

* ボールはマイボールであること

使用するボールは独自の識別マークや、ネームのついたマイボールでなければならない。
(ゴルフ規則 12-2)

* マイボールでないといけない理由

- ① 同じ組の者同士が同じ銘柄のボールを使うと誤球の危険がある。
- ② 2人が同じバンカー、同じ方向のラフや林に打ち込んだ時、ボールの判定はほとんど不可能になる。判別できない場合は両者共ロストボールになる。(ゴルフ規則 27-10)
- ③ 隣のホールとの間の区域などで、銘柄、番号も同じボールを2個見つけた場合も、同様にロストボール扱いとなる。

* 簡単にマイボールを用意する方法

サインペンで独自の印をつける。サインペンは一本バックに入れておく。

* マイボールの用意のない人の場合

- ① 同伴競技者に自分の使用ボールの銘柄を告げ、誰もいないときはマイボールになる。
- ② 同じ銘柄のボールの人がいた時は、他の銘柄に変える。
- ③ 同じ銘柄しかない時は番号を変える。

* ボールはポケットに番号が違う二個を携帯(スペアボールをもつ理由)

OB, 池, ロストなど暫定球、打ち直しの時にロスタイムを発生しない為。

* ボールマーカーは人と違うものを2、3個

グリーン上で自分と他人のマーカーが同じ時は間違いやすくなる為。

4. ティーイング グランド

* 前の組がティオフしていったら、次の組のオーナーはすみやかにティアップすべきである

“プレーする意志あり、用意あり”を表わす大事な行為である。

* ティーイング グランド上は次のプレーヤーだけ

それ以外の人には上がるべきではない。

* ティーイング グランドでは素振り厳禁

アドレスに入る前にスイング運動を確認する為の軽い素振りはかまわないが、力いっぱい素振りはすべきではない。

* 専用の昇降口から出入りすること

ティショットした後、前方斜面を駆け下りて行くことはいけない。「通り抜け禁止」である。

5. ティショット

* アドレスに入る前に 「では、いきます」「では、よろしく」など、一声が欲しい。

* ミスショットをした時には 「失礼」などの挨拶を忘れずに。

* 前の人に届きそうなら 「フォアー」と叫ぶ。

* 「ナイスショット」は控えめに。 また大きな声は必要ない。

* ボールを見届けること。 眼をこらしてボールを見届けること。

* ボールの行方を覚えるコツ。

ボールの消えた地点の目印を決める。 ヤードエージ表示、形の特徴のある樹木、バンカーの端などを目印にして、その手前、その先を決める。

6. ラウンド I

「ボールを拾い上げる時に、どれだけカップの近くを踏まないようにするかを見ると、そのプレーヤーが、どれだけ思慮深く、思いやりのある人であるかが分かる。」

ハービー・ペニック

* しっかり立って、しっかり歩こう

専門家がよく言う目安は、1分間、100ヤード。

男子の場合、10ヤードは12歩、100ヤードは120歩。

1秒間に2歩がしっかり歩く運動の基準である。

* 次打地点に必要なクラブの選び方

① 残りの距離を割り出し、3本は持ってゆく。

② ライに対応するクラブを選ぶこと。パー5の第二打はフェアウエイウッド+アイアン。

* 残り距離の加減算

ボールからピンまでの距離は、ボールの位置とヤードージとの差と、グリーンセンターとピンの位置との差を加減すれば計算できる。

* ピンポジションを知る方法

① ピンポジション シートを見る。

② 旗ざおを使った表示を見る。旗ざおの中間に目立つ球をつけ、その球が上にあるほどピンが奥に切つてある。下の時は手前というシステムである。

③ キャディにたずねる。芝目の強さ、アンジュレーションについて。

* ディボットマークの修復

フェアウエイでショットして、芝(ターフ又はディボット)を剥ぎ取り、穴(ディボットマーク)を作ったプレーヤーは、それを修復すべきである。

