


JAPAN GOLF ASSOCIATION

# JGA Golf Journal

- 
- 特集1: JGA中期ビジョン  
**GOOD GOLF GOOD LIFEで  
健全な生涯スポーツ、ゴルフをアピール!**
  - 特集2: ワールドスポーツへの変革  
**ひとつになるゴルフ界。  
誰もが楽しめるスポーツへの取り組み。**
  - 特集3: オリンピックとゴルフ



# JGA 中期ビジョン

## GOOD GOLF GOOD LIFEで 健全な生涯スポーツ、ゴルフをアピール!

2月末、JGAは中期ビジョンを発表した。  
ペンタゴンと題した5つの柱を中心に、様々な方面でアクティブに活動することを宣言。  
これまで以上にゴルフの普及に力を注ぐ。その詳細を安西孝之会長と永田圭司常務理事が語る。



ペンタゴンを柱に、活動のスピードアップとその周知を宣言した安西会長(左)と永田常務理事。

### 5つのテーマを中心にゴルフの普及をスピードアップ。活動内容もアピールする

— 発表されたばかりのJGA理念“GOOD GOLF GOOD LIFE”というのはどういうことでしょうか。

安西 生涯スポーツとしてのゴルフを、健全な形で伸ばしていきたいということ。健全というのはエチケット・マナーを重視し、人格者を育てたいということです。ゴルフがもっと普及し、ゴルフの精神がもっともっと浸透していけば、豊かで明るい社会ができるはず。ゴルフの普及が社会貢献につながる、それが“GOOD GOLF GOOD LIFE”の意味するところ。

— JGAのペンタゴン(図1)についてですが、なぜ、この5つのテーマを選んだのですか？

安西 なぜ、この5つかというよりも、JGAの事業を網羅して、集約すると5つになったということです。しかも、5つが相互に密接に関わりあっており、決して独立しているものではありません。例えば、競

技団体として、日本のゴルフのレベルアップのために主催する競技会を充実させるというテーマ、特に3オープンを世界水準にするということを考えれば、出場選手の技量を上げるために長期的な視点でジュニアを育成・強化しなければなりません。このようにしてそれぞれが密接に関わりあいながら、活動していくということなのです。

— 国際交流では、どのような活動をされていますか？

安西 これは特に重要だと思っています。日本から全英オープンや全米オープンに競技委員などを派遣しておりますが、これまではどうしても一部の人が国際部門を担当する形ができてしまっていたために限られた人ばかりが行っていた。そうではなく、海外の舞台でも競技委員を務められるような人材を増やしたいと思っています。JGA全体として、それが当たり前になるように。そのために、JGA全体が国際的な視野に立って活動しなければなりません。R&A(ロイヤル・アンド・エインシェント・ゴルフクラブ)や、USGA(全米ゴルフ協会)、APGC

(アジア太平洋ゴルフ連盟)などと連携し、IGF(国際ゴルフ連盟)の常任理事国としての役目を果たしていかなければなりません。これを限定された人だけで担っていくわけにはいかないでしょう。JGA内部からたくさんの方が国際活動に参加できるようにしてはなりません。競技委員という点でも、国際競技以前に、規則委員会の専門家以外の一般人にも、ゴルフ規則をきちんと知ってもらわなくてはなりません。その上で、JGA競技で競技委員を務められる人を増やしたい。そして、海外につながればいいと思っています。この他、選手強化のために世界アマチュアゴルフチーム選手権や世界ジュニア選手権などの国際競技に積極的に選手を派遣しています。

— 文化継承については、どのようにお考えですか？

安西 すでにあるゴルフミュージアム(廣野GC内)を充実させることと同時に、計画されているゴルフ殿堂についても、もっと話を進めなくてはなりません。男女プロ団体とのすり合わせをしっかりと、1つに集約された立派な殿堂を作ることをじっくりと考えていきたいと思っています。

永田 (JGA活動をペンタゴンとして)5つにまとめた経緯をお話ししましょう。これまでも各委員会は一生涯懸命活動してきたのは事実なのですが、PRという面が行き届いていなかったのです。それを踏まえて、JGAの活動をわかりやすく説明するために、5つに集約したのです。それが縦割りではなくクロスして活動していくから、ペンタゴンなのです。5つのジャンルがクロスしあって活性化を図っていききたいですね。

### 3オープンの充実とマーチャンダイジングプロジェクトは表裏一体

— 具体的テーマとして7つのテーマ(P4)をあげられますが、こちらについても説明してください。

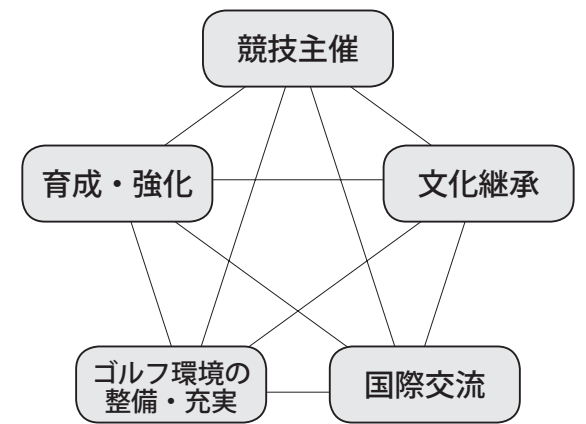


図1:JGA活動のペンタゴン

安西 JGAの委員会というのは基本的に恒久的なもので、その活動はずっと続いています。けれども、それ以外に、短期間に重点的かつ専門的に動かなくてはならないことも、たくさんあります。それを具体的なテーマとして推進していきたいと思っています。

永田 テーマは全部で7つありますが、特に急いで立ち上げたものが3つあります。3オープン競技企画プロジェクト。マーチャンダイジングプロジェクト、会員制度検討プロジェクトがそれです。まず、日本オープン、日本女子オープン、日本シニアオープンが、それぞれのツアーにおいて最大のイベントであることは言うまでもありませんし、それぞれをNo.1の座を競うのに相応しい大会にするためにどうし

たらしいかを考えるのは当たり前のことです。例えば、コース選定とコースセッティングをそれに見合ったものにし、良いプレーが行われる環境を整備する。これは大前提となっています。加えて、イベントとしての素晴らしさを求めたいのです。コンペティション（競技）だけでなく、イベントとしての素晴らしさをご存知のように全米オープン、全英オープンなどはイベントとして、お客さんを楽しませるという意味でも、日本オープンの模範となるものです。上を見ればキリがありませんが、やはりギャラリーを楽しませるための工夫やグッズ販売などのマーチャンダイジングを絡めたアイデアを色々考えなくてはなりません。

— よくわかります。イベントの充実という点について、もう少し詳しくお願いします。

安西 石川遼選手の登場や、次から次へとスタープレイヤーの出てくる女子ツアーの動きなど、ゴルフ界にとっては追い風も吹いています。ギャラリーがそれで増えるのはありがたいことです。だからこそ、層の広がりを考えなくてはなりません。ジュニアや女性の方々など、新たなギャラリー層をどう楽し



安西 孝之 会長

### 具体的テーマの立ち上げ

- ① 3オープン競技企画
- ② 組織活性化
- ③ JGAハンディキャップ普及促進
- ④ ジュニア育成・強化
- ⑤ 世界アマチュア選手権招致
- ⑥ マーチャンダイジング
- ⑦ 会員制度検討

ませられるかということなのです。これまで、ゴルフの試合を見に来ていたのは、大半がゴルフを経験したことがある人でした。でも、今はそうでない方もたくさん来場していただいているわけです。そちらに対するサービスや対応を考える必要があります。

— 海外メジャーのように？

安西 そうです。マスターズや全米オープン、全英オープンはいずれもそうですが、試合を見る楽しみに加えて、お客さんにはグッズを買う楽しみもあります。だから、マーチャンダイジングプロジェクトと連携して、そちらの方面にも広がりを見せたいのです。

— 海外メジャーでは大きなテントが建てられ、グッズも人気がありますね。

永田 そうでしょう。マスターズなんて、先にグッズを買ってから選手を見に行く人もたくさんいるくらいですからね。

— 具体的にはどの様に広げるのですか。

永田 グッズの広がりというか、品揃えを考えています。例えば、友人や知人へのお土産として手ごろな500円くらいのものから、自分が着てみたいようなウェア、被ってみたいキャップのようなもので、色々な買い方ができるようなラインナップを揃えたい。これまではグッズと言っても、基本的に開催コースとタイアップのような形で、開催コースだけで販売しているようなものでしたから。そうではなくて、日本オープングッズ、女子オープングッズのような形、オープン・コレクションにしてまとめていきたいですね。



