



国際ロータリー第2790地区

千葉南ロータリークラブ週報

THE ROTARY CLUB OF CHIBA SOUTH

創立	1964年3月2日	例会日	毎金曜日12時30分	例会場	オークラ千葉ホテル
会長	榊原 行夫	幹事	小林 透	雑誌会報委員長	瀬谷 研一
事務局	〒260-0027 千葉市中央区新田町12-1 トーシン千葉ビル7階			TEL	043-245-3204

2010年12月第1週号

第2294回



平成22年12月3日(金) 点鐘12:30(曇り)

- ◆国歌斉唱 『君が代』
- ◆ロータリーソング 『奉仕の理想』
- ◆四つのテスト ～言行はこれに照らしてから～

1. 真実か どうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるか どうか

年次総会

クラブ細則第4条第1節により、次年度の役員及び理事選挙を行い満場一致で承認されました。

会長挨拶及び報告 榊原 行夫会長

理事・役員会報告

◆1月28日(金)の懇親夜例会は、移動例会とし、昼の時間帯で房総半島へ水仙ロードを観に行く。例会は、鋸南町の「お食事処ばんや」で行うことで承認された。

◆2月15日(火)インターシテイミーティング開催の件
今年度は、第3分区A・B合同で開催。
詳細は後日。

◆千葉南RC・50周年記念式典を平成25年3月又は4月に開催する予定。

委員会報告

ライフ委員会より (橋口 徹委員長)

「第34回R・Y・L・Aセミナー」開催のご案内

日時: 2011年2月19日(土)～20日(日) 1泊2日

場所: 上総地域交流センター (君津市久留里)

募集参加者:ロータリークラブ推薦男子・女子各1(16～30歳)

幹事報告 小林 透幹事

鴨川RC・創立50周年記念式典開催のご案内

日時:平成23年3月13日(日) 受付開始12時

場所:鴨川館 登録料:10,000円

12月度 会員誕生日祝・会員結婚記念日祝

＜誕生日祝＞

8日 斎藤 昌雄会員	10日 向後保雄会員
13日 鈴木 政彦会員	16日 大野 良亮会員
21日 北原 俊彦会員	21日 伊藤 和夫会員

＜結婚記念日祝＞

7日 伊藤 和夫会員	10日 瀬谷 研一会員
21日 植松 省自会員	

ニコニコボックス報告

☆植松 省自会員

梅村星児会員、本日の卓話、宜しく願い申し上げます。

☆金親 博榮会員

去る、11月21日に長女・あや乃が結婚しました。高校2年生の時にロータリー青少年交換プログラムで、ニューヨーク州にて1年間の外国生活を経験させて頂いておりました。皆様のお陰と感謝しております。

本日のニコニコボックス	12,000円	累計	301,000円
金の箱	1,750円	累計	16,243円

出席報告 (会員数40名)

出席者数32	欠席者数 8	ビジター 0	修正出席率 84.62%
--------	--------	--------	--------------

千葉市内例会変更のご案内 [メニュー](#)にご利用下さい

千葉RC	月	12/13・27	三井ガーデンホテル千葉
千葉西RC	火	12/14・28	センシティタワー「東天紅」
千葉幕張RC	火	12/21・28	アパホテル&リゾート東京ベイ
新千葉RC	水	12/15・22・29	京成ホテルミラマーレ
千葉北RC	水	12/22・29	ホテルポートプラザちば
千葉中央RC	木	12/30	三井ガーデンホテル千葉
千葉港RC	木	12/16・30	京成ホテルミラマーレ

