

SSFニュース

NO. 384号2021. 4. 17発行
北海道勤労者スキー協議会
札幌スキーフレンド 会長 東 隆博
編集 横山 正芳
<http://ssfskitec.web.fc2.com/>

★次回の幹事会のお知らせ
やっとお顔を見ながらの幹事会！
5月14日(金)カデル27:19時～
前回のように定員減となるかな？
今後のシーズンオフ例会が
決まっていますよ。

例会の報告です！

その2:4月4日(日)
国際ロングラン & ジンギスカン例会i。

「ゲレンデは寒い、気持ちは熱い」

発見:ポプラの使い方:その1

先日((3/19:深夜)の地震で、室内での体感はなかったのですが我が家のポプラ(現在190cm)が揺れてました。震度くらいならこの位の揺れか？なんと地震計に利用が出来ました。他にないかな？



その2

心の安らぎとお酒の摘み！
見るとゆつたりとした気持ちになります！
そのほかアドバイスありませんか？
ないかなー！？
愛を捧ぐと花が咲く

マスクは新しいワクチンです！
しっかりかけて、蜜回避！

不要不急の外出自粛は4/16までかな？
でも今まで培った、マスク・3密避けて、手洗いうがい、頑張らしましょう！基本ルールをまもって、来会参加ですよ！！



例会:その1:桜山森林浴ツアー！

真駒内地下鉄駅周辺に、桜山があります！
散策・散策、ゆっくり歩きです！
日時:5月16日(日) 9:30地下鉄真駒内駅
担当:O幹事(MLか携帯へ)
持ち物:別途 公園内のバント&缶ビール？
締切:5月13日(木)
詳細:事前の調査報告がMLにてあります。

例会:その2:リベンジ
札幌5縦走です！

昨年、5山目指して雨のため4山になってしまいました。そこで5山再挑戦の要望が！
日時:5月30日(日)
場所:地下鉄琴似駅 9:00集合
担当:Y幹事(MLか携帯へ) ;5山:▲・大倉・奥▲・荒井山・円山(+藻岩山)
締切:5月27日(木) ちなみに、秋までに6山縦走を計画！トレーニングを！

4月4日、札幌国際例会を行いました。参加者は、O/Hさん、Mさん夫婦、S/Kさん、いとこのMさん、Sの6人です。
東区を出発した時は小雨模様。少し心配でしたが国際スキー場は、曇り空。山頂付近は雲の中でしたが、山頂へ着くと雲を突き破り、眼下に雲海が広がって幻想的な景色を見る事が出来ました。
「Sさん、Mさん」チームはスキーレッスン。「Oさん、Mさん夫婦、S」チームは、コブのトレーニング。「コブだ、コブだ、コブを滑るのだあー」
と熱い気持ちをコブにぶつけて、汗だくになりながらコブ斜面にアタックし、はじき出されたり、転んだり、心が凹んだり・・・。
昼食は寒い中、外のテラスで「ジンギスカン食べ放題」に挑戦。
春とは言え、外気温は5度。まだまだ寒かったですが、気持ちは熱く、お腹一杯食べました。美味かったあー。
国際には、まだまだ雪があります。5月9日までオープン予定だそうです。
皆さん、春の雪が舞っていますよあー。

記 S/S



★皆さんからの例会要望を募集します。
幹事会は、LINE・メール等を使い実施しています！今後の予定を楽しみに。

大募集です！

【今後の予定です！】

月日	例会名	場所	時間	担当幹事	連絡方法	締切	その他
4/18(日)	北壁納会は、蜜を避けたバス例会には収支が伴わなくて、今回は中止となりました。次回に期待しましょう。						
4/桜開花	せっかくの桜のシーズンです。歩いてみませんか？		賛同がなければ、無しです！誰かMLで提起を！		当日	例:西野緑道&発寒琴似川の歩きながらの花見です！	
5/16(日)	桜山、森林浴ツアー	地下鉄真駒内駅集合！	9:30	O/M・S/S	ML or 携帯で	5/14	詳細内容については別途MLで周知します。お楽しみに
5/30(日)	リベンジ5山縦走です！	地下鉄琴似駅	9:00	Y/M	ML or 携帯で	5/28	昨年途中断念の5山に再挑戦！次は6山かな？
6月以降	皆さんからの要望を募集中です！		密にならないところがありますか？		やってみたいことはありますか？		幹事迄お願いします、ML or 携帯！

