

# 2024zoom 技術部会 議事録

2024. 11. 9 (金)

全国勤労者スキー協議会 技術部

## 【技術部会メンバー】

荻原副会長、岡田技術教育局長、野瀬全国技術部長、  
渡邊・五十嵐・藤井・宮腰（北海道）、小川（青森）、畠山（岩手）、渡邊（福島）、森（栃木）、千木良（群馬）  
横田（新潟）、関根（埼玉）、本田（千葉）、福島（東京）、吉越（神奈川）、丹羽（静岡）、永野（岐阜）  
土屋（愛知）、池田（滋賀）、森田（京都）、塩田（大阪）、村原（兵庫）、辻本（和歌山）

### 荻原副会長からの開会挨拶

今回の動画をクラブで鑑賞したところ、指導員には分かりやすかったが、指導員でない方は分かりにくいという意見が出た。普段から専門用語に触れていない一般の会員さんへは、この動画内容をいかにかみ砕いて自分の言葉で伝えるかが大事である。今日の部会で頭の整理をして伝達してほしい。

## 議題

### 1, アンケート結果について（野瀬）

#### ・昨年のシーズンテーマの伝達で苦労した点、困った点、工夫した点はあったか

福島 …3要素がなぜ必要なのか、深掘りがまだ浅い。ポジショニングのところ、切り替えに時間がかかる。

村原 …斜面の選定に苦労した。

池田 …内外旋=腰を回すというミスにつながっている。

五十嵐・藤井…2から3への局面、2のずれを止めるところが難しかった。

渡邊公平…真下への横滑りが今回の解説を聞いてなるほどなと思った。

吉越 …横滑りの展開から洗練パラレルターン2へ繋がるように指導した。

池田 …斜め前の横滑りで難易度を下げること、生徒のレベルに合わせた。

渡邊公平…ターン構成図のどこにつながっているのかやプルークボーゲンから理解してもらいながら教えた。

千木良…インラインスケートを使って説明した。

#### ・受講者の理解度はどの程度でしたか

野瀬 …理解はできたが、上手く滑ることができない→動画をきっかけとしてこれから練習しているところにつなげられればいい。

池田 …苦手意識が少し克服できた。

野瀬 …とっつきにくい内容だったが、工夫して伝達してもらって感謝している。

#### ・全指導員が全国からの情報を受け取れる連絡体制がとれているか

野瀬 …全国→ブロック→各都道府県→各指導員 のどこでつまっているのか知りたかった。  
全国の技術部員さんまでは情報が届いている。(94.7%)

福島 …スマホの動画を使った。

野瀬 …各都道府県の技術部員さんから各指導員への伝達は、アンケートでは約半分(45%)の方が行えていない。指導員の人数が少ないから、都道府県単位で開催しても人が集まらない等と指導員部のせいにしていないか？ブロックの技術部会に他のブロックの方に参加し

てもらおうなど、広い範囲で開催していくなど技術部内で問題解決できるよう工夫をしていきましょう。中央研修会に乗り合いで来てもらったり、デモの派遣を使ったりするなどして、全指導員に情報が行き渡るようにお願いします。

