

# キラリ スポーツ

vol.09

仲間と楽しく、自分の成長や健康のために、生涯付き合えるスポーツを見つけてみてはいかがでしょうか。キラリ輝くスポーツの魅力を伺いました。



大森 久男 さん  
高槻市ゴルフ連盟



積み重ねた練習を経て  
理想の打球を追求



## ゴルフ

ゴルフは、目の前に広がる大自然や澄んだ空気を体いっぱいを感じ、のびのびと思いっきりプレイできる気持ちのいいスポーツです。子どもからお年寄りまで生涯楽しむことができることも魅力の一つです。

止まっているゴルフボールをただ真っすぐ打つ。一見簡単に見えるかもしれませんが、これが難しい。ホールまでの距離や芝の具合・傾き、天候など気象状況など、さまざまな条件を考慮して打たなければならな

いため、なかなか思い通りに打てません。スコアを良くするためには、やはり日頃から練習が欠かせません。

上達のヒントは、一つ一つの動作を雑にしないこと。フォームが崩れると、思いどおりに打球を飛ばせません。全ての動作に細部まで集中し、理想のフォームを意識する。イメージしていたように打てた時は最高に爽快ですし、難しいロングパットが入った時は仲間と達成感を味わ

うことができます。

興味がある人はぜひ一度、練習場などでデビューしてみてもいいでしょう。気軽に始められ、はまるとことん楽しめます。

また、ゴルフ教室に通って上手な人の指導を受けたり、動画サービスなどでプロの打ち方を視聴したり、それぞれのライフスタイルに合わせて練習を工夫してみると良いですね。

### ■ゴルフを始めたい人は

問合せ 高槻市ゴルフ連盟  
TEL 090-7118-7950 (クロイツ)  
対象 18歳以上

市ゴルフ連盟HP



### ■そのほかのスポーツは

問合せ 市スポーツ団体協議会  
TEL・FAX 677-2285、平日9:00~16:00  
Eメール takatsuki.sp.kyougikai@gmail.com

市スポーツ団体協議会HP

