

第5回アウトドア研修会

(平成14年度障害者スポーツ指導員技術研修会)

と き：2003 (平成15) 年1月18日 (土) ~
19日 (日)

ところ：白樺高原スキー場 参加者：20
名



今年も来ました



チェアスキー体験



長野の薄井さん



白樺高原ホテル

今年も盛り上がりました・・・アウトドア研修会

[研修の内容へ](#)

1月18日 (土)

今日は朝からポツポツ・・・と雨が降っていました。

2年まえのアウトドア研修会、大雪、豪雪、高遠が頭をよぎります。あの日の出発時も名古屋は雨。でもあの大雪は数十年に一度のこと。

まさか今年はあることはない・・・でしょう。

今回は参加人数がちょっと少なかった、でもおかげでゆったり、快適バスの旅。途中、茅野駅では今回講師としてお招きした長野県の薄井さんと合流、薄井さんからは「講師としてではなくみなさんと一緒にスキーを楽しみたい」というあいさつをいただき、一路目指すは白樺高原スキー場へ。

八ヶ岳は今日も凛々しく、優しく、荘厳に私たちを迎えてくれました。

1月19日 (日)

今朝は早く起きて散歩に出かけました。まだ誰もいない静かなゲレンデに「あっ！」という響き渡るこだまが・・・声の主のほうを振り向くと・・・小さな生き物がゲレンデを横断、キツネかなあ???

朝焼けがきれい・・・今日もいい天気になりそうです。

今日の研修は、雪とこのスキー場に思いっきり親しんでもらえればいいかな。

食堂一番のりもいいもんだ。不思議と昨夜のお酒は残っていませんでした。

研修内容 今年こんなことを行いました

1月18日 (土) 13:30~16:30

参加者を2グループに分け、それぞれ「視覚障害者の方への援助方法」と「チェアスキーの使い方」について研修を行う。



まずは準備運動



リーダーを中心に打ち合わせ



野口さんの乗っているのは
バイスキー？



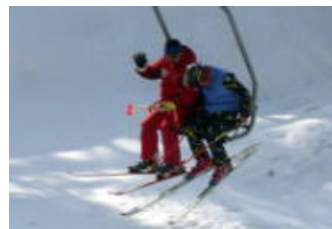
ちょっと休憩中？



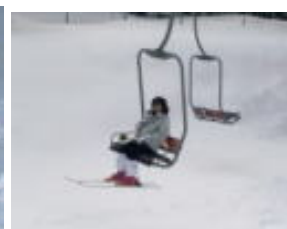
チェアスキーは
バランス難しいね



リフトに乗って上まで・・・
カメラに気づいた人



おしゃべり中の人



カメラに全く気づかない人

1月19日(日) 8:00~11:00

参加者を4グループに分け、それぞれ白樺高原スキー場に親しんでもらう。



青空のキャンバスに
白樺が映えます



歩いてゲレンデの
上まで



楽しそうですね
二人とも



今年は上手になった
気がする・・・

[アウトドア研修感想はこちらからどうぞ](#)

おまけ写真コーナー







アウトドアに参加して・・・

4人の方から元気の出るメッセージをみなさんへ

久しぶりの雪山は天気にも恵まれ、非常に爽快 小木曾早苗

身障者スキー教室には何度か参加していました。どこが指導員だという疑問は置いておいて、平地でスキー板を履いて誰よりもすっころび、よちよち歩く私は、参加者する初心者の方々に「勇気と希望を与える人」と呼ばれて称えられ(?)ておりました。今回の研修では、チェアスキー乗車？恐怖だわ（今までは引っ張り上げ係）、雪のかたまりに滑り込み体中に打ち身はできるわで、己の運動能力の低さを再再認識しました。

さて、私にとって障害者スポーツは、指導できるものでもなく、熱く語れるものでもありません。感じる魅力はシンプルで、そこに集う人達が皆楽しんでいること、その一点に尽きます。

全スポでお話した、車いすを利用されている50代の女性の言葉と涙を忘れることができません。

「ずっと迷惑をかけてはと家に閉じ籠っていた私が、こんな楽しいことに参加していいのかしら？夢みたい。」

指導者協議会も大きくなり、組織内の役割分担が見られますね。私は他愛もないおしゃべりくらいしか持ち味がありませんが、「私も楽しいんですよ」と答え続けられる仲間の一人でいさせ下さいね。



上手に滑れるようになったとヤギさんが言っていましたよ



大学で科目単位を取得しスポーツ指導員になって1年半
筒井 隆（日本福祉大4年）



みるたびにこけていましたね



顔なじみになってきた方々と研修会&交流会を楽しむことができました。アウトドア研修会には、昨年に続き2度目の参加でした。昨年、チェアスキーでは、何も抵抗できずにただ倒れるだけでした。今年は、そのリベンジ。アウトリガーの扱い方を丁寧に指導していただいたおかげで、真っ直ぐ滑り降りることができました。でも、その1時間だけで上半身がパンパン。実は筋トレだったのかも…と思えるくらいでした。その後の視覚障害者スキーでは、実際にガイドを経験することができました。声を掛けるタイミングがまずかったり・何て声を掛ければいいのか分からない場面もありました。安全で楽しく滑るためのガイドになっていたのか、チョット怪しいものでした。

