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

会長メッセージ

もっとスポーツを

NPO法人 北海道歩くスキー協会 会長 浜島 泉

北海道歩くスキー協会では、ずっと長い間、新春歩くスキーとか、ニューイヤー歩くスキーという名前で、歩くスキーのイベントを行ってきました。しかし、雪が足りなかったり、スポンサーが降りたりして、開催が困難になりました。もっとスポーツをと訴えている私ども協会としては、このイベントを取りやめるには忍びなくて、寄付を募って開催することにしました。



支援を呼びかけましたところ、これまでに6名の方から寄付を頂き、この歩くスキーの 集いを開催することが出来ました。寄付をしてくださった方のお名前は広報紙に掲載すると書きましたが、 いずれも匿名という条件で、承(うけたまわ)っております。この方がたのお志に感謝し、また、従来ニューイヤーとして支えてくださっておりました各種団体のご支援を引き続き頂きながら、今年を第1回と して続けて参ります。もっとスポーツをというスローガンを、広めてゆきたいと思います。

この広報紙の第 1 号を発行する際に、歩くスキーという題字の前に、このスローガンを付けました。それは、冬季スポーツが低調になっているという危機感だけでなく、国民がもっとスポーツに親しむようにという期待を込めました。運動不足によって体の不調をきたす状態を表わす言葉として、ロコモーティブ症候群という言葉があります。見て楽しむだけでなく、自分の体を動かしてスポーツに取り組むことで、健康維持に努める人たちが増えることを期待します。

協会ニュース

第40回 道民・札幌市民歩くスキーの集い 北海道歩くスキー協会40周年記念大会

平成27年1月25日、滝野公園つどいの森において北海道歩くスキー協会40周年記念大会「第40回道民・札幌市民歩くスキーの集い」を198名の方の参加を得て盛大に開催しました。昭和51年に第1回大会を開催し、皆様のお蔭をもちまして当大会も40周年を迎える事ができ大変感謝申し上げる次第です。当日は絶好のスキー日和のなか、6歳~93歳の参加者の方々は雄大な雪原を気持ちよく快走しました。参加者の方々には創立40周年記念の布袋と記念バッジ等が配られ盛況の内に終了致しました。



(北海道歩くスキー協会 40 周年記念大会)

協会ニュース

平成26年度冬季事業の紹介(総集編) (ホームページ:標準構造環境機能を持続し、)

●平成 2 **6** 年度クロスカントリースキー講習会 (会員向け) H26. 12. 23 (祝、火) 参加人員: 16 名

滝野公園で、今回はスケ ーティング走法の指導を行 いました。協会指導員が懇 切丁寧な指導を行い、仕上



げは3kmコースを試走しま

受講者の皆さん)

した。午後から恒例のワックス講習会を行いました。

●平成26年度初めての歩くスキー"滝を見に 行こう"H27.1.10~1.31 各回定員:20名

スキー用具とワックス の基礎知識を説明し、 引き続きコースで実技 講習を行い、アシリベツ



の滝に向かう IKmコース

(滝で記念撮影)

へ挑戦。滝で記念撮影をして引き返しました。

●第31回滝野公園歩くスキー大会 兼 第1回滝野公園クロスカントリースキー記録会

H27.1.12 (月、祝)参加人員:381名

海外、道内外の9~9 3歳の参加者が、記録 会では白銀を駆け巡り、 歩くスキーでは思う存分 楽しみました。



(16キロ展望台付近)

●第35回 障がい者歩くスキーの集い

H27.1.18 (日)参加人員:174名

198年国際障害者年を 契機とした、 歴史ある 大会です。 心身に障害 のある方と健常者が一 緒に楽しなことを目的 としています。



(シットスキーで快走)

●第35回 札幌国際スキーマラソン

H27. 2. 1 (日) 参加人員: 2, 139 名 (海外: 64 名)

ワールドロペットにアジ アで唯一加盟する国際色 豊かな大会。ロシア、オ ーストラリア等海外13



カ国の選手を含む参加者(男子50km表彰・記念撮影) が大自然の雪原を息を弾ませて駆け抜けました。

●第6回さっぽろ雪まつり歩くスキー無料体験コース H26.2.5~2.11 体験者 1,540 名 内 3 割海外観光客)

国内は勿論、大幅に増加 した海外の方々に協会会 員がマンツーマンで歩く スキーをサポートし、楽 しんでいただきました。



(楽しかったで~す!)

