



SSFニュース

No. 454号: 2026. 9. 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 輪島 静子・横山 正芳
<http://ssfskitec.web.fc2.com/>

もうインフルエンザが大流行！ シーズン目前！スキーの手入れは？

9月5日(土) テーピング講習会(道主催)参加

テーピング講習会に参加しました。

参加者は26名、講義は北区の伊藤整骨院の伊藤先生から
テーピングの本来の目的は、予防・応急処置・再発予防との
事、テープの使い分けは、
※ 固定／ホワイトテープ
※ 予防、痛みの軽減／伸縮テープ
※ かぶれやすい人にはアンダーラップを使用します

膝に不安がある男性の方に先生がテーピングを施すと、そ
の他の部位についても質問が飛び交いました
その都度男性に協力していただき、体中テープだらけになっ
て参加者の笑いを誘いました
テープの貼り方等、勉強した事をスキーのケガ防止に役立
てたいと思った次第です。

記 : W/S

9月12-13日(土日) 夏季交流会 in 空知地区巡りに参加しました。

夏季交流会は初めての参加でしたが、2日間
とも天気に恵まれ、雨の心配なく回ることがで
きました。私はまち歩きと開拓の村のコースに
参加し、北海道の歴史や江別の町について学
びました。まち歩きではボランティアの人の説
明がとても詳しく、時間いっぱいまで話してい
ただきました。
開拓の村では一つ一つの建物を詳しくみて回
ると1日では回りきれない程、広く詳しく、また
訪れたいと思いました。夜の交流会ではクイ
ズ大会や抽選会、各クラブの紹介など飽きな
いように催しを考えていただき、とても楽しく過
すごすことができました。温泉にも入れて、札幌
以外の人とも交流することができ充実した2日
間でした。次回も機会があれば参加したいと
思います。ありがとうございました。
記: Y/C

1日目は、明治から昭和の江別の歴史を学び。
2日目は、森林公園で、自然の営みと森林浴に
癒され、素晴らしい時間を体験できました。
記: S/S

参加感想でマイクを持った「親子
SSFからはT/Kさんを
含め3名の
発表でした。」

前身テープで巻かれた
協力者です！



津

体全部がテーピング！

この方の協力で実りの多い、講習会でした！！

背中、手、足、
すべて同じ人です！



足首



膝

そして！SSFメンバーは？



ちなみに認知に効くテープはないのか？

お疲れ様でした。

楽しい思い出となりました。もうすぐスキーシーズンです。
楽しみにしております。☺

Oさんの写真が無い！

記: O/A



SSFからは10名参加しました。A/S・O/A・
T/K・W/S・O/S・M/Y・S/S・S/K・Y/T2名

大阪はずっと雨でしたが、私が申し込みした
バラ園と原始林は晴れて良かったです。
バラ園だけでなく、公園 展望台 玉泉館跡
地公園 お土産の金作屋と盛りだくさん
原始林は広大な森の中、花や木、鳥の説明
も詳しくいただき有難う御座いました
旅館は綺麗で、温泉も食事も良くて、新米
は特に美味しかったです
他のクラブの二次会にも参加させて頂き楽
しかったです
来年は何かかなあ是非参加したいです
皆さん本当に有難う御座いました
記: Y/T

川

実りの稲の黄色だらけの田や白鷺、馬も見ながら、とても走りやすいコースで、参加出来て、良かったでーす！ 記:T/K



ゴルフ班

決まってるね！



満足 満足！



森林浴班！



クラブ交流会無事に終わりました。昨年は、ホールインワンを2回でした。が、今年は2日間で320打！別の意味ですごいなーと自画自賛👏👏👏👏練習するぞー！？

記:M/Y

北海道スキー協会の理事長 & 事務局長



もうすぐスキーシーズン！ちょっと考えてみましょう！

その1:対象は指導員&指導員資格挑戦者

ホストアップでもお知らせしましたが、改めてのご案内です。

急に涼しくなり、スキーシーズンが近づいてきたことを感じる今日この頃、シーズン前に一緒に勉強しませんか？参加をお待ちしています。

日時：2026年10月4日（日）

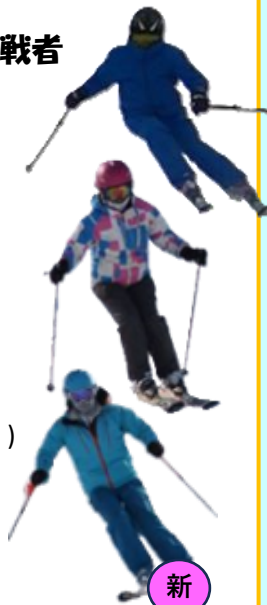
午前10時～12時

場所：エルプラザ研修室

参加費：500円

申込先：I/K（・・・・・・@・・・・・・）

締め切り：9月20日（日）



新

その2は次号で！

SSFの果敢なスキーヤー達です！誰かわかる？

スキーメイトには、技術をこんなに優しく説明する記載が毎回あります！今なら年4回発行（1冊320円を新規の方は1000円で購入できます）。

1年4冊千円今！

ちょっとした情報です！

今がチャンス！



1ヵ月道路

誰か？解るかな？

「そっち岳スキー場」このスキー場を知ってる方はありますか！さてどこではありますか！最近有名なスキー場はリフトが高い！ここはどかな？地方の格安スキー場で付加価値(♫)を付けて楽しみましょう。

夏場の1っか月ほど、開通する道路です。（チョボチナイゲート）



+

★今後の例会予定★

① 9月21日（月：祝日）この指とまれ！「エスコン～新札幌ウオーキング」

★担当：S/S幹事

★LINE & MLで斎藤幹事より詳細の周知がなされていますので参加をよろしくお願い！

② 10月3日（土）「ヨガ教室」

★講師：大野祥子、★西区民センタ

★14時集合（第2集会室）

★参加費：会場費÷参加人数

★幹事：W/S ★締切：9/28（月）

③ 10月10日（土）「平和ラン＆ウオーク」スポーツ連盟主催

★締切が8/28でした！

④ 10月10～11日（土日）「ニセコデ遊ぼう！蕎麦と山」

★10日：ゆったり出て昼ピザ窯で手作りピザ 午後 新そば粉で蕎麦打ち体験

11日：イワオヌプリ登山、♫、帰宅です。

★締切：10月6日（火）★担当：Y/M幹事

⑤ 10月23日（金）SSF47回総会

★もうすぐ50周年です！もっともっと楽しみましょう。初めての経験を探してみよう！

⑥ 11月1日（日）スキーシンポジウム

★指導員の方は応用研修ですよ！資格なくても参加OK、新しい滑りを、テクニックを学んでみましょう！

※各例会の詳細についてはSSFML及びLINE等の詳細周知を確認ください！担当幹事及び申し込み等の詳細が記載されます！



町

と
こ
ろ
の
こ
ろ
を
見
る

その昔の一泊例会で2月に行った「上砂川スキー場と温泉」です！スキー場は無くなりましたが、温泉は「パンケの湯」として残ってますよ！滑った後にザブー——ンと入浴は最高に気持ちよかったです！スキー場はSAJデモ選北海道予選の会場で結構良い斜面がありました！