



IPGA NEWS 56

INTERNATIONAL PARK GOLF ASSOCIATION

(NPO)国際パークゴルフ協会 北海道中川郡幕別町宝町53番地1
☎(0155)54-2260・©54-2204

2005.4.1 発行



発祥コースで楽しむ
国際大会の申し込みが始まるよ!

平成17年度「パークゴルフルールブック」は 表紙も内容もリニューアル!!

フェアプレーと
フレンドシップ

パークゴルフ ルールブック

正しいルールを
学んでプレー

~人にやさしく~
思いやりの心と
行動が大切

心も身体も準備
体操をしっかりと



特定非営利活動法人
国際パークゴルフ協会 (IPGA)

パークゴルフシーズンたけなわへ
さあ、コースへ繰り出そう!

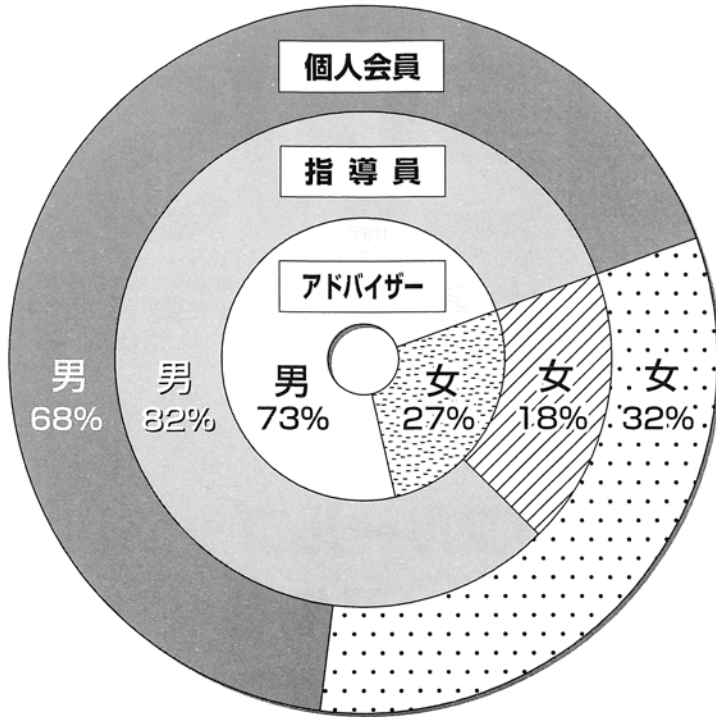


統計でみる

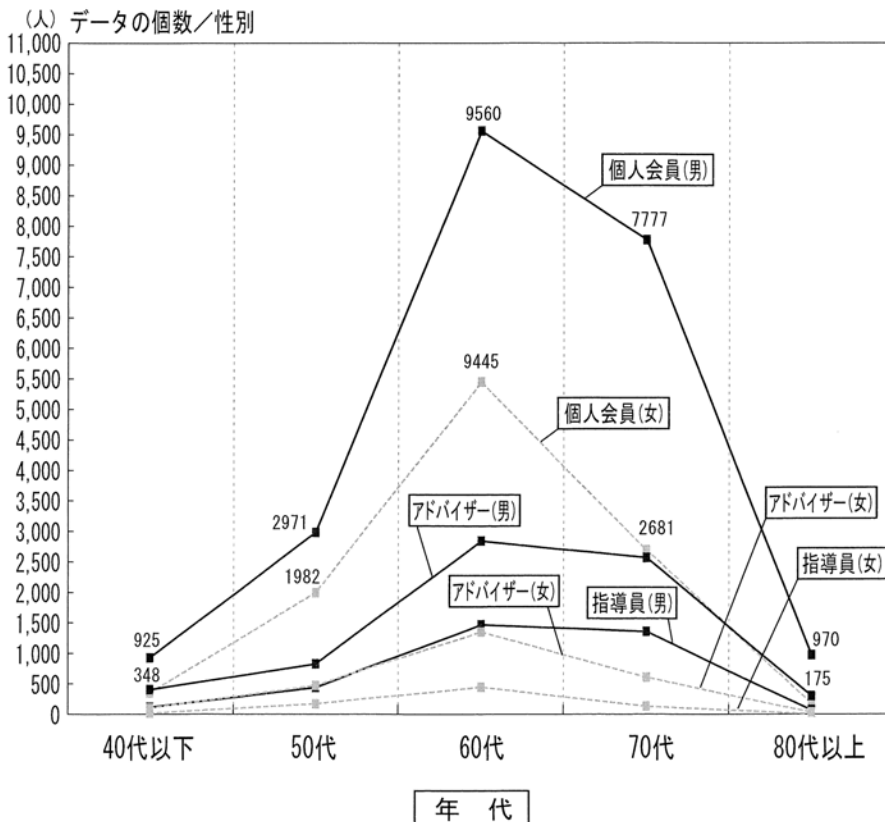
パークゴルフの普及状況

パークゴルフの普及状況を示す指標になればと一つの試みとして、会員等のデータ集計を平成16年度に行いました。その結果がこのほどまとまりましたので、紹介します。性別・年代別のデータについては連合会別の結果も算出し、連合会事務局へ参考資料として渡しています。

