

Circle for Elegant Ski
SPUR 14-15

はじめに

皆様こんにちは。第49代渉外部の月井と申します。

さて今年も現2~4年生にSPURを書いていただきました。SPURとはドイツ語で「軌跡」という意味があり、前年度を振り返り、自分がどのような「軌跡」をつけていったのかを見つめなおし、来年度のシーズンにつなげるという目的があります。自分の滑りからシーズン中の内面的な姿勢に至るまで、おのおのの考え方の下、熱き思いがつつられています。また、来シーズンの目標も今回書いていただきました。

エレガントスキー部部員のスキーへの、そしてエレへの気持ちが綴られています。みんな一生懸命書いたので最後までしっかりと読んでいただきたいです。

第49第渉外部 月井一輝

4年生

第48代会長 涌井初

昨シーズンを振り返って、まず初めに、執行部として共に活動した同期、いろいろと指導して下さった先輩、ついてきてくれた後輩、顧問の先生、スキーを指導して下さったコーチ、本当にたくさんの人のお陰で、昨年1年間やり切ることが出来ました。本当にありがとうございました。特に同期には本当に助けられました。本当に感謝しています。

さて昨シーズンは執行部、加えて部長として迎えたシーズンだった。しかし部長として部をまとめることとか、後輩をしっかり指導するとか、自分自身いろいろと出来ないことだらけで、本当に苦労した。ただ、自分が執行部の代は絶対に優勝したいと思って行動していたし、それが原動力となって昨シーズンは突き進んだ。エレが優勝するにあたって、学生の基礎スキーをする団体として日本一の活動を行えば、岩岳は必然的に優勝できると思っていたし、僕自身は其中で部員のお手本となれるような部長であろうと心がけた。先輩方が築き上げてきてくれたすばらしい環境があり、そしてそれを証明する男子2連覇という実績。あとは僕らが全力でやり切るのみだと思って活動した。

そして迎えた岩岳大会だったが、自分は開会式前日に怪我をして戦線離脱。大会中は滑ることは出来ず、病院のベッドの上で大会期間中を過ごした。正直、大会一つに出られないのがこんなに悔しいのかと思ったし、部のみんなに申し訳ない気持ちでいっぱいだった。実際 SPUR を書いている今でもその悔しさは容易に蘇ってくる。裏を返せば、それだけ岩岳大会にかけていたんだと思う。

しかし男子が総合3連覇、女子は団体優勝など、自分は出られなかったが、チームのみんなは良い成績を残してくれた。それは本当に嬉しかった。飲み会で同期やみんなが喜んでいる姿をみて、自分自身少し救われたような気がした。

長々と自分の気持ちを書いてしまったが、去年は本当に岩岳に向けた一年であったと思う。そして最終的に良い結果も残すことができた。しかしながら自分や執行部が岩岳に向けて進む一方で、チームの雰囲気などおろそかになってしまった部分もあったことは否めない。また、男子は優勝という結果の影で2年生のほとんどが岩岳大会で滑れないという結果になってしまった。部を運営するにあたり難しい決断だったが、結果的にそういうことになり少し心残りである。僕自身、大会で滑れない辛さは自分もこの岩岳で十分に味わったつもりである。2年生も今度は3年になり自分たちが中心となってやる番。岩岳に出られないという悔しさを味わった者同士、ぜひ今度は自分らの手で4連覇を果たし一緒に勝利の美酒を味わいたいと思う。

あと去年は弟子をもったが、いろいろいっぱいいで十分に面倒をみて上げられなかった。まあ弟子はいつまでたっても弟子なので、去年教えられなかった分、ぜひ今年見てあげたいと思う。

来シーズンは研究室があつてスキーに行く都合が合わないかもしれない。また怪我明けということもあり思うように滑れないかもしれない。でも現役最後の年として悔いのないように全力で取り組んでいきたい。

第 48 代副会長 北尾俊喜

目標：道大会決勝進出、岩岳表彰台

今シーズン、執行部として活動してきましたが、本当に今の同期と一緒に頑張れ、感謝しています。この1年間の活動でより一層同期の大切さを感じました。

また、いつも気にかけて下さる先輩方、いい刺激を与えてくれる後輩、弟子にも感謝しています。今シーズンいろいろとありましたが、目標である、男子総合優勝、女子団体演技優勝が出来たので、終わりよければ全てよしということで全体としては良かったのではないかと思います。

個人的に去年を振り返ると、目標は4分の2しか達成出来ませんでした。札幌予選の結果が一番良く、そこから停滞していくというつまらないシーズンになってしまいました。

だけど、今シーズンいろいろな経験ができ、来シーズンの目標が明確になりました。

道大会に出られた経験が最も大きかったです。今までの自分の視野の狭さが浮き彫りになり井の中の蛙だということを感じました。実力的には井の中の蛙というよりは井の中の苔ぐらいですけど笑

岩岳大会は振り返ると個人としては悔しい思いしか蘇って来ないです。自分の滑りを信じられなくなってしまい、スキーだけでなく色んな面からメンタル的にやられていました。

唯一楽しめたのは最後のコブぐらいでした。

この悔しい思いを団体戦にぶつけて頑張りましたが、結果は2位とここでも悔しい思いをしました。しかし、今振り返ると練習から宿での生活から全てで、笑いの絶えない団体Aチームでした。来年は表彰式でも心の底から笑えるチームを作りたいです。

初めて師匠になるというシーズンでしたが弟子が頑張ってくれたにもかかわらず、思うような結果を出させてあげれなくて非常に申し訳ない。だが、近くでどんどんと上手くなっていく姿を見れて幸せでした。来年見も一緒に岩岳に出場出来るようにお互い頑張りたい。

上に挙げた来シーズンの目標を達成するためには、日々の合間を見つけ冬までに身体を作り上げないことには始まらないので、トレにはあまり行けないが自分で時間を見つけ頑張ろうと思う。来年は岩岳で嬉し涙、悔し涙どちらかは流せるようにこの1年間努力していこうと思う。

笠井風太

夏も終わり、秋の始まりを感じさせる頃、またこうして振り返っている。
もう3回目の Spur である。

まず初めに、今シーズンもお世話になった方々に御礼を述べたいと思う。また、不甲斐ない師匠であつたらうに最後まで付いてきてくれた？弟子には色々言いたいこともあるが、よくやつたと労いの言葉をかけたいと思う。

また、執行部として1年間を闘いぬいてきた同期には最大限の感謝を送りたい。

さて、個人の1年を振り返る前に執行部としての反省を
今年は3連覇を目指すことを目標にして我武者羅に頑張ってきたと思っている。その中で捨てなくていいものを捨ててしまったことは数知れず、常に後悔と戦ってきたと個人的には思っている。それでも結果として見れば男子総合優勝という結果を無事勝ち取れて安心している。

それでは、去年からの軌跡を追っていこう

まず結論から言ってしまうと去年たてた目標は概ね達成されただろうということである。
去年の Spur での目標は読み返してみて“自分に自信を持つこと”だと勝手に解釈している。2年生の時は全てに自信がなく不甲斐ない結果になってしまった。しかし去年は執行部という立場もあり少なくともスキーにだけは自信を持ちたいと考えてオフシーズンを過ごしていた。その結果かも分からんが選考会では去年とは異なり落ちる気が全くしなかった。もちろん不安感はあるが絶望感はなく、それを上回る期待があつた。果たして自分はどれだけ先輩たちに近づけたのか・・・当然このように考えられたのは十分な努力があつたからなのだが。

選考会の後には去年からの大きな変化である団体があつた。

おそらく去年だったら自分の練習に意識が行き過ぎて団体練習に集中できなかつただろう、しかし今年は自分にしっかりと自身が持っていたので団体練習に専念することができたことは良かったと思う。結果としてBチは手を叩いて喜べる順位ではなく悔しい思いもしたが、来年こそはAチに入って優勝してやりたいと思う。

岩岳の成績は76位で去年から大幅に順位を伸ばすことに成功した。しかしスーパーシードの壁は高く17点も足りなかった。大回り系の種目でもっと稼げていたら・・・だが一つ言わせてくれ決戦大回り217位はありえないだろ。だが得意種目としていた不整地では種目別27位を出せてよかったと思う。やっぱりコブは最高だ！！

最後に、最後のシーズンに向けて目標でも宣言しようかと思ったが、今までSpurで書いたことがないのでやめておこうと思う。思い返せば1年生の時に新人戦で22位をとってから大した失敗も経験せずに今まで過ごしている気がしなくもないし、そう思われているかもしれない。順調に成長しているし、毎年春練ではいい感覚を掴んでいる。すみません、どうやら僕はスキーが上手くなったみたいです。

来年の桜の季節には、もっとスキーが楽しくなっているそんな予感がする。そして4年間続けてきて良かったと胸を張って言えるようになりたい。

田嶋彩野

早くも3回目のSPURとなりました。今年は個人として、師匠として、そして執行部としての昨年度の反省を述べます。

<個人>

個人としてかがけた目標は岩岳表彰台、団体2連覇でした。結果岩岳表彰台は達成できませんでした。もちろん団体2連覇は本当に嬉しいことで、全体的に個々人のレベルと滑りの質が前年と比べて格段に上がっており、とくに自由演技では最高点を出して本当によかったです。本番直前まで、いろいろと不甲斐なかったトップだったにもかかわらず、いつも団体練を盛り上げてついてきてくれた3人に感謝しています。

岩岳表彰台は想像していたよりもずっとずっと遠かったです。甘かったなあ・・・今年は本選総滑をのぞけばベストな滑りができたと思っていたのに結果は18位と前年より4位も順位を落としてしまいました。詳しくは技術論に書こうと思いますが、とくに大回りの切り替えからターン前半への荷重の感覚やコブでの体の使い方が変わったシーズンでもあ

ったので、点数に結びつかなかったのは本当に悔しかったです。テストで時間がとれないなら、量より質を重視して練習を行うべきだったと思います。

<師匠>

よく公言していますが、私はこの2人の師匠をできて本当によかったと心から思っています。感覚派の私は技術を上手く伝えられないことが多く、2人を混乱させることが多かったと思います。そんななかでも毎週上達してきてくれる弟子たちにいつも元気をもらっていました。とくに朝里前、二人共急成長していたね！！

