

就任のご挨拶



代表副会長 井上 衛

謹啓

貴社ますますご繁栄のこととお慶び申し上げます。

平素、本連盟に対しましては、格別のご支援ご高配を賜り厚く御礼申し上げます。おかげさまで今年度の行事も残す所あと僅かとなり、無事終了を迎えようとしております。

これも偏に協賛各社のご協力の賜と深く感謝をしているところであります。

私儀

昨年12月の理事会にて会長代行を仰せ付かりました。

現在の都連の組織状態は、加盟団体数467、登録会員23,179名、各本部および各部の有資格者は教育本部5,809名、競技本部428名、安全対策部132名、フリースタイル部12名の大組織であります。しかも、重大な局面を迎えている都連、その代表副会長は若輩で浅学非才の小生にとって重責であります。

しかし、組織決定で命じられたからには伝統ある東京都スキー連盟の組織を守り、発展させるために鋭意努力を致す所存でございます。

今後とも今まで同様のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

まず取り組むこと

専務理事 小川 和雄



この度、評議員会と理事会のご賛同を得て、伝統ある都連の専務理事に就任し、さらに理事会で構成する「98調査委員会」の委員長をお引き受けいたしました。

この欄で「①専務理事として、②98調査委員長として」、都連会員の皆さんに私の考えを述べ、ご理解とご協力を得たいと思います。

1 専務理事として

専務理事に就任して最初に考えたことは、

迫りくるシーズンを目前にして、登録などの事務局窓口業務のスムーズな処理と、雪上行事を担当する教育、競技、フリースタイル、安対各部の執行体制の確立でした。

それによってシーズン行事を正確に受け付け、確実に実行する都連の準備が整い、後は会員の皆さんに、行事の中でスキーを大いに楽しんでもらいたいと思いました。

事務局の登録など受付業務は、事務の皆さんの大活躍により順調に進んでいるようです。しかし、11月1日の指導員研修会A～E会場受け付けには、早朝から多数の方が並ばれ、満員のためかなり受け付けをお断りしました。その際、一部混乱が起きたりして申し訳なく思っています。

これは、前執行部の計画を実施したものでしたが、その予想を上回る参加希望者数となり、結果としてご迷惑をおかけしました。

この件は理事会全体の問題として受け止め、研修会行事の全般的見直しと、有資格者の要望がいかにあるかを調査するなどして、来シーズン行事計画に生かしたいと思っています。

さて、各部の理事、専門委員は連日のように会合を重ねつつ、会員の皆さんに喜んでもらえる行事内容を実現すべく努力しております。どうぞ、雪上行事に多数参加されるようお待ち

ています。

2 9 8 調査委員会委員長として

この委員会は、本年5月の評議員会で「評議員会内の特別委員会の報告にもとづき、理事会により刑事、民事の手続きを前提として、さらに詳しく調査するよう勧告する」と議決され、さらに評議員会での審議事項の中で「新理事会に申し送る」とされた事項の事実調査を担当するものです。

新理事会では2度にわたり審議を行い、その結果、5名の理事による98調査委員会が発足し、私が委員長に選出されました。

都連の4年以上の混乱には、会員の皆さんも飽き飽きされていることはよく分かりますが、これ以上混乱を引きずらないためには、不正の事実を解明し、責任者を明らかにすることが必要です。

その後には、過去の「シガラミ」を忘れて「明日の都連」を語る、明るい空気が出てくるに違いありません。このため委員会は、事実関係の解明を目的に1年間をメドに活動を進めます。

活動経過は毎月の理事会に報告し、理事会議事録を通じて加盟団体にお知らせします。

(プライバシーに関する部分を除く)。もし、責任者の処罰のときには、当然、理事会と評議員会で決定してもらいます。

皆さんのご理解とご支援をお願いします。

《準指導員検定会理論問題模範解答》の一部

- [5] ①中・急斜面の深まわりや、スピード調整、雪面状況の悪い場面等で使われる。②急斜面の深まわり、ターンの軌道修正やりカバリーの場面で使われる。③緩・中斜面において、スキーを滑らせる場面で使われる。
- [9] ①西高東低 ②最大傾斜線 ③ノルウェーのベイトストーレン ④猪谷 千春 ⑤移動(運動)方向に

対してスキーの向き(長軸方向)がつくる角度)
⑥交互運動がもっとも洗練したかたちで、左右の脚、スキーが同時的に同調した運動のこと

- [11] ①スキーのずれをコントロールすることができる
②素早くエッジングポジションをとらえることができる
③回転中の内スキーの切り返しができる
④パラレルポジションで回転をつなぐことができる

