



MONTHLY
MAGAZINE

2026
October
Vol.169

【バズゴルフ】

10 GOLF

本革ゴルフシューズ
「ECCO」の魅力を
永井花奈が
とことん
語ります！

ECCO GOLF
BIOM® C5



COVER PLAYER
永井花奈
Kana NAGAI

【クラブ】

最新ゴルフ道具を 賢く活かせば

飛ばせる 原理原則、 教えます！

BIOM[®] C5

PERFORMANCE
PERFECTED

360 度 防水&透湿
1 年中快適な履き心地



AARON RAI

ecco®
— GOLF —

足裏のアーチを
サポートし
疲れを軽減する



FLUIDFORM™

フルイドフォルム製法

ECCOのことなら、
私に任せて！

プロゴルファー人生を
ECCOとともに
全力で走っています！

永井花奈

ながいかな、1997年6月
16日生まれ、東京都出身、
ServiceNow所属。

私、永井花奈はあくまで自称ですが・・・
女子ツアーで一番
ゴルフシューズにうるさいプレーヤー。
そんな私が選ぶのは「ECCO」、
私のプロ人生の足元の全て。
「ECCO」はゴルファーにとって
“特別”である理由があるから・・・

永井に本気で ECCO を 語らせて！

読者の皆様は数あるゴルフシューズブランドの中で、「ECCO」にどんなイメージを持たれているでしょうか？ 例えば「ゴルフ歴が長いBUZZ編集長Gに聞くと、高級ブランド」という印象があると言われますが、「ゴルフ」の代表的な印象として決して間違っていないと私は思います。ではなぜ「ECCO」が高級であり、市場で値崩れしないのか、まずはその価値に注目していきます。

「ECCO」が稀有な存在なのは、靴作りにおける全ての工程を自社で行えるメーカーであること。COWTOSHOE（牛から靴まで）をテーマに掲げ、靴の素材（原料）であるレザーの製造、デザイン、靴の製造に至るまでの全工程を自社生産できるゴルフシューズでは唯一のメーカーなのです。60年以上も続くクラフトマンシップによって、「ECCO」の全製品は、天然皮革が例外なく採用され、最高の履き心地が追求されているのです。では、「天然皮革」は何が特別なんでしょうか？ 人工皮革との差は何？

天然皮革とは動物の皮を鞣（なめ）したものをいいます。丈夫で柔らかく、手入れを行えば経年劣化しにくいのが特徴。毛穴など微細な穴を通じて空気が通り抜けるため、呼吸する素材とも言われています。天然皮革は湿度を吸収して膨張するため、使っているうちに足に馴染んでくるのも唯一無二の特徴。

Key word 1

ECCOはレザーから靴まで
全工程を自社製造する
唯一のシューズブランド。



「ECCO」は1963年にデンマークで、靴職人のカール・ツースビーが創業。キッズを含めた一般靴からスポーツシューズまで扱うグローバルフットウェアメーカーだ。

自社でタナリー（皮なめし工場）を保有するのは大手シューズメーカーで「ECCO」だけ。高品質な皮を厳選し、デザイン、生産まで自社で行っている。

Key word 2

天然皮革は足に馴染む素材、
ゴルフシューズには
これ以上ない最適素材。

一般ゴルファー
目線で
知って納得！

「ECCO」を選ぶ
価値観の正体

昨今はメーカーといえども専門工場でのOEM製造が多い中、材料の調達から製品開発まで全てを自社生産できるのは、「ECCO」の強みであることが容易に理解できる。現在、日本ツアーでは永井花奈プロ、青木瀬介プロ、横峯さくらプロが使用中、世界ではリディア・コも愛用者の一人。貴重な革製品であり高価格であるためギフトリングもされておらず、ポピュラーさが存在しないのも、「ECCO」を選択する所有感、大切な価値の一つである（編集長G）

モデル別にベストな革素材を、自ら開発できるのも「ECCO」ならではの、高いフィット性と柔軟性は約束されている。

「ECCO」のシューズは足と一体感がある」と称されていますが、人工皮革には存在しない足馴染みの良さが存在しているからに他ありません。「ECCO」は世界でも屈指の革の鞣し技術を誇っています。「ECCO」の革は自然味、柔らかさ、美しさが世界でもトップクラスの高級ブランドからも認められていて、素材供給されているほど。革の特性を知り尽くしているからこそ、防水性・透湿性そして柔軟性に優れた革開発が可能。最先端の革特性をゴルフシューズの機能の核とできるのが「ECCO」の何よりの強みなんですよ。



永井に本気で
ECCOを
語らせて!

