

SSFニュース

NO. 387号2021. 7. 15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/>

ワクチン接種が 始まっています。



SSFのメンバーも聞くとこ
 ろによりますと。2度の接種
 が終わった方、1度目の終
 了の方等が居ますね。
 副作用もそんなに大きなものは無し
 と！でも、筋肉痛、めまい等が出てい
 るような？まずはお大事に。



接種をする・しないとの考え方もありますが、まずは自分が
 移らない・他人にうつさないを基本に、通常のマスク・手洗
 い・うがい・密にならないを実践する事がこれからも肝心で
 すよ。そのうちに皆で大声で話し大声で乾杯の音頭を取り
 ましょう。まだまだ続くコロナ禍ですが、頑張りましょう。
 お若い方の接種は何時頃になるかな！

【今後の予定です！】

★次回の幹事会のお知らせ
 コロナ禍にて幹事会は
 8月 6日(金)19:30~
 幹事会はZOOMで実施します。
 解除されたらカデル27で、対面幹事会
 そのあとはご苦労さん会！参加待つ。

訃報のお知らせです。

★6月26日(土) S/Kさん、H/Nさんのお母様がお亡くなりになりました。
 謹んでお悔やみ申し上げます。

例会報告 ⇒ 6月27日(日) 桜山・森林浴ツアー(木漏れ日を浴びて)！

例会報告 ⇒ 6月20日(日) Zoomで飲み会！

楽しい例会
 に皆さんも
 参加しませ
 んか！
 Zoomは簡単
 ダウンロード



日曜日の19:30、6名の皆さんが参加しました。それぞれ片手には
 Beer、焼酎、コーヒー、お茶等を持ちまずは乾杯！今回酒の肴は見
 えませんが次は飲み物・おつまみも見てみたい！
 無料ZOOMは1回が40分で切れます、切れたら
 再度入り直しますが簡単にリーダーが許可します
 ので楽しみは続きます！若干残念だったのは今
 回日曜日、明日月曜日に仕事に出ない方のみ
 の参加でした、次は別の曜日に設定ですね！



ZOOMダウンロードは、SSFNEWS386号を見てください！
 次のZOOM例会は仮装で登場ですよ。 記：Y/M

今後の例会の予定です。

7月9日(金)にZOOMにて
 幹事会を行いました(右写真)
 今後の例会については、コロナ禍
 のため、8月22日までの自粛期間を踏
 まえ中止の方向で行こうとの話も出ましたが、コロナに負けず
 に例会の計画は作りましょう。その時、コロナで実施できな
 ければ、その都度例会実施の有無・延期等を検討し皆さんへ連
 絡します。(別途が多くて申し訳ないが！)
 頑張っ9項目あげています。道の対応、総会等々が入って
 ますが幹事の意気込みで実施していきます。皆さんの協力
 も必要ですので、よろしくお願いします。



真面目にやっています？

お知らせ & お願い！【1】

- 8月1日(日)久しぶりに、皆さんと乾杯です。
 現地4人テーブル、にて密にならぬよう、話はマスクで！
 飲むとき・食べるときはマスクをはずし、十分注意し
 楽しめます。締め切りは7/25(日)ですが、なるべく早くに
 連絡願います。 担当：S/Mです。



月日	例会名	場所	時間	担当幹事	連絡方法	締切	その他
7/11(日)	札幌5山縦走！	地下鉄琴似駅(9:00)、登山口9:30		Y/M	携帯 or MLで	7/8	コースの変更あり、体力に合わせ実施します。
7/30(金)	ZOOMで飲み会です。	各自の素敵なお部屋で。	19:30	S/S	事前のMLを見る	—	飲み物はそれぞれ自由、ただしおつまみ一品の紹介してね。
8/1(日)	札幌ファクトリー開拓使ジンギスカン & ☺:会場前		12:00	S/M	携帯 or MLで	7/25	10時開店のファクトリーで自前で散策してください。
8/15(日)	道スキー協総会議案への意見締切		—	SS&SM	メールにて	8/12	議案配布予定は、7/25頃です。
8/29(日)	芸術の森・野外美術館鑑賞(芸術に浸りましょう)		別途	S/S	携帯 or MLで	8/22	ゆっくりと散策しながら芸術に親しむ日です！
9/12(日)	平和大好きランニング&ウオーク in 札幌		別途	Y/Y	携帯 or MLで	9/5	詳細が着次第皆さんにお知らせします。
9/〇〇	お魚釣りの希望がありました。岸壁でのんびりと！		別途	Y/M	携帯 or MLで	—	10月のニセコで遊ぼうに合体か？お楽しみに。
10/9-10	ニセコで遊ぼう、登山 or フットパス？		別途	M/Y他	携帯 or MLで	10/2	まだ先ですが、のんびりできる計画を楽しみに！
10/22(金)	第42回SSF総会です。一年が早いですね。		別途	S/M	議案書送付	別途	書面総会になるか？集合総会となるか？
10/31(日)	スキーシンポジウム	教育文化会館。	別途	道教育部	携帯 or MLで	別途	今年は午前中だけの開催です。

例会報告 ⇒ 6月27日(日) 桜山・森林浴ツアー(木漏れ日を浴びて)!



