

2011年CMH体験記



杉山スキー&スノースポーツスクール
レーシングアドバイザー：塚脇 誠

アルペンスキーヤーとして、一度は体験したい「ヘリコプタースキー」。

私は 2011 年 4 月に、その本場カナダ (CMH) へ、杉山スキー&スノースポーツスクールのお客様 5 名様・家内の幸子、総勢 7 名の Team で参加する事ができました。

とても充実した 11 日間 (スキー滑走は 6.5 日) でした。これは、その体験記です。

(Delta Hotel Calgaryにて集合写真 2011.04.15)

2011年4月15日(金) [晴れ]:日本

ヨーロッパ方面へのスキー旅行は、比較的慣れている塚脇家ですが、私は 1998 年全日本スキー連盟強化コーチ以来の北米、海外旅行を業務とする幸子も 9 年ぶりのカナダ。前夜は、なかなか荷物がまとまらず、悪戦苦闘しました。

成田空港への交通障害の心配から、午前 5 時には起床し、6 時には自宅を出発しました。幸い、何事も無く成田空港に到着。ゆっくり空港内を散歩する時間もあり、いつもより落ち着いた旅行の開始となりました。

ご一緒される方々も、時間通りに集合し、チェックイン、簡単なご挨拶、CMH Japan : 住川さん・尾関さんからの簡単なインフォメーション、そして出国手続きを済ませ、エア・カナダ : カルガリー行き AC10 便は、定刻の 16 時に出発しました。



2011年4月15日(金) [晴れ]:カナダ

約 9 時間の飛行の後、現地時間 10:45 には、カルガリー空港に到着。入国審査、荷物のピックアップ、税関等、問題なく通過し、到着ロビーへ。現地係員の中村さんが、帰りの飛行機チェックイン等の説明、そして空港に隣接したデルタホテルにチェックイン。

また、明日からの簡単なタイムスケジュール・スキーブーツ預け等の説明を聞き、各お部屋で休憩しました。

この間、明日より使用するレンタルスキー準備の為の書類記入も行いました。

昼食は、全員で空港内のフードコートへ行き、お好みのお食事(軽食)となりました。ちなみに塚脇家は、タコス



とコーラでした。

現地到着後、すぐに寝てしまうと、時差ボケの問題が生じますので、時差の調整の意味も含めて、夕方はTaxiを使って、カルガリー市街の観光 & 夕食会に出かけました。

しかし、カルガリーは2～3日前からの寒波で、雪が降り、市内には雪も残っていました。観光にはとても寒く（-1℃）、入りたくないお店にも入り、暖をとってはまた歩く、といった状態でした。皆さん、ちゃんと冬仕様の服装なのに…。街は、とても寒かったです。

しかし私は、これだけ寒ければ、「最高のパウダーが待っている！」と、内心喜んでいました。

夕食は、街を歩きまわった末、中華料理店へ。大変美味しい中華を楽しみ、前夜祭となりました。

ホテルに戻り、明日のバガブースへのバス & ヘリコプター移動の準備・パッキングをして、就寝しました。

2011年4月16日（土）〔曇り／雪〕

今日は、4時半には朝食です。時差ぼけ気味の身体には、5時半には、バガブース行きバスが出発です。経由地バンフから乗り込んだ、CMH 現地係員のインフォメーション、ヘリスキーの安全（雪上での危険、ヘリコプターに関する危険等）に関するDVD（日本語バージョン）を見ながらヘリポートへ。3つのグループに分かれて、バガブースロッジへフライトです。ここで初めて、これから7日間お世話になるヘリコプターとご対面でした。

カルガリー ⇒ ヘリポートの間も、峠付近の天候は雪。路面も白い状態でした。ヘリポート ⇒ ロッジ間のヘリコプターは、視界不良の為、低空で谷沿いに飛んでいました。

バガブースヘリポートからロッジまでは、徒歩。結構な雪降りの中、4月とは思えない良質の雪の上を歩きました。到着後、ロッジに関する簡単なインフォメーションがあり、入室準備のできた部屋から入室です。