★好評発売中★

**スキージャーナルの
スキー図書&ビデオ**

◆97新作スキー・ビデオ
 (財)全日本スキー連盟・編作/監修
**基礎スキー検定・
実技** [準指・指導員] 技術評価の観点
 税込価格4,800円(カラー52分宅600)


**基礎スキー・技能
テスト** [バジ5級メソッド] 各種のポイント
 税込価格3,200円(カラー42分)宅600

『96/98』**37人のデモファイル**
 (第25回全日本デモンストラター選考会) 税込価格3,500円(カラー60分)宅600

技術選・快走録
 (時代を築いた名手たちのあの快走が魅惑) 税込価格3,200円(カラー60分)宅600

◆**既刊スキー・ビデオ**
 (ビデオ版(財)全日本スキー連盟編作)
日本スキー指導教程
日本スキー指導教本
 各税込価格4,800円(カラー34分)宅600

◆**スキー図書・既刊**
 (全日本スキー検定)
準指・指導員模範問題集
 (頻度順理論検定対策) A5判/定価1,350円(税込)T310



〒160東京都新宿区荒木町20 インテック88ビル **スキージャーナル** 株 ☎(3353)3051 郵便振替・00100-1-33504

総務本部から

総務本部長 神田 二男



新しい執行部が誕生しました。

'97年度の事業計画、予算は7月評議員会で承認され、8月から新年度がスタートしています。そして'96年度の事業報告と決算承認、任期満了に伴う役員改選が10月6日定期評議員会で行われました。

新執行部は重任する者10名、元役員のパテラン3名に、新人12名が加わりました。

さて、総務本部は、副会長になった東和夫先生のほか、西生、斉田、中嶋の3名が留任、神田、三浦の新人2名を加えた5名の理事が本部員11名、新たな任務につく専門委員と共に職務を分担します。

都連は誰のものかと言えば、加盟団体、登録会員みなさまが主人公です。私どもはみなさまの負託に応え公益的なサービスを提供する立場にあります。運営には公平性と透明性が求められます。

まず、身近な事例を報告します。

〔指導員研修会12月開催分受付〕

11月1日に、(A)～(E)5会場分の申し込み受付を開始。昨年の経験から今年は整理券を試みに、事務局と共に対応しました。しかし先着順を競う皆様の出足が早く、1・2番は前夜から、3・4番の女性が早朝4時半頃着き、以後、5階から通路、階段を伝わって1階へ行列ができ、さらに建物の外へ。整理券発行の午前8時には小雨

の中、150～60人の行列が続く有様。順番に事務所内に入ってもらい、申込み人数を申告、記入して累計したところ、⑧菅平(定員500)は80番目の人で早くも満杯、続いて④車山(500)が149番目でオーバー、以後⑥車山(200)⑩サンパレー(300)⑨熊の湯(200)が、208番目の人で、9時40分には総て満員になりました。

朝早くから駆けつけ行列したのに申込みない方々から殺気立った不満が寄せられ、誠に申し訳ない事態になりました。また仮受付の整理券の有効期限を当日午後3時までとしたため、受付業務の分散に役立たず、2度、行列を強いる結果になり、ご迷惑を反省しています。

12月設営の会場、人員に制約があるため、需給のバランスがとれないことに問題があり、申し込み方法の改善と併せて、再検討を迫られます。

〔広報のあり方〕

会員のみなさまに直接お知らせできるのは「SATだより」だけ。都連から加盟団体へは、事務担当者を通していろいろな文書で連絡。行事日程、申込み手続等はアルマナックに集約していますが、周知は不徹底の様子。「SATだより」の内容充実をはかる一方、新しいメディアであるインターネットに、ホームページを開設、パソコン通信を通して情報提供できるよう、検討をはじめの考えです。

登録会員24,000名の中から、有志の頭脳を有効活用させていただきたく、ご意見、ご提言を歓迎いたします。

基礎スキーの追究・・・

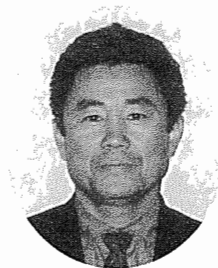
日高スキー研究所

- ◎ おもなイベント ◎ ・少年スキー教室(12月, 3月) ・熟年スキー教室(1月)
・指導者育成セミナー(理論/実技) ・菅平技術選手権大会(3月)

〒167 東京都杉並区天沼3-30-40-303 Tel 03-3393-2065(齊藤) 03-3318-1092(神田)