本日の卓話

演 題…『練習しないでゴルフが上手くなる方法(?)』
卓話者… 梅村 星児会員



『練習しないでゴルフが上手くなる方法?』こう聞きますと、本当にそんな方法があるのだろうか?何で私その方法を知っているのだろうか?と、お思いではないでしょうか。察しの良い方であれば、もうお気づきだったかも知れませんが、そう、今日は、道具選び、クラブ選びの話であります。有名なクラブデザイナーの竹林隆光さん(この方はプレーヤーとしても日本オープンのベストアマになった方で、中空アイアンやウェッジで有名なフォーティーンの生みの親です。)この竹林さんは、練習しないで上手くなるには、先ず「クラブのことをよく知ること」が大事だと言っています。私自身は、貧乏性なのか、物持ちが良い方なので、あまり頻繁にクラブを変えたりしないのですが、仕事の関係で上級者の方と、それもシニア層の上級者の方と、一緒にラウンドする機会が多く、その都度クラブのことを聞いてまいりました。また、私の腕前ごときで、ゴルフやクラブのことを語るのはおこがましいことですが、私の実家がゴルフ用品、主にシューズとクラブを扱っていることから、今回のテーマを選ぶことにさせていただきました。どこから話すのがいいか、あれこれ考えましたが、最初に、竹林さんのお話をもとに、クラブセッティング(バッグに入れるクラブの構成)の話をして、そしてその中で、クラブのことでよく誤解されていることについて、いくつか触れることにします。次に、クラブ選びにおいて、上級者や専門家が何を最も重視しているかについて。これは、数多くの方に同じ質問をさせていただいた回答でもあります。最後に、その実際の選び方についてお話したいと思います。竹林さんのお話以外は、耳学問なので実証性は不確かということになりますが、ヒアリングをした上級者の一人は、賞金王も獲っている、あの谷口徹プロと大学時代互角だった人であり、その他のシニアの上級者も、全てがシングルプレーヤーであります。また、専門家の一人はクラブ屋である実家の兄ですので、それなりのリサーチということになるかと思えます。

●クラブセッティングの話

スコアを伸ばし安定した成績を残すには、これが非常に大事です。先ず打てない、難しいクラブは入れないこと。3番ウッドや3~4番アイアンは、打てない場合は入れないこと。ロングアイアンは、ウッドやユーティリティ(ロフト24~26度)でカバーすること。これはもう一般的ですね。次に、最初にウッドではなく、アイアンを選ぶ。これは、アイアンを打つ回数の方が多い、すなわち自分のスイングはアイアンでできているからであります。選ぶ基準としては重量。軽いものがよければシャフトはカーボン、重いものがよければスチールにします。ここで、よく誤解されている例を一つ。短い方が打ち易くてミート率が上がると考える人がいるが、ヘッドスピードが足りないことが一番打てない理由であり、クラブは長い方がヘッドスピードが上がるので、それは正しいとは言えません。最近では、段々ロフト(ボールを打つ面の角度)が立って来ており、クラブ自体、短尺化して(短くなって)来ているので、なるべく長めのものを選ぶのがいいです。特に5~6番アイアンは長めのものを選ぶ、そして長くするのであれば、その分軽めのものを選ぶといいです。次に、もう一つ誤解されている例です。ドライバーを軽めのものにしたらずごく打ち易くなったので、アイアンも軽いものに変えたいという人がよくいますが、もともとアイアンはウッドに比べ、短

くて振り切れているので、それほど軽量化に拘る必要はないということになります。軽すぎると本来のトップの位置より手前で止まるようなスイングになり易く、結果としてリズムやテンポが悪くなります。自分の思ったトップの位置まできっちり収まる重さを持ったクラブを使わないとダメだということでもあります。

●上級者のセッティングについて

上級者は自分にあっているクラブを選ぶことができるので、ドライバー、フェアウェイウッド、アイアンそれぞれをクラブ毎に比較するとどれもいいですが、ときにセットにすると問題が起きることがあります。その一番起き易い問題、問題になり易いところは、すなわち総重量であります。クラブの一番の基本は、短いものほど重くするということです。ドライバーからアイアン、サンドウェッジと番手が下がる毎にシャフトも段々重くしていく必要があります。要は、いいクラブでもバラバラに買うと重さのつながりがなくなってしまうということでもあります。上級者のセッティングにおいては、この点のチェックが必要であります。