履いてみて!!
ECCOの
ハイスペック
モデルを!

一般ゴルファー
目線で
知って納得!

長く履き込んで
天然皮革のフィット感を
満喫したい

今企画を編集するにあたり、「ECCO」のハイスペックモデル「BIOM C5」を購入した。履いてみなければわからない、あくまでリアルなゴルファー目線で永井プロの解説を補足するためだ。初見では一体成型たる靴中の馴染み感のよさ、天然皮革の柔らかさを十分に体感できた。雨天でもその履き心地が維持されていて驚き。あくまで個人的だが快適性は群を抜いているのは間違いない。「ECCO」が高級であり、特別である、そんな価値観は実際に履いてプレーすれば誰もが納得できる。長く履き込んで天然皮革のさらなる馴染み感を満喫したい(編集長 G)



BIOM® C5

「あらゆる状況に対応する完璧な機能」を追求したハイスペックモデル。360度 防水&透湿の「GORE-TEX SURROUND®」を搭載し、100%の防水性と360度方向からの通気性が両立されている。

●BOA® / 49500円(税込)、紐 / 42900円(税込)

ゴルフシューズは
グリップ力が肝と言われているけど……
そんな当然のパフォーマンスよりも
こたわるべきは快適性。様々な起伏を歩き、
様々なライからシヨットを重ねるゴルファーの足には
相当な負担がかかっているんです……。

長丁場の戦いだから、
ECCOの快適性が
確実な差を生むんだ!

“接着剤を必要としない”、 独自の一体成型製法が生む 抜群のフィット感。

「ECCO」のゴルフシューズが群を抜いた快適性があるのは、独自の製造技術があるからです。一般的なゴルフシューズ（靴も含め）は、アッパーとソールに接着剤を用いたセメント製法が採用されています。理由は大量生産のコストを抑えるため。接着剤を用いるということは、接合部が平面である必要があります。つまり靴自体の形状が足裏のアーチ型（土踏まず）に対応していません（インソールで補っていますよね）。

ただ「ECCO」は接着剤を必要としない。独自の一体成型製法（フルイドフォーム）にこだわり、アッパーを木型に取り付けたまま、底金型に入れ込んで液状の合成樹脂を流し込んでミッドソールを一体成型しているからです。人間工学に基づいた木型の凹凸は、内側縦、

ゴルフシューズで唯一搭載、 防水素材「GORE-TEX®」

あらゆるアウトドア製品に搭載されている最高峰のGORE-TEX®素材であるが、現在のところゴルフシューズでは「ECCO」のみが使用している。雨天時には不向きとされていた革靴でも、靴中を完璧な状態でドライに保ち続ける。



ECCOゴルフシューズの断面図



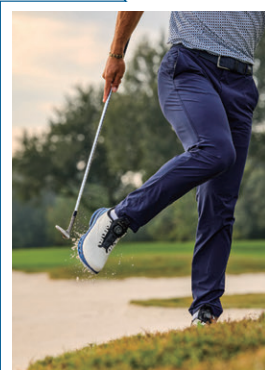
『GORE-TEX SURROUND®』 を搭載して 防水機能が優秀すぎる。



独自の一体成型 製法による アーチ型ミッドソール

接着ではなく、金型への合成樹脂の流し込みで一体成型するため、木型（足裏）の立体感をミッドソールで忠実に成型できる。

「ECCO」の木型は、人間工学に基づいた3本のアーチ構造を形状化し、歩行時の衝撃吸収やバランスの保持、推進力の発生など、バネのような役割で全身をサポートする設計が施されている。



シューズ表面の天然皮革には『ハイドロマックス』という撥水性・通気性を長持ちさせる撥水加工技術が施され、表面と内部で快適さを持続させる。

小指側縦、横と3つのアーチを支え、その形状をそのまま忠実にソールで再現できるため、段違いに優れたフィット感を実現できるというわけです。

また私がいつも感心しているのは、ゴルフシューズで唯一採用されている「GORE-TEX SURROUND®（ゴアテックス サラウンド）」による完璧なまでの防水機能です。防水性だけでなく透湿性に優れるため足中で蒸れない。雨天が多い今シーズン、集中力が途切れることなくパフォーマンスが発揮できるのは嘘偽りなく「ECCO」のおかげです。