荷物は、ヘリポートからロッジまで、ロッジスタッフが総出で運んでくれました。

我々 杉山 Team は、全員が新館の地上階（1階）のお部屋でした。

ちょっと休んで、2階食堂に集合し、昼食です。そして、この後のスケジュール説明があり、いよいよヘリスキーです。

しかしその前に、ヘリコプターに関する安全知識、乗り降りの仕方、そして雪崩捜索・発信機（ビーコン）取り扱い説明と使用法の実践練習、徹底した安全対策に関する講習・説明・実習が行われました。特に関心した事は、参加者全員がゾンデ（捜索棒）とシャベル（雪用）をリュックサックで常に持参し、そして各グループで6名が無線機も持参する事でした。無線機は、バックアップとして、経由基地を変えて、3回線用意されていました。

本日は、雪降りの天候でしたので、3本ともツリーラン（林間コース）。しかし1本目の途中で、少々ビックリ。ガイドが自らツリーウェル（樹木の根元の穴）に落ち（飛び込み）ました。仲間がツリーウェルに落ちた場合（事故）を想定して、グループ全員での救助訓練（実践）でした。

林間コースは、やはり日差しが遮られる箇所が多く、上質のパウダーが沢山あり、1本目からのパウダーに満足で

大して抵抗はありませんでしたが、脳の回転は??



した。また、ガイドが声を出しながら滑走（下山）方向を耳で伝えようとする工夫も、良かったです。複数のグループが滑走すると、ガイドのシュプールはおろか、仲間のシュプールでも混乱してしまい、結果的に迷子になってしまいますので・・・

ロッジでレンタルしたファットスキーですが、CMHの為に開発されたSkiでもあり、非常に乗りやすく、また自重も軽く、とても扱い易いものでした。深・新雪においては、通常のアλπンスキーより、はるかに操作性に優れたスキーでした。

たった3本、標高差にして1,400mでしたが、カルガリ一からのバス移動、時差ボケ、慣れない環境での滑走でもあり、私自身も、若干疲れたといった感想でした。

夕食は、19時半から。初日の夕食では、スタッフの紹介もありました。スタッフはそれぞれ、毎回違ったテーブルに付き、我々に夕食をサービスしてくれました。ロッジに滞在する者全てが、家族といった雰囲気を感じられました。

夕食後、チーフガイドから、明日以降のグルーピングに関する相談・提案があり、安全面を最優先した体制で展開する事等を確認しました。

ロッジ初日は、慣れない事、初めての経験もあり、我々杉山Teamは早々に各部屋に戻り、明日からの期待を胸に、休みました。



2011年4月17日（日）〔晴れ／曇り〕

ロッジでの朝は、7:15に「起床の鐘」を鳴らして、スタッフがロッジ内を歩きます。その後希望者は、地下のフリースペースで、ストレッチングが行われます。私も、毎朝参加しました。

8時の朝食から出発までの時間が、基本的には60分です。朝食前に張り出されるグルーピングリストで、第1グループに配属されると、9時にフライト（一番機）となり、少々忙しい朝となります。しかし、第2グループ以降は、15分遅れでフライト（出発）となりますので、若干余裕があります。

2日目、杉山Teamは、第3グループで、余裕のあるスタートとなりました。

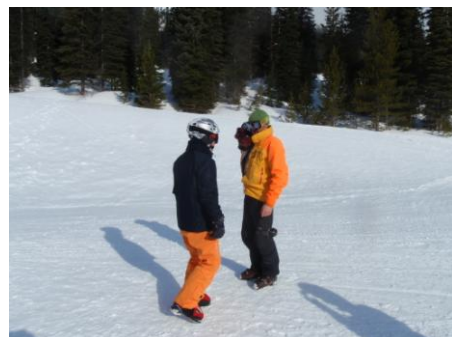
通常のスキーとは違い、救助器具の入ったリュックサック・ビーコン・無線機等を各自持参しなければなりません。無線機を入れるポケットがウェアに無い場合は、無線機用のショルダーポケットも用意されています。

ブーツを履き、荷物を確認し、ビーコンのスイッチを入れ（バッテリー残量の確認含む）、ロッジヘリポートへ移動（徒歩）します。

ヘリポートでは、ビーコン作動（発信状態）の確認を、ガイドが一人一人行います。ヘリのサイドポケットに入れられるよう、スキー・ストックをバンドで留めてパッキングし、乗り込むヘリを待ちます。