教 育 本 部

教育本部長 本 間 尚



10月6日の理事改選に当り、新しい体勢が出来た。解決しなければならない問題、改善しなければならない点等、山積に成った諸々の事項について答えを出す必要があると同時に来シーズンに

向けての方針も考えていかなければと思う。

第1に年々増え続ける、指導員の数と研修会の方法今年もキャパの少なさを痛感した。しかし、専門委員の数が限られていることと研修会とクリニックの資格保持の点でどうしても参加者が多く成る点改善策としては専門委の増員が考えられる。

なかなか増員出来なかったが今年度は10月10日のサウスでの専門員の合宿の折に増員し(7名)今シーズンの行事に対応する予定です。

都内の行事も含めて年間のスケジュールが37行事もあり過密と思うスケジュールの中での対応も必要に成る点今後の課題と成る。又前述の様に専門委員の強化も大事な課題であり、基本技術の習得、養成講習会及び指導研修会等に於ける理論の意思統一、統一見解、1年内に実施一応の好結果が出たと思う。各雪上行事に於いても今後続けて行きたい(講習後1~2時間の実技研修実施)

次に昨年までの専門委員の組織はそのまま踏襲することとし、各部を委員会として(全日本スタイル)改名して各行事の実施に当たってもらうこととした。その委員会の中に各教育本部の理事の方々を配置し委員会とのコミュニケーションを取ってもらうこととした。従って細部に渡って理事、本部員、委員長、委員との話し合いの中で決定実行して行くこととした。

次に資格の管理、指導員の把握等についてもOA化を進める事としたい、肥大する管理体制についての確かな掌握が出来るように一日も早く進めていきたいと思っている。次に今シーズンより準指

の理論検定の発表を養成講習会(実技)終了後発表することとした。それに合せて、点数の公表についても併せて実施したい。最も評議員会等に於ける質問事項でもあり今年度より実施したいと考えている。

又、準指の件については昨年まで全日本スキー連盟の立合いを要請していたが本年シーズンより東京の単独で実施することとした。

次に今シーズンには無理と思うが、準指検定員のジャッジ研修を早い時期に行いたいと考えている。

全日本でも検定に関しての諸々の点についてジャッジマンの研修を行っている次の点についても都連の中で十分に検討したい。

次に技術選に関してですが約600名程のエントリーがある車山スキー場で開催をしているが、よりメジャーな大会にするように努力したい。又、今シーズンより参加者の強化合宿を実施することとした。目的は将来の専門委員の候補者としての対応と昨年まで全日本の出場者より出場枠の減少に伴う、枠の拡大につなげたい。

他に社会体育指導者制度への移行、この件は任意であるがスキースポーツの知識の向上等もあり移行を行っている。

又、PL法に対する正しい理解もあろうかと思っているので機会を見て勉強会を行いたいと考えている。

又、スノーボードの全日本に於ける講習検定の実施に伴う対応について又、一時中止に成りました海外研修の実施についても検討していきたいこの件については国際委員会との協力を得て来年度は実施していきたいと考えている。

等々色々な問題を一つ一つ解決していくように専門委員と理事が一体と成って物事に当たって行くようがんばりたいと思う。

どうぞ御協力、又良い意見がありましたら御連絡いただければ幸いです。

新生競技本部あいさつ



雪のたよりがとどく季節となりましたが会員の皆様さぞご健勝の事とお察し申し上げます。

さて、平成8年10月6日役員改選により新しく25名の理事が誕生しました。支援をいただきました各評議員並び各代表委員、専門

委員、各種委員会の方々に厚く御礼申し上げます。これからは過去3年近くに及んだ諸問題に関する混乱を解明して行く事も新執行部に果たせられた使命である事も理解しております。競技本部理事も新理事会に於いて加藤元治郎、工藤則夫、岡部三治、杉崎寿三男、谷雅雄の5名が競技本部事業に取り組んで行く事になりました。然し、当然のことながら各事業の実行になりますと多くの人の力を借りなければ推進する事が出来ないのです。加盟団体会員の皆様や競技本部専門委員の方々のお力添えを特にお願ひし、今後の事業が楽しく円滑に運営していけるよう心がけてまいる所存です。

私共理事は、多勢の人々の声を執行部に伝えてより良い競技運営を求めて勉強してまいります。幸いにも一緒に競技本部を運営して行く理事の方々は、競技運営に関し専門委員や選手としての経験者、更に過去理

