NPO法人北海道歩くスキー協会

平成24年度前期･後期事業

H，24年6月17日～H，25年4月7日

● 平成24年度通常総会

1、日　時：平成24年　6月17日（日）　10：00～12：00
2、場　所：札幌市白石区南郷通4丁目
　　アサヒビール園ピンゼン館
3、議　題　：

第1議題 平成23年度事業報告、決算報告、について
第2議題 平成24年度事業計画（案）、予算（案）について
第3議題 NPO法改正に伴う定款変更について
第4議題 認定NPO所得に関する決議について
第5議題 正会員の弔事に関する会務運営細則の制定について
　　到達距離認定表彰に関する会務運営細則の制定について
第6議題 創立40周年記念事業実行委員会の報告について
第7議題 その他

4、備　考：

上記議題について執行部原案どおり可決されました

平成25年度から一般会員を含めて総会・懇親会・距離認定式を致します。

平成24年度　NPO法人北海道歩くスキー協会通常総会

聴講する正会員42名②

懇親会①　芳賀･今野顧問他

場所を変え・・更に懇親

真駒内・・・ウォーキング・小金湯①

1、日時　：　平成24年7月22日（日）　８：30スタート
2、場所　：　真駒内～石山～簾舞～小金湯
3、天候　：　曇りのち晴れ、　気温　：　24
4、参加人員　：　23名
5、コース：

地下鉄真駒内駅～（国道230号線）～小金湯温泉（15km）

6、内容　：

●８：30ウォーミングアップ後、真駒内駅前を3グループに分けて出発しました。一心不乱に前を歩く人、楽しく会話をしながら歩く人、途中の商店で飲食を調達し休憩しながらマイペースで歩く人、それぞれ長丁場を完歩し12：20に目的地の小金湯温泉に到着しました。

●到着後はお楽しみの温泉入浴です、それぞれの風呂、つぼ湯、イベント湯、サウナ等で汗を流し疲れを癒しました。
その後は、昼食会でアルコール等を飲みながら親睦をはかりました。
又興味のある人は、アイヌ民族の心と文化を伝える「ピリカコタン」で歴史や芸術を楽しみました。

真駒内・・ウォーキング・小金湯②

● （昼食時の参加者の方の会話）

・普段230号線を車では何回も走っていたが歩いて見るとアップダウンもあり違った発見が出来た。

・普段あまり歩かない人が15kmを歩くのは不安でしたが、全員で歩くと楽しく思い込みが払拭完歩でき自信につながりました。

・一心不乱に先頭を歩くのは爽快感があるが自分のウォーキングに問題は無いのか、見直す必要があるのか？と考えさせられる良い機会になった。

・歩いてる途中「もうだダメダー」と思う時間帯が何度か有りましたが、役員の方から激励を受け我慢するとラクになり諦めなくて良かった。協会のイベントには次回も参加したい。

・江戸時代の旅人達は「１日１０里（１日40km）」と考えたら現代人に比べて相当健脚だったといえる。今は車社会や飽食で又生活に忙しく歩きが少なく、肥満・糖尿病が多いが、今日歩いてみて身をもって考えさせられた。これを契機に明日から1日一万歩歩きたい。

休憩の1コマ・・暑いバテ気味

全員小金湯温泉12時20分到着

【小金湯のお湯】

•一世紀以上の歴史にいろとられた風光明媚な天然温泉で硫黄泉，
アルカリ単純線で源泉温度は30℃前後と、いずれもぬる湯である。

露天風呂

季節の潤いを間近で楽しむ

つぼ湯

露天で貸切風呂浮上の風情を

内湯

温かい空気の中景色を

風呂上がり1人ビール3杯呑みました女性群
皆さん御機嫌よ！

帰り全員で集合写真

尻別岳登山（標高1107．4m）

1、日時　：　平成24年10月7日（日）　　10：20スタート
2、場所　：留寿都村
3、天候　：　晴れ、　気温　：　19℃
4、参加人員　：　27名
5、コース：留寿都コース：登山道入り口～773mピーク～下り723m標高点
　　～急な登り山道～尻別岳頂上～下山
6、内容　：