永田 圭司 常務理事

— かなりこれまでとは違いますね。

永田 日本オープンブランドとして販売していけるものと、毎年、開催コースで売るものの両方で考えています。価格帯も500円から10,000円くらいまで幅広く。初期投資はかかるとは思いますが、今年から徐々に、何年かけてやっていきます。マスターズのようにはいかないかもしれませんが、その気になってまず始めることです。日本のトーナメントの中では、やはりナショナルオープンというのはブランドです。そのブランドの強さを活かして、皆さんに喜ばれるものになりたいですね。何度も言うようですが、素晴らしいコースでフェアなセッティングの下に試合をするのは当然のことなんです。これについては一貫して変わることはありません。それにちょっとしたお遊びをプラスして、みんなが楽しめるものになりたいということです。

— 他のテーマについてもお聞かせください。

安西 これまでの話に加えて、会員制度の充実も必要ですね。JGAハンディキャップを普及させなければなりません。システム上、個人会員を増やすことが重要です。そのためには個人会員になることで得られるメリットを作らなくてはならない。JGAハンディキャップを取得する人は、基本的に競技志向



日本オープンでは数多くのブースでイベントが催された。

が高いプレーヤーですので、競技に出られるというのは当然ですが、それ以外に何かメリットを、ということ。そこで、会員はグッズを安価で購入できるサービスも考えています。そうすればオープンブランド、JGAブランドの価値も上がり、総合的に色々な方向で活動がクロスしていけるでしょう。

### 個人会員入会のハードルを下げた JGAハンディキャップ普及へ

—— 個人会員を増やすというのは大きな課題ですね。

**安西** ハンディキャップを取りたいという人はかなりおり、実際、取得に関する問い合わせはずいぶんあります。JGAハンディキャップを取得する方法の一つとして個人会員になる方法がありますが、これまでは、個人会員に入会するには推薦人が必要だったりして入会へのハードルが高すぎました。このハードルをどう下げることがポイントです。個人会員に入会してJGAハンディキャップを取りたいと考えている数多くのゴルファー達の背中を、どうやって押せるかですね。例えばウェブからでも入会できるようにするとかね。「個人会員の入会方法が

簡単になりました。入会してJGAハンディキャップを取得してみてください」と、言えるように。そうなれば、プライベートな競技でもJGAハンディキャップが使えるようになるでしょうし、より公平なコンペが出来ます。今はダブルベリアでのコンペが多いようですが、そうではないコンペがね。JGAでもアンダーハンディキャップ競技をきちっと立ち上げていきたいとも考えています。そのあたりを総合的にプロモートしていきたいのです。それをやらなくてははいけません。ネット社会ですから、システムを作ればできるはず。これを、今年中にやるのが目標です。

—— ハンディキャップシステムについてもう少し詳しく教えてください。

**安西** 日本のシステムは、うまくできているのですよ。ただし、世界には優れたハンディキャップシステムがあり、そのどれにも長所があり、短所があります。その中で、高い評価を得ているのがUSGA方式とオーストラリア方式です。このほど、オーストラリアもコースレーティングにUSGAのスロープレーティング(※)を採用することにしたようです。日本では、さらにUSGA方式など世界のハンディキャップシステムを精査研究し、それが良いものであれば、そのシステムをそのまま、または、一部を採用することもあるかもしれません。いずれにいたしましても、JGAハンディキャップシステムについて検討を続け、より良いものにすれば、普及の速度も速まるかと思えます。それが普及すれば、ゴルフの色々な楽しみ方ができますから。

—— ハンディキャップを取得することで試合にも出られますからね。

**安西** そうです。正しく公正なハンディキャップを使えば、プロと違って競技をすることができるのです。そんなスポーツが他にありますか？ゴルフはそういう競技なのです。そのことをもっとPRしていかなくてはなりません。

### PRを充実させて底辺拡大を図る。

—— どんなにいいことをしていても、そのことを多くの人にわかってもらう必要があるということですね。

**安西** そうです。そのために再び広報委員会を立ち上げました。ゴルフの楽しさ、素晴らしさというのは、本来、JGAが人々に伝えるべき大テーマなのです。広報委員会を通じて、JGAハンディキャップ取得キャンペーンをしていきたいですね。そういうムーブメントを起こしていきたいと思っています。

—— ずいぶんと積極的ですね。“行動するJGA”ですか。

**安西** 今までのJGAは「きちんと仕事さえしていればいい」という風潮がありました。でも、きちんとした仕事が、評価されなければいけません。PRが必要なのです。一部のゴルファーにだけではなく、みんなに知ってもらう責任があるんです。だからこそ広報活動が大切なんです。色々な意味で発信していきたい。ゴルファーがレベルアップを図り、ゴルフの楽しみ方が多様であることを広めるのも私達の仕事なのです。

—— ゴルフには色々なプレースタイルがありますね。

**安西** ストロークプレーが一般的ですが、スクランブルのチーム戦などもやってみるとものすごく楽しいものです。そんなことも含めて啓発していきたいです。

—— ゴルフは社会情勢とも密接な関係があります。かなり一般的なものになったとはいえ、まだまだ“贅沢なスポーツ”という印象は残っていますが。

**安西** それは払拭しなくてはなりません。ただし、プレーヤーが二極化する可能性はあるでしょう。安く楽しむパブリックなゴルフスタイルと、プレーだけでなく倶楽部ライフをエンジョイするスタイルに。

—— これまでの話を中心に、活動していくのですね。

**安西** まだまだ他にもありますよ。ただ、今、お話ししたのは重点を置いているところです。特にジュニアの発掘・育成・強化は、JGAにとっても最重要課題

です。技だけでなく、基礎体力、精神力、エチケット・マナーの啓発、ゴルフと学業の両立などたくさん課題はありますが、これらについては、別の機会にお話させていただきます。

—— ゴルフを楽しむ人がどんどん増えて、それが社会貢献につながれば、言うことはありませんね。世界との壁もこの先どんどんなくなっていくのでしょうか。期待しています。

(※) スクラッチゴルファーを基準とした従来のコースレーティングは、HDCP20前後のゴルファー(ボギーゴルファー)にとつてのプレー難易度を反映していないという観点から、1987年にUSGAが開発したコースレーティングシステム。例えば、スクラッチゴルファーとボギーゴルファーのスコアの差は、難易度の高いコースでプレーすると両者のHDCP以上に大きくなり、逆に難易度の低いコースでプレーした場合、両者のHDCPの差よりも小さくなる傾向がある。また、同じHDCPのプレーヤー同士が対戦した場合、難しいコースでHDCPを取得したプレーヤーの方が、易しいコースで取得したプレーヤーより有利になる傾向がある。そこで、USGAはコースの難易度に係わらず全てのプレーヤーが常に公平なHDCPでプレー出来るよう、スロープレーティングを導入した。スロープレーティングとは、従来のコースレーティングに加えてボギーゴルファーのプレー難易度を評価したボギーレーティングを設け、その2つのレーティングの差に基づいてスクラッチゴルファーとボギーゴルファーにとつての相対的コース難易度を数値化したもの。55～155までの数値で表され、標準的なコース難易度のスロープレーティングは113。コース難易度が高くなるに従ってこの数値が大きくなる。各プレーヤーは個々が持つ「HDCPインデックス」とプレーするティーインググラウンドの「スロープレーティング」の組み合わせにより、その日のプレーイングHDCPが決定する。このことによって、プレーヤーの技量とコース難易度に応じた公平なHDCPでプレーできる。

# ワールドスポーツへの変革

「誰もが楽しめるスポーツ」へと意識が集約した国際ゴルフ会議。  
世界のゴルフ界の結束が高まっている。

これまで「限られた人が楽しむ」という認識が強かったゴルフ。しかし、ここ数年で「誰もが楽しめるスポーツ」への変革の意識が世界的に高まっている。先だってR&Aが主催し開催された国際ゴルフ会議(Working for Golf 2009)は、世界中のゴルフ団体が数多く参加。1985年に第1回大会が行われたR&A主催の4年に1度の会合では、当初の親睦からゴルフ普及に一丸となっていく方向に変化を見せており、参加国も増加の一途をたどっている。そこに参加した竹田恆正副会長と、村津敬介理事から、会議の詳細と今後の世界の動きについて話を聞いた。