●女性やシニアのセッティングについて

女性の場合は、ヘッドスピードよりも筋力が弱いことが問題なので先ず軽いものを選ぶ。重いとスイングが安定しなくなるので軽めのものの方がいいです。いま一つ誤解されている例です。女性同様、シニアにおいても年をとったからクラブを軽くしたいという方が多いですが、自分が10年20年築いたリズムをそのまま維持するためにはクラブの重量が大事。この場合、あまり重量は変えない方がいい。軽くするのであれば、ドライバーとフェアウェイウッドを軽くする、アイアンは変えない方がいいです。一番難しいのはアイアンの長い番手。ヘッドスピードが低くなったら、5番アイアンを抜いて同じロフト(フェース面の角度)のユーティリティを入れる。よくアイアンが得意な人はフェアウェイウッドよりユーティリティがいいといいますが、ヘッドスピードが低い人の場合、フェアウェイウッドは打てないといけない。フェアウェイウッドを抜いてしまうのは一番いけないこと。何が何でも打てるようにならないといけないのです。ただし、ロフト24度を過ぎると(すなわちロフトが寝てくると)フェアウェイウッドは構造上作れなくなるので、ユーティリティになります。ところで、レッスンプロで有名なレッドベターは最近ドライバーだけ違うスイングが出来ないと、選手として成功しないと云っているらしいです。これはドライバーがどんどん進化したためです。ドライバーはドライバーの打ち方ができないといけない。全部が同じ感じで打てることを望んでも、もうそれはできない。ドライバー、フェアウェイウッド、アイアンそれぞれと上手く付き合うことが必要になって来ているというわけであります。やや専門的になりますが、また、これも誤解例ですが、ドライバーが難しいのは、長いからと思っている人が多いですが、そうではなく、ドライバーのようにロフトが少ないとバックspin(ボールにクラブが触れると打つ方向と逆の回転が生ずる)が減って難しくなるのであります。特に最近では、遠くに飛ばすことのため、ボールが進化し、バックspinがかかりにくくなっています。そのため、先ずは、自分のバックspinの量を知る必要があります。これは、ゴルフショップのチェーン店で測ってくれます。バックspinが多いと、打ち出し角度がある程度低い方が飛ぶ。バックspinが少ないと、打ち出

し角度が高い方が飛ぶ。バックスピンを出来るだけ少なくして打ち出し角度を高くするのが理想であるが、可能な範囲としては2200回転で打ち出し角度14～15度といったところであります。次にアイアンの選び方について。重要なのは重心の高さ。すなわち低いほど上がるし、止まる。そのため、キャビティ構造の(フェースの裏側が掘られたような構造で中央部の重量を周辺に配分しスイートエリアを広くした)ものがお薦め。中空構造(中が空洞)のものもあるが、これは重心深度(ヘッドの重心の深さ)が深い、重心が高く、ヘッドスピードが低い人には難しい。女性やシニアはキャビティがいいです。低重心の度合いをどこで見るかについては、よくソール(底)の厚さを見る人が多いが、それは間違いではないが、ネック(シャフトが差し込まれている部分)の長さが短いほど低重心ということになります。それから、アイアンは飛ばすことよりも安定させることが重要。基準になるクラブ、例えば丁度100Y飛ぶクラブがあると、すぐ組み立て易くなる。従ってそういうクラブを選ぶか、チューニングするといいです。

●上級者や専門家がクラブ選びにおいて、何を最も重要視しているか？

たくさんの方に聞きましたが、それはおおよそ次の二つになります。一つは、フィーリングです。すなわち、クラブの顔や打感であります。できれば長くお付き合いしたいクラブですから、先ずもって、見た目、そして打った感覚が大事だということです。上級者には、この「顔」を重視する人が非常に多いです。打感に関しては、手に感ずる感触と耳で感ずる感触とがあります。いずれにしても安心できる打感が大事です。これがあれば、思い切りよく叩けますし、これは飛距離につながって来ます。また、どこでヒットしているか分かるという点においても、打感は大変です。これが分かり易いクラブは、ミスショットの修正がし易いクラブということにもなります。もう一つは、クラブの重さと硬さであります。こう表現された方がおられます。「やや重め、やや硬め」と。クラブは重すぎず軽すぎず、硬すぎず柔らかすぎず、といったものがないということだと思います。そして、人はそのクラブに合わせるようになりますから、軽いと感ずる一歩手前、柔らかいと感ずる一歩手前で選択することが大事だということでもあります。軽かったり、柔らかかったりすると、「クラブが暴れる」と表現された方もおられます。特にシニアになると、どうしても軽いクラブ、柔らかいクラブを選びたくなりますが、一歩手前を意識して選ぶことが重要です。クラブの重さや硬さをひとたび落とすとなかなか元に戻せません。「やや重め、やや硬め」がポイントです。以上、最も重視しているポイントは、「クラブの顔、すなわち構えたときの感じ」「打感、手と耳」そして「やや重め、やや硬め」であります。これが、今日の要点です。すなわち、練習しないでゴルフが上手くなるには、以上のようなクラブ選びをすることだということでもあります。