師匠をはじめたときは不安しかなかったですが、公式練の回を重ねるごとに「弟子に技術を教える＝自分の技術を確認できる」ことを感じました。

二人のおかげで今シーズン乗り切ることができました。師弟トレも公式練も帰れま10も本当に楽しかったよ、ありがとう！！

<執行部>

昨年のSPURに執行部の反省は来年に・・・と書きましたので書かせていただきます。今シーズンは部を運営する立場として常に悩み続けた1年でした。正直夏休み帰省時のエレの活動がないとき以外は、今辞めたら楽になるのかな、と辞めることばかり考えていました。それは部の運営が、どんなに長くミーティングしても、どんなに綿密な計画を立てても、思うように行かないことが多く、自信をなくしてしまったためです。岩岳出発後もこの気持ちは引きずっていました。部を引っ張るものとしてこんなことを考えるなんて本当に情けなく、円滑な運営のために頑張っていた同期にも申し訳なかったです。今こうしてSPURをかけているのは、多くの方の支えと「誰かのために頑張る」という気持ちがあったからかなあとと思います。感謝はここだけでは伝えきれないので、続きは追いコンで→

今年総合優勝という目標を達成することができませんでした。3位の瞬間、やっと岩岳がおわった安心感と優勝できなかった悔しさでぐちゃぐちゃになって泣きました。3

位・・・必死に1年やってきたけれど、もっともっとできることがあったんじゃないか、執行部女子としての意識が足りていなかったんじゃないか、とあの場で後悔しました。全体のレベルアップのため、積極的に教えてもらったことを還元するとか、全体の滑走日数増やす

とか・・・

最後になりましたが、この1年本当にお世話になりました。

関わってくださったすべての皆さんに感謝いたします。

西田尚功

来シーズンの目標：道大会決勝で戦えるレベルの滑りをする。

昨シーズンが終わり4か月近く過ぎた今、来シーズンにばかり目が行くが、昨シーズンのことやエレでの3年間について振り返ることでシュプールを書きたいと思う。思えば3年間、岩岳初優勝からの3連覇とともに華やかな時期を現役として過ごすことが出来た。まず、このことを幸運に思うし、様々な方への感謝の気持ちでいっぱいであることを書いておきたい。自分らは結果を見れば成功しているようだが、決して正しいことだけをしてきたわけではなく。間違っただけも多くしてきたと思うし、それゆえに多くの方にご迷惑をおかけしてきたと思う。自分らが良い経験をする事が出来たことはいろいろな方の支えがあったからなので、この感謝の気持ちは忘れずにいたいと思う。

昨シーズンの滑りを振り返ると1年2年のころに比べれば成長したと思う。1年2年の頃は知識も少なく、教えてもらうことの中で考えるだけで、間違っただけも多くしていたと思う。それに対して3年目は師匠をやり、弟子に教えていくうちに自分の考えが確立されて、教わっていないことを考えられるようになった。このことが成長につながったと思っている。メンタル面においても昨シーズンは大きく変わった。1年2年の頃は、スキーに対して常に気負っていて「俺が絶対にやるんだ」みたいな気持ちを持ち続けていた。そんな気持ちでやっていたが別に結果がついてくるわけでもなく、恥ずかしいに近い悔しい気持ちを感じていた。3年目の途中からは段々と「出来るときは出来るし、出来ないときは出来ないって」みたいな気持ちに切り替わっていった。こういうメンタルになると少し冷静になって考えることが出来るようになった気がする。この考え方が正しいのかはわからないが、気疲れしたときには開き直る力も必要なのかもしれない。昨シーズン岩岳はあまり良い結果を残すことが出来なかったが、道大会では準決勝まで残ることが出来た。1年の頃からの目標を達成することが出来て素直にうれしかったが、今はまだまだだなと思っている。道大会が終わって見たら目標が低かったと思う。予選3種目目のジャイアント小回りで準決出れるのが決まりガッツポーズしていた自分を叱りたい。あれは今思うと恥ずかしい。準決出ても認められるようになるわけでもなく、決勝出ないと変わらないんだなと痛感した。来シーズン道大会に出ることは出来ないが決勝で戦えるレベルの滑りが出来るようになりたい。岩岳大会については男子総合優勝をすることが出来てひとまず安心している。戦力が整っていた分、期待も高かった。個人の結果はミスで連発だったので、満足していない。来年は道大会に出ることも出来ないし、岩岳で結果を残すことにこだわりたい。朝里大会は学連役員として大会に出た。そのため、あまり結果にこだわることには出来なかったが、学連役員を1年経験出来たことは貴重な経験である。合同合宿の開催が出来なかったことが心残りである。また、昨シーズンは初めて師匠をやり、弟子が上手くなるのを見るのはうれしかった。2人ともに1級を取らせることが出来て安心している。

思えば、本当に充実した3年間だった。振り返るとエレの思い出しかない気がする。良い思い出も嫌な思い出も様々である。大学で何に打ち込んだかと聞かれたら間違いなくエレである。特に自分の場合、極端にスキーしかしてなかったなと思うし、3年間を過ごしながらこれで良いのか？と思うことも時々あったが、今はこれで良かったと思っている。エレに入っていなければ経験することが出来なかったことを多く経験できたし、言葉には上手く出来ないけど一生の思い出とか、一生の友達など人として大事な物を多く手に入れられたと思う。大学で何かを打ち込みたかった自分にとってエレに入ったことは正解だった。

松島浩平

昨年は執行部として部を運営する側となったことで、エレガントスキー部は多くの支えがあって成り立っているのだと改めて感じました。講習を引き受けてくださるコーチや、方針にしたがってついてきてくれた部員たちなどの協力が不可欠でした。特に4年目の先輩方にはいろんな場面で、本当に助けられました。個人的には、ミーティングであまり自分の意見を言わなかったことが悔やまれます。執行部を1年間やってきた身として、次期執行部に的確なアドバイスをしていきたいです。

シーズンの成績として、チームとして岩岳大会で男子総合優勝3連覇を達成して、とても充実したものとなりました。個人では思うような成績を残せず、今シーズンは挽回したいです。簡単なものではありませんが、岩岳個人戦の目標は50位以内を目指して努力していきたいです。

今シーズンは抜群に上手かった先輩方が抜けて、部の目標達成に向けて全体のレベルの底上げがとても重要になります。先輩方がそうしてくれたように、全体の底上げのために、後輩への指導など、自分ができるところを惜しみなくやっていきたいです。

前シーズンのスキーへの取り組みの反省として、シーズン序盤に自分の滑りの軸を確立できずに、滑りがぶれてしまうことが多くありました。終盤になってようやく滑りの軸が固定され、やるべきことを明確に定められました。今シーズンは簡単にはぶれない滑りの軸を持って、滑りの幅を広げられるように取り組んでいきたいです。また、体調管理について疲れを取ることなくただらとスキーに行ってしまったことがありました。追い込むときは追い込み、休むときは休むようにメリハリをつけて体調管理をしていきたいです。さらに、1本1本に集中して、実りの多い1本を目指していきたいです。

宮坂麻以

SPURを書くということで、毎年恒例？スキーノートを見返してみました。一昨年は1月半ばで終わっていましたが、去年はなんと！・・・メイン合宿2日目で終わってしま

た。しかも書きかけ。合掌。来年はもう開き直って書きたいときに書く方式にしようと思います。

執行部の側面から今シーズンを振り返ってみると、悩みの連続でした。特に女子優勝という目標に関して、色々な人と意見が衝突しましたし、数え切れないくらい悔し涙を流しました。終わってみると、結果はけして満足のいくものでは無かったです。過ぎたことは仕方がないですが、努力不足を痛感しました。私はすぐに感情的になってしまうので、同期には迷惑をかけました。特にたじとぐちやまには、色々な面で負担をかけてしまって申し訳なく思っています。でも、3人で頑張れてよかったよ。ありがとう。

個人としては、今年は新しい出会いに恵まれて、視野が広がったなーと思います。初めてチーム練に参加したことで、自分がスキーマーではなくただのカスだったことを再認識させてもらうことができました。特に、「それ、ショート用？」という言葉は忘れられません。いいえ、この板はロング用です。

道大会では、チキンスキーマーとなり、素晴らしい選手が滑るバーンをずらして滑るといふチキンな振る舞いをいたしました。高本さん爆笑。先輩失笑。コーチ苦笑。ただ、道大会を通して色々なスタイルのスキーマーと出会えたことは良い刺激になりました。来年の道大会はチキンの汚名を返上したいです。

今年は初めて弟子を教える立場になったことで、弟子が恥ずかしく思わない師匠になろうと常に考えていました。今年の原動力は弟子4割、個人の感情5割、その他1割という比率でした。普段厳しいことしか言わなかったけど、弟子は可愛いです。言葉キツイし全然褒めないで伝わってませんが、可愛いと思っていました。ほんとです。

団体に関しては、正直ものすごいプレッシャーで押しつぶされそうでした。だって、みんながポジション変わらない中で、優勝できなかつたら私のせいじゃないですか。あのメンバーだったからこそ、明るく振舞うことができたんだと思います。優勝できて良かったし、来年も優勝したいです。

来シーズンは、立派なスキーマーになりたいです。エレの外でも認められるように技術を磨きたいと思います。あとは、団体でも個人でも表彰台に乗りたいですね。怪我をしないことが第一ですが！失うものが大きいと得るものも大きいというのを信じてるので、今年は飛躍的に技術が向上すると思います！（笑）

最後になりましたが、今シーズン厳しく優しく教えてくださったコーチの方々、可愛がっていただいた先輩方、寒い中サポートしてくれた後輩たち、協力していただいたOBの方々、エレを通して関わったすべての方々に、感謝を伝えたいです。誰が欠けても今の私

は無かったと思います。得難い体験をさせていただいて、本当にありがとうございました。

来年もよろしくお祈りします！

山口遥香

Spur を書くにあたってこの1年間を振り返ってみると、とても密度の濃い1年間だったことに気付かされた。執行部としての1年間、スキーの成績には後悔が残るが、執行部として部を作っていくことに関してはやりきった満足感がある。

スキーの成績を振り返ると、昨年掲げたスーパーシードの目標は達成することが出来なかった。また、特に、唯一の経験者として行った団体でエレ女子がずっと保持していたシード権を失ってしまったこと、今年の結果としてだけでなく来年の「エレガントスキー部」としての岩岳に響く結果を残してしまっことは大きな後悔として残っている。本当に申し訳ありませんでした。自分のスキーの力不足もチームの足を引っ張った要因なのでこんなことを言えた立場ではないのだが、それでも、正直、自分たちのビブ番が得点版で後ろへ後ろへと下がっていき、そこから消えたときの感覚、そのあと、下がり続けて15位から16位になった時の感覚、忘れないと思う。来シーズンの岩岳、団体はできないかもしれないけれども、それでもできる限りサポートをして今年の結果を挽回したいと思う。