例会の報告です！

その1:3月14日(日) 安達さんの滑りを盗む in ハイランド。

14日例会に参加させていただきありがとうございました。札幌スキーフレンドのニュースを見て例会講師がA/Nさんと発見！！スキー仲間が以前のスキー協フェスティバルのコブ班の時にA講師の指導がすごく良かったと言っていたのを思い出して是非参加させてもらいたいと思いました。予想通りシンプルで分かりやすい指導でしたが女子大の急な斜面での小回りなどフレンドのハイレベルの方達との初めてのチャレンジもありドキドキでした。自分の足りない所を改めて発見とても学びになりました。楽しい一日を過ごさせて頂きました。また記念写真の時にピースするチャーミングなA講師にもほっこりでした。そしてA講師とフレンドの方達に感謝です。ありがとうございました。また機会がありましたら参加させて下さい。よろしく願います。

ぎやろっぷスキークラブ M/T



「Aさんの技術を盗もう例会」に参加して3月5日、テイネハイランドは山頂+2度→+4度、快晴、風もなく絶好のスキー日和です。Yカメラマン、Sさん、Wさん、Mさん、Oさん、T君(午前だけ)、Mさん(ギャロップからゲスト参加)Oが参加しました。午前中はシンプルなレッスン。私が盗んだAさんの技術(ご本人がちゃんと説明して下さいなのですが)。
・直滑降をする時にスキーの真上に乗るポジションで滑る。
・ターンする時はスキーのスタンスは広めで、外脚の真上に乗っていく。
・スキーのたわみを引き出すには真上から乗る必ことが大事。午後、やや複雑になってきました。
・内スキーのアウトエッジも意識し、しっかり使っていくことが大事。
・ターンでは、頭は外脚の上、腰は内側へ倒し弓なりの姿勢をとることが大事。
・横滑りを自在に行う練習はとても有効。滑ってきた私に、「どうですか？」とAさん。大した滑れないのに、「しっかり降りてくれる感じですよ。」と答えてしまいました。朝のうち少し硬くてガタガタ雪面、だんだん緩んできて雪が溜まったザクザク斜面の大回り、小回り。そして、ナント！男女回転、女子大回転の山に向かって右端の急斜面を、全員が小回りですっきり滑ることが出来たのです。
「Aさんの技術を盗もう例会」は大成功でした。Aさんありがとうございました。

記:O/H

こんな投稿がありました！

「朝里のラーメンには、アサリでしょう」朝里スキー場を利用した際は「ラーメン」を食べますが、朝里なのに「アサリ」が入っていないと、不満をつぶやいていたら、Mちゃんから「次回は、アサリの缶詰ご持参しては？」とのアドバイス。

さすが料理のプロ。その手があったかと、4月1日に缶詰を持自盛りしついに「アサリ入りのラーメン」を食べました。美味しいー。最高です。やっぱり朝里のラーメンには「アサリ」が必要でしょう(笑)

ある日のSさんから！



そしてアドバイスなのか???

アサリを蒸しといたら、朝里ラーメンの話知らない夫がラーメンを作って入れていた。美味しかったそうです！

Hさんからの投稿です！



更に4/10の投稿です！

中山峠スキー場に居ます！
スキーはまだまですます！

Oさんさんからの投稿です。



SSFでは、皆さんとの情報のやり取りに、SSFのメーリングリストを使用していますが更に素早い情報のやり取りには、LINE(ライン)の登録がありますよ！希望者は、S副会長にご相談ください！ やさしく対応していただけます。