



マルキ通信

2006.5 夏は来シーズンの始まりの季節！

会長 川島 徹也

06年度のKサークルの行事も皆様のご協力のおかげで全て終了しましたことを報告させていただきます。ここ近年お正月ツアーも積雪の心配も無く実施してきたが、特に今年はシーズン中十分な降雪があり、ツアー計画者にとっては中止の場合の心配もなく終了しましたが、一方我々のツアーの終わった後の本格的な春山スキーでは残雪が多く雪崩、事故も多発して悲しい結果が報道されています。

地球温暖化と言われながらの今年の豪雪もこれら地球温暖化の異常気象の現象であり、南の海水温上昇が寒気団に影響を与え日本列島に豪雪をもたらしたと言われていています。

大水害、大規模台風、砂漠化、国全体が水没の危機があるツバルなど、いずれもこれらは地球温暖化による異常気象にあると言われていています。はたして来年度の気象はどんなになるのでしょうか、気になるところです。

さて私たちKサークルでは07年度に向け新しい組織作りも始まっています。是非とも会員の皆様のご協力を得てさらに発展した楽しいクラブになればと願っております。



指導部 川島 秀司

＜今期のKサークル＞

今期は技術選やプライベートツアーなど色々なイベントがあり、またKサークルでは10年振りのスキーの正指導員誕生や初の女性ボード準指導員誕生、スキー&ボードの技術選への参加など久しぶりに活気あふれた、楽しい1年でした。

メインツアーを含め事前ミーティングや企画、一般参加者への案内など、多大な協力をいただきましたスタッフ皆さんに感謝します。ありがとうございました。また一般で参加いただいた皆様に対しては十分楽しみながら技術向上できたのではと思っております。

＜目指すは常に最先端＞

歴史があるから、過去があるから、今がある。先輩がいたから自分も存在する。というのは全世界、自然界、会社でもすべて共通。

これはこれで大切に考えながら、成長変革するためには思い切った方向転換や新規分野の取り入れなども必要。今後も今まで同様Kサークルは常に革新的なクラブでありたいし、そのためにスタッフはもちろん皆さん一般参加者の貴重な意見を進んで取り組んでいきたいと考えております。

＜技術について＞

皆さんの意識の中での技術向上とはいったい何でしょう？ 技術が向上することはより楽

しさが増していくのですが、楽しさとは滑走感の楽しさ、スピードとスリル、そしてもうひとつはカッコ良さ。基礎スキーやスノーボードで競技と異なる部分は”人が見て評価される”ことです。このカッコ良さを磨くためにはまず”基礎を徹底して練習すること”だと思います。なぜなら基礎を徹底的に練習することにより運動の中で余裕ができてきます。”細かい癖や特徴”などを修正するよりもはるかにカッコ良くなるからです。

また、ほとんどのスポーツもそうですがスノースポーツも道具を使用するスポーツです。スキーであれボードであれ雪面に対する働きかけはまったく同じで板の役割や形状の意味をまず理解しましょう。その上で“面（滑走面）”や“角（エッジ）”を調節しながら身体パワーを4次元的にどのようにあわせてやればいいのかの理解を深めていきましょう。

<最後に・・・>

“技術を上げるためには楽しまなくてはいけない”事が第一前提です。

もっと楽しく遊びながら技術レベルを上げていくよう我々スタッフは努力して参りますのでぜひ今後のKサークルもご期待ください。

またスノーシーズンはオフとなりますが、楽しい夏のイベントや次年度のためのトレーニングなども予定しております。案内はホームページでおこないますので是非ご期待ください。

今後も皆さん一人一人の努力によってKサークルを盛り上げていきたいと思っておりますので技術的な疑問や新たな提案等のご意見やご質問、提案があればお気軽にご連絡お待ちしております。

目指せ日本一最高のスノーサークル!!!