個人の成績については、結果として当初の目標は達成できなかったものの、自分の勉強などを第一にしたうえでできることは精一杯やったという感覚は持っている。エレとしては良くないかもしれないけれども、それでも、学校での勉強を優先していてもエレにはいられるし、活動を続けていけるんだ、ということ誰か一人でも感じ取ってくれたらいいなあ、と思っている。し、わがままかもしれないけれどもそんなエレであってくれたらいいなと思っている。

今年一年間は、厚岸での生活になり、エレの活動にほとんど参加できないと思う。それでも、札幌に帰った時は少しでもエレに顔を見せて活動に参加したい。4、5月の2か月間エレから離れていて改めてエレってやっぱりいいなあと思ったので(笑) 4年生として、エレに残していけるものを伝えていく一年にしたいというのが個人的な思いです。

3年目

第49代会長 小林永一

目標：岩岳団体優勝・総合優勝、個人戦スーパーシード獲得

まず昨シーズンの反省からしていきたいと思う。昨年の SPUR には道予選出場と個人戦選考会突破となっていて、振り返ってみればどちらも達成できていない。はっきり言えば、何もしていない、できていないシーズンであった。滑りに点数をつけていただく機会があっても、一度も自分で納得のいく滑りをできたことがなかったし、ただバーンを滑り降りてきてしまうときもあった。「自分で」スキーのことを考えるのが、自分に足りていなかった部分である。教わったことをそのまま練習してできたつもりでいたり、先輩や同期からももらったアドバイスをわかったつもりでいたことがほとんど成長できなかった要因だと思う。もっと自分からスキーのことを勉強して考え、いろいろなことを自分で吸収して本気で練習しなければならないと感じている。そのためにも、目標には高いものを掲げた。団体経験はおろか岩岳に出たこともないヘタクソな自分がこの目標を達成するのは無謀と思われるかもしれないが、これまでの2年間を足し合わせた以上に努力し、考え、学んでスキーに向き合うためにも、これを目標とした。

また、今年は初めて弟子を持つことになる。今までエレに貢献できた部分はあまりなかったと自分は感じているので、まずはしっかり勉強したうえで、自分が持っているものを弟子に教え、必ずうまくしてやりたいと思っている。教える中でいろいろなことに気づき、自分の技術が向上するきっかけにもなるのではないかと感じている。

今シーズンは部長として臨むシーズンでもある。執行部としては、すでにここに来るまでにいろいろなことがあり先輩・後輩に対して本当に不甲斐なく、申し訳のない思いでいっぱいである。2年間自分なりに岩岳を見てきて、今シーズンの優勝が非常に厳しく、険しい道のりであることははっきりとわかっている。もしかしたら、どれだけ努力しても足りないかもしれない、とどかないかもしれないという不安はもちろんあるが、まずは自分が先頭に立って、部を引っばっていかなくてはならないということを強く自覚して、4連覇という目標に向かっていきたい。

最後になりますが、昨シーズンはいろいろな方にお世話になりました。ありがとうございました。結果的に自分は結果を出せず恥ずかしい限りですが、今シーズンこそは絶対に結果を出して良い報告ができるようにします。

第49代副会長 中村花

今年は目標が二つある。

個人の目標は岩岳の表彰台に乗ること。道予の準決に行くこと。

岩岳個人表彰台。道予。その為に必要なのは練習あるのみ、ではあるけれど、今まで以上によく考えながら練習しなくては伸びないと思っている。学年相応の練習の仕方をして

いきたい。考え滑ることも大事だが、シーズン初期の滑走日数の多さも大切だと思うので中山と国際に通いたい。

表彰台に立つには技術の向上が絶対に必要だ。全種目上手くならなくてはいけないけれど、特にコブ。どうすべきかは技術論で書くのでおいておくが、技術の向上のためには滑り続けられなくては行けなくて、そのために必要な体力は夏場にしっかりつけたい。1、2年の際は、冬場の方が体力筋力があって、夏トレがあまり意味ものないものになっていた。今年こそは冬のために夏トレをする。もう一つ必要なのは、いつでも負けん気を持ち続けることだ。嫌になることもあるだろうが、そんな時でも、このままじゃ駄目だ、負けるぞ、札予道予で死にたくなるぞ、と自分を鼓舞し続けられるようにしていきたい。

執行部としての目標は女子総合優勝だ。

その為にはまず個人の目標を達成しなくちゃいけない。それから女子全員に頑張ってもらいたい。岩岳の優勝に向けて努力して欲しいのではなく、まずスキーを楽しんで、楽しみながら上達して行って欲しい。上達することの楽しさや努力の末に何か勝ち取ったときのうれしさを感じて欲しい。私がこの2年で一番大切だと思ったことだし、これがなければスキーの楽しさや、岩岳を目指す意味を感じていなかったからだ。その末に岩岳で優勝したいと思ってもらうのが目指していることだ。

自分が思っているよりも後輩は先輩のいいところ、悪いところをよく見て、色々と感じていると思う。見られても恥ずかしくない自分をいつも目指せるようにしていきたい。総合優勝のためにはすべきこと、考えるべきことはたくさんあると思う。それらすべてが完璧にできたら一番だと思うが、無理だとしても、いつも努力し続けていく心を忘れないで、この冬を過ごしたい。

今井琴雅

目標：岩岳100位以内

今年のシュプールを書くにあたって、昨シーズンを振り返ってみたのですが、やはり先輩や同期に支えられた1年間だったなと感じます。本当にありがとうございました。特に師匠や兄弟弟子に恵まれて、公式練がすごく楽しかったです。ですが、岩岳では自分のメンタルが大崩壊し思ったような結果を残すことができませんでした。メンタル弱すぎてたくさんの人に迷惑をかけてしまって本当に申し訳なく思っています。岩岳中、何度となく心臓が飛び出しそうになりました。こんなに自分がメンタル弱い人間だとは知らなかった。自分が1番びっくりです。1度個人戦を経験したので、今回はもっとメンタルを強く保っていきたいです。試合で、今年とはとにかく下まで無事降りるとか、そんな気持ちじゃなくて、思い切り滑りたい。そして今年は団体戦に出たい！去年、一昨年と、団体Aチ

の補欠をさせていただいたのですが、補欠2年目にしてようやく団体の難しさ、楽しさが少しわかったような気がします。(1年生の時はそもそも全く後ろについていけなかったのも、) 団体戦に出るためにはメンタルの強化が必須ですね、頑張ります。

そしてやっぱりスキーを楽しむことを忘れたくないです。まあ、昨シーズンは少しでも滑る感覚が変わることが楽しかったので、うまくなることと楽しむことはイコールなのかもしれないと思うのですが、自分がスキーをする原点だと思っているので、書いておきます。やっぱり1番大切にしたいところです。

去年は表彰台に立つ先輩方を見て、うれしい気持ちと貢献できなくて悔しい気持ちがありました。今年は執行部としても部にしっかり貢献できるような結果を残したいです。

函館支部長(仮) 大河内裕典

昨シーズンは岩岳個人戦で結果136位と、一番の目標に置いていた「岩岳個人戦出場」という目標は叶いました。でもこれは部内選考会で上位15人に食い込んだ訳でも無し。この選考会も万全のコンディションに調整できていた訳でも無し。まったくの

「TANABOTA(※1)」なのですが・・・まあ最終的に綺麗に朝里大会でまとめることもできたので結果良しとしておきます。

メンタル的に振り返るとモチベーションが乱高下したシーズンでした。札幌最後のシーズンと意気込んで始まったものの、樽予前日に捻挫。それを抱えたまま選考会終了→心の氷河期(※2)突入。ここまでメンタル管理の大変さを感じたのは初めて。最終的に捻挫は完治して2月の繁盛期を迎えられましたし、痛んでいたときはロングの練習しかできなかったおかげで年末につかんだ感覚が定着し滑りが安定した・・・ということにしてこれも結果良しとしておきます。

こうしてどうにか形になったのも師匠を始め、コーチや一緒に滑ってくださった先輩方、あのスキー馬鹿を含む兄弟弟子などなどのおかげです。岩岳に出てみて、改めて実感しました。ありがとうございました！

とまあ文面に起こすと煮え切らない感じもしますが、この1シーズンで得たものは大きいものでした。凹みながらも何とかギリギリ紙一重目標に届いたことです。挫折して凹めるくらいにはスキーに取り組めたのではないかと思います。

それとあともう一つ。高校陸上部時代の後悔を払拭するチャンス到来です。あのときも同じような流れでした。1年以上全く伸びず苦しんだ後の2年秋、今まで大会の部内出場枠も穫れなかった僕が圧倒的自己ベストを引っさげて地区大会を突破し、県大会でも更なる

自己ベストでベスト16まで行きました。しかしここがターニングポイントだったように思います。その後は、この程度の達成感で満たされてしまったのでしょうか、どこか燃え切れないままこの時の自己ベストを超えること無く僕は8ヶ月後引退しました。

きっとそのとき満足できたような気がしても、後々後悔して、でももうあの時は戻ってきません。

・・・とか思ってたけど、ラッキー！！☆^(o≧▽°)o 残機1あるじゃん！！もっかいもっかい～

♪～One more chance ～♪ 山崎まさよしバンザーイ、(=´▽`=)ノ

という訳で、左遷されても今シーズン張り切って行きますよー！
そう、頑張っていればいつか札幌に戻r・・・。(無理ですね ^ ^)
車も買ったし、板もブーツも買ったし、完璧！！

—「自分の頑張りに胸張れるくらいはやってやろう」
これは去年の自分の言葉です。
今年もこれは変わりません。
更に一つ上の段階でもやってやろうと思います。

<目標>

・スーシー
以上です。

(※1) TANABOTA... 棚からぼた餅の略称。要するにラッキー。

別英訳：an unexpected piece of good luck

(※2) 心の氷河期... 気分がめっちゃブルーなことの例え。ちなみに現代は間氷紀であり、最後の氷河は一万年前、新生代第四紀・更新世後期のものである。

清瀬徹

時間をおいて先シーズンを振り返ってみると自分はずっと逃げていたなと感じる。目標から、挑戦から、そして自分自身から。きっかけは多分12月にキロロの検定で一人だけ落ちたことで、自分に自信が持てなかった。朝里大会の予選あと1点で落ちた時悔しいと

