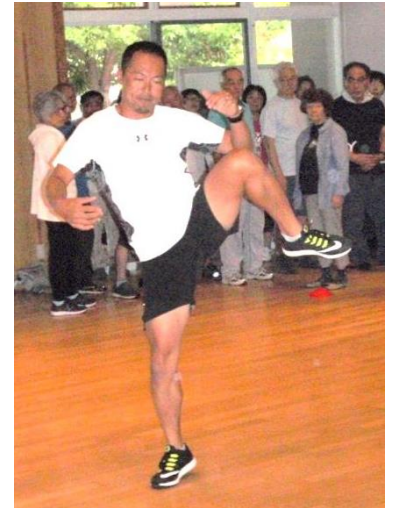


新日本スポーツ連盟・兵庫県スキー協議会 通信	発行 2018年 9月6日
NOW	県スキー協事務局 編集者 山口 力
	〒652-0804 神戸市兵庫区塚本通 7-2-17
	セントアベニュー兵庫2F-201号
ナウ No.287	TEL(078) 575-4885 郵便振替 01190-8-57461
ホームページアドレス <a href="http://www.wsaj.org/">http://www.wsaj.org/</a>	メールアドレス info@wsaj.orj

## 2018関西ブロック学習交流会開催！ 9月1日～2日大阪 舞洲 主管 大阪府スキー協

2府3県で68名参加、兵庫からは19名参加しました。1日目は第1講義「スキーの為のコンディショニングトレーニング・技術向上と怪我予防」。第2講義はチューンナップ「最低限のセルフチューンナップ」 両講義共にSIAデモンストレーター藤本剛士氏が行いました。トレーニングは縄梯子・コーン・ゴム紐 等々を使って①リラクゼーション目的のストレッチ②コミュニケーション③ダイナミックストレッチ④コーディネーショントレーニング⑤ファンクショナルトレーニング⑥バランストレーニング等々順を追って行っていました。低負荷でと言っていたが2時間近く行るとかなりの負荷がかかり汗だくでした。セルフチューンナップは器具を使用してわかりやすく解説してくれました。2日は第3講義「最低限のセルフ新教程は超シンプル」の解説 野瀬 孝氏 夜のバーベキューは食べ物・飲み



物いっぱいで大いに盛り上りました。

第4講義は「今、わたしたちができる事」5つのグループに分かれて活発な討論が行われました。

### クラブ総会開く しあわせの村 7月28日 Active通信第5号 2018年7月31日

クラブActiveの年次総会を7月28日(土)しあわせの村で開きました。当初、淡路花さじきで開く予定でしたが、近畿に台風12号が近づくとという予報があり、急遽、開催場所を変更しました。会員6名が集まり、約1時間半、しあわせの村たんぼぼの家ロビーで話し合いをしました。総会后、この会館内のレストランで昼食をとり、散会しました。

○出席者 和田利男・宇山英樹・西堂榮子・五十嵐サワエ・龍岩優次・釣順信 6名

総会の内容 1、現在の会員数の報告 2、これまでのActiveの活動 3、クラブ会計報告(別紙)

4、今年度の行事計画 ●レク行事●12月6日(木)丹波紅葉見物 3月28日(木)丹波花見

2019年5～6月の平日 三田のお寺とボタン、芝桜、あやめ等の鑑賞

●スキー行事・2019年1月30日(木)と2月28日(木)県内日帰りスキー、3月12日(火)～14日(木)信州スキー

●クラブ間交流行事(Active担当)11月17日(土)平荘湖サイクリング

4、その他 会員の拡大を目指すこと 会則の明文化など

5、今期のクラブ役員 会長:和田 副会長・クラブ代表理事:龍岩 事務局・会計:釣

## 行事報告

8/10(金) 27期 第11回運営委員会

出席:岡、久米、倉佐、佐藤、杉浦、根岸、藤井、松浦、道下、脇田、和田(11名)

\*今期、初めて11名の運営委員が全員揃いました!!

