

SSFニュース

NO. 391号2021. 11. 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/>

油断めさるな！まだまだ、
 マスク・手洗い・うがい
 ・3密避けて自分で防衛！



TP①: スキーシンポジウム開催

・10/31(日)教育文化会館にてシーズンが始まりました。技術理論&指導員の任務のお話です。コロナ禍、指導員対応の進歩ですが、SSFからは、MY・OH・OS・YY・YM・SSの6名が参加しました。例会での披露を待ってね。

★次回の幹事会のお知らせ

コロナ禍にて幹事会は
 12月 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。

TP②: 道のレベルアップ予定

①12月26日(日)ハイランド 締切12/12
 ②1月16日(日)ハイランド 締切1/2
 ③1月23日(日)トマム 締切1/9
 ④2月13日(日)ハイランド 締切1/30
 申込は道スキー協教育部へ個別申込。
 対象は、スキー協初級指導員程度の
 実力がある方が対象です。

TP③: 指導員研修会

・12/9-10(土日)札幌国際スキー場
 にて指導員研修会が開催されます。
 参加希望の方はSS指導員へ連
 絡ください！参加費・リフト代金はS
 SF口座に振り込み願います。

TP④: ギャロップ第34回総会

・兄弟クラブのギャロップスキークラブが第34回総会を迎えます。
 おめでとうございます。総会は11月19日(金)高教組会館にて
 行われ、SSFからはSM幹事長がお祝いに駆け付けます！
 ちなみにギャロップNEWSも400号となり二重のお祝いです。

TP⑤: 指導員試験に挑戦します。

・今シーズンの指導員試験に挑戦します。
 OHさん、MYさん、OSさん、SSさん
 4名です！頑張ってます。皆で応援しまし
 しょう。(検定応援例会:2月19日発表20日)



編集者の苦勞を見ていただき出来たコーナー、残りの回答です！！

【質問の回答の一例、同意・反発は？MYさん？とOH？さんが協力です。
 なお出題はOAさんから頂きました。(ネットでも見てね)

- ①ショートターンの板とロングターンの板サイドカーブの違い⇒
 M:Rが小さい方がショートターン。O:サイドカーブが少ない板が、ショートターン用、R10
 ~15位。多いのがロングターン用R20以上。
- ②オールグラスの板とメタルが入っている板の違い ⇒ Mさん・Oさん???
 ●ネットから ⇒ メタル系の心材(Rod含む)を使っているとファイバー系より重量は重くなる傾
 向にはある。現在重量はそんなに気にならないかもしれません。メタルでも軽いものがあり、ね
 じれ等グラスの方が操作はしやすいという方もいます！お店の方に自分の足前での操作方法
 にあったスキーを紹介していただく。
- ③スキー靴の前傾角とカント角とは ⇒ M:横から見たブーツの傾きと、後ろから見た開き具合
 O:前傾角:足首を前に傾かせる角度。カント角:足の脛骨の傾き、足の歪みに合わせて靴
 を調節する角度。
- ④トーションとフレックス ⇒ O:トーション:ねじれ、フレックス:たわみ M:フレックス⇒
 スキーのセンターを押し込んだ際のしなりの固さを指します。トーション⇒スキーのねじれの強度を
 指します。トップとテールを持ち、左右に捻ってみたときの固さのことです。
- ⑤ストレートの体軸と「くの字」の体軸 ⇒ M:足と身体が一直線か、外足荷重のときに上体
 とのバランスがひらがなのくの字になるか O:ストレートの体軸ではターンの山側に軸の
 中心が行ってしまい外足に荷重しにくい。股関節を中心に外スキーの真上から荷重して
 ターンしようとするときの字姿勢になると思います。自分の感覚を大事にしてください。

【今後の予定(道の関連含む)です！】(NEWSの例会予定と合わせて、SSFMLでの周知もしっかり確認願います。)

総会にて道Tシャツ販売のお姉さん！

月日	曜日	例会名	場所	集合時間	担当幹事	連絡方法	締切	その他
11/21	日	指導員養成・理論	高教組会館	9:00	道教育部	—	—	指導員挑戦者は頑張れ
11/28	日	雪降ったぞー！in 国際	国際鐘の前(券購入後)	9:00	SS	携帯 or ML	11/21	雪の感触を楽しみましょう。転倒が一番???
12/11-12	日土	指導員研修会	札幌国際スキー場	9:00	道教育部	研修申込書	11/27	研修申込用紙に記入
12/15	水	X'mas&忘年会	いえもん	18:30	SM	携帯&ML	12/8	8名以上で貸し切り！久しぶりの楽しみに！！
12/26,1/16	日	レベルアップ(道主催)	テイネハイランド	9:00	道教育部	スキー協	12/10	各回締切は道スキー協HPに記載されてます。。
1/9-10	日月	指導員養成実技	テイネハイランド	9:00	道教育部	—	—	指導員挑戦者は頑張れ
1/13	木	国際でリゾッチャうぞ！	札幌国際スキー場	9:00	YM	携帯&ML	1/6	シニアディで格安に楽しもう！
1/15	土	親子雪まみれ(旧ファミ)	テイネハイランド	9:00	輪島・斎藤	携帯&ML	1/8	旧ファミリースキを親子で楽しむ例会にしました。
1/23	日	★どこかで遊ぼう、たまにはゲレンデから飛び出して！		未定	-	携帯&ML	-	雪の中で雪まみれ！スキーは忘れて！OK???