市内の保育園児や高齢者のフアンも増えています。

●第25回おおたき国際スキーマラソン H27.2.8 日) 参加人員 707 名 内海外 12 名)

第25回大会を記念し、 夏見選手をゲストに迎え、 年齢6歳~85歳の参加 者は白銀の林道を自然と 一体になり快走しました。



(ゲストの夏見選手)

名物キノコ汁と ��湯沢温泉郷」で身体を癒しました。

●第 2 回スノーデュアスロン北海道 2015 H27.2.15 自) 参加人員 20 名

FatBike と歩くスキー をタイアップした第2 回スノーデュアスロン 大会です。当日はスタ



ート直後から猛吹雪の (ファットバイクスタート)

中、スノーデュアスロン魂で全員完走しました。

協会ニュース

● 2015道新 J 歩くスキー教室 ir中島公園 H27.2.22 日) 参加人員 午前 46 名、午後 33 名

札幌市内 近郊の小 学生を対象にカルガ リー五輪代表の 江 川淳」さんと協会指 導員による、次世代



午前の部の参加者)

の選手」を基礎から指導するジュニア教室です。

●第 10回利根別原生林スキーハイキング H27.2.28 生)参加人員 34 名 協会、岩見沢スキー連盟)

連日の暖気に るザラメ雪に 悪戦苦闘。起 伏のあるチャ レンジコース



(参加者全員で記念写真)

や岩見沢市内の展望を楽しみました。

●第 回北海道歩くスキー協会 歩くスキーの集い」 H27.3.15 日)参加人員 135 名 アンケー |結果も参照下さい)

協会が初めて企画した第 1回の大会です。春の息 吹を感じさせる好天のな か、6歳~90歳の男女 が白銀の林の中を駆け抜



(16kmスタート)

けました。来年、第2回大会も是非参加下さい。

●平成 26 年度 春山スキーハイキング」 H27.3.22(土) 参加人員 19 名

昨年10月秋の「小樽自然歩道トレッキング」の 春山版で、天神浄水場前 分岐~穴滝を往復(約8 km)のコースです。



(天神浄水場前で記念撮影)

残雪と晴天の空のコントラストが眩いばかりでした。

- ●歩くスキー教室(札幌オールカマースポーツ 倶楽部)総合型地域スポーツクラブ H27.1.11(日)参加人員:12.名 オールカマースポーツ倶楽部はラグビー、ヨガ、 ランニングなどを実施するクラブです。前田森林
- 公園コース(クラシカル2.3km)で、冬の運動不足解消のため企画した歩くスキー教室です。

 ●もみじ台歩くスキースキルアップ交流会(もみじ台総合型地域スポーツクラブ)

H27.1.17(土) 参加人員: **19**名 もみじ台南中学校グラウンドで行われ、周回コースを納得いくまで廻りました。初心者はマンツーマンの指導でスムーズに歩くことができました。 会長がSTVラジオのインタビューを受けました。

●第36回 石狩浜歩くスキー&かんじき ウォーキングの集い

H26. 2. 1 (日) 参加人員:66 名

今年は積雪が多く 急きよ小学校発着 のコースに変更。 当日は吹雪で行き は追い風、戻りは 向かい風で大変苦



労しました。終了 (参加者の皆さんと記念写真) 後は石狩番屋屋の湯で温まり懇談しました。

●クロスカントリー (歩くスキー) をやってみよう **H27.2.7(土)** 参加人員:**61**名(体験人員)