『ECCO』が特別である意味がわかった。編集長Gが何気に口ずさんだ本音どおり、読者の皆様にも私が「ECCO」を選ぶ理由、そして皆さんに「ECCO」を履いていただきたい理由を共有できたはず。断言します！ゴルフは長丁場だからこそ、快適性に優れた「ECCO」が絶対有利なんです。

永井花奈

初優勝を挙げた翌年2018年にカバーレーヤーとして登場してくれた永井花奈プロ。
「初優勝は2日間の短縮競技だったので、全日程を戦って完璧な2勝目を挙げたい」と当時掲げていた目標の2勝目を挙げて、8年ぶりにBUZZの顔として登場してくれました。

——2勝目、おめでとうございます。開幕戦2位からスタートし、2位だけでも4試合、トップ10は優勝も含めて10回(8月末)。今季、パフォーマンスの安定感は凄い。

永井 ありがとうございます。今季も2勝目を挙げることを目標にしてスタートしましたが、それを実現させるためには、漠然とそれに向かってプレーしてもダメだなって。しっかりと新たな目標を定めて意識高く毎試合に臨まないとダメだなって思っただけです。

——新たな目標、とは？

永井 全てのスタッツにおいて過去1番を目指すことです。長い間、ツアーを戦っていると、得意分野であるフェアウェイキープ率やショートゲームも、なんとなく安易にプレーしてしまいミスを重ねていた。今年は小さいミスも油断せず、持っているものを全て100%出し切って、私の最高地点を目指そうと掲げました。優勝は時の運、上位で戦えてその確率を上げていけば、いつか巡ってくるものだと思って戦っていましたし、残りシーズンも頑張りたい。

——今季は海外メジャー(AIG全英女子オープン)にも初挑戦しました。

永井 新鮮でしたね。日本ツアーはルーティンワークみたいになっている中で、日本にはないロケーションの難しさを経験し、普段一緒にプレーしない選手たちのパフォーマ

10シーズン目の集大成、
調子がいい今だから
もっともっともっと
頑張らなければならない！

ながいかな

1997年6月16日生まれ

東京都出身、ServiceNow所属

撮影=高橋淳司

協力=箱根湖畔ゴルフコース

TALK vol. 169

K A N A N A G A I

——後半戦、シーズン複数回優勝も期待できますね。
永井 もちろん毎試合、全力で戦って狙っていききたい。ツアーを戦っていれば調子の波は絶対あるものですが、パフォーマンスが下がっても、いち早く修正できているのも充実しているいい点。いい時だからこそ、もっともっともって頑張っていきたい。悪い時に頑張るのは辛いですがからね。キャリア10シーズン目の集大成、良かった時に勝ち切れるように、気を引きしめて後半戦を頑張っていきたいです。



CLUB SETTING PERFORMANCE (キャリア)

1W	220Y (トータル 240Y)
3W	200Y
5W	190Y
3U	180Y
4U	170Y
6I	160Y
7I	150Y
8I	140Y
9I	130Y
PW	115Y
48度	105Y
54度	90Y
60度	75Y



1W: Qi4D LS (テーラーメイド)、**3W&5W**: ELYTE チタニウム (キャロウェイ)、**3U&4U**: RMX DD (ヤマハ)、**アイアン**: P8CB (テーラーメイド)、**48度&54度**: MG5 ウェッジ SB (テーラーメイド)、**60度**: ボーケイ SM10 (タイトリスト)、**ボール**: ProV1x (タイトリスト)



BUZZ GOLF
PRESENT MAIL

BUZZ SHOPPING のインスタグラムを「フォロー & いいね」で

永井花奈プロのサイン入りボールを抽選で
3名様にプレゼント！ ※モデルはタイトリスト「ProV1x」です。



BUZZ SHOPPING
公式インスタグラムで
表紙連動企画実施中！



新作の使用感を
もっと聞かせて！

“ピュア”だけに純粋に振りやすい！

多くのモデルをテストして私
的に初速が一番だったのは
「Q-i4 DLS」でした！

初速が一番でした！

飛ばすなら「ピュアブルー」！

コースがタイトなら安定感を重視した「ウルトラブラック」、総距離が長いタフなコースは飛距離を優先して「ピュアブルー」を、とギアマネジメントするのが私流！

PURE
TALK

VOL.
169

永井花奈

初速 2m/s アップ!

