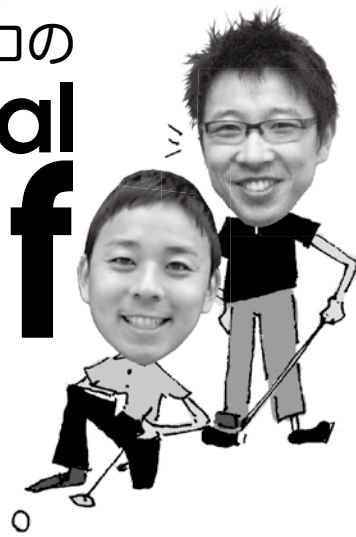


Dr.高田、宮崎プロの Functional Golf



「ゴルフをもっと楽しくする
ためのヒント」



る気に満ちたプロ
やトレーナーにも
お会いすることが
できましたが、一番
印象的だったのは某ゴルフ雑
誌記者さんが「なんとかがゴルフ
の楽しさを伝えたい！」と奮戦
していることでした。せっかくだ
けゴルフを始めてもゴルフ離れ
していく人が多い。彼女は、ゴ
ルフは堅苦しい、マナーなど
うるさい、上手くならないなど
の理由でゴルフがつまらない
なり、止めてしまおう人たち多
いのが残念でならないと嘆いて
いました。

私も、そのようにゴルフを始
めるものしづくるとして止
めてしまおう人に何度もお会い
してきました。その人たちに共
通しているのは、閉鎖的な環境
でゴルフをしているというこ
とだと感じます。そのため一
番大切であるゴルフを「楽し
む」ことができていないので
す。閉鎖的な環境とは、

例えば、まだ初心者だ
からといって練習場で
悶々と練習だけをして
いる、仕事関係上のお付
き合いゴルフ、また特定
の人とだけでゴルフに
行く、などです。

ではどのようにした
ら楽しく、継続できるよ
うになるでしょうか？
対策としては、早くコ
ースに出ること、そして
楽しく一緒にプレーで
きる仲間を多く作るこ
とです。やはりゴルフが
楽しいのはコースでプ
レーするからです。そし
て上達するのもコース
で楽しみを味わってか



らです。練習場で
黙々と練習して
いてもつまらな
いのです。楽し
くないと思っ
てしまえば、上
達しないもので
す。ルールやマ
ナーについても
うです。コース
プレーしながら
少しづつ覚えて
いけば良いので
す。ルール上こ
うしないでいい
ない、あれもこ
れもマナー違反
だと頭でっかち
になってしまっ
てしまえば、も
楽しくなくなって
しまいます。最
低限のマナーは
必要です。公式
競技に参加して
いるわけではない
ので、細かいこ
とを気にしすぎ
なくていいので
す。楽しむこと
が一番大切です。

初心者にもお勧めのイベント

それでも、下手で足手まといに
なってしまう、知らない人とゴ
ルフをするのは気が引けると戻
んでしまう人のために、宮崎コ
ーチがこころから「ザ・ビギナーズ
カップ」を開催しています。その
名の通り初心者も楽しめる、メ
キキ上達するために構成されて
います。

場所はマンハッタンから地

下鉄でも行けるMosholu Golf
Course (図1)。通常のゴルフコ
ースとは違い、ラウンド前に宮崎
コーチからアプローチ、パター、
シヨットなどのワンポイントレ
ッスンを受けるところからスタ
ート。9ホールのラウンド中も宮
崎コーチからコース戦略などの
アドバイスを受けられるなど特
典豊富。ラウンド終了後は皆で反
省会を開き今後の練習ポイント
をおさらい。さらには中、上級者
も招きマナーやルールなどをプ
レーしながら教えてもらう機会
も作るそうです。

友人同士はもちろん、一人での
参加も歓迎しています。コンセ
プトは「ゴルフを楽しむ」こと
です。楽しみながら上達できる
よう上手く企画されています。ま
たこうした場所を知り合った気
の合う人たちと、今度はブライ
ベイトでゴルフができるよう
になると、もっともっとゴルフを
楽しめますね。興味のある方は
宮崎までご連絡ください。電話
：516-467-6699 Email: taikim@
motorlearninggolf.nyc

Biography 宮崎 輝



NY市立大学大学院で
Exercise Science &
Rehabilitation を専攻
し、効率よく新しい身
体の動きの習得を促す
ために運動学習を研
究。東京でプロやイン
ストラクター、トレー
ナーに向けてゴルフス
イングや指導法の講
習を行った経験を持つ。
現在はMosholu Golf
CourseとWestchester
Driving Rangeにてレ
ッスン活動を行う。
連絡先 / taikim@motor
learninggolf.nyc
TEL (516)467-6699

Biography 高田 洋平



DPT, CFMT, OCS, SCS,
CAOPT,ゴルフを中心と
したスポーツリハビリを
学びたいと渡米。コロ
ンビア大学でDoctor
of Physical Therapy
(理学療法学・博士号)
を取得。現在Func-Ph
syotherapyのオー
ナー。ゴルフリハビリ
の資格: TPI (Titleist
Performance Institute)
Medical Profession-
Level III。USGA Hand
icap: +0.3
連絡先 / yt@funcphys
io.com
TEL (347)497-0500

図1