競技本部長 加藤 元治郎

事として経験豊富な方も含んでいます。私ごとき者が本部長などとんでもない話でもあります。

この辺で競技本部理事の紹介をさせていただきます。副本部長工藤則夫理事は、ノルディック競技に関するベテランであり現都連に於いて無くてはならない人材であり全てをお願いしています。岡部三治理事ですが、競技本部専門委員を多年にわたり経験又競技有資格者協議会会長を歴任した人望と実力の持ち主であります。杉崎寿三男理事につきましては、過去都連理事として競技部をはじめ教育副本部長を歴任し彼の数々の経験からの助言は今後の都連運営にも役立つ事と考えます。最後になりましたが谷雅雄理事につきましては、私自身スキーヤーとして40年になりました都連加盟25年目を迎えますが珍しく興味の持てる人物と言えるでしょう。彼は素晴らしく早い判断と行動力、事務能力の持ち主であり私のダメな部分全てを持っている様です。彼も又執行部の中で「ダメ」を言葉にして出せる姿勢を持っている一人でもあります。以上競技本部理事を紹介いたします。この様な競技本部理事の豊富な知識の持ち主を中心に各事業がつつがなく進められるものと確信しますので加盟団体会員の皆様の温かいご支援の程よろしくお願ひ申し上げ本部あいさつとさせていただきます。

'97シーズンに向けて

フリースタイルスキー部長 渡邊 宏



初雪の便りの届く季節になると、毎年のことながら身心共に引締まってくるから不思議。

'97シーズンにはいよいよフリースタイルスキー世界選手権大会が、2月2日から9日の間長野飯綱高原スキー場で開催される。

「アクロ」・「モーグル」・「エアリアル」の全種目で、全日本クラスの在籍している東京勢もこの大会に照準を合せて調子を上げなくてはならない。

フリースタイルスキー部としては今期も選手育成への道として種目別教室を開催し、経験豊かな指導者もいるので、各技術ごとに適切なアドバイスで指導に当る方針を取り、競技参加者層の拡大を目標にしている。

このような段階を踏まえ、「エアリアル」ではテク

ニカル・ポイント。「モーグル」ではモーグル・ポイントの認定を受け、安全に技術の向上努力し競技へ挑戦してもらいたいと思っている。

一方都連の専門委員には、国際ライセンスを含めたジャッジの有資格者も多く、部門内研修等で研鑽を重ね、正確な判定をするべく努力している。

なお競技運営についても部門内で、専門委員の協力により検討し十分今期イベントに対応出来る処置を確認した。

昨シーズン好評であった安全対策部との連携も、昨シーズン同様に部門間協力体制を保ち、パトロール資格者のイベントへの派遣を求め、現地組織と協力し運営に臨みたい。

この他にも強化指定選手にトレーニングメニューを指示し、競技力の向上を計り、'98長野オリンピックへ向けて、万全の体勢で発進する所存であります。

平成9年度行事一覧表

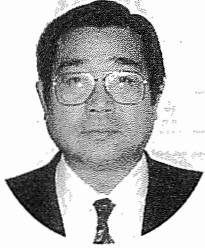
◎事務連絡担当者会議 9月7日(土) 勤労福祉会館 ◎指導員研修会都内理論研修96.11未定 ◎SAJスキー技術選手権大会97.3未定

Calendar grid for fiscal year 1997 (Heisei 9) showing events from October to April. The grid includes days of the week (曜日) and dates (月日) for each month. Events are indicated by horizontal arrows above the dates with labels such as '養成講習会', 'F S 専門委員会', 'クロカンフェスタ', 'S A J パトロール技術員研修会', etc. The events span across multiple months, with some starting in October and others continuing through April.

S技術J競技会
パトロール(岐阜)

安全対策部

安全対策部長 中澤 義昭



安全対策部はS A J検
定規定により例年行なわ
れておりました、救急法
の講習会が指導者養成講
習会の中で実施すること
になりました。

在京の指導者養成講習
会の2日目、10月20

日午後に、スキーにおける傷害予防対策、スキー
実施上の安全対策等、日本赤十字社東京都支部救
急法指導員より救急法の講義、三角巾を使つての
実技を行います。

雪上の養成講習会に於ては、専門の先生を招き
理論、スキー傷害概論を実施する予定です。

S A J公認スキーパトロール受験者養成講習会
は、今年度は1月10日(金)～12日(日)車
山高原スキー場で開催、同時に安全対策部の専門
委員研修会を行い、傷害防止対策と技術及び資質
の向上を図る。

昨年7月1日P L法の施行に伴い、今年より新
たに各加盟団体の安全対策担当者講習会を開催し

- (A) 加盟団体より提出戴いた傷害報告の集計報告。
- (B) 用品研究、締め具を中心に。
- (C) P L法施行に伴うスキー環境について。
- (D) クラブの傷害保険対策。
- (E) スキー場側からみた部会スキーヤーに望む
こと。

