サラリーマンの父

誰でもできる 石川遼10の技

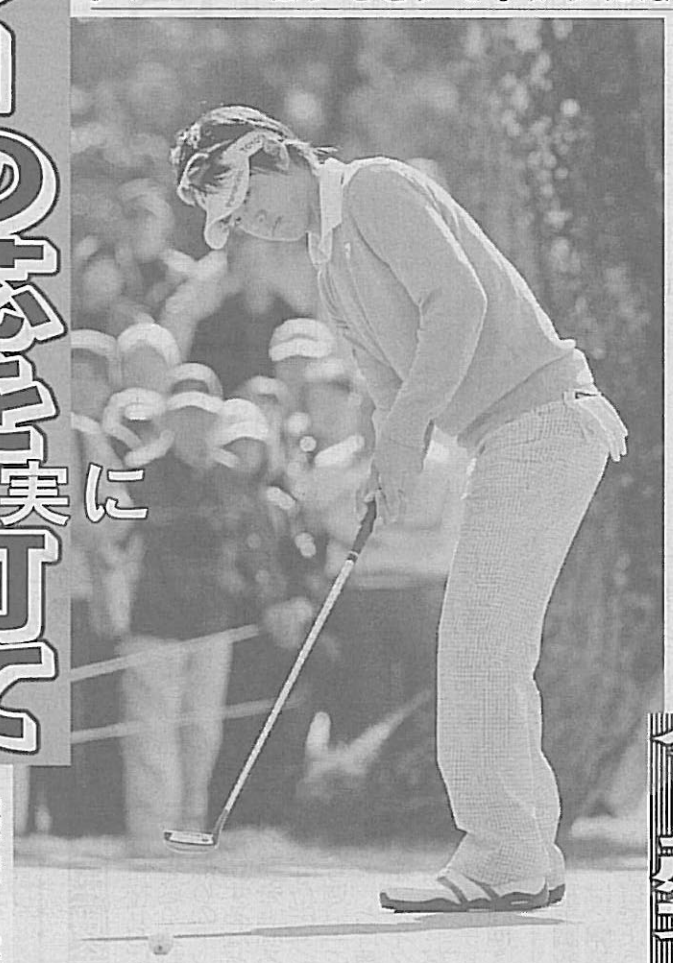
勝美氏直伝

其の九 パッティング

パターの芯を確実に打て

今季「平均パット数」は1・7615で3位。こうしてみると、立派な数字ですが、実は、私にはどうしてそんなデータを残すことができたのかよくわかりません。今季はドライバーに集中していたため、パッティングの出来、不出来には目をつぶってきましたし、そもそも私には遼にパッティングを教えた記憶がほとんどないからです。

遼の技術の大部分は、ジュニアの大会でプレーを終えた後、練習グリーン上で始まる、出場選手同士の遊び「パット戦」で培ったもの。表彰式を待つ間に、先輩や同級生にストロークの仕方など教わり、自然と身につけていったものです。



確実にパターの芯でボールをとらえる石川遼のパッティング

私が遼に言ってきた技術的なことをあえて挙げるなら「パターの芯で打ちなさい」ということぐらいでしょうか。これを徹底するために小学生のころにやらせたのは、パターのヒールとトウ側にテープを張り、そこにクレヨンを塗りつけて打たせる練習法。芯を外せば白いボールにクレヨンの色がつきますから、一目でミスが分かります。

子供は面白くないことはやりたがらないものですから、ただ「パターの練習を30分やれ」と言っても身が入りません。お店で売っているパターマットも使ったことがありますが、妹の葉子が黙々とそれをやり続けるのに対して、遼の方は長続きしない。ゲーム感覚にする工夫が必要でした。

ゲーム感覚でクレヨン&ペットボトル練習

今年の秋からは、カーペット敷きのホテルの部屋で、壁から1㍍のところにペットボトルなどの目印を置き、4㍍ほどの距離から壁と目印の間にボールを奥から順番に3個並べる練習をさせていました。トーナメント仕様の高速グリーンで微妙なタッチを合わせられるようにするためです。

もともと遼は少し強めのラインを読んでパッティングするタイプ。カップに届かなければ入らないのですから、そのこと自体は悪いと思いませんが、ジュニア時代とは比べものにならないスピードのグリーンでプレーするようになったのですから、よりラインを厳密に読み、ジャストタッチで打っていかなければスコアになりません。

このペットボトル練習法導入と同時に、私は試合でも「ショートはOK、オーバーはダメ」と指示していました。自分の読んだラインが実際と合っていたかどうか、はっきりと認識しながらプレーをさせるためです。13・5㍍で今季ナンバーワンの超高速グリーンだった「マイナビABC選手権」を優勝できたのは、そのときに偶然こんな練習をさせていたからなのかもしれません。

「ショートはOK、オーバーはダメ」

その他に私が遼に言ってきたことは、「同組選手のパッティングをしっかり見ていなさい」ということ。ジュニアの試合は4人1組でプレーしますから、「他人のプレーをよく見ていれば、自分の分も含めて4回、そのグリーンでパッティングできる」計算です。他の人が打ったラインを参考に、「一筋違えば全く違うラインになる」ことを忘れずにライン読みすれば、入る確率はおのずと高くなるはずです。