“ピュア”に振るだけで
飛距離アップできた
嘘のような“ピュア”な話。



今季、躍進する永井花奈プロにとって、もう一つの転機はクラブ契約がフリーになったことだ。長い期間をかけてクラブを吟味し、全てのスタツでキャリア最高のパフォーマンスを実現できる、最高のセッティングで今を戦っている。注目したのは新作シャフトの使用感だ。

——2勝目を挙げたミネベアミツミレディス北海道新聞カップでは、ドライバーショットが飛んでいましたね。最終日のアペレージは250ヤードに迫っていました。永井 もともとドライバーショット

トのフェアウェイキープには自信がありますので、クラブを新たに選ぶ際には飛距離性能を追求しました。様々なモデルをテストして「Qi4DLS」(テラーメイド)が初速性能でベスト、シャフトは安定感を優先した「アッタス・ウルトラブラック」(USTマミヤ)を合わせて、今シーズンに臨みました。

——優勝された試合では、ブルーのシャフトを装着していました。

永井 はい、アッタスの新作「ピュアブルー」です。シャフトを替えたら、振る感も変わるものですが、不思議と違和感なくスイングに馴染

んでくれた。ただ驚くべきは初速が2m/sもアップしていた。嘘のようなホントの話、嬉し過ぎて即導入しました。

——ドライバーの世界観が一変しますね。

永井 ちょっと飛ばし屋になれた感じ(笑)。「ピュアブルー」は挙動にクセがなくは純粋に振りやすい。スイングに馴染むからスピードがMAXまで引き出せる感覚。これだけパフォーマンスが変わるのだから、改めてクラブ選びって大切だなんて実感しています。

——現在は「ピュアブルー」と「ウルトラブラック」を併用されている?

永井 はい。開催コースの総距離やロケーション(フェアウェイの広さ)に応じてベストな選択をしています。シャフトの併用作戦は初めてですが、振る感を変えることを必要としないからこそ実践できる。ギアマネジメントとしてはかなり手応えあります。

驚くほどスイングに
馴染むから
全力で振れます!



UST マミヤ史上、最高純度
ATTAS RX PURE BLUE

●49500 円 (税込)

スイング研究家
吉田洋一郎が厳選!

Rising Star Speed Motion

3人目

中野麟太郎

なかのりんたろう、2003年11月11日生まれ、東京都出身、三菱電機所属。※平均飛距離は8月末現在

292.76yard★

明大中野高、早稲田大学を経て、2025年11月にプロ転向。早稲田大学時代には、2023年に日本アマを制し、2025年には世界アマで日本勢最高の7位に入るなど活躍。アマチュア時代に出場したプロの試合でも、東建ホームメイトカップ4位などの実績を残した。プロ転向後もトップ10入りを果たすなど、185センチの長身から放たれる豪快なショットが魅力の注目株だ。

解説文

吉田洋一郎

よしだひろいちろう。欧米の一流コーチ、100名からレッスンメソッドを学び、最先端のスイング理論を研究している日本で唯一のスイングコンサルタント。

フェースの開閉を抑えた 再現性の高いスイング

注目したいのは、中野選手が憧れているというジョン・ラームにも通じるコンパクトなトップだ。トップではシャフトが垂直に近い位置に収まっているが、これはバックスイングで手首や腕を使わず、体の回転によってクラブを上げることで生まれている。また、ストロンググリップでフェースをシャフトに保ったままクラブを上げていることも、腕の運動量を抑え、コンパクトなトップの要因だ。

切り返しでは、左足を力強く踏み込むことで下半身を積極的に使っている。コンパクトなトップは切り返しの間が短く、打ち急ぎやすい一面があるが、左足の踏み込みをきつかけにすることでタイミングを取り





Driving Distance.