## 58カ国、78団体参加で活発な意見続出!

— まずは、国際ゴルフ会議(Working for Golf 2009)について詳細を教えてください。

**竹田** R&A(ロイヤル・アンド・エインシエント・ゴルフクラブ)主催で4年に1回行われているもので、今年は8回目の開催となります。

**村津** 58カ国・78団体から約140名が出席しました。前回の会議には安西会長が出席されました。私は第5回に初めて出席したのですが、その頃とはずい

ぶん雰囲気が変わりました。当時は、親睦とお互いのゴルフに対する共通理解を持つ、というようなムードでしたから。最近では、ゴルフ規則についてはもちろんのこと、ゴルフに対する価値観や位置づけなどが話し合われ、それが、ムーブメントのようなものになってきています。以前は、各国エリートのような人たちが多く、ゴルフがまだ限られた人たちのスポーツだという感じがしたのですが、今ではもっとみんなにゴルフの楽しさを知って欲しいというようなムードになってきました。



世界58カ国・78団体から約140名が集まった。国の違いはあれど、ゴルフに対する気持ちは一つの方向へ向いている。



会場では至る所で活発な意見が交わされた。各々が持つ意見・疑問を互いに語り合った。

— それだけの出席者がいると、意見の集約が難しくそうですが。

**竹田** R&Aがしっかり自信を持ってオーガナイズしてくれていました。国別にボタンを持たされていて、質問されるとそれに答えて押すようになっていたシステムは面白かったですね。発表者やR&Aから出される『私達はこの問題について、この様に考えていますが、皆さんはどうですか?』という質問や考え方に対して、イエスかノーか、あるいは1から5までのように選択して、その結果がすぐに全員にわかる仕組みでした。つまり、全体のマジョリティ(多数派)がなにかということが、すぐにわかるのです。だから、出席している全体の傾向がつかみやすい。これを頻繁に繰り返すのです。

— なるほど。今回の会議ではどのような議題が出されましたか?

**竹田** スロープレーについてはどう思いますかとか、アマチュア資格は…とかですね。別にこの会議で採決をするわけではないのですが、全体の傾向を見ながら話をする。質疑応答では、ずいぶん活発な意見交換が行われていました。

**村津** 前回の会議からゴルフがワールドスポーツを目指しているという機運が感じられるようになりました。各国がそういう意識を持ち始めてきたのです。

— それは素晴らしいことですね。

**竹田** 出席国は、ヨーロッパがやはり多いのですが、小さな国も多いし、コースの数も少ないところが多い。日本は約2,400もゴルフ場があって、アメリカに次いで世界第2位です。もちろん、各国のゴルフ環

境によって、考え方も色々です。

**村津** 確かに意見は色々ありましたが、みんなゴルフを広めるためにはどうしたらいいかと同じ方向を向いて、前向きに議論していました。

— 今回USGA(全米ゴルフ協会)が不参加でした。残念な気がしますが。

**村津** やはりゴルフ場の数は圧倒的にアメリカが世界一ですから、意見を聞きなかったですね。

## 2016年五輪の正式競技となるために1つになるゴルフ界

— ところで、2016年の五輪正式競技になるかどうか、今年の10月に決まりますね。そのあたりはどうですか?

**竹田** R&Aは自信がありそうでしたよ。IOC(国際オリンピック委員会)が、競技をまとめる組織を作らざるを得ない状況だったので、IGF(国際ゴルフ連盟)が設立され、ゴルフ界も形を整えましたから。それに世界のトッププレーヤーも協力してくれています。だからR&Aも自信を持っているのではないですか。

— タイガー・ウッズやフィル・ミケルソンなどが協力するのはニュースになっていますね。

**竹田** 会議でもゴルフのPRフィルムが流れていました。タイガー、ミケルソン、(パドレイグ)ハリントン、ビージェイ・シン、それに今田竜二も英語でスピーチしていました。あのフィルムを見ると、五輪競技採択に向けて、世界のゴルフ界が一体となっているというのがわかりますね。



竹田 恆正 副会長

願いするように言われてきました。JGAとしては、安西会長を中心に、岡野俊一郎さん、猪谷千春さん2名のIOC委員に何回も話をしています。お二人には、ゴルフ新年会にもいらしていただきました。また、オリンピック競技復帰に向けたIGFの活動を支援するため、JGAとしても資金援助を行っております。ゴルフが五輪競技になる可能性は大きいと思っています。

### 変わりつつあるゴルフ界～底辺拡大へ

— 色々、お話を聞いていると、R&Aも含めてゴルフ界がずいぶん変わってきたように感じますが？

竹田 全体的なトーンが、特権階級のものというのではなく、スポーツとして幅広く浸透させていこうというようになってきています。各国で事情はまったく違いますが、全体として、そういう流れです。

— その中で、日本が見習いたい国はありましたか？

竹田 本当に事情が違いますからね。でも、ブラジルの話は興味深かったですね。サッカー同様、貧困層の子供達にゴルフのボールとクラブを配って、ゴルフに親しむようにしてみたそうです。

— 世界中、色々な層の子供達がどんなエリアでもサッカーボールで遊んでいるのを見ますものね。

竹田 ボールさえあればいいサッカーと違って、ゴルフは道具も必要ですし、コースもないと困るので、サッカーと同じようにはいきません。でも、ブラジルのある村で、実験的にプロゴルファーが子供達に学校でゴルフを教えたそうです。そうしたら、学校を辞める子が減り、犯罪率がぐんと下がったそうですからね。不登校率も下がったそうですよ。そういう意味では、ゴルフが立派な社会貢献をしたと言えるでしょう。

— ゴルフには教育的な面もありますからね。

竹田 もっとも、ひとつの実験的な例で、どこでも

うまくいくかどうかはまだわかりませんし、日本ではまったく事情が違うので、そのまま行うわけにもいきませんが。

— では、日本ではどんなことを？

竹田 日本のジュニアは、他国とは事情がずいぶん違います。ジュニアの試合も多いですから。特に小学生の大会は人気で、すぐに枠が埋まってしまうのですよ。石川遼選手の影響も大きいですが。

— ジュニアが増えているのは確かですね。

竹田 今年の関東アマで優勝したのも中学二年生（伊藤誠道選手）でした。プレーオフで日大の伊藤勇氣選手を退けての優勝ですよ。私はプレーオフを見ていたのですが、体格の差にもかかわらず、二人は同じくらい飛ぶ。その上、まだ怖いものが何もないから、2ホール目で3メートルのパーディーパットをドン!と決めてみせた。

— 選手層が厚くなってきた？

竹田 スポーツを始めて5～6年の中学生が、ナショナルチームの選手をやっつけちゃうスポーツって、そんなないでしょう。まあ、彼に怖いものがないのか、日本のレベルが低いのか、どちらかかな(笑)。

— 日本のゴルフ界の変化を感じたのでは？

竹田 70年代、80年代のゴルフブームを支えたのは、コーポレート（企業）の人たちでした。ゴルフ場も約2,400に増えました。でも、それもバブル経済崩壊とリーマンショックによる世界同時不況で崩れた。現在は、企業ベースのゴルフなどは減っているのが現実です。その代わり、データでは女性とジュニア、シニア層のプレー回数が増えている。コーポレートからインディビジュアル（個人）に変わってきているのでしょうか。ゲームもファミリー的なものになっていくのかな、と思いますね。そういう段階なのでしょうね。

— ところで、ゴルフを通じての社会貢献というのも、JGAの重大な使命だと思うのですが、そのあたりはどう



村津 敬介 理事

お考えですか？

竹田 まずジュニアの育成は大切です。エチケット・マナーが重要視されるゴルフは、しっかり人間形成できますから。とにかく裾野を広げたいですね。

— ジュニアの教育は大変なのではないですか？

竹田 う～ん(苦笑)。まあ、ジュニアスクールを開催していただいている地区連盟の苦労は大きいと思います。

— 具体的にはどのような活動をしているのですか？

竹田 ジュニアスクールでは、インストラクターによる技術指導のほかに、エチケット・マナーの啓発をしています。挨拶の奨励や言葉遣いなどは時間を割いて参加者に話をしています。まあ、家庭や学校がやり残していることをやっているようなものです。これは社会問題でもあるけど。