石川 勝美（いしかわ・かつみ）1956（昭和31）年、東京都江戸川区生まれ。上智大法学部卒業後、埼玉縣信用金庫に入る。東越谷支店など3店舗の支店長を歴任し、2007年7月から法人事業部推進役。家族は妻・由紀子さん(40)、長男・遼(17)、長女・葉子さん(12)、次男・航君(8)。ゴルフの腕前は、平均スコア「90」。

教養がある「良いゴルファー」に

たとえヘタであっても、プレーする以上はゴルフの最低限の知識は持っていた方がいいでしょう。それが仕事として相手をもてなさなければならない接待ゴルフであれば、なおのこと〝おバカゴルファー〟ではいけません。失礼になる前に勉強が必要です。

私がお薦めするのは、通勤電車の中でもできる読書。伝説のアマチュアゴルファー中部銀次郎さんについて書かれた本と、作家・翻訳家でゴルフに関するエッセーを数多く遺された夏坂健さんの本は必須といえるでしょう。

どちらもレッスン書ではありませんが、ゴルフの歴史や精神、面白さを深く知ることができ、教養のある「良いゴルファー」に一歩近づくことはできるはずです。

また、相手の社会的地位などを考慮して、ゴルフ会員権にも関心を寄せておけば、プレー以外のことに話題を広げやすいと思います。

プラスα アルファ

G&G（ギア&ゴルファー）相性診断

PRGR GN502アイアン

ロングアイアンまで打てるセットを使いたい人へ

ボールのつかまりのよさでエネルギーをロスすることなく、持てる力をすべて飛距離につなげる。そんなコンセプトで開発されたのが、PRGRのGN502シリーズ＝写真＝だ。

アイアンも、やさしく飛ばせるところに最大の特長がある。同モデルのアイアンには、カーボンシャフト仕様と軽量スチールシャフト仕様がある。共通しているのは、どの番手も同じ感覚で振れること。つまり、ショートアイアンが打てれば、ロングアイアンも同じフィーリングで打てるということだ。

その秘密は、トップブレードに軽量の樹脂が注入（構えたときには通常のトップブレードに見える）され、徹底した低重心化が図られたこと。さらに番手ごとの重心フロー設計と番手別ウエート、硬度フロー設計シャフトにある。

弾道は、高く、強い。ストロングロフト仕様なので、飛距離性能も極めて高い。ほかのアイアンより1番手分は飛ぶ。それでいて、高さは、各番手に適した弾道となる。ヘッドスピード40㍍／秒以上（ドライバーで）のゴルファーなら、ロングアイアンまで使えそうだ。

スチールシャフト仕様も、ロングアイアンほど軽く、軟らかくなっているフロー設計によって、気持ちよく振り抜け、しっかりとキャリーのあるショットを打ち出してくれる。

（高橋完プロ）

元オリンピック日本代表 井上悟のイチ押しアイテム 上

筋肉のコリをほぐす

いまや多くのアスリートが取り入れている磁気治療。なかでも注目度が急上昇中なのが、異方性のフェライト永久磁石を採用した、アーク・クエストの磁気健康ギア「コラントッテ」。元オリンピック日本代表の短距離ランナー、井上悟氏（37）＝写真＝も、その威力に魅せられた一人だ。

「コラントッテ」のタンクトップ・タイプ。両肩から背中の中央へ、1300ガウスのフェライト永久磁石18個が、N極S極交互に並ぶ。この独自配列によって、広範囲に磁力が作用し、血行を促進。身につけているだけで、筋肉のコリをほぐしてくれる。

寝間着代わりに

「私は、寝間着代わりにつけて寝ています。睡眠中は、いちばん体が休まり、疲れが取れる時間です。だから後輩の陸上選手にも、寝るときに使用することをすすめています。実際、選手からは『よく眠れるし、目覚めたときの爽快さが違う』という声を聞きます」

また、海外遠征など飛行機で長時間移動するときに着て乗ると、着いてからのコンディション調整がスムーズにいったという選手もいる。

「運動するのに大事なのは背中」と井上氏がいうように、陸上だけでなくすべてのスポーツに、背中のケアは欠かせない重要なポイントだ。

ゴルフでも、ラウンドした翌日に背中や腰がはってくるという人が少なくない。そんな人は、ぜひ寝るときに「コラントッテ」のタンクトップ・タイプを試してみられるといい。

井上悟 陸上100、200㍍の元日本記録保持者。オリンピックは92年バルセロナ大会、96年アトランタ大会に出場。

医療機器許可番号27BZ6067。オフホワイト・ブラックの2色。サイズはM、L。価格8190円（税込み）。

商品の問い合わせはTEL0120・080・523、㈱アーク・クエスト。

ホームページhttp：／／www.arc—q.com／colantotte／

足元を安定させる高機能ソックス

高機能ソックスでナイスショット！ 靴下製造80年の歴史を誇るコーマ株式会社（大阪・松原市）が発売しているゴルフ用ソックス「CW—X」＝写真＝が、ゴルファーに好評だ。

スイングの土台となる足の母指丘、小指丘部分の形状に合わせた立体設計でフィット感を向上させ、足元を安定。さらに、つま先の形状に沿った膨らみを持たせ、「締め付け感」を排除している。

価格は1足2100円（税込み）。歩行ラウンドの疲労感を軽減する効果がある「アンクルソックス」（1050円＝税込み）ほか、ゴルフだけでなくスポーツの種類に合わせた高機能ソックスを取りそろえている。

購入申し込み、問い合わせは、コーマまで。☎072・332・1563。