

スキー協会手記

神奈川県視覚障害者スキー協会

シロキ	白崎正彦	(1988-10)	スキー情報ウォッチング 1
リタハ	渡辺文治	(1988-07)	月山へ
シロキ	白崎正彦	(1989-01)	スキー情報ウォッチング 2
シロキ	白崎正彦	(1989-03)	スキー情報ウォッチング 3
カタヤマ	片山和	(1989-03)	スキーツアー初参加の感想
タケイ	武井恵津	(1989-03)	スキーツアー初参加の感想
ハヤシ	林あき	(1989-03)	シーハイル
リタハ	渡辺文治	(1989-05)	今シーズンは実に雪に恵まれなかった
マスタ	増田貞子	(1989-08)	様々な体験がいっぱいの「みつまた・かぐら」
テカ	手賀由美子	(1989-10)	ウイスラースキー場
スキ	鈴木秀子	(1990-09)	まずは、ストレッチング
フシタ	藤田美津枝	(1990-09)	ひろば
オトモ	大友真須美	(1991-03)	ブラインドスキーに参加して
カムラ	岡村幸二	(1991-03)	スキー協会ツアーに参加して
オンタ	恩田正明	(1991-03)	スキーツアーに参加して
カナサリ	金沢真理	(1991-03)	スキーツアーに参加して
キタムラ	北村孝児	(1991-03)	ブラインドスキーに参加して
アサタ	浅田裕子	(1992-03)	丸沼高原スキー
オトモ	大友邦宏	(1992-03)	丸沼高原スキーツアーを終えて
カリカ	有賀美由紀	(1992-03)	スキーツアーに参加して
シロキ	白崎正彦	(1992-03)	エコーバレー スキー・ツアーから
ヒラツカ	平塚秀人	(1992-03)	スキーは楽し
フシワラ	藤原陽一郎	(1992-03)	エコーバレー・スキーツアーに参加して
ヨシタ	吉田麻衣	(1992-03)	丸沼高原スキーツアーに参加して
オチキ	大口恵理	(1993-05)	初めてのブラインド・スキーツアー
オトモ	大友邦宏	(1993-05)	丸沼高原スキーツアー報告
キヌカサ	衣笠健一	(1993-05)	エコーバレースキーツアー報告
ヤマキシ	山岸裕子	(1993-05)	エコーバレースキーに参加して
ヨシタ	吉田英也	(1993-05)	スキーツアーに参加して
カワソエ	川添由紀	(1994-04)	スキーツアー
ササキ	佐々木おり絵	(1994-04)	初めて経験したブラインドスキー (エコーバレー)
シムラ	志村好枝	(1994-04)	丸沼ツアーを振りかえって
テラシマ	寺島正明	(1994-04)	ブラインドスキー初体験
フシタ	藤田功三	(1994-04)	ツアーを終えて思う
フシタ	藤田滋	(1994-04)	丸沼高原スキーツアーを終えて
フシト	藤本和子	(1994-04)	スキーツアーA・Bコースに参加して
ヤハ	矢部健三	(1995-05)	スキーツアー・エコーバレーに参加して
タケタ	武田伴子	(1995-05)	エコーバレースキーツアーに参加して
ヤマサキ	山崎雅保	(1995-05)	ブラインドスキー初参加
ハヤシ	林幹雄	(1995-05)	出会いから仲間へ
カシマ	鹿瀬島知行	(1995-05)	初めてのブラインドスキー
テラサリ	寺沢昌子	(1995-05)	丸沼コースに初参加
ナカヤマ	中山貴樹	(1995-05)	B S A Kに初参加して
マユミ	真弓敦	(1995-05)	たのしかったーい!!

2. [新連載] スキー情報ウォッチング その1

本協会技術顧問 白崎正彦

編集部注：この原稿をいただいたのは9月中旬ですので季節感のズレはご了承ください

夏はまだかまだかと思っている内にいつの間にか9月を迎え、虫の音が聞こえる今日この頃です。

9月に入れば早くもスキー宿の年末年始の予約が始まります。そしてこの頃から本屋の店先にやたらとスキー雑誌が目につくようになります。

私も早速2冊ばかり買い求め、ざっと目を通してみました。いつもはこんな暑い盛りから読むことはないのですが、協会の広報担当に広報担当に原稿を頼まれた関係で、一足早めにゲレンデへの想いをつのらせているのです。

さて、本題に入りましょう。スキー雑誌をざっと眺めてみると、先ず目につくのはスキー板と服装が今年もカラフルになってきたことでしょう。特にスキー板のデザインは、今までメーカーのネームをプリントしていたのが、山や雪や雲などをデザインしたと思われるような模様のものがあったり、直線や曲線を豊富に使っているのが増えたようです。また、スキーウェアは人気のワンピース・アンサンブルに加え、今年から各メーカーともノースリーブのオーバーパンツとショート丈のジャケットを組み合わせたニュースーツなるものを出しています。

そして、靴ではついに充電式のヒーターを組み込んだホットブーツが登場しました。いずれにしても、スキー用具の進歩・改良はめまぐるしいのです。

ところで、今年はブラインドスキー10周年で、いよいよ北海道ですね。そこで、そろそろスキーを引っぱり出して、来るシーズンに備えましょう。

そこで、今から準備をしなければならぬものはどんなことがあるのか紹介します。

先ず、スキーの滑走面を調べてください。去年は雪不足だったので、ブッシュや石の上を滑って傷だらけになっていませんか？わずかな傷ならワックスを埋め込んでごまかすこともできますが、深さ1ミリ以上の傷が何本もあるようなら、思い切ってオーバーホールに出しましょう。もちろん、自分で修繕する事も可能ですが、慣れないとなかなかうまく行きません。費用は5,000円から10,000円程度です。シーズンが近づくと混みますので、出すなら早めに。

板より気を付けたいのはセーフティです。さびてしまうような品物は今はほとんどありませんが、スプリングがバカにならないように、開放値を調整するネジを緩めて、オイルをたっぷりつけておきましょう。開放値の調整については、次の機会に紹介します。

では、今回はこの辺で。

7/28 渡辺文治 (1988-07) 月山へ

「月山」へ

渡辺文治

山形市の北を抜け、月山新道に入ったのは、もう10時近くだったろうか。周囲の景色がもう初夏なのに加え、前後に板を積んだ車が全く走っていないこともあり、「雪はあるか?」「リフトは動いているか?」と不安を感じながら月山へと走り続けた。それでも山へ登り始めると、雪が少しづつ出てくる。春の雪解けである。ようやく駐車場に着いた。驚いたことに、道路わきにまで車があふれている。「なにわ」「横浜」 e t c . と、月曜日だというのに暇人が全国から集まっている。

6月6日 年末年始の雪不足に始まり悪天候にたたられた今シーズンの借りを全部返すような上天気であった。

車の中で着替え、歩き始める。上の方には確かに雪がある（決して白銀のような、と言うわけにはいかないが）。すぐに仮設のロープトウがある。オモチャのようで、何とも頼りない。が、歩くのはいやなので、金を払って乗る。登ったり降りたり歩いたり。それでも昼前にリフト乗り場までたどり着いた。リフトは一本、ロープトウが三本、一日券、回数券がそれぞれ別なのに腹が立つ。ゲレンデは人がいっぱい。平日でこの混み具合だから、「土日はやめた方がいい」というアドバイスは正しかったわけだ。

歩く距離が長いことや、春（初夏）の青空の下で雪がボソボソになっていることが、ふつうのスキー場とは大きく違うところだろう。メインの斜面がやや片流れなのも気になる。しかし6月に滑るのだから、多少のことはやむを得ないだろうと諦める。

山の上まで歩いてみた。残念ながら日本海は見えなかった。遠くに登山者が見えた。早めにあがって、羽黒三山の一つ、湯殿山によって帰る（もう一つは、羽黒山）。

土産に、橡モチなどを買う。案内書によれば、名物はウサギ鍋に熊鍋、筍汁だそうだが、残念ながら食べそこなった。

(完)

加村 白崎正彦 (1989-01) スキー情報ウォッチング 2

1. スキー情報ウォッチング 2

本協会技術顧問 白崎正彦

今シーズンは冬の訪れが早いようで、昨年11月の初旬から北海道や青森では早くも雪の便りが届き、中旬にはスキー場開きをした所もあるとか。こうなると我々スキー大好き人間はどうも落ちついてられません。そろそろ本格的にスキーの手入れを始めたいものです。

さて、前回このコーナーの忠告に従ってセイフティーバインディングのスプリングを緩めた方、そのままスキー場に行くわけにはいきませんね。バインディングの調整についてお話ししましょう。

ツマ先側を固定するトゥピースは主に左右方向に開放する機能を持ち、カカト側を固定するヒールピースは主に上下方向と、ブーツの着脱を兼ねており、ともに開放を示す値は西ドイツ規格(DIN)で表示されているようです。開放強度はスキーヤーの体重、足の頸骨頭の太さ、スキー技術程度などでことなるのですが、ここでは一応体重を目安に開放値を紹介しましょう。

30kgから39kgまでの人は2.5、40kgから49kgまでの人は3.5、50kgから

59kgの人は4、60kgから69kgの人は4.5、70kgから79kgの人は5、80kgから

89kgの人は5.5を規準にして、初心者や女性は0.5少な目に調整しますと、普通に滑っているとき、ちょっとした衝撃でもバインディングが開放されかえって危険な場合もありますから、スキーをセットしたらスキーのトップを雪面にぶつけて横方向の衝撃を与え、簡単にはずれないことを確認してください。

バインディングの調整が済んだら、次に準備しておきたいのはワックスです。どんな雪質にどのワックスを使うかはひとまず置いて、事前準備の段階でやらなければならないのはベースワックスです。ベースワックスは現地でかけるワックスをのりやすくするためのものです。ワックスがけの手順は

- (1) ワックスリムーバで古いワックスや滑走面の汚れを落とす。
- (2) 滑走面にベースワックスをたっぷり塗り付ける。
- (3) アイロンをかけてワックスを滑走面に染み込ませる。
- (4) プラスティックのスクレーパーでエッジと溝のワックスを削り取る。
- (5) 軟らかい布で滑走面を拭き上げる。

以上ですが、アイロンが無い場合は(2)のワックスを薄目にしてコルクでよくなじむようにワックスをこすりつけ、(5)で仕上げても構いません。ちなみに私は、家で使わなくなった古い家庭用のアイロンを使っています。この作業はワックスの飛び散るので、

場所や服装を良く考えて仕事をしてください。

**** ワックスの選択 ****

さて、いよいよ雪質に合わせたワックスの選択です。メーカーによって色分けの仕方が異なりますので、どんな時に何色のワックスと言うことはできません。ここでは一例として「コルメンコール」の場合を紹介します。

YL：イエローは気温 -3°C 以上で、湿った雪。

RD：レッドは気温 $-6\sim+3^{\circ}\text{C}$ で、湿った新雪、ザラメ雪、踏み固められた雪用。

BL：ブルーは気温 $-8\sim+2^{\circ}\text{C}$ で、乾燥した新雪、粉雪など、粒状の雪用。

SV：シルバーは気温 0°C 以上で、踏み固められた雪、汚れた春先のザラメ雪など、粒状の雪用。

となっています。

一般に硬いワックスは低温用、軟らかいワックスは高温用と思ってください。

もっとも今はどんな雪質にも対応できる万能タイプが多く、スプレー式やリップスティック式など、使いやすい物がたくさん出ています。

ワックスの塗り方はベースワックスの(2)の要領でワックスを塗り、できればコルクで良く伸ばし、軟らかい布で拭き上げます。ワックスを塗る時は暖かな所で行うようにしましょう。

加村 白崎正彦 (1989-03) スキー情報ウォッチング 3

1. スキー情報ウォッチング 3

本協会技術顧問 白崎正彦

あるほど楽しみにしていた北海道ニセコ・スキーツアーも終わってしまうと、何となく呆気なかったような気がします。

今年はシーズン初めの予想に反して、何とも雪の少ない年になってしまいました。この調子で地球規模の暖冬が続き、年々雪の少ない日本列島になってしまうのでしょうか？

1月下旬の協会石打後楽園ツアーは雪不足でメインリフトが動かず、混み合いところどころ土が出ていて、ゲレンデも狭くなっていたので、だいぶ石の上を滑った人があったようです。きっと滑走面は傷だらけになってしまったでしょう。ニセコも長い間雪が降らなかったためにゲレンデの中に握り拳半分位の石がころがっていたり、ブッシュの出ている所もありました。

しかし、何と言っても皆さんにとって手強かったのはあのアイスバーンでしょう。私にとっても20年を越えるスキー経験であれほどのアイスバーンに出会ったのは初めてです。

今回ほど、ここ2年ほど怠っていたチューンアップのサボりを身にしみて後悔したことはありません。丸まってしまったスキーエッジではあのアイスバーンに歯が立たなかったのです。

第一回のこの「スキー情報ウォッチング」では、滑走面の傷についてしか触れていませんでしたが、スキーのチューンアップでは滑走面の修理と同時にエッジを研ぐことも大変重要な手入れなのです。スキーエッジの研磨はスキーを固定する作業台を必要とするので多少面倒ですが、機会があればご紹介しましょう。

ところで、そろそろシーズンも終わります。シーズン直後のメンテナンスについてお話ししましょう。

初めはスキーブーツから。

ブーツはすべてのバックルを外し、靴の後ろ側（インナーブーツのふくらはぎが当たる所）からインナーブーツを引っぱり出します。（サロモンなど、一部のメーカーではインナーとシェルを固定している金具を外す必要があります）インナー、シェルともに乾いた布で良く水分を拭き取り、まる一日位陰干しします。この時シェルの外側が汚れているようなら中性洗剤をひたした布やプラスチック用の汚れ落としできれいにしましょう。

陰干しが済んだら、バックルなどの金具の部分に「CRC 5・56」などの錆止め効果のある潤滑剤を塗ってからインナーをシェルに納めてポリフィルムの買い物袋などに入れて保管しましょう。

ウェアもカビさせないために良く陰干ししてできれば洋服カバーをしてハンガーで吊るして保管します。

スキー板はケースから出して、ケースとともに良く陽に干してください。

このとき板はワックスリムーバで滑走面やエッジに着いたワックスの残りや汚れを良く落とし、スキーケースはできれば中表をひっくり返して干します。

干し終わったらエッジに錆止めの潤滑剤を塗っておきます。セフティバインディングは第一回の時にも紹介したようにスプリングを調整するネジを緩め、タププリとオイルを着けましょう。