今日は、ヘリから降ろされると、とても人間が入り込めないような岩壁に囲まれた氷河の上でした。景色に圧倒されました。滑走コースは、2本目で、昨日の標高差を越えるほどのスーパーロングコースでした。気温が低い事もあり、上質のパウダースキーを楽しむ事ができました。

昨日とは違い、天候が良くオープンコースの滑走となり、ガイドは、どんどんドンドン行ってしまい、豆粒ほどの大きさになってやっと止まる（休む）状態でした。事前には聞いていましたが、1本の滑走距離の長さ、滑走スピードの違いを、強く感じました。私が、個人的に楽しむレベルの滑走距離 & スピードでした。



午前中、十分な量を滑走し、2日目といった事、明日以降も天候が比較的安定しているといった諸条件から、杉山 Team は、少し早めの撤退を選択しました。

私と塚脇幸子は、明日以降の状況把握の為、若干多めに滑り、ロッジに帰還しました。私の本日の滑走標高差は、6,750m でした。

本日私は、170cm の CMH スペシャルスキー (Heli Daddy : Atomic) を使用しましたが、高速滑走時に若干ブレを感じましたので、夕食後、177cm のスキー (Nomad SAVAGE : Atomic) に交換しました。

塚脇幸子は、サイズを変えずに、より高速安定性のある機種 (Snoop Daddy : Atomic) に交換しました。

CMH では、お客様それぞれに最良のスキーをレンタルできるよう、サイズや機種を相当数準備し、いつでも交換できるようになっています。

他のお客様も、K2 (Coomback) 等のファットスキーに交換されました。サイズや、スキーの幅等、比較的多くの選択肢からチョイスが可能で、より楽しめるシステムになっています。

ロッジ2階の談話室には、バガブースロッジ周辺の滑走コース模型があり、我々を含めて、参加者は、「今日の△本目は、このコース」、「コースの名前は、△◇○…」、「次は、このコース」、「こんなにヘリで移動したの!？」といった、雑談が毎日繰り返されていました。

私も帰国したら、地図上に、どこを滑ったのか記入し、塗り絵をしようと、1階にあるスキーショップで販売されているバガブースのコース地図を購入しました。帰国してからの宿題です。



2011年4月18日(月) [晴れ/曇り]

本日は、第1グループとなり、朝食後かなり忙しいスタートとなりました。

今日も天候に恵まれ、ダイヤモンドダストの出る中、昨日のような絶景の場所に降ろされ、ご機嫌なパウダー滑走からスタートしました。

氷河上の滑走では、雪が膝程度の深さで、軽くてとても滑りやすく、深雪を滑った実感の持てる最高のコンディションでした。

昼食は、ロッジからサンドイッチ、スープ、サラダ、スナック、飲み物等が、小型のヘリコプターで運ばれ、スタッフが、雪で簡単な昼食会場をセッティングして待っています。スキーを堪能し、お腹がペコペコの我々にとっては、最高のご馳走です。

勿論、大自然の中での食事は、美味しい空気と絶景といったオマケ付きです。

午後も、最高のパウダースキーを十分楽しみましたが、夕方天候が崩れ始め(視界不良)、夕方は標高が低く、林間コースの滑走が予想されたので、若干早めに帰還しました。

ロッジでは、食堂&談話室で、毎日夕方4時から、「おやつタイム」があります。ソフトドリンク、コーヒー、スナック、軽食、フルーツ等が用意(勿論、無料)されています。私も、出かけてみました。

今回参加されている外国の方々とおしゃべり(?)、英語の苦手な私は、ボディトーク(?)も、楽しいものです。



夕食後、杉山 Team は談話室（暖炉の横）に集まり、これまでの滑走風景ビデオの鑑賞会を行いました。

今回は、私と塚脇幸子で各1台ずつビデオカメラを毎日持参し、参加された方々の滑走風景を撮影しました。その動画映像を、私のパソコンで見て頂きました。プロモーションビデオになりそうな素晴らしい映像あり、珍プレー（滑走）あり、転倒映像あり、そして絶景やヘリコプターの迫力映像ありと、その後、毎晩見て頂きました。ご参加いただいた方々の貴重な思い出記録です。



