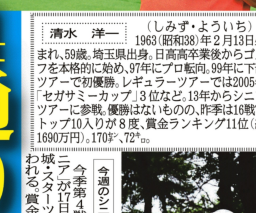
Enjoy!Golf

微妙な距離でも賢いクラブ選択と堅実にスコアメーク

4通りの打ち分け

ピン位置がグリーン手前→ピンオーバーの番手

ピン位置がグリーン奥側→ピンまで届かない番手



コンパクトフィニッシュ→グリップの位置が左肩

フル→しっかりと振り切る

フィニッシュ位置でスイングを調整

清水　洋一（しみず・よういち）
1963（昭和38）年２月13日生まれ、59歳。埼玉県出身。日高高卒業後からゴルフを本格的に始め、97年にプロ転向、99年に下部ツアーで初優勝。レギュラーツアーでは2005年「セガサミーカップ」３位など、13年からシニアツアーに参戦。優勝はないものの、昨季は16戦でトップ10入り８度、賞金ランキング11位（約1690万円）。170㌢、72㌔。

今週のシニアツアー

今季第４戦、スターツシニアが17日から３日間、茨城・スターツ笠間GCで行われる。賞金は総額6000万円、優勝1400万円。生放送予定。昨年は谷口徹有観客で開催予定。チケットは当日券のみで1000円（税込み）。高校生以下は無料。BSテレ東で19日午後１時から２時30分まで中継。昨年は谷口がV果たした。

取材協力・大宮ゴルフコース

清水洋一編　ビトゥイーン距離を攻略

シニアツアーを主管する日本プロゴルフ協会（PGA）の協力でお届けする「シニアプロが教える上達のツボ」。今年の第４回は昨季賞金ランキング11位の実力者、清水洋一（59）＝サーポパーが、クラブの番手間の距離「ビトゥイーン距離」を打ち分けるためのコツを伝授。スコアアップには必見です。（取材構成・佐昌夫）

コントロール重要

ラウンドは、フルスイングでピンを狙えるケースは多くないのが現実です。たとえばパー３ホールのティーショットで、７番アイアンでは大きすぎるけれども８番アイアンでは届きそうにない、いわゆる「ビトゥイーン距離」を打たなければならない場面が少なくありません。ゴルフはボールを飛ばすのではなく、ショットをコントロールして、より少ないスコアをメークするゲームです。球筋や弾道、そして距離を操ってこそ、いいスコアをマークできます。

その対処法をレッスンする前に、まずは賢いクラブ選択の仕方を頭にインプットしてください。花道やガードバンカー、池の有無など、グリーン周りの状況にもよりますが、基本的にはピン位置が❶「グリーン奥側の場合は、ピンまで届かない番手」❷「グリーン手前側の場合は、ピンオーバーの番手」を選択しましょう。

❶ではグリーンをオーバーすることはなく、❷では多くが下りのアプローチとなるものの、グリーンは確実にとらえられるからです。目の前の一打に対してはとらわれず、次の一打を考慮したクラブ選択が、無駄なストロークを防いでくれます。

大きな番手で距離を調整する方法としておすすめするのは「ハンチ（指２本分）短くグリップ」と「コンパクトフィニッシュ」の２つです。指２本分ほどグリップを短く持つことで、たとえば昼頃の７番アイアンを、８番アイアン相当の長さにするものです。ロフト角は８番アイアンよりも少ない分、弾道は低く、飛距離が出ます。

「コンパクトフィニッシュ」とは、フルスイング時のトップの位置は変えずにフィニッシュを小さくする方法です。具体的には、グリップの位置が左肩の高さに来るまでで抑えます。左肩均等の振り幅ながらスイング幅を小さくして飛距離を調節する、という方法もありますが、これはフルスイングとリズム、テンポ、タイミングが異なりやすくなるため、ミスショットの確率が高まります。

飛距離をチェック

「通常のグリップ」と「指２本分短いグリップ」、「フル」と「コンパクトフィニッシュ」をアシストするためのトレーニングです。４通りの距離を打ち分けます。もちろん練習場であらかじめ自身の飛距離をチェックしておく必要はありますが、「ビトゥイーン距離」をある程度埋められるはずです。トライしてください。

指２本分で弾道・距離を調整

TOMAS CUP2022 フジサンケイジュニアゴルフ選手権

第２回大会優勝 片山晋呉

第14回大会優勝 池田勇太

第21回大会優勝 今平周吾

エントリー受付開始

こちらから→

男子ジュニアゴルファーが熱戦を繰り広げる「フジサンケイジュニアゴルフ選手権 TOMAS CUP 2022」（９月４日～11日、千葉・ロイヤルスター（GC）のエントリーがオープンしました。

本大会には現在プロで活躍する石川遼、片山晋呉、今平周吾、池田勇太、36、今年開催の男子ツアー優勝者は、今年の「フジサンケイジュニアゴルフ選手権」（８月23～24日、千葉・ロイヤルスター（GC）、東コース）に参加できません。

