14,000円(予定) |
| | 3/8- 3/9 | 東北山スキー交流会 秋田駒ヶ岳・乳頭山。 | 全国山スキー 部 | 秋田駒ヶ岳 宿舎：ロッジヨーデル XX,XXX円(未定) |
| | 4/19- 4/20 | 立山 関西 山スキー交流会 「みくりが池温泉」に泊まりながらアルプス大滑降。 | 兵庫・大阪ス キー協山スキ 一部 | 立山・みくりが池温泉 1,000円(予定) 宿泊・交通費・保険別 |
| | 5/17- 5/18 | 針ノ木雪渓 大滑降 交流会 日本三大雪渓の一つ。大滑降が期待できる。 | 全国山スキー 部 | 針ノ木雪渓 宿舎：かしわ荘 10,000円 |

近況報告

坂井欣二

現在通風の発作中、7ヶ月山に行っていません。

斉藤ガ子

6/30~7/2 白神山地
7/24 乗鞍
7/26~8/18 インドヒマラヤ・ザンスカールトレッキング
7/31 狭山丘陵・六道山
8/24 御岳山 レンゲショウマロックガーデン

笹木祐司

8/5~8/7 笠ヶ岳~双六~槍ヶ岳
過去に滑った斜面を見てこられた。

杉山一宏

8/13~15 針ノ木岳~スバリ岳~種池~爺ヶ岳~扇沢
テント縦走。とても天気が良く、毎日暑かったです。雪の無い時期の針ノ木沢を登るのは初めてだったのですが、思いのほか上部は登りにくくて、苦労しました。

高畠近義

8/4~5 焼岳
西穂~奥穂の予定が雨のため焼岳へ。
8/22~27 宮之浦岳、開聞岳、韓国岳
天気良くいい山行でした。

二階堂耕司

6/24 北高尾トレーニング山行
荷物は軽いのに両脚のふくらはぎが攣った。これじゃ山スキーはできない。
8/13 高尾山稲荷山コースハイク
8/17~20 赤木沢登り
うわさに聞く天下の美渓は、我々にも微笑んだ。遠いけど行く価値あり。
8/29~9/3 吾妻
小舎の手伝い。この間ずっと雨で、山にいて一步も山を歩かず。

町田定男

8/18 御岳山
れんげしょうま花見

長部保雄

8 / 特に変化なし。というか、猛暑/動く気せずでした

例会、運営委員会、リーダー会議報告

9月例会報告

日時 2007年9月12日(午後7時30分～)
場所 国分寺労政会館
出席者 川上、荒木、長部、笹木、斎藤、二階堂、杉山、町田、大川、三宅(10名)
議題 07～08行事計画について。
リーダー会議を経て、概ねまとめました(6頁参照)。
報告事項
行事計画
討議事項
その他

10月の例会は、10月10日です。
時間は、7:30からです。

9月運営委員会報告

日時 2007年9月26日(午後7時00分～)
場所 国分寺労政会館
委員 荒木、長部、笹木、斎藤、二階堂、杉山

委員会概要、報告、議事内容:

1. 事務局

スキー協会費値上げの報告・・・08年度5月より500値上げ。

2. 例会

- ・ 10月例会:10/10(水):07-08年度行事発表と参加希望を確認
- ・ 11月例会:秀山荘を招きスキー用具の説明会を実施予定
担当二階堂:10/10(水)例会まで準備。実施できるか回答する。
- ・ 12月例会:08年度番スキー協発行の“スキーDVD”上映

3. 企画

9/2620:00～21:30 リーダ会を開催。行事日程を決める。

4. 会計

- ・ 会費未納者の報告:9/26現在で15名未納者がいる。

5. その他

- ・ 会報に出席者を載せる
- ・ 例会の司会順番(8月の運営委員会で決定)

| | | | |
|-----|----|----|-----|
| 9月 | 荒木 | 1月 | 笹木 |
| 10月 | 長部 | 2月 | 杉山 |
| 11月 | 川上 | 3月 | 二階堂 |
| 12月 | 斎藤 | | |

入退会について

なし

次回運営委員会 10月24日 水曜日(午後7時30分から)

リーダー会議報告

日時 2007年9月26日(午後8時00分~)
場所 国分寺労政会館
出席者 川上、荒木、長部、笹木、斎藤、二階堂、杉山、町田、大川、陶山、坂井、近藤、
議題 07~08行事計画について。
詳細6頁に掲載