ストック本体はジュラルミン製ですから錆びませんが、グリップを止めるビスやリングを止める金具は錆びやすいのでこれにも潤滑剤を塗ります。グリップに着いている手皮が革製なら革手袋に付いている保革油を塗ります。

手入れの終わったスキーはストックとともにケースにしまい、できればケースの上に宅急便などで使っているビニールの袋をかけてスキーを立てたまま保管するようにします。

さあ！これで来シーズンはシーズンイン直前にセフティを調整し、ベースワックスをかければ万全です。道具を愛してこそスキーは上達するもの。春のウララカな陽を浴びながらスキーの手入れ、なかなか絵になりますヨ。

かやマ 片山和 (1989-03) スキーツアー初参加の感想
けい 武井恵津 (1989-03) スキーツアー初参加の感想

スキーツアー初参加の感想

ボランティア 片山和

武井恵津

私達は今回初めてこちらのスキーに参加させていただきました。何と二人ともスキーの腕には全く自信がなかったので、藤田さんに相談したところ、にこやかに「それでも結構ですよ。来年や再来年に期待していますから」と言ってくださいました。せめてスキー以外の生活面で何かお手伝いしたいと思っていましたが、結局大したことができませんでした。皆さんほとんどすべての事を自分でやっていらっしゃるの、私達は指をくわえて「すごい」と思って見ているばかり……。お役に立てなくてご免なさい。

とにかく今回のスキーでは感心することばかりでした。今まで視覚障害のある方と接したことが無かったので、正直なところ最初は多少不安を感じていました。

でもそれは皆さんとお会いして一緒に話す内にすっかり忘れてしまいました。とっても明るくて強くて優しく、本当に良い方ばかりだったから。うまく誘導できなくてかえって励まされてしまったり。思い出すとかおから火が出そう。それから皆さんの記憶力の良さに頭が上がらない。(少し分けてほしいです。)とにかく二日間心から楽しませていただきました。

あのメンバーは特に強くて明るいんだってお聞きしましたが、本当に素敵な方々だと思いました。見習わなければならない事ばかり……。今回はボランティアの方が多く私達はほとんどグリコのオマケのようなものでしたが、いろんな意味でイイ勉強させていただきました。来年私達は社会人一年生。少しは成長してぜひ皆さんとお会いしたいと思います。その時はどなたかパワフルな方、私達とペアを組んでくださいネ。皆さんとお会いできたこと、心からうれしく思います。

(筆者はツアー初参加の女子大生。今後の活躍をお祈りはます。今回にこりずにまたご参加ください。)

ハヤシ 林あき (1989-03) シーハイル

「シーハイル」

本会会員 林 あき

今年もまた白い恋人に会いに石打へ出掛けました。青春時代の大半と言っても良いほど夢中になった「白い恋人」のところへ。(その割には今一つの滑りと言う影の声もありますが・・・) 仕事・子育て・主婦の三足のワラジを履いて、細い身体にムチ打って(この辺は強調させてください。スキーの滑りから見てガッチリ男性的体型とされていることもあり、念のため。) 精神的なストレスから来るアレルギーを一年中お友達に持ち、日々髪を振り乱して動き廻っている私にとっては大好きなスキーができる唯一の機会がこのブラインドスキーツアーなのです。それなのにそれなのに何と言うことでしょうか。今年の石打の雪不足は。二日目の懇親会で大いにお酒を飲み「雪ごい」をしたというのに。あげくの果てには雨まで降るなんて。あんまりではありませんか、きっと日頃の行いの悪いバカスがいたのでしょうかね。心当たりのある方、お酒をほどほどにして、これを機会に今からしっかりミソギをして、来年に備えてください。

でもブラインドスキーはこれ位の雪不足には決してめげません。鮮やかにブッシュをかき分けかき分け滑りました。

ゲレンデのあちらこちらから聞こえる笛の音、パートナーの声、広いゲレンデを風を切り全身で雪に挑戦して行く仲間達を私はいつも誇らしく思い、そして感動を覚えます。

二三泊のほんの短期間ですが、どんどん上達して行き、上達とともに次年度はスキー道具が新品に変わっていくのを今年もまた羨ましく思いながら・・・

最後にいつもこの会のお世話をしている藤田会長始め運営委員会の皆様、そして会員ボランティアの皆様、私はこのような素晴らしい機会をお与えくださりましてありがとうございました。感謝です。

ブラインドスキー、シーハイル、シーハイル、シーハイル。

(筆者は本会ツアーに3年連続で参加されているパートナーの大ベテラン。

88年から会員)

74ハ 渡辺文治 (1989-05) 今シーズンは実に雪に恵まれなかった

「今シーズンは実に雪に恵まれなかった」

渡辺文治

4月15日朝、あたたかい。予報では午後から雨。「今シーズンは実に雪に恵まれない！」と空模様を気にしながら8時過ぎに仙台を出発、山形へと向う。ようやく蔵王。登り口に見事なしだれ桜がある。そう言えばこの辺の桜は今が満開。厚木ではもうとっくに散ったのに……。平地の風景はすっかり春、それでも上の方（あれはユートピアか？）にはしっかり雪がある。

10時にはもう中央ロープウェイの駐車場、窓口の隣に車を止める。とにかく車が少ない。すぐそのゲレンデには雪が無く芝土が出ている。少し迷ったが一日券を買ってロープウェイに乗る。客は5人、ゆっくり座れる。雪がとけているのでいつもは気がつかないテニスコートや温泉場が目についた。

すべる。すべらない。ワックスを塗り直してもやっぱりすべらない。すべれるところは中央ゲレンデからパラダイス、ユートピアにかけて。すいているので頂上行きのロープウェイに乗ってザンゲ坂へ。3シーズンぶりか？もちろん樹氷はない。山頂ではウグイスがのんびり鳴いている。思ったよりは雪がある。でもやっぱりすべらない。それでも上にも下にも人影はなく、気分は最高！

さて、昼食。”樹氷の家”に入る。ツナクリームスパゲッティはすぐ出てきたが牛肉ライスは全く出てこない。ビールは2本目になった。あいにく二人とも本を車の中においてきたので弟は居眠りを始める。ようやく出てきたのは一時間以上たってから。いつもだったら怒り狂うところだが何せノンベリの春スキー、ちょうどクロカンの雰囲気で、店のマスターが焦りまくってドタバタ走るのを笑って見られる余裕があった。

昼食のトラブルもなんのその、何せすいているのでつい調子に乗ってすべまくる。3時すぎもう足が疲れてしようがない。二度コケる。早めにあがることにした。

車の影でゆっくり着替える。常にないことにミヤゲ屋に寄り、菊の花の漬け物二種類（酒のつまみに佳い）買う。なぜか、フンドシをミヤゲに売っている。だれがこんな物を買って行くんだろうと思いながら店を出る。途中で名物のソバを食べ仙台へまだ明るうちに着いた。

雨はチットモ降らず、一日中ピーカン。それにしても今シーズンは雪に恵まれなかった。わざわざ北海道まで行ったのに……。一度位、新雪で思いっきりすべりたかった。来年こそは……。

754 増田貞子 (1989-08) 様々な体験がいっぱいの「みつまた・かぐら」

～ 様々な体験がいっぱいの「みつまた・かぐら」 ～

増田貞子

今回ご紹介するこのスキー場は、いつもスキークラブが利用している石打後楽園よりさらに車で30分ほど奥へ入ったところにあります。

周辺には大小様々なスキー場があり、近くにはあの『苗場』もあるとのこと。初めに、なぜこの場所に出掛けることになったのか、その深い理由と浅い訳からお話することにしましょう。

実はラッキーなことに、リフトの割引券をいただいたのです。そうなるも単純で、ものを知らない私は絶対に行かなくちゃと思いつめ、一度嵐でやむなく断念した経過もあって、二度目のチャレンジとなった次第です。ここは、「かぐら・みつまた・たしろ」という三つのスキー場がゴンドラでつながっているの、かなり滑りであるとのいうのが、先ず大きな特徴のようです。もちろん私は「みつまた・かぐら」だけで精一杯でしたが。

さて、「みつまた高原スキー場」から滑り出したのですが、駐車場からすぐロープウェイが出ていて、大半はこれに乗ってゲレンデに出ます。ここで左右にコースが分かれ、斜面は比較的なだらかな上、距離もけっこう長いので、初級の人たちの練習には持ってこいのようなのです。もう一つのリフトを乗り継ぐと、今度は結構急斜面で変化に富み、ギャップが続くコースがあり、これで一気に「かぐら」へと出るわけ。今登ってきた道のりを滑り降りるだけでも初中級者には十分スキーの醍醐味を味わうことはできるでしょう。緩斜面を延々と滑って「みつまた」へ戻るのです。ただ中級以上の人達は、もう一つリフトを乗り継いで頂上へと行ってみたいはいかがでしょう。斜度もかなりありますが、コブも多く、おまけに今年はアイスバーンという最悪のバーンで、今思い出しても一体どうやって降りてきたのか憶えていないくらいです。恐らく、なりふり構わないひどい有り様だったことでしょう。でも冒険心旺盛な人はぜひ一度試してみる価値はあるかもしれません。

帰りは、「かぐら」から当然「みつまた」へと戻って降りるのですが、ほとんどの人がロープウェイを使ったにも関わらず、ヘソ曲がりの私達は下山コースというのを降りてみました。ところが、知らないと言うのは恐ろしいもので、本当にヒザがもうガクガク、どっと疲れてしまいました。幅3～4mしかない所、おまけにスリ鉢状で急カーブ。曲がりくねっていると来ています。からり指示がしっかりしていれば（しっかりしていても難しい）やっかいな所でした。「下手なくせにそのな所へ行くなんて」と、辛辣な声が聞こえてきそうです。

何はともあれ、斜面の変化は大いに味わえたスキー場ではありました。最後に、雪がどっさりあるシーズンなら、ここは穴場だそうです。不便だということもあって、みんな他の所へ行ってしまうと民宿のおばさんが話してくれました。何と言っても、ロープウェイを使わなければゲレンデに出られないというのは、かなりの混雑も加わるので集団の利用

は向いていないような気もしました。なお、私個人としては、懲りずにまた行ってみたい
なあとと思うスキー場の一つになりました。

功 手賀由美子 (1989-10) ウィスラースキー場

ウィスラースキー場

手賀由美子

カナダのブリティッシュ・コロンビア州にあるガリヴァルディ州立公園の州立ウィスラースキー場は、バンクーバーから北へバスで2時間です。シーズンは、11月中旬から5月中旬です。

ウィスラーマウンテンは2882mの高さで、ベースゲレンデとの標高差は1530mあり、最長滑走コースは11kmで、全96コースからなります。クラス別滑走パーセントは、初級者が25%、中級者55%、上級者20%となっています。ゲレンデ内の移動手段はゴンドラ10人乗り1基、4人乗りリフト1基、ペアリフト7基、トリプルリフト7基、Tバー2基、ロープウェー2基、からなります。各リフトの長さは、ほとんど約1kmから2kmのものとなっています。山頂付近は氷河になっています。ウィスラービレッジの現在のベット数は2000人。雲の上にあるゲレンデ上部の気候や雪の状況は、山の下にあるサインボードで知ることが出来ます。

私がウィスラーを訪れたのは、桜の咲いている3月中旬でした。雪は宿舎であるコンドメニアツの回りには無く、ゲレンデに積もっているだけでした。翌朝起きると、雨が降っていました。板を着けてリフト乗り場へと向かいます。首から下げている3日間通しのリフト券にパンチを入れ、リフトに乗ります。でも、リフト、日本のものより少し速めに動いているので、少し緊張しました。私が最初に乗ったリフトは長さ1530m、2本目が1277mです。降りる時はイスに浅く座りなおしてやっと足が着く状態です。ここでもたついているのは日本人スキーヤーが多いとか？ゲレンデを見回すと、5、6才の子ども達がヘルメットをかぶり、ストックを持たないでスキースクールでレッスンを受けています。また、地元のブラインドスキーヤーらしき人が滑っています。遠くの山からは大砲の音が聞こえてきます。何かと聞くと、人工的に雪崩を起こして災害を防いでいるそうです。

それから、3本目のリフト1717mを乗り継ぐうちに、雨はミズレ、そして粉雪へと変わってきました。

さあ！ここから下まで、ひと滑り。ゲレンデー面のパウダースノーを滑ります。なんだか上手になった気分。斜面は少し急でしたが、コブが少ないのと、ゲレンデの巾が広いこと、スキーヤーが少ないのとで、滑りやすいのです。さらに滑ると、なだらかで広大な風景のゲレンデが現れてきます。さあ、今がチャンス！見渡す限りだれもない専用ゲレンデができています。パートナーの指示を受けずに右の左へと滑りました。そして雪は次第に重くなり、さらに進むと下の方は雨が降っていたせいか、転ぶと水しぶきがあがっていました。

私がもう一度滑ってみたいスキー場です。

※ 鈴木秀子 (1990-09) まずは、ストレッチング

『まずは、ストレッチング』

鈴木秀子

夏休みを利用して過ごした海や山。

暑い暑いといっている内に、美しかったお花畑も姿を消し、その山はもう秋の気配となります。秋は夏から冬への移り変わる季節。あまりの暑さに、つつい涼しいところで冷たい物を取りがちだったからでも、そろそろ切替の時が来ているようです。

しかし、暑さに疲れている身体いきなりトレーニングは無理。まずゆっくりと、少しづつ身体のあちこちを伸ばしてみましよう。

最初は、仰向けに寝ながら両手両脚を伸ばします。呼吸を止めないで、足先から指先まで徐々に伸ばしながら、20秒続けます。伸ばした後はリラックス。身体の前面と背面が気持ちよく伸びましたか。

次は、そのまま右脚を曲げて両手でその膝を胸に着けるようにして抱き締めます。左脚の膝は伸ばしておきます。大腿部の前後が伸びていますか。いくら膝が胸に着いても、片方の膝が曲がったり、腰が床から離れるようであれば、強すぎるので、控えめに行いましょう。20秒たったら左右交替。

次は仰向けのまま両脚を伸ばし、両手を左右に広げます。次に右脚を上を上げ、膝を曲げて足の裏を左脚の外側の床に着けます。そのまま左膝を床に着けるように腰を左側へ捻転します。右手、できれば右肩も床から離さないようにします。左手で右膝を押さえても良いでしょう。左脚は曲げないようにします。腰と臀部がのびていますか。自分の出来る範囲で止め、呼吸は止めずに徐々に伸ばします。20秒たったら、左右交替。

