



北のシュプール

第485号

発行 北海道勤労者スキー協議会機関紙部 編集責任者 金濱 茂
 札幌市白石区平和通3丁目北 3-13 tel&fax:011-784-3272 郵便振替 02700-7-48231
 ホームページ: <http://www.wsah.info/> e-mail: wsaj.hokkaido@gmail.com

第7回平和ラン&ウォーク

2023年9月17日(日) 南大橋河川敷

スポーツ連盟理事 小野寺秀子



9月17日(日)、北海道スポーツ連盟主催第7回平和大好きラン&ウォークが、開催されました。
 ランは豊平川南大橋を中心に、5km、3kmリレーの種目に34名が出場しました。(スキー協は、5kmに2人、リレー6名)
 ウォークは札幌市役所から創成川、ファクトリー、永山邸、豊平橋、ゴールは南大橋。札幌の礎を作った人々をたどるコースには18名の参加でした。(スキー協は11名)参加者は、良いお天気、爽やかな秋風の中、それぞれのゼッケンに平和への願いを書き入れ、平和大好きをアピールしていました。

ウォークに参加 江別フリーダム 村中英雄 記

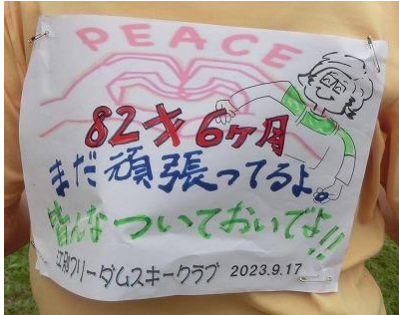


クラブの仲間4人とランニング6人の応援をかねてウォークに参加しました。街歩きのガイド役は歴史にくわしい“ブラまなぶ”こと三浦学さん。

出発前に市役所のガラス越しに見える島判官像のポーズをまねて写真をパチリ。島義勇は最初に札幌の町割りをした人と説明がありました。このあと町の起源を訪ねて創成川公園に移動。大友亀太郎の銅像前で「大友堀(創成川)」の話を聞いて江戸末期から大規模な工事が行われていたことを知りました。復元された旧南1条橋そばに北海道の起点となる道路元標碑がありました。次に旧永山武四郎邸を訪ねました

が、北3条通を東に歩いていると徐々に道路が低くなっていました。タモリがいつも口にする“高低差”です。配られた明治初期の地図を見ると東側に豊平川が流れています。当時は堤防のない自然河川のため永山邸の先は広い河原だったのです。伏流水(地下水)を利用するビール工場や酒造工場が近くにある理由が分かりました。

アイヌ語で豊平川は「トゥイエ・ビラ」(崩れた崖)、扇状地を「サツ・ポロ・ベツ」(乾いた大きな川)と発音します。豊平川は改修工事が進むまでは洪水のたびに河道を変える暴れ川だったようです。豊平橋が何度も架けかえられた話を聞いて先人の苦労を偲ぶことができました。この日は日差しが強かったですがガイドの話を聞きながらゆっくりと歴史探訪を楽しみました。平和ラン&ウォークの運営に尽力したスポーツ連盟の皆さんに感謝します。



江別フリーダム 渡辺 絢子 記

私は 82 歳 6 ヶ月。平和大好き人間。今を大事に生きています。

9 月 17 日、恒例の平和ランに平和を願う一人として「参加に意義あり」と、会場の豊平川河川敷へ。薄雲はあるものの青空、気温ともに恵まれ最高の大会日和でした。参加者がそれぞれのアピール、メッセージのゼッケンをつけて、和気あいあいの開会セレモニー。5 キロ送車のスタートに「頑張れ!!」の声援。ゴールのたびに拍手と歓声で盛り上がります。リレーでは、最終走者にチームのみんなが寄り添って、手をつないでのテープカット。平和であればこそその光

景に、ほっこり。何かをするにもされるにも、心にゆとりと豊かさがなければ楽しめない、喜べない。平和であることが何よりの幸せと、つくづく考えさせられる 1 日でもありました。心身ともに元気で過ごせるのも仲間たちのおかげと感謝です。

