NPO法人北海道歩くスキー協会

平成25年度前期·後期事業

H, 25年6月23日~H, 26年5月25日



● 平成25年度 NPO法人北海道歩くスキー協会通常総会及び懇親会

1、日 時 : 平成25年 6月23日(日) 総会15時~16時

懇親会16時~18時

2、場 所 : **KKR札幌ホテル**

3、議題:

第1議題 会務運営報告について

第2議題 平成24年度計事業報告について

第3議題 平成24年度決算報告について

第4議題 平成24年度事業監査報告について

第5議題 協会創立40周年記念事業実行委員会報告について

第6議題 平成25年度事業計画(案)について

第7議題 平成25年度事業予算(案)について

第8議題 平成25年度理事及び監事の選出について

第9議題 平成25年度名誉代表理事及び顧問の指名について

第10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

5, 懇親会及び距離認定表彰式

今年度から総会後に距離認定表彰式を実施する事に成りました。

『表彰者は次の方々です』

(1) 900km	大平 信貴	H23年入会	期間 2年
(2)1, 000km	松井 寛之	H15年入会	期間10年
(3)1, 000km	大工 薫	H14年入会	期間11年
(4)4, 000km	山口 正	H 3年入会	期間22年
(5)5, 000km	勝本 幸治	S58年入会	期間30年

おめでとうございます

* 懇親会では、一般会員の方と正会員が楽しく語らいました。













●平成25年度 小樽散策ウォーキング①

1、日時 : 平成25年7月21日(日) 9:20スタート

2、場所: 小樽築港~堺町本通り~手宮

3、天候 : 快晴 気温:26℃

4、参加人員 : 19名

5、コース:小樽築港駅北口出発~田中酒造見学~堺町通り自由散策~ 小樽ビール見学~手宮~小樽天然温泉「湯の花」まで約7km

6、内容 ①:

- ●朝から夏の太陽が照りつける快晴のもと、小樽築港駅にて ミーティング後全員期待しながら定刻に出発しました。
- ●観光客に混じりながら田中酒造では、ガイドさんによる製造所見学、又酒造りに関連したクイズも用意されており、お酒のできる仕組みも解り、帰りには日本酒10種類の試飲もしました。一方小樽倉庫NO1小樽ビールでは、伝統的な酒造方法や優れた設備を見学し、ビールの出来るまでの全てを見せていただき本物のドイツビールであることが理解できました。

平成25年度小樽散策ウォーキング②

内容②:

- ●観光客で賑わうメルヘン交差点のスポットからレトロな雰囲気の街並みを自由散策し歴史的な建造物を見ながらそれぞれお土産を購入。北一硝子の風鈴の音が暑さを忘れさせてくれました。又、運河沿いのルートはロマンチックな雰囲気をか出していました。
- ●恒例により最後は、手宮「湯の花」温泉で汗を流し、昼食、 アルコールで親睦を深めました。 参加者の一人は「車で来ることはあるが、歩いて見ると明治、 大正、昭和初期の建造物があり歴史や文化を今に伝え、 小樽らしい街並みを形成していることを再発見した。 今日は「参加して本当に良かった、感謝!感謝!」と言って いました。

















イチャンコッペ山登山(828.9m)

1、日時 : 平成25年10月27日(日) 9:25スタート

2、場所 : 支笏湖展望台駐車場・国道453号線へアピンカーブ脇

3、天候 : 曇り後晴れ 気温 : 12度C

4、参加人員 : 20名

5、コース:登山道~反射板・785ピーク~頂上→下山道→漁川滝めぐり

→恵庭温泉

健脚組、ゆっくり組、自然探索組に分れてのコース

6、内容:

- ●一昨年激雨で途中下山した<mark>再チャレンジの山</mark>で、ハイキング の代名詞と言われる程参加者が期待した山でした。
- ●昨日からの雨が続きバスの出発時も雨でしたが、登山時は雨も止み晴れてきました。登山道に入るといきなり見上げる様なきつい登りで、それぞれマイペースで登り、途中からは登山道が解らない程の笹で覆われていました。