個人会員・指導員・アドバイザー男女比率

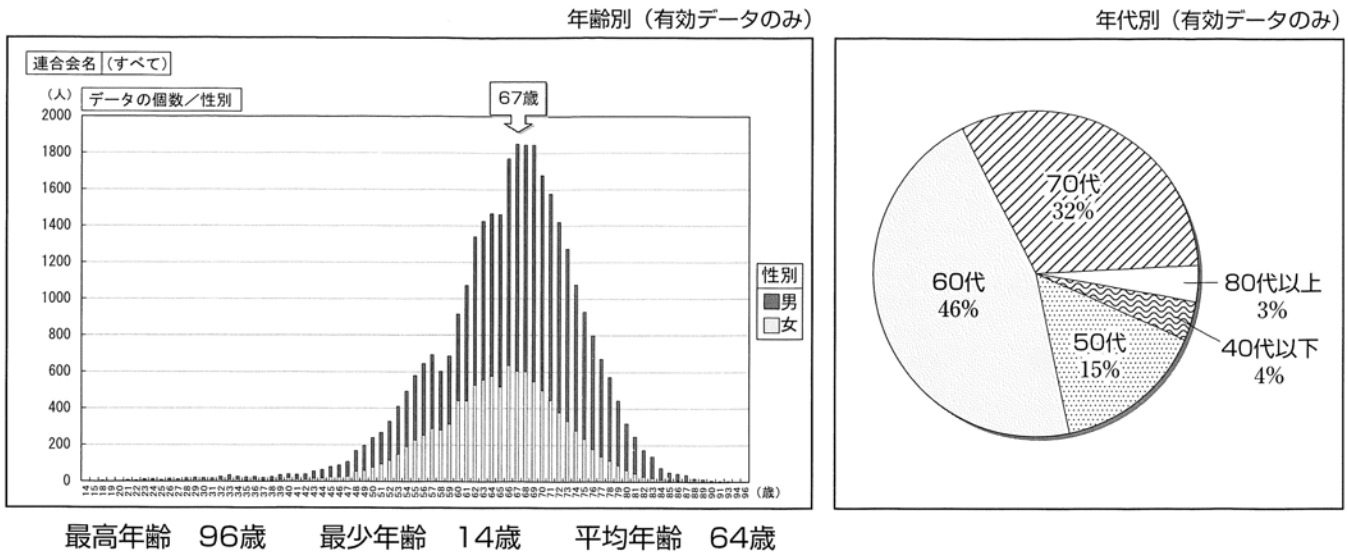


個人会員・指導員・アドバイザー男女比率

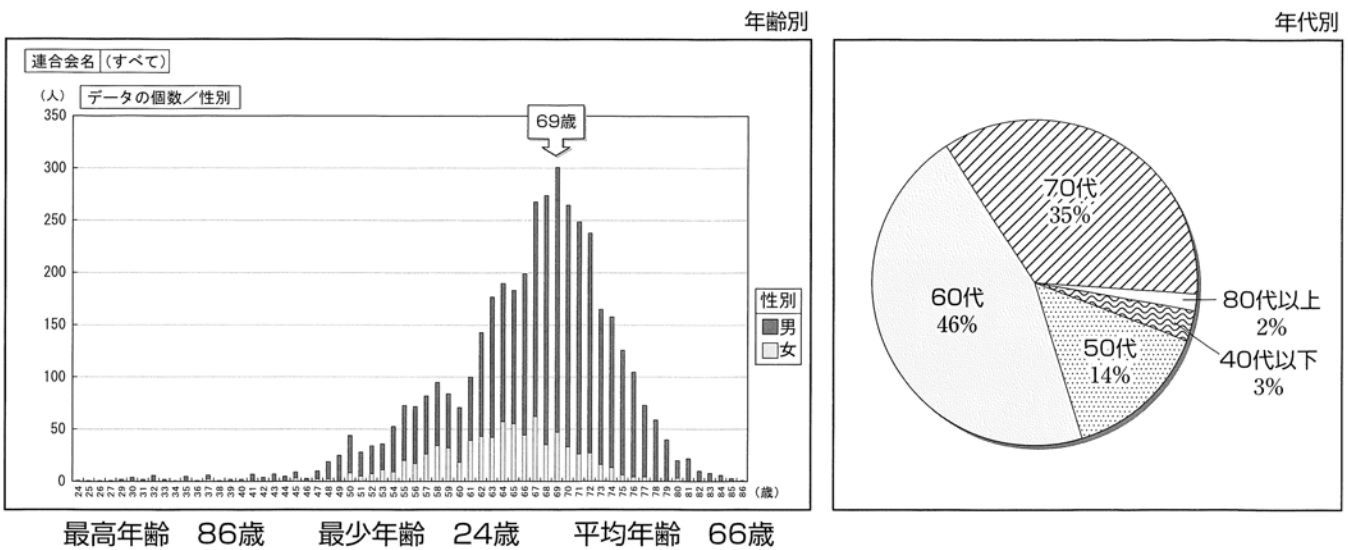


なお、IPGA登録状況（一部以前のデータを含む）・コース普及状況のデータは、平成17年1月25日現在のもの。各個人のデータについては、必須項目の記入がされた平成16年度の有効データのみから集計しています。

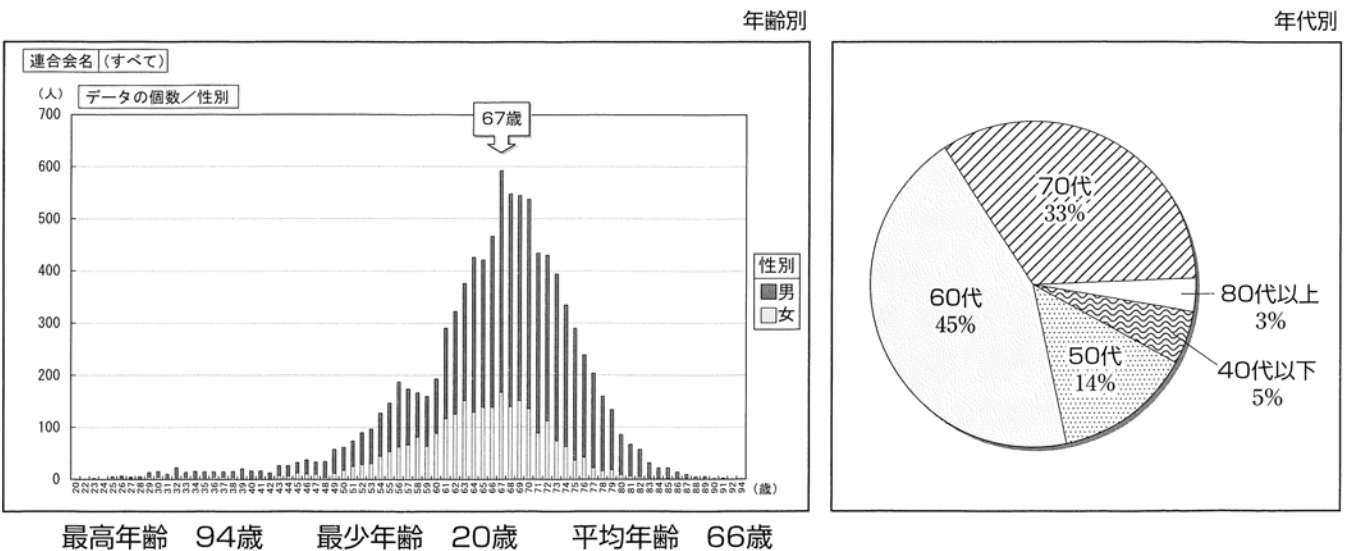
個人会員統計 (個人会員数 33,983名 男:22,979名 女:11,004名) H16年度集計分



指導員統計 (登録数 4,182名 男:3,422名 女:760名) H17年2月現在



アドバイザー統計 (登録数 9,507名 男:6,952名 女:2,555名) H17年2月現在

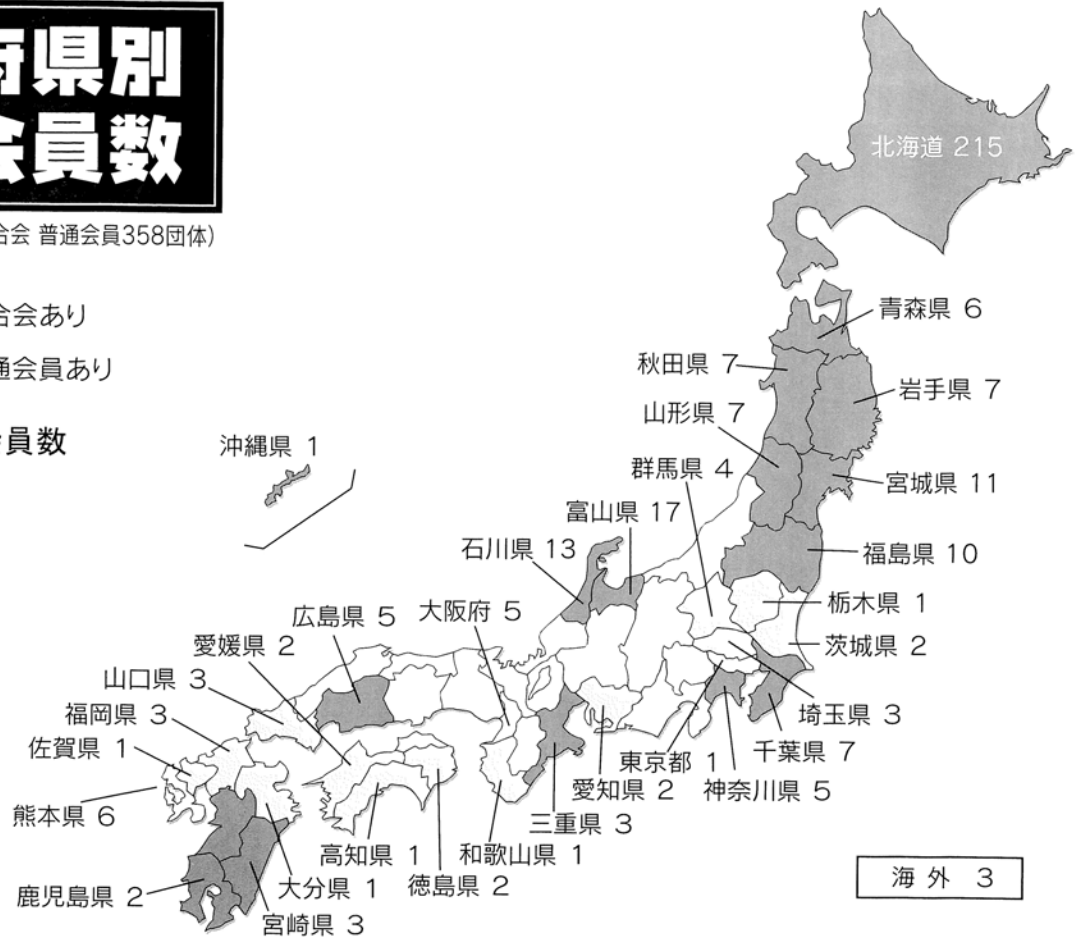


都道府県別 普通会員数

(2005.1.25現在 30連合会 普通会員358団体)