次は、脚を伸ばして腰を下ろしましょう。ゆっくりと後方に転がりながら膝を伸ばし、両脚を頭の上方の床に着けるようにします。腰と脚の裏側が伸びていますか。できる人は、そのままの姿勢で、両手で足先に触れてみましょう。呼吸は止めないで20秒間続けます。身体を元に戻す時も、ゆっくりと徐々に行います。

さ、如何ですか。まだまだ続けたいところですが、今回はここまでにします。自分の身体の固さ、重さに改めて気付く方もいらっしゃると思います。

ちょっとした時間を利用して、気分転換を兼ねてみ試みるだけでも疲労回復に結びつきます。無理せず、ゆっくりとした気分で、身体のあちこちをじわじわと伸ばしてみてください。(参考 ストレッチ体操 安田他著 大修館)

ﾌｼﾌ 藤田美津枝 (1990-09) ひろば

◎◎◎ ひろば ◎◎◎

藤田美津枝

結婚して数年 16年前に障害者手帳を受けて、前途真っ暗の中訓盲院入学三療の勉強を始めました。その時主人はいくらか視力もあった。

必死での生活で視覚障害者にたいする誘導や介助の勉強など何もする余裕もなく生活に追われその中で知らず知らず必要に迫られ誘導や介助をやってきた。

今回「視覚障害者について」増田さん、末田さん、渡辺さんの3講師の専門のお話で新たに「視覚障害者」というものを知り考えさせられました。というのは日頃、私は全盲の主人の事を視覚障害者として深く考えたことがなかったから。

まず、増田さんの視覚障害者とはというお話では、級別がどういうものか、1級といつてもかなりの範囲があること、介助法など、また末田さんには誘導の仕方を……。誘導する立場とアイマスクをかけて誘導される方も体験しました。主人だけを誘導していた私のやり方では他の障害者の場合には少し速すぎるということを知りました。自分でアイマスクをかけて歩いてみて不安を感じなかな歩けないことを感じ誘導の仕方の大切さを知った。

渡辺さんの目についてのお話、目の構造・視覚障害の原因についてなど、専門的な話、私には少し難しかったかな？主人と同じ色変の障害を持った人が非常に多いということを知りました。

3講師のまじめな講義を聴いて「視覚障害者」をより知ったように思います。

もっとたくさんの皆さんが参加していたらもっとよかつたのに……

材料 大友真須美 (1991-03) ブラインドスキーに参加して

ブラインドスキーに参加して

大友真須美

スキー狂いの私共が、新聞の小さな記事を見つけ、「是非、ご一緒したい」と思ったのが始まりです。2人共10年以上の経験を持つスキーヤーで、何十日も、何百日も、ゲレンデに立ったけれど、目の不自由な方が、スキーを行っているのを見たことはありません、ですから、どれ位、どのような形で滑るのか、想像もつかなくて……どうやって教えたらいいのか、どうやってリフトに乗せたらいいのか、それよりどうやったら一緒に歩けるかしら……何もかもが、初めての経験で不安だらけ、ライトセンターでの説明会で、アイマスクをして、手を引かれて歩いたとき、主人と組んだ私は日頃からの「信用ならぬ」という感情も手伝い、まあ怖かったこと、怖かったこと……こんなに何も見えない中で、怖い思いをなるべく少なく、スキーをするには、なんて考えたら切りが無くて、とにかく怪我だけは！と思い、参加となりました。

晴眼者のほとんどの動機は「何か役に立てたら」という気持ちで、ボランティアも初心者の方が沢山でした。緊張の中、視覚障害の方がとても明るく、気持ちのいいジョークを飛ばして下さいましたので、私達の緊張もほぐれ、大変気が楽になりました。驚いたことに、道案内程度をするだけで、身の回りの全て、ご自分でなさるので、今まで自分が考えていたボランティアというものを考え直させられました。もっと素直に手を出せば良かったと、反省しております。もっと反省しているのは、ゲレンデに出たからの皆さんの口から、「出来ない 怖い 立てない」そんな言葉を聞いていない、ということ。丸沼にもいました、一人の若い女の子を、4人の男性が「せーの」なんて立たせていた方々、皆さんのゼッケンに小さくなっていたのではないかしら……この方々だけでなく、一般スキーヤーの目がとてもあたたかかったのは、それぞれに、反省していたのだと、私は思っています。勇気と自信と自分自身というものを、見つめ直す、とても良いチャンスをあたえて下さった皆様に本当に感謝しております。あまり、お役に立たなかったかも知れませんが、最後の最後におしりをついてしまった、たてまりちゃんの「くやしいー」と言ったあの言葉を、心の支えに、また来年も「是非 参加させていただこう！！」と思っております。

この気持ちを、一人でも多くの晴眼者に。

スキーの楽しさを、一人でも多くの視覚障害者に。

伝わっていくことを心から望んでいます。

材5 岡村幸二 (1991-03) スキー協会ツアーに参加して

スキー協会ツアーに参加して

岡村幸二

小雪の舞い散るゲレンデは少し寒いですが、気持ちがよかったです。群馬県丸沼高原スキー場は雪質が良く、ゲレンデコンディションは最高であった。雪の上を歩くとそのたびにキュッキュツという音がして実に爽快であった。

10日ほど前にも別のスキーツアーでここに来ている。多少の懐かしさがあった。

パートナーについてくのは石井さんという年輩の男性であった。はじめての経験ということで、最初はかなり緊張しておられたようであったが、2・3度滑るとだんだんリラックスしてこられたようであった。

背後から「右、右、右！」という緊急を告げる大きな声がとんできた。指示どおり急いで右に曲がって止まった。

ゲレンデの真ん中で転んだまま、なかなか立とうとしなかったのだ。もう少しで激突するところだった。石井さんはそのギャルに向かって、「だめじゃないか。転んだらすぐ起きないと危ないよ。」と、強い口調で言った。

素敵な男性が助けに来てくれるのを待っていたに違いない。そのギャルはべそをかいていたようだ。まさか視覚障害者が自分に向かって来るとは思ってもなかっただろう。

たしかにゲレンデの衝突は危険だ。ストックやスキーの板が顔に当たれば出血し、激突すれば骨折もするだろう。ゲレンデでのマナーの大切さを改めて感じた。

それと同様に我々視覚障害者が安全にスキーが出来るようにパートナーはいかに神経を張りつめて滑っているかが、今更のように感じられた。

その後、パートナーが大友さんという若い男性に変わった。彼もパートナーは初めての経験だったが、それほど危険な目にあうこともなく、快調な滑べりを楽しむことが出来た。

技術的なこともかなり教わったが、止まっているときは頭に入っているが、滑り出すともう無我夢中で頭の中は空っぽになる。それでもスキーは楽しい。

夕食後の懇談会で「視覚障害者の人が晴眼者と同じように滑ることに感動した」とパートナーの皆さんが口々に言われていたが、私はスキーが好きだからやっているただけである。私はむしろ我々視覚障害者のパートナーになってくれる方々にこそ感動し、また感謝したい。

わが 恩田正明 (1991-03) スキーツアーに参加して

スキーツアーに参加して

恩田正明

1月25日。期待と不安を胸に集合場所である天理ビルへ向かう。天理ビルへは前に一度だけ行ったことがあるのだが……。用心のため交番で道を聞いた。迷いながら何とかたどり着く。ところが、東京やら海老名やらから視覚障害者の方は杖1本でやって来る。なんとも自分が情けない。出発前、無理にでも絞りだそうとトイレの場所を聞いていると、松本さんが「是非、私も！」ということで一緒に行くことになった。初の介添え役である。緊張して歩いていると「気にしないでもっと速く歩いて下さい。」と松本さん。ふだん自分が歩く速さだったのにである。その結果、ほとんど駆け足に近い状態でトイレに飛び込んだ。～もしかしてガマンの限界だったのかもしれないと、横目で見つつつれション。便器から手を洗う場所までの間、どっちの手でナニを処理したのかなーなどと不謹慎な考えを反省しつつバスへ乗車。

くじ引きの結果、私の席は6番。隣は矢部さんという方だそうだ。どんな人かなと、ワクワクしていると、いいかげんワクワクするのも疲れるほど……。遅刻した。

こうしてバスは1時間ほど遅れて出発。現役法政大学4年生の矢部さんは教師になることを目標にしている。全国でもあまり例のないことだそうである。ハンディなどものともしない矢部さんの強さに感服しっぱなしだった。

いよいよゲレンデへ。パートナーは岡崎さん。焦る気持ちを必死におさえ平静を装う。ところがこっちの気持ちを見透かすようなスタートダッシュ。もう距離は遠くなるは、声は大きくなるは、おまけに叫んだら声が裏返っちゃうは、真っ赤になって追いかける形相は我ながら爆笑。

今回参加した視覚障害の方全員にいえることは、スキーのうまさはすでに皆が認めているが、それ以上に驚いたのは、底抜けの明るさと、輝いた笑顔。そして一点の曇りもない澄んだ心である。生きることを勉強させられた、そして何よりも充実した3日間過ごさせていただき、感謝の気持ちで一杯である。スキーだけでなく、これからもいろいろと参加させていただきますので、よろしく願いいたします。そして私達に見えないものを見させてください。

けがなどしませんよう、病気にかかりませんよう、いつまでも健康で、そして元気に、充実した毎日が送れますよう陰ながら祈っております。

加ワリ 金沢真理 (1991-03) スキーツアーに参加して

スキーツアーに参加して

金沢真理

私がスキーを始めたのは10数年前のことでした。その時は、雪がない年でゲレンデの端を歩いていました。まだ、視力があつた頃のことです。なんと、後ろからぶつけられ、全身打撲で意識不明、記憶喪失という大怪我で半年も入院してしまいました。

やはり、視覚障害になってやってみると、体がこわがってしまい無惨なものでした。このツアーは今回で2度目です。この会のツアーにははじめて参加した時もそうでした。体が後ろにひけてしまい、リフトからは、まともに降りられず立てませんでした。転んでも一人で立てず、ほとんど迷惑だけをかけにいました。スキーは苦痛でとても次の年に行く気にはなれませんでした。

ふだん一人歩きしているときに、頭にきちんと地図が入っていればあまり緊張しないで歩けます。1度より2度、何度もいったことのあるところは比較的安心して歩けるものです。スキー場でも同じことで、リフトの降りる場所もゲレンデも1回目の時は緊張してしまいます。杖で確認できるわけでもなく、ただただパートナーの声だけが頼りなのです。最初は、ハラハラドキドキ。私としては、最低2度は同じゲレンデで滑りたいと思っています。パートナーの声のかけかたがわかってくると、言うとおりにしていればまちがいないと思い、不安も怖さも半減します。もちろん私の場合、指示通りにいかないということはありませんが、声のかけかたで私が不安になるのは、言葉が聞き取りにくかったり、声のとぎれたりすることです。それと迷ったり、焦ったりしていると、必ず声質が違って聞こえるのです。それもまた不安になってしまいます。

今回、贅沢にもパートナーが3人もかわりました。多分私くらい滑れない人は、かわらないほうがいいのだと思います。方向指示だけでなく手がかかるわけですから、それだけお互いになれるまで時間がかかるわけです。今回ハラハラドキドキの時間が本当に短くてすみました。スキーが上手な人についてもらうと、指示もゆとりをもって言えるのかなと感じました。

まだまだ怖さはとれませんが、やっとスキーが楽しくなりました。感動の極みです。皆さんに感謝しつつ、終わりにしますが、来年もぜひお目にかかりたいと思います。

45 北村孝児 (1991-03) ブラインドスキーに参加して

ブラインドスキーに参加して

北村孝児

「えー 聞こえますか？」 「聞こえます。はい、よく聞こえます」

文章に書くとなんだか妙な感じですが、福島さんとのスキー場での最初の無線機での会話です。マイクに向かって話すというのは、初対面に近い状態にもかかわらず、並んでいく様子、リフトまでの距離、リフトの乗降、ゲレンデの状況など、抵抗なく話が進み、とても良かったと思います。

雪になれるにつれて、斜度の強いゲレンデに移動して行きました。初・中級者に適度な場所は、人数が多く、ぶつからないことだけに意識が集中し、「右・左」とただ怒鳴るだけ。サブリーダーの鈴木さんに「もう少し、リズムをもたせて滑れるようにさせてあげてください。シュテムターンはできるんですから」と言われて、あー そうだった。そうだった。ただ怒鳴るだけならテープレコーダーと同じです。

それにしても、これまで滑れるようになるまで、しつこく練習を続けた努力、好きだったから、と言えどもそれまでかも知れませんが、もし私だったらと考えれば分かるように、なかなかできるものではありません。私は、今回たまたま参加して、方向を指示し、様子が想像できるようにと、話しかけ、説明しただけのことです。

靴をはき、板をつけ、リフトに乗り、指示された方向に曲がれるようになるまでに、どれだけの努力と工夫が、指導者との間にあったのかと、感じ入っています。そしてそれは、ハンディを接点として、信頼する人と信頼される人が結びつき、今までできなかったことができるようになっていくという喜びの共有を、積み重ねた結果ではないかと考えさせられました。

「なんで、あんな素पीーとが出せるんですか？」

「パートナーをしんらいしているからです」

この言葉そのものですね。

最後に、今回のスキーで飲んだり、食べたり、滑ったりなど、色々ありましたが、ハンディがあってもなくても、だれもみな同じ、なにかかわらない、そういうことがよく分かりました。来年も楽しみにしています。

74 浅田裕子 (1992-03) 丸沼高原スキー

丸沼高原スキー

浅田裕子

丸沼高原スキーツアーに参加できたことを私はとても喜んでいますが。皆様の温かいお心使い、ほんとうに思い出として深く私の心に残ります。

視覚障害者になってから、初めてスキーをはきました。それ以来冬が来るのを待ち遠しく思い、このグループの仲間へ参加できてとても喜んでいました。白銀の世界に、スキーを滑り、風を切り滑るスリルと冷たい風が何かとてもロマンチックで、まるで夢ではないかと感激し、夢中で滑りました。

リフトに乗っている気分の爽快さ、これはまた別世界です。冷たい風でなんとなく高さがわかるのです。リフトに乗ることも、滑ることも皆様が参加してくださったおかげです。

私達障害者は、ボランティアを勤めてくださる方がいてできるのです。とても心暖まる思いでいっぱいです。忙しい毎日の生活の中で障害者にこの喜びをくださることほんとうに感謝しております。また、来年も参加できればと楽しみに待ちます。