お正月ツアーのご報告

日程 平成17年12月31日～18年1月3日
スキー場 野沢温泉スキー場
参加者 38名

週末親睦ツアーのご報告

日程 平成18年2月18日～18年2月19日
スキー場 ミカタスノーパーク
参加者 12名

サヨナラツアーのご報告

日程 平成18年3月19日～18年3月21日
スキー場 野沢温泉スキー場
参加者 26名

プライベートツアーのご紹介

日程 平成18年3月31日～18年4月2日
スキー場 白馬八方尾根スキー場
参加者 19名



お正月ツアーの感想 2名様

『何でも美味しい街 in 野沢温泉』

ボード班 前川 佳代さん

お正月ツアーの思い出

ベスト1 『二日酔いっすよ』 by 小カ

ベスト2 お椀だぜ〜♪茶碗だぜ〜♪

ベスト3 ダンス『NO MORE CRY』

正直、自分でも何しに野沢まで来たんだか…。って思っちゃうような思い出がたくさんです(笑) どうやら、メインのボード以上に、オプションが楽しすぎたみたいです。ゲーム大会、湯沢神社での初詣、飲み会、カラオケ。おかげで、飲まれまくったあげく、残念ながら、1日オフをとる結果になったけど…。

食べ物がおいしかったコトもイイ思い出です。野沢菜、温泉饅頭、おやき、バナナロール、そば、ラーメン、ワイン、どぶろく、酒、焼酎、カクテル……。宿の料理も最高でした。そして、やっぱり温泉。硫黄臭さが美肌効果あり？そして、小さな恋もしました。

でも、メインはボード。憧れのパウダースノーに、思わず『粉雪』の歌を口ずさみ、今シーズン初のボードを楽しみました。今回、講習を受けてみてよかったな〜って思ったことは、今まで挑戦しなかったことに、安心して取り組めたことです。初めは、怖いな〜って思っていた斜面でも、素敵な先生がいてくれるから、何とかなるよ。という気持ちで、乗り切ることができました。おかげで、新雪を滑る楽しさも知ることができました。少しは、上達したかな??

そんなこんなで、無事にお正月ツアーを終え、いくつかの伝説も残した私としては、大満足の旅となりました。大暴れしてしまったので、「もう来るなっ！」って言われそうだけど、パワーアップして、また参加させてもらおうと思っています。このツアーに誘ってくれた友だち、一緒に参加した友だち、講師の先生、足手まといの私と同じ班だった仲間、お世話になった方々、そして、Kサークルのみなさま、本当にありがとうございました。

素敵な、2006年の始まりです。



『初ゲレンデ！初スノボ！！』

ボード班 丹羽麻里子さん

寒いのが大の苦手…ということで今までスキー場にすら足を踏み入れた事がなかった私ですが、今回、川島 H 先生に関西Kサークルのツアーを紹介してもらい、初めて参加させて頂きました。

とりあえず初のゲレンデは感動もので、寒さなんて一瞬で吹き飛んでしまいました！肝心のボードはというと…、講習では一生懸命教えてもらいながらも、どんくさい私はなかなか教えてもらったように滑れなくてこけまくり、悪戦苦闘の日々でした。。。が！そんな私にもほんとに丁寧に、そして何より楽しく教えて頂いたので、メゲずに楽しく講習を受けることができました。ほんとに感謝！！しております。せっかくみっちりしっかり基礎を教えてもらったので、これからも上達に向けてがんばっていきたくと思っています。お世話になった皆様、ほんとうにありがとうございました。また機会があれば参加させてください。

