



# あけましておめでとうございます。

## FOREWORD

2012年がやってきました。様々な出来事があった2011年を振り返り、そして新たに始まる1年に向け、様々な目標を立てていることと思います。

今年の干支は辰年。辰にちなんだイラストの年賀状を出した方も多いかと思いますが、そもそも、「辰」の意味は「竜」でも「龍」でもないそうです。元々は「蜃」と言う漢字で、無学の庶民に十二支を浸透させるために、動物の名である「竜」を充てたと言われています。では「蜃」の意味は、というと、中国の古書「律歴志」では、草木が成長し、形が整った状態を示すと解釈されており、つまり「動いて伸びる」「整う」といった意味なのだそうです。

2012年は、CUも設立2年目の年となります。辰年のこの1年、多くの「活動」を通して個々人が「伸び」、団体としてもより「整って」いく、辰年にふさわしい1年になればと願っています。

## REPORTS

### ○ Wilderness Advanced First Aid

CUのみなさんこんにちは。なかなか筑波に顔を出せない東京のけんじです。12月中旬に「**野外救急救命**」の資格を取ってきたのでご報告です。

このような資格については以前から興味はありました。カウンセラーをしているとき、プライベートで山を登っているとき、バイクに乗っているとき、一緒にいる人に何か起きたとき、自分には何もできないことがないことをもどかしく思っていました。そこで **WAF A (Wilderness Advanced First Aid)** というコースに参加をすることにしました。このコースで取得する資格は Wilderness Medical Associates というアメリカ生まれの団体が発行します。市街地ではなく、Wilderness 環境下で、つまり、すぐに救急車が来ない、装備が完璧ではない状況で、目の前で苦しんでいる人に何ができるか、ということをお勉強します。

WAF A の目的としては、傷病者の評価（診断は医事行為なので一般人にはできません）、1次救命措置（目の前で死なせない）、避難・2次救命への引き渡し、ということになります。4日間のコースでは、人間の体のつくり、傷病のアセスメントの手順、傷病の重軽、その場で処置するのか緊急搬送するのか、または助けを待つのかの判断の仕方を学びます。それから資格の中で認められる4つの行為についての勉強、シミュレーションを行います。朝から晩まで濃い内容を学ぶので、復習を含める

と相当勉強しました。無事に最終筆記&実技試験をクリアして、資格を得ることができましたが、もし今後、実際に目の前で誰かが倒れた場合、パニックになることは間違いがありません。ただ、その人がどういう状況にあ

るのかをアセスメントでき、（野外環境下で）自分に何ができるのか、何をしたらいいのかという順序を学べたことは、非常に大きいことだと思います。このコースは、少しお値段が張りますが、興味のある方は学んで損はないコースだと思いますので、是非参加してみてください。※内容の詳細はHPをご覧ください。（けんじ）

### ○第1回研修会合宿 in 赤倉

2011年12月26日～28日、第1回研修会合宿が赤倉温泉スキー場にて行われました。今回の合宿は、びわ湖成蹊スポーツ大学の黒澤先生のゼミ合宿に参加する形で行われました。

CUから参加したのは佐藤（ふゆりん）、若生（わこ～）、小松（あき）、大野（よっちゃん）の4名。びわ湖からの参加者、約20名とともに、スキー講習を受けてきました。

日中は2つの班に分かれ、それぞれ、ばくさん、クロさんより講習をして頂きました。つくば組4人は、ばくさん率いる1班に所属し、カービングターンに向けた練習に悪戦苦闘。それぞれの滑りの課題を見つける事が出来ました。

講習以外の時間では、温泉街に出かけたり、夜のパーティーで盛り上がったりと、びわ湖の皆と交流を持つことが出来ました。

今回の合宿では、自分の滑りの問題点を見つけることが出来たこと、そして、びわ湖成蹊大学の黒澤先生や、学生のみんと交流を持てたことが大きな学びであったと感じました。びわ湖の学生さんたちが、多くの同期、先輩、後輩とともに学んでいる場を間近で見ることができ、また、同期の学生と交流したことで、多くの刺激を受けました。

これからも、CUとして、多くの人と交流する場を設けていきたいと感じた合宿でした。（ふゆりん）

## NEWS BRIEFS

### ○ONL発行に関するお知らせ

今月号より、NLを毎月1日に発行することが決まりました。メールBOXを常時確認しないという方も、是非、1日にはメールBOXを確認して頂き、NLを読んで頂けたらと思います。よろしくお願ひします。



PROFESSIONAL  
OPPORTUNITIES

## <今後の月例会・研修合宿の予定>

### ・月例会

#### ・1月月例会

「スキーを科学する～スキー指導論～」

日程：1月29日(日) 13:00～

場所：幼少年キャンプ研究会事務局

#### ・2月月例会

「スキー事故事例から学ぶリスクマネジメント」

日程：2月19日(日) 13:00～

場所：幼少年キャンプ研究会事務局

#### ・3月月例会

「スキーロボットにスキーを教わろう」

(※つまごいNL発送を含みます。)

日程：3月4日(日) 13:00～

場所：幼少年キャンプ研究会事務局

### ・研修会

3月17日(土)～18日(日)に第2回研修会合宿を予定しています。内容は、スキー講習・スキー指導法を予定しています。是非、ご都合を合わせ、ご参加下さい。内容の詳細につきましては、次回以降でお知らせいたします。