なかなか行かれるチャンスがないのでやっと覚えました。来年になればまた多分初歩に戻ってしまうと思いますが、何度か参加しているうちに上達もするでしょう。

やっぱり日数がたくさんあれば、もっと楽しくまた上達もすると思いますが、忙しい方々が私達のために催してくださるのでこれも仕方がないことです。

これからも毎年ツアーを開いてくださること楽しみに待っています。

ありがとうございました。

材料 大友邦宏 (1992-03) 丸沼高原スキーツアーを終えて

第7回丸沼高原スキーツアーを終えて

第7回実行委員 大友邦宏

今回で7回目を迎えた視覚障害者スキー協会のツアーは、回数を重ねるごとにブラインドの方の技術レベルも向上し、また、パートナーの経験者も増え、ツアー全体の流れはほんとうにスムーズであった。しかし、その一方で、これまでツアーの運営のみに追われ、見過ごされがちであった問題がクローズアップされてきた。

ブラインドスキーヤーの技術向上等によるスキーのスピード化、それに対する協会としての安全対策の見直し、スキー誘導法の手直し、また協会ツアーに参加するという意味での障害者と晴眼者との意識ギャップの問題、これからもより楽しく安全にスキーツアーを続けるための協会としての取り組み方の見直し等、全体の流れが掴めてきたいま、新ためて考え直す必要が生じてきている。

そこで、ここでは、スキーのスピード化という問題について考えてみたい。協会のツアーに参加される常連、ベテランといわれるブラインドスキーヤーの技術レベルは年々向上してきている。また、スキー場自体ゲレンデのコブを潰し整地・圧雪しておりスピードの出易い状況になっている。そのため、スピード化は確実に進んでいる。現状では、ある程度の速度で安全に滑れるはずのブラインドスキーヤーの方にも制動系のターンで滑ってもらっている。一方、スピードコントロール、細かい指示、その場の判断はパートナーに頼るところ大というのが現状である。そのような状況の下で、スピードがある程度でたときに協会の指示する2から3mのブラインドとパートナーとの距離ではパートナーが後続一般スキーヤーとの安全確認をしながら滑るのに距離が短過ぎるという一般ボランティアからの意見もあった。スピード化は協会スキーヤーだけの問題ではない。一般スキーヤーの中には自分がコントロールできない高速で暴走して来る者も多い。たしかに、スキーの楽しさの中でスピード感の占める割合は大きい。しかし、あくまでも各々の技術レベルに比例したスピードで滑るべきであり、そのスピードを自分の意思でコントロールしてこそスポーツといえるのではないだろうか。

現実の欲求として、例えばゲレンデがすいていてある程度の技術もあるとすれば、安全な範囲でスピードを出して気持ち良く滑りたいと考えるブラインドの方も多いのではないだろうか。協会は、パートナーやリーダーにどう指示すれば良いのだろうか。

前記した課題のうち、スキーのスピード化だけを取ってもほとんど協会としては手付かず、現場のパートナー任せと言っては言い過ぎかも知れないが、それが現状である。新しく発生した課題だけに前向きに考えたいと思う。

また、反省会の席では、「技術的アドバイスをもっとしたい」、「受けたい」という意見や

「ブラインドスキーヤー本人のリズムでターンさせてはまずいか(もちろん補正アドバイスはする)」、「協会の趣旨を具体的に知りたい」という意見も出た。

視覚障害者スキー協会として8回目のツアーを向かえようとするいま、一般ボランティアの方の受け入れ体制の充実と技術向上に伴い発生した新たな課題への積極的な対応。協会としての目標、目的、趣旨の再定義とその告知等、かりに、協会の流れや考え方を1つのシステムソフトとすればそろそろ、バージョンアップの時期が来ているのではないだろうか。

加カ 有賀美由紀 (1992-03) スキーツアーに参加して

スキーツアーに参加して

有賀美由紀

私は、視覚障害者とのスキーツアーに初めて参加をして私のパートナーであり、ブラインドのTさんの3日間の奮戦記を、是非、描き上げてみたいと思います。

私は、このスキーツアーの参加は初めての体験でした。私の役割は、スキーが初めてに近いTさんのパートナーになることでした。

もちろんTさんはスキーが初めてなので、1日目、2日目の午前中までは、基礎的な部分を教えてもらい、私はパートナーというよりは彼女を励ます見学者でした。

彼女自身もスキーが初めてということで、長いスキー板とギブスをはめたような靴とで非常に苦勞をしていました。そんな苦勞をしている彼女に心配をして様子を聞いてみると、高校生の頃まで剣道を習っていて、非常にきつかったそうです。そのとき、私は彼女の鋼鉄の根性を見ました。そのような根性を持ったTさんはメキメキと音が鳴っているのが聞こえて来るくらいスキーが上達して行きました。

2日目からリフトに乗り少しずつ長い距離を滑り始めました。私にもその頃からパートナーという役割が付いてきましたが、初めの頃は、一緒に滑るという要領が掴めなく2人でぶつかっては、転んだりしながらゲレンデを下りてきました。それでも彼女の鋼鉄の根性を見ていると私も頑張らなくてとはと奮起させられました。

ツアーの最終日に約リフト3本分ぐらいを続けて下りてきました。途中ゲレンデが狭くなったりしてターンが小回りになったり四苦八苦しましたが、ノンストップで下りてこれたときは心から嬉しかったです。このように感動したのは久振りであり、忘れかけていた部分のように非常に新鮮に感じました。

鋼鉄の根性を持ったTさんには拍手を贈るとともに、このような感動を与えてくれた関係者の皆さんにも感謝をします。またお会いできる日を楽しみにしています。

最後にTさんの通っていたほんとうに剣道部は大変だったのですね！是非、この根性を大切にし？頑張ってください。

加特 白崎正彦 (1992-03) エコーバレー スキー・ツアーから

Bコース エコーバレー スキー・ツアーから

本協会技術顧問 白崎正彦

協会員みんなでスキーを楽しもうと、本来講習は行わない協会のツアーだが、今年は生徒に恵まれ、A・B共に初級クラスの講習を受けもった。

特にBコースのTさんは生まれて始めてスキーを付けたのだそうで、スキー気遣いを一人でも増やしたい私にとって、とてもやりがいのある3日間だった。

その過程を逐一ご紹介したいのだが、紙面と時間の関係で概要と特に気がついたことを書く。

○指導の進め方

- ①ゲレンデの上をスキーを付けずにスキーブーツだけで歩く
- ②左右順番に片足だけスキーを付けて歩く
- ③片足スキーで転び方立ち方を練習する
- ④両足にスキーを付けて歩く
- ⑤両足スキーで転び方、立ち方の練習
- ⑥極緩斜面を直滑降で滑る
- ⑦直滑降の途中でテールを開いてスキーを止める
- ⑧全制動で真っ直ぐ滑る
- ⑨全制動で回転する
- ⑩リフトに乗る
- ⑪トライ・スキーを使って様々な緩斜面に挑戦する
- ⑫トライ・スキーをはずして緩斜面を滑る

以上が3日間の概要であるが、トライ・スキーを使わずに5度前後の緩斜面をある程度コントロールして滑れば、普通、初級コースとされているところは滑れるので、当面の目標を⑫にした。

1月の説明会でスキー各部の名称やセフティーの着脱について説明を受けていたため、すぐに実技指導に入れた。

初日はちびっこゲレンデを占拠して歩くことに専念。ここでストックの使い方とスキーエッジの使い分けを経験しておくで生きてくる。

2日目、朝一番でリフトに挑戦。最近ペアリフトが多いのでリフトの練習には都合がよい。

プルークの練習はトップを押さえて滑ることから始め、続いてトライスキーを使う。

トップを押さえて滑るときに、始めは指導者が意識的にスキーを回転させるが、慣れるにしたがって、スキーの交差を防ぐために軽く手をそえるだけにしていく。スキーは恐怖心への挑戦という一面がある。晴眼者でも恐怖心で腰が引けてしまうのだから視覚に障害があればなおのこと、その恐怖心をいかに和らげるかが指導のポイントとも言えよう。

今回、当初の目標を充分クリアできるまでTさんが技術を獲得したのは、本人の運動センスや努力はもちろんだが、天候、ゲレンデ、混み具合、アシストスタッフ、雪質、すべてに恵まれていたからだろう。

ブラインド・スキーヤーの技術向上には晴眼者以上に様々な要素が絡むことを実感した。

特に一般との衝突の心配が極めて少ない空いたゲレンデは実にありがたいと思った。けれども貸し切りのゲレンデだけで滑りたいとは思わない。できるだけ特別な配慮を少なくして、一般の人と共に楽しめることが大切だと思うから。

思いつくままに書きなぐってしまったが、ブラインドスキーに対する熱い思いはまだまだすぶっているようだ、今の内にみんなと協力してノウハウをまとめたい。

ヒラツカ 平塚秀人 (1992-03) スキーは楽し

「スキーは楽し」

平塚秀人

私は3年ほど前に失明し、それまで何てことなく行なってきた日常の生活動作やいろいろな趣味など、すべてにおいて他人の目を借りなければ何もできないのではないかと思った時期が一時ありました。しかし、リハビリテーションや日ごろの生活、あるいは外に出て、自分自身の肌で人や物に接するごとに、「このままではできなくとも、これに何か工夫を加えれば・・・」という気持が何事にもうまれてきました。

最初のごく身の周りの物から始め、そして、いつしか物を工夫するということと同時に、自分自身の体も工夫していくということに気がつきました。そのきっかけとなったのは、知りあいに連れて行ってもらった山登りからでした。

見えているころのイメージからでは、そんな凸凹の所に行かなければ何とかなるだろうというふうに単純に想像していたのですが、実際に登り始めてみれば、1歩登るごとに根っこにつまづき、1歩登れば石につまづき、「今日中に山頂に着くかな」と冗談半分に言っていた知りあいの言葉も、だんだん私の中で大きな不安となって、あせって崖から滑り落ちる始末。大きく肩で息をしている私に向かって、「足をもう少し高く上げればいいんじゃない」と知りあいがアドバイスをしてくれ、言われた通りにやってみると、なるほど多少の根っこや石の出っ張りなどにはつまづきにくくなりました。

本当に何でもないことですが、とかく私のような中途失明の場合、見えていたときと同じようにしようという気持が強く、ときとしてそれは自分にとって非常にマイナスになることがあります。そうした足をほんの少し高く上げることによって、見た目は悪いかもしれませんが、自分の身の安全を確保できるという工夫をそのとき学びました。

そうした自分自身の体を工夫するということで、今年の冬、スキーにチャレンジしてみました。スキーは高校のときに数える程度やったことはあったのですが、山登りならまだしも、およそ使いなれないスキーをはいて斜面を滑走することなど、目が見えなければ無理だと頭の中では思っていました。そんな不安もあってか、初めのころ、緩斜面で練習していたのですが、私を横目に5、6歳の子供がソリで追い越していき、まるで亀のようでした(亀にスキーをはかせたら、亀のほうが速いかもしれませんね、、)。しかし、回を重ねるごとにエッジをかけるコツもわかってきて、スピードもいくらか出せるようになってきました。

そして今回、初めて神奈川スキークラブに仲間入りさせていただき、長野県のエコーバレーにいどんだわけですが、天候もよく、パートナーもよく(鈴木さん元気ですか)、私も何とかパラレルまでに上達することができました。驚いたのは、ボランティアの方々が福祉関係にたずさわっている方ではなく、スキーのライセンスを持ったエキスパートが多かつ

たことです。どこの国のことわざだったか忘れましたが、「食べたければ台所に行け、死にたければ墓場に行け」という言葉があります。

視覚に障害を持っているからといって、何も特別な措置を講じなくとも、その手のエキスパートに指導してもらえば、より適確なアドバイスも得られますし、教える側が十分わかっているのです。滑り方だけではなく、スキーのマナーなどもいろいろ勉強できました。

来年も是非行きたいと思いますので、役員の方々よろしくお願いします。

最後に、私どもの目の代わりにサポートしてくださったボランティアの方たちに心から感謝したいと思います。

ワラ 藤原陽一郎 (1992-03) エコーバレー・スキーツアーに参加して

エコーバレー・スキーツアーに参加して

藤原陽一郎

現在ラジオ日本で朝のニュースワイドという番組を担当していますが、その中で以前に視覚障害者スキーツアーのボランティア募集の紹介をさせていただきました。

紹介したからには体験してみようという訳で今回のエコーバレーツアーに初参加した次第ですが、視覚障害者のパートナーとなって滑るなど全くの初体験。

実際、一緒に滑ってみるまで不安と緊張の連続でした。しかしリーダー初め実行委員の方達の適切かつ厳しいご指導、アドバイスの下でなんとか大厄をこなせたことでほっと胸をなでおろしているところです。パートナーに付いた最初のころは、ちょっと恥ずかしげに「右です。左です。あっ、ストップです」などと声を出していたのが、終りのころは他のパートナーさん達には負けないうらいに声が出るようになったので、一応は進歩があったのではないかと思います。

天気は晴天、ゲレンデコンディションも良好、おまけに滑っているのは我々だけと最高のスキーでした。また、グループで滑るスキーはこんなにも楽しいものかと改めて実感させられました。でも私のような初心者に付いたブラインドの方は耳だけが頼りだけにさぞ心細かったことと思います。不満一つ言わずにもくもくと指示に従っていただけましてほんとうに感謝しております。また、今回使用しましたエコーバレースキー場のスタッフ(特にリフト乗り場の係員の方々)にもリフト乗車のときにやさしくサポートしていただきほんとうに助かりました。

最後に視覚障害者、晴眼者を含め一人でも多くのスキーを楽しみたい方々にその願が適いますように、シーハイル。

37 吉田麻衣 (1992-03) 丸沼高原スキーツアーに参加して

丸沼高原スキーツアーに参加して

吉田麻衣

今回、初めてこのブラインドスキーのツアーに参加させていただきました。林さんから最初紹介されたとき、すぐに「行きたい！」と言ったものの土曜日のお休みが取れるか取れないかだいぶ迷いまして、申し込みをしたのはほんとにぎりぎりになってからでした。

20 歳うん歳になってもやはり全く知らない人ばかりの中に入って行くときにはちょっと緊張してしまいますが、今回はそんな心配はバスに乗ってからすぐに吹っ飛んでしまいました。

