

SON東京 ボランティア・オリエンテーションシート  
(プログラム)

2009年6月現在(09.06.05)

#10-1

プログラム名	アルペンスキー(アルペントレーニングコース)
会場名	昨シーズン:菅平高原スキー場で実施、今シーズン:尾瀬岩鞍スキー場を予定
主任コーチ	関谷 忠明
ボランティア担当	スタッフ
参加アスリート数	登録者約 75 人 (各回約15人参加)
年齢構成	小学生( 1人)、中学生(約 2人)、高校生(約 4人)、社会人(約 8人)
ボランティア数	平均9人 (うちファミリーが約6人参加)
年齢構成	大学生以下(約 人)、社会人(例年、約 13人)、主婦(約 人)、シニア(約 人)
アスリートとボランティアの触れ合い状況	スキープログラムのトレーニングの場面のフォローだけなので、アスリートとボランティアがマンツーマンで触れ合う場面は限られていますが、アスリート全体を見ることができます。トレーニングの回数も多いので、アスリートの成長がわかります。
競技指導のやり方	<指導> ポールトレーニングを行い(滑る回数は、多い)、アドバイスをします。コーチは、スタッフとしてトレーニングを運営するコーチと、アスリートと一緒に滑るデモコーチがいます。
既存ボランティアの競技レベル	競技スキーの経験者は少ないですが、学生時代にスキー部だった、あるいは趣味で長くスキーをやっている人が多いです。スキーは危険が伴うことから、ファミリーでスキーができる人(レベルは様々)も積極的にコーチとして参加し、手伝っています。
既存ボランティアの参加頻度	参加のボランティアは、少なく(2~5人)、メンバーは固定化しています。他のプログラム(日帰り、陸トレ、合宿)にも、参加してくれる人もいます。
希望するボランティアの経験レベル	競技スキー経験者が少ないので、経験者は大歓迎。レベルは高いに越したことはありませんが、特別な資格は必要としません。
ボランティアに希望するシヨブ	ポールセッティングの協力。 アスリートと一緒に楽しく滑ってくださる方。 アスリートの特性に合わせてのフォローや声かけをお願いします。
その他注意事項服装など	持ち物 ヘルメット必着。 現地集合。トレーニングは、1日単位を2日行う。 宿泊する場合は、各自手配する。宿泊の取りまとめを利用することもできる。

#10-2

プログラム名	アルペンスキー(日帰りスキー)
会場名	湯の丸スキー場
主任コーチ	関谷 忠明
ボランティア担当	スタッフ
参加アスリート数	登録者約 75 人 (日帰りスキーには、約25人参加)
年齢構成	小学生( 0人)、中学生( 0人)、高校生( 5人)、社会人( 17人)
ボランティア数	約20人参加(そのうち、ファミリーが10人くらい参加)
年齢構成	大学生以下(約 0人)、社会人(約 20人)、主婦(約 5人)、シニア(約 3人)