7/24(火) 兵庫スキー協 第1回常任理事会 (19:00 県連事務所 道下)

8/4(土) 県トレ 豊島(香川県)一周サイクリング青春18きっぷ利用 根岸、藤井、松寄、道下、光浪 (他クラブの参加者:釣、井澤、石橋、藤原、水戸) 男3名、女7名、計10名

\*暑かったけれども、全員完走。あとのかき氷やアイスクリームが身体を冷やしてくれました。

8/7(火) 兵庫スキー協 第1回理事会 (19:00 県連事務所 道下)

台風20号通過翌日8月24日金曜日、今日はパッションスキークラブのボーリング大会です。キャンセルもありましたが12名が参加し、2ゲームですが楽しく盛り上がりました。優勝者とブービーに500円の賞金。次回大会で優勝者は30点減点、最下位は50点加点のパッションルールです。

行事計画 9/1(土)~2(日) 関西ブロック学習交流会 ロッジ舞洲

【根岸、和田(1日のみ)、倉佐、道下、八木(2日間)】

9/8(土) パッションSC 第28回定期総会 西宮市勤労会館13:00~ 議長:倉佐 司会:脇田

\*運営委員が、近々、出席のお願いの電話をさせていただきます。欠席の場合でも、定期総会議案に委任(賛意)の意思表示をお願いいたします。

①10/14(日)初級指導員理論講座(研修のみ) 県連事務所 10:00~ (詳細は、次号以降に掲載)

②11/3(土) クラブ間交流 第1弾 第9回釣り大会 淡路仮屋漁港 ( 同上 )

③11/17(土)クラブ間交流 第2弾 平荘湖サイクリング JR加古川駅10:00 ( 同上 )

その他 \*スキー協 12年ぶりのスキー教程完成、DVD仕様(40分)(A4判112頁冊子付)

3,300円(冊子のみの販売はなし) 9月中までの注文は、3,000円で販売

\*新スポ連盟兵庫では、西日本豪雨災害への義援金をお願いしています。集まったカンパは、全国連盟を通じて被災されたスポーツ連盟の方々へお見舞金として渡されます。

★「スキー教程学習会」 8月19日

加東市活性化支援施設ミナクル 参加者は、エグレット姫路 4名、ドナルドダック 3名、パッション2名 私入れて10名でした。午後1時から5時まで実技も取り入れてやりました。次回は、DVDが届いてから行います。報告まで 岸本 高志

○次回運営委員会 10/12(金)

伊丹市立中央公民館講座室C 10:00~12:00





10月期トレーニング行事予定 担当:トレーニング係 釣 順信 090-9256-6157

10月	目的地	集合とアクセス	コース
7日 (日) ～9日 (月)	○紅葉間近の大分由布岳登山 と由布院散策、入湯 * <u>由布岳</u> (豊後富士・阿蘇九重 国立公園・標高1583m) *往復さんふらわあフェリー利 用(東神戸港～ 大分港弾丸フェリー利用 ・往復1万円・船中往復2泊) <u>弾丸ツアー格安券</u> *山陽電車版11,000円(山陽 電車・神戸フェリーバス・フェリ ーさんふらわ料金と食事補助券 付き・電話のみ受付・☎ 0120-56-3268購入は山電主要 駅) 共催:スキー協・ 垂水年金者組合	六甲アイランドフェリー乗場 18:0*神戸フェリーバス時 刻表 阪神御影17:23➡阪 急御影17:30➡17:30➡ JR住吉17:38➡さんふらわ あ乗場17:58* <u>由布院散 策と温泉</u> ○金鱗湖・湯布 院観光のメインストリートであ る「湯の坪街道」を30分。湖 底から温泉と水が湧き出る 湖。湖面に映る景色が美し い。○由布院温泉・「山の ホテル 夢想園700円」やす べての温泉から由布岳が望 める「湯布院温泉500円」な 各所に立ち寄り温泉がある	7日:六甲アイランド東神戸港発19:00～ (船内夕食)～ 8日:大分港着6:25～(徒歩10分)～JR大 分駅(朝食)7:35発～(久大線)～(50分) ～由布院駅～(バス15分またはタクシー5 分)～由布岳登山口バス停～(由布岳往復 登山5時間)～(バス)～JR由布院駅(湯布院 散策・由布院温泉入湯)16:51～大分駅1 7:45(夕食)～大分港発19:10～ 9日:東神戸港着6:35 * <u>由布岳登山コース</u> (中央登山口コース 初 心者向け 歩行往復3時間50分) 登山口 バス停(標高780m)～(50分)～合野越ごう やごし(標高1020m)～(1時間10分)マタエ～ (15分)～東峰(頂上)～(下り1時間35分) ～バス停
13日 (土)	○恒例京都の町歩き 京都七条通ウォーキング	阪急三宮駅東口7:50 (三宮8:00発特急乗 車) または阪急河原町駅 東口 9:30	河原町駅～四条通～鴨川河川敷～京 阪七条駅～七条通～智積院(拝観)～ 東本願寺～西本願寺～西京極総合運 動公園～阪急西京極駅 *智積院・ 秀吉、家康ゆかりの 真言宗の本山
15日 (月)	六甲住吉谷と東おたふく山 ハイキング 協賛行事:垂水年金者組合	JR住吉駅改札口9時	住吉駅前バス停～(コミュニティバス) ～住吉山手バス停～住吉谷～雨ヶ峠 ～東おたふく山～東おたふく山登山口 バス停～(阪急バス)～阪急芦屋川駅
27日 (土)	○電動サイクル車で淀川河 川敷、木津川堤を走る  淀川・木津川サイクリング (前回雨天中止分)	阪急三宮駅東口7:50ま たは阪急京都線水無瀬 駅9:00*三宮発8:00 特急乗車～十三8:26 8:29(快速急行)茨木 市8:43 8:46(準急) ～水無瀬8:56着	阪急レンタサイクル(水無瀬駅 電動車420円使用)水無瀬駅～水無 瀬神社～三川合流地点(桂川・宇治 川・木津川 背割堤)～木津川流れ橋 ～一休寺(時間に余裕があれば)～ (同コース往復)～水無瀬駅
28日 (日)	○高台の住宅地間を結ぶ 緑の展望台 六甲坊主山ハイキング 協賛行事:垂水HC	阪神御影駅改札9:30	阪神御影駅前バス停～(神戸市バス渦 森台行き)～渦森台バス停～坊主山～ 展望ポイント～油コブシ出合～六甲ケ ーブル下バス停

