

<p>新日本スポーツ連盟・兵庫県スキー協議会 通信</p> <p>N O W ナウ No.340</p> <p>ホームページアドレス http://www.wsaj.org/</p>	<p>発行 2023年 6月 21日</p> <p>県スキー協事務局 編集者 山口 力</p> <p>〒653-0843 神戸市長田区御屋敷通1丁目4番10号</p> <p>東急ドエル・アルス御屋敷通106</p> <p>TEL08073648271 郵便振替 01190-8-57461</p>
---	--

兵庫県スキー協議会第48回定期総会 7月2日日曜日 県連事務所 代議員の準備を！

兵庫県スキー協議会 第47期 第2回常任理事会開催！

◎ 6月6日火曜日午後6時30分から8時まで 出席者 12名

常任理事 和田・山口・岸本(ZOOM)・井澤・道下・奥田・天野・村原(ZOOM)

1, 第33回全国スキー協議会定期総会 6月11日日曜日 午前10時～午後4時

ZOOM参加 和田・岸本・村原 報告 和田理事長

2, 県スキー協第48回定期総会準備

決算、予算案、第48期役員体制案 等々について討議

総会議長は ドナルドダックと銀世界で担当

代議員定数は 銀世界2名、ドナルドダック2名、どんぐり3名、ナイスシニア2名、アクティブ2名

パッション3名、ゆきどり5名、エグレット姫路4名 合計 23名

3, スポーツのひろば購読料」納入のお願い

4, スポーツ連盟兵庫種目代表者会議 6月25日出席者 和田理事長、道下常任理事

サイクリングの楽しみ(法規編)

トレーニング係長 釣 順信

スキーとサイクリングは似通ったところがあります。高速で走ることや曲がるときに身体を傾けることなどです。スキーは冬場のスポーツですが、サイクリングは冬場以外のオフシーズンに行くことによりスキー上達のトレーニングに役立ちます。「サイクリングの楽しみ」につき、前回準備編を発信しました。続いて走行編をブログには発表する予定でしたが、基本的なサイクリングを行うにあたっての法規編(道路交通法)のことを先に提案します。

①ヘルメットを着用する。

2023年4月1日から道路交通法が改正され、自転車運転者は自転車用ヘルメット着用が努力義務化になりました。すべての自転車運転者がヘルメット着用を努めなければなりません。兵庫県警の調べでは2022年の兵庫県下における65歳以上の高齢者の交通事故死者数は66人で全国ワースト1位です。また自転車乗車中の死者数は22人、高齢者は16人です。死者の半数以上が頭部に致命傷を負っています。45%10人に頭部以外に致命傷、また55%12人に頭部に致命傷、全員がヘルメット非着用です。

法施行後、全国的な調査では、自転車用ヘルメット着用率は5%にとどまっています。身の安全のため、ぜひとも着用したいものです。スキー用ヘルメットは風通しで難点があります。最近発売されたヘルメットはファッション的にも斬新なデザインがあるようです。

②車道が原則左側通行

道路交通法上、自転車は軽車両になっています。車道と歩道の区別のあるところは車道の左側に沿って通行しなければなりません。

③歩道は走れる例外規定がある。

①歩道に普通自転車歩道通行可の標識があるとき。

②13歳未満の児童や70歳以上の高齢者、身体の不自由な人が運転するとき。

ただ、自転車が走行するときは、歩行者優先で、車道寄りの部分を徐行しなければなりません。

④交差点では信号と一時停止を守って安全確認

交差点でない横断歩道があります。また信号機のない横断歩道もあります。自動車運転者が横断歩道前の歩行者や自転車走行者を認めた場合、一時停車をする義務があります。

なかなか止まってくれない自動車が多いですが、その場合、左右を確認し、自転車を押して横断するほうが安全です。

⑤夜間は必ずライトを点灯する

無灯火は他から非常に見えにくくなるので危険です。安全のため夜間はライトを点灯し反射器材を備えた自転車運転をしましょう。何年か前、自転車走行でタイヤに連動したバッテリーで発電する自転車があり、交差点手前で待っていたとき、「ライト消滅」と警察官から注意を受けました。今はそんな自転車はありませんが、以来夜はライト点灯です。

⑥飲酒運転は禁止

お酒を飲んで運転することは非常に危険です。また、酒気を帯びている者に対して自転車を提供したり酒類を提供することはできません。今年の春、息子と六甲山登山をして有馬温泉に下山しました。久しぶりですのでビールでも飲むかとショップに入りました。私が登山用ヘルメットをかぶっていたので、サイクリングですかと店員から質問がありました。

注意喚起でしょうか、ハイキング下山後ですと話すと納得してくれました。自転車飲酒運転で検挙されることはめったにありませんが、罰則は5年以下の懲役又は100万円の罰金です。