参考にしたいタイプのプレーヤーの傾向

オーバースイングになりやすい

ノーコックでクラブを上げることで、手や腕の余計な動きを抑え、コンパクトなトップを作りやすくなる。

打ち急いでしまう

手や腕で上半身に頼って切り返すタイプは、中野選手のような左足を踏み込んで下半身から切り返す動きが参考になる。とくにトップが小さい人は、下半身の使い方や動かすタイミングを参考にしたい。

インパクトゾーンでフェースの開閉が大きい

インパクトで手先を使ってボールを打ちにくいタイプは、フェースの開閉を抑え、体の回転でボールをとらえる動きを取り入れてみてもOK。インパクトでの左手甲の向きに注目すると、フェース面を安定させる感覚をつかみやすくなる。

やすくしている。そこから下半身、胴体、腕、クラブの順に動きを連鎖させ、体の回転でシャットフェースをスクエアに戻すことで、フェースローテーションの少ないインパクトゾーンを作っているのだ。

コンパクトなトップから下半身を使って切り返し、体の回転でボールをとらえるスイングは、フェースの開閉を抑えた再現性の高い動きが、飛距離と方向性を両立させている。

DIXCEL
ADVANCED BRAKE TECHNOLOGY

ブレーキパッド **M** タイプ

約 1,000km 走行時比較

ホイール汚れの違いがはっきりとわかります。

DIXCEL ブレーキパッド Mタイプ



純正ノーマルブレーキパッド



制動力が**高い**。
汚れが**少ない**。

- ✓ ホイールの汚れを大幅軽減
- ✓ 少ない汚れでも高い制動力を維持
- ✓ 洗車回数を減らし環境にも優しい
- ✓ ディスクローターの交換回数も軽減
- ✓ 48カーメーカー 1,400車種をカバー



DIXCEL ブレーキパッド Mタイプ

日本車 / 13,640円～ 輸入車 / 19,910円～

※ 2輪分の税込価格です。別途工賃が必要です。
※ 取換作業は購入店舗にご相談ください。

お求めはお近くの
有名カー用品店へ

特設サイト



資料請求



今、ヨネックスのアイアンがバズっている!!

YONEX IRONS
ONLY ONE
TECHNOLOGY



G-BRID

フェース裏内部にグラファイト制振材を複合する独自のG-BRID構造は、振動を抑えながら低重心化を可能にする。従来軟鉄を凌ぐ好打感を生む。



マイクロコンベックス フォージドフェース

溝と溝との間に精密鍛造製法を駆使して25μm (0.025mm) 以下の微細凸ラインを入れたフェース。ドライ・ウェット時の影響を抑え、スピンを安定させる。

今号は宮里優作や竹安俊也が愛用する「EZONE CB302」(6本セット)を1名様にプレゼント。ラッキーな当選者は、ツアー選手たちが厳選するその性能の価値を感じていただけるだろう。

選手たちが評価する性能の核を担うのが、独自の「G-BRID」構造。グラファイト(カーボン)を効果的に複合することで、軟鉄を凌ぐ好打感、そしてモデル毎に狙った重心設計を可能にしている。

クラブの性能を推し量る、一つの材料として「ツアー使用率」がある。使用率の先にあるさらなる真価、それは契約外選手の使用状況だ。昨今のツアーはクラブ契約がフリーの選手が多く、メーカーの枠に縛られず自分のプレーに本当に貢献するクラブを選手が吟味しているからこそ、そこに価値がある。今、日本男子ツアーにおいてバズっているのが「ヨネックス」、アイアンの評価が高い。



BUZZ GOLF
PRESENT MAIL

EZONE CB302 フォージドアイアンを 1名様にプレゼント!

※#5～P ※6本セット、シャフトは REXIS SteelCore Type-H 110 を装着。
※REXIS SteelCore Type-H 110 の重量は 105g、元調子のセミアスリート向け。

応募
概要

ご応募は BUZZ GOLF WEB
読者プレゼントフォームから

buzzgolf.jp



[応募〆切]
9/29 (火)

※当選者は BUZZ GOLF 11月号で発表します。

※当日着まで有効

日本男子ツアー使用者

※2026年8月現在 (BUZZGOLF調べ)

池田勇太 / CB702 #4、CB501 #5～AW
嘉数光倫 / MB501 #5～PW
小斉平優和 / CB501 #4～PW
鈴木海斗 / CB302 #5～PW
竹安俊也 / CB302 #6～PW
玉城海伍 / CB301 #4～PW
銅谷太一 / CB702 #4、#5、CB302 #5～PW
服部雅也 / CB302 #4～PW
宮里優作 / CB302 #4～AW
阿部裕樹 / CB302 #7～9
木下裕太 / CB301 #4～PW
甲斐慎太郎 / CB302 #6～PW
G. ゴッドフリー / MB301 #4～PW
岡部雄斗 / CB302 #5～PW
小平智 / CB702 #4
下家秀琉 / CB702 #4
藤本佳則 / CB702 #4