根のついたディボットは生きている。すみやかに拾ってはめ戻し、隙間をなくすようにそっと踏んで押さえる。

芝がバラバラにちぎれてしまった場合でも、できるだけ拾い集めてディボットマークに捨て、芽土の砂をかぶせる。

* 早くボールを見つけよ

ボールを見つけたら自分のボールかどうか確認せよ。

見つけた後、クラブを取りに行く時は、帽子、ハンカチで目印を置くと良い。

* ラフでの注意

ボールの捜査以外でプレーヤーの体や道具でボールを動かすとワンペナである。

ラフで素振りをする時は草を刈り取らないこと。

* 隣のホールへ打ちこんだ場合

隣のホールへ不用意に入ってはいけない。よく様子を覗いて、入っていいタイミングになったら、帽子やサンバイザーを取り、手を上げるなどのジェスチャーをする。

「どうぞ」の声か、合図があってから入るのが当然である。

ボールを出したら、礼の挨拶をし早足で出る。

7. バンカー

* バンカーショットに必要な道具 クラブとレーキ

プレーヤーはバンカーから出る前に、そこで作った凹みや足跡を全部入念に直しておくべき

である。

* 正しい入り方、出方

- ① レーキを用意して入れ。バンカーに入る前に、まず後始末のための道具(レーキ)を用意するという段取りを習慣づけること。
- ② レーキを持って入れ。
レーキは上がりきれないボールが戻ってきても当たらないように、背後にそっと置く。
- ③ 低くて近いところから入れ。ボールになるべく近い所で、低い所から入る。
- ④ 入ったところを戻れ。ショット後はならしながら出てくる。
- ⑤ 後ずさりを出よ。レーキで引きずりながら後ずさりをする。
- ⑥ 砂を押し戻せ。バンカーの縁までくると砂が溜まるので勢い良く押し戻してやる。
みんなでこれをやらないとバンカーの砂は中の方ほど薄くなる。
- ⑦ 急斜面の昇降は厳禁。急斜面のバンカーエッジはスパイク禁止区域である。

* レーキの置き方

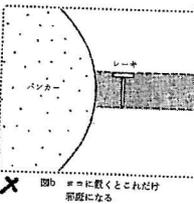
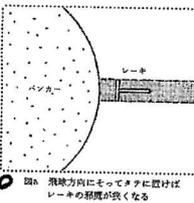
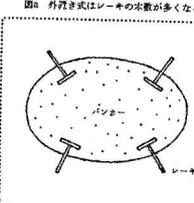
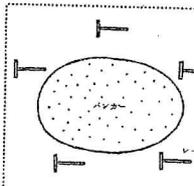
外置き式：バンカーから少し離して置く。

内置き式：欧米のコースでよく見かける。

レーキは動かせる障害物なのでボールが触ってもとれる。

* 使い終わったレーキの置き方

- ① バンカーエッジの低い側に置け。低い側こそプレーヤーが正しく入る側である。
- ② 寄り集まらないように置け。バンカーの周辺にレーキが2、3本集まっている時がある。
- ③ タテに置け。外置き式では柄を飛球線と同じ向きに置く。
- ④ 花道には置かない。



8. グリーンへの上がり方

グリーンに向かう時は、パターとショートアイアンを持って行こう。

グリーン上ではむやみに歩くな。外回りをしてボールに近い所からグリーンに上がれ。

* 急げ、グリーン上は仕事が多い(やりたい仕事)

- ① 距離を測る。
- ② 芝目を読む。
- ③ 傾斜を確かめる。
- ④ キャディに聞く。
- ⑤ ボールを拾う。
- ⑥ 拭いてもらう。
- ⑦ ライン上の邪魔な小石や枯葉を取り除く。
- ⑧ ライン上の誰かが放置していたボールマークを修復する。
- ⑨ 他のプレーヤーのボールの転がりを参考にするために注視する。
- ⑩ 素振りをする。

* 一番先にやる仕事(やりたい仕事の前にやる事がある)

自分のボールと他人のボールの位置関係を確かめること。

- ① 他のプレーヤーのライン上の時。早くボールをマークして拾い上げる。
- ② 一番ピンに近い時。ボールをマークしてピン(旗竿)を持つ。
- ③ 一番ピンに遠い時。すみやかにパッティングに入る。