2011年4月19日（火）〔晴れ／曇り〕

4日目、杉山 Team は、第3グループで、余裕のあるスタートとなりました。若干お疲れのみえる方もおられましたが、それぞれのコンディションを最適にコントロールされていました。

お疲れの場合は、怪我をしてしまうより、思い切ってスキーは、お休み。ロッジでのんびり時間を過ごす。とても贅沢な時間の使い方のように思います。

今日も、天候・雪質が最高で、雪の深さも膝程度といった、最も良い環境での滑走を楽しむ事ができました。4日目となり、先週あった降雪を配慮しても、そろそろシュプールの残ったコースを滑走しなければならないか？と覚悟していましたが、エリアが広い事と、CMH ガイド Team の最適なコース選択で、我々が最も楽しめるコースを提供している事がわかりました。

CMH の歴史＝経験の積み重ねと、その実践的活用の次元の高さに、関心させられました。

また、ご参加のお客様には、明らかに深・新雪滑走の技能レベルの向上が、観えるようになってきました。実践的な滑走（スポーツ運動）から、自身の技能レベルが向上する。つまり、楽しみながら上達するといった、スポーツ運動活動における、最も理想的な楽しみ方をされていました。

実は、私自身もヨーロッパアルプスでは、経験・実践できなかった「技」の発見・体験が、この4日目あたりからありました。

夕方は、スキー滑走後のリラックスと疲労回復の為、私がストレッチングの指導もさせて頂きました。ロッジに戻られてから、個人的にマッサージ（オイル式）を受ける方もいらっしゃいましたが、合わせて、疲労回復のお役に立てたかと思います。

夕食後は、昨日同様に、本日のビデオ上映・鑑賞会でした。



2011年4月20日（水）〔雪／曇り〕

到着日以来の降雪の朝となりました。朝のストレッチングの時間帯は、かなりの降雪で、もしかしたらヘリが飛べない?! といった事も考えられましたが、9時ごろには、若干、ガスの切れ目も見えてきて、通常通りの時間帯での行動となりました。

本日は、第1グループ。朝食後、少々忙しいスタートとなりました。

視界不良により、本日はツリーラン。しかし、雪の量は多く、顔付近までパウダーが上ってくる状態。また、油断すると樹木が迫ってくる事もあり、これまでに無い緊張感で、刺激的で楽しい滑走となりました。

本日の昼食は、森の中となり、これまでとは違っ



た雰囲気、非常に新鮮でした。

また使用スキーは、滑走安定性のある機種 (Snoop Daddy : Atomic) でサイズダウン (163cm) してみました。林間での回転性や、クラストでの操作性・安定性等、問題なく、深・新雪滑走には、非常にバランスの良いスキーのように感じました。

本日のガイドはオーストリア人、アシスタントガイドはドイツ人といった、ゲルマン系ガイドのコンビとなり、ドイツ語の飛び交う1日となりました。

私も CMH の実践・展開方法が、若干見えてきましたので、不明な点や意見・その他、ドイツ語で詳細なコミュニケーションが取れ、非常に有意義な一日となりました。

夕方は、ジャグジーに行き、バガブー山を眺めながらゆっくり身体をほぐし、温めました。その後、皆さんとストレッチを行いました。

夕食後は、本日のビデオ上映・鑑賞会でした。

2011年4月21日 (木) [晴れ]

6日目、杉山 Team は、第3グループで、余裕のあるスタートとなりました。

本日は天候に恵まれ、オープンコースを、思う存分滑走する事が出来ました。しかし、さすがにお疲れが顕著に出ている方もおられ、帰還のタイミングに慎重な判断が必要な日でもありました。

この時期は、日照時間も長くなり、天候も比較的安定していて、かなりの量 (標高差) を滑走できます。その為、知らず知らずのうちに、オーバーペースとなっている事があります。今回は、天候・雪質・雪量に恵まれ、贅沢な悩みですが、滑りすぎに注意が必要でした。

