ＮＰＯ法人北海道歩くスキー協会「歩くスキー第１６号」（平成３０年度第１回）平成 30 年７月 31 日

**もっとスポーツを！！いつでも、どこでも、誰でもできる**

# 歩　く　ス　キ　ー

## 平成３０年度事業にご協力をお願いいたします

北海道歩くスキー協会　会長　丸山光徳

暑い日が続いておりますが、皆様方におかれましたは、益々ご健勝のことと思います。また、７月の上旬には、西日本豪雨により甚大な被害がでており、まだ、完全な復旧には至っていないようです。関係者の皆様方には、心よりお見舞い申し上げます。

さて、北海道歩くスキー協会の今年度の総会で、平成３０年度の事業につきまして、すべて承認をいただきました。本会の主催事業であります「道民・札幌市民歩くスキーの集い」は、他の大会との重なり、なかなか参加者が増えていないのが実状です。そのため広報活動や前年度大会参加者の皆様方へのダイレクトメール、大会会場でのビラの配布などで、大会への参加をお願いしたいと思っております。また、会員を対象とする「クロスカントリースキー講習会」「春山スキーハイキング」などの事業へも、一般の方にも参加していただけるような、取り組みをしていきたいと思っています。

冬季の歩くスキーばかりではなく、夏季の事業として８月には、「厚別地区でノルディクウォーキング」、９月には、「定山渓方面で軽登山と温泉入浴」を計画しておりますので、皆さんお誘いの上たくさんの方に参加していただきたいと思います。

しかし、このような当協会の事業を支える一般会員ならびに正会員につきましては、この２、３年間で減少しております。つきましては当協会の趣旨にご理解とご協力をいただける方は、ぜひ一般会員さらに正会員になっていただき、当協会の一層の発展に貢献していただきますよう、せつにお願い申し上げます。今年の夏は、暑い日が続くようです。皆様方もお身体を大切にお過ごしください。

## 平成３０年度　通常総会・距離認定表彰式・会員親睦会

（総会での審議）

平成３０年６月１７日（日）（１０：００～１２：００）、アサヒビール園にて平成３０年度通常総会、距離認定式および会員親睦会が開催されました。議題は平成２９年度会務運営報告・資産報告、事業報告、決算報告、監査報告ならびに平成３０年度会務運営方針（案）、事業計画（案）、予算（案）（無線機５台購入について）および理事、監事、名誉会長、顧問名簿の報告と確認でした。いずれも、当日正会員４３名の内、出席者２８名および委任状１４名、計４３名の賛成を得て承認されました。

その他として平成２９年度正会員在籍者名簿と一般会員在籍者名簿及び平成３０年度各在籍者名簿について事務局より報告がありました。尚、安仲宗三郎顧問は退会されました。

（懇親会）

平成３０年度事業の内「滝野公園歩くスキー大会」の日程は現時点で未確定ですが、滝野公園側と今冬の降雪の見通しを含めて、早急に協議する旨報告がありました。距離認定表彰式では山口　正様が５，０００ｋｍ達成の表彰を受けました。新規正会員として森様と森下様が紹介されました。引き続きロイン亭にて一般会員の方も参加して懇親会が行われ、今期事業の成功を願い、親睦と団結を図りました。

# 協　会　ニ　ュ　ー　ス

## ○平成３０年度前期行事及び協力事業

通常総会で可決された平成３０年度前期行事及び協力事業は下記の通りです。

| 月日（曜日） | 事業名 | 場所・内容 | 備考 |
|---|---|---|---|
| （1）６/１７（日） | 通常総会・距離認定表彰式・会員親睦会 | アサヒビール園はまなす館 | 実施済み |
| （2）８/１９（日） | 札幌市郊外ウォーキング<br>厚別中央・厚別西地区 | 「ノルデックウオーキング、ハイキング」のお誘い | 厚別区民センターに集合 |
| （3）８/２６（日） | 2018 北海道マラソン給水ボランティア | 15.5ｋｍ給水所<br>走者に対する給水支援 | 一般会員ボランティア募集 |
| （4）９/２３（日） | 札幌市近郊軽登山 | 朝日岳 | 詳細は立案中 |
| （5）１１/２５（日） | 後期集会 | アサヒビール園はまなす館 | 正会員対象<br>後期事業説明 |
| （6）１２/８（土） | 救命救急講習会 | 札幌北辰病院２階講義室 | 指導：北海道歩くスキー協会 |

## 平成３０年　環境保護講座　北海道大学植物園の見学

平成３０年５月２０日（日）９：１５～１２：００、北海道大学植物園で平成３０年環境保護講座として北海道大学植物園の見学を開催しました。天候は晴れ、気温１８℃、参加人員は２５名でした。