- : 連合会あり
- : 普通会員あり

数字は、普通会員数

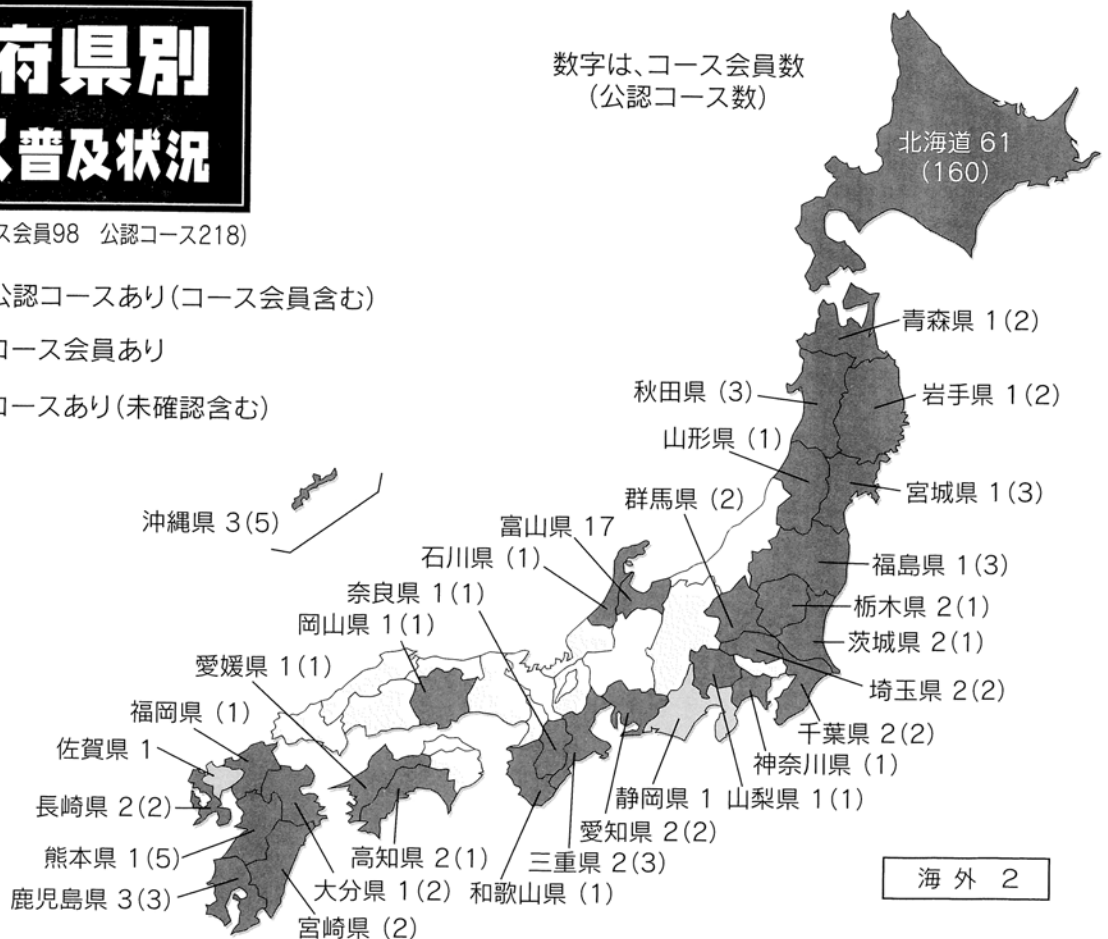


都道府県別 コース普及状況

(2005.1.25現在 コース会員98 公認コース218)

- : 公認コースあり(コース会員含む)
- : コース会員あり
- : コースあり(未確認含む)

数字は、コース会員数
(公認コース数)



(NPO) 国際パークゴルフ協会 会員登録状況

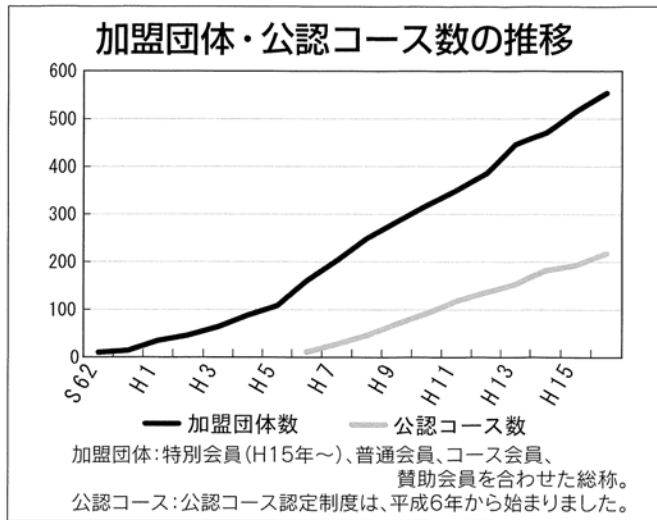
(H17.1.25現在)

都道府県名	連合会名	個人会員数 (普通会員)	所 属 普通会員数	所在地(注1)		
				コース 会員数	賛 助 会員数	
北 海 道	札幌地区	10,288	10	5	29	
	釧路地区	2,599	10	2	3	
	オホーツク地区	5,091	29	2	0	
	後志地区	2,251	18	7	0	
	道央地区	453	3	8	0	
	日高地区	1,118	9	0	0	
	空知地区	4,450	28	3	0	
	根室地区	1,009	5	1	0	
	十勝地区	7,303	21	2	12	
	上川地区	4,021	21	7	1	
道	胆振地区	2,939	14	15	0	
	宗谷地区	946	9	0	0	
	道南地区	2,403	23	4	0	
	石狩地区	1,829	6	5	1	
	日高地区	834	9	0	0	
	北海道 合計	47,534	215	61	46	
	青森県	青森県	400	6	1	0
	岩手県	岩手県	919	7	1	0
	宮城県	宮城県	2,287	11	1	0
	秋田県	秋田県	460	7	0	1
山形県	山形県	563	7	0	0	
福島県	福島県	1,419	10	1	0	
茨城県	—	337	2	2	0	
栃木県	—	100	1	2	0	
群馬県	—	238	4	0	0	
埼玉県	—	305	3	2	3	
千葉県	千葉県	796	7	2	0	
東京都	—	58	1	0	8	
神奈川県	神奈川県	482	5	0	0	
山梨県	—	0	0	1	0	
長野県	—	0	0	0	0	
新潟県	—	0	0	0	0	
富山県	富山県	2,677	17	1	1	
石川県	石川県	1,143	13	0	0	
福井県	—	0	0	0	0	
岐阜県	—	0	0	0	0	
静岡県	—	0	0	1	1	
愛知県	—	375	2	2	0	
三重県	三重県	184	3	2	0	
滋賀県	—	0	0	0	0	
京都府	—	0	0	0	2	
大阪府	—	149	5	0	4	
兵庫県	—	0	0	0	1	
奈良県	—	0	0	1	0	
和歌山県	—	22	1	0	0	
鳥取県	—	0	0	0	0	
島根県	—	0	0	0	0	
岡山県	—	0	0	1	1	
広島県	広島県	490	5	0	0	
山口県	—	480	1	0	0	
徳島県	—	314	2	0	0	
香川県	—	0	0	0	0	
愛媛県	—	131	2	1	0	
高知県	—	73	1	2	0	
福岡県	—	217	3	0	0	
佐賀県	—	74	1	1	0	
長崎県	—	0	0	2	0	
熊本県	熊本県	929	6	1	0	
大分県	—	116	1	1	0	
宮崎県	南九州地区	341	3	0	0	
鹿児島県	南九州地区	156	2	3	0	
沖縄県	沖縄県	60	1	3	0	
海外	—	356	3	2	0	
合 計		64,185	358	98	68	