さよならツアーの感想 3名様

『さよならツアーに参加して』

ボード班 三田 翔一さん

来シーズンからKサークルでお世話になることになったサンちゃんこと三田です。スノーボードを始めるきっかけになったのが真野さんに誘ってもらってお邪魔した去年のKサークルのミカタのツアーでした。その時はただターンが出来ただけで楽しくて楽しくてしょうがなかったのを覚えています。また他の参加者の人たちが本当に楽しそうにまた真剣にスキー、スノーボードをやっているのが印象的でした。まあここだけの話一番印象に残っているのが人が転び回りながら必死に滑っているところを横でスイスイ滑り降りていく拓ちゃんなのだったのだが「この時から俺のライバルはこいつやと密かに決めていたわけです（笑）」そしてボードの魅力に魅せられてしまった私は今シーズン全財産を注ぎ込み部活、大学の友達や後輩にあきれられるほど滑りまくったわけです。まあ余談はこれくらいにしてサヨナラツアーの感想に！！講習を受ける前は俺もだいぶうまくなったかなーなんて思っていたら大間違い、角付け？目線？上下、前後運動？どれも出来ねーよ、しかも周りみんなうますぎと即、自信喪失(>_<)そんな中、三宅指導員は本当に丁寧に教えていただき本当に感謝！基本を中心に今まで意識してなかったようなことがたくさんできてまた新しい目標が出来ました。またみんなが本当に真剣にやっているのに驚きました。やはりレベルの高いグループ、真剣に取り組んでいるグループに身を置くことは自分のレベルを上げるのに最適で参加してよかったなあと思います。ただ三宅指導員！話に熱が入りすぎて受講生を凍えさすのは勘弁してくれー（笑）あと勝手な要望ですがせっかくビデオがあるなら講習の時にビデオを撮って夜にでも自分の滑りや他の人の滑りを確認でき、指導していただけるとありがたいです。Kサークルの人たちはみんな真剣にまた楽しく滑っているの自分も楽しく練習ができ上達できそうないサークルだなーと思います。今後、もっと練習してテク選に参加したり準指が取れるようがんばろうと思っているので来シーズンもよろしくお願いします。また今回一緒に滑ってくれた人たちまた来シーズンも楽しく滑って一緒うまくなっていきましょう(^0^)/

『さよならツアーに参加して』

ボード班 西田 理紗子さん

Kサークルのツアーに参加するのは2回目で、春をととても楽しみにしていました。3年前初めてボードを体験、勢いで板を買ったもののその年に一度滑ったきりの状態…。冬の講習で丁寧に基礎から教えてもらい、「もっと上手になりたい！」と今回もはりきっていました。目標は検定3級に挑戦！と意気込み十分！だったのですが…どうしても上手くできないショートターン…直滑降・停止はなんとかできるのに…。ショートターンとなると全く別のことになったようで、つながらずモヤモヤという感じ。

そのまま講習内検定を受け、自分でできたのかわからないまま終了。結果は合格。結果より、そこまでの過程に何か不思議な充実感を感じ、挑戦して良かったと思いました。来シーズンもたくさん滑って少しでもレベルアップしたいです。



今回初めてKサークルに参加しました。
講習初日は朝から雪で、凍えそうなぐらいの寒さ(*_*)雪質はバツグンなのに一日の講習が正直とてもブルーでした。
三宅先生の指導は丁寧で、基礎からきっちり教えてもらったことがないわたしにとっては勉強になることだらけでした。
二日目は夜の間にはたくさん降ったうえにいい天気☆
午前中は新雪堪能できる場所をみんなで一緒に滑れてとても楽しかったです。
夜は知らないうちに撮られていた(盗撮?!)ビデオ鑑賞会。
自分の滑りを初めて見てちょっとかんどーしました。
最終日はちょっと緊張ぎみで受けた検定。
無事2級をいただくことができました(^^)v
ツアーに参加するまではあまり自信はなかったのですが、みなさんのあたたかいご指導のおかげだと思います。
ありがとうございました(^O^)

プライベートツアーの感想

『八方プライベートツアーに参加して。』

平岡 佐知子さん

Kサークルの方達とは、お正月と春の講習での自由時間に少し滑る位で、長い距離と時間、一緒に滑ることも、滑ってる姿を見る機会もあまりなかったんですね。
今回はなーんもナシで”ただ滑る”ってことで、指導員の方達の恰好良さがとってもよくわかりました。講習の時って指導員と生徒って立場からか、随分気を使ってもらってたんやなあってのもよくわかりました。
皆カッコイイなあ(/´▽`*)
もっと一緒に滑りたあーいいい！スキーもやってみたあーいいい！
雪は1時間ごと位に状態が変わってくのに、どんな雪でも涼しく滑っていく皆さんを見て、軽く落ち込みましたけど…上手な人を追いかけて滑ってくことに興奮しました。
あんな風になりたいって、憧れるなあ。
皆の様子を見ながら、柔らかくアドバイスくれた八木さんを尊敬しました。
ただただ滑ることが楽しくて大好きで、ここ数年シーズンは毎週滑ってるケドイマイチ上達してない私(ノ口`)
やっぱり基礎って大事なんや…
そうそう、ニッシーと麻美ちゃん、二人が羨ましいです。
あんな風に滑るのに、私は3年かかりましたよ(つ口`)
ラッキーな環境です！
日曜日は飛び起きました。
がー(口`;)ーッ!!!
雨の音で…んでもっぺん寝ました。
おかげ？でゆっくりと温泉とお蕎麦を楽しむことができました。
大抵ゲレンデで殆どの時間を過ごしてしまうので、
温泉とかって近くにあっても、私は行くことがなかったんです。
土色をしたお湯で、温泉に入ってます！って感じがよかったなあ。

