



# IPGA NEWS 85

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・F54-2204

2010.1.1 発行



2010 今年も  
レッツ・エンジョイ!  
パークゴルフ!



後列左から2番目が前原理事長

2010年、パークゴルフへの思いをつなげて

北海道スポーツ賞を受賞しました  
授賞式にて (H21.11.18 札幌市)



表彰状を受け取る前原理事長





## さらなる輪の広がりを

(NPO) 国際パークゴルフ協会  
理事長 前まえ原はら 懿あつし

明けましておめでとうございます。

輝かしい新春を迎え、会員の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、昨年も全国各地から「パークゴルフの日」の楽しい話題・記念行事の話題・世代間交流の話題・初心者講習の話題など、うれしい便りをたくさんお寄せいただきました。また、各地の大会は益々花盛りの感がありました。

その中で、テレビ東京の「週末YY JAMPing」という番組に、最近「こども店長」として大人気の高藤清史郎君とタレントたちによる楽しいプレーの様子が、千葉県「しすいの森パークゴルフ場」を舞台に放映され、特に首都圏の人たちには絶好のPRになったことでしょう。喜ばしいニュースでした。

海外では、パラグアイのパークゴルフ発祥の地で「はまなすパークゴルフ場（井沢繁男オーナー）」に10周年の記念碑が完成…という便りもありました。

恒例の全国規模の大会も盛大に開催され、第23回パークゴルフ国際大会には、遠くブラジルから日系の方など40人の「発祥の地訪問団」が参加し大会を盛り上げてくれました。

また、昨年は国が主催する、第22回全国健康福祉祭北海

道・札幌大会「ねんりんピック北海道・札幌2009」が開催され、パークゴルフ交流大会が9月5日から7日までの三日間、幕別町で開催され、IPGAとしても本部・十勝地区連合会が実行委員会に加わって協力し、全国各地から参加された皆さんがプレーや交流をとおして、思い出深い三日間を過ごされるようにと、お手伝いをさせていただきました。

特にはじめて訪問された方々が、広々としてシンプルなコースにパークゴルフ発祥の原点を感じていただけたらうか、そんな思いを抱いたイベントでもありました。

年が明けて今年の展望ですが、懸案のIPGA組織改編につきましても、公益社団、同財団法人への移行について、特に公益財団法人には法的な壁に直面するといった困難性があり、当面はこれを将来課題とせざるを得ない状況にあります。したがって公益社団法人化を優先する方向で組織改編作業を進めているところであります。

今後とも組織の方向性を確認しながら、パークゴルフの更なる普及発展のため、諸事業を展開してまいります。会員皆様のご理解と積極的な活動をお願い申し上げます。ご多幸を祈り新年のご挨拶といたします。

# 平成22年度 (NPO) 国際パークゴルフ協会関連 主要事業日程

来年度(平成22年度)の主な事業の日程をお知らせします。(予定)

## 〈主催・共催事業等〉

### 第24回PG国際大会

- ◆日時 6月20日(日)
- ◆場所 北海道幕別町
- 「つじ・サーモンコース」

### 北海道新聞社杯

#### 第24回PG北海道オープン

- ◆日時 7月11日(日)
- ◆場所 北海道旭川市
- 「旭川神楽山PGコース」

### 第16回JALカップPG

#### 全日本選手権大会

- ◆日時 未定
- ◆場所 未定
- ★予選あり

### 北海道知事杯

#### 第13回道新PG全道大会

- ◆日時 9月19日
- ◆場所 北海道千歳市
- 「トロッコクラブ」
- ★予選あり

### ミスノカップ

#### 第9回全国PG選手権大会

- ◆日時 10月9・10日(土・日)
- ◆場所 富山県射水市
- 「小杉PGクラブ」

.....

### 第14回PG全国交流大会

#### 「さくらカップ」

- ◆日時 4月17・18日(土・日) 予定
- ◆場所 宮城県大崎市
- 「加護坊PG場」

### PG全国大会

#### 「じんどつカップ2010」

- ◆日時 未定
- ◆場所 岩手県洋野町「大野PG場」

### 2011相馬松川浦カップ

#### 全国PG選手権大会

- ◆日時 平成23年1月15・16日(土・日)
- ◆場所 福島県相馬市
- 「相馬光陽PG場」

## 〈その他主な全国大会〉

### PGO全日本クラブ対抗選手権

- ◆日時 6月27日(日)
- ◆場所 北海道千歳市
- 「トロッココース」

※PGO:パークゴルフ経営者協会

### 第13回PG全国交流根上大会

#### 「日本海カップ2010」

- ◆日時 7月24・25日(土・日)
- ◆場所 石川県能美市
- 「能美市根上PG場」

### 第16回PG全国大会イン開成

- ◆日時 11月14日(日)
- ◆場所 神奈川県開成町
- 「開成水辺スポーツ公園PG場」

\*大会、イベントについては、随時誌面でお知らせ致します。

## 〈国際協会の主要会議等〉

### 平成22年度 通常総会

- ◆日時 4月15日(木)
- ◆場所 北海道札幌市
- \*詳細については後日通知します。

### 平成22年度 連合会連絡会議

- ◆日時 4月14・15日(水・木)
- ◆場所 北海道札幌市
- \*詳細については後日通知します。

### 平成22年度 主任指導員研修会

- ◆日時 4月15・16日(木・金)
- ◆場所 北海道札幌市
- \*連合会主任指導員対象。
- 詳細については後日通知します。

### 平成22年度 コース管理者連絡会議

- ◆日時 3月11日(木)
- ◆場所 北海道札幌市
- \*コース会員・公認コース対象。

\*「PG」は「パークゴルフ」の略



# パークゴルフに

## 理学療法が貢献できること

第60回北海道理学療法士学会 企画部長 田邊 芳恵さん

2009年11月21・22日に札幌コンベンションセンターで開催された第60回北海道理学療法士学会の紹介をさせていただきます。本大会は毎年秋に行われ、北海道内では理学療法士が1000人以上集まる一番大きな学会大会です。今年は大テーマを「高齢社会の理学療法―あなたのリスク管理は大丈夫ですか?―」とし、高齢者が元気でハツラツと生活するために必要な身体機能、自宅や病院・施設での身体管理の大切さを再認識し、理学療法士がどのように高齢社会に貢献できるのかについて研鑽しました。

