

# スキーを使って雪の上を歩いてみませんか

by スノーウォーカーズネット世話人 奥田 信也



雪国の、白い雪に包まれた大地と森。それは日本の冬を彩る美しい風景です。その白い大地や雪の森を、スキーを使って歩いてみませんか。

そのために、私達が提案するのはネイチャースキーです。

これは、かかとの上がる締め具をつけて歩きやすくしたスキー板に、「シール」という滑り止めを使います。シールによって、スキーが勝手に滑りだすことがなくなったので、だれでも、安全に、使えるようになりました。

## 歩くスキー教室のごあんない

歩くためのスキーシステム＝ネイチャースキーを使って冬の自然を楽しむ教室の参加者を募集しています。

### 1、第1回ネイチャースキー教室

日時 11年1月16日(日)午前10時から午後3時まで 集合 兵庫県木の殿堂駐車場午前10時  
場所 兵庫県兎和野高原(ハチ北スキー場の近く) 参加締め切り 1月7日

### 2、第2回ネイチャースキー教室

日時 11年2月6日(日) 午前10時から午後3時まで 集合 マキノ高原管理事務所前午前10時  
場所滋賀県マキノスキー場周辺 参加締め切り 1月26日

### 3、出張ネイチャースキー教室

教室の場所を決めずに行きたい場所のご希望に応じて、出かけて行って教室を開催いたします。

最低3人集まれば、ご希望に応じて、雪のあるところで相談しながら決めていきます。

出張教室開催可能日 2月26日(土)27日(日)3月5日(土)6日(日)午前10時から午後3時まで  
その他の日でも可能です。ご相談ください。(土・日なら泊まりでも可能な日があります。)

☆講習費用 どの教室も大人3,500円、子供1,500円(レンタル費用と講習料を含んでいます。)

☆11年3月19日(土)～21日(月・祝)に長野県菅平高原で、ネイチャースキーフェスティバルがあり、これに参加するツアーを予定しています。くわしくはお問い合わせください。(費用未定ペンション2泊3日、レンタル講習料込3万円位)

☆教室への交通手段はご相談ください。集まって車で乗り合わせていきましょう。(人数によりレンタカーを手配して運転していきます。)

☆ネイチャースキーレンタルのお知らせ(遠慮なくお問い合わせください。)

ネイチャースキーシステムを(スキー板、締め具、スキー靴、ストック、ショートシール)を貸します。

料金 1日2000円、2日以上3000円、子供半額、送料別。(団体への貸出しは相談してください。)

### 申込書

氏名		住所	
電話番号		メールアドレス	
希望行事	ネイチャースキー教室 第1回 第2回 出張教室 フェスティバル(希望行事に○をしてください)		

# —歩くスキーシステムの紹介—



## 1、スキー板と靴

スキーはもともと北欧で生まれて雪原を歩きまわるためのものでした。それがクロスカンтриーと呼ばれるスキーです。しかし、日本ではアルプスで始まった滑るためのスキーがほとんどでした。

このような中で、日本の森や雪原を歩くためのスキーとして開発されたのが、ネイチャースキーです。ネイチャースキーでは、短く幅が広いスキー板、かかとの上がる締め具とハイキングブーツのような軽いスキー靴を使います。

最近ではさらに「シール」という、スキー板の裏に貼る滑り止めの道具を使って、スキーが滑りにくく滑りだすことをふせげるようになっています。

これにより、だれでも、安全で、かんたんに使えるようになりました。

## 2、シール

シールは絨毯の切れ端を縦に細長く切ったような感じです。ナイロン製の起毛の部分が滑りだすのを防いでいます。

裏はノリが付いていて、何度でもはがして着けることができます。

ネイチャースキーではスキー板の長さの半分ぐらい(65cmから90cmぐらい)のシールを使います。シールをつけるとかなりの傾斜でも登ることが出来ますし、降りも勝手に滑ってしまうことはありません。登りだけでなく降りもはったままにして使えます。

降りも滑って降りることもできますが、スキー板と靴が、あまり滑りに適していないので、降りも貼ったままにして、滑らないように歩いて降るのがよいとおもいます。(特に初心者は貼りっぱなしで使いましょう。)



## 2、服装・その他

ゲレンデスキーのウエアーが使えます。冬のハイキングの服装にゴアテックスなどの防水透湿素材の雨具の上下を上に着てもOKです。歩いていると思ったよりも汗をかきます。ポイントは下着、肌からでる水分を逃す仕組みがある冬山用の下着(又はウールの下着)をおすすめします。手袋はスキー用でも良いですが、フリースにゴアテックスのカバーの組み合わせもよいと思います。

サングラスは必需品。雪の反射による紫外線は目を傷めます。帽子も寒さを防ぎます。歩くときは行動中は薄着にして休憩のときに、ダウンなどの暖かい上着を着るのも賢い方法です。

以上の事を参考にして、お弁当と飲み物をデイパックに背負って出かけましょう。温かいものがほしいときは魔法瓶やコンロ・コッヘルが必要です。場合により磁石や地図、GPSなど本格的な冬山の装備がひつようでしょう。ネイチャースキーをどう使うかによって違ってきます。

---

### 教室の申込先及び問い合わせ先

スノーウォーカーズネット・兵庫県スキー協議会 奥田 信也

Tel 090-3629-3602 メール shinok0948@yahoo.co.jp 携帯メール shin-ok-keitai-0948@ezweb.ne.jp

スノーウォーカーズネット兵庫スキー協会のホームページ(ヤフーなどの検索ページから入れます。)