アスリートとボランティアの触れ合い状況	グループや担当のアスリートと、トレーニング中また、昼食の時などに、色々話ができます。親子参加なので、ファミリーからも、アスリートの様子など聞く事もできます。 また、行き帰りのバスの中でも、アスリート・ファミリーと触れ合う事ができます。
競技指導のやり方	湯の丸(日帰りスキー)では、合宿と同じくアスリートのレベルに応じて、4～5人位のグループを作ります。各グループのチーフの下、原則として、マンツーマンで、ボランティアコーチがアスリートにつくようにしていますが、コーチが足りない場合は、グループ指導。最近アスリートのレベルが上がってきたので、グループ指導(滑走)ができるようになってきました。
既存ボランティアの競技レベル	競技スキーの経験者は少ないですが、学生時代にスキー部だった、あるいは趣味で長くスキーをやっている人が多いです。スキーは危険が伴うことから、ファミリーでスキーができる人(レベルは様々)も積極的にコーチとして参加し、手伝っています。
既存ボランティアの参加頻度	日帰りスキーだけ参加という人はほとんどなく、大半は、合宿または、アルペントレーニングにも参加しています。
希望するボランティアの競技レベル	競技スキー経験者が少ないので、経験者は大歓迎。レベルは高いに越したことはありませんが、特別な資格は必要としません。アスリートと一緒に滑走できる人なら、ボランティアとして参加可能です。
ボランティアに希望するシヨブ	アスリートと一緒に楽しく滑ってください。 (アスリート達の多くが、滑る格好は今一つでも、色々な斜面を怖がらずに滑れるようになって来ました。)アスリートは、言葉だけでなくオーバーなくらいに動作で見せてあげるとわかりやすいようです。スキープログラムのスタッフとして、プログラムの内容の検討などにも積極的にかかわってくださる方、大歓迎です。
その他注意事項服装など	SOのプログラムではアルコールは禁止です。 また、喫煙は、決められた場所をお願いします。アスリートは、何でもすぐに真似をしがちなので、スキーの技術はもちろん、マナーに関しても、良いお手本になるよう心がけてくださるよう、お願いします。

### #10-3

プログラム名	アルペンスキー(合宿コース)
会場名	尾瀬岩鞍スキー場
主任コーチ	関谷 忠明
ボランティア担当	スタッフ
参加アスリート数	登録者約 75 人 ( 1月、2月合宿 各回15人～20人参加 )
年齢構成	小学生( 0 人)、中学生( 4 人)、高校生( 1 人)、社会人( 25 人)
ボランティア数	約 20人 (うちファミリーが約5人参加、看護師1人)
年齢構成	大学生以下(約 1人)、社会人(約 20人)、主婦(約 5人)、シニア(約 5人)
アスリートとボランティアの触れ合い状況	合宿の場合は、宿泊を伴うので、スキーのトレーニングだけでなく、食事・風呂・お楽しみ会など、アスリートとボランティアが触れ合う場面が沢山あります。生活面のケアも必要となるので、慣れるまでは大変と感ずることもありますが、その反面、アスリートとボランティアが、うちとけて、親しくなれるというプラス面もあります。
競技指導のやり方	合宿では、アスリートのレベルに応じて、4～5人位のグループを作ります。各グループには、SOの経験が豊富なチーフコーチを配置し、グループ全体を把握し、リードします。原則として、マンツーマンで、ボランティアコーチがアスリートにつくようにしています。
既存ボランティアの競技レベル	競技スキーの経験者は少ないですが、学生時代にスキー部だった、あるいは趣味で長くスキーをやっている人が多いです。スキーは危険が伴うことから、ファミリーでスキーができる人(レベルは様々)も積極的にコーチとして参加し、手伝っています。
既存ボランティアの参加頻度	合宿参加のボランティアに関しては、毎年必ず参加してくれる人が少なくないです。 合宿の他にも、日帰り、陸トレ、アルペントレーニングに参加してくれる人もいます。1月、2月合宿 両方参加される方も数名います。

希望するボランティアの競技レベル	競技スキー経験者が少ないので、経験者は大歓迎。レベルは高いに越したことはありませんが、特別な資格は必要としません。アスリートと一緒に滑走できる人なら、ボランティアとして参加可能です。
ボランティアに希望するシヨブ	アスリートと一緒に楽しく滑ってください。年に一度の合宿をととても楽しみにしているアスリートが沢山います。(アスリート達の多くが、滑る格好は今一つでも、色々な斜面を怖がらずに滑れるようになって来ました。)アスリートは、言葉だけでなくオーバーなくらいに動作で見せてあげるとわかりやすいようです。スキープログラムのスタッフとして、プログラムの内容の検討などにも積極的にかかわってくださる方、大歓迎です。
その他注意事項服装など	SOのプログラムではアルコールは禁止です。 また、喫煙は、決められた場所をお願いします。アスリートは、何でもすぐに真似をしがちなので、スキーの技術はもちろん、マナーに関しても、良いお手本になるよう心がけてくださるよう、お願いします。