すごく綺麗な景色を見つつ滑って、
大勢でお風呂に入って、ご飯を食べて、むちゃくちゃ楽しかったです(ノ´▽`*)
嫌なことなんて忘れまして、当分思い出し笑いで過ごせそうですよ。
なので、こんな機会を増やしてほしいです(´∩`)コッソリ。
平地で板をつけないでも180が限界の私に、
飛んだり回ったりすることが得意な人と一緒に滑りたいです。
どうも気合だけでは板は回らないようです(ノ皿`)
私はとても楽しく美味しい時間を過ごせました。
これも参加された皆さんと企画していただいた植野さんのおかげです。
ありがとうございました。

クラブ員たちのシーズン振返り

『指導員検定を振り返って』

八木 義之さん

スキの楽しさには、いろいろあります。指導員検定では、指定された課題をどのように解釈し実技で表現するかが問われます。

大変難しいことですが、講習中にする練習の中にたくさんのヒントがあります。練習の意味を理解し、模範演技の模倣と基本の組み合わせにより表現し、その完成度を少しずつあげていきます。どのように表現することが適切で、どの要素を練習することで目標に近づくかが大切になります。例えば、同じトップコントロールの大回りパラレルターンでも指導員とテクニカルでは、違ってきます。前者は、明確でわかりやすい表現を要求され、後者は、高い技術を安定して表現することを要求されます。指導員検定は、そのスタートポイントのような感じがしました。

これからも、自分のイメージを少しずつ整理しながら、自分なりのスキースタイルをつくりあげられればと思います。

『技術選～！！』

荻野 暁希さん

滋賀県技術選に出てきました！！「ショートターンはできへんし、急斜面苦手やし、ちゃんとするべられへし憂鬱…」なんて気分が夜間瀬に入りました。まるで検定を受けるような気分でした。

でも！！出てみたらめっちゃ楽しかったんです。検定のように着眼点をきっちりみせるのではなく、自分のスタイルを魅せるんです！！みなさんアグレッシブな滑りをされていました！一緒に参加した姫さん（森田さん）はロングターンで攻めてまさかの転倒！でもそれは技術選ならでは！自分の今の限界を追求した滑りはカッコイイ！！

自分にはまだ自分のスタイルがない！！こともこの技術選に出てわかりました。みなさんそれぞれ自分のスタイルを持っておられます。その中で色々な味付けをしてカッコイイ滑りをされていました。私も「チビタスタイル」を確立します！！そして「チビタスタイルええな」と思われるようになるのが夢です。

最後に結果について…なななんと！フリースタイル女子2位！転倒者が多く棚ぼた？でも総合滑降ではトップのポイントでした！それは自分にとって自信になりました。ショートターンはやっぱブービー賞！自分の課題です。ほんと学んだことが多かった。

でもなによりもうれしかったのは楽しく滑れたこと。緊張感の中にもアドレナリンが湧き出てくるようなあの感覚は最高です！前日のスキー技術選組の応援も最高に楽しかったで

す！関 K の応援以外は静かだったんですが…。技術選はお祭です！来年は関 K メンバーで夜間瀬に乗り込みましょう！！

『楽しかったプチ技選』

越坂 京子さん

Kサークルに参加させて頂くようになって、3年目の冬が過ぎました。初めて参加したときにはカービングが全く分からなくて『コケるくらい大げさにやらないと上手にならん！』という川島H先生の言葉を信じて、ホントによく転んでいた気がします。今年の冬は奈良県のプチ技選にはじまり、県の技術選、準指導員、テクニカル、カービングカップと色々なことにチャレンジした年で、私の激弱メンタルを鍛えたい！！という思いで色々やってみました。人前で滑ってジャッジされることに慣れていない私にはプチ技選に出させていただいて、とてもいい経験になりました。技術選と同じバーンで、大回り和小回りのみというお手軽さ、そしてほどよい緊張感の中でドキドキしながら滑るのは気持ち良かったです。また、人生初の金メダルまで戴き、大変嬉しかったことで自信がつき準指導員、テクニカルの合格につながったのではないかなと思います。今シーズンを振り返って、私のメンタルが鍛えられたか…心臓に毛が生えたのか…?? 誰か心臓に毛を生やす薬知りませんか…? 育毛剤でも飲んでみようかな。。来年は爆弾娘の導火線がくすぶって不発に終わりませんように・・・(=_=)