以上を重点においた講習会を予定致しました。

尚当日は午後3時より公認パトロール会議を実
施して、近況報告から方針を説明し親交を深めま
す。

近況報告

(A) 昨年度より教育本部への派遣行事が増え又
競技本部、フリースタイル部への派遣行事が復活
致しました。

(B) パトロール受験者養成講習会の報告。

ここ数年都連の受講者に加えて、神奈川県連、
千葉県連からの参加者で毎年20名前後の参加者
を得ております。

(C) 全国スキーパトロール技術競技大会の報告。
(昨年、全国27チーム中、東京都Aチームが6
位入賞、Bチームが18位)

以上の報告と25周年を迎える公認スキーパト
ロール連絡協議会等の内容にて実施致します。

97年都連に於けるすべての行事が安全に推進
出来る様に、安対部一同一丸となり勤めてまいり
ます。

第12回全国パトロール技術競技大会に於いて
も、昨年の成績がフロックでない為にも更に練習
をして、良い結果を挙げる努力を致したいと思ひ
ます。



●国内スキー ●海外スキー
その他、アウトドアスポーツ(テニス、乗馬、パラグ
ライダー、ゴルフ、モータースポーツ、ダイビング、ウ
インドサーフィン、ヨット、大自然ウォーク、キャンプ
など)のことなら、信頼と実績のある当社で、ぜひ!
カタログご希望の方は係員までお気軽にご連絡
ください。

スポーツ旅行のプロフェッショナル

JTB
JTB GROUP



株式会社 サン&サン

◎運輸大臣登録旅行業第568号

TEL. (03)5950-0631

FAX . (03)5950-1401
〒170 東京都豊島区東池袋4-39-11

国際交流の輪を広げましょう

国際委員会委員長 齊藤 久

最近では海外でスキーを楽しむ方も増え、都連の会員の皆様に対するサービスとして海外に関する情報の収集、国際交流の場の提供が重要になりつつあると感じております。

国際委員会では間近に迫った長野オリンピックを国際交流の輪を広げるよい機会と捉え、皆様の中で海外の選手ならびに大会関係者との親睦を計り、交流を深めたいと思いの方々に具体的なチャンスを提供したいと考え、そのための体制づくりとして国際委員会登録スタッフ制度を設けました。このような目的ですが、あくまでも「ボランティア」で将来、都連独自の国際事業のサポート、外部団体の要請等の各事業にご協力頂く事にもなると思っています。当面の問題としてプレオリンピック、長野オリンピックにおいて海外からの大会関係者の空港での出迎えとか歓迎会、大会中の世話などが考えられますが、勿論、皆様のほとんどが

大切な仕事をお持ちで、謂わば趣味の世界での話ですから日程、語学力を含めてあくまでも皆様の希望を尊重する事が前提になります。海外生活の豊富な方は別として、仮に語学力に多少の不安をお持ちの方々も相手が何を言いたいのか、何を聞きたいのか、旺盛な好奇心の持ち主であれば国際交流に参加されて視野を広げ人生をさらに豊かに出来るのではないのでしょうか。私も海外で異文化に触れ、多くのスキーヤーと生活を共にし、スキーに対する情熱に国境は無いことを痛感し、また自分の人生でスキーとどのように関わっていったら良いか多少とも教わったと思っています。

詳細についてはまだ具体化していない部分もありますが、もし、興味のおありの方はとりあえず、先日お送りした「国際委員会登録スタッフ推薦のお願い」に添付された書類等で申し込まれる事を希望しております。

「文部大臣認定C級社会 体育指導者移行講習会」

理事 中嶋 淳

平成二年三月までに準指導員・指導員資格を取得された方を対象に、財団法人日本体育協会主催第一回C級移行認定講習会が十一月十七日(日)午前十時より東京女子体育大学講堂で開催された。当日は五九七名が受講し、C級社会体育指導者に移行認定された。次回は十二月十五日(日)同じ会場で第二回C級移行認定講習会が開催される。尚C級に移行が認定された方は、来年二月に行われるB級移行認定講習会の参加資格が与えられる。



「協賛各社懇親会開かれる」

協賛各社と顧問、参与を交じえ、懇親会が十一月二十五日(月)四ツ谷駅前スクワール麴町で開催された。協賛各社及び役員等の紹介があり、なごやかな雰囲気うちに終了した。



「準指検定問題」

11月17日（日）。青山学院を会場として、準指検定が申し込み者数959名、受験者数934名で実施された。

1997年度 財団法人東京都スキー連盟

平成8年11月17日
会場 / 青山学院大学

《準指導員検定会理論問題と模範解答》

[1] 東京都スキー連盟規約・規程に関して、空欄に該当する適語を下の語群より選び記号で答えなさい。
(同一記号重複) (1×15=15)