また本大会では、市民の皆様と知識を共有することを目的とした市民公開講座も開講しています。今年は大テーマに沿って高齢者の競技人口が多いパークゴルフに目を向け「パークゴルフのコンディショニング―健やかハツラツプレーのために―」と題し、しよがい予防研究所の平田光司先生に講師をお願いしました。平田先生は理学療法士とアスレティックトレーナーの資格を持ち、スポ

ーツの現場で活躍されている先生です。御講演では、パークゴルフは歩行の要素が多く歩行による有酸素運動が健康増進には理想的であることや、少し専門的な内容を交えつつパークゴルフを行う時の正しい姿勢、体を支える筋肉と動かす筋肉、身体をしなやかに動かすための準備としての簡単なストレッチ方法、痛みをよく訴える部位など、全身のコンディショニングについて詳しく解説されていました。なかでも特筆すべきは、パークゴルフでは足や腰の動きに目が奪われがちなどを、胸郭と肩甲骨のしなやかな運動に注目していたことです。胸郭と腕の振り（肩甲骨の動き）の柔軟性が獲得されることで、しなやかなスウィングが生まれ、正しく無理なくボールを打つことができるというのは、参加されていた市民の皆様にも参考になったことと思います。これから厳しい冬を迎え屋外でのプレーが出来ない北海道では、シーズンオフをどのように過ごすかが来シーズンを迎える鍵になります。今回紹介されていた

屋内で簡単に行えるストレッチ方法を実践し、しなやかな胸郭と腕の振りを獲得して更なるレベルアップを図ってみてはいかがでしょうか。今回の市民公開講座が皆様の健やかハツラツプレーのための一助となれば幸いです。最後になりましたが、寒い中会場にお集まりいただいた市民の皆様、ありがとうございました。



## 第60回北海道理学療法士学会

◇テーマ：高齢社会の理学療法

～あなたのリスク管理は大丈夫ですか?～

◇平成21年11月21日～22日

◇会場：札幌コンベンションセンター





# パークゴルフのコンディショニング 〜健やかハツラツプレーのために〜 (要旨)

しょうがい予防研究所 代表 平田 光司 (理学療法士) さん

## ■パークゴルフとは？

ランニング、登山・トレッキングとならび、性別問わず中高年の方々に人気のスポーツとして「パークゴルフ」が挙げられます。パークゴルフを長年プレーされている方にとっては「釈迦に説法」かもしれませんが、今回のテーマである「コンディショニング」を考える上でスポーツの特性に影響するルールや用具に関する知識が必要であることから、まず、その概略について述べさせていただきます。

パークゴルフの発祥は1983年当時の幕別町教育委員会の教育部長であった前原氏が性別や世代を問わず楽しめる生涯スポーツとして、グラウンドゴルフをモチーフに幕別町の運動公園に7ホールのコースを造り出したのがはじまりです。1986年に現在の「パークゴルフ」という名称になり、1987年に国際パークゴルフ協会(略称IPGA)が設立されています。

発案当初は、用具はグラウンドゴルフのものを用いていましたが、現

在はプラスチック製の直径6cm、重量80〜95グラムの専用ボールを使用し、ヘッド打球面にロフト(傾斜角度のない重量600グラム以下の木製のクラブで打ちます。クラブは、ゴルフ同様、年々進化しています。公式競技においてはIPGA認定のコースと用具でのプレーが義務づけられています。



## ■パークゴルフの健康増進効果

パークゴルフの健康増進に関する研究は私が渉猟した限りでは、意外と少なく新しい研究もあまり行われていないようです。基本的にラウンドしている間はウォーキングによる

有酸素運動の効果が期待できると考えられます。

パークゴルフのモデルとなったグラウンドゴルフの健康効果に関する研究は比較的多く、種目特性も類似していることから、参考にできると考えられます。厚生労働省が生活習慣病予防に推奨している1日の歩数は1万歩ですが、およそ2ラウンドのプレー時間に匹敵すると考えられています。平均年齢が65歳の方を対象に体験教室の5週間の前後で総コレステロール、中性脂肪、血糖値を比較したところ、全てに改善傾向が認められたという研究結果もあります。したがって、パークゴルフは運動不足解消だけでなく、生活習慣病予防に効果があると考えられます。

## ■パークゴルフに必要なコンディショニング

楽しく長時間プレーするためには、そのための身体の準備が必要です。プレー前の準備体操は、ケガを予防するためのものですが、ケガを予防することとはもちろん、プレーするために必要

十分な体力的要素も備えておくことが重要です。我々、理学療法士のアドバンテージ(有益性)は「動作分析」にあることから、動作分析の視点からコンディショニングを紐解いてみたいと思います。大きく分けると、歩くこととスイングすることに絞ることができると考えられます。

### ●歩く

- 長時間の荷重ストレスに耐えられる
- 体幹・下肢の十分な筋力、筋機能
- スイング
- 姿勢、調節保持の機能
- 体幹・下肢の固定性
- 胸郭の柔軟性
- インパクトに必要な上肢の筋力

右記のような要素を、個々に即したかたちで整備しておくことで、よりいっそうパークゴルフを楽しくプレーできるだけでなく、健康維持増進に寄与する効果も高まることを期待できます。また、冬シーズンに回数が減る分、スポーツジム等に通う方もいらっしゃるようですが、自宅でできる簡便な方法もあります。

