

新技術の取得に向けて挑戦

札幌清田 林 幹 夫

私は昭和43年スキーバジテスト1級を取得、このことが我が道を行くことの糧になり、スキーを始めて40年近くを自己満足の域を抜けきれず、楽しんでしまいました。

長らく2メートルのスキーを使用し、横滑りを多用するスキーをするために、スキーに直立させるような姿勢で滑っておりました。平成8年からジャンプ競技を手伝うことになり、新しいスキー技術を更新していくことがおざなりになってしまったようです。

自分のスキー技術水準がどの程度かを、再認識することもいいのではないかと一念発起。

平成21年度北海道認定指導員検定を受けましたが、時代が求めるスキー技術ではなかったことが判明しました。これまで体に染み込んでいたものが、外向外傾の強いものであったこと。

使用している用具が、時代の求める技術を見現しにくいものであったことが、その原因であったと思います。これを機に、用具そのものも全般にわたり一新し、再チャレンジすることにしました。以下は私自身が新たに体感した技術内容です。

○Gの力(重力)を体感できる山回り

スキーが山を駆け上がっていきます。すごい一言。山回りは、真下に向かって得たGの力をスキー板に乗せ、その得た力を効率よく活用するために、体幹を駆使、上肢で山の上に誘導していくと、どんどん上に向かってスキーが走り、スピードも出ます。これまでの外向外傾による体幹を捻った状態では、獲得したGの力は減殺し、少なくとも山の上に上る力は得にくいものでした。これまでの山回りは、観念的に直滑降を停止させるためのもの、程度にしか考え

ていなかったことも影響しているようです。

現在のスキーを走らせる体軸の使い方は、陸上競技にも活用されている「なんば走り(忍者走り)」にも似たものを感じました。



養成講習会風景(前列左側が筆者)

○直線に走らせる制御術

スキー板は、利用者の身長を基準に合わせて短く設計され、非常に曲げやすくなりました。

裏を返せば、直線に走らせることが難しくなったとも思えます。直線に走らせるために、積極的にトップ部分を胸部で押さえ込む体形の維持とともに、スキー板を雪面に平面に保持していくことが求められています。

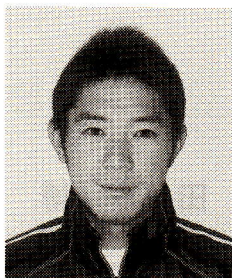
左右いずれかのエッジが引っかかることにより、スキーは曲線を描いていきます。

スキーをしならせての曲線が描けることにスキーの進歩を感じさせます。

地域、職場、業界それぞれに、そこだけで通じる用語が存在し、最近では横文字への短絡化が進み、これだけで年代を感じさせる昨今です。

指導していく過程で、表現する言葉を分りやすく、受け手が理解できているかが大事です。

これからは、言葉の表現力に磨きをかけ、相手が理解しやすい言葉で、伝えられるよう努力していきたいと思っています。



指導員に登録されて

石 狩 西 村 信 弥

平成22年2月、私は全日本スキー連盟の指導員に登録されました。とてもうれしく、達成感でいっぱいでしたが、次の瞬間、僅かですが、どこか寂しいような、何かを見失ったような感覚もありました。それは、今まで指導員を目標にしてスキーに取り組んできて、それが達成されたことで感じられた感覚なのかも知れません。

.....

私がスキーを始めたのは、19歳の時です。

道南で生まれた私にとって、スノースポーツというのは、あまり身近に感じられるものではありませんでした。スキーを始めたきっかけも自発的に始めた訳でなく、授業で滑ったのがきっかけでした。しかし、私がスキーの虜になるには、そのきっかけだけで十分でした。

2本の板から伝わる滑走感覚、スピード感、そして天気の良い日の景色や、北海道ならではの最高の雪質、今まで感じたことのない感覚でした。勿論、最初は苦労しましたが、少しずつ技術が上達するにつれてどんどん好きになり、上手になりたい、モーグル選手のように滑りたい、アルペン選手のように早く滑りたいという願望も芽生えるようになりました。

.....