滝野スノーフェステイバルの一環です。 他に雪上自転車の体験、スノーシュー体 験、そりすべりもあった。



り、夕方には花火大会 (初めての歩くスキー参加者) と沢山の入場者で賑いました。

●平成 **26** 年度第 **2** 回障がい者歩くスキー教室 **H27.3.8** 日) 参加人員 **14** 名

帯広の森 はぐく一む」 交流広報館) と歩くスキーコースで行われる 歩くスキー―教室」です。 歩くスキー教室は、昨年から実施しており、本年は2回目で、帯広市障害福祉課から協会に指導の依頼がありました。当日は14名参加、内訳は障がい者6名、家族 養護教員等8名で、スキーの指導は体操、スキー装着、コース滑走 約2km)を行いました。

平成26年度冬季(後半)事業のお知らせ

●第33回 蘭越ニセコ連峰歩くスキー大会(締め切りました。)

期日: 平成27年4月5日(日)会場: 蘭越町チセヌプリスキー場ほか 種目: 5・10・15・30km

●札幌 50 峰トレッキング はウォーキングに変更いたします。詳しくは次ページでご案内いたします。

●「こころーど」"旧白石サイクリングロード" を巡るウォーキングのご案内

歩いて健康づくり実践していますか?皆さまのご友人、ご家族をお誘いしての参加をお待ちしております。

開催日:平成27年5月17日(日)(雨天順延) 予備日:5月24日(日)参加費:1,000円 募集人員:30名

問合せ先・申込み先: NPO法人北海道歩くスキー協会事務局 申込期限:4月30日(木)

電話:011-747-1505 メール: h_arukusuki@yahoo.co.jp (氏名,年齢、性別、連絡先を明記願います。)

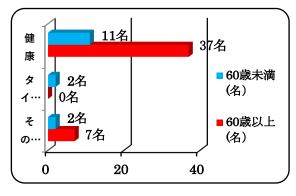
会員の広場

(アンケート集計)

●第1回北海道歩くスキー協会「歩くスキーの集い」アンケート集計結果

当日、次年度大会開催の参考にさせて頂くため、皆様にアンケートとして(1)「大会に参加した動機」、(2)「大会への要望、感想」についてお伺いし、当日大会受付者121名(60歳未満:45名、60歳以上:68名)中59名(49%)と約半数の方から回答を頂きました。

(1)「大会に参加した動機」では全体の48名(40%) の方が健康のためと回答しました。年代別では60歳未満4 5名中11名(24%)に対し、60歳以上68名中37名 (60%)となり、60歳以上の方は「歩くスキー」を健康 のために大いに活用されている様子が伺えます。



(大会に参加した動機は「健康のため」)

(2)「大会への要望、感想」では12名の方から回答いただき、「参加者が少なくなっている。若い人の参加を増加させるには?」、また、今回は121名中女性が18名(15%)であることから「もっと女性が参加しやすいように働きかけてほしい。大学とか高校に働きかけて参加者を多くするように工夫して欲しい」等の要望があり、当協会の課題を参加者の皆様と共有しているという一体感が感じ取れます。

(事務局からのお知らせ)

- ●平成27年度通常総会開催のお知らせ
 平成27年度通常総会は6月21日(日)にアサヒビール園で開催予定です。
- ●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用にわかりやすく解説している本です。定価 840円 事務局に有ります。

(書店にはありません)



NPO法人 北海道歩くスキー協会事務局 〒060-0808 札幌市北区北8西3丁目札幌エルプラザ2階 TEL. FAX (011)-747-1505

受付日:4月~9月は月、火、金、土曜日

10月~3月は月、火、水、金、土曜日

受付時間:10時30分~17時00分

ホームページ: h-arukuski.sakura.ne.jp

郵便為替、口座記号番号:02740-8-100335 北海道歩くスキー協会