最後になりましたが、実行委員会の皆様がたのご苦勞に、感謝とお礼申し上げます。ありがとうございました。

追伸 仲間より

渡辺絢子さんは、えべつフリーダムで一番年長のお姉さん。

スキーはもちろん、水泳やウォーキング、旅行にお菓子作りなど、とてもアクティブ。いつも明るく、みんなを楽しくしてくれます。平和ランのリレーに、今回で 3 回目の出場。そのために週に 1-2 回は飛鳥山公園などでランニングをしてきました。当日付けるゼッケンもみんなで作りました。渡辺さんたちが走るのに、後輩たちがサボるわけにはいかず、えべつフリーダムは平和ランの第 2 回目から連続参加。当日付けるゼッケンもみんなで作って、手作りしてます。

夏季クラブ交流会 in 十勝 続報



2 日間登山を楽しみました

琴似ステップ 伊澤 睦子 記

東ヌブカウシヌプリ山ではナキウサギに出会いました。そんなに簡単には会えないと思ってましたのでビックリしました。ガレバの家の中からちょこんと顔出しキーキーと鳴いて走り回ってました。写真を撮るまで待ってくれませんでした。私の記憶に仕舞っておこうと思います。静かな湖面にカラスの鳴き声もなくよく眠り久し振りの宴会でご馳走いただき幸せなひとときを過しました、有り難う御座いました。

(道) スキー協 第 20 回夏季クラブ交流会 in 十勝

札幌ナイススキークラブ 武田 彰 記

猛暑の中 2 日間十勝晴れ、澄み切った青空の元広大に広がる十勝平野の麓、然別湖畔 ホテル風水に集い、久しぶりの交流を楽しむ事が出来ました。集合は札幌北口に、金濱事務局長の運転の元 1 2 名の乗車で江別経由で、道東道を走り 10 時過ぎに鹿追道の駅に到着し開会式を行い、各リーダの元に集合し各コースに向かいました。私はパークゴルフ組、現地の大平原スキークラブの横塚会長をリーダ役として、6 名 2 組でスタートしました、見渡す限り青々としたグリーン、遠くに見えるぼこっとした山にカップが切られていて中々難しいコースに挑戦、開始から 5 ホールめ、カップに吸い込まれてカーンとなり響く音、何と横塚リーダのホールインワン達成でした。コースは砲台グリーンに悩まされ、1 8 ホー

ル終了ご休憩も取らず次のコースへ、少し風が吹くけど暑い、曲がりくねったヘアウエイ、深いバンカーを攻略しながら最終コース、齋藤友さんが難コース2コース続けて2打で上がりお手並み拝見しました。さて2日目、ホテルから広大な十勝平野を眺めながら30分ジオパークしかおいパークゴルフ場に到着、昨日のゴルフ組4名を加え、大平原スキークラブ渡邊リーダを先頭に3組9名でスタートしました。なんと1組1番打者齋藤友さんがカーンとティショットそのままカップイン、ホールインワン達成しました。その後各ホールの難しさを味わって各ホールに挑戦、しかし狭いヘアウエイ、グリーン手前の超長ラフから中々打出出来ない、これがしかおいのパークゴルフ場か自分の技術が如何に下手なのか痛感しながら次のコースに入りました。Aコース1番3人目の打者釧路たんちょうクラブ会長佐々木さんお見事ホールインワン達成しました。スタートから2時間、爽やかな緑風が暑い身体を整えてくれる、お天気さま様でした。2日間大平原スキークラブの横塚良雄さん 渡邊公平さん本当に有難うございました。ここのパークゴルフ場も無料でプレーさせて頂きました。

カヌーに挑戦



江別フリーダム 高信久美子 記

歴史的な暑い夏を過ごしやっと涼しい風の中 天空の湖 然別湖にやってきました。20周年 夏季クラブ交流会 in 十勝今日はカヌーに挑戦です。乗ると決めた日からもしひっくり返った時の脱出法を何度もシミュレーションして来ました。カヌーに乗る時が最もドキドキしましたネ！！朝の日の出とともに出航しけ

あらしを見、月と太陽を同時におがみ「ワー」「タヌキ」「キツネ」と、山びこを楽しみました。なきうさぎやクマガラの鳴き声を皆だまって静粛の湖のまん中で聞きほれました。スバラシーにつきる朝でした。ガイドさんのコーヒーサービスもあり感激です。歩いたり遊覧船で見られたけしきを体感できとても幸せな時間でした。機会があったらどぞ！！ 大場一家と一緒にでした。