*個人会員数は再登録の書類が届いていない場合等、H16年度以前の登録数の場合があります。
(注1):連合会所在地内の会員数を表記しています。

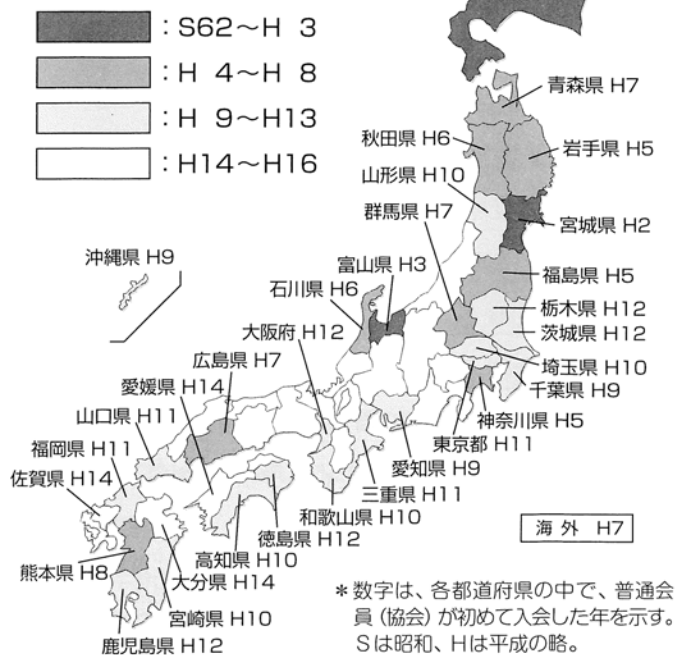
1協会あたりの個人会員数	普通会員数
50人未満	50
50人以上100人未満	103
100人以上200人未満	134
200人以上300人未満	28
300人以上400人未満	19
400人以上500人未満	6
500人以上600人未満	7
600人以上700人未満	0
700人以上800人未満	1
800人以上900人未満	1
900人以上1000人未満	2
1000人以上2000人未満	5
2000人以上3000人未満	1
3000人以上4000人未満	1

1協会あたりの
個人会員数
平均131人



都道府県別 入会年(普通会員)

(2005.1.25現在)



(NPO)国際パークゴルフ協会 パークゴルフ規則について

パークゴルフ規則の見直しによる一部改正が平成16年度第2回理事会において承認され、通常総会で報告されました(4月1日より施行)。この改正は指導委員会による諮問事項、主任指導員会議や各地の連合会などからの提言、国際協会指導普及部などの提案を踏まえ、討議を重ねてできたものです。おもな改正部分を抜粋して紹介します。

また選手権大会などのパークゴルフ大会に運用される指針「競技要領(マニュアル)」が新たに制定されました。(平成17年度発行パークゴルフルールブックには、全文掲載しています。)

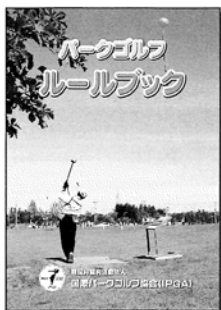
- ① テイライン・ティマークに位置:60cm以上が40cm以上に変更。
- ② 用語の定義:3プレー中のボール:ボールはティグラウンド上でストロークを行った時に、「プレー中」のボールとなり、ホールアウトするまでプレー中の状態を維持する。また、ボールを紛失したり、OB(アウトオブバウンズ)であったり、拾い上げられた場合または、ボールの取替えが許されていると否とにかかわらず別のボールに取り替えた場合においても、そのボールについては、プレーすまたはリプレー後のストロークを行った時に「プレー中」のボールとなり、以後、ホールアウトするまでプレー中の状態を維持する。
- ③ 用語の定義:24競技者・同伴者・局外者・・・「競技者」とはストローク競技のプレーヤーをいい、競技者の使用、着用又は持ち運んでいるすべてのものについても競技者と一体と見なす。
- ④ マッチプレー(規則第11条):削除
- ⑤ 第15条(2) a、スコアの記録:プレーヤーは、各ホールの終了後、同伴プレーヤー相互にスコアを確認し、マーカーは各プレーヤーにそれぞれのスコアを記録させなければならない。
- ⑥ b スコアカードの署名及び提出:ラウンド終了後、プレーヤーは、同伴プレーヤー相互に各ホールのスコア及び集計結果を確認し、マーカーの署名を得た後、自分も副署して、速やかに競技会を運営管理する委員会等(以下「委員会」という。)に当該スコアカードを提出しなければならない。
d プレーヤーが、あるホールのスコアを真実の打数より少なく記録し、当該スコアカードを委員会に提出したときは、同伴者も含め、競技失格とする。逆に、プレーヤーが真実の打数より多く記録し、提出した時は、そのスコアはそのまま有効とする。
- ⑦ 第15条(3) スロープレー:プレーヤーはプレーのペースを理解し、不当に遅らせることなくプレーをしなければならない。なお、委員会がプレーのペースについてのガイドラインを決めているときは、それに従ってプレーしなければならない。また、1ホールのプレー終了後は、速やかに次の地グラウンドに移動しなければならない。
- ⑧ (ティグラウンドを間違えた場合のプレー) 新設
第21条の2 ティグラウンドを間違えてストロークした場合、そのホールをホールアウトし、正規のホールに戻らなければならない。この場合において、同伴者を含め、戻った正規の最初のホールにペナルティを付加する。また、連続して間違えた場合においても、それぞれの間違えたホールの数に応じたペナルティを付加する。
- ⑨ 第25条2 第13条2項及び第40条3項の規定による別のボールに取り替えることが許されている場合を除き、プレーヤーはティグラウンドからプレーしたボールでそのホールをホールアウトしなければならない。
- ⑩ 第27条 グリーン上のカップに近いボール(カップから2クラブ以内)の場合は、プレーヤーは先にカップインするか、第32条の規定によるマークをすることができる。

- ① 第30条2項 プレーヤーがストロークを行う場合において、プレーヤーの動作によらずボールが動いた場合は、そのスイングを中止し、そのボールが止まった後にその位置からプレーをしなければならない。この場合におけるストロークは、行われなかったものとする。
- ② 第35条 プレーヤーは、同伴者から自分のボールを拾い上げるよう要求されたときは、そのボールを拾い上げること、またはボールを拾い上げないで先にプレーすることが出来る。この場合において、拾い上げたボールはリプレースしなければならない。
- ③ 第38条 カジュアルウォーターまたは修理地が、プレーヤーのスタンスやスイングの妨げとなる障害が生じた場合は、カジュアルウォーターの場合については、プレーヤーは、そのボールをあるがままの状態プレーするか、本条の規定による救済を受けることができる。なお、雪及び自然の氷（霜を除く）は、プレーヤーの選択によりカジュアルウォーターまたは、動かせる障害物として処理することができる。また、修理地にあつては、本条の規定による救済を受けなければならない。
- ④ 第38条 (4) ボールが修理地内及びスタンスが修理地にある場合は、第1号に定めるカジュアルウォーターの場合の例により、救済を受けなければならない。
- ⑤ 第40条4項 ボールがOBになった場合は、ペナルティを付加して、そのボールが最後にOBラインを横切ったと思われる所から2クラブ以内で、カップに近づかない位置にボールをプレースしなければならない。この場合において、OB区域であることの判断に疑義がある場合は、同伴者の確認を得なければならない。この確認を得ずプレーをしてしまったときは、プレー禁止区域からプレーしたと見なしペナルティを付加し、当該ボールの停止した場所からプレーを続ける。

パークゴルフ ルールブックが 新しくなりました!