「この運動はパークゴルフのこういうところに役立つ」という目的意識があれば長続きするのではないのでしょうか。

健やかハツラツプレーでパークゴルフを楽しむことができれば、自ずと会話ははずみ、心理的な有能感が心にゆとりをもたらししてくれることでしょう。



関東一円の4連合会・40協会から202人集う

10/18

第2回関東PG  
選手権大会

〈おやまPGコース（栃木県  
小山市）・27H・202人〉



【男子の部】

【女子の部】

27H

27H

① 青山 昌之 (栃木)	70	① 新里智恵子 (千葉)	73
② 平井 満 (栃木)	75	② 中島 幸子 (千葉)	77
③ 三宅 史宏 (群馬)	75	③ 熊谷ミエ子 (千葉)	77
④ 大野 則幸 (神奈川)	76	④ 小寺 廣子 (栃木)	78
⑤ 坂本 良一 (埼玉)	76	⑤ 高橋 友子 (埼玉)	79
⑥ 野口 文男 (埼玉)	77	⑥ 小松佐依子 (埼玉)	80
⑦ 味田 俊雄 (埼玉)	77	⑦ 大塚 幸子 (栃木)	80
⑧ 中里 信雄 (栃木)	78	⑧ 吉永 安子 (千葉)	81
⑨ 小島 重利 (栃木)	78	⑨ 大野 和子 (神奈川)	82
⑩ 浅見 秋広 (埼玉)	78	⑩ 野村 伸子 (千葉)	82

【男子の部】

36H

① 加藤 国重 (中井町)	94
② 大原 克美 (開成町)	97
③ 長沢 宏行 (秦野市)	98
④ 神山 明 (秦野市)	100
⑤ 中居 英彦 (秦野市)	100
⑥ 山中 護 (大和市)	100
⑦ 坂本 良一 (埼玉県)	101
⑧ 鳥海 達雄 (開成町)	101
⑨ 菊地 壮哲 (南足柄市)	101
⑩ 飯島 保雄 (北海道)	101

【女子の部】

36H

① 小野テル子 (開成町)	103
② 加賀美悦子 (中井町)	104
③ 神名部喜美子 (南足柄市)	104
④ 吉永 安子 (千葉県)	104
⑤ 松下ちづ子 (小田原市)	104
⑥ 中島 幸子 (千葉県)	104
⑦ 中里美智恵 (小田原市)	105
⑧ 高橋 富枝 (開成町)	105
⑨ 堂園香代子 (開成町)	105
⑩ 辻 雪子 (千葉県)	106

11/18

第15回PG全国大会イン開成

〈開成水辺スポーツ公園PG場（神奈川県開成町）・36H・318人〉

11月とは思えないほど暖かな気候の中で、1都1道1府8県から318名の参加のもと全国大会が開催された。女子は、二位・三位プレーオフに5名が残り、熱戦が繰り広げられるという激戦であった。男子は、中井町の加藤国重さんが、女子は、地元開成町の小野テル子さんが栄冠を勝ち得た。

〔辻村洋二神奈川県地域特派員より報告〕



パークゴルフ場を、  
のぼりでアピール!!

のぼり  
販売中



「パークゴルフ」の大きな文字とパークゴルフのオリジナルキャラクターである「パッキー」をデザインしたのぼりを販売しています (IPGA会員限定)。

●会員特別頒布価格

のぼり1枚：1,575円 (消費税込)

のぼりの注文数が1~10枚の場合は別途送料500円、11枚以上の場合は着払いとなります。

●注文は、注文枚数のほか会員の登録番号、会員名、発注者氏名、電話番号を明記してハガキ、FAX、メールなど書面をお願いします。発送先・請求者名は原則としてIPGA登録名等になります。あて先は最終頁のIPGA事務局まで。

●代金については品物が到着後、同封の払込票をご使用の上納入ください。



# 各地の大会結果

## ▼第6回胆振連合会杯交流大会

8月26日

●虎杖浜PGクラブ（北海道白老町）

54 H

●230人

○：「第6回 胆振連合会長杯 交流大会」は胆振連合会傘下（豊浦・洞爺湖町・伊達・壮瞥・室蘭・登別・白老・苫小牧・早来・厚真・鶴川・穂別）の12協会が参加し、会員相互の交流と親睦を深め、技術の向上とパークゴルフの普及振興を目的として開催された。この大会は各協会が持ち回りで実施し、地域の特色を出しながら実施される大会である。大会は登別協会が主管し、平成21年8月26日（水）公認コースの虎杖浜パークゴルフクラブを会場にして、男女別54ホールストロークプレーで230名が参加し盛大に行われた。男女ともレベルが高く、男子は大塚俊雄さん（登別）が151のハイスコアで優勝。女子は躍進著しい工藤みき子さん（苫小牧）が160で優勝を勝ち取った。大会後には全員に景品が配られて、参加者は満足そうであった。



【男子の部】①大塚俊雄（登別）151  
②日向政俊（室蘭）152 ③宮尾正信（苫小牧）155  
【女子の部】①工藤みき子（苫小牧）160 ②伊部安子（苫小牧）162 ③清水礼子（登別）162  
〔柿崎鉄夫胆振地区地域特派員より報告〕



## ▼第1回全日本マスターズ

PG大会 in 森

●10月3・4日

●あつたかさわらPG場（北海道森町）・54 H

●228人

【男子の部】①塩谷恵司（函館市）16  
②松田守（森町）166 ③福地義正（鹿部町）168  
【女子の部】①菊地和恵（函館市）17  
②中島奈都子（蘭越町）175 ③西川よりみ（森町）175

## ▼第3回全国PG選手権大会

「KAGOBBOCUP」

●10月10・11日

●加護坊PG場（宮城県大崎市）・108 H  
●135人  
【男子の部】①今野繁隆（登米市）30  
②三澤善春（大崎市）307 ③渡辺敏昭（大崎市）307  
【女子の部】①垣崎美千代（美里町）314 ②佐々木ユリ子（美里町）317 ③高橋泉（岩手県洋野町）318

## ▼富山県グランドチャンピオン大会

●11月1日

●小杉PGクラブ（富山県射水市）・36 H

●198人

【男子の部】①竹田悌二（高岡）104  
②小寺昌一（とやま）104 ③梶谷幸一（小杉）106  
【女子の部】①高浪邦子（小杉）109  
②岩田かち子（黒部）110 ③大坪優美（小杉）110