＊27名一行はバスで中山峠を越え尻別岳・羊蹄山を眺め久し振りの登山にワクワクしながら登山道に着きました。

＊健脚組とゆっくり組に分かれてスタートしルスツの大リゾート地を真下に見ながら登り・下りそして急な泥斜面を悪銭苦闘しながら一気に登と背後の展望も増し頂上に着きました。

＊頂上は360度の展望で目の前の羊蹄山又洞爺湖や昆布岳、遠くは駒ヶ岳までくるりと見渡すことが出来昼食を取りながら各人満足しておりました。

＊予定より1時間遅れの下山でしたが真狩温泉で疲れを癒し入浴後はビールで懇親を深めました。

出発前の集合写真27名

登山道入り口から開始

羊蹄山を見ながら昼食を頂く参加者

登頂記念写真‥23名

ロープウェイ山頂駅 から見た羊蹄山

温泉も良しビールも良し
午前11時30分～
午後7時30分まで

《平成24年度環境保護講座》①

１、日時　：平成24年11月4日（日）午前9時～12時
２、場所　：札幌市エルプラザ2F　札幌市環境プラザ　環境研修室
３、参加人員：　　28名
４、タイトル：

●テーマ1　「ゴミから地球が見えてくる」
講師：札幌市環境保全アドバイザー　東　　龍夫氏
（ひがしリサイクルサービス代表取締役）

●テーマ1　「花の調査と野生生物保護」
北海道新聞野生生物基金出前講座
講師：北海道野生植物研究所所長　五十嵐　博氏

《平成24年度環境保護講座》②

5、内容

（1）福島原発事故による今も高い放射線について、今年5月自ら二本松市での除染体験の話など、又使い捨てをやめてドイツの様に法律に基づき、リサイクルでなくリユースすることにより二酸化　炭素やエネルギー資源の大量社会を抜け出し脱原発にも貢献できるお話等がありました。

（2）講師自ら調査した北海道の野生植物のスライドを用いて解りやすい説明がありました。

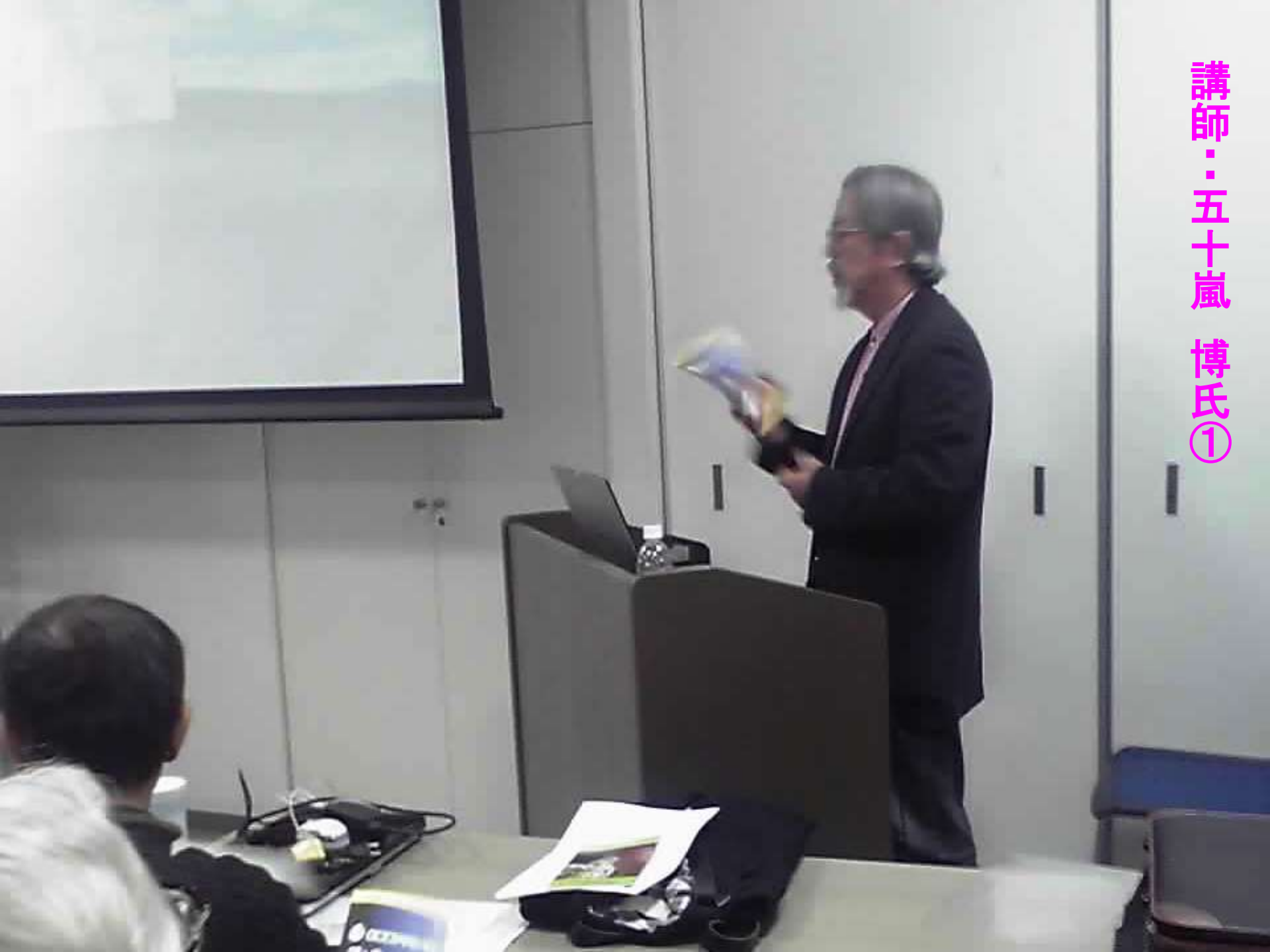
*スミレの分布について・・・多くあるスミレの種類・タチスミレ等の道内分布について