パッション祭り(新入会員歓迎会・会員間交流) 5月27日土曜日 場所:スワンホール

参加者:猪嶋(新)、岡、笥、久米、倉佐、阪本、杉浦、根岸、萩原、藤井、
道下、光浪、峯夫婦、三好、村上、八木、山本夫婦、脇田、和田夫婦
参加者 22名

*3年間開催できずやっと開催。新入会員歓迎と楽しい交流ができた。

フルーツ演奏で癒され、知らない特技や
面白い出来事などを聞け、
美味しい寿司、ビンゴも良かった。



デイキャンプしました

ゆきどり 石川ことみ

6月17日、明石市大久保町の石ヶ谷公園、BBQサイトで、焼肉とピザでデイキャンプしました。今回は、イノシシ肉1キロと牛肉600グラムを用意しました。参加者は9人。イノシシはどんな味？という牛肉よりもジビエな味、やわらかくて濃厚で(グー)。ズッキーニ、キャベツ、ニンジン、なすびなど、野菜も豊富で、持ってきてくれたビアのデザートまでありました。魚もあり、にぎやかなBBQになりました。しめは、ピザ窯で焼いた手作りピザ。なんと2日間かけての生地づくりで、焼いたピザは外はもっちり、中はとろとろで、次々と焼けるほどに美味しく、ペロリ。用意した素麺は持ち帰りになりました。31度の気温の中、炎天下だったので暑さが堪えました。次回はタープなど日焼け対策が必要です。ということで、10時から用意し、11時から15時ごろまで、美味しく楽しい時間を過ごしました



ゆきどり春の恒例行事

ワクシング&BBQ 4月22日(土)快晴

この日、ゆきどり春の恒例行事、タケノコ掘り&ワクシング&BBQが開催されました。午前10時、会員A氏邸に13名が参加しました。今年のたけのこ掘りは…竹林を歩き回ってもなかなか見つからず、A氏曰く、こんなにたけのこが少ないのはこの40年で初めて。との事でした。…来年に期待しましょう。

ワクシングは…滑走日数は人それぞれだけど、スキー板の汚れを取りベースワックスを塗り込む作業は、シーズン後の大切な行事。4つの作業台でスムーズに終わりました。

そして、お楽しみのBBQタイム！

今回は男性陣がハッスルしてくれました。

なんとK氏はネットで購入したというメキシコ産ピザ窯と前日から仕込んだピザ生地を持ってきてくれました。これは楽しい!!生地を伸ばしピザソースを塗り好みの具材やたけのこをトッピングしてピザ窯へGO! 男の料理教室に通った経験があるY氏は、焼く度にコツを掴んだか後になるほど美味しいピザをテーブルに届けてくれました。

ビールやノンアルも進み、1ヶ月後に控えた『40周年記念バスツアー』の話題も出たり楽しいひと時を過ごしました。集合写真を撮って午後3時お開きとなりました。ゆきどり



片鉄ロマン街道サイクリング 和気駅前～美咲町柵原

報告

春のサイクリングを満喫

5月28日、岡山の片鉄ロマン街道を走ってきました。かつて柵原鉱山から備前まで鉱石輸送用鉄道の廃線跡を走る自転車専用道路です。県のトレーニング部より釣さんも参加され8名。8時過ぎ姫路を出発し、途中コンビニで弁当を買い、和気駅前の観光協会着9時30分、ここで釣さんと合流。



ロマン街道終点、柵原吉ヶ原駅前にて

オオキンケイギクの群生に癒されながら

和気観光協会でレンタルし、10時前に柵原目指して出発。ほぼ吉井川に沿ってさかのぼるルートです。駅前を出てすぐ左折すると堤防一面に黄色いオオキンケイギクが咲いている。黄色いジュウタンを敷いたみたいできれい。（ですがこの花は特定外来生物に指定）この川を渡ってしばらく行くと、和気鶴飼谷交通公園、ここもサイクリングの基地になっています。しばらく走るとM君が足がつって走れないので少し休んでから引き返すとの事。（気を付けてかえってね）天瀬駅舎で休憩し、次にトイレのある



天瀬駅舎にて

ところまで頑張って走り、備前福田駅休憩所でトイレ休憩。ここから少し走ると吉井川沿いの広い自転車道（コスモス街道）気持ちよく走れます。ここも堤防にはオオキンケイギクがきれい。昼も近いので河川公園を過ぎた辺りの木陰のベンチで川を眺めながらの昼食です。



お弁当タイム

迷いながらも無事終着駅到着！！

ここを出発し国道を渡ると（前回ここで間違えた）橋を渡ります。そのあと自転車道がよく分からなくなり、やっぱり迷ってしまった。スマホの地図で確認しながら、1時に目的の柵原鉱山公園到着。時間がないので吉ヶ原駅舎をバックに記念撮影し復路へ。帰りは少しスピードを上げ、迷いやすい道をカットし近道（細い橋を渡る）を通るとすんなりと国道に出られ、所々で休憩をはさみ川沿いを下ります。



吉ヶ原駅舎にて

激走の53.6Km、疲れた～

最初のオオキンケイギクの堤防で写真を撮り、和気駅前に3時過ぎ到着。何とかレンタルの返却に間に合いました。帰りに和気鶴飼谷温泉で汗を流し帰路へ。久々のサイクリング疲れしました。

走行距離53.6Km、走行時間5h37m、平均速度14.2Km/h、最高速度29.4Km/h、みなさんお疲れ様でした。



吉井川堤防のオオキンケイギクがきれい