村津 今回の会議でも、各国プロ協会がジュニア育成に真剣だったということは感じられました。やっぱりアマチュア団体だとボランティアが多く、活動にも限界がある。でも、プロ協会はそうではありません。それなりのプログラムもある。それを使って、しっかりとジュニア育成に団体として取り組んでいるのです。ゴルフ界の底辺を支えるジュニアを育てることは、彼らの生活にも直結しますから真剣です。

— 出席者リストを見ると日本のプロ団体は参加していなかったようですが？

竹田 そうですね。指導者としてジュニアを育てる仕事をするには、彼らにとっても大切です。近い



— 2016年、ゴルフが五輪競技になって、開催地も東京に決まれば盛り上がりますね。

竹田 大変な盛り上がりでしょう。とにかく、会議では、それぞれのゴルフ団体が、各国のIOC委員にお



ちにプロ協会 (PGA・LPGA) と話をする必要がありますね。

— そういえば、会議ではR&Aワールドアマチュアランキングの話も出たようですが、詳しく教えてください。

竹田 はっきり言ってJGAは出遅れてしまいました。

— そうなのですか。

竹田 我々が思っていた以上に、世界は早い反応を示していました。R&Aワールドアマチュアランキングについての意識調査に対して「イエス」という答えがほとんどだったのです。すでに各国は動いていて、ランキングのポイント加算対象となる競技が、アメリカではすでに200試合もあるという話だったので、正直、驚きました。

— 対象試合の条件は？

竹田 54ホール以上のストロークプレー。日本には、

その規模で行われる競技はあまりないのです。日本アマを例にとると、36ホール・ストロークプレーの予選に続いて、上位32名によるマッチプレーで争われます。現状の日本アマでは、マッチプレーの成績についてのポイントは換算されますが、予選については換算されません。海外のナショナルアマチュア選手権で54ホール以上の予選を行っている競技は、ポイント換算の対象となっています。

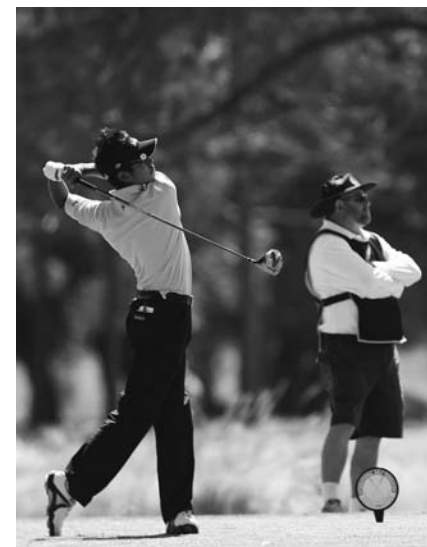
— それは一考が必要ですね。

竹田 国内でランキング対象となる試合の網を広げる必要があります。そのほか、国内のアマチュア競技を主催する各団体に、R&Aワールドアマチュアランキングの対象となるように働きかけるなど、すぐに取り組む必要があります。

## R&Aワールドアマチュアランキングから マスターズ出場への道筋

— R&Aワールドアマチュアランキングは、どんな形で活用されるようになるのですか？

竹田 今年の10月にアジアアマチュア選手権の第1回大会が中国のミッションヒルズで行われる予定なのですが、その出場資格にこれが採用されることになるでしょう。優勝者にはマスターズ出場権が、優勝、準優勝には全英オープン最終予選の出場権が与えられることになります。だから、この大会に出ることは、選手が世界の舞台を経験できるチャンスを広げることになるのです。そのためにも、乗り遅れてはいけません。すぐ、対応に着手しますよ。



— アジアンアマチュア選手権の詳細を教えてください。

竹田 各国2名ずつの代表とR&Aワールドアマチュアランキング上位者が出場できるようになります。実は、アジア太平洋ゴルフ連盟 (APGC) から、第2回大会の日本開催を打診されているのです。

— 開催となれば楽しみですが、そうなったらますます、R&Aワールドアマチュアランキングに対応して日本選手の出場者を増やしたいところですね。ゴルフ規則関係の話はどうでしたか？

村津 先のマスターズでハリントンが1罰打となった (※) のですが、この件についてVTRが流され、出席者の意見を求められました。その結果、全体の意見が分かれましたが、約8割がアンフェアだと考えていたようです。じゃあ、ゴルフ規則をどうするか、という方向です。起きたことにすぐ、行動を起こそうという姿勢が、R&Aにも全体にも見られました。

— エチケット・マナーについては？

竹田 プレーの進行について議論されました。ボール探しの時間を5分から3分に縮める、距離を測る機械をゴルフ規則で認める—など様々な案は出ました。ペナルティをきつくするという意見もありました。ただし、ゴルフの精神との兼ね合いを考えて、難しいところですね。

— 今後、世界のゴルフ界がどうなっていくのか、五輪の行方と共に楽しみです。

(※) マスターズ第2ラウンドの15番ホールグリーン上、ハリントンがアドレスをした際、球が動き出しそうだったので、一旦、スタンスを外し、再度ストロークするまでの間に球が動いてしまった。マスターズ委員会は、ゴルフ規則18-2bの違反として、ハリントンに1罰打を課した。ハリントンがマークして球を拾い上げていれば、その球はインプレーではなくなるため、1罰打は課せられなかった (ゴルフ規則裁定集2008-2009の259ページ記載の18-2b/7、18-2b/8を参照)。

# オリンピックとゴルフ

112年ぶりの五輪正式競技へ！

世界がひとつになったゴルフ界が、ムーブメントを巻き起こす！！

2016年の五輪でゴルフが正式競技となる可能性が高まってきた。

10月の会議でIOC(国際オリンピック委員会)が五輪正式競技を決定するのにあたり、6月15日にゴルフ、野球、ソフトボール、空手、スカッシュ、7人制ラグビー、ローラースケートの7競技がIOC理事会で最終のプレゼンテーションを行った。ゴルフ界からは、コリン・モンゴメリー、アニカ・ソレンスタムをはじめアジア代表としてホールオブフェイマーの樋口久子氏がプレゼンテーションに出席。五輪正式競技に向けて、大詰めを迎えた本理事会に同行した平山伸子国際委員・広報委員のレポートを掲載する。



今回の最終プレゼンテーションに立ち会うことが出来たことは、長い間、ゴルフ界の仕事に携わってきた私にとっては、貴重な体験だった。未来のゴルフ界にとって画期的なイベントであったと言える日がくることを今は心の底から願っている。今回のプレゼンテーションには、規定最大の6名が出席した。メンバーは、IGF(国際ゴルフ連盟)のエグゼクティブ・ディレクターのタイ・ボトウ氏(PGAツアー)、IGFのセクレタリー、ピーター・ドーソン氏(R&A)、アニカ・ソレンスタム、コリン・モンゴメリー、PGAツアーのコミッショナー、ティム・フィンチャム氏と、我々、アジアを代表して日本女子プロゴルフ協会の樋口久子会長だ。

理事会メンバー、ロゲ会長をはじめとする15名の前でIOC本部の会議室で、それぞれの7競技ともに持ち時間は30分、ゴルフの場合は、映像も含めプレゼンテーションは約17分。残りの時間が質疑応答に当てられた。

まず、映像では、ジャック・ニクラウスが口火を切る、自分の時代にゴルフでオリンピックに出場して、メダルのために戦うことができたなら、と心から思っていたと語る。そしてタイガー・ウッズをはじめトップの選手達(日本勢は今田竜二選手)が、心をひとつにして、オリンピック参加を願う、支援すると訴えた。ゴルフのメジャー競技はゴルフの最高峰、オリンピックはスポーツの最高峰であり、ゴルファーも国を代表して参加できたら素晴らしいことだ。またオリンピックの正式競技になることによって、世界中の若者にゴルフを知って欲しい。そしてゴルフの普及に計り知れない影響を及ぼすことになる。と力強い説得力のある選手からのメッセージだった。