<予告>11月クラブ間交流行事(協賛トレ行事)

●11月3日(土・祝)・・・淡路島釣大会 主催:銀世界・兵庫県スキー協理事会

●11月17日(土)・・・加古川河川敷・平荘湖サイクリング 主管:Active

## ゆきどり第38期定期総会報告

豊田 威

8月5日(日)ゆきどりは、加古川市見土呂フルーツパーク内ウオーキングセンターで、第38期定期総会を開きました。午前10時開会、来賓の和田理事長から挨拶をいただいた後、菌畑さんを議長に選出し、石川県会長、岸本顧問の挨拶に引き続き青手木さんの資格審査報告を経て議事を進行しました。

情勢、経過、決算、会計監査などの報告がされると共に、今年1月のゆきどり独自行事であった蔵王スキーでの、ホワイトアウトに見舞われてパトロールを呼び無事ホテルに帰ってきたことや、ある参加者が入浴後浴衣などがなくなっていた脱衣かご取り違え事件など今後の教訓とすべき話もありました。休憩後、第38期活動計画や予算が提案され、併せて参加者の自己紹介や会員拡大への思いが話し合われました。「いつまでもスキーを楽しみたい」「スキーを続けるための日頃のトレーニング方法」「ケガのない体力を」「5年先10年先を見越した活動を」などスキーへの強い思いを出し合いました。その後、役員選出を含めすべての議案は満場一致で採択されました。閉会の挨拶では、海外赴任のため5年ぶりの参加となった山盛さんから、ベルギーやフランスでの同時多発テロの衝撃や1000km走ってシャモニススキー場で滑った話などを聞き、国際情勢の生々しさや海外のスキー場の雄大さを感じることができました。

総会終了後12時30分から、フルーツパーク内のバーベキューサイトへ移動し約2時間バーベキューを楽しみました。今回は参加者の増加に合わせ4サイトを予約していたのでゆったりと志方和牛と新鮮な野菜を味わえました。ただ猛暑日が続く炎天下の真っ昼間、屋根があるとはいえコンロからの熱と地面からの輻射熱で、例年より一層スキーシーズンの到来を待ちわびるバーベキューとなりました。参加者は小学生2名を含め27名でした。 ゆきどり定期総会👥参加者



**銀世界SC 定期総会開催** 8月25日土曜日 午後5時～9時まで連盟兵庫事務所で行われました。出席者はクラブ員7名、来賓3名の10名でした。活動報告は、釣り大会・忘年会・冬休み少年少女スキー・神戸スキーまつり・カタツムリスキー・ニセコススキー・花見・大蔵海岸バーベキュー 等々の行事について方針では新たに、来年3月末に行う「クラブ合同早春スキー志賀高原(山楽まつり参加)3月29日金曜日 昼出発～4月1日月曜日夜帰着」を取り組んでいこう等々話し合いました。

○兵庫スキー協 第2回常任理事会 9月18日火曜日 午後7時から 県連事務所