突然の心停止から命を救うために 道スポーツ連盟主催 救命講習会が開かれました。

MF 小野瑤子 記



8月31日、エルプラザで行なわれました。加盟団体のかた約20名が参加、熱心に実技も行いました。

実は、今年春、ランニングクラブの例会中、豊平川河川敷コースで突然倒れ、「臨死呼吸状態」（心停止に近い状態です）を起こした方がおられたそうです。

当事者は回復され、本人と当日救急対応にあたったお仲間の貴重な経験をお聞きました。

講師として、フクダ電子の方から、映像も使ったお話、実技指導がありました。

- ・心停止。呼吸停止の方を発見したら、1分1秒でも早く、「胸骨圧迫措置」（心臓マッサージと言われていましたが、胸骨下部圧迫が正しい）で救命率が向上する
- ・119番通報を近くにいる方をお願いすること
- ・近くにAEDがあれば臆せず使うこと
- ・救急隊が来るまでは、この一次救急対応を休まず続けること私は過去2回ほど、講習実技を行なっていましたが、随分経過しており、繰り返し繰り返し訓練を受けておくことが重要と再認識しました。そして、長時間一人で対応するには疲労が激しすぎ、無理です。講習を受けた市民が沢山おり、「代わります」と胸骨圧迫行動が出来ると救命にもつなげられると思いました。そして、もし、生活圏、道路などで遭遇した時、AEDが「コンビニ、町内会館、学校」などにあるのか、把握しておくことが必要です。ハンドブックも頂きましたので、財布に入れておき、いつも視野に入り、緊張感をもって暮らしたいと考えています。道スポー連はAEDを一台購入したので、おおいに活用下さいとのことです。

新役員紹介

スキー協理事になった抱負

ナイスミドルフレンド 中井 哲也 記



2019年に今のクラブ NMFに入会し、今年で5シーズン目を迎えます、今でもクラブでは若手のホープです？2022年に初級指導員にクラブの皆さんに助けられ合格しました。

今度はクラブに微力ながら役員になって今はクラブ運営について勉強中です。

そんな中スキー協理事の話があり、断りきれず今年度からスキー協理事の一員になる事になりました。

まずは、スキー協と各クラブのコミュニケーション、多様化するスポーツにどうスキーをアピールしていくかなど、課題は沢山あります、そんな課題を皆さんと一つ一つ解決していけるスキー協各クラブにしていきたいと考えています。



皆さん、こんにちは！ スカディスキークラブ 田代 敏宏 記

スキー理事に選任されましたスカディスキークラブの田代敏宏です。道スキー協の普及と発展に尽力してまいります。皆さんと共に、より良いスキー環境を上げるために努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。スキーは心身の健康に良い影響を与えるだけでなく、自然環境への関心や保護意識を高める手段でもあります。

今年の夏は、蒸し暑い日が続き涼しさを求めて8月下旬に黒岳へ行ってきましたが2時間位の登りで全身から汗が噴き出るような暑さで高い山でも暑さは同じです！

この夏の暑さが冬山にどう影響するかはシーズンが始まってみないと分かりませんが良いシーズンが来る事を願っております。

最後に、私自身も積極的にスキーを楽しんでおります。皆さんと一緒に滑ることができる機会を楽しみにしておりますので、一緒に素晴らしいスキーシーズンを過ごしましょう。

次号に続きます（武田副会長、斎藤進一理事）

各部からのお知らせです

【教育部より】

日時 2023年12月9・10日
札幌初中上指導員研修会（泊りは無しです）
場所 札幌国際スキー場
申し込み先（クラブごとにお問い合わせいたします）三浦 学
時間 9時受付 9時30分開始
締め切り 11月13日

中央研修会（2021～2023）のパラレルターンの三要素（角付け、外脚荷重、ポジショニング）を解説した YouTube 動画は、全国ホームページでも紹介されました。Youytube 視聴環境がない方で希望者には DVD を領布します（1,000 円/枚（税込み、送料込み）申し込みは11月18日（土）教育部山口まで