

# 遊んでますか？

新会員の歓迎です。本人からの自己紹介！



昨年10月シリパ山にて！

小中高は学校や父親と。大学、OLの頃は“私をスキーに連れてって”世代。秘密に「60才からのスキー」を計画中にSSFを知る事に。

夏の登山、冬のスキー、4年前から始めた水泳。難弱腰で楽に長く継続が目標です。“脱自己流！”ご指導お願い致します。(ML,LINEは登録済みです。)

住所：○区伏古○条○丁目XX-X

携帯：:XXX-XXXX-XXXX

×の部分は本人からね！（議案書と同じに）

# SSFニュース

No. 419号：2024. 3. 10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 輪島 静子・横山 正芳  
<http://ssfskitec.web.fc2.com/>

## ★ 今後の例会予定 ★

### ① 2月17日(土) 指導員検定会応援

- ・O/H・M/Y(上級)、S/S(中級)
- ・8時半現地集合で行きます。
- ・申込締切：2/10(土)
- ・担当：O/S

### ② 2月23日(金) ハイランド例会

- ・9:00 現地4Fレストラン集合
- ・学習券：2,600円
- ・申込締切：2月17日(土)
- ・担当幹事：S/S

### ③ 2月25日(日) ポール練習会

- 岩見沢のグリーンランドホワイトパーク
- ・8:30集合 9:00~15:00
- ・参加費：1500円(現地で支払いOK)
- ・申込締切：2月5日(金)
- ・担当幹事：O/S

### ④ ○月○○日○ テクコン優勝(A/Nさん)、検定合格祝い

- ・場所：全室個室ウメ子の家 札幌駅前店  
北4西3:TJ札幌駅前ビル3F
- ・時間：18:30から
- ・参加費：4000円(飲み放題付き)
- ・申込締切：2月24日(土)
- ・担当幹事：W/S

### ⑤ 3月3日(日) クラブ対抗競技大会

- ・事前に要綱をMLで送ってますので確認
- ・申込締切：2月10日(金)
- ・参加費はSSF口座へ振込です。  
大人：3500円、中・高：2500円  
小学生：2000円(各リフト代含む)
- ・担当幹事：O/S

### ⑥ 3月17日(日) スキー&ツア一朝里

- ・宿泊スキーは来年に！貯蓄を！
- ・朝里で滑って、朝里で温泉でゆったり。
- ・申込締切：3月10日(日)
- ・担当幹事：W/S

- ・3/9-10: 十勝スキーフェス
- ・4/7: ニセコ北壁納会
- ・5/3: 国際「焼肉&スキー」

等いろいろあります！皆さんからも「この指とまれ！」の計画をよろしく願います。  
3月6日(水) 幹事会：ZOOMで実施します。

## 1月28日(日) 何と！○ダッチーday となりました！



ビニールハウスで行われた表彰式！

採点！9時からスタート、どんどん滑って進行され、なんだかいつもの滑りより皆さんの滑りはスピード感、積極性がアップしてました。

採点結果は14時から隣のビニールハウスの中の実施！ローカルの良さが！！



★A/Nさんのロングターン

結果、デモでは、グロウのFさん 岩見沢のMさん、M/Y5位、O/H8位と頑張りました。そしてテクニカルコンペでは最高点でSSFのA/Nさんが優勝です。更にS/S6位と次の指導員検定に向けて皆さんの意気込みが感じられた選考会でした。

体幹がしっかりです。

応援組は、O/A・Y/M・K/S・A/T・S/K・(S/K甥)の6名です。写真に写ってませんが少し早く帰宅です。Kさんは初めてのスキー場にて大満足！団体割引のリフト券で元を取りました。遠くにはマウントレースイスキー場がくっきりと見え素晴らしい気分です。応援が出来ました。



## 挑戦者たちの滑りです。

挑戦者の滑り(ロング)  
小さくて見えるかな？  
PCでは大きくして見て

★共通部分です。外スキーをもっと  
大事に。

下さいね！  
A/Nさんのロングターンと  
比較して見ましょう。  
(最後の写真)

O/Hさんの  
ロングターン！  
目が肥えているので  
自分で点数です！  
100点満点上げたい  
ですね！

良い点数が  
出ましたので自分  
で解説をして  
みましょう。  
何点かな？

S/Sさんのロングターンです。  
さて何点でしょう。体幹が良く  
なっていますね。

## 2月3-4日(土日)スキーフェスティバル in カムイ！

2月3日・4日「第41回スキーフェスティバル」  
が旭川カムイリンクスで開催され、フレンド  
からは、A/Sさん、O/Aさん、O/Hさん、  
Y/Yさん、S/Kさん、三M/Yさん、O/Sさん、  
S/Sの8名が参加しました。3日の朝の  
気温がマイナス18度とか？それでも天気  
に恵まれ、雪質も最高のコンディションの各々  
がグループに分かれて存分にスキーを楽し  
みました。私は、O/Hさん、M/Yさんと共  
に「コブ体験コース」へ参加。講師は旭川在  
住の関澤徹さん(全日本技術選選手)とい  
うスペシャリストです。初日、急斜面でコブ  
のレッスンをしましたが、参加者10名のほと  
んどが途中でバランスを崩して飛び出しま  
した。それでも親切なアドバイスのおかげで、  
2日目は全ての方が途中で飛び出す事無く下  
まで完走していました。

私も「ズルドン」滑りですが、なんとか完走  
する事が出来ました。講師曰く「1日、2日  
でコブが滑れたら、私の商売が成り立ちま  
せん(笑)」と励ましてくれました(笑)。

技術の取得は簡単ではないですが、目の前  
で全日本クラスとコブの滑りを見ただけ  
でも、価値のある2日間でした。今回、M/Y  
さんは実行委員長、O/Sさんは会計、S/K  
さんはジュニアコースの講師、S/Sは司  
会と、それぞれが運営に携わりました、お  
疲れさまでした。

後ろから齊藤・山崎・小川  
小野寺・三浦・荒川・榊原  
敬称略

## 皆さん、楽しんでますね！

何処かな？T/Kさんは。

「モエレ山爆走大会」のお手伝いに行っ  
てきました。とT/Kさんです。  
この爆走は、道外を含む97チーム、約  
400人も手作りそりでの参加でタイム&  
パフォーマンスを競いました！今年で12  
回目の大会です。  
モエレ山は(標高62m)東区随一の山で  
人工的につくられた山です。  
上の写真をよく見て下さい。どこかに  
T/Kさんが居ますよ！と言いつつ、この写  
真を写したのがT/Kさんでした。  
ありがとうございます。