反射板・785ピークでは、反射板は解体され景観が美しく 真下の支笏湖・樽前山・恵庭岳等を眺め小休止、穏やかな アップ・ダウンを経て頂上へ、支笏湖のおかげで、とても 遠近感が感じられ景観に癒されながら昼食を取りました。

- ●自然探索組に於いては、目に焼きつく様な紅葉鑑賞、植物なにわず(難波津)等を見つけて堪能しておりました。
- ●帰りは、恵庭温泉ラフォーレで、汗ばんだ体をリフレッシュしてビール等を飲み満足しながら登山談義をしておりました。その話のなかで「イチャンコッペ」の言うアイヌ語の意味が解らないとの事でしたので、早速調べて見ました、「イチャン」は鮭・鱒の産卵穴を意味し、イチャンは鮭の狩猟場として利用され多くの河川にこの地名が残っている。

また「コッペ」はコイ・ペツ=(波・川)で川の流れが強く波立って

いたことに因る。産卵場をもっている川と言う意味だそうです。









途中からは登山道が解らない程の笹で覆われていました頂上も近くなりました



頂上にて景観に癒されながら・・昼食を取りました



自然探索組に於いては、目に焼きつく様な紅葉鑑賞、植物・なにわず (難波津)等を見つけて堪能しておりました。

恵庭温泉ラ・フォーレ・露天風呂

冷えきった体を温めビールを飲みながら登山の談義をしておりました。 その内容の一部「山は無くならない、来年も再挑戦だ・・だが俺は亡くなっているかもしれないな」と笑いを誘っていました。

コーラのような茶褐色の湯は、肌にやさしくなめらかで、美肌効果が高いと 好評で内風呂は御影石を使用した大きな浴槽でした。



《平成25年度環境保護講座》

1、日時:**平成25年11月10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: 29名

4、タイトル:

●テーマ1「 コタンコロカムイの警告(シマフクロウが

語りかける生物多様性の危機」

講師:北海道シマフクロウの会 会長 横内 龍三氏

●テーマII「ヒグマの生態等について、DVD供覧・解説」

講師: NPO法人北海道歩くスキー協会副会長 白澤一夫

●テーマIII「スポーツイベントの安全設計について」

講師: NPO法人北海道歩くスキー協会会長 浜島 泉

5、内容

●シマフクロウとは北海道のエゾマツ、トドマツの 原生林やダテカンバと混こう林に生息し、時に高山帯の 低木林でみられることもある。 古くからアイヌ民族の信仰の対象として大切にされて きたが最近、森林の伐採が進み減少した。 大森林で夜間、ホー、ホー、ホーと鳴く声は幽玄である。 わが国で繁殖し、周年生息する留鳥である。 現在シマフクロウは道東等に生息し、130~140羽 と言われています。釧路動物園に16羽(展示用は2羽) だそうです。円山、旭山動物園にもいるそうです。 環境省では佐渡の「トキ」同様シマフクロウも保護活動が 行なわれているそうです







●平成25年度冬季集会(会員親睦会)①

1、日時: 平成25年11月23日(土)

12:00~14:30

2、場所: アサヒビール園ピンゼン館2階

3、参加人員:39名

4、懇親会

5、内容:

- * 浜島会長の挨拶
- *平成25年度冬季行
- *40周年記念誌発行について

- ●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。 又札幌を発祥の地として、新たな歴史と初めての記録を刻む「スノーデュアスロン大会」の紹介がありました。それは、クロスカントリースキーとスノーバイク競技を組み合わせた雪原の新しいタイムトライアルレースです。
- ●会長から、新会員の余語功さん、森<u>眞</u>枝さんの 紹介があり会員一同大歓迎の拍手がありました。
- ●40周年記念誌編集委員から全員に原稿依頼を 1月末迄に提出する様にお願いが有りました。
- ●懇親会では、工場隣接の鮮度の良い美味しい ビールを呑み大変盛り上がりました。 時間内では話が尽きなく2次会の要望があり設定 17名参加し、お開きは夕方に成りました。