第42回総会が会場をTV塔2Fの三幸さんで開催されました。



札幌TV塔が市内を賑わす！
第42回の総会です！

第42回SSF総会が札幌TV塔2Fにて実施されました。当日会員は15名、兄弟クラブから来賓1名の16名で、3密に注意しながら大いに語り合いました！

今回、SS副会長監修の議案書を元に新しい試みとして、技術アップのみを目指すのではなく楽しみの中から各自のレベルを上げていこうとの事で、各例会名を楽しそうな名前に変更！（例：リゾッチャ、雪の中転がり廻ろう、かつ飛ばせ、林の中等々です。）

議事の中では会計報告の中から、先日皆さんへML添付で送りました、道スキー協への納入が値上がりし、クラブ財政に対する影響等の検討を含めた話も出ました。



久振りの乾杯！オシャレな食事に満足！
来期は大通り側に向いた会場で予約済みです。オシャレにですね。

TP◎: X'mas & 忘年会

・コロナの蔓延が若干小さくなっています！でも油断しないで『X'mas & 忘年会』です。12月15日(水) 会費4000円です！8名以上で貸し切りになります。ぜひ貸切で楽しみましょう。
担当幹事: SM幹事長 ML又は携帯にて！(直接本人への連絡もOKです。)参加、よろしく。

ここで活動報告のトピックスです。コロナ禍中止例会が16回ありました。その中で例会参加トップがOHさん、例会実施20回中13回の出席でトップ、YMさん11回、MY・SSさん10回と50%以上の出席でした。そして昨年からの出席の中で参加回数が倍に伸びたのがSAさんです4回が8回に倍増です。自分の目的にあった例会に参加も楽しみ作りですね。

大阪からの参加、埼玉からのZOOM参加もあり例会の方法も少し変わってきましたが、皆さんの元気なお顔を拝見できるのは楽しいひと時です。

今年もコロナの対応に気を付けながら基本的な対応を取り自らの防衛策で例会に参加です。今年度は全国の交流学習会もあります。埼玉のTMさん家族の参加もあるかな？今シーズンも今年度も元気に楽しく皆で楽しみましょう！そして最後に「この指とまれ例会」も個々の楽しみを増やします。

「楽しみましょう」

幹事一同



例会の報告:10月9-10日(土日) ニセコで遊ぼう(釣りと山歩き)

フグ100匹？



昨年のニセコで遊ぼうは中止です。今年はどうなるかとの心配がありましたが、コロナ減速にて決行しました。

でも、基本はマスク・手洗い・密避けてで実施！

コース紹介:岩内の天然釣り堀で旬のお魚釣、キノコ散策、ニセコの山登り、等々です！

岩内ではなんと3年前と同じフグの爆釣、手ごたえ感最高そして羊蹄山荘裏でのキノコ採り、夜はこれも最高の大阪の人によるたこ焼き三昧とキノコ汁地産カレーです。最高——！

次の日は温泉とイワオ登山に挑戦！強風で噴火

口まででしたが、結構な紅葉で楽しめました。当初予定は1泊2日でしたが、帰る予定の方も2泊してじっくりと皆さんで会話です！再度昼間採ったキノコ汁と残りのお酒をたっぷりとり。元気に解散です！参加者は、OY・O父・O母・Y母・Y娘・FK・YM、日帰りはSS親子でした！ 記:横山



沢山とれました
落葉キノコ

大阪名人のたこ焼き
最高皆に食べさせたい

リベンジ豊平山(10/13)！

1回目、熊さん出沒。2回目、この指とまれでお誘いも、集中豪雨で中止。でも登ってみたいと3回目の挑戦でした！参加者は都合で当初のメンバーから一人かけ2名です！豊平山のみの予定でしたが、後ろから女性一人で来た方が隣の豊美山へ行くとの事で一緒に。その方の名前はなんSさん！これで始のメンバーが集まりました！（SA・YM）両山とも結構急峻で次の日筋肉痛！次は皆で行きましょう。 記:YM



素敵なもみじの中で！

記事が足りなく、教程(3)！

初歩動作は置いて、初歩滑走からです。

◎初歩滑走(ブルークボーゲン)

- ★ブルークによる回転技術(ブルークボーゲン)を学びます。そしてブルーク連続回転で！
- ★狙い:ブルークによる連続回転技術を！
- ★注意:●腰が外側に移動しない事。
●身体でスキーを回さない事。

◎初歩のパラレルターン

- ★目的と狙い:ターン後半は外押し出しのブルーク、中盤以降は内スキーを平行にそろえて、終了手前で斜滑降に入る技術学ぶ。
 - ★注意:●スキーを回さない事。
●斜滑降に入る時胸が反返らない事
- それぞれの間に各種バリエーションがあります。一度ネットで教程を読んで見て下さい。次は難しい「ベーシックパラレルターン」です。