思いながらどこかで安堵していた。そんな気持ちでスキーに向かっていただけから全然伸びなかった。そして昨年の Spur でたてた目標は達成できずにシーズンが終わっていた。今になって1年を棒に振ってしまったと後悔している。気がついたらあと半年で就活が始まってしまう。何かできる大学生活はもうあまり残っていない。だから来シーズンは自分から逃げずにスキーに取り組みたい。

ということで目標は道予準決勝進出と岩岳 100 位

…正直書いた直後から大きく出すぎたかなと後悔している。それでも逃げずに頑張りたい。

あと初めて弟子をもつことになるのでふがいない師匠と思われぬように。

倉沢洋佑

昨シーズンは夏トレの大切さを1年生の冬に思い知ったので、夏場に基礎体力をつけ、スキー場で長く練習できるようにし、自身のレベルアップにつなげていきたいと計画していた。冬場は寒さ、空腹、疲労に耐えて、より長くて密度の濃い練習をすることが目標でした。要するに冬場は根性です。また、インラインをスキーのできない夏場に数多くすることで、先シーズンの課題であった重心の場所を治し、シーズンに繋げていきかけた。実際、夏場のトレにより、あまり体力がなかった1年の時に比べて体力がついたと思う。インラインは確かに集中して練習したのだが、スキーの練習というよりもインラインスケートの練習となってしまう、そのためにスキーにつながるものが練習時間に比べて少なかったのではないかと非常に悔やまれる。（ただ、インライン技選タイムの部では役に立ちました！）この反省は3年シーズン8月現在生かされています。良かった。冬場はまあもっと頑張れたのではないのでしょうか。特に試験期間はほとんど滑りに行けなかったのが悔やまれます。総合理系の1年生の時のようにもっと日頃から勉強ができれば良かったです。昨シーズンは車をリースし、公式練などで朝一車を出すことで滑走時間を確保したのですが、まだ1日を効率よく使えるほどの持久力はついていなかったことを思い知りました。何かを意識して練習しようとしてもうまく意識することができなくて最終的に何を考えて滑っているのかわからなくなってしまったことも少なくありませんでした。今シーズンはこのようなことがないように特に集中力の面で強くなっていきたい。今シーズンは力をつけ、去年のように大会で残念な結果（選考会落ちる、小樽予選の・・・、東北連の残念な結果、朝里準決勝などなど）のようにならず、去年の自分を鼻で笑えるようになりたい。具体的には、

- ・ 岩岳優勝に貢献する
- ・ 選考会を突破し、岩岳個人戦 100 位以内に入る
- ・ 小樽予選で恥ずかしくない結果を残す（いろいろあるので詳しいことは書きません）

・東北連優勝

これらを今シーズンの目標にします。書いたからには最大限の努力をしないとイケない。

最後に、昨シーズンスキーをするにあたり、指導して下さった先輩方、特になかなか上達しない弟子の面倒を見て下さった神村さん、兄弟弟子（というか完全に兄弟子）の布川には頭が上がりません。本当にありがとうございました。来年こそ結果を出しますのでどうか見捨ないでください<(_ _)>

繁戸伸宏

ついにエレガントスキー部3年になってしまった。時間とは残酷なものだ。今までは先輩からたくさんのご指導をいただいていたが、今度は教える側である。正直自分ではまだまだ教わりたいことはたくさんあるが、いつまでもおんぶに抱っこでは許されない。なぜなら、弟子をもつ学年になったからだ。教える立場になったからには、自分が理解していないと話にならない。したがって今まで以上に「考えて」スキーをしなくてはイケない。まず自分の欠点はどこか。どうすれば自分の欠点を改善できるのか。また、体をどう使ったらいいか。効果的な方法は何か、などなど。「考える」ことが苦手な、かといってフィーリングで上手くもなれない自分にはちょっと難しいけど、それで得られるものは決して小さくはないはずだ。

特に昨シーズンは体力の不足を痛感した。2月のハードスケジュールでは、後半になっていくにつれて1日あたりのスタミナ持続時間が短くなっていった。例えばうさぎのこぶではこける回数が激増したし、ポール合宿2日目では初日に比べレール逸脱回数が増えた。大転倒したのも2日目だった。怪我につながらなかったのは、奇跡だったのかもしれない。これを踏まえて、今年は体力を付けることを目標のひとつに据えることとする。オフシーズン中のトレに真面目に向き合うことが、冬場のシーズンという限られた時間の中で自分がスキーをする時間を伸ばすことにつながる。あとは個人的に登山をして体力を付けようかな。一緒に登山をしたい人は随時募集しています。

最後に、今年は就活が始まる。自分の将来を真剣に考える必要がある。エレと、エレ以外、どちらも自分にとっての大きな転換点となる1年だ。場合によっては、どちらかに偏るのもやむを得ないと思う。そのようなことになっても、自分で決して忘れてはイケないこと、それは悔いのない1年にする、それに尽きる。

白水優一郎

去年の目標は選考会突破であった。一年目の成績でいうとメンバー最下位であった。だからオフシーズンから努力をした。うまい人の滑りを見てイメージをしていった。しかし、まだスキーのいろはもよくわからないまま勉強をしていたのであまり正確なものではなく、少し足を引っ張る結果になってしまった。シーズンに入って前の年よりもうまく体をつかえるようになったのだが、完ペキではなかった。そこで、頭の中でも完成をしないまま選考会になってしまった。できるだけことはした。しかし、惜しくも落ちてしまった。一年目ではくらべものにすらならなかった人たちと競い合えるまで成長をした。落ちたはしまったもののうれしかった。また頑張ろうと思った。

選考会后、おかげで頑張れた。ほぼ毎日スキーに行った。ただ、一つ残念なことがあった。ビデオがなかったことだ。自分の思い描く滑りを伝えて、それをもとに見てもらっていたのだが、ビデオで自分を確認すべきであった。感覚的にできていても、思い通りになってないことがよくあった。これはすごい反省点だ。今、先シーズンの自分の滑りを見ようとしても記録がない。だから見返すことができない。今年はこれを生かして、できるだけビデオを撮ろうと思う。

岩岳までにかなり成長し、岩岳のコブも安定して一通できるようになった。しかし、この期間ロング、ショートを滑れなかった。そのおかげでかなり劣化してしまった。朝里大会までに戻すこともできなかった。つまりは、完全に体に染みついてなかったということだ。成長途中で、一番上の状態を維持できていなかったということだ。今年はそうならないよう、体に染みつかせながら成長をしていきたい。

今年の目標は、選考会トップ3。4年生にも勝ちたい。そして、スーパーシード獲得。オフからイメージを完成させ、シーズンに入ってから一気に飛ばしたい。エレとしても優勝を目指す。本気で。団体経験者もすくないこの状況でも、一生懸命、本気で頑張れば結果はついてくると信じている。

鈴木智子

昨シーズンは結果については苦い思いをしました。急斜面小回りに対応できなかった自分に対し、単純にやるせなかったです。一回一回の練習の中では、自分なりに考えていたつもりでしたが、結果的に自分の感覚を重視してしまったことが反省点だと思います。今シーズンは理論の上に感覚があることを肝に銘じて取り組みたいと思います。

良かった点はインラインスケートです。人一倍悪いポジションを直すために取り組みました。自分にとって一番嫌いなものが得意に、そして楽しくなったので、自信になりました。オフシーズンから最後まで指導して下さった師匠には本当に感謝しています。選手としてはまだまだですが、自分の中で多くの変化や上達を感じることができ、さらには納得することが出来ました。弟子にもそのような指導ができるように頑張ります。

今シーズンは、個人としては女子の目標に貢献すること、そして特に執行部である同期のために部が優勝できるよう頑張りたいということが正直な気持ちです。4月の初めに学年的に執行部を迷っていた私に対して、一緒に執行部をしたいと言ってくれた同期の言葉は今思い出してもこみあげてくるものがあります。冬季シーズンに当たり、執行部として役割を果たすと共に自分に何が出来るのか考えていかなければならないと思うし、何か自分にしかできないことが一つでも達成できれば後悔は残らないと思います。

やるべきことは山積していますが、仲間との時間やスキーの楽しさを大切にしながら、一日一日を過ごしていきたいです。

来年もシュプール書きたいです。よろしくお願いします。

月井一輝

去年のシーズンは選考会に落ち、朝里も決勝に行けずとても悔しいものであった。今年こそは実りあるシーズンにしたい。

今年の目標はおおきく分けて二つある。

① 岩岳

まずは選考会突破。Aチに入る。今年こそは優勝に貢献し、楽しい岩岳にしたい。

② 道大会

去年はおまけで予選通ったので、今年は普通に通りたい。そしてタイガー滑りたい。たぶん師匠の水戸さんも道大会でと思うので、水戸さんに勝ちたい。

<目標達成のために>

- ・オフシーズンからトレーニングをしっかりと。登山はトレーニングです。
- ・シーズン前にしっかりとイメージを持つ。考えながら滑る。そして伝えられるようにする。
- ・もちろん滑走日数も大切。
- ・一人ではうまくならないので、シーズン中は誰かと滑る。先輩がいたら先輩と。
- ・人に言われてもよくわからないので、ビデオをとってもらい自分で確認する。
- ・メンタルを強く。コーチになに言われてもひるまないメンタルを。

布川敦士

昨シーズン、選考会に燃え、順当に落ち、そしてそのままシーズンを終えてしまった。

自分は3年目なのだが、4年生であり、研究室に配属され非常に忙しい毎日を送ることになった。去年一昨年に比べ活動に参加できないことが多くなったが、その中でもやれることをやろうと思う。

堀菜月

目標：岩岳個人戦 50 位以内

札幌予選突破

よし、シュプールを書こう！と思って、一通り書いて、あれみんなどんなふう書いてるっけ？と思って今までのシュプールを見てみて気づいた。あ、シュプールって昨年度を振り返るんだ。今年のことばっか書いてたよ。そうだよ。シュプール（軌跡）だもんね。ということで少し書き直しました。

まず、去年の目標の反省から。去年は一級取得、岩岳二桁が目標だった。前者は一応達成できた（朝里だけ。こぶなかったけど。）。後者は達成できなかったどころか無残な結果だった。今年の岩岳は予選が自分の中では結構調子よくて。本選までも割と順調に進んだのだけれど、決戦で順位を落としてしまった。1年生のときのほうがポイントをとれていたという事実に実はショックを受けていた。反省点は自分でもいろいろと考えていてまとまっているから敢えてここには書かないけれど。でも正直、今年の岩岳の結果は私の実力100%だったと思う。それで満足しているとかそういうことではなくて、結局本番で出る力が実力だからこの結果に後悔するならこの一年に後悔する。この一年の練習と意識が足りなかったのだと思う。本番どんなに調子が良くても練習以上の成果は出ないということを感じた。

