

## 2022 春季全国技術部会ミーティング議事録（案）

開催日時&会場：2022年4月9～10日 志賀高原横手山スキー場

参加者：荻原副会長、岡田技術教育局長、野瀬技術部長、赤木デモ、五十嵐（北海道）、渡邊（北海道）、森（関越）、福島（関東）、寺田（東海）、池田（関西）、明星（上級研修） 11名

### 1. 全国常任理事会からの報告：岡田

1) 全国技術部会は2018年の総会でブロック技術部員と全国デモで構成することを決定している。

全国技術部員の義務として、

- ① 春と秋の全国技術部会への参加
- ② 担当ブロックに於いて所属の都道府県に技術部員へシーズンのなるべく早い時期に雪上で技術伝達を行う
- ③ シーズンの終わりに担当ブロックに所属の都道府県技術部員を集めた報告会をなるべく雪上で行う
- ④ 報告を集約し、全国へレポートを提出する
- ⑤ 上記のタイミング以外でも担当都道府県技術部員の補佐と全国技術部の橋渡しを担う

以上を確認した。

2) 2022年3月の全国デモ選は、荻原、岡田、野瀬がジャッジをした。今後、スキー協を発展させていくためには技術のリーダーである全国デモを発掘していく必要があり積極的に全国からアプローチしていく。

具体的には、全国デモを目指す方を対象とした講習会（特訓）を1泊2日の日程で来シーズンから実施。参加費（講習費）は無料（交通費、宿泊代、リフト券は実費）。参加者は全国デモ選をかならず受けていただくことを条件とし、参加する際のレベルもSTTO点以上など条件として提示し募集する。この講習の講師の謝礼などは、現教程頒布時の黒字で当面は運用していく。

次の秋の全国技術部会までに、各ブロックの全国デモ候補者に各部員から積極的に声をかけてほしい。今後の全国デモ選のジャッジは、荻原、岡田、野瀬の3人を固定にする。また、岡田、野瀬は全国デモとして継続して活動するとともに、人材発掘と育成に注力してもらうことが全国常任理事会で決定している。全国デモ選への参加は、年齢制限はないので（認定には64歳以下という年齢制限がある）、講習会も積極的に受けてほしい。

### 2. 雪上議題について

・教程種目技術再確認について：野瀬

土曜日の午前中の教程種目の技術再確認から、①ターン後半のズレを切れに変える動き、②切り替えで前に出る動きが課題と感じた（4/9夜ミーティングにて）。

・シーズンテーマのフィードバックについて：4/9午後雪上で各部員から発表していただいたシーズンテーマのフィードバックの内容ほかについて説明いただいた

池田：シーズンテーマで切り替え部分のうち、いろいろやったが結果的にはターン後半に足場を作ることが課題だと思った。

今回の雪上では足場を作るために徐々にウエイトをかけていくということと、二段モーションや板のトッププレートが下から見えるようにというような表現をさせていただいた。来シーズンのテーマは同じがいいと思うが、足場作りに重点をおいたり、足裏切り替えのフォーカスも必要かと思う。

寺田：レポートに記載したが、シーズンテーマで良かった点は①ターン操作と切り替え操作の区別に意識を持っていったこと、②前に出ての捉え方が一様でないことがよくわかったこと。悪かった点は「足裏切り替え」と「開き出し」を違う種目として、使い分けをしているひとは、理解しにくかったことである。

今日の雪上ではブロック部会から出たことを紹介した（事前配布した愛知スキー協通信掲載記事参照）。大きなテーマとしては「筋力肉弱者に伝える、足裏切り替え」で、具体的には①ブルークボーゲンで斜面を真下へ降りるファーレンで目線は、スキー板の先端で、身体は常に真下で両スキーの先端を離さないようすること、②ファーレンで真下に滑りながらブルーク脚の状態と板の先端を維持して、両脚の間で腰の位置を左右へ伸脚と屈脚で横移動させてジグザクと下方へ降りて行くことで切り替え操作を学んでいただくことを紹介した。

また、高齢者の筋力を使わない足裏切り替えなどの工夫が必要かと思う。

福島：今シーズンのテーマでは結果的にやりたいことは谷回りターン技術だと思う。そのためには谷回りターン技術の前に何をやっていかなくてはいけないのか、というふうに「前段階でなにを？」という考え方で進めてきた。

雪上では、足場の確保ということで、①外脚側ストックリングを引きずり、内脚側ストックを肩に担いでターン、②両ストックリングをターン外側に引きずりながらターンを行っていただき、外脚足裏、内脚足裏へのウエイトのかかり方の変化も感じていただくドリルを紹介した。

なお、最新のメイトで紹介された「かたしたレーシングキャンプ」コーチの清澤さんが言っていた技術的なアドバイス「切り替え時にスキー板が身体の下に戻り、高い姿勢（基本姿勢）をつくるのがとても大切だと考えている。スキー板が身体の下に戻ってくる前に高い姿勢になろうとすると山側へ立ち上がってしまう。

また、等速なターン（暴走しない）、コントロールされたターンを行うためにターン前半で「押し開き」や「押し出し」の操作が大切だと思うので強調が必要と考えている。

ブロックでの技術伝達実施と集約については関東ブロックの会議で具体的に検討していく。

森：関越の技術部会は12月の中旬から下旬にブロック部会を雪上でやっている。春の全国技術部会の前にも雪上に集まってブロック部会を行っている。今回からこの春の全国技術部会の報告なども追加でリモートでやろうと思っている。