新入部員のご紹介

今回、新しく入部された2名の方々をご紹介します。

氏名 石脇 健さん 入部年月日 2006年3月5日

スノーボード検定1級、本当に取れるとは思っていなかった。

最近の出来事の中で一番うれしいできごと！！

そもそも、関西Kサークルとの出会いは1999年のお正月スキーに参加したのが最初だ。

そのとき野沢は未だスノーボードが解禁されておらずスキーでの参加。

明るくなる年からスノーボードの講習が始まり、以来、私もスノーボードの講習に参加するようになった。若い人たちに混じって新しい(?)スポーツをやる楽しさ。講習、検定付きのツアーで、参加するたびに検定も受けた。

2級が受かるとはるかかなたの憧れだった1級が自分にも、と目標もできた。

この間、上海の室内スキー場を知り、上海出張中はここでもスノーボードを滑るようになった。2005年は11月、12月の2ヶ月間、毎週土曜日にここで滑った。ここでの練習が効いたのか、ようやく夢がかなっての1級合格。

次に目標は?? 60歳までに準指導員の資格を取ること。上海の室内スキー場では、怪我をする人も多い。ここはスノーボードの指導員はいないようだ。

準指の資格を取って上海でボランティアでスノーボードの基礎技術を教えたい。

それが私の新しい夢だ。

Kサークルのみなさん、よろしくお願ひします。

氏名 三田 翔一さん 入部年月日 2006年4月2日

Kサークルとの出会いは真野さんにミカタスノーパークに連れて行ってもらった時でした。

みんなで楽しく滑ったり、あーでもない、こうでもないみんな真剣にスノーボードをやっているのが印象的でした。またその時、検定があるのを知りどうせスノーボードを始めるなら1級でも取れたらと思っていた。そして今年1級をとることができ、スノーボードがうまくなったなあと思う反面、まだまだ出来ないこともたくさんあると感じる。Kサークルに入ることでもだまだ上手くなれると思っているのでこれからもがんばっていきたい。次の目標としては準指導員を取れるようがんばりたいです。また機会があれば技選にもでて自分の力を上げていきたい。

2006年 合格者一覧 (敬称略)



2006年には次の方たちが合格されています。**おめでとうございます!**

- スキー

正指	合格
準指	合格

八木	義之
田中	久子 (C級指導員より資格移行がSAJより認められました)
- スノーボード

準指	合格
滋賀県技選	第二位
	第三位

荻野	暁希
荻野	暁希
森田	姫登美
- スキー

準指	合格 (愛知県)
奈良県プチ技選優勝	

越坂	京子
越坂	京子

ス キ ー 部門	<正月ツアー> 3級: 城越 4級: 城越 洗星・勇星
スノーボード 部門	<親睦ツアー> 1級: 田崎、石脇 2級: 片瀬、小滝、森下 <サヨナラツアー> 1級: 三田 2級: 塩谷、川崎 3級: 西田、喜田 4級: 丹羽、久保田

～編集後記～ 編集者: 植野 金田

今年もマルキ通信の編集を担当した金田です。みなさんの感想を読みながら通信を作っていると今シーズンもいろいろあったなあと懐かしく感じます(年寄りみたい...)。来年もいいシーズンであることを願って!

また来シーズンお会いしましょう!

最後にお知らせとお願い

毎年シーズン終了後に発行しているマルキ通信ですが、昨年より郵送と同時にKサークルのホームページ上でも公開しております。今後、インターネットが利用可能なKサークルの会員へは郵送を行わず、ネット上でマルキ通信を参照頂く方向で検討しています。やっぱり郵送で欲しい!といったご意見がある方は金田までハガキ、電話、メール等でお知らせ下さい。