● 平成25年度救命救急講習会

1、日時 平成25年12月14日(日)13:00~17:30

2. 場所 : 厚別消防署2F講堂

3、参加人員:15名

4、内容:(1)応急手当出血時の止血法(実技)

(2)気道異物の除去・腹部突き上げ法と背部叩打法(実技)

(3)心肺蘇生の手順(胸骨圧迫と人工呼吸)とAEDの使用実技

(4)実技と学科試験

●協会では、心肺蘇生やAEDの使い方ケガの応急手当を 収得するように会員の皆さんに事業の一環として毎年 実施しています。119番通報から救急車が到着するまで 平均約6分と言われています。その6分間で、どのように 処置したかにより、その後の運命が変わるという。 「空白の6分、救えるのはあなたです」を最初に教えられ ました。

- ●2つのグループに分かれて各先生の解りやすい指導で 実技を受講いたしました。最初は失敗やらギコチなかった が回数を重ねる度に自信が 出て実技・学科試験では 全員パスして救命講習終了証をいただきました。
- ●初参加の受講者の方は、頭で理解しているだけでは、 絶対に実行に移すことは難しい、100回マニアルを読む ことより一度でも体験することの方が大切だと痛感しました と言っていました。

叉2回目の受講者の方は「一昨年にほぼ同じ内容を学んだはずなのに見事に忘れていました。

いざという時にお手伝いできるように、度々の受講が必要だと実感しました。」との感想でした。

* 来年度も企画致しますので次回も多数の方の参加を 期待します



生命の尊さ、心肺蘇生の大切さを学びました



胸骨圧迫と人工呼吸

講師から一人一人救命救急講習終了証の交付



平成25年度クロスカントリースキー講習会

1、日時 : 平成25年12月29日(日)

【12月23日(祝、月)は積雪不足のため延期】

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: -5度, 積雪:約32cm

3、参加者: 29名

- ●クラシカル走法の講習を協会の指導員4名、スケーティング走法の講習を協会の指導員3名で行いました。
- ●初心者の方も協会の指導員の懇切丁寧な指導により、講習が進むにつれ スキーをスムースに操作できるようになりました。クラシカル走法のメンバーは 最後に3Kのコースに挑戦し、歩きと滑りを楽しむことが出来ました。
- ●恒例のワックス講習会は、ニッセンスポーツの尾崎さんを講師として行ないました。内容はワックスの基礎知識、コース状況(雪温)に応じたワックスの選定など応用知識とワックスアイロンの使用方法などで、参加者の方も実際にワックスがけを行い、講師のアドバイスを受けました。



指導を受け全員が上手になり、満足感に満ちていました。



● 初めての歩くスキー「滝を見に行こう!」

1, 日時 : 平成26年1月 5日(日)10時~12時終了

2, 場所 : 滝野公園 渓流ゾーン(せせらぎコース)

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・質疑応答等後解散

5, 天候: 晴、気温: -7度C、雪温-8.7度、積雪42cm

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11日(土)、18日(土)、25日(土)、 2月1日(土)です。ご家族、お友達を誘いぜひ参加して気持ち良い汗を 流しましょう。











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

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

1、日 時 : 平成26年1月12日(日) 10:00~12:00

2、場 所: 前田森林公園コース(クラシカル2.3kmコース)