おたより募集中!!  
パークゴルフにかかわる  
エッセイ、川柳、投稿写  
真など皆さまからのお便  
りをお待ちしています。

## 「パークゴルフミニブック」 絶賛発売中!!

手のひらサイズで持ち運びにも便利です。初心者教室のテキストにどうぞ。

- ミニブックは、10冊単位での販売となります。
- 代金 10冊：500円（送料込）
- 注文は、住所・お名前・電話番号・希望数量を明記の上、ハガキかFAXかメールで申し込み下さい。あて先は最終ページのIPGA事務局まで。
- 代金についてはミニブックが到着後、同封の払込票をご利用の上納入ください。



## パークゴルフを はじめよう

という初心者の方への  
指導に役立つ



# パークゴルフとの出会いが“ひと”とのふれあいに

愛好者エッセイより

## ねんりんピックに

参加しました

所沢PG協会(埼玉県)  
杉山 勉さん

今年ねんりんピックで埼玉県代表として所沢市から5名参加し、皆でプレーを楽しみました。私は大阪府の民野ユリ子さん(92才)とプレーしましたが、とても敵いませんでした。埼玉県は所沢の女性が欠場したため団体戦には不参加でしたが、全員楽しく参加できました。



↑第22回全国健康福祉祭北海道・札幌「ねんりんピック北海道・札幌2009」の交流大会、パークゴルフを含めた3競技の合同開始式

↓北海道幕別町での大会に参加した埼玉県代表選手7名



## 第14回PG大会第6回

月井杯争奪戦

ポリビア在住  
澤本 静雄さん

恒例の大会が6月20日(土)に開催されました。大会にあたり、数日前より役員の方はトロフィーの購入や準備に走り回り、宮園英雄会長は、忙しい中パークゴルフ場の整備や清掃にがんばってこられました。

おかげでゴルフアーたちはきれいになったコースで日ごろの練習の成果を十二分に発揮することができたと思います。お疲れ様でした。(中略)

プレーヤーたちは和気あいあいと楽しみなが熱戦を繰り広げました。その結果は、男子チーム優勝は愛好会若手?の澤本が接戦を制し初優勝の優勝杯を手にしました。準優勝は向井弘氏。彼はパークゴルフを始めてまだわずかな新人であるが、運が良いのか、スポーツ感が良いのか? 三位はベテラン上和田父ちゃんに手にしました。

ベテランの諸先輩方(早坂氏、向井兄、本木氏、原氏、宮園氏等)はこれまでの大会で賞をとっておられ、それぞれハンディがあるために今回賞に入らなかつたのでした。ただし、三位の上和田氏は6

点のハンディがあったが、さすがベテラン、見事入賞を果たしたのである。ラッキーセブン賞はベテラン近藤恒男氏の手。ベストクロス賞(ハンディ集計なしの得点)では、伴井吉雄氏が受賞。ホールインワン賞は本日唯一一本を入れた(A-6番ホール57m)伴井隆雄氏が受賞、残念賞を手にしたのはベテランの障子博忠氏でした。女子チームの優勝は原寿子さんが初優勝を飾られた。準優勝はさすがのベテラン上和田小夜子さんが9点のハンディをもとめせずに受賞。三位は4点のハンディを入れてもベテラン米倉藤子さんの手に。ラッキーセブン賞はこられたベテラン田島克子さんが10点のハンディを持ちながら見事受賞。ベストクロス賞は嶋田美紀子さんが見事受賞。残念賞はさすがのおしどり夫婦・障子ミチル子さんが夫婦喧嘩にならないように仲良く夫君と同賞を選んで受賞されました。皆さん見習うべきですね。女性陣でも、前回優勝の先輩の吉永フミエさんや近藤イツさん、田島美沙富さんらはハンディがあるため残念ながら今回受賞がならなかつた。

大会は無事に表彰式を行い、正午終了。その後場所をレストランチナ・チーフアに移し昼食慰労会が催され、午後1時30分解散しました。

(ABJ通信 2009年7月号P50号より)



”似て異なるもの“

匿名希望さん

パークゴルフの情報を求めてホームページをみる場合があります。あるコースのホームページでパークゴルフの紹介文の中で、「ルール・マナーはゴルフの規定を準用します」と表現をしているホームページを見つけた。私はパークゴルフとゴルフは、「似て異なるもの」だと思います。パークゴルフには、パークゴルフが誕生してから長年にわたりはぐくまれてきた独自のパークゴルフ規則やエチケット・マナー、プレーの仕方がありますよね。「パークゴルフは、パークゴルフのルール・マナーで」と紹介してほしいものです。

\*匿名さんのおっしゃるとおりです。早急にホームページを修正してほしいものです。(IPGA事務局談)

ルールおしえて  
質問  
コーナー

「ルールおしえて 質問コーナー」は、都ロコよりお休みたいします。ご承ください。



## パークゴルフ愛好者の皆様へのお願い

最近、クラブの認定シールを剥がしてしまい、「再発行してください」との問合せがあります。

シールを剥がすと、公認され製造販売されたクラブであることの証を捨てることになります。このシールが貼られていないクラブは、パークゴルフ場では、使用できません。絶対に剥がさないで下さい。

もし、使用していて剥がれた場合は、剥がれたシールとクラブを販売店又はメーカーに持参し、理由を説明した上で対処してもらってください。



絶対に  
剥がさないで  
下さい。

シールはグリップの下に貼られています。

### シールの種類

このほかにも古いシールがありますが、パークゴルフ場で使用することは出来ません。



平成21年3月31日までに公認されたクラブ



平成21年4月1日以後に新規に公認されたクラブ

## 初心にかえって、パークゴルフを楽しむために

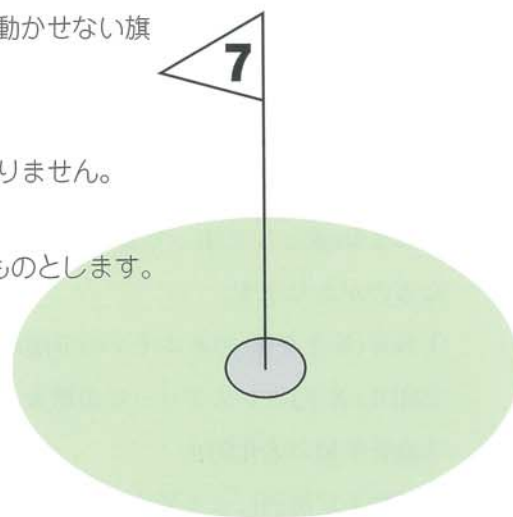
### “パークゴルフ用語” 編

#### ピン (旗竿)

「ピン」とは、ホールの位置を示すためにカップの中心に立てられた動かさない旗のことです。

- (1) ピンの長さは、カップの縁から2~2.5mとします。
- (2) ピンの太さは、直径20mm以下とし、その断面は円形でなければなりません。  
なお、材質は問いません。
- (3) 標識部の材質は問いませんが、スタート位置から番号が見えやすいものとします。