## IOC本部でのオリンピック正式競技へのプレゼンテーションに立ち会って

2009年6月15日、スイスのローザンヌにあるIOC本部、国際オリンピック委員会の理事会が始まった。2016年夏季オリンピックに関する重要なプレゼンテーションである。ひとつは、2016年オリンピック招致の立候補4都市(東京、シカゴ、リオデジャネイロ、マドリード)によるIOC委員に対するプレゼンテーション、もうひとつは2016年オリンピックで実施を目指す7競技の最終のプレゼンテーションだ。言うまでもなく我々にとって最も重要なゴルフは、その7競技のひとつである。



樋口久子(日本女子プロゴルフ協会会長)、アニカ・ソレンスタム、ピーター・ドーソン(IGFセクレタリー)、タイ・ボトウ(IGFエグゼクティブ・ディレクター)、コリン・モンゴメリー、ティム・フィンチャム(PGAツアーコミッショナー)

主たる説明を行ったタイ・ボトウ氏とピーター・ドーソン氏は、ゴルフの理念、真摯、誠実、清廉であることは、まさにオリンピックの精神そのものであるということ、ゴルフは老若男女を問わずプレー出来る素晴らしいスポーツであること、若者の教育に絶対的に役立つこと、ゴルフがもたらす経済効果は、オリンピックにとってもプラスになるであろうし、オリンピックのパワーはゴルフの世界的発展と普及に必ずや大きな力となるであろうということ、トップ選手誰もが全面的にオリンピックをサポートして4年に一回、国を代表して、この祭典に参加することを切望しているということを訴えた。私は、樋口久子会長の補佐役として今回のプレゼンテーションに立ち会ったが、日本のゴルフ界の将来の健全な発展のためには、オリンピック正式競技となることが、大きく未来を変えると確信している。それにより、(ゴルフ場利用税完全撤廃、公務員の倫理規定からの削除につながるかもしれない)願わくは、ゴルフ場が積極的に限られた時間でもジュニア層に解放してくれて、より多くの人々がゴルフに触れあう機会をつくることのできるだろうし、そこから未来のスターが誕生することだろう。そして子供たちにゴルフの素晴らしさと新たな夢を提供することが出来ると心から思ったローザンヌでの3日間だった。

ロゲ会長は、「全7競技とも興味深い、参考になるプレゼンテーションだった。あとはいかにオリンピックに相応しいかの判断になるでしょう」とコメントした。8月の理事会により7競技から2競技が選考され、10月の総会で正式決定される。吉報を待ちたい。

国際委員 広報委員 平山伸子

### ▶ジャック・ニクラウス

ゴルフのオリンピック正式競技参加活動のグローバル・アンバサダーとして任命されたことを名誉に思う。ゴルフは世界120ヶ国で6,000万人がプレーしている。名誉、誠実、尊厳を重んじる真のスポーツマンシップの競技である。近年では中国、インド、ロシアという国々も含め世界中で普及、発展し続けている。もし自分の現役時代に金メダルのためにオリンピックに出場することが出来たならと思う。これからのゴルファーにその夢を叶えてあげることが出来たら素晴らしいと思いき全面的に協力したいと思っている。



### ▶フィル・ミケルソン

国際的な素晴らしいスポーツとしてオリンピックには最適。名誉を重んじ、ゴルフとオリンピックの精神は共通する。世界中のいろいろな国で心身ともに子供たちの教育、健全な成長に間違いなく役立つスポーツだ。



### ▶今田竜二

真摯であること、誠実であること、高潔であること、ゴルフはオリンピックにふさわしい。



### ▶ビジェイ・シン

世界中どこへ行ってもゴルフ場はある。オリンピック参加により、いろいろな国の子供たちにもゴルフという素晴らしいスポーツに触れてもらう機会をどんどん増やすことが出来るだろう。



### ▶タイガー・ウッズ

オリンピックにとってもゴルフはその精神からして最適なのではないだろうか。そしてゴルフにとってもオリンピックは、もっと世界中で子供たちにゴルフに触れてもらい、普及させるためのものすごい力となるだろう。



### ▶アニカ・ソレンスタム

オリンピック参加により、あらゆるレベルのゴルファーに必ずや好影響をもたらすだろう。すごいことだ。世界中でもっとゴルフが認知されるし、ゴルフそのもののステータスも上がる。



### ▶ポーラ・クリーマー

国を代表して、赤・白・紺の国旗の色を身にまといプレーすることには、奮い立ちますし、燃えます。オリンピックとはそういう祭典です。

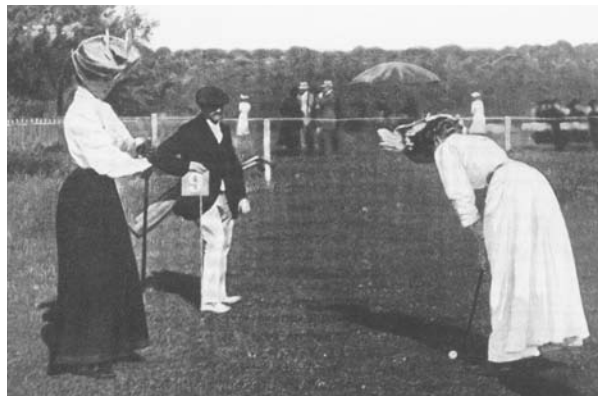


出典：IGF(国際ゴルフ連盟)



## ゴルフはなぜ、五輪競技となり、五輪から姿を消したのか。 その詳細を振り返り、10月の正式競技決定に思いをはせる。

ゴルフは過去、1900年(パリ大会)と1904年(セントルイス大会)で五輪の正式競技となっていた。オリンピック精神である「友情、連帯、そしてフェアプレー精神に基づく相互理解」は、ゴルフの理念でもある「真摯、誠実、清廉」そのものともいえ、ゴルフは五輪に相応しい競技といえる。しかし、1904年大会以降、これまで五輪正式競技としてゴルフが行われなかった。その理由はなぜか。歴史を振り返りつつ、五輪とのかかわりを掘り下げてみた。



オリンピックで初めて正式競技となった1900年パリ大会でのプレー風景。

公正の理念をすべての基本とし、すべてが自己責任で他人を思いやるゴルフという競技。それが、国境を越え、人種を超えて、世界中に広がりつつある今だからこそ、友愛の精神を掲げる五輪の一部となることは大きな意味がある。

これまで、20世紀初頭に2度、正式競技となったものの、その後はゴルフ界と五輪とは縁がなかった。何度か正式競技候補にはなったものの、階級や人種による差別が行われていた地域があったことや、ゴルフ界がひとつにまとまっていなかったことなどから、残念ながら見送られてきた経緯がある。

だが、2016年の五輪正式競技決定を前に、ゴルフ界はひとつにまとまっている。世界がひとつになった競技団体の必要性から、それまでアマチュア団体を総括していた世界アマチュア評議会が、2003年にIGFと名を変えて活発に活動を開始。全米ゴルフ協会(USGA)の本部と同じ米ニュージャージー州ファーヒルズを本拠地として、様々な活動を行っている。



1976年モントリオール大会に際して作られた五輪紋章入りのパター。1本30ドルで販売され、売上金の一部が大会運営基金に寄付された。

プロツアーが世界的に活発に行われ、毎週、試合があるのが当たり前となっていることから、かつては五輪の正式競技化に今ひとつ興味を示さなかったトッププレイヤーも多かった。だが、プロアスリートの五輪参加が当たり前となり、さらにゴルフ界にも新風が必要となった現在、全体的に正式競技化を応援するムードが盛り上がっている。

ジャック・ニクラウス、アニカ・ソレンスタムといったホールオブフェイマーを中心に行われたIOCへの働きかけは、大きな盛り上がりを見せている。世界中のトッププレイヤーたちがこれをバックアップしていることは、スイス、ローザンヌで行われたプレゼンテーションの様子(p14~15)でも明らかだ。世界ランクNo.1のタイガー・ウッズを始め、アーニー・エルス、セルヒオ・ガルシア、ベルンハルト・ランガー、ビージェイ・シン、パドレイグ・ハリントン、コリン・モンゴメリー、ジープ・ミルカ・シン、カミロ・ビージェイガス、マイク・ウィアーらの男子プロ、カリー・ウェブ、ロレーナ・オチョア、宮里藍、ヤニ・ツェン、スーザン・ペターセンらの女子プロなど、名前を挙げればきりがなほどのトップ選手達が、ゴルフの素晴らしさをアピールしている。