スキー協関係

東京スキー協、全国スキー協
(当面の日程)

- 10月20日~21日 リーダー学習会(新潟・越後湯沢)
- 10月28日 第15回クラブ交流平和駅伝(小金井公園)
- 11月9日 山スキーの集い(渋谷勤労福祉会館 午後6時30分~)
- 11月18日 山スキー講座(渋谷勤労福祉会館 午前10時から午後5時)



教程解説DVD、第三弾が発行されました

洗練の平行ターンへのアプローチ

内容は、「洗練の平行ターンへのアプローチ」と題して、「真下への横滑り」「テレマークターン」「1・2・3・4」の3つの種目からのアプローチの紹介です。この3つから、洗練の平行ターン修得のカギとなる「腰のスライド」「逆前後差」「脚の伸ばしとたたみ込み」の技術が洗練の平行ターン習得のポイントになっている点が理解できると思います。ぜひ試してみてください。

定価 1000円

以下のホームページをご覧ください

東京都勤労者スキー協議会(東京スキー協)

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/>

スキー協通信掲載箇所

<http://www.cpi-media.co.jp/skikyo/tsusin/tsusin.htm>

全国勤労者スキー協議会(全国スキー協)

<http://www.mmjp.or.jp/wsaj/>

雑記帳

猛暑、などといったら秋。冷房の中に閉じこもる。しかし、閉じこもると言う言葉は、冬、寒いというイメージがあったのだが。新雪の便りもチラホラ

猛暑は、出る気も失せ8月、9月とどこにも行かず、運動せずと、秋になったら少しは山歩きでもしてスキーシーズンへ望まなければ、と思いながら今だ何もせず

毎年、警察は山の遭難・事故の集計をしているが高齢化が目立っているようである。元気なつもりでも持久力や敏捷性は劣り、

まして年をとればますますということのようである。

昨シーズンは、当クラブには大きな事故は無かったようですが、いつ起きるか輪から無いのが事故、くれぐれも用心して

スキーは遊び。生き急がないように、仲間と、滑って、温泉に入って、お酒を、安全で楽しい山スキーをこころがけいきましょう。

突然テレビのテロップで、安部首相辞意表明。施政方針演説の翌日。健康が理由だとか、しかしその後のマスコミの扱い。異常とも思えるもの、国会を空転させ、しかし強引な手法、辞めるときもか

三多摩山スキークラブ会報(2007.10 172)

発行 川上邦夫

編集 長部保雄

ホームページ編集 大槻 真人

<http://www.asahi-net.or.jp/~xi7m-ootk/backnumber.htm>

発行連絡先

180-0013

武蔵野市西久保 3-25-7-303

Tel/Fax 042-253-7289

2007.10.10 発行

雪山は呼んでいる!

07 立山初滑りのご案内

三多摩山スキークラブ

2007年9月30日

暑い夏がようやく終わったと思ったら北海道の朝日岳などから待望の雪の便りも届き、もうスキーシーズンはすぐです。

今年も昨年に引き続きアルペンルート終了直前の立山での初滑りを下記のとおり企画しました。長期予報では雪は例年並のようです。宿泊はおなじみの雷鳥荘を予約してあります。足慣らしも兼ねて、いち早く雪山の感触を味わってみませんか?

記

- 日 時 2007年11月23日(金・祝日)~25日(日)
- 場 所 立山・雷鳥沢付近
- 交 通 大糸線信濃大町から扇沢までバス又はタクシー+アルペンルート
マイカー利用は扇沢に無料駐車場有
- 宿 泊 富山県中新川郡立山町 温泉ロッジ雷鳥荘 電話 076 - 465 - 5777
1泊2食付(税込)8400円+入湯税150円
- 地 図 25000/1 立山、剣岳
- レ ベ ル 滑降技術、体力ともにB(一旦荒れれば厳冬期の北アルプスです)
- 申込期限 **10月10日(水)例会で第一次締め切り**(例会欠席の人は必ず事前に申し込んでください)
- この時期の立山は以前と様変わり、雷鳥荘も超満員となるため人数の確定を急ぐ必要があります。
- 担 当 者 二階堂耕司
電話 042 - 372 - 0525 携帯 090 - 2319 - 3763
メール ni.koji@nifty.com

宿は22日(木)から予約しています。二階堂、三宅は22日から入ります。22日から参加する人はマイカー同乗可能ですが、23日からの人は足を確保してください。詳細は参加者に別途計画書をお渡しします。