PG解説書「ザ・パークゴルフ」(IPGA発行)より引用





## 健康リテラシーを高めて健康で長生き

### パークゴルフで幅広い生活習慣の改善を

健康で長生きするためには幅広い生活習慣の改善が必要です。そのためには健康に関する知識と能力、つまり『健康リテラシー』を高めることが大事です。もちろん基本は食事・睡眠・運動です。ここではパークゴルフを中心とした運動についてお話しします。

### 1 パークゴルフでガン（がん）のリスクを低減

パークゴルフなどの適度な運動でいろんな病気が防げます。運動で免疫力が向上するなど癌（がん）のリスクを減らせます。特に消化器系の癌・乳癌の予防に効果（男性13%・女性16%低下）があるという国立癌センターの調査報告がなされています。

### 2 パークゴルフによる有酸素運動で 脳を刺激し認知症を防ぐ

認知症を防ぐ上でも有酸素運動は効果的です。（パークゴルフのスポーツ科学Vol.25 カロリンスカ研究所の疫学調査で詳しく紹介しています。）

パークゴルフのように、傾斜や芝目をよんだり、打つ強さ・方向を決めたりするという情報処理を常にしてプレーするスポーツで日々知的刺激を受けることが脳を活性化し認知症の予防になります。

### 3 大切な運動習慣

他にも知識として知っておいて欲しい運動の効用には次のようなものがあります。

- ①長寿（若さを保つ）ホルモンの分泌が増進・維持される
- ②HDL（善玉）コレステロールの増大
- ③血管年齢の老化防止
- ④運動不足解消による死亡率の低下



明官先生  
みょうかん

新年にあたり、今回のテーマ『健康リテラシー』への関心を高めて生活改善を実践し若々しさを保てれば、自信が持て物事に積極的になれるし周囲からの評価もあがり、良いことづくめです。パークゴルフ愛好家のみなさん、ぜひパークゴルフで明るい人生を作り、健康長寿を達成してください。



山形県 高畠町

公認番号 322

東置賜郡高畠町夏茂3030番地

- ★ホール数 18H
- ★距離 822m
- ★利用料金 300~500円/1R
- ★貸し用具 有 (300円)
- ★利用時間 9:00~17:00
- ★定休日 月曜日(祝日は除く)
- ★開設期間 4月~11月

☎置賜スポーツ交流プラザ  
0238-57-3948

駐車場、トイレ、四阿、自動販売機



交通アクセス

最寄りの赤湯駅より4.1km、千代田クリーンセンター隣

エリアガイド

同敷地内に温水プール、トレーニングルーム等のスポーツ施設あり

広域交流、健康増進、環境共生の三つの柱をもとに、ごみ焼却により発電した電気を利用するエコロジーな施設です。コースコンディショニングを万全にして、皆様のご来場を心よりお待ちしております。

湯るっとパークゴルフ場

北海道 新ひだか町

公認番号 321

日高郡新ひだか町静内神森361番地1地先

- ★ホール数 36H
- ★距離 1889m
- ★利用料金 1日：一般300円、小人150円
- ★貸し用具 有 (大人100円、小人50円)
- ★利用時間 6:30~19:00 (4月~8月)、7:00~17:00 (9月~11月)
- ★定休日 開設期間内無休
- ★開設期間 4月29日~11月23日

☎町教委 0146-42-0048

駐車場、トイレ、休憩棟



交通アクセス

国道235号線から静内右岸(町側)の上流へ約1km(夫沢交差点を東へ1km)。

エリアガイド

同緑地公園内に、ゲートボール場、テニスコート等を併設

雄大な日高山脈を望む静内川のほとり。広大な河川敷で平坦で初心者向けの「はくちょうコース」と、砲台グリーンで起伏に富む中級者向けの「うぐいすコース」の2コースでお楽しみ下さい。

静内川右岸パークゴルフ場

石川県 金沢市

公認番号 324

金沢市若松町ア32

- ★ホール数 36H
- ★距離 1762m
- ★利用料金 1日300円
- ★貸し用具 有 (100円)
- ★利用時間 8:30~16:30
- ★定休日 なし (12/29~1/3を除く)
- ★開設期間 通年

☎奥卯辰山健民公園  
076-264-0395

駐車場、トイレ、クラブハウス、お食事処(軽食)



交通アクセス

北陸自動車道森本インターより山側環状鈴見交差点左折

エリアガイド

公園からは金沢市街が一望できます

旧ゴルフ場の芝生をそのまま生かしたコースなので、気持ち良く思いっきりプレーが楽しめます。

奥卯辰山健民公園コース

北海道 帯広市

公認番号 323

帯広市西9条~西11条北9丁目地先

- ★ホール数 36H
- ★距離 1840m
- ★利用料金 無料
- ★貸し用具 なし
- ★利用時間 5:00~18:00
- ★定休日 木曜
- ★開設期間 4/29~11/3

☎帯広市スポーツ振興室  
0155-65-4210

駐車場・トイレ



交通アクセス

国道38号線から鈴蘭新道を北上。鈴蘭大橋手前。

エリアガイド

PG場中心に公園施設あり、夏場水遊び可

十勝川河川敷に隣接した4コース36Hで構成され、そのうち2コース18Hは、車いすの方でも利用できるように、ユニバーサルデザインを採用しています。どなたでも楽しめるPG場です。