第2条(目的)

本連盟寄附行為及び規則、(コ)し、又は著しく(カ)のあった役員、(サ)及び登録会員は、本規程により(キ)及び(ク)することができる。

第4条(役員等の解任)

本連盟の役員で著しく(カ)のあった場合及び会議への出席を怠り(ケ)を提出しない場合は、(ア)の議決により(イ)することができる。

2. 本連盟の(ウ)で著しく不都合のあった場合及び会議への出席を怠り(ケ)を提出しない場合は、評議員会の議決により(イ)することができる。

3. 各種委員会の委員で著しく(カ)のあった場合及び(エ)委任状を提出しない場合は、(オ)により解任することができる。

ア)評議員会 イ)解任 ウ)評議員 エ)会議への出席を怠り オ)理事会の議決 カ)不都合
キ)権利停止 ク)除名 ケ)委任状 コ)規程に違反 サ)加盟団体

[2] スキー技術の仕組みについて、表の空欄を埋めなさい。(2×10=20) (4.5.6は順不問)(7.8.9は順不問)

運動課題	ターンに働く外力	技術要素	力の制御	技術の要点	ターン運動
スピード 回転弧の コントロール	推進力 重力 ---- ↓スキー (1) 調節 ↑抵抗力 制御力 (2) ----	荷重 (3) 角付け 回旋	(4)方向 (5)量 (6)時間	(7)バランス (8)リズム (9)タイミング	(10) ポジショニング エッジング

[3] 両脚荷重と片脚荷重の有効性について、空欄に下の語群から該当する適語を選び番号で答えなさい。(1×10=10)

1)両脚荷重：両脚に荷重が配分された場合は、外脚は(③)に位置するので(⑦)が動き、横ずれを起こしやすい。内脚は、外脚よりも(④)にあるので、(⑧)ことになり、横ずれを防ぐ力を働かせやすい。角づけされたスキーへの、力の作用方向の特徴から、(①)し、雪面抵抗をとらえることは、ずれ幅や、(⑤)に有効である。

2)片脚荷重：片方のスキー1本に荷重すると、両スキーに(⑨)したときより、(②)がかかり、雪面への圧が大きくなる。横ずれの時に摩擦が増え、雪面への(⑥)も増えるなど、雪面とスキーとの間に働く(⑩)のに、有利な状態となる。

①両スキーに荷重 ②2倍の荷重 ③身体の外側 ④身体の下 ⑤ターン弧の調整
⑥スキーの沈み込み量 ⑦横方向への力 ⑧上から圧する ⑨均等に荷重 ⑩抵抗力を生み出す

[4] ブルークボーゲンの運動構造の説明について、下の語群より適語を選び答えなさい。切り換え (1×10=10)

ブルークボーゲンは、連続する回転を通し、スキーを、(ハの字)形に保ち、身体を、つねに両スキーの(内側)に置くものをいう。したがって、両スキーは内側角づけの状態に保たれ()は行われない。

(舵とり)は、外スキーへの(荷重)による押しずらしと、(脚)のひねり動作による(回旋)によって行われる。内スキーは、外スキーの押しずらしや回旋運動を補助するよう、()の保持や制動のための動きをする。脚の曲げと、伸ばしによる(上下)の運動は、外脚への荷重と押しずらしを()よく、リズムカルに行う上で効果的である。

大腿部、回旋、内側、左右、切り換え、舵とり、角づけ、平行、脚、膝、ハの字
荷重、前後、外側、上下、タイミング、リズムカル、バランス、リズム、スピード

[5] ステッピングターンが、どのような場面で使われるか説明しなさい。(5×3=15)

①踏み出し、シュテム ②踏み出し ③踏み蹴り

[6] 基礎技術としての、ブルークボーゲン・ブルークターン・パラレルターンについて、それぞれの特徴を述べた文章の空欄に、適語を下の語群より選び記号で答えなさい。(2×9=18)

1. ブルークボーゲン

①スキーを、(F)、回転する

②ブルークのポジションで滑ると、(K)、バランスがとりやすい

③回転に入りやすく、ターン技術を習得するための、(I)

2. ブルークターン

- ①ブルークポジションと、(A) の組み合わせによりターンをする
 ②舵とりや切り換え場面で、(B) させた、パラレルターンへの導入要素を持った技術
 ③(E) において行われる