最高の木漏れ日でした。

地下鉄真駒内駅の裏側にアップダウンの少ない散策路が続いています。

Aコース、Bコースを歩くと4.8キロ程。日頃の運動不足解消に良いコースです。楓類の木が多く、紅葉の時期にまた歩きたいですね。

茸同好会の方々とすれ違いましたので、上手いと思ったらキノコもあるかもです。反省点は、殆ど休憩も取らずに歩いたので、終了時急激に脚が重くなった事です。最後に、散策途中の看板の文言を紹介します
～人生山ありダニあり～

記:W/S



10割蕎麦です。



例会報告 ⇒ 7月11日(日) 五山縦走に挑戦、さて—————?

28,049歩、これはS/Sさんの自宅から出先、自宅までの歩数です。頑張りました。

当日、地下鉄琴似駅に集合は、S/A・S/S・Y/Mです。札幌5山縦走に挑戦。三角山(311.7m)の登山口では緊張感が、順調に頂上を通過、大倉山(307m)での頂上観望場はコロナで立入禁止、スムーズに通過し、奥三角山へ、ここで30分の昼食タイムでのんびりしながらコース検討です。奥三角山から荒井山へのコースは?と言うのは、小別沢トンネルから荒井山までの道は住宅街の歩道となります! 円山までの疲労度を考え若干の登りも出てくるが大倉山まで戻り、荒井山を目指すコースにしました。おかげで大倉山シャントウ入り口から荒井山頂上までなんと10分かつからず

荒井山を過ぎ目指す円山が目の前に、動物園前のセブンで残り少ない水分を仕入れ歩き始めから6時間4分、頂上でのビールがこんなに美味しいのか! そんなこんなで5山が6山にアップ! 最高でした。

3日後筋肉痛で動けません。成果:車ユリの可憐な姿と、ハナビラタケをみつけました。次は藻岩から円山だ!!!

記:Y/M

①三角山(311m)

③奥三角山(354)

②大倉山(307)

⑤荒井山(185)

⑥円山(225)

新コーナー進ちゃんのお笑い拾い読み!

①「人生、山あり、ダニあり」

いよいよ「桜山コース」へ。そこでW/Sさんが虫よけスプレーをシュー・シューとしながら、飛び出した言葉が、なんと「人生、山あり、ダニあり」。ハイレベルなレディーぎゃぐ。おそれいりました...

シューシュー中



②「熊よけは、西郷輝彦の歌」

山歩きも後半になると、結構な桜山の奥地です。下見の時「熊のフン」らしき物を見ましたし、去年の情報ですが「熊出没」の看板が...。そこで、熊よけに手をパンパンパン(S/S)と叩きましたが、即座にO/Hさんが「♪好きなん~だけどお~♪パンパンパン」と西郷輝彦の歌を唄いだしました。

おかげで、熊にも合わずです。懐メロが効果を発揮したのかな???

登山口で緊張気味の二人?



円山 標高 225 M

お知らせ&お願い【2】!

①道の22回総会が開催されます。今年も書面議案書で行い7月20日頃、議案書配布予定。

8月15日SSF内意見集約、8月21日道へ意見書提出となります。

SSFの代議員は2名、S副会長・S幹事長が対応皆さんからのご意見をお待ちします。

②指導員登録費の振り込みはお済ですか?SSFの口座までお振込みください。

③例会予定の中に記載はないのですが、10月に「北大植物園ツアー」を予定していますよ!

ツアーガイド付き:O/Sさん。入場料は420円ただし6人で回数券を買って少し安くなります。

④9月の魚釣り情報がありませんか?石狩でも小樽でも余市でも岩内でもOKです!

今は、イワシが釣れているようですが、名人が居ません。

どなたかご指導を!

⑤会費納入のお願い!今年度分です。

振込先:〇〇銀行...支店【...】全国スキー協 札幌スキーフレンド O/Yです。なお、お支払いいただいた年会費の中で、2名ほど金額が少ない方がおりました。40周年記念のDVD代金(500円)です。次回会費の振り込みの際お願いします。別途お知らせします。

⑥8月のZOOM飲み会は、末頃を予定しています。簡単ですので是非参加を!

H/Mさん、ZOOM用のおつまみ1件ご紹介を。



こんな情報最高、よいので知らせてね!

雪技塾でお世話になっている古川昇さんの陸上トレーニングに今年も参加しています。体幹を鍛えて、上体を安定させて滑れるようになるためのトレーニングメニューを月2回土曜の午前中、真駒内公園や倶知安旭ヶ丘公園で行っています。終わった後のランチやビールもまた格別です(笑)フレンドからは小野寺さんも参加して頑張っています。ニセコでのSUP(スタンドアップパドルボード・サップ)にも挑戦しますので、

次号でまたご報告します。 M/Y



皆さん、お家の中で何していますか?なんでも良いので情報を含めてくださいね!よろしくお祈りします。今回たっぷり!