【競技】２日間・36ホールストロークプレー

【参加資格】2004年（平16）４月２日～2009年（平21）４月１日生まれの男子アマチュアゴルファー

【エントリー費】9000円（税込み）※プレー費、宿泊費、飲食費などは各自負担

【問い合わせ】大会事務局（電話番号０３・３２７５・８８５１・平日午前10時～午後５時）

【主催】サンケイスポーツ

【後援】日本ゴルフ協会、日本プロゴルフ協会、日本ゴルフツアー機構、日本ジュニアゴルフ育成協議会、関東ゴルフ連盟、千葉県アマチュアゴルフ協会、全日本ゴルフ練習場連盟、産経新聞、ラ判フジ、フジテレビ、TBS、プリデストンスポーツ、赤穂化成、【協力】ロイヤルスターゴルフクラブ

フジサンケイジュニアゴルフ選手権・歴代優勝者

回	年	優勝者	学校名学年	スコア
1	1988	士	水城高	③	142（－2）
2	89	栗	水城高	③	142（－2）
3	90	志弥彦	東京学館浦安高	③	143（－1）
4	91	原	水城高	③	143（－1）
5	92	東	東京学館浦安高	③	148（＋4）
6	93	尾	佐倉高	③	144（＋1）
7	94	木	水城高	③	144（＋1）
8	95	川	水城高	③	144（＋1）
9	96	敏	佐倉高	③	139（－4）
10	97	雄	堀越高	③	135（－9）
11	98	将	水城高	③	144（＋1）
12	99	郎	光高	②	141（－3）
13	2000	友一	仙台育英高	②	141（－3）
14	01	太	千葉学芸高	③	143（－1）
15	02	山	千葉学芸高	③	139（－5）
16	03	晴	東京中央学院高	③	144（＋1）
17	04	政	鹿島学園高	③	132（－12）
18	05	寛	鹿島学園高	②	142（－2）
19	06	宏	杉並学院高	②	137（－7）
20	07	輔	新学院高	③	139（－5）
21	08	将	埼玉栄高	①	135（－9）
22	09	大	聖光学院高	①	138（－6）
23	10	中	聖光学院高	①	138（－6）
24	11	輔	水城高	③	134（－10）
25	12	拓	大工原高	③	136（－8）
26	13	大	日大三高	③	140（－4）
27	14	佐	日大三高	③	135（－9）
28	15	野	日出高	③	66（－6）
29	16	日	日本ウェルネス高	③	136（－8）
30	17	澤	北陸高	③	144（＋0）
31	18	田	日本ウェルネス高	③	139（－5）
32	19	中	中止		
33	20	敬	中止		
34	21	人	中止		

【注】学校名・学年は当時。☆はプレーオフ。16年は悪天候により18ホールに短縮。20、21年は新型コロナウイルスの影響で中止。

今週のVギア

富里慶サントリーレディス優勝・山下美夢有の使用ギア

▼１W＝住友ゴム・スリクソンZX７（ロフト角９・５度、シャフト＝藤倉コンポジット・スピーダー569 evolution Ⅱ 50（S）、長さ45インチ▼３W＝同・スリクソンZX５（15度）▼４、５UT＝同・スリクソンZX５（18度）▼６～９、PW＝同・スリクソンZX５▼ウエッジ＝同・スリクソンZ-STAR XV▼パター＝キャロウェイゴルフ・オデッセイ ホワイトホット OG２・BALL▼ボール＝住友ゴム・スリクソンZ-STAR

4組が関西代表決定戦へ

DOUBLES MATCHPLAY

「サンケイスポーツ ダブルスマッチプレーリング」の関西本戦３回戦が８日、兵庫・関西ゴルフ倶楽部で開催され、高田弘司、濱田光邦組ー写真ーが３＆２で小林、東道組に勝利して関西代表決定戦に進出した。

○高田弘司、濱田光邦組 ３＆２ ×小林数晴、東道和仁組
○水嶋和彦、片桐公秀組 ４＆３ ×廣瀬恵一、山下等組
○澤江大郎、大山一平組 ４＆２ ×古澤聖二、松井幸男組
○前川哲彦、正井芳治組 ２＆１ ×渡辺善康、小松良成組

【競技方式】２人１組でそれぞれがプレーし、いい方のスコアを採用するホールバイホールのマッチプレーで争う。マッチイーブンのときは最終ホールからさかのぼり、どちらが先にアップしたかで勝敗を決める。

育毛剤に裏切られ続けてきたあなたも人生一髪逆転の大チャンス！

シリーズ累計販売数 200万本突破！
「フッサ」は先進の卵研究で名高い「ファーマフーズ研究所との独力タッグで誕生しました
※2007年11月～2021年1月のヘアポテンシリーズの累計販売数
卵パワー充実の先端バイオ成分「HGP」配合
薬用育毛剤 医薬部外品
フッサ［FUSSA］
内容量：1本100g（約1ヵ月分）
《ドラッグストア・薬局ではご購入いただけません》