オフシーズンは、一昨年ただついていっただけで自分の体力の向上を感じたから、去年もただついていっただけで満足していたし、シーズン中はまだスキーを楽しむことを重視しすぎてうまくなることに全力になれなかった。そもそも入った時点で人よりハンディキャップを抱えているのだから人以上に頑張らなければ人並みにならないのである。なのにそれを忘れて以前の自分よりは成長していることだけに満足していた。去年は大嫌いだったこぶ斜面も春雪もそれなりに楽しく滑れるようにはなったし、去年よりスキーというスポーツ自体が楽しくなったのは事実なんだけど、成績は思うようにはいかなかった。

「Enjoy Ski」を捨てるつもりはないが、それだけにこだわり続けていると成長できない。そもそも「Enjoy Ski」は楽しくないときはスキーをしないという意味ではないはずだ。もっと根本の、苦しいことを乗り越えたうえでの「楽しい」を今年は見つきたい。

師匠は第一希望が通ったし、兄弟弟子にも恵まれた。うまくいかないときは励ましてくれて、時には喝をいれてくれ、こんな私を見離さずいつも優しく見守ってくれた兄弟弟子には本当に感謝している。こんなこというと調子に乗るからほんとは言いたくないけれど。公式練では常に師匠に怒号を浴びせられ、ときにはこぶの中で両足をスキーバンドで

縛られたりしたものだ。そのせいでバンドが一本壊れたんだよな。サロモンのバンド・・・。師匠の厳しさにゴーグルの中で何度涙目になったことか。その時私はミラーのゴーグルを買うことを決心しました。なんで第一希望にしたの？とはよく聞かれた。自分が甘えてしまう性格なのをわかっていてから。だから後悔はしてないし、というか感謝かない。ほんと半年間こんなできの悪い弟子を見捨てないでくれてありがとうございます。これからもよろしくお願いします（笑）。

今年の目標は最初に記した。正直去年の結果からいって無謀なのは承知である。しかし、今年の女子の目標、優勝を達成するには必要となる条件だ。今まで一緒に頑張ってきた執行部女子のために、ついてきてくれる1，2年生のためにも頑張りたい。あと1年生のときからずっと師匠の順位を岩岳の目標にしているので、そのためにも。

みんなで表彰台のてっぺんに立てたら本当に嬉しいだろうな。

ふたつめの目標は今年から入ったチームに少し関係があって、私以外は全員他大（基礎は他大とカウントしておく）で、みんなレベルが高くて、そんな人たちと同じ土俵に立てたら嬉しいだろうなあっていうささやかな願い。もちろん今年が一番の目標は岩岳優勝だけれど、スキーに関してはエレにとらわれない幅広い視野を得られたいいなと思う。

最後に、昨年度お世話になった師匠、兄弟弟子並びに先輩方、コーチの方々、一緒に楽しんでくれた後輩。本当にありがとうございました。来年もよろしくお願いします。

宮内祥瑚

目標：岩岳25位以内 道予出場

去年シュプールを書いて、もう1年経つのかと思うと、去年はあっという間だったなと気づかされます。エレに入ったきっかけをつづり、岩岳への思いをつづり、次の目標をつづり・・・今更ながら恥ずかしいことをさらさらと書けたなあと過去の自分を褒めたいところです。

去年のことを思い返してみると、後悔と後悔でいっぱいあります。というのも、去年掲げた目標を何一つ達成していないこと。シーズンオフ中のトレにあまり参加できなかったこと。滑走日数とのびが比例してなかったこと。・・・これ以上にたくさんありますが、真面目にあげていくと辛いのでこころへんで勘弁してください。とにかく、後悔がたくさんあった1年でした。

スキーを1年間やってトレの重要さがわかったので、去年はトレのメニューの意味を少し理解できながら行えたので楽しかったです。本当です！1年の時は体力をつけないとな一程度でトレをこなしていたのですが、1年滑るとトレに対するモチベーションがあれだ

け上がるとは思いませんでした。しかし、自分の弱さが出たのでしょうかね。体調悪化を繰り返し最後の方ではあまり自分の思っているように体が動かないことが多々あって、体を動かすことにマイナスイメージしかつかなくなっていました。体を動かすと体調が悪くなってしまうという不安もあり自分を追い込むほどの運動ができなかったことを後悔しています。体調管理は大切です！！

不安なまま突入したシーズン。スキーでも体力がなくあまり長時間滑ることができなかったのかなと感じています。あと一本滑ろう！という意識よりも、これで終わりにしよう。というマイナスな気持ちで滑っていました。滑走日数を稼いでもこれではのびにのびませんよね・・・。あと、2年は知識と理解が必要！とよく言われていましたが、本当にその通りです。自分の中では考えて理解して滑っていたつもりですが、間違った理解をしていたこともありなかなかうまくいきませんでした。岩岳行く直前まで自分が思う滑りを身につけることができず、もっと練習したいという気持ちを抱えたまま岩岳をむかえてしまいました。

去年初めて経験した団体、岩岳個人戦出場。さやさん！ちゃんと11回緊張できましたよ！！笑 しかし、結果は、ポイントは稼げたけれどスーシーはとれませんでした。そして団体もあまり良い結果ではありませんでした。Aチが優勝して嬉しくて喜びましたが、正直悔しくて仕方ありませんでした。自分も頑張ったのに、あれだけ練習したのに、、、Aチに勝てるなんて思ってなかったですけど、どこかライバル意識があったのかもしれない。自分のレベルを考えると恥ずかしいことですが。でも、とても悔しかったんです。個人戦についても満足した滑りなんて一度もありませんでした。・・・嘘です。予選1番始めの小回りは満足した滑りでした(笑)それでも、なぜか毎回しょうがないかーって諦めていたところがありました。未完成のまま試合でちゃったからなーという気持ちがあったからです。こんな気持ちで大会に挑んでしまったことを今はとても後悔しています。

後悔後悔の積み重ねの1年でしたが、今年はその後悔を全部払拭させるぐらいトレヤスキーをやりたいと思っています！！今年から教える立場になり自分の練習時間が短くなるので、しっかり1本1本を大切に考えて滑らなければなと思っています。そして、教えるための知識をさらに増やして後輩の上達に役立てたいと思います。

今年の目標は岩岳25位以内。絶対やってやります。自分ならできます。できるはずなんです。だって、YDK（やればできる子）ですもの！！宮内なんかにはできないだろうと思ってるあなた、、、当たっていないことを祈り、ここで終わらせていただきます。

最後になりましたが、去年教えてくださった先輩方コーチの方々、今でも一応弟子と認めてくれている師匠のふうたさん、一緒に支えてくれた兄弟弟子の2人、ありがとうございました！今年も頑張りますのでよろしくお願いします！！

2年生

荒島 洸樹

目標

岩岳大会個人戦決勝出場、道予出場

北海道に来たからにはスキーをするしかないという考えでエレに入った。そして、オフシーズンはスキーのための体づくり、シーズン中はスキーを楽しく滑り込むことにより感覚的に上達してきた。その結果、新人戦選考会では負けてしまった同期の何人かにも勝つことができた。しかし、一年間で最後の大会である朝里大会では熱を出してしまいDSという形になってしまった。

1年目では感覚的にスキーを楽しむことによって上達できたが、2年目になり、スキーを1年間やってきて楽しく滑っているだけでは、自分の滑りを見て自分で悪い箇所を見つけられ、改善できるようにしないといけないと感じた。そのためには、1年の時にはあまり持つことがなかったスキーに関する知識をつけることが重要であり、また他人に自分の滑りを見てもらい意見を聞くということが必要である。そのためには、まずオフシーズンに自分の理論を確立することが必要であり、技術論等で理論をある程度確立した後も他人の意見を取り入れていく必要がある。次に、理論を確立すると同時に知識をつけていく必要があり、その知識をつけるだけでなく滑っている途中で複数のことを意識できるように、スキーだけでなく他のスポーツにおいても複数のことを意識しながら行えるようにする必要があり、そのためには運動をイメージすることが必要である。なので、今年は昨年出来なかったオフシーズンからスキーのことを考え、つながるように運動を行っていきたいと思う。

今年は、昨年できなかった理論を確立して、自分の滑りを見て改善するところを見つけ自分の滑りに反映させ、上達していきたいと思う。また、去年は体調不良により大会をDSしてしまったのでそんなことがないように体調管理は、スポーツをする以前の問題であり自己責任であるということを頭においてエレで過ごしていきたい。

飯田達朗

高校の部活でバドミントン辞めて他のスポーツに浮気をした部長は自分が知っている限り過去に例がない。ただ高校の部活の人間がこれを読んでいるとは思えないので、正直に書きます。僕は、バドミントンよりスキーの方が、好きです（笑）

いくつかの新歓にお邪魔したが、エレの雰囲気自分があっていたこと、それから「やっぱりスキーやりたいな」という自分がいたこと、この二つを理由にエレの一員になることを決意しました。自分が「サークル」というものにもっていた偏見からか、驚いた

ことにこのサークルは練習・トレがハードで“真面目”（笑）。けれど自分は大学でもスポーツを真剣に取り組みたかったので、この予想外の出来事には返って安堵。

入部以前にスキー場に行ったことのある回数は両手で数えられる程度、というエレに一番多いパターンであった訳ですが、その程度の経験ではオフトレがスキーにどうつながっているのかは結局いまいち分からず仕舞でシーズンを迎えることに。「SKI journal」とか「SKI GRAPHIC」とかに目を通したこともあったけれど、小学生にとっての教科書みたく、文字は一つも目に留まらずただの絵本と化しました。今年の一年生にこの辺りをどれくらい教えれば良いのか、考えどころ…

そして迎えたシーズンイン。

涌井さんを師匠、柿澤を兄弟として過ごした一年目のシーズン。スキー場に通った日数は90日弱。年明け初スキーが1月14日と非常に遅かったのが100日を達成できなかった大きな原因かな。

国際での公式練では「師匠1人弟子2人体制」だったが、モイワでやる頃には「師匠1人T A 1人弟子1人体制」に。貴重な公式練の時間の多くを自分の練習に割くこととなり兄弟には申し訳なかった。それを取り返す意味もあり、五限後でも電車でオーズに通い、平日の夜は小沼さんと水戸さんに幾度となくお世話になりました。ありがとうございました。