PG規則の改正やその例も追加され
内容も読みやすいように編集をしました。
是非、ご活用ください。

国際PG協会編集
1冊 500円
(税込送料込)



*地域での講習会(研修会)などには、このルールブックをご活用ください。

注文は住所、お名前、電話番号
希望冊数を明記の上、ハガキかFAX、
またはEメールで。
あて先は、事務局まで(最終頁参照)

新しい「パークゴルフルールブック」と
「パークゴルフ指導書」(国際協会編集)に
間違いがありますので、訂正をお願いします。

正 誤 表

《第3》ひとめでわかる早見表 (57~58頁)

[57頁]

◎「アクション」列の「ボールを動かす」欄の上から4項目
(誤) アドレス(2打目以降)したら動いた

↓
(正) アドレス(2打目以降)中に風等によって動いた

◎「備考」列の「ボールを動かす」欄の上から4項目
(誤) 1ストロークとして処理する

↓
(正) ストロークには数えない

◎「アクション」列の「ボールを動かす」欄の上から5項目
(誤) アドレス(2打目以降)後に動いた

↓
(正) アドレス(2打目以降)中にクラブがボールにふれて動いた

[58頁]

◎「アクション」列の「カップ周辺の問題」欄の上から3項目
(誤) アドレス後パットしようとしたらボールが自然に動いた

↓
(正) アドレス後パットしようとしたらボールが風等によって動いた

◎「備考」列の「カップ周辺の問題」欄の上から3項目
(誤) 1ストロークとして処理する

↓
(正) ストロークには数えない

平成17年度 総会を開催

2005. 2. 21 札幌市にて



来年迎える国際協会設立20周年の記念事業 実行委員会開催などを盛り込む



平成十七年度「特定非営利活動法人国際パークゴルフ協会」通常総会が二月二十一日、札幌市で開かれた。正会員、賛助会員合わせて288団体（委任状含む）が出席、諸規程の改正、新年度の事業計画などを承認した。

開会后、議事に入る前に功労者表彰が行われた。理事長の挨拶の後議事に入った。平成十五年度事業報告及び平成十五年度事業会計収支決算報告を一括提案され可決した。続いて、平成十七年度事業計画、事業会計収支予算が可決された。議事の中では、「国際協会の年度区分、特に決算報告のあり方」、「公認コース

スタンプリリーの事業計画、方針について」、「連合会交付金の交付基準について」など、活発な質疑応答が行われ、会員と事務局、また会員同士で理解を深めた。

役員改選では、別表のとおり理事が選任され、全会一致で承認された。

その他（NPO）国際パークゴルフ協会指導者に関する規程の一部改正により、主任指導員の任期が二年から四年に改正された。また運用では主任指導員の選任に関して会長職の兼職を避けることが確認された。次に（NPO）国際パークゴルフ協会パークゴルフ規則等の一部改正を報告した。（パークゴルフ規則については、別頁に抜粋掲載）

*全会員（事務局）へ総会議案及び資料をお渡ししています。詳細についてはそちらをご覧ください。

◆主な普及活動事業

- パークゴルフふれあい事業
- 「パークゴルフフェスティバル2005」の開催
- 新しいパークゴルフ愛好者への普及活動

役員改選

今総会では、役員任期満了に伴い、役員改選を行いました。

理事長	再任	前原 懿	(本部)
副理事長	再任	沼田 信二	(足寄町)
副理事長	再任	荒木 正道	(帯広市)
常務理事	新任	荒川 潔	(本部)
理事	再任	斉川 信幸	(音更町)
〃	〃	白土 守	(芽室町)
〃	〃	赤津 寛一郎	(更別村)
〃	〃	遠藤 憲鋭	(音別町)
〃	〃	菅田 至	(札幌市)
〃	〃	渡辺 文夫	(恵庭市)
〃	〃	佐藤 豊蔵	(名寄市)
〃	〃	長谷 貞夫	(富山県)
〃	新任	坂田 穂積	(熊本県)
監事	再任	浦田 邦夫	(幕別町)
〃	〃	太田 隆	(忠類村)

○小・中・高校生への啓蒙活動・学校への出前教室(ほか)

平成十六年度 第三回理事会開催

- 日時 2月21日(月)
- 札幌ステーションホテル
- ・国際協会役員互選について

【お詫びと訂正】

全会員にお渡ししました(欠席者には送付)平成十七年度通常総会資料の中でミスプリントがありました。お詫び申し上げます。普通会员の登録番号583の会員名は、正しくは「東松島市PG協会」でした。各自にて訂正をお願いいたします。

国際PG協会設立20周年を 平成18年8月22日に決定!

(西暦2006年)

IPGAが生まれたのは

昭和62年8月22日(設立総会開催日)

(西暦1987年)



連合会および協会長功労者等の授賞式が行われました

この表彰は、「NPO国際パークゴルフ協会」表彰規程に基づき、協会からの推薦によるもの。会場にて功労者表彰の受賞者を紹介。そのうち、総会出席者（代理を含む）には理事長より表彰状（盾）が手渡されました。

表彰者名簿

●連合会長表彰

富山県 現職 土井 由三
道央地区 前職 二宮 良吉

●協会長表彰

置戸町パークゴルフ協会 前職 佐藤 幸雄	三石町パークゴルフ協会 前職 酒井 芳男	共和パークゴルフ協会 前職 三浦 一彦	北竜町パークゴルフ協会 現職 干場 一	沼田町パークゴルフ協会 現職 中嶋 隆	新十津川パークゴルフ協会 現職 佐藤 力夫	十和田湖町パークゴルフ協会 現職 高渕 政夫	岩見沢市パークゴルフ協会 前職 藤本 徹弥	横須賀パークゴルフ協会 現職 長浜つぐお	美深パークゴルフ協会 現職 本平 尚三	久木野村パークゴルフ協会 前職 佐藤 昭則	札幌市厚別区パークゴルフ協会 前職 岡田 貞二	札幌市厚別区パークゴルフ協会 前職 河野 栄久	追分パークゴルフ協会 前職 瀬沼 林	新湊市パークゴルフ協会 前職 二宮 良吉	新湊市パークゴルフ協会 前職 荒木 忠男
----------------------	----------------------	---------------------	---------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	-----------------------	----------------------	---------------------	-----------------------	-------------------------	-------------------------	--------------------	----------------------	----------------------



連合会代表者会議及び連合会事務局長会議が開催されました

○日時 2月21日(月)～22日(火)
○札幌ステーションホテル



主任指導員会議開催

○日時 3月7日(月)～8日(火)
○札幌ステーションホテル
○出席者数 65人
平成17年度事業計画について
普及指導関係規程の一部改正について
パークゴルフ規則の改正について
公認コースの現地調査手続きについて
その他