アイアンの
詳細はこちら



打感と操作性を
極めた
マッスルバック
MB301



マッスルと
キャビティの
操作性と寛容性
CB302



ツアープロが
認める
次世代軟鉄打感
CB501



操作性と寛容性の
ミッドサイズ
軟鉄鍛造
CB511



トップアスリートも
納得の
安定感・打感
CB702



ソフトな打球感と
寛容性に
飛距離をプラス
CB901



メジャーリーグでも投打2刀流で活躍を続ける 大谷翔平選手も実践したことでも知られ、 多くのトップアスリートが取り入れている原田メソッド。

⑧ 体のケア	① サプリメントをのむ	② FSQ90kg	③ インステップ改善	④ 体幹強化	⑤ 軸をぶらさない	⑥ 角度をつける	⑦ ①からボールをたたく	⑧ リストの強化
⑦ 柔軟性	⑥ 体づくり	③ RSQ130kg	④ リリースポイントの安定	① コントロール	⑤ 不安をなくす	⑦ 力まない	② キレ	③ 下半身主導
⑥ スタミナ	⑤ 可動域	④ 食事夜7杯朝3杯	③ 下肢の強化	④ 体を開かない	⑤ メンタルコントロールをする	⑥ ボールを前でリリース	⑤ 回転数アップ	④ 可動域
⑧ はっきりとした目標・目的を持つ	① 一喜一憂しない	② 頭は冷静に心は熱く	⑥ 体づくり	① コントロール	② キレ	⑧ 軸でまわる	① 下肢の強化	② 体重増加
⑦ ピンチに強い	⑦ メンタル	③ 雰囲気になれない	⑦ メンタル	① ドラ18球団	③ スピード160km/h	⑦ 体幹強化	③ スピード160km/h	③ 肩周りの強化
⑥ 波をつくらない	⑤ 勝利への執念	④ 仲間を思いやる心	⑥ 人間性	⑤ 運	④ 変化球	⑥ 可動域	⑤ ライナーキャッチボール	④ ピッチングを増やす
⑧ 感性	① 愛される人間	② 計画性	⑧ あいさつ	① ゴミ拾い	② 部屋そうじ	⑧ カウントボールを増やす	① フォーク完成	② スライダーのキレ
⑦ 思いやり	⑥ 人間性	③ 感謝	⑦ 道具を大切に扱う	⑤ 運	③ 審判さんへの態度	⑦ 遅く落差のあるカーブ	④ 変化球	③ 左打者への決め球
⑥ 礼儀	⑤ 信頼される人間	④ 継続力	⑥ プラス思考	⑤ 応援される人になる	④ 本を読む	⑥ ストレートと同じフォームで投げる	⑤ ストライクからボールに投げるコントロール	④ 奥行きをイメージ

原田隆史氏による プロアスリート向け メンタルトレーニング講座

Presented by ライジングレディース心斎橋ゴルフスタジオ



原田 隆史

HARADA Takashi

「優れた人格・人間力を土台に目標達成できる人を育てる」人材育成と目標達成の手法です。
精神論に頼らず、心理学・メンタルトレーニング・マインドフルネスといった科学的なアプローチで
「目的・目標の明確化」や「行動の習慣化」を標準化・体系化しています。
独自のワークシートを用いて内面と行動を可視化し、整理することで、
「誰もが目標達成できるようになる」という再現性のある技術として
落とし込まれていることが大きな特徴です。