そして、なかなか上達しなかった自分を最後まで丁寧にご指導くださった師匠、ありがとうございました。ただ、サロモンも岩岳も朝里も、大会での滑りを見て頂けなかったのは残念です。岩岳の新人戦順位発表後に各師弟で記念撮影をする中、柿澤と二人で宿に戻るのには少々寂しかったと同時に兄弟が柿澤で良かったと思う瞬間でした。

今年一年で一番鮮明に覚えているのは、岩岳新人戦総滑。Gバーン上で構えた時に見える景色。バーン下に見える先輩たち。自分の背後と横にいる同期。そしてスタートフラッグが振り下ろされ、漕ぎ出した瞬間に自分を包み込む声援。斜度変までは脳がフル回転、斜度変からは無心。滑りきった後、人ごみの中に見えた小沼さんの“グーサイン”…って感じで全て上手くいったかのように回想されますが、順位は83位とチームに貢献することはできず。自分にとって意味のある結果を残すのも大事ですが、チームの一員として出場している以上、やはりチームにとって意味のある結果を残さないといけない。今年の目標はやはり個人戦出場です。

また、「新人」ではなくなった今年こそ、去年よりも同期を意識して一年を過ごそうと思います。同期に負けたときが最高に悔しくて、同期に勝ったときが最高に嬉しい。同期ほどに強力な着火剤はない。それから今年はオフトレのモチベーションもかなり高い。自主トレの回数も去年より遥かに多い。ただ、学科がなかなか多忙なので、そこは良いバランスをとっていきます…。

最後に、目標をまとめて書き留めておきます。岩岳個人戦出場すること。オフトレの人一倍の充実させること。ライバルとしての同期に負けないこと。仲間としての同期と高め

合うこと。「漕ぎ出した瞬間に学んだことを一切忘れる。そこでなお残っているものが実力。」これをモットーに1年間頑張りますので宜しくお願いします。

柿澤宏昭

昨シーズンについて

スキーをされていて楽しければそれでいいと思っていた時期がシーズン中盤までであった。しかし、選考会や大会が始まるに連れて競技者として技術を磨いていくことを重点的に考えるようになっていた。考えながら滑るのは楽しかったし、毎日目標をもって取り組むことができた。練習ではできても本番ではできないことが目立ち、点数はシーズンを通して伸びが見られなかった。

来シーズンについて

昨シーズンでは練習と本番での差が点数に影響していたので、次のシーズンではその差をなくすように練習を積んでいくことを目標とする。1年の時よりも練習に当てることができる時間は減ってしまうから、密度の大きい練習が必要となる。板のショートに加えてロングの扱いにも慣れなければならない。そのため、計画的な練習が求められる。感覚的なスキーから論理的なスキーを今年からは目指したい。

大会での具体的な目標順位などは現時点では全くない。2年目では、大会に慣れ、大会での戦い方を確立することに集中したい。岩岳大会ではA、Bチーム登録があるので、団体練習をとるか個人練習をとるかが悩みどころである。

とりあえず札幌マラソン漏れてなきやがんばろ。

葛西仁太

目標:1級を取る。スキーと学業の両立

昨シーズンを振り返ると実に多くの課題を残した一年だった。第一に体力面が挙げられる。ハイシーズンに入ってから疲れを残し集中できないまま練習することが多かった。怪我などはなかったが危険な転倒などは何度かあった。スキーが危険なスポーツであることを改めて自覚しシーズンを通じてパフォーマンスを低下させないよう努めたい。

第二に技術面である。スタンスの広さをシーズンを通して指摘された。また、ストックや荷重も特に小回りで雑になる傾向があった。周りのアドバイスを意識し動きに表せるようにしていく必要がある。

そして第三に学業との両立である。これが自分にとって昨シーズン最大の課題とって

もいい。練習の疲れを引きずり授業や普段の生活をおろそかにしてしまった。メリハリのない生活をしていたと言っても良い。その結果留年し春の練習をはじめ自分の滑りを向上させる機会を逃してしまった。

これだけ書くと昨シーズンは何も得られなかったように見えるがそんなことはない。ただもっとたくさんのかたを吸収することができたと感じる。

ではこれらの失敗を踏まえて来シーズンは何をしていけばいいだろうか。まずは学業とトレーニングとのバランスをきちんと整えたい。両者が中途半端にならないよう有効に時間を使いたい。また、春の練習ができなかった分他の部員より多くのことを貪欲に吸収するよう努めたい。

また、今後後輩が学業とトレーニングのバランスに悩んでいたら自分のような失敗をしないよう相談に乗ってあげたい。それは休部した自分にしかできないことだと思う。

栗城広賢

来シーズン目標：1級取得、岩岳個人戦出場権獲得

エレガントスキー部に入った経緯やこれまでの1年間の活動を自分なりに振り返ってみようと思う。

僕は道民なのだが、故郷である釧路市ではあまりスキーが盛んではなく、エレに入るまでスキー経験といえば中学校時代のスキー研修のような行事で2日間だけスキー場に行ったのみだった。ただ、そこでの2日間がものすごく楽しかった記憶があることと、北海道の大学に入ったのでまたウィンタースポーツを試してみたかったということがエレに入ったきっかけの1つである。入部してからは夏の間は、運動部経験が無く基礎体力もほぼ無かった自分には辛いものであったが、こういうものなのかとあまり深く考えなかったこともあり、いつの間にか時間が過ぎていった印象である。最初の頃に比べ体力も少しは付いてきたという自信と共に、秋からシーズン前はエレの活動が徐々に楽しくなってきた感じがあった。グレステンなど初体験の行事は新鮮で、学年としても仲が良くなってきた(?)こともありエレの行事1つ1つが楽しかった。さて、ここから長かったオフシーズンも終わり、やっとシーズンインするわけなのだが、恥ずかしいことにシーズンイン前までまったくといっていいほどスキーの知識は無く、もちろんオフシーズン中に勉強することもなくそのままシーズンに突入してしまったため、マテリアル講習などで習った用語(それでも「荷重」しか覚えてなかった気がする)以外はさっぱり分からず、シーズン初めの内はいろいろと戸惑ったことを覚えている。正直個人戦選考会の2週間前まではカービングの感覚もつかめず、どんな滑りをすればいいかなどはほぼ考えることもできず、ただスキーに慣れる、それだけに必死だった。それでも週1回の公式練はとても楽しかったので、それを楽しみになんとかモチベーションを保っていた気がする。どんな下手な滑りをしてきて

も笑って許してくれた師匠には本当に感謝したい…。強化練や団体戦が始まった2月などはスキーがもはや生活の一部のようになっていて、スキー場に行き、最低限の生活だけを家で送る、いわゆるほぼスキー場にいる毎日が続いていったが、スキー部らしい冬休みの過ごし方に自分なりに誇りを持っていたことも本音である。そんな2月も終わり、いよいよ岩岳大会が迫ってきた。個人的に岩岳はやはりエレの1年間の中で一番の思い出であり、その移動も含め、良し悪しは置いといて全てが印象に残っている。あれだけの期間を1年男子10人部屋で過ごしたこともあり、もはや家のような感覚で大会中は過ごしていた気がする。ただ新人戦の結果に関しては、得点も伸びずポイントを取り貢献することもできなかったのが悔しかった。2月などスキーには行ったものの、あまり深く考えることなく漫然と滑っていたことが反省である。

その悔しさを引きずって挑んだ朝里大会だったが、こちらも微妙な成績に終わってしまい、大会では結果を残すことができずシーズンを終えてしまった。自分の性格として飽きっぽいところや、何をしても続かないところが練習に悪影響を及ぼしていたのかな、とシーズンが終わって薄々分かってきた感じがある。来シーズンはもう少し自分と向き合い、今シーズン以上にスキーを楽しめたらな、と思う。目標にも書いた通り、結局取ることのできなかった1級を取ることを筆頭に、結果にこだわるシーズンを過ごしていきたい。

定尚輝

今年、一年間エレガントスキー部として過ごしてみて後悔は一つもなく、貴重な経験ができたことは素直に喜ばしいことだと思います。ありきたりですが、一年間共に頑張った同期と色々お世話になった先輩の存在が大きいと感じました。本当に感謝しています。

この一年間を振り返ったのですが、スキーしかしていない自分には少し呆れました。総合系という自覚が足らなかったため週6、7でスキー場に行ってしまいました。今年はこの反省をいかして週5、6で行きたいと思っております。こんな風になってしまったのはスキーが楽しすぎるからでしょう。大会など人前で演技を披露するというのはとても緊張するものだとわかりました。けど、なぜかもう一度経験したいと思っております。あ、師匠も同じことを言っていました。

中でも岩岳は抜群に緊張しました。不思議と同期が滑ってくるときも緊張していたことを覚えています。日頃から一緒に滑っていたからでしょうね。

最後の飲み会はホ、ン、マに楽しかったです。もはや大会で成績を出すことよりもこの飲み会をより良いものにするためにスキーを頑張ったと言えます。次の飲み会もみんなが笑って楽しめていたらいいなと心から願っています。

スキーを一年間続けると時間をほとんどスキーに費やしてしまいましたが、僕はスキーのために投資したものの以上に得られるものの方が大きいことをすごく感じました。この一年間は楽しむことだけを考えて過ごしてきました。来年からは色々考えなければならないと思いますが、スキーを楽しむという気持ちは変わらない自信があります。残りのエレガントスキー部で過ごす時間は楽しいことは間違いないので待ち遠しいです。

今年からは後輩ができてうれしく思います。エレに入部したのは正しいと思いますよ。また、エレが賑やかになり楽しくなりそうですね。

最後に色々感じるがあった一年でしたが、、エレガントスキー部は楽しいです。先輩、同期と後輩のみんなですごく楽しく過ごしていくことができれば何よりです。

一年間、ありがとうございました。

佐藤悠佳

目標：一級取得、岩岳個人戦二桁

早いもので、エレに入ってからもう一年もたってしまいました。去年の健康診断の日に、先輩方にBoxまで拉致されて、PVの格好よさに目がくらんでから、色々なことがありました。今まであらゆる運動が大嫌いで、唯一スキーだけは、まあなんとなくできるレベルだったので、オフトレはととても大変でした。ただ、自分に体力や筋力がないことは自分でわかっていたので、ある程度覚悟していた部分ではありましたし、それよりも、エレに馴染めるかどうかの方が不安でした（笑）