- 会 員
- 《正 会 員》
- 特別会員 30連合会
- 普通会員 367団体
- 《コース会員》 100
- 《賛助会員》 68

●公認コース 221コース

平成17年4月20日現在

全国の指導員・アドバイザーの登録者数

	指 導 員 (人)		アドバイザー(人)	
	H16年 受講者	登録者 累 計	H16年 受講者	登録者 累 計
男 性	521	3,422	1,060	6,952
女 性	107	760	306	2,555
計	1,619	4,182	1,389	9,507

(H17年2月末現在)

Q&A ルールおしえて 質問 コーナー



本部指導普及部長の
清水 孝悦さん

ティグラウンド

今回は、数多く寄せられる質問の中からテーマを「ティグラウンド」にしぼってお答えします。

Q ティラインの前にボールを置いてショットした

A この場合はペナルティを付加してボールの止まった所から、プレーを続けます。と、ルールではなっていますが、しかしながら、同伴者が気がついているのであるから、ペナルティの対象になったのであって、ショットする前に同伴者が「ボールが少し出ているですよ」と注意して、ペナルティにしない様にするのが、三世代スポーツに相応しいものです。うっかりミスとペナルティを取り合う意地悪ゲームにしないため、パークゴルフ愛好者の正しいルール解釈の理解を求めたいと思います。この他に足がティグラウンドから出ているとか、OB区域からプレーした、ティグラウンドの廻り順序を間違えた、誤球した等は同伴者が注意し合うことで防ぐことが出来ます。パークゴルフの成績を競い合うのは技術、熟練などであって、うっかりミスのペナルティを取り合うゲームで無いと思います。楽しいパークゴルフを、三世代スポーツ、生涯スポーツにするには愛好者の日頃のルール解釈が大切ですからご注意ください様お願いいたします。

Q ティライン・ティマークの位置が従来の前方より60cm以上から40cm以上に変わりました

A しかし、パークゴルフ場によってはティライン・マークが従来と同じ場合があります。40cm以上ですから、ルール上は問題ありません。一般プレーヤーはティライン・マークを見てティアップする位置を決めなければなりません。ルール上40cmもOKですから、40cmの位置にティアップしても良いと言う事ではありません。

Q ティグラウンド上で足の一部が出た場合で芝生に触れるのはペナルティの対象になります

A ペナルティの理由は「ティグラウンドは芝生の保護のために設置したのです。芝生を傷めるような場合はペナルティの対象になる」と云う判断から決められました。ティグラウンドに高さがある場合は踵がティグラウンドより出ている芝生を傷めませんから、ペナルティになりません。しかし、ティグラウンドが薄いマットの場合は踵が出ていると芝生を傷めますのでペナルティの対象になると云う判断です。これも、プレーヤーは踵の一部が出ている気が付かない場合が多いと思います。同伴者が注意をし合いペナルティにならぬようにすべきです。

「こんな時はどうなるの？」

「まず部長が明快にお答えします！」

大会情報

国際パークゴルフ協会主催の 伝統ある“2大”大会

第19回北海道知事杯・ブリヂストンスポーツ杯 パークゴルフ国際大会

平成17年6月25日(土)・26日(日)開催!! (今号に申込書を折り込んでいます)
4月25日より参加申し込みが始まります。ぜひ、ご近所にお住まいの子供たちも
誘ってお申し込みください。発祥のコースでパークゴルフを楽しみましょう!!

北海道新聞社杯 第19回パークゴルフ北海道オープン

8月7日(日)に開催します!! 次号にて募集要項を発表しますので、
今しばらくお待ちくださいネ。全国から多くの方の参加をお待ちしています。

入会の記念に 「IPGAバッヂ」

オリジナル
ピンバッヂ!



オリジナル
ピンバッヂ!

原寸大

販売価格500円(税・送料込み)
ご希望の方は、住所、お名前、電話番号、希望数を
明記の上、ハガキかFAX、Eメールで事務局まで
ご注文ください。(最終頁参照)

各地の 大会結果

▼2005第七回全日本イン ドアPG選手権

・2月6日

・スポーツ交流施設コミュニティードーム
「つどいむ」(札幌市・36H
・386人

【男子の部】①吉田哲二(上士幌町)93②
寺阪好彦(札幌市東区)94③中野宏秋(沼
田町)95
【女子の部】①松本春美(札幌市北区)99
②山本妙子(岩見沢市)101③脇山悦子
(蘭越町)105



▼第9回三笠ドームPG全道 大会

・3月6日

・三笠ドーム
・113人

【男子の部】①下村守(三笠市)94②米沢
弘孝(砂川市)95③小寺義行(岩見沢市)
95

【女子の部】①工藤富美子(三笠市)96②
広島八重(月形町)100③和田敦子(三
笠市)100

コース・賛助会員対象認定講習会及び研修会の変更のお知らせ

前号11頁で紹介した日程について、一部変更がありました。下記の通りです。

- ・本州地区は、**神奈川県開成町**に決定
- ・本州地区日程が6月7日(火)から**7月5日(火)**に変更

申し込みを現在受付しています。5月18日(水)必着で国際協会事務局まで。

大会スケジュール

前号掲載連合大会の日程等変更・訂正があった大会について再度掲載しています。

十勝地区	第12回日専連おびひろ社長杯全十勝大会	7月31日(日)	帯広市
	第16回道新帯広支社長杯兼第8回北海道知事杯地区予選	8月14日(日)	本別町
日高地区	日高西部ブロックPG大会	9月18日(日)	日高町
	日高東部ブロックPG大会	10月23日(日)	様似町

数

楽

教

室

(算数の中に教訓を学ぶ) ⑤

日本体育大学 名誉教授

大林 昇

問題 サークル活動をすると、何か生ずるでしょうか?

答 それは 和(わ)です。

そのころ 連想ゲームをやってみましょう。サークルというのは、英語でcircle、日本語に訳して、輪(わ)のことです。したがってサークル活動とは、丸く輪になって意見やお話しを寄せ合い、行動を起こして有意義なひとときを過ごすことです。輪のどこか1箇所が欠けていても、もう輪とはいいません。

輪はその発音から輪(わ)、そして算数では加える意味の、和(加算)を連想します。

和は同類項、単位のもの同士でなければなりません。

和は又、平和につながっているのです。人が寄り合う、集まる、また算数でも数を集める、加えるには和がなくはできないのです。サークル活動には和が生じ、又和が必要であるという連想ゲームができました。

輪
(和)

輪で
はない

パークゴルフを運動プログラムとして考える

運動によって体力を維持・向上させるためには、ある一定以上の負荷を体にかけないとその効果は期待できません。これをトレーニングの世界ではオーバーロード（過負荷）の原則といいます。そのため、実施する運動プログラムの内容を定めるにあたっては、その目的をまず明確にすることが大事です。いっぺんに筋力・持久力・柔軟性などすべてを向上させるような夢の運動プログラムは存在しません。

そこで、まず最初に自分の体力レベルを体力測定によって客観的に評価・認識する事が必要です。その上で、自分の体に過度の負担をかけないような安全で効果的な運動を行わなくてはなりません。



明官先生
みょうかん

運動プログラムの流れ

ウォーミングアップ（準備運動）
軽い有酸素運動（ウォーキング等）、ストレッチング



メインエクササイズ（主運動）
パークゴルフ



クーリングダウン（整理運動）
軽い有酸素運動（ウォーキング等）、ストレッチング



前回お話したように、運動を定期的に長期間続ける場合、その運動が効果的であることと同じくらい楽しく行えるかどうか重要です。なぜなら、楽しくない運動は長続きせず、効果が現れる前に止めてしまうケースが多いからです。

「安全」・「効果的」・「楽しい」が運動プログラムの三大原則です。楽しみながら有酸素運動（全身持久力を維持・向上させ、体脂肪率が減る）となり、リフレッシュ効果（ストレスを解消し、解放感・爽快感がある）も高いパークゴルフを健康づくりのための運動プログラムという観点から見てみましょう。