3. パラレルターン

- ①(C) で、両脚の屈伸動作を同調させ、舵とり、切り換えを行う
 ②(H) となる要素を持った技術
 ③(D) において行われる

A) パラレルポジション B) 両脚の屈伸動作を同調 C) オープンスタンス D) 中斜面
 E) 緩・中斜面 F) ハの字形に開いたまま G) ワイドスタンス H) 応用技術の基本
 I) 基本的な技術 J) ナチュラルスタンス K) 制動をかけやすく

[7] レベル1 [どんなところでも滑れる] のステージ1・ベンディングターンについて、空欄に下の語群より適語を選び記号で答えなさい。(2×9=18)

ストレッチングターンとベンディングターンの違いは、いままで単純に「曲げ」と「伸ばし」の動作を行ってきた(エ) が異なることである。ストレッチングターンの主要課題は、(ケ) にあるとすると、ベンディングターンは、(オ) が主要な課題となる。

ベンディングターンの(ウ) は、多くの場合、(ク) の中では、(ア) になってくる。より能動的な(イ) で生じる雪面からの(キ) に対し、(カ) をスムーズ、かつ正確に行うための技法といえる

ア) 無意識 イ) エッジング ウ) 切り換え エ) 局面タイミング オ) 伸ばし舵とり
 カ) 重心移動 キ) 反力の増大 ク) スキーヤーの感覚 ケ) 伸ばし切り換え

[8] 準備運動(ウォーミングアップ)の必要性について、空欄に該当する適語を下の語群より選び記号で答えなさい。(1×10=10)

- ① ウォーミングアップは、身体体温、特に(カ) を上げ、筋肉の動きとともに(ク) の通りをよくする。これによって(キ) や収縮力が高まり、(ウ) にも素早く(オ) する。その為まず、筋肉を十分に伸展させることである(ストレッチング)
 ② 外気温度が低いときには、(イ) によって体温を上げることが望ましい。(エ) に対する準備にもつながらる。
 ③ これから(ケ) に打ち込むのだ、という心構えをつくる。スキー場は寒いので、(コ) で身体を温め、各部位の念入りな(ア) をする。これは運動がうまくいき、さらにケガをしないことにもつながる。

ア) ストレッチング イ) 全身運動 ウ) 激しい運動 エ) 心肺の運動 オ) 身体が適応
 カ) 筋肉の温度 キ) 筋収縮のスピード ク) 神経系の回路 ケ) スキー運動 コ) 適度な運動

[9] 次の問いに答えなさい。(3×6=18)

- ①日本の典型的な冬型の気圧配置は？ ②フォールラインとは？ ③次期インタースキー開催地は？
 ④1956年オリンピック(コルチナ)冬季大会の日本人初の銀メダリストは？ ⑤迎え角とは？ ⑥同調運動とは？

[10] 導入段階『ステージ1』、スキーヤーの動作の原則的な動きの4つのパターンについて、空欄を埋めなさい。(3×4=12)

1. 曲げと伸ばし 屈曲と伸屈 2. 開くと閉じる (外転と内転) 3. ひねり 回旋 4. 内返しと外返し(内反と外反)

[11] レベル4 [ブルークターンができる] のところでその評価の観点を4つ述べなさい。(4×4=16)

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____

[12] 次の文の空欄を埋めなさい。(2×8=16) 一般教養 技術理論 対象
 ハイレベル スキー指導者は(カ) な技術を身につけることは当然であるが、(イ) や(リ) に適応した指導法に習熟していなければならない。また、(ク) についても重要で、大自然の中でのスポーツだけに(キ)・(ク) など安全への(カ)、(キ) の指導なども大切な事項である。 地理 気象条件
配慮 マナー

[13] 大回転競技のコースセットについて、空欄に該当する数字を下群より選び記号で答えなさい。(1×8=8)
 (同一記号重複)

- 標高差 ・男子(エ) m ~ (ク) m ・女子(エ) m ~ (キ) m
 ● 旗門数は標高差 {m単位} の(コ)% ~ (シ)% の小数点以下を四捨五入した数値
 ● 旗門の幅は(ソ) m以上、(チ) m以下とする。

ア) 100 イ) 150 ウ) 200 エ) 250 オ) 300 カ) 350 キ) 400 ク) 450 ケ) 10 コ) 12 サ) 14
 シ) 15 ス) 1 セ) 2 ソ) 4 タ) 6 チ) 8

[14] 次の文章の空欄を埋めなさい。(1×14=14)