いまだかつてないほど、ひとつになった世界のゴルフ界。正式競技に選ばれるか否かは、10月の会議を待つしかないが、このムーブメントを通じて、さらにゴルフ界から国境という壁が消えたことはまちがいないようだ。

## オリンピックとゴルフの歴史

文：市村操一

近代オリンピックは1896年にアテネで始まった。ゴルフは二度オリンピックの正式競技となったことがある。この小論では、オリンピックとゴルフの関係の4つの話題を取り上げたい。一つはパリ大会のゴルフ、二つはセントルイス大会のゴルフ、三つはキャンセルされた1908年ロンドン大会のゴルフ、四つは1936年のベルリン大会のポスト・オリンピック競技会のゴルフである。

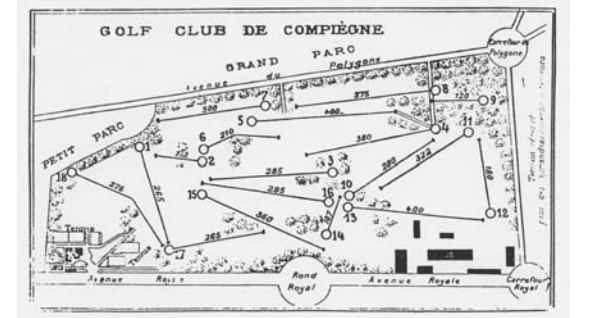
### 1900年パリ・オリンピックのゴルフ (女性の参加)

第1回大会のアテネ・オリンピックでは女性の種目はなかった。パリ大会では、女性の参加もできるようにしようという目的で、テニスとゴルフが実施された。



女子の優勝者のM.アボットとキャディー。1900年10月3日水曜日、女子のゴルフにはアボットの母親を含む10名が参加した。

9ホールズのゲームで、47ストロークで優勝したマーガレット・アボットは1878年に裕福な家庭の娘としてインドのカルカッタに生まれた。彼女はシカゴ・ゴルフ・クラブでゴルフを覚えた。1900年には絵画の勉強をするために母親と一緒にパリに滞在しており、オリンピックに出ることになった。この偶然の参加によって彼女は意識することなく歴史的な存在となった。つまり、アメリカの女性として最初のオリンピック優勝者となったのである。



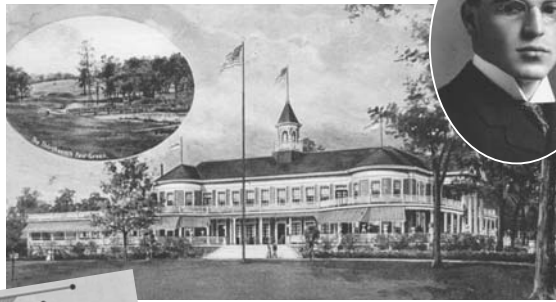
左上:優勝したC.サンズのスタート(『野外の生活』誌の表紙)。  
右上:1900年のパリ・オリンピックのポスター。  
下:競技の行われたパリ郊外のコンピエニュGCの図。

男性の優勝者は米国のセント・アンドルーズGCのC.サンズでスコアは82+85=167であった。7位になったA.B.ランバートは、1904年のセントルイス・オリンピックでのゴルフ競技の開催に大きな役割を果たすことになる。ランバートはセントルイスで製薬会社を営んでおり、口腔洗浄液として現在も残っている「リステリン」の開発者であった。オリンピックの時期に、彼は商用のためにちょうどパリ支店に滞在しており、ゴルフ競技に参加することになった。彼のスコアは94+95=189であった。

### 1904年セントルイス・オリンピックのゴルフ (USアマの参加)

前節で述べたように、パリ・オリンピックのゴルフのトーナメントに、セントルイスの製薬会社の社長、ランバートが参加していた。第3回のオリンピックはセントルイスの世界博覧会と一緒に開かれることになった。会場はランバートの義父の経営するGlen Echo GCであった。トーナメントの開催日は、9月17日、19日-24日。競技種目は、男性の個人戦と団体戦。参加者は77名(アメリカ74、カナダ3)。

17日には36ホールズの団体戦が行われた。1チーム10名の6チームがエントリーしていたが当日現れた



左上:1904年のセントルイス・オリンピックの競技会場グレン・エコーCC。  
右上:A.B.ランバート。



公式プログラム: Olympic Golf Championshipの文字が見える。

のは2チームに過ぎなかった。それらの2チームは、Western Golf AssociationとTrans-Mississippi Golf Associationであった。そこで、現地に集まっていてチームに属していないゴルファーを10名集めて即席の

チームが構成された。チーム名はなんとUSGAであった。とはいえ、このチームがUSGAを代表したわけではない。全員がUSGAに加盟しているクラブのメンバーであったので、USGAチームと名乗ったということである。結果はWestern GAの優勝であった。このチームには、この年のUSアマをバルタスロールで獲得した20歳のハーバード大学生H.C.イーガンが加わっていた。ベストスコアはこのイーガンのもので、81・84=165であった。USGAチームは3位だった。

19日-24日の個人戦には75名が参加し36ホールズのストロークプレーを行い、32名がマッチプレーに進んだ。各マッチ36ホールズのマッチプレーが行われ、決勝ではイーガンとカナダのG.ライアンが対戦し3&2でライアンが優勝した。

セントルイス・オリンピックのゴルフはゴルフの祭典としては盛大であったようで、ノン・オリンピック種目として、ドライビング・コンテスト(優勝は234yds)、パッティング・コンテストなども行われた。



ファイナリストとなったH.C.イーガンのフィニッシュ。

## 1908年ロンドン・オリンピックのゴルフ (突然のキャンセル)

1908年のオリンピックはロンドンであった。英国のオリンピックである。ゴルフは当然予定されていた。3つのコースで6ラウンド(108ホールズ)をプレーする計画だった。ドーバー海峡沿いのRoyal St.George's GC(1887年設立)、Prince's GC(1890)、Cinqueports GC(1892)の、当時としては新しいコースであった。ロイヤル・セント・ジョージズの支配人のリチャードソンはロンドン・オリンピックの組織委員でもあった。まだ歴史の浅いオリンピックに対してR&Aはゴルフ競技の運営の主導権を渡すことに寛容ではなかったようである。組織委員会からの手紙に返事さえ出さなかったこともあり、競技の運営上の問題で両者の間には妥協できない問題が残された。その結果、英国選手は全員参加を辞退してしまった。予定された試合の当日、前回の優勝者のライアンはロイヤル・セント・ジョージズのクラブハウスにやってきたが、試合はなかった。オリンピック組織委員会は「君はスポーツマンだ。金メダルを与えたい」と申し出た。それに対してライアンは「私はスポーツマンだ。だから、戦わない試合のメダルは受け取れない」と応えたそうである。



セントルイス・オリンピック個人戦優勝者のメダル。



セントルイス・オリンピックでの優勝のあとのG.ライアン。

## 1936年ベルリン・オリンピックで ゴルフは行われたか。

1936年のベルリン・オリンピックはヒトラーの国威発揚の大きな機会であった。日本は三段跳びの田島直人や女子200m平泳ぎの前畑秀子などの活躍で6個の金メダルをとった、この大会でゴルフが行われたという話が、ゴルフ雑誌などで紹介されることがあった。だが、ドイツで1981年に発行された「1896年から1980年までのオリンピック競技会:Die Olympischen Spiele von 1896-1980. Sportverlag, Berlin 1981」という記録集には、ゴルフに関してはなんの記載もない。

しかし、ゴルフの国際競技の歴史のなかでは特筆すべきトーナメントが行われていた。ベルリンのオリンピックの開催期間は8月2日-16日であったが、この10日後に、つまり8月26日-27日に、国別ゴルフ大会がバーデン・バーデンGCで開かれていた。このゴルフ大会のことは、ゴルフライターのピーター・ドーバレイ