・ 今年の中央研修会座学用動画はいかがでしたか

・ 今シーズンテーマ「真下への横滑り左右連続から谷回りターン技術への展開」について

福島 …特にポジショニングがどうターンにつながるか、分かりやすい。

村原 …ベーシックパラレルターンへの展開、腰と股関節の使い分けが分かりやすかった。

吉越 …腰振り操作と言われていた方の具体的な解決方法がようやく見つかった。

池田 …ローテーションの現象を理解してもらえる。

宮腰 …2つのキーワードが出てきて理解が深まる。

野瀬 …新しいキーワードを出すことで、幅が広がると思う。

五十嵐…内脚主導からの旧教程からの流れからのベーシックパラレルターンのイメージが変わることへの不安もある。

藤井 …自分自身の滑りが腰で操作していて、腰を痛めていたのはこのせいなのかと感じた。

関根 …ベーシックパラレルターンの脚がなぜ直角三角形になるのかが理解できた。

森田 …股関節の内外旋は、足裏を返して角付けを行う操作と捉えている。

土屋 …教程の文面と違うように感じた。

野瀬 …教程と違っているか違っていないか、後で話をしたい。

渡邊公平…外脚の開き出しが見える演技、説明をしてきた。今後どう解説をしていったらいいか？

動画の最後で6つの質問が出ているか、模範解答を作った方がいいのでは？

渡邊福子…ボリュームがあり、理解するのが大変そうだ。

野瀬 …YouTube の利点を生かして見返してほしい。

**参加者からの発言**

森田 …股関節の内外旋を意識して使えるかが、中級から上級への分かれ目となると捉えてきた。

動画を見て、真下への横滑りの1・2の局面の外傾を強めるところは腰で、3で股関節を使っていくところが気になった。スキーをワイパー状に回すというイメージされないかなと気になった。股関節の内旋は外スキーの角付け、外旋は内スキーの角付け、と位置付けると、1・2では外傾を作りながら、3は開放して切り替えに入る。ねじれを開放していくところが3～4と捉えている。

野瀬 …動画では、1・2は腰、3・4は股関節と解説しているが、人間の体は、一つの部分だけ動くのではない。体全体で外圧を受け止める。腰だけで受け止めるわけではなく、メインで使っていくというニュアンスで理解してほしい。曖昧ではよくないので、今回は腰で、と伝えている。決して0：10ではない。指導の現場では上手く伝えてほしい。

五十嵐…ベーシックパラレルターンの伝え方の課題を考えた。旧教程を引きずったまま、スキーを体から遠ざける、上下動を使う、たくさん雪を削るなどと位置付けていた。自分から直角三角形を作りについていたが、結果としてできるという認識へ変化した。昔からスキー協で習った人は、昔のベーシックパラレルターンと違うということを意識してもらおうことが大変である。

土屋 …旧教程からの流れからやっている人は、外脚を開き出すイメージでやっている。教程では、外スキーを開きだして足場作りを行い、と書いてあるので、これだけ読むとあれっと思う人がいるのでは？ただ、昨年までのテーマでやってきた人は分かる方もいるのかなと思う。

- 池田 …開き出しすぎると、腰がついていってしまい、ずれが発生する。開きだしすぎはよくない。迎え角を作ればエッジはひっかかる。雪面を捉えられればそれ以上開きださないようにする。
- 宮腰 …自分も大きく開きだす意識があったが、開きだしの意味を理解することで雪面の捉えが良くなった。
- 藤井 …以前、内脚を軸にして、重心を下げて外脚を広げてエッジが立って押すことでたわませるという練習をした。外脚の捉えが弱いねと言われて、今回の動画を見て、股関節を使えるんだと改めて思った。
- 森 …ベーシックパラレルターンは、開いてなんぼというイメージはあった。ターンポジションに入った時から開き出すと外脚が軽くなってしまう。今回の動画がその回答になっている。外方向に対する横滑りがベーシックパラレルターンという解釈になった。
- 横田 …もともと開き出しの誤解があった。アンギュレーションとローテンションを伝える部分で難しいと思っている。雪上で頭と体がつながっていくとは思っているが、一般の人に伝えるのが難しいかなと思っている。
- 野瀬 …教程での「開きだし」の表現は最終的には、「押し出し」進化していく。直滑降からプルークにしていくとき、開きだす。それで充分開きだしている。練度が上がっていくと、さらに大きな開きだしにするわけではない。切り替えは斜滑降。谷足に荷重がかかっている状態で、プルークをする感じで開きだせば、外圧を得られる。開きだす量ではなく質。質は角付けを強められるかどうか。角付けを強めることは、アンギュレーションになる。今シーズン一番伝えたいことは、腰と股関節の使い分け。ここをメインに教えていただきたい。できるようになってきたら、ベーシックパラレルターンがより理解されていくということを伝えていただきたい。

## 2、北海道・志賀高原デモンストレーター選考会、特別講習会の開催について（池田）

- 池田 …事前の育成講習会もある。ぜひこの部会のメンバーには選考会に参加してほしい。
- 五十嵐…北海道2回目。盛り上がって楽しい一回目と同様にしたい。一般の方にもスキー協を知ってもらったり、参加したいと思ってもらったりしたく、北長沼スキー場にポスターを掲示してもらおう。
- 野瀬 …技術部員は原則参加をお願いします。年に1度は自身の力量を確認、自分のポジションの確認をしてください。