また本日夕方は、トップで -8°C といった状態で、ヘリのピックアップポイントとの温度差の大きさ (10°C 以上) にも、注意が必要でした。

大きな気温差から、ガス (濃霧) が発生し、ヘリの着陸が困難な時間帯がありました。CMH では、少しでも

危険がある場合、絶対に着陸はしませんでした。我々 (雪上から) は、ヘリコプターが見えていますが、ヘリコプターからは、ガスと雪面との区別ができない状態だったので、かなり待たされましたが、視界が回復するまで、上空で旋回 (待機) していました。我々が搭乗し離陸してからも、視界不良の間は、決して危険を冒さず、上空での旋回で調整し、安全が確認・確保できるまで目的地 (今回はロッジ) へは、向かいませんでした。

CMH ヘリコプターの徹底した安全への配慮・認識・行動への高さを感じました。信頼できる最高の Team スタッフです!

本日は、様々な好条件 (体調、天候、雪質等...) が揃い、標高差 9,250m を滑り込んだ方もおられ、ヘリコプタースキーを堪能されていました。

夕方は、おやつタイムに行き、エネルギー補給。そして本日は、腰部・脚部・足部中心のストレッチを行いました。

夕食後は、CMH のスタッフが撮影した今回の写真を、スライドで見せてくれました。どの写真も、大自然の中で、それぞれがスキーを、思いっきり楽しんでいるもので、素晴らしい上映会でした。



2011年4月22日 (金) [快晴]

最終日は、第2グループで、朝食後は比較的時間に余裕がありました。

本日は、ロッジからかなり遠方へのフライトとなりましたが、最終日といった環境への適応もあり、参加された方々は、非常に調子 (体調) も良く、滑走スピードも速く、ヘリスキーを大いに堪能されていました。

午後は、気温が若干上がりましたが、標高の高いエリアが選択されており、ハイシーズン並みの雪質も多く、不快に感じる雪質ではなく、本日も大変充実していました。



本日の滑走は、標高差 9,030m で、相当な量の滑走となりました。

私は今回、163m, 170cm, 177cm, といった CMH レンタルスキーを使用いたしました。

それぞれのスキーからは、そのコンセプトを含め、非常に質の高い性能を実感する事ができました。これは同時に、CMH がお客様のより充実した滑走（安全で楽しい）の為に、非常に質の高いレンタルスキーの準備をしている、といった事が言えるでしょう。

諸条件に合った、適切なレンタルスキーをチョイスする事が、ヘリスキーを、より楽しむ一つのポイントだと思います。ご自身で分からない場合は、今回のように、日ごろ一緒に滑走する機会のある、プロのスキー教師に質問・ご相談頂く事が最善の策と思います。

また私は、ガイドのテストスキー182cm (ATLAS : Atomic) を雪上で交換してもらい、使用する機会がありました。ロッカー (Rocker) スキーは初体験でしたが、「非常に楽なスキー = 深・新雪の違和感が無い」、「水上スキーのように、とにかく浮く (沈まない) スキー」といった印象でした。しかし私としては、あまりに簡単すぎて、スキーを操作 (運動) していないように感じてしまった事も事実です。

困難な状況・環境では、楽なスキーは決定的な最強の武器となりますが、スキー操作 (技術) を楽しむといった意味からは、疑問の残るところでもありました。

今回のヘリスキーでは、その滑走技術に関して、新しい発見・体験ができました。それは、深・新雪であっても、ファットスキーを使えば、通常のゲレンデ (圧雪コース) のようにカービングターン & スキー操作が可能という事です。

通常、深・新雪ではスキーが沈み・刺さり易い為、カービングターンを具現する「より強いエッジング」と「荷重」は困難 (不都合) と考えていましたが、今回実践的に試したところ、全く問題なくカービングターンが可能でした。

更に、クラストした斜面 (滑走時に割れてしまう場合を含む) においても、ファットスキーであれば、スキーのスイング (回旋) を多用したターン運動 (技術) ではなく、カービング操作によるカービングターンも有効でした。

深・新雪滑走において不適切と考えられてきた、左右脚の明確な交互運動 (操作) が使えるといった、私自身もヨーロッパアルプスでは、経験・実践できなかった「技」の発見・体験がありました。

アルペンスキースポーツの運動技術に関する実践的研究 (運動技術論) を専門とする研究者としても、非常に刺激的な体験の場 (実践) となりました。

ロッジに戻ると、今晚の夕食は「仮装パーティー」との張り紙!