十勝川水系パークゴルフ場



## 平成22年度 更新対象公認コース

\*該当するコース所有者には、更新内容を11月16日付で送付しました。

(※関連する規程・申請書・様式記入版は当協会のホームページから入手できます。ご参照ください。)

<http://www.ipga.jp/>

\*申請書等は、国際パークゴルフ協会事務局へ直接提出してください。

\*更新認定手続きの受付は、平成22年4月1日より。

※分からない点がありましたら、事務局までお問い合わせください。

公認番号	コース名	所在地	公認番号	コース名	所在地	公認番号	コース名	所在地
1	札幌地区PG協会連合会		14	北海道胆振地区PG協会連合会		28	秋田県PG協会連合会	
202	王子PGコース	札幌市	145	白鳥大橋PG場	室蘭市	220	八塩PG場	由利本荘市
3	富山県PG協会連合会		189	優徳農村公園PG施設※	伊達市	290	岩城PG場	鹿角市
218	富山市PG場	富山市	207	木のサイロPG	安平町		かつのPG公園	
4	北海道オホーツク地区PG協会連合会		216	洞爺さくらPG場	洞爺湖町	29	福島県PG協会連合会	
149	湧別川河川緑地公園PG場	湧別町	281	グリーンファームPGコース	伊達市	226	なみえPG場	須賀川市
5	北海道後志地区PG協会連合会		287	糸井の森PG	苫小牧市	274	藤沼湖自然公園PG場	相馬市
132	ルスツリゾートPGコース※	留寿都村	16	北海道道南地区PG協会連合会		276	相馬光陽PG場	南相馬市
154	共和町PG場	共和町	144	あつたかさわらPG場	森町	288	南相馬市牛島PG場	北塩原村
275	あゆ場公園PG場	余市町	215	すすらの丘公園PG場	函館市		グランデコPG場	
6	北海道道央地区PG協会連合会		18	岩手県PG協会連合会		30	南九州地区PG協会連合会	
141	恵庭花夢里パーク	恵庭市	280	さくらの湯PGガーデン	奥州市	208	霧島市福山PG場	霧島市
8	北海道空知地区PG協会連合会		19	北海道石狩地区PG協会連合会		284	霧島ハイツPG場	西都市
142	芦別温泉PG場	芦別市	203	シーサイドみなるPG	石狩市		西部市清水台PG場	
153	北竜町ひまわりPG場	北竜町	209	昭和の森PG場	江別市	31	群馬県PG協会連合会	
219	芦別市民PG場	芦別市	256	えべつ角山パークランド※	江別市		吉岡町PG場	
278	深川リバーサイドPG場	深川市	22	熊本県PG協会連合会		32	埼玉県PG協会連合会	
9	宮城県PG協会連合会		198	長陽PG場	南阿蘇村		サイボクPG	
143	ふれあいの森公園PG場	加美町	223	うぶやまPG場	産山村	33	栃木県PG協会連合会	
206	おおひら万葉PG場	大衡村	23	山形県PG協会連合会			おやまPGコース	
12	北海道十勝地区PG協会連合会		286	南陽グリーンヒルPG場	南陽市	34	愛知県PG協会連合会	
201	しほろ温泉PG場	士幌町	25	青森県PG協会連合会			あぐりガーデンPG場	
214	太陽の丘PG場	本別町	150	八戸美保野PGクラブ	八戸市		国際協会直轄	
279	めむろ新嵐山PG場	芽室町	289	高森山PG場	十和田市	283	清里の森PG場	島根県雲南市
13	北海道上川地区PG協会連合会		26	沖縄県PG協会連合会		139	グリーンパーク雲南	大分県東国東市
152	層雲峡PG場	上川町	222	くにかみ鏡地PG場	国頭村	199	くにさきPG場	大分県杵築市
205	たかす丸山PG場	鷹栖町	225	宮古島東急リゾートPG場	宮古島市		風の郷PG場	
211	キトウシPG場	東川町	27	三重県PG協会連合会				
212	空知川PG場	富良野市	200	志摩PG場	志摩市			
213	東山PG場	富良野市	221	藤原PG場	いなべ市			
285	東川親水河川公園PG場	東川町						

※マークは、平成21年度延期コースです。

(コース名の「パークゴルフ」は、「PG」と略して表記しています。コース名は、認定板名で掲載されている場合があります。)

## 事務局より

◆平成21年度ブロック会議開催

〔福岡県・佐賀県・長崎県地区(10協会)〕

○日時 11月2日(月)

○佐賀県鳥栖市

ホテル・ビアントス会議室

○出席者数 11人

〔大分県地区(3協会)〕

○日時 11月3日(火)

○佐賀県鳥栖市

家族旅行村〔安心院〕会議室

○出席者数 9人

〔四国地区(7協会)〕

○日時 11月6日(金)

○高知県高知市

社会福祉法人せと ケアハウス土佐会議室

○出席者数 10人

◆平成21年度第4回理事会開催

○日時 12月2日(水)

○とちぎプラザ 会議室(帯広市)

〔議決事項〕

・第24回PG北海道オープンの開催地の

選定について

・IPGA平成22年主要事業計画

・公認コース認定規程の一部改正

・特別会員の入会承認について

・組織再編の承認について

〔協議事項〕

・パークゴルフ規則・指導書の見直しに

ついて

〔報告事項〕

会員の入会、公認コースの認定について



## 加盟団体のお知らせ

H21.10.21～12.10届出分まで

### ●入会団体

#### 《普通会员》

登録番号 **879** 伊東市パークゴルフ協会 (静岡県)

#### 《コース会員》

①コース名②ホール③コース所在地

④問合せ先または電話番号

登録番号 **873** 上士幌町 (北海道十勝管内)

①航空公園パークゴルフコース (公認コースNo.196)

②36H③北海道河東郡上士幌町字上士幌247番地

④町役場建設課公園担当 01564-2-2111

登録番号 **874** 釧路市教育委員会 (北海道釧路管内)