ヒトラーから優勝チームへ送られた記念の盆。



バーデン・バーデンでの表彰式。中央の2名は英国チーム。左2名がフランス。右がドイツ。右の写真は招待状。この大会がきっかけで1937年に欧州ゴルフ連盟ができる。

ナーが、Golf Digest誌の1993年4月号で紹介している。2001年出版のバーデン・バーデンGCの100年史(Golf Club Baden-Baden 100 Jahre)にはこの大会のことが詳しく紹介されている。4ページにわたる紹介を簡単に翻訳してみることにする。

「ドイツゴルフ協会はポスト・オリンピックのアマチュアゴルフ大会の招待状を36カ国に送った。そして次の7カ国が参加した。フランス、ドイツ、英国、オランダ、イタリア、チェコスロバキア、ハンガリーである。ポスト・オリンピック競技としては、競馬とテニスとゴルフなどが選ばれていた。そのような競技が選ばれた理由には、上流社会好みのスポーツの大会の開催がベルリン・オリンピックのイメージを上げるだろうとの、帝国スポーツ相の意図があった。バーデン・バーデンゴルフクラブが、パー68で4,125ヤードの不十分なコースであるにも関わらず大会の開催地に選ばれたのは、その地が美しく、娯楽施設も完備した国際的に有名な温泉町であったからである。

競技は1日36ホールの2日間で行われた。この記録は残っている。初日はドイツの19歳のベッカート卿が68・67=135でリードする。英国のシルクスが70・70=140でつける。この結果がベルリンのヒトラーに報告されると、彼は優勝者へのトロフィー贈呈を自分が行うとバーデン・バーデンに向かう。しかし、2日目、英国のシルクスは65・65と頑張り、トータル270で逆転優勝をしてしまう。国別でも英国が優勝、フランスが2位、ドイツは3位となる。この結果を聞いたヒトラーは、すぐさまベルリンへ引き返すため、メルセデスに乗り込んだ」

### 参考文献

G. Jeanneau (2003) Le Golf et les Jeux Olympiques. Atlantica, Golf Club Baden-Baden 100 Jahre (2001)

### 東京成徳大学 教授 市村操一

1939年水戸市生まれ、東京教育大学大学院博士課程修了、専攻スポーツ心理学。現在筑波大学名誉教授、東京成徳大学応用心理学部教授。著書には「ゴルフを知らない日本人一遊びと公共性の文化史」などがある。

# 健康とゴルフ

## 生活習慣病対策に最適な“歩くスポーツ”ゴルフをしよう!

健康ブームが高まる中、ゴルフによる生活習慣病防止に注目が集まっている。生涯スポーツとして長い間付き合えるゴルフだからこそ、自分に合ったプレースタイルで、健康を維持することを考えていきたいものだ。ゴルフという楽しみながらできる健康法についてよく知り、より効果的にプレーすることを考えてみよう。

### ウォーキングを自然に楽しむために ゴルフは最適なスポーツ

文明が進み、交通手段が著しく発達した現代社会。古来、米を主食にし、魚、野菜を中心とした健康的な食生活を送っていたはずの我々日本人も、欧米からの食事習慣を受け入れてから久しく、生活習慣病になりやすい食生活がもはや当たり前になっている。つまり、現代の大人は、何も考えずに生活していれば、『メタボリックシンドローム』になっても何の不思議もないということだ。

『メタボリックシンドローム』という言葉が一般で使われ始めたのはそれほど昔の話ではないが、すでに日常生活のあらゆる場面で『メタボ』という略称で会話に登場するほどになっている。それほど、身近な存在でもある。

だが、これを甘んじて受け入れていては、決して健康に長生きすることはできない。そう考える現代人の心を見透かしたように、世の中は健康ブームでもある。特に、厚生労働省が打ち出した生活習慣病対策のキャッチフレーズに『1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後に薬』というのがあるように、運動する習慣をつけることが最も大切だ。サプリメントよりもまず運動。これは、現代人にとってはもはや常識といっていだらう。といわれている。新聞、雑誌、テレビ番組などで取り上げられた健康法に飛びつく人も多い中“歩く”スポーツであるゴルフにも注目が集まっている。

ゴルファーなら自覚していることだが、何しろゴルフはショットを打っている時間より、歩いている時間、考えている時間のほうがはるかに長いスポーツ。ゴルファーならこれを健康に利用しない手はないだろう。



**メタボクイズ**

**1. ウエストの太さ(おへその高さで測る)の基準値は?**  
 ① 男 85cm以上 女 90cm以上  
 ② 男 90cm以上 女 85cm以上

**2. メタボの診断では高血圧とはいくつ以上をいうのでしょうか?**  
 ① 最高血圧 130mmHg以上あるいは(and/or)最低 85mmHg以上  
 ② 最高血圧 160mmHg以上あるいは(and/or)最低 95mmHg以上

**3. メタボの診断では高血糖とはいくつ以上をいうのでしょうか?**  
 ① 空腹時血糖 110mg/dl 以上または HbA1c 5.5%以上  
 ② 空腹時血糖 126mg/dl 以上または HbA1c 7.0%以上

**4. メタボの診断では高脂血症とはどういう状態でしょうか?**  
 ① 中性脂肪が 150mg/dl 以上あるいはHDLコレステロールが 40mg/dl 未満  
 ② 中性脂肪が 150mg/dl 以上あるいはHDLコレステロールが 40mg/dl 以上

解答はP29にあります。

山野美容芸術短期大学 美容保健学科 教授 医学博士 生山 匡 作成  
(月刊ゴルフマネジメント2009年5月号より)

また、現在、ゴルフとなじみのない人々にとっては『メタボ』対策として高く評価されているウォーキングを実践する手段として、ゴルフに注目して欲しいところだ。ランニングと違い、足腰に負担をかけることが少なく、年齢の高い人でも楽しみやすいウォーキングは、自然の中を歩くハイキングのような形や、都内で散歩の延長のような形で楽しむ人が多いスポーツだ。他にも、多忙な毎日の合間を縫って、通勤や営業などで外出した際、一駅手前で電車を降りたり、タクシーやバスの利用を控えるなどの方法で運動量を増やそうとする人など、様々な形でウォーキングを取り入れているようだ。

しかし、その一方で「ただ歩くのはつまらない」という声も多いのが現状だ。こう考えている人々にとって、ゴルフほど楽しみながら歩けるスポーツはないのではないだろうか。最近では、乗用電動カートが普及しており、以前ほど歩かなくなったプレーヤーもいる

が、実測してみると意外なことにカートに乗っても1ラウンド 10,000歩以上は歩くことが判明している。だから、全ホール歩いた場合、多ければ25,000歩前後、1日に歩くことになるのだ。

万歩計をつけて歩くのも楽しいが、ゴルフをしなげらならこれがちっとも負担にならない。しかも、飛距離や技術の違う老若男女が、違うティーインググラウンドを使うことで一緒に楽しめるという最高のコミュニケーション・スポーツなのだ。