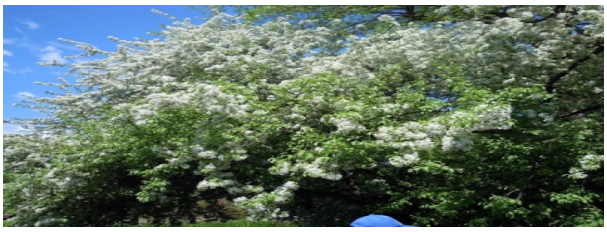
コースは外回りコース９：３０～１１；１５、内回りコース１１：２０～１２：００でした。昨日までの雨もあがり青空となりました。ソメイヨシノ、エゾヤマザクラ等の桜の花は終わりましたが八重咲のウワミズザクラが満開で皆様を喜ばしていました。また、ハナカイドウ、ズミ、ライラック、サトザクラ等の花がきれいに咲いていました。

（記念写真）

（サトザクラの下で）

シャクナゲ、プリン草、ミヤマオダマキ、ヤマツツジ、二輪草等も咲いていました。あじさい、バラ等の花はまだ早く夏に成れば又来たいと皆さんは話していました。博物館は、北海道最古の博物館で建物やガラスケースは重要文化財に指定されています。レトロな館内には、世界で唯一のエゾオオカミの剥製や南極で活躍した樺太犬タロの剥製、鳥類標本や北海道考古学資料等を展示しています。

７０歳代の会員は「札幌に来て５５年に成りますが、植物園に１回も来たことがありませんでしたが、こんなに広くきれいな所が都心にあったのはびっくりしました。」と言っていました。



（満開のウワミズザクラ）

（見学の説明）

（日本リハビリテーション工学協会誌　May.2018　Vol.33　No.2　より著者の承諾を頂き転載しました。）

報告

# 第 38 回障害者歩くスキーの集い

ＮＰＯ法人　北海道歩くスキー協会　　浜島　泉

## 障害者歩くスキーの集いの発足

この障害者歩くスキーの集いは、知的障害者、視覚障害者、聴覚障害者を主な対象に開催されました。復権と自己実現という国際障害者年の理念を実現するため、障害者と障害のない者の相互理解、ともに楽しむことをモットーにして取り組まれてきました。近年は障害者のスポーツというと、パラリンピックを思い描く人が多いと思いますが、私たちの障害者歩くスキーの集いは、その成り立ちからして、福祉の意味合い、リハビリの意味合いを主体にしています。障害を障壁にして、障害者からスポーツの喜びを奪わないように、福祉関係者、スポーツ関係者、報道関係者、支援する企業各社の協力で継続されています。

歩くスキーということば

歩くスキーということばは、日本独特の言葉で、スポーツマンに言わせると、スキーは歩くものでなく滑るものだといいます。歩くスキーということばは、1972 年札幌オリンピックのあと、クロスカントリースキーを市民スポーツにして普及しようとした、選手経験者、社会教育関係者、報道関係者、スポーツ用品関係者の努力で作られ、普及に貢献しました。

クロスカントリースキーのクラシカルは、両側のスキーが常に雪面に接していなければならないというルールがあります。フリースタイルは、雪面から離れてもいいというのが違いです。ですからフリースタイルはスキーを変えて、スケーティング滑走という方法で、スピードアップするのです。横や後ろへスリップしないように、前へ向けてスピードが出るようにワックスを調整するのです。

## 今年の障害者歩くスキーの集い

2018 年（平成 30 年）の障害者歩くスキーの集いは、1 月 14 日に滝野すずらん公園の渓流コースで開催されました。雪の量が少ないため、コースカッターを使えず、レーンを切れない状況で行われました。参加者は 206 名。気温は－2.4 度でしたが、風がなく、皆さん、がんばって滑り抜きました。障害者が走り終わって、ゴールに帰ってきます。ハイタッチの代わりにスキーストックをカチカチと合わせて健闘をたたえます。ゴールで出迎えた家族が祝福します。1 km、3 km、5 km、7 kmがありますが、7 kmコースは途中でスタート地点を通過しますので、応援も盛んです。視覚障害者でも、ガイドが上手で練習を積んでコース状況を記憶しているスキーヤーは、健常者よりも早くゴールすることがあります。まだ、シットスキーを使用する下半身障害者や、そりで出場する重症心身障害者は支援が必要なので、現在のところ数少ないですが、次第に増えてくると思います。