●実際にどう選ぶか？

最大のポイントは、ショップへ行って、見て気に入ったものは全て試打して見ることです。なぜなら、見た目と実際に打った感覚とがずれていることも多いからです。さらに、同じクラブでも、シャフトの硬さを変えるなどすることをお薦めします。

繰り返しますが、

- 1.自分が気に入ったクラブ(例えば、形が真っすぐ飛びそうなクラブ)を選ぶ。
- 2.試打してみる。
- 3.シャフトの硬いものと柔らかいものとを打ってみる。

ドライバーでは、ツアーステージ、スリクソン、キャロウェイなどから選ぶといいと思います。これは、宣伝ではありませんが、うちの実家では、所謂、地クラブのカムイ、女性やシニア向けのエナなどを扱っております。デンマークのエコー社のセミオーダーの高級ゴルフシューズも扱っておりますので、参考まで。因みに割引も可能です。ここまで言うと宣伝ですね。シャフトは、ヘッドスピードが44以上ある人は、S、それ以下はSRでいいと思います。スチール時代の硬さとは格段に違い、打ち易くなっていますので、それでいいと思います。ただ、どうしてもヘッドスピードに自信のない方は、Rでいいですが、普通のシニアの方でも、SRぐらいがいいかと思います。キックポイント(シャフトがしなる位置)については、ゆっくり振るタイプの方は、先調子の方が楽だと思います。ロフトは、9.5度以上で十分です。フェアウェイウッドやアイアンも同様です。まずは、試打してちゃんとボールが上がるかを見て下さい。アイアンはソールの極端に厚いものは避けて下さい。しっかりボールを捕らえることが難しいからです。重量も軽いものは避けて下さい。いずれも肩や手に力が入り易くボールがブレ易いです。先ほどお話しした、軽すぎるとリズムやテンポを崩すからです。ウェッジはやはり竹林さんの作られたフォーティーン(56度)がいいです。因みに、カムイにもいいウェッジありますが。(すいません。本当に実家の宣伝になってしまいました。)シニア向けのクラブセッティングの参考例としては、ドライバー、3W、4W、5W、7W、9W、6I～PW、AW、56度ウェッジ、パターで、計14本です。3Wを入れたり入れなかったり、9Wと5Iを入れ替えたり、ユーティリティクラブを入れたりしながら、補って下さい。シニア向けとしては、フェアウェイウッドやユーティリティを比較的多く入れることをお薦めします。以上が、実際に選ぶ際の留意点であります。繰り返しになりますが、クラブ選びのポイントは、「顔や打感」「やや重め、やや硬め」です。今日のお話が何らかの参考となり、楽しいゴルフにつながるのであれば、幸いです。みなさんが、練習されずとも、好スコアをどんどん出されることをお祈り致しまして、本日の締めとさせていただきます。私のような腕前の者の話を最後までお聞きいただき、誠にありがとうございました。尚、本日のお話は、くれぐれも私の実家の宣伝ではなかったというように、ご理解いただけたらと思います。(文責 伊藤 和夫)

第2295回例会

日時⇒ 平成22年12月10日(金) 点鐘12:30

演題⇒ 『地元学の歴史・文化』

卓話者⇒ シナリオ作家 大川 義行様

第2296回例会

<忘年家族例会>

日時⇒ 平成22年12月17日(金) 点鐘18:00

場所⇒ オークラ千葉ホテル

