

「雪でスポーツしよう

1月12日 スキーの日制定」

(財)S A J専務理事
丸山庄司

低迷しているスキー界の活性化、スノースポーツ人口の増加を図るために、そしてスノースポーツの素晴らしさを理解してもらうために、シーズンに向けてスノースポーツ関連団体が三位一体となって、積極的に活動することになりました。「場」の立場で(財)日本鋼索交通協会、ユーザーに対して「サービス」として(財)S A J、(社)S I A、「もの」では(社)日本スポーツ用品工業会、日本スポーツ用品輸入協会、全体的なこととして、全国スキー場安全対策協議会の6団体です。

「1月12日 スキーの日」

活動の目玉の一つに「1月12日 スキーの日」を制定しました。1月12日にした理由は、オーストリーのレルヒ少佐が今から93年前の1911年、新潟県高田、現在の上越市において、日本で初めてスキーの指導をされた日であり、この日を契機に日本は、冬の近代スポーツとしてスキーが急激に発達をとげ、現在に至っていることによるものです。この日が日本のスキー事始めであると同時に、はじめて体系的にスキー指導を受け、雪山でのスキーの持つ素晴らしさの魅力に取りつかれた最初の日です。

具体的には、「場」の代表として(財)日本鋼索交通協会では、1月12日、全国のスキー場(任意)において、スキー・スノーボードを楽しんでいただくために「スキーの日」にちなんだ多彩なイベントを実施します。

「サービス」では、(財)S A J、(社)S I Aの公認校が、初心者を対象とした特別レッスンの企画などを展開することになっています。

「もの」の方では、1月12日のスキーの日に、「雪でスポーツしよう in 苗場」を開催します。スキー・スノーボード用品、用具の無料試乗会、新商品モニター展示と、(財)S A J、(社)S I Aが協力して、日本のデモによるショートスキーを用いた楽しく学べるスキーの新システム「らく楽スキー学習会」を開催します。

これらは、初年度とあって、全国統一された展開には至らないとは思いますが、今後大きなうねりにしてゆかねばならないと考えています。

また、全国スキー場安全対策協議会では、スキー安全ポスターに「1月12日 スキーの日」「雪でスポーツしよう」の文字も入れて、スキ

ー場や全国小売店頭で告知ポスター展開をします。

「スキーコースの難易度表示の全国統一」

2番目は「スキーコースの難易度表示の全国統一」を実施します。ユーザーの立場に立って、安心して全国どこのスキー場でも自分に合ったコースを的確に安心して選べるようにし、安全で健康的なスノースポーツを体験し、楽しむことのできる機会を提供します。

これらは、冒頭にも述べましたが、商業的な活性化だけにとられるのではなく、一面白銀におおわれた自然の中で楽しむ、スノースポーツの素晴らしさを理解してもらうのが大きな目標となっています。それに関連して「スキーと健康について」その一部を述べます。

「スキーと健康について」

スキーは身体に優しいスポーツです。

近年、スキー用具の目覚ましい進化により、従来、スキーは危険、体力が人並み以上に必要という既存の認識が覆されました。

特に、スキーはフットワークを使うことにより、百歳を迎える中で、積極的にスキーに挑戦している三浦敬三さんが証明されているように、中高年の方々が失われがちな感性が養われます。更に、スキーは他のスポーツには無い、左右バランスのとれたスポーツであるといわれています。すなわち、子供から大人まで最適なスポーツであります。具体的には、

- ・カービングスキーの登場により、スキー技術での肩と腰のねじれが必要でなくなり、腰への負担が軽減されました。

- ・スキーの滑走姿勢は、自然と腹筋が強化され、腰痛のための運動療法とほぼ同じ効果があるとされています。特に中高年には朗報です。

- ・有酸素運動効果として、スキーの回転競技は、陸上競技の400m、大回転競技は、陸上競技の800mと同様な心肺活動が体内で行われます。すなわち、スキーは自然に、有酸素運動効果があり、体内脂肪の消費エネルギーの向上、肥満対策に効果があるとされています。楽しむスキーも、競技ほどハードでなくても、同様なことが言える訳です。

- ・また、現在、マイナスイオンが人間の健康にいろいろな面から大変効果があることが実証されています。特筆すべきは、白一色に覆われた雪山という自然環境は、マイナスイオンの発生が一番多いと実証されています。すなわち塵灰の極めて少ない雪山では、マイナスイオンの効

果が高まり、アレルギー体質には有効であるとされています。

これらを私たちはもっともっとPRする必要性を感じています。その意味において、(財)SAJでは昨年、98歳の現役スキーヤーとして人々に夢と希望を与え、スキーの普及発展に多大な功績のあったことをたたえ、競技関係者以外では始めてと思いますが、「顕彰」を贈呈し、名誉会員の称号も贈りました。そして今年、99歳でモンブランのバレーブランシェの滑走に成功し、更に三浦雄一郎さんと親子そろって総理大臣表彰を受賞されたことは、大変うれしいニュースでした。

私たちスキー指導者は、これらをふまえ、スキー指導においては「技術指導主体」でなく、もっと高い視野に立って、雪山の自然環境の中での「学習指導主体」にしたものであるべきと、考えています。言い換えれば、「教え導く」の導くにウェイトを多くしてほしいと願っています。

この様な考えのもとに、事業を展開いたしました。日本スキー指導者協会におかれても、この主旨をご理解いただき、ご協力の程をお願いし、貴協会の今後益々のご発展を祈ります。

(財)SAJ専務理事
丸山庄司