今回は原田メソッド考案者の原田隆史氏を講師としてお招きし、

**女子プロゴルファーが目標を達成するための
メンタルトレーニングについてのセミナーを開催いたします。**

受講料

無料

定員

100名

●日時
2027年 **1月21日(木)**

●会場
シーガイアコンベンションセンター
宮崎県宮崎市山崎町浜山 フェニックス・シーガイア・リゾート 内

●スケジュール
10:15 開場、受付開始
11:00 セミナー午前の部 開講
13:00 休憩
14:00 セミナー午後の部 開講
17:00 終了

●参加資格
・JLPGA 会員
・2026年度 JLPGA プロテスト受験者

講座内容

- 1 メンタルトレーニングとは。
- 2 メンタルトレーニングの8スキル
- 3 心理的アセスメントの検証(受講者は事前に実施)
- 4 目的・目標設定
- 5 回避目標設定
- 6 現状分析
- 7 立ちちはだかる課題の解決
- 8 オープンウィンドウ64による行動づくり
- 9 日誌によるセルフマネジメント
- 10 これから実行する、マイメンタルトレーニングスキル
- 11 まとめ

本件に関するお問い合わせは
下記の窓口までご連絡をお願いいたします。

ゴルフタイランド シェアテック株式会社

☎ 06-6654-4800 (平日 11:00~16:00)

受講のお申し込みは ▶



Profile

大阪市生まれ。奈良教育大学卒業後、大阪市内の公立中学校に20年間勤務。保健体育指導、生徒指導に注力し、問題を抱える教育現場を次々と立て直し、「生活指導の神様」と呼ばれる。

独自の育成手法「原田メソッド」により、勤務3校目の陸上競技部を7年間で13回の日本一に導く。「原田メソッド」に多くの企業経営者が注目し、野村證券、麒麟ビール、三菱UFJ信託銀行、神戸マツダ、住友生命保険、ユニクロ、アステラス製薬、カネボウ化粧品、武田薬品工業などの人材育成研修を担当。これまでに約600社、15万人以上のビジネスマンを指導している。

また、スポーツ分野においても、Jリーグクラブ、プロバスケットボールチーム、ラグビートップチーム、オリンピック選手、世界レベルのアスリートへのメンタルトレーニング・人材育成指導を実施。浦和レッズ、滋賀レイクスターズ(現・滋賀レイクス)、サントリーラグビー部、ヤマハ発動機ラグビー部をはじめ、競歩日本代表の山西利和選手、全国大会優勝校である福井商業高校チアリーダー部JETS、プロゴルファーや柔道トップアスリートなどの育成にも携わる。

1 人1台、距離計を持つのが当たり前の時代だからこそ、信頼の1台を持つておきたいものだ。今回、ご紹介するのはレーザー距離計、「Mileseeey（マイルシー）」。

ハイテク産業の聖地・中国の深圳で2009年に設立し、最先端の測距技術を駆使した測定機器メーカーの新鋭だ。2025年に日本に上陸、最先端フラッグシップモデルの「GenePro（ジエネプロ）S1」をゴルフアにアピールする。このモデルが凄いのは世界初のAI技術を搭載していること。レンズの露出自動補正や、雨や霧の悪天候下でも環境を自動検知して目標物を捉えてくれる「スマートフ

ルタリング™」、気温・湿度・標高など環境要素で最適補正距離を測定できる「スマートスロープ™」などを、まさにプロユース仕様の最強機能を搭載する。グリーン上においても「ピンポイントグリーン™」を駆使すれば最大±1インチの高精度の測定が可能だ。

今号では「GenePro S1」（14万円相当）を2名様にプレゼント。環境を選ばずプレーを楽しむ、戦う競技系にご応募いただきたい。

Mileseeey GenePro S1

- 世界初のAI技術を搭載したゴルフレーザー距離計
- PinPoint Green™ (特許技術)
- 2点測定→3点間測定
- 690ヤードピンロック機能 (測定精度±1ヤード)
- 赤色 / 黒色ディスプレイ表示 (自動切り替え)
- 実視界7.9° / 望遠倍率7.5倍
- IP65防水性能
- スロープON/OFF機能

世界初AI技術搭載の レーザー距離計で勝負。



BUZZ GOLF
PRESENT MAIL

「GenePro S1」を 2名様にプレゼント!