### クオリティ・オブ・ライフもゴルフでアップ!

世界一の長寿社会を誇る日本だが、ただ長生きするだけでなく、元気で充実した生活を送ること、つまりQOL(クオリティ・オブ・ライフ)を考えることも大切だ。

食物の過剰摂取や運動不足が原因で内臓脂肪が基準値を超えてしまうメタボリックシンドローム対策

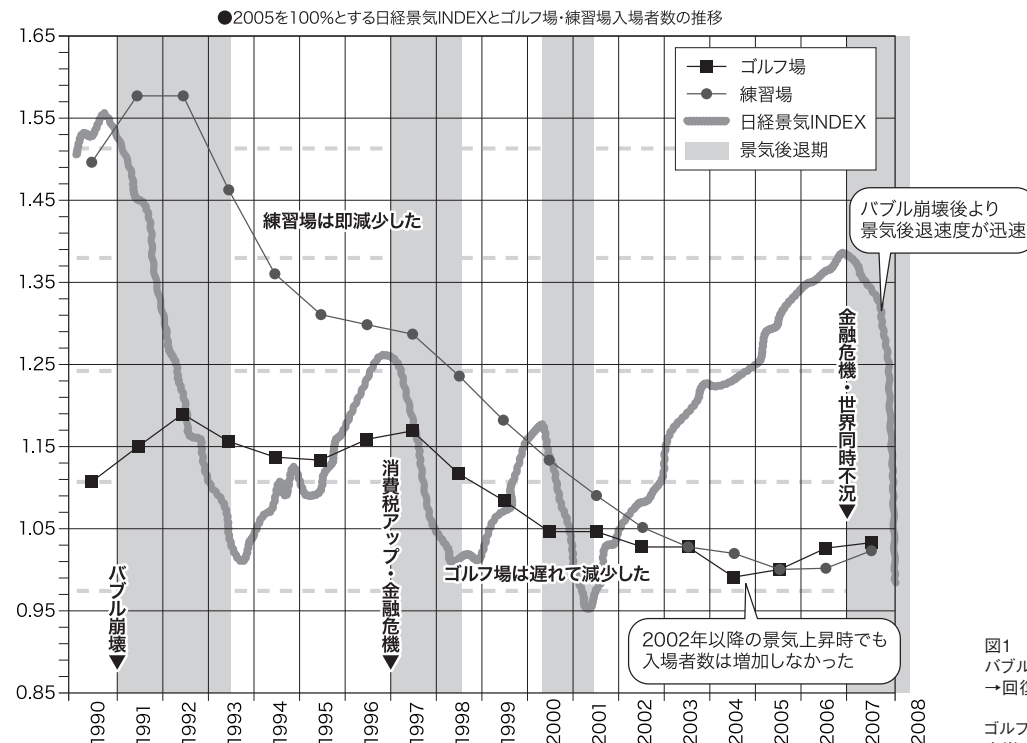


図1  
バブル崩壊後より後退迅速  
→回復も速い?  
ゴルフ市場活性化委員会  
山岸 勝信 作成

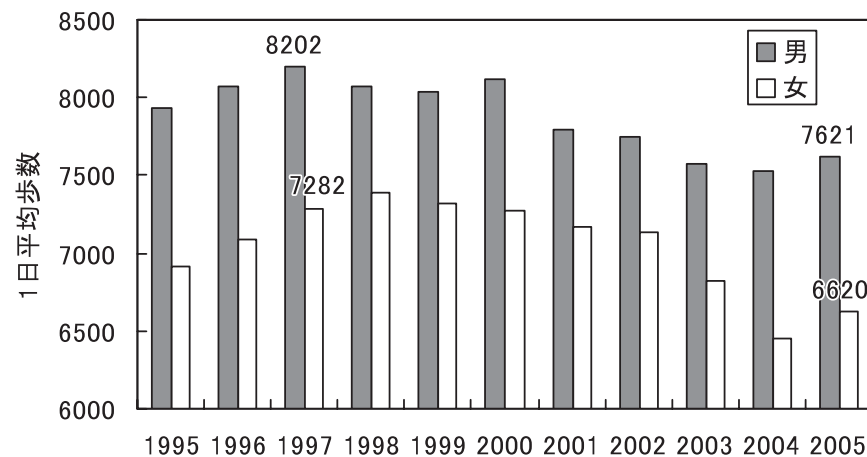


図2 歩行数平均値の年次推移  
(厚生労働省の報告書から作図)  
山野美容芸術短期大学 美容保健学科  
教授 医学博士 生山 匡 作成

としてゴルフが最適だということはすでに述べたが、QOLという点でもお勧めしたい点は数多い。

まずは、日常を脱出し、ゴルフ場という大自然の空間に身をおくことで、精神的に解放される。森林浴をしているような緑の空間で無心になってボールを打ち、その行方に目を凝らして心躍らせる。あちこちにマイナスイオンやフィトンチッドがあふれる中でリラックスすれば、健康を損なう原因のひとつでもあるストレスも軽減される。さらに、ガン細胞をブロックする役割を果たすNK（ナチュラルキラー）細胞増にも効果があることがわかっている。心身の健康は切っても切り離せない関係にあるが、これがはっきりとわかるはずだ。

また、ゴルフをすることで生活パターンが規則正しくなるという利点もある。多忙な現代人の中には、早寝早起きの毎日を送ることが難しいケースも多いが、東の間の休日、早起きしてゴルフに行くことで、これがリセットされる効果もあるようだ。そこまで行かなくても、夜更かし、深酒などの習慣が、ラウンド前日の月に何度かだけでもストップできれば、生活も変わってくるはずだ。

さらに、仕事からみの場合は別だが、プライベートのゴルフなら、大人になるとなかなか持てない気の置けない時間を過ごせることも大きな意味を持っている。常に緊張感を強いられる日常生活と違い、友人

やゴルフ仲間たちと過ごす時間ほど、健康にとっても貴重なものはないはずだ。

### ゴルファー人口が最も多いのは50代

現在1,000万人と言われる日本のゴルフ人口の中で、最も多いのは50代だ。この世代は、同時にメタボリックシンドロームが最も気になる世代でもある。若い頃に比べて基礎代謝量が減少し、それに気付かず過ごした30代のツケが一気に回ってくる時期でもある。

また、社会的にも、責任ある仕事を任される年頃とあって、多忙さも尋常ではない。つまり、運動する時間が作りにくい世代であるともいえるのだ。

そんな中でもこの世代は時間を割いてゴルフをしていることが資料でもわかる。当然、仕事からみも多いのだろうが、それでも、定期的に運動をしていることの意味は大きい。だったら、数少ない機会をできるだけ生かせるように、歩いてプレーしたいところだ。

### 健康を意識したプレーで効果倍増を狙う

ストレスだらけで運動しにくい現代社会で、できる

限り健康に過ごしQOLを上げるために、ゴルフがどれほど最適なスポーツかは、ここまで書いてきたことを読んでもらっただけでもわかるだろう。だが、実際にプレーする際、そのことを意識していれば、さらに効果はアップするはずだ。

漠然とゴルフをするのではなく、楽しい中にも効果を期待できれば、これほどうれしいことはない。

ゴルフ界では、健康という観点から厚生労働省にも働きかけ、ゴルフの普及を図ろうとしている。ゴルファーそれぞれも、自分の健康だけでなく、家族や友人の健康を気遣い、ゴルフをすることを勧めてみてはどうだろうか。



メタボクイズの解答はいずれの問題も①

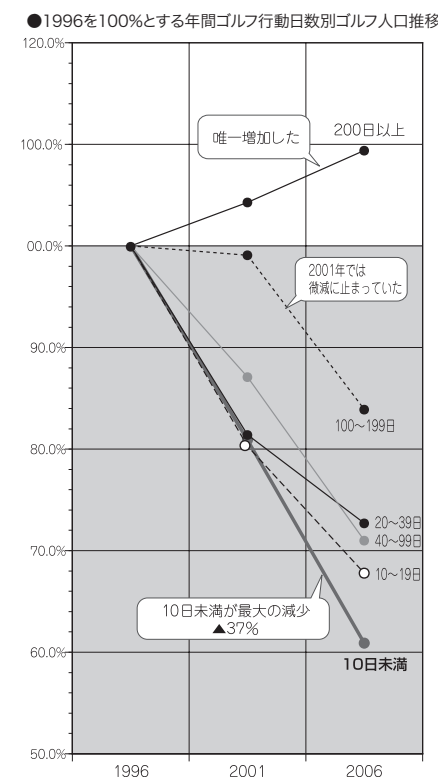
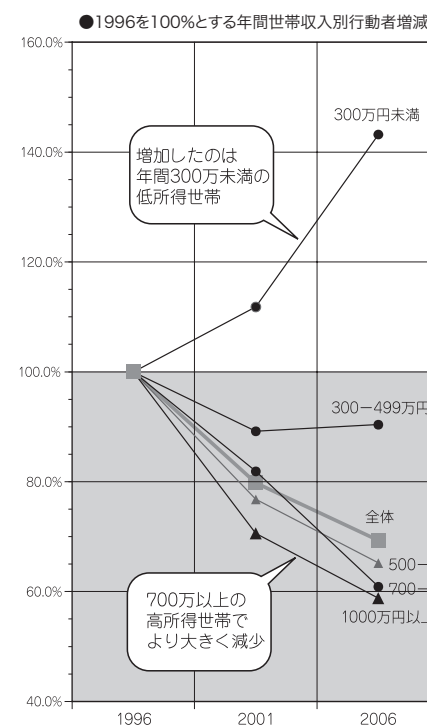


図3 1996～2006年520万人ゴルフ人口減少の中心は低所得ゴルファーではない。年間10回未満のライトユーザーがゴルフをやめた。

ゴルフ市場活性化委員会  
山岸 勝信 作成