## 3、その他、連絡事項など

- 野瀬 …全国デモ出場者向け特別講習会をテクニカルコンペ参加者まで拡大する。講習料無料。

### ・新デモンストレータ紹介（藤井 隆幸さん・宮腰 大さん）

- 藤井 …腰・膝にケガを持っており不安だが、デモとして頑張りたい。
- 宮腰 …若いけど、頑張ります。
- 野瀬 …新しい方が入ると活性化し、新しい風が吹く。お二人以外にも、興味がある方がおられたら声掛けをお願いしたい。

## 4、今シーズンの行事日程

- |                  |                         |
|------------------|-------------------------|
| ・ 秋季全国技術部会       | 2024年11月30日（土）～12月1日（日） |
| ・ 中央研修会          | 2024年12月7日（土）～8日（日）     |
| ・ 全国デモ選北海道会場     | 2025年1月25日（土）～26日（日）    |
| ・ 全国デモ出場者向け特別講習会 | 2025年3月1日（土）～2日（日）      |
| ・ 全国デモ選長野会場      | 2025年3月15日（土）～16日（日）    |
| ・ 春季全国技術部会       | 2025年4月12日（土）～13日（日）    |

池田 …秋季全国技術部会の案内について、LINE グループで連絡します。

## 5、質疑応答

- 本田 …クラブでプルーク脱出できない人が多いので、内旋・外旋、股関節の使い方のシーズンテーマはともよいと思った。実践してみることが楽しみ。検証していきたい。
- 野瀬 …いつもと違うアプローチで、新しいチャレンジをしていただきたい。
- 畠山 …YouTube を DVD にしてほしいという要望。→DVD にしてもらっているので、活用してほしい。
- 森田 …カービングスキーに対応する教程作りから真下への横滑りが導入された。  
プルークからではなく、パラレルからの展開だった。プルークから脱出できない子供が真下への横滑りを使いながら滑り、緩斜面に行くと、パラレルができた。なぜ真下への横滑りをやるのか、サイドカーブがきついスキーで横滑りをやる難しさもある中で、これからどう扱っていくかも検討必要である。
- 本田 …2の局面、止めるという言葉を使うと、制動をかけると解釈してしまうのではないか？2の局面をターンの中でやると、きちんと乗ることでいきっていくことになっていくという表現があるとよいのでは。
- 野瀬 …2の局面はターンの中だとターンマキシマムになる。「ずれを止める」という意味で使っているが、推進から制動という意味に捉えられないように伝えていただきたい。
- 荻原 …個人的には、今回のテーマが出てきたのはびっくりした。斜め前の横滑りから斜滑行に入って、それを足場にして3の先落としにつなげるかな、と思っていた。せっかくパラレルのスタンスで練習していたのに、プルークから始まるのかな、と思うところはあったが、今回のテーマでやってきていること、外旋・内旋・股関節が出てきたことは、すごいことだと思っている。股関節と腰は、連動しているので、その使い方を理解してもらえるといい。運動の順序が大切である。股関節の操作は外旋から内旋、運動の始導は内脚から外脚である。腰が股関節よりも先に動き出さないようにしていただきたい。
- 野瀬 …運動の順序は話し足りていないところ。今回の動画で伝えきれていないところは、生徒に伝えてほしい。今シーズンテーマでは、腰と股関節の使い方を伝えたかった。皆がベーシックパラレルターンまで到達してもらわない必要はないが腰と股関節の使い分けができるようになってほしい。また、情報伝達の構築もお願いしたい。

### 岡田技術教育局長からの閉会挨拶

今年、上級受験者が本州で4名いる。ここ数年では最多の受験者数である。パラレルターンの三要素を検定種目の中でもしっかりと表現していただきたい。

研修・養成では、三要素をからめながらそれぞれの検定種目について伝えてほしい。

SAJ の新教程でもベーシックパラレルターンが出てくる。スキー協のものとは求められている動きが違う。名称にまどわされないようにしてほしい。

書記・議事録作成…土屋