①音別町パークゴルフ場 (公認コースNo.4) ②36H

③北海道釧路市音別町あけぼの1丁目1番地

④音別教育事務所生涯学習課 01547-6-2034

登録番号 **875** 農村公園管理運営委員会 (北海道網走管内)

①紋別P G場こまくさ・いしづちコース (公認コース

No.25) ②36H③北海道紋別市上渚滑町1丁目

④0158-25-2715

登録番号 **877** 朝倉市 (福岡県)

①朝倉市川の駅原鶴パークゴルフ場 (公認コースNo.156)

②18H ③福岡県朝倉市杷木久喜宮1833-10

④川の駅「はらづる」 0946-62-2828

登録番号 **878** 上三川町役場 (栃木県)

①かみのかわパークゴルフ場 (公認コース申請中)

②18H③栃木県河内郡上三川町川中子30

④上三川町都市建設課 0285-56-9141

登録番号 **880** 浜頓別町 (北海道宗谷管内)

①浜頓別町パークゴルフ場 (公認コースNo.81) ②36H

③北海道枝幸郡浜頓別町クッチャロ湖畔19～23番地

④浜頓別町多目的アリーナ 01634-2-4666

#### 《賛助会員》

登録番号 **876** 株式会社 全旅 (東京都)

新しい連合会が、  
設立されました

## 34 愛知県 パークゴルフ協会連合会

▷加盟普通会员 (3)

江南市P G協会

一宮P G協会

小牧市P G協会

▷会員数 467人

▷連合会長 山本 孝

▷事務局長 松岡 末次



山本 孝  
連合会長

県内には、

公認コースNo.131 (コース会員No.406)

市民四季の森P G場 (小牧市・18H) ☎0568-78-4554

公認コースNo.148 (コース会員No.462)

あぐりガーデンP G場 (阿久比町・18H) ☎0569-48-6788  
が当協会に加盟。

ほか江南市蘇南公園P G場 (江南市・18H) ☎0587-55-5261  
があります。

### ●会員

《正会員》 特別会員 34連合会  
普通会员 416団体

《コース会員》 261

《賛助会員》 65

●公認コース 293コース

平成21年12月10日現在



# 謹賀新年

**今年の抱負**

**心** 人に優しく、自然を大切に

**技** ルール・マナーを守り、技術を向上

**体** 健康は、心身ともにリフレッシュ



平成22年 元旦

北海道石狩地区パークゴルフ協会連合会  
会長 山田 輝 男  
事務局長 田代 一 男

生涯スポーツとして楽しむパークゴルフは、高齢化社会現象の今日、会員数の減少傾向と成っておりますので、初心者を沢山育てるためにも心身の健全な増進を図ることは元より、相互の交流と親睦を深め誰でも楽しめる笑顔溢れる楽しさが共有されるプレーを行う事で、仲間を増やす健康で楽しい地域社会の振興とパークゴルフの普及発展に努めてまいります。

北海道後志地区  
パークゴルフ協会連合会

会長	清水 進
副会長	鈴木 史郎
副会長	小島 剛
事務局長	行天 隼司

# 飛 翔

自然を大切に！  
ルール・マナーを守り  
パークゴルフを  
楽しもう！  
「楽しみの共有」と  
大きく育てよう！  
普及と発展に  
奮闘します！

北海道空知地区パークゴルフ協会連合会



十和田市八甲田パノラマパークゴルフ場

今年も愛好者相互の交流と健康で明るく楽しい地域づくりを目指し頑張ってお参ります。


平成22年 元旦

青森県パークゴルフ協会連合会	会長 東 征悦
十和田市パークゴルフ協会	会長 東 征悦
八戸市パークゴルフ協会	会長 金見 隆男
階上町パークゴルフ協会	会長 松岡 浩一郎
三戸パークゴルフ協会	会長 内丸 登
平内町パークゴルフ協会	会長 豊島 勝
むつパークゴルフ協会	会長 奈良 正義
青森市パークゴルフ協会	会長 伊藤 亮
南部町パークゴルフ協会	会長 出町 勝

本年、(NPO)千葉県パークゴルフ協会連合会は設立十周年を迎えようとしております。昨年は、新たに市町村協会が三協会加入し十一協会での運営となり又千葉県内にも、多々のコースがあり連合会としても様々な大会及び普及活動をして参りました。今年、関東連協主催の初めての『東京大会』を9月に行う予定であり千葉県連合会としても協力を頑張ってお参ります。又、連合会としては各協会の一層の協力体制をつくって参りたいと思っております。

最後になりましたが、各連合会・協会の皆さんのご健勝を心よりお祈り申し上げます。

(NPO)  
千葉県パークゴルフ協会連合会  
理事長 佐原 正幸



## 明けましておめでとうございます



第23回パークゴルフ国際大会 小学生の部表彰式より

会員の皆様には希望に満ちた新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。

私どもは、パークゴルフのさらなる発展のために一層の努力をする所存でありますので、旧に倍してのご理解とご支援をお願い申し上げます。皆様には今年もパークゴルフで心身の健康を増進され楽しさを共有し、楽しさを伝え、多くの愛好者を迎えられるようなご活躍をされますようご祈念申し上げます。

2010年 元旦

### 特定非営利活動法人 国際パークゴルフ協会

理事長	前原 懿	副理事長	菅田 至	副理事長	荒川 潔
常務理事	三井 巖	理事	斉川 信幸	理事	赤津寛一郎
理事	遠藤 憲鋭	理事	長谷 貞夫	理事	野田 武美
理事	牧野 昭一	理事	佐原 正幸	理事	野澤 武夫
理事	津元 直俊	理事	松下 國英	理事	鈴木 稔
監事	浦田 邦夫	監事	大島 弘之		他職員一同

全国各地の連合会より、2010年にむけてのメッセージが届きました。

(掲載順は順不同)