夏休みが終わり、シーズンが近づくとつれ、スキーができる楽しみな気持ちと、はたして自分はどこまで頑張れるのかという不安な気持ちを持つようになりました。これは最大の反省点なのですが、総合理系ということ差し引いても、昨シーズンは滑走日数が少なく、12月、1月と時間が経っていくにつれ、同期の成長にととても驚き、同時にとても焦りました。公式練でも、一週間での成長が少なく、今になって師匠にととても申し訳なく思っています。それでも、公式練はととても楽しいものでしたし、少しずつできることが増えて

いくことで、さらに上手になりたいという気持ちを持ち続けることができました。しかし、やはり岩岳大会が近づいてきて、師匠だけでなく、様々な先輩に教えていただくようになってからは、求められている動きがなかなかできず、悔しい思いを何度もしました。

岩岳大会では、私は公式戦の参加もサポートも初めてだったのでまず雰囲気圧倒されました。普段とは違う空気の中で、自分の実力を出し切ることの難しさを知りました。またその後の朝里大会でも体調を崩してしまい、せっかくの機会を生かし切ることができず、どちらの大会も非常に悔いの残るものとなってしまいました。春シーズンになってから、シーズンではこぶをあまり滑ってこなかったのですが、できるだけこのシーズン中にこぶに慣れたかったのですが、こぶ練に参加できず、春練で何度もこぶに連れて行っていただき、なんとか滑り降りることができるようになりました。そのことについては満足しています。

昨シーズンの反省を踏まえて、今シーズンはまず第一に滑走日数を増やすこと。そして一級取得、岩岳順位二桁を目標に頑張ります。最後に、昨シーズン様々な面で支えてくださった皆さん、特に師匠には感謝してもしきれません。ありがとうございました。今年も頑張るので、よろしくお願いします。

進藤匠

2000円でスキーができる！ということで、学生会館が一緒だった大阪人と新歓スキーに行き、雰囲気がよかったのでエレに入部することした。

オフシーズンのトレーニングについて。オフシーズンのトレーニングはもっとスキーと関連付けて練習するべきだった、とは思っていない。スキーをやったことがなかった身としては、いくら先輩にスキーとトレーニングの関係について説明されても解らないものはわからないのである。だから先輩がやっている形を真似するだけ真似していたという感じだった。2年生になったらそうはいかない。スキーシーズンを一度経験しているので、スキーの感覚とトレーニングの感覚を結びつけながら、効率よく練習していきたいと思っている。

スキーシーズンについて。一年生は楽しく滑っていればいいという言葉に甘え、何も考えずにただただ滑走日数だけが増えていった。同期の上手いやつらを見ていると、よく考えているんだなあと感じさせられる。今シーズンはもっとスキーを理解して、自分で考えながら滑ろうと思う。晩飯のメニューのことを考えながらスキーをするのはやめます。

今シーズンの目標は急斜面を何てことなく滑れるようになること。1級を取ること。岩岳の個人戦選考会などなど色々あるが、とりあえずスキーが上手くなればもっともっとスキーが楽しくなると思う。スキーを楽しめなくなったらスキー部としてつらいと思うので、スキーを楽しみたいと思う。

高山岳

目標：岩岳個人戦 150 位以内、団体戦出場、楽しむ

北海道に来たからにはスキーをやってみたいということでスキー部を調べ、そしてオフシーズンにはバスケが出来るからというかなりテキトーな理由からエレに入ったが、とても楽しく充実した一年を過ごすことができた。オフシーズンの活動も楽しかったが、シーズンに入るとそれを遥かに上回るくらいにスキーが楽しかった。先輩方に教わり今まで出来なかったことが出来るようになるのは嬉しかったし、一年のうちから上手い選手に囲まれた大会の緊張感の中で滑るという貴重な経験をすることもできた。

シーズンを振り返って大会などの結果をみると、一年目のシーズンとしてはそれほど悪くはないように思えるが、正直物足りない。一年目の目標としていた一級取得は達成したものの、自分の滑りを見返すと直すべきところがたくさんある。スキーの知識に関してもまだまだ少なく、勉強しなければいけないことも多い。二年生になると学部が忙しくなり一年の時に比べスキーに行ける日数が減ってしまうかも知れないので、今までより質の高い練習をしていきたい。特に、去年は ELAN の性能に頼りながらも、ELAN に悩まされ、ずらし小回りや内足をうまく使うことが出来なかったのが今よりうまく扱えるようになりたいと思う。あと、ブーツの痛みで公式練を欠席したり、肺気胸で試乗会に行けなかったりとスキーができずに悔しい思いをした時期があったので、今年は何事もなくすごせるといいな・・・

二年目の目標は最初に書いたとおり、岩岳個人戦 150 位以内、団体戦出場、そして楽しむ、である。岩岳大会に個人戦選手として結果を残すだけでなく、団体戦にも出場してエレに貢献していきたいと思いこの目標を立てた。三つ目に挙げた「楽しむ」というのはただうまくなることに意識が行き過ぎて心の余裕を失ってしまわないように、そして今まで以上にスキーを楽しんでいきたいという思いからである。これらの目標を掲げたからにはそのために全力を尽くしていきたい。

最後に、丁寧にスキーを教えて下さった先輩方、ありがとうございました。特に師匠の西田さんから教えてもらったことでかなりスキーの理解が深まったと思います。公式練の内容は毎回難しかったけれどとても楽しかったです。本当にありがとうございました。

中光大輔

目標：選考会通過、K&Hに入れる実力を身につける

自分がエレガントスキー部に入って1年が経ち、一通りエレとしての年間の活動を経験したので昨シーズンを振り返ってみたいと思う。

まず、すぐに出てくる言葉は「中途半端」である。岩岳でも朝里でも決して喜べるような結果を残すことができなかつたうえに、1級も取得することができなかった。

自分は、1年浪人しても果たせなかつた医学部に入るという目標を達成するつもりで、北海道大学に総合理系で入学してきた。この時点で、一年生としての自分の一番大きな目標は医学部に入ることであり、自分の気まぐれで入ることになったエレガントスキー部の活動がそれよりも高い位置にくることはなかつた。もちろんオフシーズンのトレや、シーズンに入ってからの公式練習を一度も休むことはなかつたが、まずは勉強をしっかりすることに重きを置いていたので、公式練習以外の日でオーズに行ったりして自主的に練習する回数は他の同期よりも少なかつたように思う。そのため自分が同期の中で実力的に下位の方に位置することになるということはわかつていたが、実際に新人戦選考会が終わって順位が出てみると想像以上に悔しかった。そこからもっと練習したいという思いが強くなり自分の中でのエレの優先順位は徐々に上がっていった。

それからは同期に少しでも追いつけるように、岩岳大会で自分がベストの滑りができるように必死に練習した。しかし必死に練習したつもりだったが、思っていたほど自分の技術は向上していかなかつた。回数をたくさん滑れば上手くなるだろうという安心感がどこかにあつたのかもしれない。今思うともう少し自分で考えて滑る必要があつたと思う。

そうこうしているうちに、岩岳大会が訪れ、何もできぬまま自分の演技が終了した。そんな自分に反して、先輩方は結果を残しエレは優勝することができた。そんな先輩方を最高にかっこいいと思ったと同時に、べつに自分がいなくてもエレは優勝できるという、最初からわかつていた事実を、実際につきつけられ辛くもあつた。来年は個人戦の選手として岩岳に出たいと強く思った。そういうわけで、冒頭の目標を掲げたわけである。

K&Hの目標については、自分の愛するロシニョールのチームに入りたくて単純に思つたので掲げた。他のチームに比べて入るためのレベルが高いので入ることは難しいかもしれないが、この目標を設定することで少しでも自分の実力向上に繋がればいいなと思つている。

目標を達成するために、オフシーズンのトレで体力をつけてスキーに行き続けることができる体をつくり、ただ先輩に教えてもらうだけではなく、自分から積極的にスキーの知識や理論を学ぶようにしたいと思う。中途半端だつた1年目を反省し、2年目は飛躍の年にしたいと思う。

野村航希

目標：個人戦選考会突破、岩岳個人戦 100 位以内（一級を取る）

まず、昨シーズンを今振り返ってみるとあっという間だったというのが素直な感想である。これは日々のスキーをがむしゃらに楽しんでたからかなと思う。

思えばこのエレガントスキー部に入部したのは、せつかく北海道に縁あって来たんだからウィンタースポーツをやろう、と思ったのがきっかけだった。実際に入部してみると、予想以上にスキーに対して真剣な姿勢で取り組む先輩方に少し引いたのはここだけの話。たかがスキーでしょ、レジャースポーツでしょと思っていた自分にとって、スキーガチ勢の先輩方は理解できなかった。どうしてスキーにそこまでするのかと。オフシーズンのトレーニングは、ほとんどスキーを滑ったことの無い自分にとって何の意味があるのかわからなかったし、理論討論会なども何を言っているかさっぱりわからなかった。そのせいかシーズンの初期はあまりスキーには行かなかった。オーンズに行ったとしても、カリカリのボコボコでまともに滑れないし、周りのみんなはすごいうまいし、次にまた行こうという気にならなかった。今思うととてももったいないと思う。

でも、週に一回の公式練はとても面白くて毎週が楽しみだったし、一週間ごとに少しでもうまくなっていくのがわかってから、途端にスキーが楽しくなった。そこからは毎日があっという間だった。ほぼ毎日のようにスキーに行き、遅くまで滑るというのを繰り返した。シーズン初期に行かなかったのが大きかったのか、新人戦の選考会では散々な結果だったが、春休みになってから毎日スキーに行くようになって、自分でも見る見る上達していったのがわかった。

そうして迎えた岩岳大会。とりあえずできることはすべてした、と腹を括って臨んだが、結果はひどい物だった。新人の中でも下から数えたほうが早く、プルークで降りてきていた人と同じ順位だった。周りのみんなはミスジャッジだったと励ましてくれたが、自分には結果がすべて。表彰式後、ポイントを取った人を胴上げしている横で初めて悔し涙を流した。

その日から、誰が見てもうまいと思えるような滑り方をすると心に誓った。そこからは主にうまい人の滑り方を研究したし、ビデオもいやというほど見た。自分に何が足りなくて、どうしたら補えるか、滑りながら確認していった。それがようやく形になったのは、最後まで最後、朝里大会の新人戦二日目だった。そこで初めてじっくりくる滑りができた。ジャッジもしっかり点を出してくれたおかげでようやく結果が出た。とても嬉しかった。少しだが自分に自身を持てたし、これまでお世話になった師匠や、岩岳中励ましてくれた同期たちに恩返しができる気がした。