そんな私に、スキーの楽しさを最初に教えてくれたのは、その時のインストラクターだと思っています。名前や顔などは覚えていませんが、スキーの楽しさや、ほかのスポーツにはない感覚を教えていただいたこと、そしてレッスンの最後に「スキーって楽しいでしょ」と微笑んでくれたことを鮮明に覚えています。

そのお陰でスキーの虜になり、社会人になってからもスキーを続け、レッスンを受ける側か

らレッスンをする側にまで、上達することができました。私は準指導員に登録されてから、スキーレッスンを通じて数多くの方々に巡り会いました。道内の方は勿論ですが、道外から来る修学旅行生やプライベートスキーヤー、最近は海外からスキーを楽しみに来る方も沢山います。

皆さんに共通していることは、心の底から北海道の素晴らしい雪質で、スキーを楽しんでいることです。私達スキーに携わっている者は、雪が身近にありすぎて当たり前になっていることが、スキーに関わったことのない方々にとっては、特別なことであるという事なのです。

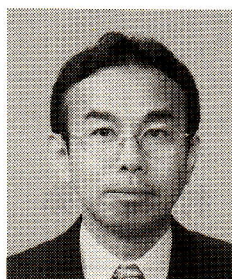
私は初心者や初めて北海道でスキーをする方々から、「北海道が羨ましい」「近くにこんなに良いスキー場があったら毎日でも滑りたい」と言う趣旨の感想をよく耳にしますが、その度に私が初めてスキーを滑ったときの感覚を思いだします。そして、その感覚を何時までも大事にしようと再確認しています。

.....

スキー人口が減少している昨今、スキーを始めるきっかけがない、スキーをしたことがない、スキーをする環境にない、そんな人達にスキーの楽しさ、素晴らしさを伝える、これがスキー人口の減少を食い止め、スキー界を活性化する方法の一つではないかと考えます。

私達、指導員にできることは限られていますが、レッスンの最後に「スキーって楽しいでしょ」と言えるような、指導員も受講者もお互いが楽しめる講習ができる、そんな指導員を目指して、これからも指導活動に励んで行きたいと考えています。

今後ともよろしくお願いします。



獲ったぞー！指導員！

自 衛 隊 土 田 博

やったぜ！やっと、やっと獲ったぞー！

やれやれ、「ほっ……」。

北の大地で合格できたのは、単身赴任で恵庭に転勤になったのがきっかけでした。

雄大なロケーションの中を楽しく滑って満喫していたので、指導員にチャレンジしようなどと、夢夢考えたこともありませんでした。

スキーを始めた頃は、そこそこに楽しく滑ればよかったのですが、もっと楽しみたいという気持ちが強くなり、ハの字からパラレル、緩斜面から中斜面へと、更に楽しくエキサイティングに滑りたい気持ちが高まり、何度も何度も受検して、どうにか準指導員まで取得できました。

転勤して1年が経過した頃、同僚の指導員受検の応援サポートとして、同行したところ何を勘違いしたのか「自分もひょっとしたらできるんじゃない？」と思い込んでしまいました。

準指導員を取得して20年近くも経っているのに、さらに歳もアラ還にそう遠くないにも拘らず、受検を決意してしまいました。

これが苦悩のはじまりに……。何しろ準指導員の時は、ノーマル板だったものが今じゃカービング、昔取った杵柄も、悪い癖が抜けずもう大変。これに輪をかけて大変だったのが、理論でした。音読、書き取りを何度やっても、やっても忘れてしまう。ボケかな？マジやばい。

その通りに理論を落としてもうた。

2年目は、今度こそはと日中の雑念が入る前の早朝に、コツコツと少しずつ取り組んだお陰なのか、何とか理論はクリアできたが、合格に至らず、初年度と同じ実技単位を落としてしまった。さらなる追い討ちは、前職場の関東へ

戻ることになってしまいました。

やはり私にとっては、無謀だったのかと後悔する毎日でした。失望感いっぱい、崖っぷちの最終シーズンに突入することになりました。

そんなある日、娘夫婦から「子宝を授かった」と、とてもうれしいニュースが届きました。

これで爺ちゃんになれる。「よっしゃあ！」これは絶対合格せんといかんぜよ！

北の大地と違い雪なし県での練習は、移動の費用も大変で雪上練習もままならず、諸先生方に教わったことを思い出しながら、雪上と鏡の前で寸暇を惜しんでのイメージトレーニングで、何とか本番を迎えました。