夕方の「おやつタイム」の後は、皆さんで、仮装の準備を行いました。

夕食は、参加者、スタッフ全員が、それぞれ仮装して集合。最後の夜（晚餐）を楽しみました。

我々は、雪上でお世話になったガイド・スタッフと、仮装のまま記念撮影。もう終わってしまった、楽しい日々を思い出していました。

2011年4月23日（土）〔晴れ〕

出発の朝は、「起床の鐘」より若干早めの起床。パッキングが、間に合っていなかった為です。

荷物に行き先のタグ(カルガリー)を取り付け、玄関へ運び、朝食へ。荷物は、スタッフがカルガリー行きバスまで運んでくれます。

バーのカウンターには、ロッジでの飲食（有料分）・マッサージ・滑走標高差追加分等の請求書が、個別に置かれています。その請求書を各自確認し、事務所へ支払います。

その際、これまでの自身の滑走標高差を色別で証明する「CMHの記念バッジ」を受け取ります。今回私は、40,000m以上の「レッド」でした。次の色は？ 興味のあるところです。

9時には、全ての準備を整えて、ヘリポートへ。我々 杉山 Team は、第1グループ配属となり、一番機に乗り込みました。

来た日は、吹雪に近い天候でしたが、本日は晴れ。バガブー谷は、こんな景色であったのか！ と初めての景色に見とれているうちに、バスの待つヘリポートに着陸。

バスに乗り換えて、バンフ経由でデルタ ホテル カルガリーへ。

予定よりかなり早く、14時にはホテルに到着しました。

カルガリーの庶民生活をみる為にもと、主婦に連れられて、スーパーマーケットへ。若干のおみあげも、購入。その後、ステーキハウスで夕食。20時過ぎにホテルに戻りました。

22時過ぎに、明日のフライト（成田行き）のチェックインを全員で済ませ、就寝しました。



2011年4月24日（日）〔晴れ〕 & 25日（晴れ）

7時には起床し、朝食とチェックアウトを済ませ、8:15に全員集合。空港へ移動し、荷物を預けて、空港内を散策。帰りのフライトは、成田への直行便の無い日なので、バンクーバー経由です。

カルガリー ⇒ バンクーバー ⇒ 成田空港と、全く問題ありませんでした。入国審査、荷物のピックアップ、税関も無事に通過し、4月25日（月）16時前には、成田空港で解散となりました。

今回は、CMH Japan と杉山スキー&スノースポーツスクールのコラボレーション企画として、ヘリコプタースキーを経験する事ができました。

CMHの参加には、決して低くない幾つかのハードルが存在していると思います。今回私が体験して強く感じたことは、スキーヤーとして、「後悔しない」という事です。

それは、様々な外的な環境が揃っても、肝心のスキー技能とコンディション（体調）が揃っていなかったら、



もっと滑れたのに、もっと楽しいはずなのに・・・ といった後悔です。

つまり、自身のスキー人生（生涯）で、最高のスキー滑走技能（パフォーマンス）充実期に、CMH は参加しないと、後悔する可能性があるという事です。『自身にとって最もスキー滑走が楽しめる時』が、CMH 参加の時なのではないでしょうか！

私達は、人生の中で最も良いタイミングで、この機会を得る事ができたと思います。ご参加いただいたお客様、CMH Japan 様、杉山スキー&スノースポーツスクールに感謝いたします。ありがとうございました。

スキーの技術的な発見・体験のあった今、私は、更に新しい発見を求めて、また行ってみたいと強く思っています。

（追伸）

バガブースロッジ1階の玄関を入り、ブーツ乾燥室（機材室：ビーコン・無線機・リュックサック）への通路の扉に、杉山 SS Team の滞在の証を残してきました。今後行かれた方は、是非ご確認を！！

