

# スポーツ in TOYAMA なかま

第418号  
2024年3月1日  
発行者 新日本スポーツ連盟  
富山県連盟  
発行責任者 荒井 英 治  
〒930-0884  
富山市五福末広町 834-12  
山商ハイツ28 202号室

今月は富山ハイキングクラブが2月3日に行った富山市の古洞の森登山の報告と感想を掲載します

**報 告** 古洞の森(最高標高点 158m)〈富山県富山市〉 2024年2月3日(土) 晴れ〈参加者9名〉  
《コメント》積雪はほとんどなかったのですが、途中2箇所「進入禁止」のテープが張られ、土砂崩れの箇所がありました。しかし、冬枯れの池を一周することができました。

## 感 想 春の息吹が感じられた古洞池トレッキング

古洞の森は「県民公園野鳥の森」として親しまれているとのこと。山鳥や小鳥のさえずりはまだ聞くことができなかつたが、ダム湖面にはたくさん水鳥が春の陽ざしを浴びて水遊びをしていた。近くの富山市天文台が閉館し、レジャー施設も廃止されたことから、周囲は閑散としていたのはさみしい限りだ。池を一周する遊歩道は、所々枝折れや倒木で通行止めの箇所もあるが、適度にアップダウンがあり、転落防止のロープや標識もしっかりあることから歩きやすかつた。

この時期の木々は、まだ硬いがしっかり春芽を持っており、その生命力を感じられる。暦の上では明日4日は立春。風は冷たいが、早春の明るい陽ざしに思わず「は～るよこい！ は～やくこい♪」と口ずさみたくなる。4時間ほどのプチトレッキングだったが、春の息吹を感じる楽しいひとときでした。(H.Y.)



↑ 古洞池遊歩道とりつきの東屋

## 『一緒に楽しく滑りませんか』の呼びかけに6人が参集



2月5日の雪だる마스キークラブが呼びかけた「スキーを楽しく滑りましょう」に6名が参加しました。

5名が雪だる마스キークラブ、1名が『スキーマイト』誌読者で南砺市から参加されました。

雷鳥バレースキー場は積雪が少なく、スキーをするには厳しい条件でしたが、元全国スキー協公認上級指導員の岡本さんのアドバイスをもらいながら、楽しく滑り、昼食時にはお互いのメールアドレスをするなど充実した1日を過ごしました。

← 旧ゴンドラ乗り場前で

(記：長谷川)

# 「北信ブロックスキーフェスタ in 志賀高原2024」

1月26日（金）～28日（日）、「北信ブロックスキーフェスタ in 志賀高原2024」が開催され、ブロック4県から35名が参加しました。（富山県から10名参加）。3日間ともまずまずの天候に恵まれ、スキー・温泉・アルコール付き交流会を存分楽しんできました。

最終日には恒例の平和アピール滑走を高原ゲレンデで行い、来シーズンの再開を約束して解散しました。

記：長谷川



↑ 「スポーツは平和と共に」をアピール

## 「いつでも どこでも だれもが いつまでも スポーツを」

（寄稿：林憲彦）

新日本スポーツ連盟のスローガンに魅せられ、後期高齢者を過ぎてもスポーツを楽しんでいます。

そこでスキーにもこの思いに沿った活動をと、始めました。名付けて「ゴゼンスキー」。

体力や1日フルタイムで滑れない人のスキーを企画しました。

「ゴゼンスキー」の名の由来は雪質の良い午前中だけスキーをしようというものです。

早速名乗りを上げた4名で射水市からも近い牛岳ス



キー場で楽しむことができました。3時間ほど滑ると、さすがに日ごろから運動していない人は息が上がったようです。



10年ぶりのスキーで感覚を取り戻すのに時間がかかりましたが、11時頃にはゲレンデの雪質もいづらか緩んで、テレマークに合ったので思い通りの滑りが出来て満足でした…（感想：荒井）



# 救急救命講習会（前期）に参加を！

4月7日（日）午前10時から富山県教育文化会館で救急救命講習会（前期コース）を開きます。

昨年に引き続き今年も救急救命講習会、しかも4月7日と8月18日の2回に回数を増やして実施します。内容は前期コースはAED（自動体外式除細動器）の使用法、三角巾の使い方、熱中症対策についての講義と実技指導。後期コースは山での体調不良や負傷事故の対処法を実践的ノウハウを交えて講習します。