遠い人ほどやりたい仕事はたくさんあるが、時間が足りなくなるので不利である。

*** ボールマークの修復**

傷つけたものは直せ。直す道具(グリーンフォーク)を持て。

他人が直し忘れたボールマークも直そう。

グリーンに上がる時は、グリーンフォークを右手に握って上がろう。パターは左手。

*** ボールマーカーは他人と違うものを2、3個使う**

コインとT型マーカーの使い勝手は、コインの方が簡単で安全だからである。

*** 人のラインを踏んではいけない**

他人のボール、ボールマーカーの位置を確認してラインは踏まない。

また、ラインをまたぐべきではない。跨がない為には外側まで遠回りする。

9. パッティングの進め方

*** 順番は遠球先打にこだわるな**

グリーンの外のボールを乗せるのが先である。全員グリーン上の時も、一番遠い人の用意ができない時は、声をかけあい、全員了解のもと次の人が先に打つ。

*** 残ったショートパットは続けてプレー**

1クラブ以内の残ったショートパットは「お先に！」と続けてプレーすることが望ましい。進行が早まるため。

*** ボールはなるべく置いたままに**

ただし、人のパッティングの邪魔になったり、カップに蹴られて曲がって当たる危険のある場合は当然マークをする。

*** 人のラインの前方、後方には立ってはいけない**

10. 旗竿の持ち方、置き方

全員がグリーンに乗ったら、原則は遠球先打である。

*** 旗竿の持ち方**

① アンジュレーションの高い方に立つ。

② まっすぐ立つ。足をそろえ、行儀よく立つ。

③ カップやライン上に自分の影を落とさない。旗竿を中に太陽の反対側に立つ。

④ 誰のラインも踏まずに立つ。

⑤ 風の強い時は、旗と竿を一緒に持つ。

*** 旗竿の置き方**

① グリーンの外に置く。しかし、グリーンが大きい場合はボールが転がってくる可能性がない方向で、カップからなるべく離れた所に静かに置く。

② なるべく音を立てないようにそっと置く。

③ グリーンの外でも、投げ置き、倒し置きはしない。

*** アプローチに使ったクラブの置き方**

グリーン上に置いてはいけない。

① 次のティグラウンド方向のカラーに置く。

② キャディやセルフカートのある側のカラーに置く。

③ みんなが近くに寄せて置く。

11. カップのボールの拾い方

* カップから靴ひとつ離れて拾え

ボールの1回転は $4.267\text{cm} \times 3.14 (\text{円周}) = 13.39\text{cm}$

ボールの2回転は $13.39 \times 2 = 26.78\text{cm}$

ボールを拾おうと踏みこんだ所は、体重を載せた靴の踏み跡や、スパイクマークができる。

あとひと転がり、ふた転がりてカップに届くボールには余力がなく、わずかな凹地、小さな突起に行方を左右される。

このため、カップのボールを拾い上げる際は、できるだけ離れた方が良い。

* カップを跨いで行くな

カップからボールを拾い上げたあとは、一步後ずさりする足の運びをすべきである。

* パターを杖にはいけない

* 待ち時間にスパイク跡を直す

全員がホールアウトするまで、スパイク跡を直してはいけない。(規則16-1)

しかし、プライベートラウンドの時はこれにこだわることはない。

自分のラインとは関係のないスパイク跡はどんどん直してよい。

自分のライン上はパットの後に直そう。

12. グリーンからの下り方

* すみやかに下りよ

* グリーンからの下り口は、外までなるべく近いところ

次のティイング グランドにより近い方向。

この二つを考慮したところが最善の出口である。

13. ラウンド II

ゴルフでは、1 にマナー、2 にゴルフへの構え、3、4 がショットで、5 がスコアー。

1~5 まだが揃っているゴルファーは稀にしかいない。

1、2 の方が豊かな人なら付き合えるが、1、2 が粗末だと、3、4、5がどんなに立派でも付き合いにくいのがゴルフというゲームである。

アマチュアは1 寄りでありたい。

* 安全プレー

① 前の組に届きそうな球は、絶対に打ってはならない。

② 直接当たった様子はない場合。

即座の謝罪と許しを乞う。脱帽して「すみません」と頭を下げる。

③ ショットするプレーヤーの背後に立つのが安全である。

右サイドー シャンクは直角に右にでる。

左サイドー ひっかけ球はシャンク気味のスライスより強い球になり左に出る。

他人の前方に出るときは、常に自分にボールが飛んでくるとして注意、注目していること。

14. ラウンド能力

* ショット能力よりラウンド能力が大事

下手だから迷惑をかける、とよく言うが、ゴルフは上手下手と一緒に廻って楽しめる数少ないスポーツである。

迷惑になるのはショット能力の低さではない、ラウンド能力の低さである。

- ① 段取りの悪さ。
- ② 気配りのなさ。
- ③ 動きの鈍さ。

ゴルフのショットは一回数秒の運動でしかない。

打つ回数は多くても、ショットする回数はしれたもの。

* ショット能力には

その人の体力、運動神経、練習力が表われ、

* ラウンド能力には

人格、知力、生活力など、人間としての中身が表われる。

* ラウンド能力の三つの基本

- ① 早歩き。
- ② 気配り、目配り。
- ③ 手順、段取り。

* 早歩き(ワンラウンド、1時間45分以内を目標(ハーフ))

さっさと歩こう。1ラウンドのほとんどは歩行時間である。

遅延プレーの最大の原因は遅い歩行である。

9ホール、約4km。 1kmを10分で歩くと、4km=40分。

ショット 1打、20秒として、ハーフ50として *4人。

4人*50球*20秒=4,000秒=67分。

40分+67分=1時間47分で廻れる。

* 気配り、目配り

人のボールの行方に目を配れ。 みんなで見て、覚えておけ。 ボール探しはみんなでやれ。

- ① 一番遠くへ飛んだ人はカートを操れ。
- ② グリーンに乗った人はパターを持ってゆけ。 他人のパターも一緒に。
バンカーに入ったらサンドウエッジも持ってゆく。
- ③ グリーンに乗っている人はバンカーならしを持って代わってやる。
- ④ グリーン上では一番近い人は旗竿を抜け。 パッティングを終わった人は旗竿を持て。

* 手順を間違えるな

- ① バンカーショットをしてからレーキを取りに行くな。
- ② 2~3本クラブを持ってゆけ。
- ③ グリーン上で自分の番になってからラインを読むな。 自分の前に読んでおけ。
- ④ みんな順々にアドレスしてプレーせよ。 自分の番がくるまでに距離の計算、クラブ選択をすませ、至近ポジションに立って待て。

* 無駄な動作をなくせ

- ① 拭いてもらう必要のないボールを拭かせるな。
- ② 他人の邪魔にならないボールは置いておけ。
- ③ ワンクラブ以内のボールは続けてパットしろ。