多くの皆様に髪が育つ喜びを感じてほしいから
衝撃のお試し特価!!
本日から2週間・先着100名様限定 50%OFF!
初回半額
通常価格・1本 5,500円（税込）
2,750円（税込）
●1世帯1回1本限り ●送料:宅配便756円（税込）
さぁ、あなたも感動の育毛体験を今すぐ!
通話料無料 0120-73-7070
［受付時間］9:00～21:00（年末年始を除く）
キャンペーン番号 KSKF0031
※掲載の成分が含まれておりますので、肝アレルギーの方はご使用をお控えください。●送料全国一律756円（税込）。●お届けは１週間前後。●お支払いはコンビニ払い、郵便振替（手数料100円（税込））、代金引換、クレジットカード払い。●お支払い時期はコンビニ払い、郵便振替は発送日から2週間以内、代金引換は商品お届け時、クレジットカード払いはご利用のクレジット会社の引き落とし日をご確認ください。※体調いぢち悪いの場合は代金引換にてお届け●返品・交換は、商品到着後8日以内で未開封のものに限ります。お客様のご都合による返品・交換の場合、返送料、返金手数料などはお客様のご負担となります。※お客様の個人情報は、商品やサービスの提供、与信審査、代金請求、品質改善、各種ご案内、アンケート調査などのために利用、業務委託先の第三者にも必要の範囲で提供いたします。当社個人情報保護方針（https://www.future-labo.com/company/privacy/）をご確認ください。お申し込み時点で同意したものといたします。
株式会社フューチャーラボ 〒107-0052 東京都港区赤坂8-5-32-4F

❶ほぐす ❷育てる ❸守る
ほぐす 育てる 守る
1回30秒の簡単3段階育毛法
パチパチ弾ける炭酸泡でカチコチの頭皮を柔らかく
泡の刺激でマッサージ不要の本格育毛ケアを実現！
ジェル状の泡だから液ダレもベタつきもナシ！
5つの有効成分がほぐれた頭皮に素早く浸透、発毛を促す
センブリエキス グリチルリチン酸二カリウム ヒロクトンオラミン
ハントニエルチルエーテル 酢酸DL-α-トコフェロール を厳選配合！
21日でヒヨコが腕る卵の力に着目！
新バイオ成分HGPが頭皮を守る
さらに4種のローヤルゼリーを含む20種以上の保湿成分が髪と頭皮に広がり、ふっくらした髪をがっちり守る！

「信じてよかった」感激の声続々！
◉人目が気にならないから外出がとても楽しい！ 期待以上です（高際 昌子様）62歳
◉オールバックもビシッと決まる！ 俄然自信が湧いてきました（田中 肇様）65歳
◉爽やかな使用感や髪の手触りに大満足！ もう迷いません（保坂 真理様）63歳
※個人の感想です。使用感には個人差があります。取材・撮影時の年齢です。

これまでとは違う！と大反響のワケとは？

育毛剤なんてもう信じない！
それは『フッサ』を試してからにしてほしい！
9つの効果・効能
発毛促進 毛生促進 脱毛の予防 薄毛 育毛 養毛 ふけ かゆみ 病後 産後の脱毛

ズバっと！サンスポ 競馬 ZBAT! エイト
競馬データシート
全国の主なコンビニのマルチコピー機で！
大好評発売！ サンスポZBAT! などネット版も！
★競馬エイト調教ベスト3 ★京大式推定3ハロン ★騎手ベスト3 ★コース解説 ★レース短評 …などなど
販売時間 競馬開催前日16時半ごろ～ 競馬開催当日最終レース発走前まで
基本セット 1場分 1～12R＝500円 1～6R＝1枚 7～12R＝1枚 計2枚
お問い合わせ サンスポ データシート 検索
コンビニ版 e-SHINBUN(03-5830-1808)
ネット版 keibainfo@sankei.co.jp
追加セット 2～3場分 9,10,11,12R＝800円 2～3枚

広告の表記について
広告の表記は、原則として広告主が提供するものです。
◇営業時間 月曜～金曜 8:30～18:30
【サンスポ専属代理店】株式会社広報 (3252)5571
初めてでも 軽くて お気軽に！ 0120-011-341 求人・金融・他
☆広告のお申込は (株)あんない社 千代田・内神田1・12・12
広告申込所
行行行行 三四四円 九一五八円 三八五九円 四四五六円
◇案内広告料金
◇案内広告掲載場所
あなたに合った職探しをバック・アップ!! サンスポ内案
レジャー 急募 スタッフ30万円 ドライバー25万円 営業18万円 ルート配送 ソムリエ 都会の出張ホスト 再出発応援 再出発応援 交際 全交給 ★代配 詳細は至急 配新 配新 速報 警備員 高齢者歓迎 試用期間有 管理 掃除 鍛冶・手元 電建土 気設本 個人宅 新手法 賠い 食飲 食品 保証人不要 広告の表記について 広告の表記は、原則として広告主が提供するものです。 TAXI タクシー ハイヤー