皆さんほんとうにアットホームで初めての人も温かく受け入れてくれる、そんな感じでした。

スキーは約1日半しかありませんでしたが、とても楽しかったように思われました。けれど、パートナーをさせていただいて、なんだかの確かな指示を出す難しさを感じました。これには私自身のスキーの技術不足ということもありますが、「言葉」というものは難しいものです。指示が遠慮がちになってしまいましたが、スキーには危険が付きもの、もっとうるさくなつた方が良かったな等と反省もしています。(鈴木敦子さん、ごめんなさい)リフトの上やバスの中、宿の部屋等でいろいろお話したことも楽しかったです。

だけども忘れてならないのは夜の「飲み会」。いろいろ方といろいろな話しができて良かったと思います。大袈裟な話しになってしましますが、やっぱり大勢の人が何か一つのことをするのってすごいなあと感じています。学生時代、吹奏楽をやっていていつも感じていましたが、ブラインドスキーについても同じだと思います。

普段は全く別々の仕事や生活をしている人達が集まって一つのことに向かって行くっていうのはいいですね。

最後に、私いま、点字を勉強しようと思っています。この感想文も本当は点字だったら良かったんですけども。来年も是非参加させていただきたいと思っています。スキー以外にも私にできることがありましたら声をかけてください。

是非一緒に楽しませていただきたいと思います。

材料 大口恵理 (1993-05) 初めてのブラインド・スキーツアー

初めてのブラインド・スキーツアー、初めてのボランティア

大口恵理

①視覚障害者もスキーを楽しむという朝日新聞の記事を見つけた瞬間、「これだ！」と膝を打ちたい気持ちになった。最も好きで得意とするスキーでボランティアができるのなら、こんないいことはないではないか。初めてのボランティアに対する不安より、スキーツアーに参加できる期待感の方がずっと勝っていたように思う。ボランティアなんだから視覚障害の人のお役に立たなきゃ、というのが、集合場所に着いたときの気持ちだった。ずいぶん肩にチカラが入っていて、きっとイカリ肩になっていたに違いない。一口に視覚障害と言っても全盲の人から視野狭削等様々な視覚障害があること、また先天的な障害より中途失明の人が多くことも初めて知った。スキーツアーに参加するくらいだから、皆さんそれぞれとても積極的に自分のことは何でも自分です。ボランティアど素人の私がヘタに手を貸そうとしても邪魔になることが多い。お役に立つどころではないのである。

グループに分かれて初めてゲレンデに立ち、彼らの後から併走したが、そのスピードと思い切りの良さにまず驚く。パートナーになってからもスピード狂の友人の後を追いかけていくような錯覚に捕らわれてしまった。

②確かに視覚障害の人がスキーを楽しむためには、晴眼者の手助けがなくてはならない。でも、そのことを除けば、ゲレンデに立つスキーヤーとしては晴眼者も障害者も変わりはないと思う。晴眼のスキーヤーだって、ビギナーを見よ。前も後も左右も全く見えていない。マナーの悪い晴眼スキーヤーはいきなりスタートするし、ゲレンデの真ん中で立往生もする。スピードを楽しむ人もいれば、怖がる人もいる。ね、全然変わらないでしょう。

初めてのツアーに参加してみて思いついたことがいくつかある。まず、視覚障害の方の技術向上についてだが、現在、ビデオを見ることができる人や中途失明でスキーを客観的にイメージできる人はイメージトレーニングを重視してください。ああいう風に上手に滑りたい、は上達の早道です。上級レベルの人は、自分のリズムで滑れるようにパートナーと練習するといいいと思います。今後は、ぜひ準指導員や正指導員などの人もボランティアに参加してほしいと思う。

数少ないチャンスで効率良く技術向上するには、やはり彼らの協力が欲しい。

また、視覚障害の人との併走や練習方法は、一般のスキーヤーにも十分通じるどころがあり、新しいレッスンメソッドのアイデアが誕生するかもしれない、とも思うのだ。月並みな表現だが、初めてのボランティア、初めてのブラインド・スキーツアーは、私に実に多くのことを教えてくれた。何よりうれしかったのは、自分が楽しんだことであり、次回もまた参加したい、と思っている。

材料 大友邦宏 (1993-05) 丸沼高原スキーツアー報告

第8回Aコース(丸沼高原スキーツアー)報告

Aコース実行委員 大友邦宏

Aコースは、藤田功三、小野洋、岡崎学、大友邦宏、小林功弘、鈴木秀子、八重樫幸男、吉沢正克の8名の実行委員で企画・実施しました。

ツアーは、1月29日(金)～1月31日(日)の期間群馬県丸沼高原スキー場にて例年どおり実施し、43名(視覚障害者14名、晴眼者29名)の参加を得ました。現地でのプログラムにお

いては事故もなく、参加された皆様の御協力により無事に終了する事ができました。

あらためてお礼申し上げます。なお、ツアーの際やその後の交流会等で頂きました貴重な御意見、ご希望は、検討させて頂き今後のツアーに反映させていきたいと思いをします。

今回は、その中の課題のひとつ、宿とスキー場の変更問題について紹介し、皆さんからの意見が頂ければと思います。

皆さんから寄せられた御意見には、次のようなものがありました。

- (1) 宿からスキー場までバスでの移動となり時間的ロスが大きい。
- (2) 現在の宿も悪くは無いが、部屋割人数、食事等について改善できないか。
- (3) 日程的にきびしく実滑走時間が少ない。
- (4) 他のスキー場へ行きたい。

宿については今回も丸沼周辺で検討してアプローチしてみましたが、次の理由により、約50人近い収容人数問題がネックとなって変更できませんでした。

- a. 丸沼ペンション群はキャパシティが少なく20～30人程度、大型駐車場もなく歩くにはやや距離がある。
- b. 基本的に全員同一宿泊場所としたい。
- c. ゲレンデ下のシャレー丸沼は、団体は比較的敬遠され、極端にはやいアプローチが必要であった。

滑走時間の問題、新たなスキー場への希望を勘案するとバスでの移動なら片道4～5時間程度、で検討していきたい。また、新幹線による移動もよいかも、選択においては、同一宿泊施設、移動時間、ゲレンデ状況を勘案し検討したいと考えております。

何か御意見があれば是非、御聞かせ下さい。

叔母 衣笠健一 (1993-05) エコーバレースキーツアー報告

第8回Bコース(エコーバレースキーツアー)報告

Bコース実行委員長 衣笠健一

Bコースは、金沢真理、大友真須美、福島安雄、若松一男、衣笠健一の計5名の実行委員により企画・実施された。

ツアーは、2月28日(日)から3月2日(火)までの2泊3日の日程で実施し、36名(視覚障害者10名、晴眼者26名)の参加を得た。ツアーを計画するに当たり、8月2日(日)にライ

トセンターにおいて1回目の実行委員会を行い、ツアー終了後の反省会(3月8日)まで計10回の実行委員会を開いた。

スキー場は、前年の報告から概ね好評だったエコーバレースキー場とした。日程については、当初2月21日(日)から2月23日(火)を予定していたが、8月2日時点で予約が入っており、やむを得ず1週間後となった。宿を変更することも考えたが、参加費が高くなるため(森の音楽家はペンションのバスがあり交通費が安い。)前年どおりとした。

ツアーでは大きな事故もなく、無事終了することができた。ツアーの成果と課題として、良かったことは、

- (1)雪質が良く滑り易かった。
- (2)ゲレンデがすいており、たくさん滑れた。
- (3)スキー場側の対応が良かった。
- (4)宿に楽器等がたくさんあり楽しめた。

ことがあげられる。

反省点としては、

- (1)サブリーダーの役割が徹底されていなかった。
- (2)ペンションの玄関の階段が非常に危険であった。今回は階段にロープを張ったが、それでも危険であった。
- (3)地下への階段のドアが開いていて危険であった。
- (4)乾燥室が狭かった。
- (5)3月にツアーを実施すると参加しにくい人が多いので、2月に実施した方が良い等
があげられる。

ヤマト 山岸裕子 (1993-05) エコーバレースキーに参加して

エコーバレースキーに参加して

相模原市 山岸裕子

2月28日朝、家を出た途端、冷気が頬をさしました。

「やったあ！この分じゃゲレンデの雪質も良好だぞ」寒さに強くはない私も、この朝ばかりは早春とは思えぬ寒波ににんまり。胸ときめかせてエコーバレーに向かいました。

日曜日の昼下がり。ウィークエンドを雪と戯れたスキーヤー達とすれ違いに私達はゲレンデへ。思った通り雪はさらさらの優れ物。まず足馴染らしに一滑りです。気象良好！雪質良好！私のコンディション超良好！胸の内で幾度も確認しながら、ペンション「森の音楽隊」に帰りました。

ウィークデイのゲレンデって、視覚障害スキーヤーには最高です。すいていて、リフト待ちも0分。気がねなく伸びやかに滑れます。二日目いっぱいと帰る日の午前中、存分に滑ることができ、お蔭で少しは腕を上げました。私の技術的な目標は、力を抜いて体のバランスを保つことでした。スピードがつくとまだ少し力が入るものの、どうやら「コツ」を体に覚え込ませることができました。このことを宿である先輩に言ったら、「あなたもスキーの楽しさがわかったようですね」だって。そうなのです。私のスキーへの恋心はぐんと熱く深いものになったのでした。

スポーツすれば食欲は3倍増。メニュー多彩で味抜群の夕食を食べたこと、食べたこと。夜だけでは足りず、帰りのバスでも眠り、結果スキー帰りの私は少し太ったみたいです。お仕事の関係で週末しか出掛けられない方にはお気の毒ですが、ウィークデイこそ私達には理想。パートナーさん達への感謝と共に、来年もウィークデイを絡ませたツアーを計画していただきたいとの思いを深めました。それから、夜の親睦も楽しかったけれど、一人で過ごしたい人、疲れている人、静かな語らいとお酒を味わいたい人などいらっしゃるでしょうから、夜はフリータイムっていうのもいいなと思いました。

さあ、お土産に買って帰ったワインを飲みましょう。来年は、雪もワインも恋人と味わえるかしら…？

3/24 吉田英也 (1993-05) スキーツアーに参加して

スキーツアーに参加して

吉田英也

2月28日から3月2日までのエコーバレーでのスキーツアーに今回初めて参加させていただきました。しかし、私はこういった活動をするのが今回全く初めてであり、いったいどのようなことをするのか、何をすればよいのかわからない状態のままで参加してしまいました。

大変不安な気持ちで座った現地へ向かうバスの中で、参加者ひとりひとりの自己紹介の後、白崎さんからブラインドスキーについてくわしい解説がありました。また、具体的なイメージをつかむため前回のツアーのビデオを見ながら説明を受けました。これは後で考えると本当に役立つ話しであったと思います。

宿に到着すると早速スキーの開始です。私は今回が初めてということで最初は他の方が誘導するのを後からついて見学しました。びっくりするほど上手な方が多く、滑ることを十分楽しんでいるように見受けられました。パートナーとブラインドのどちらもがベテランの領域に達しているな、というのが最初の印象でした。

2日目には私もパートナーの役をさせていただいたのですが、頭では理解していたつもりなのに最初は失敗の連続でした。勤務先の学校のスキー教室では、加重する脚を口にだして指導することが多いものですからターンする方向と逆の脚をつい言ってしまい、ブラインドの方に迷惑をかけてしまいました。しかし、最後のころにはなんとなくその呼吸がわかってきて、広々したゲレンデをいっぱい使って滑ることを楽しむ余裕が生まれました。

このスキーツアーで問題となる点があったら指摘して書いてほしいと原稿を依頼される時に言われたのですが、問題とを感じるようなことは何もありませんでした。

スムーズによく運営されていたと思います。それは、このスキーツアーがスキー技術を指導するとか、福祉を考えるとかいった肩肘の張った活動ではなく、一緒に楽しく滑ろうという目的で行われている活動であるからだと思います。

この楽しい経験の機会を与えて下さったスタッフの方に心から感謝したいと思います。ありがとうございました。

加ワヱ 川添由紀 (1994-04) スキーツアー

第9回スキーツアー

川添由紀

私はa、bの両コースに参加させていただきました。両コースとも、それぞれに楽しくて、とてもよいツアーでした。

Aコースは、出発する前から雪が降っていて、ツアーが順調にいくか少し心配でしたが、意外と渋滞もしなくて、無事にスキー場に到着することができました。

スキーは雪質がとてもよくて、楽しく滑ることができました。私はこのツアーに参加するまでは、スキーが楽しいという気持と、怖いという気持が半分という感じでしたが、このツアーでスキーをしているうちに、だんだん怖い気持が楽しい気持に変わっていきました。それはパートナーさんのおかげだと思います。

それから雪質がよかったので、いつもは転んでばかりの私が、あまり転ばずに滑ることができて、転ぶ回数が少ないと、疲れも少ないということがわかりました。というのは、このツアーに参加する前までは、スキーをした次の日は、体中が痛くなってしまいましたが、このときはいつもに比べて体も痛くならなかったし、疲れもすごく少なかったのです。私がいままでに行ったことのあるスキーの中で、このツアーがいちばん楽しかったです。

Bコースは、天候に恵まれず、スキーはあまりできなくて、残念でした。このツアーでは、改めて自然のすごさを知ることができました。1日目は晴、2日目の午前中は雨、午後からは雪、そして3日目は吹雪と、いろいろな天候を体験しました。

私はスキー場で雨が降ったなんてはじめてだったので、それだけでもびっくりしましたが、息ができないほどの吹雪にはもっとびっくりしました。このツアーでよかったことは、宿泊場所がゲレンデの真ん前だったということです。私はゲレンデにあんなに近いところに泊まったのははじめてだったので、とっても嬉しかったです。

両方のツアーで、一生懸命いろいろなことを教えてくれた皆様、本当にどうもありがとうございました。おかげさまで、ツアーに参加する前の何倍もスキーの楽しさを知り、怖さがなくなりました。来年は少しでも上手に滑れるようになればいいなと思っていますので、これからもどうぞよろしくお願いします。それから今年のツアーでは、声と名前を一致できなかった方もいたので、来年は1人でも多くの方の声と名前が一致できればいいなと思いました。