*　ヒメヒゴタイ（キク科）・・・環境省カテコリー絶滅危惧II類の現状について

*　帰化植物（外来植物）の増加の整理について道内に於ける年度別に確認された分布地図の作成スライド、又張芝生等に外来種が混入して増加の話等

*　フラワーソン（フラワー・ウオッチング・マラソン）2012の概要
道内全域で調査の対象となるのは、開花している野生種（帰化植物を含む）すべてとし、特定10種で植物の生育状況を確認することで環境保護に対する意識を高める等

講師:東　龍夫　①



講師：五十嵐　博氏①

熱心に聴講する会員

平成24年度冬季集会（会員親睦会）

1、日時　：　平成24年11月25日（日）　17：00～19：30

2、場所　：　アサヒビール園ピンゼン館2階

3、参加人員：45名

4、内容：

＊浜島会長の挨拶

＊平成24年度冬季行事予定（白澤理事）

●1～2月に集中した数多くの歩くスキー行事予定の紹介がありました。

＊芳賀顧問の講話

●スキーの歴史　●北海道歩くスキー協会の生い立ち

●歩くスキーの楽しみ方等

5、懇親会：18：00～19：30

会長挨拶

事務局長より連絡事項

初参加の人も・・・
NPO法人 北海道歩くスキー協会 冬季集会

協会の歴史に貢献された顧問もお元気
に飲んでます・・

平成24年度救命救急講習会

1、日時:　平成24年12月16日(日)13:00～16:30
2, 場所:　厚別消防署
3、参加人員:15名
4、内容　:

●　応急手当(実技)●　心肺蘇生法(実技)　●　実技と学科試験

●2つのグループに分かれて気道確保、心肺蘇生、AEDの使用方法等を実施いたしました。先生によって全然雰囲気が違いましたが各先生の厳しい指導で真剣に学びました。

●各人の感想・今回初参加の人は教わった時は理解した様な気がしましたが実技はまだまだ未完成でした。又2回目以降の人は前回より余裕を持って出来たような気がしたがやはり繰り返しの研修で体で覚える大切さが理解できました又それぞれ次回も参加したいと断言しておりました。