## <スタッフ募集>

ついにやってきました、この季節。つまごいスキーの参加者募集が開始されたところで、スタッフの募集もスタートします。

事業：つまごいスキーキャンプ

日程：2012年3月27日(火)～31日(土) 4泊5日

対象：小学校3年生～高校3年生(平成23年度)

主催：幼少年キャンプ研究会

場所：スキー場 パルコール孺恋スキーリゾート

宿泊：東海大学孺恋高原研修センター

指導：キャンプ長 岡村泰斗(幼少年キャンプ研究会)

プログラム係 佐藤冬果(筑波大学4年)

指導内容：スキー講習、生活指導等

募集人数：8名程度

締切：2012年2月17日(金)

問い合わせ：佐藤冬果

(080-1211-8971、[fuyu-sato.0103@docomo.ne.jp](mailto:fuyu-sato.0103@docomo.ne.jp))

詳細や募集チラシは、CUのHPよりご覧ください。

## <参加者の募集>

### ○1月月例会

スキーキャンプの軸となる活動は、やはり「スキー講習」です！

カウンセラーをやりたいけど、スキー指導が不安…。滑れるけど、指導と言われるとどう行えばいいのかかわからない…。そんな不安は、早いうちに払拭しましょう！

そこで2012年、一回目の月例会は「スキー指導」を中心に行います。

内容：「スキーを科学する～スキー指導論～」、懇親会  
スキーに関する基礎的な理論、講習に使えるバリエーション  
トレーニング紹介&考案大会など

日時：2012年1月29日(日)13:00～

場所：幼少年キャンプ研究会事務局

※アクセス方法は下記に表記してあります。

対象：CU会員、また会の趣旨に賛同する者

参加費：1000円



参加希望の方は、佐藤まで

(080-1211-8971 [s0810697@u.tsukuba.ac.jp](mailto:s0810697@u.tsukuba.ac.jp))

参加申し込みをしてください。

締め切り：1月25日(日)

※つくば市大曾根 3765-4

TXつくば駅つくばセンター3番のりば、つくバス北部  
シャトル筑波山口行き「大穂庁舎」下車。

徒歩5分。運賃200円

## キャンプと私

新年突入！ということで新コーナーを立ち上げてみました。その名も「キャンプと私」。CUという同じ団体に属していながらお互いのことはあまり知らないと思います。親交を深めるという意味でも皆さまにNLづくりへ参加してもらおうと考えました。タイトル通り、キャンプと自分について思うことを自由に書いてもらいます。キャンプとの出会い、キャンプでのハプニング、キャンプの魅力…。

と、ということでトップバッターはこの私、よっちゃんが書かせていただきます。今後、皆さまにお願い致しますので、楽しみに待っていて下さい。

まずは、自己紹介を軽くしたいと思います。私は、現在、大学4年生です。大学1年まで陸上という世界を一直線に進んできました。そのせいもあり、気が多少強く、精神力も強いです。一見、怖そうに見られる私ですが、そんなことはありませんので、これから会う方は私に会うことを楽しみにしてください(笑)

また、人によく言われ、最近注意していることと言えば、「声がかい」ということです。キャンプの指導場面では大活躍のこの声ですが、ヒソヒソ話を必要とする場面では……です。

それでは「キャンプと私」について行っちゃいましょう。

私にとって「キャンプ」や「野外」は、人生をさらに楽しくしてくれたものです。大学2年の3月のつまごいスキーキャンプが私にとって初めての団体キャンプで



あり、カウンセラーデビューでした。大学3年になり、8月の花山キャンプで1カ月間、山にこもるという人生初の体験をしました。この花山キャンプで山や自然が本当に好きになり、また、キャンプでの人との出会いが楽しみになりました。たくさんの人と出会うことで新たな世界が見え、私自身が成長しているようにも感じます。実は言うと、私は登山が嫌いで、さらに人見知りでした。キャンプは、そんな私を変え、今では、人見知りなんてどこへやら、登山大好きになっています。皆さんもキャンプと出会で、何か変化したことがあるのではないのでしょうか？私はさらに自分がどう変化していくのか、楽しみにしながらどんどん自然へ、キャンプへ、出かけていきたいと思います。(よっちゃん)

●  
あけましておめでとうございます。  
2012年もCUをよろしくお願いたします。

FROM  
THE  
EDITOR

さて、1年の初めには皆さん、何をやりますか？日の出も見に行ったり、初詣に出かけたり、おせちをたらふく食べたり、昼頃まで寝ていたり…と皆さんなりの過ごし方があると思います。私は、初詣に出かけてから、1年の目標を立てます！！小さなことから大きなことまでたくさんの項目を掲げます。去年は、その項目の4割ほど達成できていました。今年もたくさんの目標を立てようと思います。皆さんも、目標を立てたりしますか？

是非、今年は「アウトドア」や「CU」に関する目標をいくつか立ててみてはいかがでしょう？「〇〇のスキルをマスターする」とか「カウンセラーに挑戦する」「PDに挑戦してみる」「〇〇山に登頂する」など大きな目標でもすぐ達成できそうな小さな目標でもかまいません。目標を掲げるだけでやってみようという気持ちが生まれます。また、月日がたった時に2012年初めにこんなことを考えていたのだなと思い出させてくれます。是非、皆さんもたくさんの目標を掲げ、2012年をスタートさせて下さい。(よっちゃん)