関越4人の部員には、自分のレベルアップだけでなく後継者を育てることを考えていこうと伝えている。

今回の雪上では足場作りをやったが、足場ってどうやって作るのかを伝えていくのが大切で、ブロックでは谷回りを強調しているが、来シーズンのテーマとしては足場作りや谷回りというところにフォーカスしたらどうか。

切り替えゾーンから谷回りには行ったところの足場作りと、ターン後半の足場作りの2つあると思うが、ターン後半の足場作りも大切と思う。

春のレポート締め切りは今回は3/18だったが、ブロック内の意見を取り入れたいのもう少し遅くしてほしい。

⇒来年は3月末をレポートの締め切りにして各ブロックのまとめをレポートに反映する形にする（野瀬）。

渡邊：足場を作って前に出るためにはどうしたらいいのか、ということアーチに乗って前に出ると説明しても北海道では前に出られない方が多かった。そこで低速で外スキーに乗って前に出るということで、ブルークを使ってかかと⇒土踏まず⇒横アーチ⇒つま先立ち⇒かかとを上げるという表現で動きを確認しながら行ってきて成果があった。今シーズンのテーマはよかったが、谷回りにどうつなげていくのかを追加していくのはどうか。

五十嵐：北海道はブロックと言っても複数県ではないというのが他のブロックとは違う。すなわち、北海道技術部員に伝達するということが他の県からの意見集約というようなことはなく、北海道の部員からの集約となる。北海道は受験生とかがみると理解は進んでいると思う。技術部を通じての理解の進みと受験生を通しての理解の進みという二面がある。

来シーズンのテーマであるが、まだまだできない部分が多いので、少し絞ったテーマとしてもいいのではないかと思う。

またどうやったらわかってもらえるか、どうアドバイスしたらいいかを学びたい。小回りについては取り上げたい。動画配信はとっても役立っている。今日の雪上で「体軸と重心の位置関係」というのがあったが研究していきたい。

野瀬：全国と各ブロックの連携についてはうまく情報伝達できるように工夫（Zoom、Youtubeなど）して運営していきたい。

※以下は二日目の雪上で紹介された内容である。

赤木：①ブルーク山回りで外脚を外へ外へ押し出し、ターンが山側に切り上がることをブルーク山回りを使って感じてもらい成果があったこと、②開き出したスキーが返ってくる感覚を掴みベーシックに繋げてほしいという観点で直滑降での外脚の開き出しを交互に行う練習、③「前へならえ」で切り替え時に前に出ること、④おそ松くんのイヤミが行っていた「シェー」を切り替え後に行うことで重心を内側に入れて頭を外板の上に乗ってくる、といった研修会などで行ってきたことを紹介いただいた。

岡田：「ターン後半での足場づくり」は、各地の検定会などを見てきて課題だと感じた。この場面でズレが止まらないため、スパッと切り替えることができずに（時間をかけて操作してしまい）板のトップが落とされて谷回りができなくなっているケースが多い。連続ターンの中で、①ターン後半のズレをキチンと止めた足場を元に、②切り替えをジャンプして行い、積極的に重心を入れ替え、③着地時にターン後半と逆側の両エッジング（谷回りが始まる状態）。このバリエーションを斜度やスピードが変わっても対応できるようにすることで、今シーズンのテーマ「ターン後半の足場を確保し、切り替え時に前に出てターンポジションまで行くことで谷回りターン技術につなげる」ができていないか確認できると紹介いただいた。

荻原：野瀬技術部長の言う「99%横ずれしてもよいかから、ターンの最後1%は横ずれを止める」ために、真下への横滑りから両すねを山側へ倒すことでずれを止める・その連続、また斜め前への横滑りからずれを止める練習とその連続を行うことでずれと切れの自在性を学んでいただき、それをターンの中で行うことでターンの終わりで力が貯まる滑りが得られることを紹介いただいた。

野瀬：急斜面でブルークボーゲンを使ってずれと切れを明確に分けた、いわば「ブルークボーゲンでの洗練の平行ターンⅡ」的な滑りについて参加者で確認した。ブルークスタンスでは、誰でもズレとキレを明確に区別することができる。では、そのズレをキレに切り替えるときに一体どのような運動操作を行っているのかを各個人に考えてもらった。

### 3、来シーズンテーマの選定

地方からのフィードバックを受けて、今期のテーマである『ターン後半の足場を確保し、切り替え時に前に出てターンポジションまで行くことで谷回りターンにつなげる』を来シーズンも継続していくことを決定した。

テーマに向けた技術的な動画（Youtube で配信）を来シーズンに向けて作成していく方向で準備を進めていくが、その内容の1つとして「ターン後半のズレを切れに変える動き」ということもテーマにしていきたいと考え、昨年の動画は畳の上での説明であったが、来期の動画は滑りも入れていきたい（部会終了後に撮影を行う）。詳細は副会長、局長、全国常任理事会と相談していきたい。

### 4、その他

- 1) 2021 年秋季オンライン部会時に出た意見について（持ち越し議題）は時間不足で検討できなかった。
  - ・教程書に出てこない用語について
  - ・段階的な技術目標設定について
- 2) 昨秋にも行ったが、各都道府県技術部員と全国デモを対象にした Zoom でのミーティングを今秋も実施する。

2022 年 4 月 9 日

書記：福島 明