最後になりましたが、A、B両ツアーの実行委員の皆様、とても楽しいツアーを計画してくださいまして、本当にどうもありがとうございました。

冊子 佐々木おり絵(1994-04) 初めて経験したブラインドスキー（エコーバレー）

初めて経験したブラインドスキー（Aコース エコーバレー）

佐々木おり絵

私はスキーが好きです。このスキーをもっと違った角度から楽しみたい、スキーを通して人の為に役立ちたい、最初はそんな気持ちがきっかけでした。私は今回のエコーバレーがブラインドスキーへの初参加でした。と言うことで、最初は本当に多くの不安がありました。普段、私の身の回りには視覚障害者はいません。ブラインドの人達が普段どんな生活を送り、どんな事を考え、更にはどのようにスキーを楽しむのかということは、私にとって全くの未知の世界でした。そしてエコーバレーで、その未知の世界に足を踏み入れることができたのは、本当に私にとって幸せなことだったと思います。

スキーに関しては、まずブラインドの人と晴眼者との信頼関係に感銘を受けました。この信頼関係が無ければ、ブラインドスキーは存在しえないようにも思います。そして初心者パートナーの私にとって一番怖かったのは、ブラインドの人が他人と衝突したり転んだりすることでした。何度もひやひやして、寒さと怖さで声が震えてしまうこともありました。（しのぶちゃんは気付いていたでしょうか・・・。）今度行った時には、私ももう少しパートナーとして成長していると思います。（成長していきたいです。）

ブラインドスキーに行く前までは、いつも自分の世界だけで手一杯だったので、こんな自分が他人の補助なんてできるのかと思っていました。ところが不思議なことに、ブラインドの人達といると、疲れを忘れてしまうんです。自分の中の甘えのようなものが、消えて行き、何か底力がわいて来るのを感じました。それは、自分を必要とされることの、喜びから来ていたのかもしれない。

また、私がひそかに疑問を抱いていたブラインドの人達の生活とは、いたって普通の生活で、ほとんど何でも自分一人のできるの、身支度などは私の方が遅いくらいでした。そして何よりもブラインドの人達の明るさが好きです。私の方がはげまされる思いでした。帰って来てから自分の生き方を見直すことができました。本当に今、感謝の気持ちでいっぱいです。ブラインドの人達だけでなく、晴眼者の人達も皆親切で楽しい人達ばかりで、この協会に入れたことは私にとって大きな喜びです。この出会いをこれからもずっと大切にして行きたいです。そして今、来年も必ずブラインドスキーに参加しようと、心に決めました。

泓 志村好枝 (1994-04) 丸沼ツアーを振りかえって

Bコース丸沼ツアーを振りかえって

実行委員 志村好枝

その後遭遇する大雨、猛吹雪などの予想もつかぬほど穏やかな春の日に照らされた新宿副都心を出発したBコース丸沼高原スキーツアー一行は視覚障害者7名、晴眼者30名。バスは順調に進み、雲一つなく晴れ上がったゲレンデに勢揃いしたのは1時半だった。その時「せっかくいいお天気だから」と滑り始める前に全員で取った集合写真が、スキーウェアで取った唯一の写真になろうとは誰も予想はできなかった。サブリーダーの吹く笛の音があちらこちらから聞こえ始め、いよいよスキー開始。ゲレンデ中に黄色いゼッケン、そして「右」「左」の掛け声も1年ぶりの光景。たっぷり滑った顔にその日の満足感と明日への期待を覗かせ、さらにビールも進んでほてった様子で初日は終了した。

一夜明けた翌朝雨音で目が醒める。それもどしゃぶりの雨。「何とか滑りたい」の思いで偵察隊2名が重装備で雨の中を出たものの、ゲレンデも最悪との判断で滑走中止を決定せざるを得なかった。時間がたつに連れ雨からみぞれ、そして雪へと状況は刻々と変化し、2時から「滑ろう」に意見が一致。午前中の遅れを取り戻すべく時折吹く強い風や降りしきる雪を吹き飛ばす熱気は、不思議にも強い雪を小雪に変えてしまった。滑る時間は少なかったものの怪我もなく二日目も終了した。

余ったエネルギーは夕食そして懇親会へと持ち込まれ、夜遅くまであちらこちらで話しの花が咲いた。

そして翌朝大きなシャレー丸沼が風に揺れ、一寸先も見えない程の猛吹雪で朝からリフトは全面停止。とうとう最終日は滑ることはできなかった。さらに迎いのバスが雪で大幅に遅れたと最後まで天候に左右されたツアーも参加者の皆さんの明るい対応で無事に新宿で解散することができた。

初めて実行委員として参加し、目まぐるしく変化する状況に速い対応ができず、参加の皆さんに不安やご迷惑をお掛けしたことに對し、お詫びすると共に、皆さんのご協力に心よりお礼を申し上げたい気持ちで一杯です。お天気には逆らえないと言いつつも、とにかく全員が無事故で終えられ、改めてお一人お一人の方々にあ・り・が・と・うの言葉を贈らせていただきたい。

行方 寺島正明 (1994-04) ブラインドスキー初体験

ブラインドスキー初体験

寺島正明

エコーバレーへひた走るバスの中でブラインドスキーの説明を聞くにつれ、単純に「大好きなスキーで人助けができるなら」と参加した自分の浅はかさを恨まざるを得ませんでした。確かに、冷静に考えて見れば、私が目を閉じてスキーをすることなど不可能に違いないのです。つる不安の中スキー場に到着、初めはアシスタントをすることになりました。ところが、スキーの前にさえ危険は満ちていたのでした。例えば、ゲレンデまで車の通る滑りやすい道路を歩いて行くことやリフト券を買うこと、リフトに乗り降りすること、準備体操……。どれ一つ取ってもたやすいことではありません。まして滑るなんて……。ところが、ブラインドの方々の滑りの上手なこと！感動しました。そして、なんだかとてもうれしくなりました。

午後には早くもパートナーに昇格(?)、ブラインドの方を誘導させていただきました。しかし、元来慌て者かつ上がり性の私、大声で間違った方向を指示したあげくに訂正したりするので、多大な迷惑をかけてしまいました。とうとうリフトで降りる方向を言い損こね、ブラインドの方を降り場の台から転げ落としそうになってしまいました。(小野さんごめんなさい)。私が真っ青になったのは言うまでもありません。しかし、ブラインド・パートナーは怒りもせず、逆に慰めてくださいました。

自分が知っているスキー技術や練習法等を伝えて、皆様の上達の助けになればと参加した私ですが、おこがましい話しでした。むしろ、教えられることの方が多かったように思われます。この先、こんな私にお役に立てることがあるかどうかわかりませんが、是非来年のスキーツアーにも参加させていただきたいと思います。

そのためには、右と左を正しく速く言えなくてはなりません。

7/24 藤田功三 (1994-04) ツアーを終えて思う

ツアーを終えて思う

藤田功三

今年もまた多くの晴眼の皆様優しい暖かな気持ちに触れることができました。

9年前のツアーに思いを巡らす時、3つのグループにリーダー1人が付いただけのぎりぎりの晴眼者数であったこと、そしてその総勢が24名であったことを思い出します。

9回目のシーズンを迎えた今年は、新しい晴眼会員の皆さんがAコース・Bコースそれぞれに大勢参加していただき毎年大変だったパートナー探しをあまりせずすみしました。

Aコース参加者41名(内、視覚障害者10名)、Bコース参加者37名(内、視覚障害者7名)と障害者の参加の少なさが気になります。

ところで、Bコースにおいては、晴眼者30名中15名が初参加者であり、視覚障害者1人に2人の新人さんと1人の経験者の計3名のパートナーが付くという状況でした。

Aコースの時と同様、新人さんにまずベテランの晴眼者の声かけや誘導の方法と一緒に行動しながら見てもらったり、新人さん同士で視覚障害者の役割、パートナーの役割を交代で行い声かけの練習をしてもらいました。その後順次パートナーをしていただきました。

しかし、Bコースは雨と吹雪と言うことで滑る時間が少なく、初参加のパートナーさんと共に十分に滑り込めなかった物足りなさが残っています。

滑る時間が少なかった所は、話し合う時間となり、いろいろの方との触れ合いができ、この点は良かったのではと思います。

そして、今年もまた、幾つかの検討課題が出て来たように思います。

1. 視覚障害者の参加が少なくなっているが？
2. 今年のように視覚障害者の参加が少ない場合、その人数に合わせて定員を減らしツアー規模の縮小を考えた方が良いのか？
3. 視覚障害者に比して晴眼者が多い場合、フリーとなった晴眼者にどのようなことをしてもらえば良いのか？
4. 視覚障害者が無線機を使用する場合、少し離れるとその声かけの様子がわかりにくいが、新人の人達にその内容をわかってもらうためにどのようにすれば良いのか？

まだまだこんなこともあるよと言う声も聞こえる気がします。皆様のご意見等を参考に、より充実したツアーになればと思います。

また今年会員になられた十々木さんがスキー場の立体模型を作ってくださいました。

そのお陰で初めてスキー場全体を指で触り認識することができました。

Aコース出発時の雪から始まり、Bコースの雨と猛吹雪、変化に富んだ第9回シーズンでした。たくさんの暖かな心にありがとうございますと感謝の気持ちとともに点筆を置かせていただきます。

ﾌｼﾌ 藤田滋 (1994-04) 丸沼高原スキーツアーを終えて

「丸沼高原スキーツアーを終えて」

藤田滋

2月20日(日)から22日(火)までの3日間のスキーツアーは近来まれに見る楽しく変化に富んだものでした。

内容詳細を書くつもりであったが、多分どなたも聞かれたと思うが、過日のNHKレポートが何にも優ると思うのでそれを聞いていただき、本文では省略したい。

そこで私としてはこのツアーに参加され、知り合った方々をご紹介します、人物紀行文としたい。(何分にも沢山の方々なのでイメージ違いの表現があってもお許し願いたい) 総勢37名、記憶をたどりながらご紹介してみよう。

まず障害者の方々では、若さもプラス可愛い感じの浅田さん、殿下のニックネームがピッタリの岡崎さん、小柄なお姉様、鹿島さん、いつもスタッフとしてご苦労されているのにほがらかに笑いとはばされる金沢さん、少しのんびり屋さんの川添さん、スキー場に単身赴任の乗松さん、そしてこの人無くてはツアーが出来ない藤田会長、皆さんとても障害者とは思えない行動力と明るさ、私の人生の大いなるお手本にしたい。次には晴眼者のパートナー経験の方々、殿下あこがれの人、来年のパートナー決定の有賀さん、私達中年のあこがれハッピータイヤメントの星、伊藤さん、日本のやさしいお父さんという感じの衣笠さん、ヒゲのすてきな串田さん、中年あこがれのマドンナ柴田さん、ツアー全体のコントローラー、スーパーウーマン志村さん、吹雪と嵐を持って来た白崎さん、ゆったり安心の人、福島さん、静かなお坊ちゃま藤原さん、吹雪の中のガイド役、頼りになる男、山内さん、まかせて安心の人生経験豊かな若松さん、静かなソフトボイス渡辺さん、等々、皆さんさすがパートナー経験者、すてきな方々ばかり。

そして、今回初参加の方々、OLの雰囲気そのままにやさしい岩崎かおりさん、本人いわく地味で控えめ岩崎照夫さん、接客のプロ、さすらいのギャングラー馬屋原さん、良いお話を聞かせていただいた壁谷さん、若くてガンバリ屋さん陶山さん、ケーキを作らない? ケーキ屋さん草郷さん、静かな中年、高梨さん、努力の人、竹内さん、体育会系でガンバガンバの丹野さん、青年の代表手塚さん、ユーモア一杯、手作り作品の主、十々木さん、海も愛する中村さん、そして、すてきなお姉さま方、春野さん、藤本さん、古沢さん。

最後に、今回のツアーにオブザーバー参加、NHKの二人、体育会系スキー部出身、林さん、ラジオからの声が更に良い柴田さん。初参加の方々は一生涯懸命のガンバリヤさんグループでした。

以上これらの方々、最初のチョットよそ行きから、最後には吹雪の中での一体感となり、大成功だったツアーの主人公でした。

今回のツアー、私にとっては半生紀を過ぎた人生の中でも特に思い出深い経験となった。なにとはともあれ1994年初春、白い雪の中、感動ツアーの幕は降りました。このツアーを企画、実行された事務局の方々に感謝、感謝。

パネト 藤本和子 (1994-04) スキーツアーA・Bコースに参加して

第9回スキーツアーA・Bコースに参加して

藤本和子

私とブラインドスキーとの出会いは、子供達にも手がかからなくなり、私に何かできることはと考えていたところに目にした新聞の一片の記事でした。

学生時代から続けていた大好きなスキーのことでしたし、お手伝いができることがあるのではと昨年から協会に参加させていただきました。残念ながら昨年は娘の大学受験と重なり、ツアーに出掛けることは適いませんでした。そして今年の1月のエコーバレーと2月の丸沼高原へ参加することができました。

エコーバレーの方は初めての経験のパートナーでしたので、ドキドキしながらの2日間でしたが、お天気にも恵まれ、スキー技術も上達したかと思うほどでした。

丸沼高原の方では、地吹雪体験もするほどの悪天候、でも暇ができた分、おしゃべりがたくさんでき、カラオケまで楽しむことができるなど、とても有意義な3日間だったと思います。

生まれた時から雪もスキーも板も見たことのない人達が、自分の手と耳でスキーを探り、履き、滑ると言うこのことが、どんなに大変かは想像もつきませんでした。

我々パートナーになる晴眼者の声だけを頼りに、聞き漏らすまいと一生懸命な姿には思わず頭が下がり、声にも力が入りました。リフトに並ぶのも、乗るのも上手に誘導できた時には、本当にほっとしました。右左を間違えて新雪に突進させてしまったことも数回。リフトに乗っている間に、周囲の景色や注意することなどを話しましたが、滑りながら雪の被った山々やゲレンデにいる他のスキーヤーの人達などを見せてあげられたらと何度も何度も思いました。

視覚障害者も、晴眼者も、スキーを楽しく大好きになって欲しいとお互いを思いやりながらの数日は、あっという間に過ぎてしまい、私にとって今まで知らなかった世界、人として本当に手をさしのべると言うことが、どう言うことなのかを考えさせられる日々でした。

スキーと同じくらい大好きで長くやっている「お茶」の道で教えられて来た「思いやり」という言葉の持つ意味が、どんなにすばらしく奥深いものかこの体験を通して身に沁みて感じました。障害者の方の一人でも多くの人に、スキーの楽しみを知ってもらいたいと、自分の体力の続く限り頑張っていきたいと思いました。とてもすばらしい体験をありがとうございました。