●救急車が到達までの約6分間でどの様に処置するかでその後の運命が変わるとう。初期段階の処置の大切さが理解できました。

●救命救急の大切さを学び有意義な3時間半でした。そして、全員が「普通救命救急講習終了証」をいただきました。次回も多数の参加者を期待します。

実技をする受講生

講師から総評・問題点等

本日の参加者・満足

講習終了証の交付②

初心者歩くスキー教室

1、日時：平成24年12月23日（日）
　場所：滝野公園：
　　つどいの森　10：00～12：00　実技講習
　　東口休憩所　　13：00～14：30　ワックス講習
2、天候：晴れ，気温：－6度，積雪：約80cm
3、参加者：　29名
4、内容：
●クラシカル走法とスケーチング走法の部に分けて指導員各4名で実施しました。
●初めての方もいて最初はぎこちない歩き方、スケーティングでしたが指導員の懇切丁寧な指導により、最後にはスムーズな滑りに成っていました。
●今年も積雪が十分あり、3kコースを歩いたグループもいました。
●午後からは、ニッセンスポーツ尾崎さんの解りやすいワックスの基礎知識のお話及び実技がありました。
本日1日充実した講習会でした。

準備体操する参加者

ワックス講習会

初めての歩くスキー「滝を見に行こう！」

1，日時：**平成25年1月　6日**（土）10時～
2，場所：**滝野公園**渓流ゾーン
3，講　義：ロッジゆきざさ　10：00～
　　歩くスキーについての基礎知識
4，実技講習：**靴の履き方、歩き方のコツ他**、
　　その後滝を見に行く。12：00終了
5，天候：　曇り、気温：－7．4度C、
6，参加人員：　**20名**（定員20名）
7，内容：●初めての人が上手になり日本滝百選の一つ**アシリベツの滝を見に行く**のが目標です。
●**4グループに分かれ個別にきめ細かい指導**の結果全員楽しく歩けて滑れる様になりました。特に折り返しからは、上手な滑りでした。
●心地よい汗を流しコースの折り返し地点では、日本の滝百選の一つ「**アシリベツの滝**」氷爆の前でそれぞれ*記念写真*を撮りました。神秘的・幻想的で迫力がある滝を見て感動しました。
●今回は定員になりました。次回は**1月6日（日）、12日（土）、19日（土）、2月2日（土）**です。ご家族、お友達を誘いぜひ参加して良い汗を流しましょう。

少し上手になりました

アシリベツの滝につきました

記念写真

上：　家族でアシリベツの滝へ

左上：家族で記念写真

左：初めての人にスキーを
履かす指導員

第29回滝野公園歩くスキー大会

1、日時：**平成25年1月14日（祝）**
2、場所　：　**滝野公園**　10：30スタート
3、天候：晴、気温－11度C

4、参加人員：**411名**
5、コース：16km、10km、6km
6、内容：
- ●開会式前に**江川　淳**さんの滑走法のアドバイスの後一緒に10kmを滑走しました。
- ●参加者の年代も子供さんからお年寄りまで幅広い年代の参加者が晴れ日和の中快適なコースを各人マイペースで滑走、又歩いていました。
- ●今年も積雪が多くあり、コースも完全に整備されていて快適に滑る事が出来ました。

江川さんも入りスタッフ全員記念写真

滑走の基本披露①

開会式①

開会式②

各コーススタート

終了後の豚汁頂く選手

第33回障害者歩くスキーの集い

1、日時：　平成25年1月20日（日）
2、場所：　滝野公園・渓流コース　10時15分スタート
3、天候：　雪、　気温　－5.7度C
4、参加人員：　約148名
5、コース　：　7km、5km、3km、1km、
6、内容

●小さな子供さんからお年寄りまで幅広い年齢層の方が参加され、家族同士で和気あいあい又、単独での参加者がそれぞれ自分のペースで完走し、全員が満足感に満ちていました。

●「スキー仲間と触れ合えるこの集い」が毎年楽しみで参加すると笑顔で話していた中学生が印象的でした。

●「鱒見の滝、アシリベツの滝」では青氷の氷爆が幻想的で感動し、記念写真を撮りました。

●この大会は、障害者に優しい大会で身の引き締まる様な寒さでしたが心温まる大会でした。

（来年も多くの方の参加を期待します。）

雪の中開会式

スタート

先導で滑走

滑走する選手

終了後のスタッフ全員で記念写真