- ①フリースタイル・スキーの種目を記せ。1. アクロ 2. モーグル 3. エアリアル 4. デュアルモーグル 5. コンバインド
 ②モーグルの採点の内訳は、1. ターン (50) % 2. エア (25) % 3. スピード (25) % である。
 ③モーグル競技の完全転倒の場合 (1.5ポイント) ターン採点から減点される。
 ④エアリアルの採点の内訳は、1. エア (20) % 2. フォーム (50) % 3. ランディング (30) % である。
 ⑤アクロ競技の使用バーンは斜度14° ~ (16°) ・長さ(150 m) ・幅37.5 m ± 2.5 m

※ [5]・[9]・[11] の解答は2ページへ



シールクラブ (SLC)

会長 服部 清 衛

戦中戦後約20年間山スキーを続け楽しんでいた東京生まれ、育ちの私ですがこの楽しさを多くの者へ伝えたいと山好きスキー好き20人程で昭和31年シール必携のクラブとして発足したのが始まり。昭和29年度には杉並区連盟も結成れ、都民大会の選手になったり、教える立場にもなり、ツアーの傍らポールにも挑み、基礎や競技の検定も受け出し、国体、全日本、インターハイの選手も生まれ、スキー学校、検定、競技会も出来るようになって来たし、あまりにも大世帯になりいつまでも区連のご厄介になっているわけにも行かず区連を紹介団体として昭和47年に都連に直接加盟しました。48年度のSAJ登録人数200名、驚きました。競技、安対の専門委員も出しお手伝いさせて頂いています。昭和50年秋には創立20周年を祝い、雪上ではスキー学校は勿論、記念競技大会(第6回)、得意のツアーも鹿沢、八甲田、月山、乗鞍、剣、立山と夏まで休みなしでした。

61年度には30周年、去年は40周年、共に大雪山ツアーを行いました。現在基礎有資格者26名、パト4名、競技有資格者16名、クラウン、テクニカル7名、更に教育部へも専門委員を出しており会員のお世話をする態勢も整ってきました。ひたすら基礎スキー技術を探究する者、速さを競う者や雪の中に立ち尽くして競技会の運営を身上とする者…ばかりでなく山スキーに専念している者、アフタースキーに一番の魅力を感じている者、大正初期生まれから平成生まれまで隙間なく揃い“水と油”とも思われるようなそんな仲間がお互いの立場を思いやり乍ら今までずっと和気藹々と楽しんでいるのは当クラブの不思議なところですよ。

編集後記

都連の会員の皆様、シーズンがやってきました。今年は寒い冬になると言われてきましたが、どうも12月前半は暖かいようです。後半に期待しましょう。最近、人工降雪機の性能も良くなり、気の早い人には朗報です。

今年の準指理論検定は実技検定前に公表されません。一步一步、都連は努力して皆様のご期待に添

日本エイトマン

会長 鈴木 芳 和

皆さん、今日は。

当クラブは昭和47年(1972年)10月に農林省(現、農水省)スキークラブから独立した同好組織です。「早く上手になって、スキーを楽しもう」をモットーとして、8名の指導員が設立したことからクラブ名が付けられました。活動はシーズン中においてはスキースクールが3回、クラブ員だけの合宿が2回、又オフにはザウスでのトレーニングが5月から10月までに月1回と、年間を通して行われております。最近では都連公認アルペン競技大会への参加者も出始めるなどポール熱も徐々に上っています。私共の理念にある「上手にする、上手になる」といった育成に関することには定評があり、クラブ員のほとんどがエキスパートレベルに達しました。それはクラブ合宿では徹底したマンツーマン指導、そしてスキースクールにおいても、少人数指導を採用していることが功を奏しているからと考えられます。

人材も又、豊富で東京都スキー連盟へは多くの人を派遣しております。先づおなじみの井上衛名誉会長はトップの要職にあり、細貝耕三副会長は評議員、四代目会長の私は規約等審議委員、金沢祐治氏は選管副委員長、高根智子氏は教育本部専門委員等、各々の部門で活躍しております。これからもクラブ活動と並行して、よりよい都連をつくるために尚一層、都連運営の中核的存在として頑張っていきたいと考えております。ゲレンデで“エイトマン”を見掛けたらお気軽に声をかけて下さい。

えるようがんばっていきますので、宜しくお願いします。

忌憚のないご意見ご要望をお待ちしています。

編集者 委員長 中嶋 淳

委員 本間毅一、三瓶一男、塚本哲夫、
蒔野秀治、海老沢晃、藤雄比佐夫、
川渕 誠、内田修子、土屋東明、
斎藤かおり