陽明門と温泉のある日光に  
パークゴルフ場があります。  
お出かけ下さい。

平成二十一年十月十八日栃木県小山市で 関東選手権大会が行われました。

栃木県パークゴルフ協会連合会  
会長 住吉 和夫

山形県パークゴルフ協会連合会

## トライしよう！

愛好者の拡大  
協会会員の拡大  
正しいルールの普及



北海道十勝地区  
パークゴルフ協会連合会  
会長 野田 武美  
後 員 一 岡

北海道十勝地区パークゴルフ協会連合会

## 謹賀新年

新しい年を迎え皆々様のご多幸をお祈りいたします。

神奈川県連合会では、六月にあじさいカップ  
九月にしいがしカップ、十一月に全国大会イ  
ン開催を開催します。  
平成二十二年 元旦

神奈川県パークゴルフ協会連合会  
会長 加瀬 一彦  
副会長 内田 功  
副会長 中居 英彦  
事務局長 辻村 洋二



神奈川県パークゴルフ協会連合会

## 今年こそ在内地方に 協会を設立します!!



(県の花 紅花)

## 友愛 連帯 協調

今年も、健康で元氣よくパークゴルフを楽しみましょう！

南九州地区パークゴルフ協会が発足したのが、平成16年10月で、当初5協会であったのが、現在は鹿児島県5協会、宮崎県5協会の10協会になりました。

各コースとも、自然を活かした、起伏と変化に富んだ初心者から上級者まで楽しめるコースです。当協会も毎年4回の大会を実施しています。

これからも、それぞれの協会の特色を生かした取り組みを行い、地域の活性化、健康増進に努めてまいりたいと思っております。

平成22年元旦

南九州地区パークゴルフ協会連合会  
会長 松下 國英  
副会長 川畑 征治  
副会長 東 正治  
事務局長 福重 道春

南九州地区パークゴルフ協会連合会

山形県パークゴルフ協会連合会



ふれあいの森くまもとPG場

季節はめぐり  
またひとつ年を重ねます  
新たな気持ちで  
出会いとふれあいを大切に  
感動する心をもって  
パークゴルフで  
エンジョイしましょう

熊本県パークゴルフ協会連合会

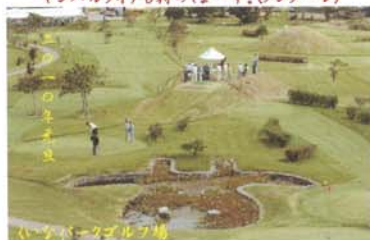
熊本県パークゴルフ協会連合会

道外にも広がりを見せているパークゴルフと  
沖縄県連合会としても県下で普及&  
発展に努めます。

冬場は暖かい沖縄で地元プレーヤーと  
パークを楽しみませんか？



ヤンバルクイナも待ってます。(マンソ〜レ)



沖縄県パークゴルフ協会連合会

第23回全国健康福祉祭 いしかわ大会

ねんりんピック石川 2010

光る汗！輝くいしかわ 笑顔の輪

ねんりんピック協賛イベント

大会名「パークゴルフN百万石金沢」

主管・石川県パークゴルフ協会連合会

今年は、加賀百万石・金沢でお楽しみしましょう。



ねんりんピック北海道・札幌2009

団体3位入賞

石川県パークゴルフ協会連合会

宮城県パークゴルフ協会連合会

本年もパークゴルフを通じて  
更なる底辺拡大と県内外の愛好  
者との交流を深め、健康増進に  
努めてまいります。

本年もどうぞよろしくお願い  
申し上げます。



宮城県パークゴルフ協会連合会

会長 米木 正二  
副会長 佐野 拓治  
副会長 高橋 貞二  
主任指導員 大場 昭午  
主任指導員 三澤 譽春  
他役員 一同



北海道胆振地区パークゴルフ協会連合会



胆振地区パークゴルフ協会連合会

広島県パークゴルフ協会連合会

マナーとエチケットを守って  
楽しくパークゴルフをしよう!

健康で明るく楽しいパークゴルフを目指しておりますが、目標達成のためには「マナーとエチケット」を守ることが極めて大切であります。

県内の各大会等を通して表記スローガンの横断幕を掲げ、間断なく啓蒙活動を行い会員のレベルアップをはかって参ります。

平成22年元旦

広島県パークゴルフ協会連合会

- 会長 桜井 義信
- 副会長 若山 隆史
- 副会長 東迫 正良
- 副会長 荒井 稔

札幌地区パークゴルフ協会連合会



2010  
a Happy New Year!

秋田県パークゴルフ協会連合会



秋田県パークゴルフ協会連合会  
会長 天牧 孝志郎  
事務局長 菅野 孝昭  
平成二十二年 元旦

群馬県パークゴルフ協会連合会

今年は連合会結成六年目になります。県内、関東地区の普及目標は順調に進んでいます。

今年の計画は会員数の増倍に努め、県外愛好者にも参加して頂ける大会を開催し『観光群馬』に貢献してゆくことです。

今年も群馬県を宜しくお願い致します。

群馬県PG協会連合会

会長 栗林 千秋

愛知県パークゴルフ協会連合会



思いやる  
心と心通じあい  
やがて花咲き実るもの

設立初年度、連合会の役割を重要視し各協会が益々の発展と資質向上に向けて手助けが出来ればと考えて居ります。

近年高齢化が一段と進み中、スコアだけを優先する事ではなく心身共に健康で楽しいスポーツである事を念じて居ります。

愛知県PG協会連合会

会長 山本 孝  
役員一同

IPGAニュースは、IPGA加盟団体(特別会員・普通会員・コース会員・賛助会員)、全国の指導員、公認コースの事務取扱者、連合会所属IPGAニュース地域特派員、報道機関や関係官公庁の関係機関などに毎号無料配布をしています。また定期購読者を募り送っています。

配布先の訂正等がありましたら、事務局までお問合せ下さい。

IPGAニュースのお問い合わせは

〒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@ipga.jp  
URL http://www.ipga.jp/

編・集・後・記

新しい年を迎え、これからの一年パークゴルフで気持ちも新たにナイスショットといきたいところですね。パークゴルフの守るべきもの、変化してゆくものをきちんと見極めて楽しんでいきましょう。