運動プログラムの全体的な流れは上図のようになります。まず始めにウォーミングアップ（準備運動）を行います。次にメインエクササイズ（主運動）この場合、パークゴルフを各自の体力・体調に合わせて行います。最後にクーリングダウン（整理運動）を行って、この運動プログラムを終了します。

次号ではウォーミングアップについて詳しく説明したいと思います。

大きく広がらぬふれあいの輪

— 愛好者エッセイより

ハワイのパークゴルフ場を訪ねて
(青森県八戸市P G協会
柏木 豊さん)



二〇〇一年一月十五日に愛好者と共に厳寒の八戸を発ち、仙台空港より出発、六時間後ホノルル空港に着いた。ただちにクアロア牧場を通るシティバスに乗りパノラマ風景に感激しながら、パークゴルフ場を想像、雑談しているうちに到着した。そこには様々なアクティビティがあり、乗馬や四輪バギー、アドベンチャー、バスツアー、射撃、ガーデンツアー、カウボーイ体験、スノーケリング等があった。広大なレジャーランドに驚きつつ、二日間十八ホールのパークゴルフを楽しみ、勝負には子供のように騒ぎこぼれた。その体感した喜びが忘れられず、今回二月七日ハワイに行ったのでパークゴルフ場を訪れたところ、二〇〇三年

にコースが新設されていた。早速、牧場社員の本加代さんがマイカーで案内してくれた。背後に「屏風岩がそびえ、前方には紺碧の海が広がり、芝生の中にパークゴルフ場があった。最高のパークゴルフ場だと感動したが、それをつかの間、プレーをしている人の姿が見えなかった。南国の木々、花々、野鳥とまさに自然が遊んでいた。

何とかこの立派なパークゴルフ場を多くの人に活用して欲しいと切実に感じた。そこで冬期パークゴルフの出来ない地域にPRし、かつ国際協会もバックアップして、低料金で観光をかねたパークゴルフを楽しむ「体験観光」ツアーを計画して参加者を募つたらどうだろうかと思つた。

勿論、北海道のパークゴルフ場も充実感があり、心身のリフレッシュには最適な場とたまたまなく好きだがハワイの異国情緒を楽しみ現地の二世、三世の人達と交流を持つのも素晴らしい生きた「体験学習」になるのではないだろうか。そして国際交流の中に「生命溢れる喜び」を体感して、いつまでも健康で若々しいパークゴルフ人口を増やしたいものである。

相馬市に広々コースができて
すよ (福島県 吉田 実さん)

相馬市は石炭埋め立て事業のため、同市の相馬中核工業団地東地区造成部分に待望の6コース54ホールのパークゴルフ場を整備することを一月二十五日、明らかにした。コースは国際P G協会公認となるよう整備する。同市には松川浦に既に3コースの公認パークゴルフ場があり合わせて9コースとなり、本州では最大級のパークゴルフ場が誕生する。我々相馬市P G協会、福島県P G協会連合会としては二年越しで行政に対して要望を行ってきましたが、ようやく実現する運びとなりました。

これを機に国際P G協会のご協力を得て、東北でも最大の全国パークゴルフ大会を是非行うよう計画、準備していきたくと思います。

なお、コース完成は十九年四月オープン予定ですので、完成の時には皆様にお知らせしますので是非相馬市にも足を運んでプレーしながら楽しんで頂きたいとおもいます。

北海道H町 Hちゃんより

PGAニユース54号の記事にありました編集後記の「パークゴルフは3世代スポーツ」と言えなくなる日が近い。自分本位のゴルフアが増加し本当に困っているのが実情です。

私の町のコースも公認コースの認定の中で平成16年度再認定を戴きました。審査の中でローカル・ルールを不認について基準を統一し、ローカル・ルールを認めないことがよいか、地方に適したルールの設定をして運営することがよいか、検討の時期と思います。愛好者に喜ばれるコース、公認を受けることのできるコースを優先して造成することから、高齢者・子供・初心者が利用しやすい特別コースの造成は費用等の関係で容易ではありません。

それでゴルフにありますレディースティールバーティのように、特設ティを造成してはいかげでしょうか。規約改正は簡単にはならないのでモデルコースとして特認をいただければ是非実行してみたいと思いますので、検討の上、ご指示をお願い申し上げます。(参考・特設ティを前に造り、距離を短くして競技時間の短縮をし、一般競技者に影響を少なくする。)

*「3世代スポーツとして、「一考」では、パークゴルフの未来を考える意見交換の場として皆さんからのご意見が届き次第、随時掲載していきます。声をお聞かせください。(編集担当O)



*ご意見をいただきました

うぶやまパークゴルフ場

阿蘇外輪に位置するここは、風車が目印の高原の真つ只中。フラットの中に、阿蘇・祖母。久住の3コース27ホール1152mを有す。福岡市・熊本県・大分県へも便利。PG・体験・乗馬と1日中楽しめる。

- ★ ホール数 27H
- ★ 距離 1,152m
- ★ 利用料金 大人400円
子供200円(小学生以下)
追加プレー100円(終日)
- ★ 貸し用具 有
(クラブ・ボール一式200円)
- ★ 利用時間 9:00~17:00
- ★ 定休日 水曜日
- ★ 開設期間 通年
- 問 産山村役場住民係
☎0967-25-2211

駐車場 トイレ
クラブハウス お食事処



交通アクセス
熊本ICより国道57号線を利用して約90分

エリアガイド
熊本県の最北東部に位置し、雄大な草原が広がる高原地帯

公認番号 223

熊本県 産山村

阿蘇郡産山村大字山鹿2100-1

公認番号 224

長崎県 対馬市

長崎県対馬市美津島町ケイ知乙1168番1地先

対馬市パークゴルフ場

全18ホールで、つばきコース(9ホール)つつじコース(9ホール)。100mホールを2箇所有し、パー66、距離830m、面積18372m(全面高麗芝)。

- ★ ホール数 18H
- ★ 距離 830m
- ★ 利用料金 一般500円
高齢者350円
中学生以下300円
- ★ 貸し用具 有(無料)
- ★ 利用時間 9:00~17:00
- ★ 定休日 毎週火曜日及び年末年始
- ★ 開設期間 通年
- 問 PG場 ☎0920-54-5117

駐車場 トイレ クラブハウス(管理棟)
隣接地に食事処あり...郷土料理



交通アクセス
対馬空港より車で5分(公共交通機関なし) 航空便・福岡空港から30分、長崎空港から40分 厳原港から車で20分 海便(バス停空港入り口)博多港からフェリー約4~5時間 ジェットフォイル約2時間

エリアガイド
韓国まで約50キロの対馬のほぼ中央部。韓国釜山へ高速船就航(厳原港及び比田勝港より約2時間)

公認番号 225

沖縄県 下地町

宮古郡下地町字与那覇914

宮古東急リゾートパークゴルフ場

リゾートホテルに宿泊しながらプレーが楽しめるパークゴルフ場が宮古島にオープンしました。一年を通して花と緑に囲まれ、バンカーを配置した戦略性に富んだコースで心地良い汗を流してみませんか。

- ★ ホール数 18H
- ★ 距離 773m
- ★ 利用料金 大人...1050円
子供...525円
- ★ 貸し用具 有
(大人525円・子供無料)
- ★ 利用時間
4月~10月 9:00~19:00
11月~3月 8:30~18:00
- ★ 定休日 なし
- ★ 開設期間 通年
- 問 レクサービス部門
☎0980-76-2109