このように良くも悪くも昨シーズンはスキーに振り回されっぱなしだったが、最後に一級を取れなかったのは悔しい。でも、おかげでオフシーズン中もモチベーションは常にマックスだ。スキーのためならつらいバイトも頑張れるし、トレだって楽しんでできる。一

シーズン経験した今なら、先輩方がスキーガチ勢になるのもうなずける。それだけすべてをかける価値のあるスポーツだから。

来シーズンは、目標にもあるように個人戦選考会を突破して岩岳で雪辱を果たしたい。そのためには今年はシーズン初期からガンガン滑りに行きたいと思う。課題の密脚を克服して、小回りを上達させ、大回りもさらにうまく滑れるようになりたいと思う。そして、何よりも楽しんでスキーをしようと思う。

最後に、楽しく時には厳しく指導してくれたたじさんをはじめ先輩やコーチの方々、昨シーズンはお世話になりました。来シーズンも楽しくやっていきたいと思うので、よろしくをお願いします。

伴野穂高

目標 個人戦選考会通過

岩岳個人戦150位以内

エレガントスキー部に入って一年が経ちますが、全体的に見ればとても楽しく充実した一年を過ごせたと思っています。後悔があるとすれば、シーズン中もっと考えて滑れていれば良かったなということです。でも、どんな時でも後悔の一つや二つはあると思うので、あんまり気にせずに行こうと思います。来シーズンまでにスキーの勉強をして、しっかり自分の滑りを自分の納得いくものにできるようにはするつもりです。

オフシーズンのトレでは、きついことが多少はありましたが、体を動かすことが好きだったので、あまり苦なく取り組むことができたと思っています。今はトレ内容をスキーのイメージとともにこなすことが少しずつできるようになってきているので、シーズンに向けてしっかりトレを考えながらしていくつもりです。

シーズン中はできる限りスキー場に行き、先輩方に見ていただいたり、同期と滑ったりして、スキーを楽しみつつ練習をしました。僕は個人戦選考会にも出させていただいたのですが、見事に最下位に沈んでしまいました。それでも、個人戦選考会に出させてもらったことは、とても良い経験です。今では、よく出たなあと思いますが、、、来年の選考会では必ず15位以内に入って岩岳個人戦に出場したいです。

新人戦選考会やサロモンカップでは良い結果を残すことができなかったので、残念でしたが自分の実力不足を気づかせてくれる機会になりました。正直に言うと、2月の中盤の僕はあまりスキーに対するモチベーションが高くはありませんでした。練習が連続してある時期だったので、体力的な問題ではなく精神で参ってしまった分があったのだと思います。みなさんがどう思っているかは、分かりませんが自分は結構マイペースな所があるので、少し自分のペースが乱されてしまった感があります。新人戦選考会が終わった時点で、少し気持ちが切れてしまったのが原因かもしれません。それでも、岩岳大会を通じ

てエレガントスキー部がこの大会に重きを置く理由が分かったので、来年は気持ちが切れる心配もなくなりました。来シーズンは今シーズン以上のモチベーションを持ってのぞみたいと思います。

最後に師弟についてですが、僕にはもったいないくらいの良い師弟だったと思います。師匠の西田さんは器用では決してない僕に親身になってスキーを教えてくださいました。その教えの半分も理解できたかあやしい僕は申し訳ない気持ちでいっぱいです。兄弟弟子の岳は器用だし、どんどんいろんなことを吸収していきみるみるうちに上手くなっていきました。岳は人一倍にスキーのことを勉強していて、それが結果につながっているのをみるととても尊敬します。それを見て僕も頑張ろうと思ったことが多々あります。本当に良い師弟に恵まれた僕は幸せもんです。西田さん本当にありがとうございました。今後もよろしくお願いします。岳が兄弟弟子で僕個人としては良かったと勝手に思っています。これからもよろしくたのみます。

本当に最後に、来シーズンも自分なりに頑張っていこうと思っていますので、エレガントスキー部のみなさまよろしくお願いします。

樋口雅之

エレに入って一年…本当に楽しくあっという間の一年だった。

スキー経験が全くと言っていいほどなく初期オーズ草むらを滑ったり転びまくったりしていたが全然辛いとは思わなかった。指導して下さった先輩方、なかなか上手にならない僕に根気強くスキーを教えてくださいました師匠には感謝しています。

楽しいことも多かったが後悔していることも多い。まずはシーズン中に1級をとれなかったことである。来シーズンに入ったらできるだけ早く1級を取りたい。

次に大会での成績である。サロモンカップ、岩岳、朝里でエレ逆ラップだったのは実力的には当然だったが悔しかった。他の同期に比べ滑走日数が少なかったこともあるが、やはり一番の要因はトレ不足だと思う。昨年は何のためにトレをするのか理解せずにトレをしていたので今年はスキーを意識してトレをしたい。また、考えて滑るということができていなかった。今年はスキーの理論を理解した上で滑ろうと思う。

来シーズンはスキーを楽しみつつも上達することが目標である。

矢野健太郎

前シーズンを振り返ってみると、後悔ばかりが頭に浮かぶ。それは岩岳・朝里大会で全く戦力にならず、部に少しも貢献できなかったことや、シーズン中に1級を取得できなかったことが主な理由だが、その原因は明らかにシーズン初期に練習をサボったことであり、そのことは悔やんでも悔やみきれない。シーズン初期の練習をサボったことがきっかけ

けで、本気で練習していた同期と疎遠になったり、新人戦選考会後から本気で練習する気になっても、やるべき練習があまりにも基礎的な内容で先輩にアドバイスを聞きに行きづらかったりして、ドンドンと泥沼にハマっていった。

そこから少しでもまともに滑れるようになったのは、間違いなく2月の強化練のおかげだったように思う。そこで多くの先輩から色んなことを学び、教わったことを一つ一つ繋げていき、自分の中で滑りのイメージを確立する努力をし始めたことで以前とは全く違う滑りが出来るようになっていった。とはいっても、未だに経験不足・知識不足のせいでそのイメージもかなり不出来なものだ。朝里大会のイエロー小回りなんかは、右足を怪我していたとはいえ、自分が意識していたことは全て出し切ったにも関わらず大した点数にはならず、その後自分の理論が根本的に間違っていたことを知った時にはかなりのショックを受けた。

以上のことを踏まえて、来シーズンの目標は、

- ① 多くの先輩方に自分から教えを乞いにいき、スキーの知識をもっと身につけ、目標とする滑りを実現するためにもっと練習を積むこと
- ② シーズンの早いうちに一級をとる
- ③ 個人戦選考会でAチ入りする
- ④ サロモンカップで上位3割に入る
- ⑤ 岩岳大会個人戦 120位以上
- ⑥ 朝里大会 30位以上

このようにしたいと思います。

最後に、たくさんお世話になった先輩方や同期のみんな、本当にありがとうございました。これからもよろしくお願いします。

山口奈津子

まず、エレの先輩や同期には、この場を借りてお詫びしたい。

この一年は、総合理系で成績をとることとエレにかける時間とを完全に線引きして、公式行事以外はほとんどエレに時間を割かなかった。スキーよりも総理で後悔したくなくて、はじめからそう決めて一年間取り組んできた。シーズンに入ってからあまりスキーに行かず、特に1月は、新人戦選考会に向けて同期が頑張るなか、私はテストのことしか考えられなかった。そこまで意地を張って、自分の中でのバランスを崩さなかったことに対して、後悔はしていない。ただ、スキーのほうを本気で頑張る人からすれば、本当に最悪な奴だったと思う。もっと上手く両立することだってできたと思う。だから、シーズンを通して、ずっと申し訳ない気持ちでいっぱいだった。

2月以降は、エレが岩岳に向けて本格始動し、私も足の筋肉と体力が許す限り頑張ったつもりだ。強化練では色々な先輩方に見てもらい、新しいこともたくさん教わり、団体練の時間に復習して…。教わったことを消化しきれず、月の後半は迷走していたが、自分であれこれ言いながら滑って、同期とも滑って、いくつかは掴めたこともあった。2月はスキー尽くしでしんどい時もあったが、きっと進歩もした。

しかし、シーズン前半での練習不足は、岩岳と朝里、春のこぶこぶ選手権で痛感した。どれもビデオを見るたびにがっかりするし、正直もう見たくないとも思った。予想はしていても、いざ結果として見せられるとすごく悔しかった。

次のシーズンはこんな気持ちで終えたくはないし、少しは自信を持って滑れるようになりたい。ということで、目標は、、、

もっともっと滑ること、
こぶにたくさん入ること、
そして1級を取ること。

今年はスキーで後悔しないように、そして心からスキーが楽しめますように。

最後に、こんな私に指導して下さった師匠や先輩方には感謝しています。ありがとうございました。

割田翔太

目標：一級取得、岩岳決戦出場、一シーズン滑り切る

幼少の頃より行っていたスキーを本格的にやり始めようと思い、エレガントスキー部を選びはや一年が経過した。やはり、一年間のやってきて一番の問題は、シーズン真っ盛りに靭帯損傷という怪我をしてしまったということである。オフシーズントレでは、中高運動部に所属していない自分にとって最初の頃はほとんど何もできていなかったが、後半はブルブルしながらもある程度こなせるようになり、ある程度は体力や体幹はついたと思われる。しかしながら、筋力不足はトレだけで補いきれなかったようで、不拔けた滑りや怪我につながってしまった。積極的に筋トレなどを行っていかないといけないというものを強く実感した。

シーズン入ってからは自分では比較的滑りに行っていたが、同期内で何日連続で行ったかというもので10日以上続けていく者もいるので、来シーズンは負けないように頑張りたいと思う。自分は途中で離脱してしまったため、滑走日数が圧倒的に足りていないので

理論武装をして、実りのある練習をしていきたい。そもそも、級持ちで入ってきたのは自分だけであったが、新人戦選考会では、男子2位でそれ以下とも僅差という結果になってしまっている。伸びしろとしては自分が一番少ないので、これを覆せるように頑張りたいと思う。まずは一級を早め取る。また、後輩というものをもち、後輩に抜かれないように、そして偉そうに指導できるくらいには、知識と技術の両方を強化したい。そのためにも、1月前半で終了しているスキーノートをしっかりつけていく。

大会に関しては、怪我をしたことにより、岩岳大会も朝里大会も参加できなかったの、大会経験というものが一切ないのが少し怖い。次の岩岳ではサポートだけでなく、自分も何か得られるようなものにしたいと思う。

最後に一番重要なのは、安全に滑り一シーズンを滑り切るということは声を大にしていきたい。皆さん怪我には気をつけてください。