や 矢部健三 (1995-05) スキーツアー・エコーバレーに参加して

第10回スキー・ツアーAコース・エコーバレーに参加して

川崎市多摩区 矢部健三

ツアー最終日の朝、スキーの準備をして宿の玄関をでると、「今日は10本は滑りましょうね!」と、パートナーの福田さんが声をかけてくれました。

今回のツアーでは、これまでと違った新しい試みとして、パートナー二人と視覚障害者一人がペアになってのフリースキーの時間が、最終日に設けられました。グループ単位で行動する時と違い、集合や移動、滑走順などの待ち時間がなく、限られた時間を自分のペースで有効に使えたのは、とてもよい経験でした。福田さんの言った最初の目標、10本もあつという間に達成し、滑りを思う存分満喫できました。このフリースキーの企画を実施するには、ゲレンデの込み具合や、スタッフ、パートナーの人数など多くの問題があると思いますが、できれば今後のツアーでも継続的に実施してほしいです。

ただ、小人数で滑っていると、他の人がどんな様子なのかがわからず、少し寂しかった気がします。1本滑った後でする皆さんとのたわいない会話も楽しいものですから、全部フリー・スキーというのではなく、今回のツアーのように、グループ単位でスキーを楽しむ時間と、フリー・スキーの時間とをうまく組み合わせれば、すばらしいツアーになると思います。

最後に欲ばりな要望を書かせてください。来年以降のツアーで、実現してほしいことが一つあるんです。それは、技術指導の時間を一コマ設けてほしいのです。視覚障害者だと、うまい人の滑りを見てその見よう見まねをするわけにもいかず、本やビデオを見て勉強するわけにもいかないので、どんな滑りをしたらいいのかうまくイメージできないんです(そんなのは僕だけなのかな?)。ですから、2時間か3時間でもみっちり技術的な指導を受けてみたいと思っています。協会のメンバーが講師になるというのは大変だと思いますので、例えば、エコーバレーのスキー学校に入校するとか、指導を受けたい視覚障害者を何人か募って、スキー学校のプライベート・レッスンを申し込むといった方法をとるのも手だと思います。

一つのツアーの中で、自分のペースで滑れるフリー・スキーの時間や、協会の仲間と一緒にグループで滑る時間、技術指導をみっちり受けられる時間などいろいろな企画を用意すると、ツアー参加者の多様なニーズに応えられる、より一層楽しいツアーになるのではないのでしょうか?これからもどんどん新しい企画を取り入れて行ってほしいと思います。

欲ばりな要望を永々と書いてしまいました。どうもすみません。

最後に、今回のすばらしいツアーを企画・運営してくださったスタッフの皆さん、そしてパートナーの皆さんに心からお礼申し上げ、私の感想を終わりたいと思います。

本当に皆さんありがとうございました。

々々 武田伴子 (1995-05) エコーバレースキーツアーに参加して

エコーバレースキーツアーに参加して

武田伴子

スキー協会の会員になってから、もう4年。自称「幽霊会員」が、やっと、念願のスキーツアー参加を果たした。

何事にも物おじしないのを売り物にしている私でも、ライトセンターで見かけた方はいるものの、単身、見知らぬ人の中に入って行くとあって、さすがにやや緊張気味。海老名駅に着いた時はどうなるかと不安だった。ところが、小田急線の改札を出て周囲を見回すと、、、、誰もいない。時間は間違えていないはず。一瞬どうしようかと思ったとき、ライトセンターで見かけた人の顔。すがる思いで声をかけ「集合は改札口ですよ。」と確認すると、「相鉄線の改札はあっちじゃないかな。」とのこと。ホッとするやら、早速ドジったと思うやら。

無事、集合場所に着くと、何だか皆さん、すごく和気あいあいとしたムードで、どう見ても年数回のスキーツアーだけの友人とは思えない。自分だけ浮いてしまうのではないかとまたまた不安。

この緊張を持続したまま、バスについてみると、入り口で幹事の方たちの明るい声。いよいよ来たのだ、、という妙な感慨。ここで、まずは、借りてきた猫のように（取り敢えず？）猫をかぶっておとなしく席にすわる。しかし、見渡すバスの中はどう見たって修学旅行か社員旅行。年齢も環境もバラバラの筈なのに、妙にわいわいムードで盛り上がっている。何となく場に圧倒されているうちに出発。すると、どこからともなく「お酒」のはいったコップが手元に来た。「おいおい、これはスキーだけを目的とした真面目なツアーではなかったんだっけ??」と思って振り向くと、バス後部はもはや宴会状態だ。何だか、楽しいツアーになりそうな予感がしてきて、緊張の糸が一本、また一本と切れていった。

次の日は、いよいよスキーである。資料は何度も戴いたし、それをしつこく読み返してはいたが、やっぱりどうなることかと不安、不安、不安・・・ところが、幸運なことに、初日は白崎さんの講習があるとのこと。これには、本当にホッとした。いざ、やってみると日頃は口数の多い私だが、肝心なところでは声が出ない。特に、とっさの一言が思いつかない。あっという間に午前中の講習が済み、午後はいよいよ本番。わからないのと緊張しているので、先輩の岩崎さんが神様のように思える。それでも、どうにか午後のスキーを終了した。

夜になると昼間、話をしたことで肩の力が抜けたようで、初対面の気分がとれ、すっかりリラックスして夕食に臨むことができた。慣れないスキーの緊張が解けたというか、ビールのおいしいこと！！食事が終わってからの宴会では、もう、すっかり「仲間」気分。

昨日、海老名の駅で私の目に飛び込んできた和気あいあいのムードに浸った。

二日目は高橋さんのパートナーとして福島さんフォローのもとゲレンデへ。高橋さんには土曜日の午後からおつきあいいただいて、大分感じがわかってきたので楽しくなった。おもしろくなって、とにかく滑った。あとから聞いたところによると、休憩をとらずに滑り続けていたのは、私たちだけだったようだ。でも、やはり新米パートナーは危なっかしく、自分の方が転びそうになったり、ぶつかりそうな場面で「止まって！」と言うのが精一杯だったり。その度に、福島さんはさっと前に出て声を掛け続けてくださったり、ぶつかりそうになった人と高橋さんの間に滑り込んで下さったり、その反射神経ととっさの判断力には本当に脱帽してしまった。(本当にありがとうございました。)

帰りのバスのなかでは無事に終わったという解放感で、初参加にして早速座席表を無視して、後部座席に場所を移し、盛り上がっていたのは皆様御存知のとおりである。(きっと来年のツアーでは最初から後部に座席が割り当てられているような予感が。)

さて、今回初めて参加して、ブラインドスキーの魅力の一つがわかったような気がする。普通、スキーは(デモンストレーターでもない限り)個人競技だけれど、ブラインドスキーは複数で滑るという明らかな「団体競技」なのだ。これは今までのスキーでは味わえなかった魅力で、私にとってはちょっとした発見だった。念願のスキーツアー参加を終え、今、私はブラインドスキーという新しいスキーにはまってしまいそうな危ない(?)予感がしている。

追伸：今回のスキーツアーがNHKで放送されるというので「映るかもしれないよ」と90歳になる実家の祖母に連絡した。放送を見た祖母のコメント「伴子ちゃんも有名になったものだねえ。」なにか、ちょっと違う気がするけど、意外なところで「おばあちゃん孝行」ができたかもしれない。

ヤマザキ 山崎雅保 (1995-05) ブラインドスキー初参加

ブラインドスキー初参加

山崎雅保

正味二日間の中に、あれほどたくさんの方の名前と顔を覚えたのは、間違いなく初めてのことだった。加えてずいぶん多量のアルコールも摂取した。肝心のスキーも存分に楽しんだ。だから、帰宅して妻と息子と義姉と姪二人を相手にひとしきりしゃべりまくったあげく興奮が冷めると、体というよりも神経の芯が疲れ切っているのに気づいた。いやあ、本当に疲れた、けど、まことにもって衝撃的で楽しいツアーだった。

エコバレーは両日とも大晴天。ゲレンデのコンディションもまずまず。透きとおった風の冷たさは一級。リフトに乗れば、眼前に広がるのはくっきり稜線を描く山の真っ白と空を塗る特上の藍との鮮烈なコントラスト。生涯忘れるはずのない美しさ。耳は痛いほど冷たかったけど、まことにもって心ゆったり幸せだった。

同室だったのは、山田さんと松尾さん。私を含めて三人ともが肺を汚すことにずいぶん熱心な“タバコじじい三人組”。しかしあれだけ美しい光景と大気を満喫すれば、喫煙の害などきれいさっぱり拭い去られてしまう（はずだ）。まことにもって健康的なゲレンデだった。

二日間の大半を一緒に滑ったのは岡崎君と川口さん。安定感でいえば文句なしの岡崎君は、コブ斜面にまで果敢に飛び込む滑りたがり。コブ斜面では転んだり女の子に“衝突抱っこ”しそこなったりしたけど、ンなんでメゲるわけがない。その岡崎君を、川口さんはとても細やかにサポートする。対して自制心に欠けて大ざっぱな私は、パートナー初心者でありながら「エイヤー！いけいけ！」の滑りとサポート。私は、年齢でいえば三人の中でいちばん上なのに、まことにもって当てにならない男だと痛感、反省した。

けれど岡崎君には文句がある。リフト乗り場の行列の中、パートナーの私の腕をつかんでいながら、私よりも先へ先へと板を進めるのだけはよしてほしい。そりゃ一刻も早くリフトに乗りたいのは分かるよ。でもさ、せめて同じペースで板を進めてくれなくちゃ、パートナーとして格好つかないじゃない。後になって“まことにもってせっかちな岡崎君”との評判を聞き、納得はしたけどさ。

それにしてもありがとう。岡崎君、川口さん、山田さん、松尾さん、それから顔と名前を思い出しながら書いたらとても長くなってしまふみんな、おかげで本当に素晴らしい経験ができました。感謝します。

幹事役のみなさん、お疲れさまでした。

出会いから仲間へ

NHK 林幹雄

別段福祉への興味があったわけでもない私が、福祉番組を作り始めた当初は世の中にはこんなに多くの障害者がいたのかという驚きとともに、どう付き合ったらいいのか、またどんな話をすればいいのか、不適切な発言は失礼に当たるのではという戸惑いもあった。しかし実際に障害者と出会い、話をしてみるとそれがこちら側の不必要な考えであることに気付く。「そうか、特別な人として変に気をつかうことはないんだな」と思えるようになった。ところが障害者は、差別や偏見とは別にやはり特別視されているように思える。顕著な例が「福祉番組」というジャンルがあること。「何も福祉を振りかざして障害者がテレビのモニターに映らなくてもクイズ番組やドラマで何となく出てくればいいのにな」と思えてくる。差別や偏見を無くすための運動とはいえ「権利と人権」「完全参加と平等」「ノーマライゼーション」・・・と専門用語を使って主張する当事者たちの運動が、果たして本当に社会の一員になることに繋がるのかも疑問である。要は「皆仲良く友達になればいいのにね」という簡単な事を実現させる難しさを一方では感じながらも、やはり大上段に考えすぎではないか、もっと簡単に考えられないものだろうか、とってしまう。

こう考え始めると、あまり福祉を堅苦しく考えていない団体に逢いたくなる。

丁度1年前、たまたまスキーができるディレクターということで取材することになった、神奈川県視覚障害者スキー協会は、まさに逢いたかったがなかなか会えなかった人達だった。「ああ、やっと普通の人達に会えた」と言うのが、私の素直な感想だった。視覚障害者のスキーに対する驚き、年齢、職業、環境の違いを問わず集まってくる様々なボランティアの楽しさ、しかし一番の魅力は障害者と健常者がどちらに頼るといことなく関わっていることだった。しかもボランティアの多くは、別段福祉の専門家でも何でもない人達であることがなおさら魅力的だった。ラジオでは勿体ない、テレビで紹介すればもっと面白いと、このとき感じた。

そして今年、運良くテレビで取材できることになった。大きな狙いは決まっていた。ブラインドスキーの方法を分かりやすく説明すること、そして何ともいえない障害者と健常者の関わり方を伝えることだった。「対等」「平等」と堅苦しく言われてるけどこういうことなんだよ、というメッセージを伝えるために演出、構成を考える。30分という短い時間でスキークラブの全てを伝えることが不可能なことは分かっていたものの、悩みに悩んだのが実行委員の役割だった。半年以上前から仕事の傍ら集まってツアーの準備に追われ、直前で人数の調整をし、ツアーでは安全面、パートナーの調整に真剣に取り組む彼らを見無視しては、このクラブの姿を紹介したことにならないのではないかと考えた。しかし2、3日の撮影ではいささか中途半端だしねらいが薄れると思い、先日放送されたような番組になった。

縁の下の力持ち的存在である、実行委員の方々を取り上げなかったことに対して上っ面だけを紹介した番組であったという感想をお持ちのメンバーの方もいらっしゃると思う。しかし肩肘張らない障害者とのつきあい方を、番組を通して第一に伝えたかったという私の気持ちにご理解頂きたい。

「福祉」という言葉の裏には様々な問題がある。就学時検診から始まり、学校教育、就職、結婚、住宅の確保……。まだまだ障害者が差別・区別される場は沢山あり、それだけに大袈裟な当事者運動団体が現れることは理解できる。しかしその根底には障害者と触れ合う場がほとんど無いという現実がある。特殊学級は別として、養護学校へ通う障害者と友達になるチャンスはほとんど無い。触れ合わないから頭で難しく考えるのはきっと当然のことだろう。スキーでもゴルフでも将棋でも何でもいいからまず出会うことの大切さを私は強く感じている。出会って話して、そこから理解が生まれる、理解できない嫌な人も当然いる、そして仲間ができる。頭でっかちでないこうした自然な交流がこのクラブには在ると思う。そのうち障害者とボランティアの喧嘩もあるだろうが、それが当然だと思う。仲間とは時には喧嘩もするでしょ。

最後に会長の藤田さん、実行委員の岡崎さん、八重樫さん、スタジオにお出で頂いた白崎さんをはじめ、滑る本数を減らして取材に協力してくださった皆さんに感謝申し上げます。