今年は大学卒業そして就職で地元を離れるため、愛知県での活動にはしばらく参加できなくなります新天地でも愛知と同じくいろいろな活動に顔を出していきたいと思います。

私はほぼ毎年、このスキーに参加しています
小林信作

はっきりいって常連です。私くらいの常連になると行く前から心掛けが違います。昨年のスキーに参加したときは疲労による頭痛で多くの方々に迷惑をかけたので、今年は迷惑をかけないように自分なりに体力をつけて参加しました。そのくらい常連なのです。だから覚悟も違います。行きのバスの中で今年は森

長さんの組だと聞いたとき、覚悟を決めました。「これはかなりしっかり滑らされる」と。私は普通のスキー板をはいて滑りました。チェアスキーと視覚障害者のための講習の時間は森長さんとコーヒーを飲みに行きました。幸せでした、南国の香りがしました。その後、スノースライダーなるものに乗りました。簡単に言えば、タイヤのチューブのようなものでゲレンデを滑るのです。「スライダー」に恐怖はつきものです。うしろや横にひっくり返るのでは？来そうで来ない、見えそうでミエナイ、そんな恐怖です。結局ひっくり返らず生還できました。

夕食の懇親会では乾杯の音頭を『特別講師の・・・』という紹介で突然指名されました。恐怖が驚愕へ。自分よりもさらに常連の方々を差し置いてよいのだろうかと思いつつも「カンパイ！」夜の中へ滑り始めました。今年は温泉にも入りました。私は熱いお湯のほうが好きです。何故熱いほうが好きかというと、懇親会で飲んだお酒が抜けるからです。懇親会で飲んだお酒が抜けると二次会で飲むお酒がおいしいからです。だからおフロは熱いお湯が好きです。部屋で二次会をしている間に日付変更線をこえました。

2日目は6時に朝食を食べて着替え、ゲレンデに出てから起きました。1本目は斜度が緩くあまり滑りませんでした。その後、ゴンドラに乗ろうとしましたが乗れなかったので歩いてゲレンデを登りました。自分にとっては急な坂でした。苦勞して登った坂をうしろから押されたり、ボーゲンにしているスキーの先端部分を引っ張られたりして下りました。森長さんはスキーをハの字にして、1本のストックの両端を手で握りながらおりにように教えてくれました。それを簡単に出来れば苦勞はしないのです。スキーが勝手に曲がり、数え切れなくらい転びました。必要以上に雪と触れ合いました。

帰りのバスではお土産を買いすぎたことと、今年のおにぎり弁当より、去年の釜飯の方がおいしかったということを考えていました。来年も1段上の常連を目指しているので早めにご連絡を下さい。ありがとうございました。



なんで今年は「仮面」かぶらなかつたん？

白樺高原にて、スポーツ指導員アウトドア研修会が開かれると伺い・・・

牧野順子



今年はあまりこけていなかった？よね？さまになっていました。



昨年4月に障害者スポーツ振興センターから現在の職場へ転勤しましたので、指導員の皆さんにお目にかかるのはほぼ10ヶ月ぶりです。名古屋は雨模様だった空も、現地は薄日が射し風も無く絶好のスキー日和。講師から、視覚に障害のある方とともにスキーを楽しむ時の心構え、注意事項の説明をいただきました。安全に滑るための様々な工夫やご自身の体験談などとても素晴らしいお話でした。

次は、チェアスキー体験。昨年は左右に倒れまくり、満足に体を支えることもできず、成果は筋肉痛でした。今回は日頃のトレーニングの甲斐あって？、体を支えることはできるようになり、滑りも体験できました。目線が雪面に近く周りのスキーヤーより体の位置が低いためか、緩斜面にもかかわらず非常な恐怖を感じました。普通に滑っていても気づかないことです。翌日、講師の素晴らしい滑降を拝見しました。若者がスノーボードに挑戦するように、誰もがチェアスキーを自由に楽しむことができたらと思います。

今回の研修に参加して、様々な工夫と少しのサポートがあれば誰でも雪に親しむことができることをあらためて感じました。「雪ってこんなに冷たいよ、雪の上で遊ぶととても楽しいよ」こんなことを、まだ雪に触れたことの無い多くの障害者に伝えることができたら素晴らしいし、伝えていかなくてはと感じています。未来のパラリンピック選手が生まれるかもしれません。

研修の企画から準備、当日の運営と飛び回ってくださった研修委員の皆さん、振興センターの皆さん、ありがとうございました。

楽しい2日間でした
みなさんありがとうございました

研修会に参加されたひとびと

野口真裕美	牧野順子	小林信作	筒井 隆
小木曾早苗	竹内元子	八木信樹	三品保典
秋本真奈美	榊原由起	本田武英	古田 学
岩月富士雄	森長研治	筒井恵二	島 智市
根岸保重	木原 到	清 貴康	西尾忠郎

[前のページへ](#)