3、参加人員: 10名

4、天 候 : 雪、 気温-8℃

- ●初心者対象の歩くスキー教室で初めに簡単な歩くスキーの講義 を実施し、準備体操の後 2組に分けて実技を実施しました。
- ●オールカマースポーツクラブは、ラグビー、ヨガ、ランニング等が 主なクラブと聞いていますが冬季の体力・体調の維持・向上に つながる「歩くスキー」を習得し、冬でも楽しく身体を動かして 健康な身体を維持する目的で教室を企画されました。 特に初めて歩くスキーをされる方も最初はぎこちない滑りでしたが、 1周終わるころにはスイスイとスキーを滑らしていました。
- ●前田森林公園のコースはカッターも2本入り、また、スケーチングのコースも2kmのコースがあり初心者の方及び家族で楽しむには最高のコースです。







● 第29回滝野公園歩くスキー大会

1、日時: 平成26年 1月13日(祝) 10:30スタート

2、場所 : 滝野公園

3、天候 : 快晴 、気温-8度C 雪温-9℃

4、参加人員: 445名

5、コース: 16km、10km、6km、3KM(新設)

6、内容:

- ●上空に強い寒気が入り込んだ影響で札幌市内は朝から厳しい 冷え込みと吹雪でしたが会場はそれとは裏腹に絶好の快晴で 歩くスキーをそれぞれ楽しみました。
- ●開会式の前にスペシャルゲストとしてカルガリーオリンピック出場の「江川淳」さんが登場し、3つの滑り方のデモストレーションを見た小学校3年生は、将来オリンピックの選手になりたいと目を輝かせていました。
- ●今回の大会から3kmのコースも新しく用意し。初心者、初級者の方が参加しやすくなりました。

3kmに初めて参加した一家族の方は、会話しながら、また景色を見ながらマイペースで歩き程よい汗を流していました。











江川さんも入りスタッフ全員記念写真

歩くスキー教室(もみじ台総合型地域スポーツクラブ)

1、日 時 : 平成26年1月18日(土) 開会式10:00~終了12:00

2、場 所 : もみじ台南中学校集合

A班:もみじ台南中学校グラウンドにて

B班:もみじ台緑地南6丁目パークゴルフ場にて

3、参加人員:36名(中学生・会員)

4、対象者:もみじ台中学生、もみじ台南中学生、もみじ台地区

歩くスキーをを楽しむ会員

5、天 候 : 曇り、気温-4℃(スタート時)

- ●初めての人と何度か経験した人の2班に分かれて協会のスタッフ 5人で指導しました。
- ●基本をマスターすると後半は大変上手になり余裕をもって楽しんで滑っていました。特に中学生は上達が早くグランド組ではもの足りないようでした。一方パークゴルフ場の斜面では個別に開脚登行と、制動滑降を全員合格まで指導・練習をしました。
- ●中学1年生男の子は「今まで何も知らないで滑り、転んでいました、 今日は大変勉強になり、コツを覚え自信がつきました。 仲間と大会に出てみたい」と話していました。





第34回障害者歩くスキーの集い

1、日時 : 平成25年1月19日(日)10時15分スタート

2、場所: 滝野公園・渓流ゾーン「せせらぎコース」

3、天候: 雪曇りのち晴れ、 気温 -4.5℃

4、参加人員 : 約163名

 $5, \exists -\exists : 7km, 5km, 3km, 1km,$

- ●この大会は、1981年の国際障害者年をきっかけに始まったもので、歴史のある大会です。冬晴れの中、小さな子供からお年寄りまで幅広い年齢層の方が参加され、心身に障害のある人と健常者が一緒にスキーを楽しむ事を目的としています。参加者の中の干支にちなんだ仮装競技者に注目しながら、新雪コースを楽しんでいました。
- ●「鱒見の滝、アシリベツの滝」では寒さが厳しいため、滝が見事な 氷曝を形成しており、美しい"氷曝"の前で記念写真を撮っていました。
- ●この大会に毎年参加している、43歳の女性は「歩くスキーを始めた事で生活に張りができ、人の輪が広がり、体力もついた」と話していました。(来年も多くの方の参加を期待します)

















3kmスタート

7kmスタート