加シマ 鹿瀬島知行 (1995-05) 初めてのブラインドスキー

初めてのブラインドスキー

鹿瀬島知行

2月19日午前8時45分、新宿駅西口をゴージャスなバスが予定通りの時刻に一路群馬県利根郡の丸沼高原スキー場を目指して出発した。同日から21日までの2泊3日の日程で開催されたBコース丸沼高原スキーツアーの始まりだ。参加者はブラインド10人、健常者26人の合わせて36人。バスは、練馬インターから関越自動車道を快調に走る。

車内では実行委員の志村さんのユーモアあふれる挨拶に始まり、役員と実行委員の紹介、昨年の丸沼での悲惨な天候の話、参加者の自己紹介に続いてアナウンサー顔負けの金沢さんの華麗な司会でNHK3チャンネルで放映された1月のAコースのビデオ、ブラインドと滑るパートナーの実例のビデオの上映などが手際よく進められ、車内の雰囲気盛り上げた。

バスは予定より1時間も早い午後0時半に晴天の丸沼高原スキー場に到着し、一行は、スキー場内にある宿舎のシャレー丸沼に入った。2時半に集合ということで7年ぶりに、普通でも履きにくい往年のラングをやっとの思いで履き、ゲレンデへ出た。

技術によりA班からE班に別れ、私は寺島さんとE班。リーダーは若松ファーザーさん。サブリーダーは藤田さん弟。一緒に滑って頂くパートナーは予定していた山内さんがマダ到着していないために初参加の高梨ワイフさん。

私はスキー歴7年だが、失明して以来7年ぶり、初めてのブラインドスキーだ。今回のツアーに参加するまで、「たぶん大丈夫だろう」「いや、もしかしたら怪我をするんじゃないか」との思いがこもごもした。

緩斜面をプルークボーゲンで滑り出してみると、意外に7年間の空白を感じない。しかし、運動不足は否めない。初めのうちはあまり転ばなかったが、そのうちにコロコロとよく転ぶ。一度はコースをはみ出しそうになり、そうでなくても初のパートナーで緊張している高梨さんにショックを与えてしまった。山内さんが到着して途中からパートナーを交代。秋田から雪道を10時間車を運転して来たという疲れも見せずにキビキビと指示してくれる。

ともかくも一日を無事終了、宿に帰った時はほっとした。温泉に入って疲れを癒し、夕食は板前さんの腕前と誠意が伺える日本料理にビールやワインなどそれぞれ好みの酒。山下さんと藤原さんにメニューを細かく説明して頂き、一品一品の味を楽しんだ。

同室者は藤原さん、若松ジュニアさん、中山さん、真弓さんの若いメンバーで、夕食後早速小雪が降り出したナイターに出かけて行った。その若さに感心しながら、自分が以前スキーをしていた時も同じことをしていたことを思いだし、年月の流れの早さを感じた。

喫煙者が集まっているスモーキングルームと藤田会長達の役員室、比較的年輩者が集まっている部屋に何うと実行委員会が終わる10時から有志で酒宴を始めるという。そのスタ

ミナに感心しながら明日のスキーを考えて自重、自重。

二日目、朝9時前に乾燥室の温度でシェルが膨らんでしまったラングをまわりの方達の助けを借りて履き、ゲレンデへでると雪がちらつき、昨夜来の雪で積雪15センチ。今日はD班に入るように言われた。リーダーは串田さん。サブは高梨ハズバンドさん。ブライントは初瀬川さんと川添さん。パートナーは昨日に引き続いて山内さん。滑り出すと昨日の疲れで筋肉がこわばっているのを感じる。「朝風呂で筋肉をほぐしておけばよかったな」と思ったが後の祭り。それでも二、三本滑るうちに硬さがとれ、新雪の快適なスキー。平日のゲレンデはガラ空きで、沼田高校の生徒達がトレーンを組んで鮮やかに滑って行った後は誰も来ない。誰かが「専用ゲレンデよ」と声をあげた。空いているリフトにのっているとゲレンデ専属の女性ディスクジョッキーのおしゃべりとスキー客がリクエストした音楽が流れてくる。昼食はゲレンデ内のレストラン。

草郷さんが明るい声でバイキングの料理を取ってくれる。

後半はパートナーが初参加の山田さんに交代。気をつかいながら、やさしい声で指示をしてくれる。この日最後に、宿の前のゲレンデに滑り下りた時に私の曲がるタイミングがパートナーの指示に遅れるため、大きく曲がり過ぎたのだろう、宿の庭の様な所に滑り込んで、立木の枝の茂みに押しとどめられて転倒。すぐ、串田さん達が駆けつけて、深い雪の中から救い出してもらったが、後で聞くと、岩や立木のある中を1メートル幅程の通路らしい所々に運よく滑り込んだらしい。全く幸運だった。

夕食後、8時半から懇親会が始まった。司会は、名司会の若松ジュニアさんと有賀さん達。自己紹介に始まり、びんごげーむ、人当てクイズと進められたが、多くのユーモア人の登場で会場は笑いの渦、打ち解けたなごやかなふんいきに包まれた。さらに会場を別の場所に移して有志による懇親会が行われた。窓の外は雪が降りしきる中、暖房の効いた室内で話がはずみ、宴は深夜まで続いた。

三日目の朝、5時半にトイレに起きたついでにロビーで煙草を吸っていると朝が早い高梨ハズバンドさんが来て、これから風呂に行くと言う。窓を開けて、「いい天気ですよ」と言って風呂に行かれた。一人ぼんやり煙草の煙をくゆらしていると何か楽しい思いがしてくる。「今までで一番楽しいスキーじゃないか」、ふっとそんな思いがした。部屋に戻って床に入ったが寝つかれない。高梨さんに習って風呂に行ったが、もう誰もいない。湯舟の中でゆっくりと手足を伸ばし、前日の疲れと二日酔いを抜いた。

三日目のゲレンデは20センチの新雪。スキーの板で掃き寄せると軽い粉雪だ。「今日は、一番上までゆきましょう」と串田さんの提案で、リフトを乗継ぎ、一番高いゲレンデに着いた。ゲレンデは左右に別れ、左は斜度35度の上級者用コブ斜面。右は案に相違して初級者用ゲレンデ。

三日目となると雪に慣れきって、ずっとスキーに来ているような気がする。それと共に以前の悪癖も戻ってくる。後半にパートナーを山内さんと交代した柴田さんから、谷スキーに乗っていないからスピードが出すぎる。山内さんから左廻りの時に正対していると注

意を受ける。 斜度 20 度の斜面で、柴田さんが「谷側に乗って、谷側に乗って」と声をかけてくる。谷側スキーに乗り込むと、「そう、そう」と声をかけてくる。スピードが以外と出るのでやり方が悪いかなと思っていたがこれで自信を得て滑ることができ、このように指導をしてもらえたら上達も早いなと思った。それにしてもスピードのコントロールがまちな私につかず離れず滑りながら、方向の指示の上に技術の指導までして頂くことに感心し、感謝もする。

一人のけが人もなく、天候と雪質に恵まれたスキーが終わった。帰途のバス内では、ゲレンデで撮影したビデオを上映、藤田会長の滑る場面では、「うまいね」と言う声がしきり。今回のツアーの感想は、「いつも大学の部活で滑っていたが、スキーがこんなに楽しいものとは思わなかった」「この次からは、毎年参加します」などツアーの充実していたことを印象づけるものがあった。その中で「私は、スキーの片側に乗ることができないと思っていたのですが、それをパートナーにお話したら、それを今回のテーマにしましょうと言われ、やってみたら、できるようになったんです。滑る主体は障害者が持つことが必要だと思います」という話が私には印象に残った。パートナーに頼り切ってしまうことへの自戒だろう。

今回のツアーは、若い人たちの参加が多かったらしくそのパワーをたたえる声が多かった。熟年者から「若い人達に道を譲りたい」と引退の話もあったが実行委員の志村さんが（若い血も、中年の血も、熟年の血もあってこそ今回のツアーが成功しました）と締めくくりの挨拶をした時に一際大きな拍手が起こった。

バスは順調に、予定より 1 時間近く早い午後 7 時過ぎにネオンやビルの明りがきらめく雑踏の新宿に到着した。参加者達は別れの声をかけ合って通勤客で混みあう駅の構内に消えて行った。今までのスキー行が夢か幻だったような気がする。ああ、明日から現実の生活が始まる・・・。

終りに楽しく充実したスキーツアーを企画、実行して下さった会長をはじめとする役員の方々と実行委員の方々、貴重な休暇と経費を使って参加して下さったパートナーの皆様から心からお礼を申し上げます。

行方 寺沢昌子 (1995-05) 丸沼コースに初参加

丸沼コースに初参加

寺沢昌子

はじめまして。この会に入れていただき本当によかったとスキーから帰りまして思いました。3日間があつという間に終わってしまいしばらくぶりで楽しい日々を過ごしました。これも皆、会長様はじめ晴眼者、障害を持っていても、それを感じさせない暖かさがありますのを感じました。本当にすばらしい会に入れていただきありがとうございます。

丸沼コースではリーダーの若松さんの細かく丁寧なご指導のおかげで目標以上の仕上げをしていただき、自分でもびっくりし、またうれしくて来年は是非2コースに参加したいと思っております。私は、他にもスポーツをしておりますが、若松さんのようにまず基礎をしっかりと、丁寧に教えてくださいますコーチには私は初めてお目にかかせていただきました。教えることは、健常者なら目で確認させ少しの言葉で補えば相手はそれを受け留められますが、視力の場合は、一つ一つの動作をわからせるのは難しいことですので、いらいらもせず、いくつもの言葉を捜し手を取り足を取りご自分の体を触らせてくださり、私が納得するまで根気よく教えてくださいました。

このスキークラブに、若松さんのようなすばらしい方がいらっしゃいますので、他の方々がすばらしい人々でまとまっていらっしゃいますと思います。そして、藤田会長の細かく気を配られ、初めて参加します私をクラブに溶け込ませるお心使いは、とてもうれしかったです。クラブの集合の仕方の中でバスの中での席順が決まっておりましたのは、とても良いやり方ではないかと思いました。

健常者と障害者を組んでいただきますと、トイレやその他の用がありますときは、気遅れしませんでお願いができますことです。こんなことまで、かつてなことばかり言わせていただき申し訳ありません。

これからも、よろしく願いいたします。この場をお借りしまして、藤田会長、若松さん、クラブの皆様、楽しい3日間ありがとうございました。

カヤ 中山貴樹 (1995-05) B S A Kに初参加して

B S A Kに初参加して

中山貴樹

何故スキーに魅かれるのであろうか。普段味わうことのできない世界、刻々と変化する斜度、雪質、天候、滑り……、自分の内に外に新しい世界を発見するところにスキーの醍醐味があるのだろう。

今シーズンの私にとって、また新しい世界が広がった。それはB S A Kのスキーツアーに参加する機会を得たことである。私は丸沼高原スキーの方に参加したのであるが、最初はやはり緊張した。スキーに対してである。

しかしスキー場に着くやいなや、その緊張は無用であるということがわかった。通常のスキーヤーと変わらない。ただ目からの情報がないということであり、そこを晴眼者が補う。(実は、そこが私にとって新たな緊張となった。) B班に入り、有賀さん、一夫君のサポートのもとに、鹿島さん、殿下こと岡崎さんのパートナーをさせていただいた。「右…、左…、左、違った！右……」慣れない私のかけ声にスキーを託さなければならないお二人が、気の毒に感じた時もある。しかしその辛抱に助けられ、最終日には私自身だいぶ慣れてきた。その間、一夫君と無線でのブラインド・スキーを体験してみた。目隠しをして滑るのであるが、いかに目だけの情報に頼りきりで私が滑ってきたのかよくわかった。まず、上下前後の方向感覚が無くなり、「右！」と言われてもわからない。いざターンしはじめても体の向き、足の状態がわからず転ぶしかない。足の裏、心で滑るというのか、ブラインドの方々の滑りを通して、あらためて人間に備わった無限の能力に感心した。

晴眼者も視覚障害者もなく、一緒にスキーを心から楽しんでいるB S A Kスキーツアーの在り方から「新しいスキー」という印象をうける。日本という空間的、時間的、精神的に貧しかった国で、十年間続いているのは、会員の皆様の「一緒にスキーを楽しむんだ」という熱意がいかに強かったのかが伺える。

二十一世紀を前に世の中が変わりつつある時期、B S A Kスキーは「一緒に楽しむ」これからのボランティア像をも反映しているようにさえ思えた。これを機会に、私もスキーの熱意をこの会にも注いでみたいと感じた。

最後になってしまったが、今回このきっかけをくださった若松父子、初参加の私を快く迎えてくださった会員の皆様に感謝を申し上げたい。

713 真弓敦 (1995-05) たのしかったーい!!

「たのしかったーい!!」

真弓敦

A, B両コースに参加させて頂きました。僕は昨年までは、初参加でいきなりパートナーになるなんて思ってもみなかったし、ただ、何でもいいから少しでもお役に立てればいいな、などと思っていました。ところがこのクラブのブラインドの方は、何でも御自分でなさるので、自分の考えのおこがましさを知らされました。今はもう、ボランティアというより、一緒にスキーを滑りに行く仲間という感覚です。

Aコースでパートナーをさせて頂いたのが乗松さん、鹿島さんという、お二人とも弱視の方で、少し見えるため、慣れない僕の滅茶苦茶な指示をフォローして下さいました。

Bコースでは、主に山岸さんと、金沢さんと一緒に滑りました。山岸さんには、崖から落としてしまったり（ああ最悪!）、ぶつかったり、方向指示を間違ったり、散々な目にあわせてしまいました（本当にごめんなさい）。まずは指示を早く、広い視野で見るようにしないといけないと思いました。

何よりも感動したのは、今までの人生でおそらく一番皆さんがすばらしい人達だったという事です。全日程を通じ、ちょっとイヤだなという気すら、一回も起きませんでした。赤ん坊の頃ならともかく、人に嫌な気を少しも起こさせない人（しかも団体で）というのは、これは本当にすごいことです。幸せなんて言葉をなかなか使う機会はないでしょうが、まさにこのツアーに参加している間中、幸せだったなあと思います。

今、両ツアーの参加者名簿を見て、楽しい会話があらためて次々と頭の中によみがえってきます。実は、岡崎さんに、感謝の言葉だけで終わってしまうような感想は書くなといわれていますが、すいません。今の僕にはそれしかないんです。ずっと、ずっと皆さんお変わりなく、このクラブが今のまま続くといいですね。今はただ、今度の交流会でまたお会いできることを心待ちにしています。

(皆さん、あるお菓子の事件だけは蒸し返すのはやめにしましょう。ホントに)