駐車場 トイレ お食事処



交通アクセス
宮古空港より10分

エリアガイド
宮古島の中心地平良まで車で15分

公認番号 226

福島県 長沼町

岩瀬郡長沼町大字江花字石倉山14番地

藤沼湖自然公園パークゴルフ場

美しい自然を活かしたコース設置をしており、3コース共にそれぞれ違った変化が楽しめます。

- ★ ホール数 27H
- ★ 距離 1,259m
- ★ 利用料金 1回(27H)...520円
年間利用券...5,250円
- ★ 貸し用具 有(無料)
- ★ 利用時間 9:00~16:00
- ★ 定休日 毎週火曜日
- ★ (GW及び夏休期間を除く)
- ★ 開設期間 通年
- 問 町商工観光課
☎0248-67-3322

トイレ お食事処 東屋3棟
藤沼温泉 コテージ村



交通アクセス
東北自動車道 須賀川ICより車で25分

エリアガイド
美しく豊かな自然に囲まれた公園内にある変化にとむコースです。

◆◆お知らせ◆◆

役員変更届について

加盟会員において、会長(もしくは代表者)、事務局長(もしくは連絡者)など、役員が交代した場合は、すみやかに役員変更届を提出してください。普通会員は連合会がある場合は連合会経由となります。

所定の役員変更届が「パークゴルフのきまり」(PGA規程集)の31ページ(特別会員用)、32ページ(普通会員用)33ページ(コース会員・賛助会員用)にそれぞれありますので、様式を複写して、必要な事項を記入の上、届け出てください。

届け出が遅れますと、機関誌の送付など、書類の発送に支障をきたします。

また、市町村合併による住所のみの変更についても書面(役員変更届を添付)でお知らせください。

連合会役員変更のお知らせ

▼北海道後志地区 平成5年度設立
会長 新井 勇夫
電話 0134-251-5089
事務局長 小林 忠男
電話 0134-541-6718

▼北海道空知地区 平成7年度設立
事務局長 湯澤 鉄雄
電話 0125-221-4654

▼石川 平成8年度設立
会長 北 重市
電話 0761-471-2614

▼北海道上川地区 平成8年度設立
会長 中村 有秀
電話 0167-451-2609
事務局長 木村 貞恒
電話 0167-451-4705

▼秋田 平成14年度設立

会長 牧野 昭一
電話 0183-731-0200
事務局長 奥山 久次
電話 0183-721-6336

加盟団体のお知らせ

【入会団体】

《普通会員》

- 登録番号589 礼文PG協会 (宗谷管内)
- 登録番号590 菱刈町PG協会 (鹿児島県)
- 登録番号591 高崎PG協会 (群馬県)
- 登録番号592 新地町PG協会 (福島県)
- 登録番号593 いわき市PG協会 (福島県)
- 登録番号595 盛岡市PG協会 (岩手県)

《コース会員》

- 登録番号596 (株)常陸サンライズパーク(茨城県)
- 登録番号597 (株)広野町振興公社 (福島県)

《賛助会員》

- 登録番号594 キャスコ(株)(香川県)

【退会団体】

《コース会員》

- 登録番号456 丸証(株)

常務理事及び事務局長交代のお知らせ

このたび、小野寺博昭常務理事が平成十六年度をもって退任し、顧問に就任することになりました。後任として、荒川潔事務局長が就任、また草創期からパークゴルフを知る三井巖理事が事務局長を務めることになりました。今後ともよろしくお願いいたします。

常務理事退任のあいさつ

顧問 小野寺博昭

長いことお世話になりありがとうございます。パークゴルフを通じて出会った多くの人とたくさんのお付き合いができました。大変うれしく思っています。

パークゴルフの発祥から四半世紀を過ぎた今もなお、パークゴルフを愛好する人の輪が広がっています。こうした人々の秘密は何でしょうか。パークゴルフを楽しむ人達は皆親切な人が多いこと、また気軽に仲間を迎えてくれる『もてなしの心』を持った人が多いことにパークゴルフの魅力があると思います。

いつも新しさを失うことのない稀有なスポーツだと思えます。益々のパークゴルフの発展を祈念致します。

常務理事就任のあいさつ

荒川 潔

このたびの役員改選により、事務局長の席から常務理事の席に異動になりました。自身の中身は何も変わりませんが、与えられた席の中身の重さに決意を新たにしております。国際協会加盟団体の頂点としての前常務理事の補佐役として、急速に普及の進むパークゴルフの原点を遵守し、ファミリーでの遊びと競技

スポーツの二面性が両立することができよう、組織団体の役割、使命を十二分に果たしていかなければと思いつつ、今後は皆さまの格段のご支援、ご協力を心からお願い申し上げます。

新事務局長 三井 巖

愛好者の皆さん、今年も春の訪れと共に、眩しい太陽の下でパークゴルフを楽しむ季節となりました。

パークゴルフ発祥以来、これまで係わりを持たせていただいておりましたが、近年は競技志向が一段と強くなっているように見受けられます。「人と自然に優しい三世代スポーツ」「コミュニケーション」を原点に、これからも更に国民的スポーツ・国際的スポーツとしての理解と発展を目指していかねければならないと思っております。そのためには、関係する多くの皆様の知恵と理解が必要であります。パークゴルフと協会の発展のために、最大限の努力をする所存でありますので、ご指導・ご支援のほどお願い申し上げます。



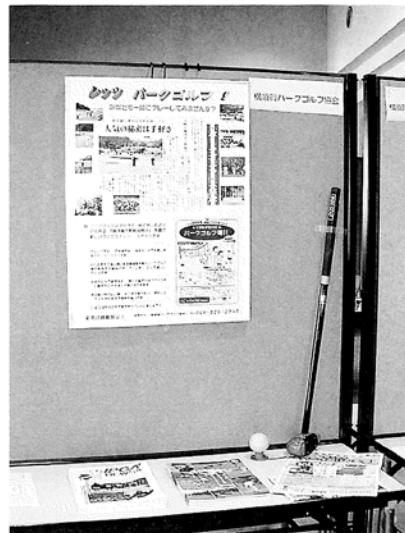
神奈川県横須賀市から

横須賀PG協会では、平成17年1月29日(土)に開催された神奈川県・横須賀三浦地区行政センター主催：「フォーラム三浦半島」のパネル展示部門に参加、昨年に引き続きパークゴルフの普及活動をしました。今回は松沢・神奈川県知事(下写真：左)も出席し、各団体のパネル展示を熱心に見学されるなど、例年になく盛り上がりを見せました。当協会のパネル展示では高橋副会長(下写真：右)がスタンバイ、松沢知事は高橋副会長の説明に興味深かそうに耳を傾けていたのが印象的でした。また、多数の一般来場者にパークゴルフの案内パンフレットを配布出来たのも大きな収穫であったと思います。

横須賀PG協会 会長 長浜つぐおさんより



神奈川県知事も感心高く



パネルやクラブを
展示し、協会役員が
パークゴルフの
案内役に

地域にパークゴルフを紹介しました!!

北海道十勝から

国際交流フェア (主催：十勝インターナショナル協会) で紹介
～パークゴルフが交流に役立っています～
(2005.2.9～2.15 帯広市内デパートカルチャーホールにて)



来場者に
パークゴルフを
アピール

募集や問い合わせのあて先は

〒089-0616
北海道中川郡幕別町宝町53-1
TEL 0155-54-2260
FAX 0155-54-2204

(NPO)国際パークゴルフ協会 まで

E-mail: parkgolf@netbeet.ne.jp
URL http://www.ipga.jp/

編・集・後・記

“パークゴルフにシーズンオフはない”と言われて久しいですが、やはり北海道では雪どけが進み、コースオープンのニュースを聞くと「始まるなあ～」と感じる人が多いのでは？ 事務局も新年度から各種会議の開催や様々な事務連絡が動き出し、「始まっている！」を日々実感しています。各種大会の参加者募集も各地で始まっています。今シーズンもどんな人に出会えるか楽しみです。