今まで指導していただいた先生方や、諸先輩の皆さんのお陰でようやく最後の単位に合格することができました。発表会場では、そっと握ったこぶしに力が入り、静かにガッツポーズ！

毎回サポートしてくださった同僚の皆と先生方には、感謝の気持ちでいっぱいです。

それから、落ちてても、落ちてても文句ひとつ言わずに、見守ってくれたカミさんに、ただただ感謝！……これからは、将来のある沢山の子供たちと、スキーの楽しさや、大自然の中で風を切って滑る爽快感を一人でも多くの人達に伝えたいと思っています。

指導員に合格したことで、自信も湧き一皮剥けた自分と、孫と一緒に滑る日を心待ちにしている自分と、未だに二つの喜びに酔いしれています。これからは、孫の成長に負けないように、低迷するスキー界に少しでもお役に立てるよう焦らず、少しずつでも歩んで行きたいと思っています。今後ともよろしくお願いします。



念願の準指導員に合格

自 衛 隊 富 沢 美 樹

09～10シーズンは、挑戦・感謝・過酷でした。

準指導員取得を考えたのは、基礎スキーを本格的にやっていた大学生の頃でした。3年生の時に、膝をケガして手術をしたため、それ以降本格的にスキーをするのは、無理な状態でした。

大学を卒業してから就職、結婚、四人の子供の子育てなどで、スキーはシーズンに片手で足りる程しか滑ることが出来ませんでした。

04年からは、高校の体育の時間講師として、高校生に指導することはありましたが、スキー授業ではスキーの楽しさを理解してもらうことが重要だったので、技術はそれほど必要ではありませんでした。しかし、それではいけないと感じるようになり、結婚して10年目の今シーズン、主人が背中を押してくれたことと、両親の協力もあり、準指検定に挑戦することになりました。

まずは理論ですが、勉強というものをするのも10年振り。ましてや4人の子育てをしながらだったので、家ではなかなか勉強が出来ませんでした。それでもとりあえずは無事に終え、続いては実技講習です。実技も本格的にやるのは、10年ぶり。まずは、現在の滑りを理解し、実践することから始まりました。

今までに経験したことのないような動きがあったり、戸惑いながらでしたが、講師の方々の親身な指導のお陰で、身につけることが出来ました。種目も一つ、ひとつ練習していききましたが、もともと苦手な「不整地小回り」では、やはりつまづきました。

泣きながらも練習を重ねて、少しずつできるようになり、自分のイメージと動きが合うようになってきた頃、不整地を練習中に転倒し、板

を折ってしまったのです。なんという不幸！ショックは大きかったのですが、幸いケガもせず、検定まではまだ2週間前だったので、落ち込んでいる暇も板を買う余裕もなく、友人から板を借りることになりました。その板で何度か練習し、いよいよ実技検定本番を迎えました。

検定当日は、前日の雨のため、ガリガリのアイスバーンでした。私がもっとも苦手なバーン状態でしたが、条件は皆同じ、練習してきたことに自信を持ってやるしかありません。

苦手な「不整地小回り」は例年のコースは危険ということで、変更になり、少し楽な気持ちで滑ることが出来、悔いなく検定を終えることが出来ました。1・2月は、スキー講師の仕事と実技講習があったため、今までにないハードスケジュールで、体がついていかず、2週間に一度は高熱を出し、点滴を受けていました。検定直前にも熱を出し、点滴を受けてから現地へ・・・

本当にとっても過酷な状態でしたが、4人の子供達は、両親に預けていたので私は自分のことに集中することができました。

無事に準指合格できたのは、家族の支え、講師の方々、一緒に準指を目指した仲間達等、いろんな人の支えがあったからこそだと感じ、感謝の気持ちでいっぱいです。この気持ちを準指導員として、スキー指導を通じて恩返しできればと思っています。特に、子供の指導や教員免許も利用して、中学生や高校生のスキー授業にも携わっていただけたらと考えております。

そして自分の技術をもっと、もっと向上させ、いつの日か指導員を目指したいと思っています。