登山やスキー等のアウトドアスポーツに限らず、日常生活でも色々なリスクがあります。

思わぬ事故に直面した時に、医師でも看護師でもない私たちが、「行くべきこと」や、反対に「してはいけないこと」を日頃から理解しておくことが大切だと思います。また、近年は猛暑の日数が増えて、熱中症の危険も大きくなっています。その予防法、対処方法を学んで欲しいと思います。

ぜひ、この講習会に参加されるようお知らせします。

連盟員でなくても参加できますので、家族の方や友人も誘って参加ください。



## 救急救命講習会実施要項

日 時：前期コース4月7日（日）午前10時～12時  
後期コース8月18日（日）午前10時～12時

場 所：富山県教育文化会館5階504号室

内 容：

前期コース：AEDの使い方、三角巾を使った応急処置、熱中症対応（予防と応急処置）

後期コース：山での体調不良や負傷事故の対処法

（※後期コースは終わった後、昼食を交えて交流会を行います。）

参加費：無料（ただし、後期コースで交流会に参加される方は昼食弁当代（1000円以内）を頂きます）

申込み方法：所属クラブの連盟理事に申し込むか、氏名・住所・電話番号を書いてハガキで申し込むか、電話で申し込みください。

申込み先：〒939-0322 射水市上野465 荒井英治 TEL080-8695-6639

申込み締切り：前期コースは3月22日（金） 後期コースは8月2日（金）

.....

## パークゴルフを始めてみませんか

### パークゴルフ教室を開きます。

昨年からはじめたパークゴルフ教室を今年も開催します。パークゴルフを新たにクラブとして立ち上げることを目指しています。パークゴルフしたことがない人や、何回かパークゴルフをしたことがある初級クラスの人を対象にしていますが、ベテランクラスの人でも参加歓迎です。4月下旬から11月下旬まで月1回のペースで実施します。詳しい実施要項は下記のとおりです。

## パークゴルフ教室実施要項

実施方法：呉東地区で1教室、呉西地区で1教室の2教室を並行して開催する。呉東は

黒部川河川敷パークゴルフ場を、呉西地区は射水市下村パークゴルフ場を

会場とし、期間は4月から11月までとし毎月1回ペースで行う。開催日時

は毎月『スポーツなかま』に掲載して案内する。参加者は自宅から距離的に近い教室に参加する。

日 時：呉東地区教室は毎回第3木曜日の午後1時～2時30分、呉西地区教室は毎回第4木曜日の午後1時30分～3時

参加費：呉東教室と呉西教室では会場使用料の関係で若干異なりますが大体一回あたり200円～300円です。

※パークゴルフ用具を持っていない方は相談に応じて対応します。

申込み方法：ハガキ、電話、電子メール等で申込む。いずれの場合も、「氏名」・「希望する会場」・「電話連絡先」

・「道具の借用の有無」の項目を記入して下記まで申込む。

ハガキ：〒939-0322射水市上野465 荒井英治宛。

電話：☎080-8695-6639 荒井英治まで。

電子メール：メールアドレス [araiei1192@yahoo.co.jp](mailto:araiei1192@yahoo.co.jp)。

申込み締切：4月15日（月）

## スポーツ連盟とやまの行事予定

4月7日(日)	救急救命講習会
4月～11月の期間で毎月一回	パークゴルフ教室
6月上旬	反核平和マラソン
8月18日	救急救命講習会 & 交流会
12月1(日)	第44回定期総会

## 各クラブの予定

### 富山ハイキングクラブ

3月2日(土)	瀬戸蔵山
3月9日(土)	庵谷峠東ピーク
3月20日(水・祝)	八乙女山
3月31日(日)	頼成の森
4月6日(土)	立山寺 & 櫛形山(お花見 & 干支の寺)
4月14日(日)	倶利伽羅峠
4月21日(日)	赤祖父山
4月28日(日)	負釣山

### 三島野スポーツクラブ

3月2日(土)	取立山
3月17日(日)	遣水観音山
4月14日(日)	光城山
4月28日(日)	火燈山

### 富山ウォーキングクラブ

3月6日(水)	太閤山ウォークと総会
3月17日(日)or24日(日)	雪割草を見に行く(日時・行先調整中)
4月3日(日)	吉久 (枝垂桜花見)