著者所属：060-0808 札幌市中央区南 8 条西 2 丁目 5-74
市民プラザ星園 405 号室
北海道歩くスキー協会

## 会　員　の　広　場

### 「歩くスキーは楽しいよ！！」

執行委員　佐藤英二

（札幌国際 25km 完走）

歩くスキーを始めたきっかけは、「健康のため」とか、「体力作り」とかでは有りません。「冬の運動をひとつでも…」という気持ちです。しかし歩くスキーは道具が必要です。揃えるのにかなりの勇気が必要でした（いつまで続けられるか分かりませんから）。初めて参加した大会は旭川の「パーサーロペット・ジャパン」の１５ｋｍ歩くスキーでした。のんびり休み休み完走？しました。フリー走行だったので、何度目かからタイムレースに挑戦したくなります。「どの程度のタイムで走れるのか」？です。そうなるとある程度は「練習も必要かしら？」と、白旗山競技場、国営滝野すずらん丘陵公園、モエレ沼公園とフリー走行が出来るところを探して練習しました。

年が明けると、色々な大会が目白押しです。とにかく色んな大会にエントリーしました。そして練習を兼ねて参加します。本番が練習なのです。１月の「滝野公園歩くスキー大会」の１０ｋｍ、「ＨＢＣラジオ歩くスキー大会」の１０ｋｍ、「ニューイヤー歩くスキー大会」１０ｋｍから始まり、２月は「おおたき国際スキーマラソン」の１５ｋｍ、「札幌国際スキーマラソン大会」の２５ｋｍ、「寛仁親王記念丘のまちびえい宮様国際スキーマラソン」の２０ｋｍ、「湧別原野オホーツククロスカントリースキー大会」の８５ｋｍ、３月は「十勝大平原クロスカントリースキー大会」の２８ｋｍ、「パーサーロペット・ジャパン」１５ｋｍなどで、締めは４月の「蘭越町ニセコ連峰歩くスキー大会」です。

「札幌国際スキーマラソン大会」は２５ｋｍの完走メダルが銀色なので、違った色も欲しくなり５０ｋｍにも挑戦しました。何とか完走して、目的を果たしました。翌年も挑戦しましたが、白旗山の中間点でギブアップ、冬のクロカンには珍しい、収容バスに乗るのも経験しました。以来、長距離はやめて、辛くならない距離で楽しんでいます。無茶をしなければ永が～い時間楽しめる「歩くスキー・クロスカントリースキー」です。いつまで続けれるか分かりませんが、生涯スポーツとしては楽しいかも知れませんね。残念なのは、用具を揃えるのがチョット大変かな～。でもやっぱり **“歩くスキーは楽しいよ！！”**。

（事務局からのお知らせ）

**―　会員募集中：“歩くスキーは楽しいよ！！”は　「ＮＰＯ法人北海道歩く協会」で　ー**

○平成 30 年度　寄附金・広告協賛金（ご協力ありがとうございました。）　　平成 30 年 7 月 25 日現在

| 月　日 | 種　　別 | 内　　容 | 備　　考 |
|---|---|---|---|
| 6　17 | 寄　　付　　金 | 立花勤様から寄付 | |
| 6　20 | 寄　　付　　金 | 小川寛様から寄付 | |
| 6　29 | 広 告 協 賛 金 | （株）新札幌ゴルフセンター | 札幌市郊外ウオーキング協賛 |
| 7　4 | 広 告 協 賛 金 | （株）渡辺設備工業所 | 〃 |
| 7　4 | 広 告 協 賛 金 | 医療法人新札幌整形外科病院 | 〃 |
| 7　9 | 広 告 協 賛 金 | ＪＡさっぽろ厚別支店 | 〃 |
| 7　10 | 広 告 協 賛 金 | 厚別パークボウル | 〃 |
| 7　23 | 広 告 協 賛 金 | 信濃神社 | 〃 |

○会費納入のお願い

平成 30 年度分の会費（2,000 円）を 7 月末日までに事務局に納めて頂ける様お願い致します。

○はじめての人でも「歩くスキーを楽しめる本」

歩くスキーを初めての方にもわかりやすく解説している本です。事務局で販売中です。（定価 840 円）


**NPO法人　北海道歩くスキー協会事務局**

**〒064-0808 札幌市中央区南8条西2丁目5－74　市民活動プラザ星園　405号室**

**電話/FAX：011－532－7160**

**受付日：火、水、金、土曜日　受付時間：10時00分～17時00分**

**ホームページ　：　h-arukuski.sakura.ne.jp**

**メール　：　h_arukuski@yahoo.co.jp**

**郵便為替、口座記号番号：02740－8－100335　北海道歩くスキー協会**