応募
概要

【応募〆切】9/29 (火)

※当日着まで有効

ご応募はBUZZ GOLF WEB
読者プレゼントフォームから

buzzgolf.jp



※当選者はBUZZ GOLF11月号で発表します。

2025年度優勝者
仲宗根 澄香

10th
ANNIVERSARY

JLPGA ステップ・アップ・ツアー 第10回記念大会 ECCレディスゴルフトーナメント

2026

予選ラウンド

決勝ラウンド

会場

北六甲カントリー倶楽部 東コース

10/14^水・15^木・16^金

賞金総額

¥30,000,000

優勝賞金

¥5,400,000

大会公式
ホームページ



テレビ放送(生中継)・インターネットLIVE配信

■CS放送「スカイA」(予定)…予選:10/15(水)、10/16(木) 8:00~11:15/12:30~17:00 決勝:10/17(金) 8:00~11:00/12:00~16:00
■インターネットLIVE配信(予定)…大会公式ホームページよりご覧いただけます。

お問い合わせ

■ECCレディスゴルフトーナメント大会事務局 …… 03-3469-5937
■大会公式ホームページ …… <https://www.ecc.co.jp/ELGT/>

前売券・当日券

第10回記念価格

¥1,000 (税込)

チケットぴあにて9/1(日)より発売開始

チケットの詳細については、大会公式ホームページにてご確認ください。

※前売券・当日券ともに高校生以下は無料(中学生以下は保護者同伴)

前売券の「先行購入者特典*」として、
各日200名さまに
大会オリジナル記念キャップ
をプレゼントいたします!

*特典は、チケットに記載のE1番からE200番の番号が記された本券をお持ちの方が対象となります。先行購入者特典はギャラリープラザ「ECCコーナー」にてお受け取りください。



50 First Principles 最新ゴルフ道具クラブを活かす 「原理原則」

教えます!

4 COVER PLAYERの本気 永井に本気で ECCO【エコー】を 語らせて!

8 BUZZ TALK / 永井花奈

10 アッスピュアブルーで
初速2m/sアップ!

12 SPEED MOTION
中野麟太郎

15 プレゼント!
ツアーで人気の
ヨネックスアイアン

17 プレゼント!
世界初AI搭載
レーザー距離計

25 NEW SRIXON REPORT
ロケット級と噂の
加速力と直進性は本当か?

30 鍛造アイアンを愛する
上級者のためのユーティリティ

33 Alpen OSAKA
大阪・梅田にオープン!

37 日本一クラブを売るカリスマが
オノフを推す理由とは

38 アミノ酸マネジメントのススメ

40 今季ツアー復帰の川満陽香理が
話題の「ホワイト」の飛びを体感

45 クラブエンジニアが驚愕する
ワンサイダー DFの独自設計

48 シミュレーションゴルフ、
プロジェクターは「BenQ」一択

60 食トレで変わるその1打

61 短期連載・吉田直樹の
ゴルフ下手にはワケがある

64 編集部からの
必要買いの提案

65 BUZZ info

66 次号予告 & 最後の一滴

MONTHLY
Buzz
GOLF



2026
October
Vol.169

Cover
永井花奈
写真=高橋淳司

10



Amazon
Kindle



楽天
kobo

**BUZZ GOLFは
電子書籍でも無料発信中!**

もうすぐ創刊15周年、15年もやっていれば...

校了間際にPRGRさんから優勝祝いの写真が届きました。



15年もやっていれば、多くの選手たちを新人時代から撮影していることになる。表紙の永井花奈プロは8年ぶりの表紙出演、初優勝当時のエピソードの振り返りが懐かしい。そして永峰咲希プロ(次号掲載ネタ)、今季地元宮崎で4勝目を挙げた。撮影中、「大人っぽくなりましたね」→「31歳らしくなりましたか」→「新人から撮影させていただいていますから」→「確かに(笑)」と、新人から変わらない現場対応の良さに嬉しさを感じる。そして校了間際に辻梨恵プロのステップアップツアー初優勝のニュースが無い込んできた。長年、選手サポートをするPRGRさんから優勝カップ写真が届く。ちなみに辻プロにはプロテスト合格前から表紙に登場いただいている。素晴らしい人格者だけにPRGRさん同様、BUZZも嬉しい。

さて8年ぶりの永井プロの表紙出演を記念して、彼女を新人からサポートする「ECCO」から1名様に読者プレゼント。本革シューズの履き心地の良さは、長く履き込めばさらに足に馴染んでくる。

永井プロも愛用する
「STREET 720」
(メンズ・39600円)を
1名様にプレゼント。

※カラーはホワイト、ブラック、グラベルから希望を明記
※希望サイズを明記。



ご応募は
buzzgolf.jp

提供=(株)大沢商会





～ROAD TO WCGC～

第10回 BUZZ GOLF 全日本企業対抗ゴルフトーナメント

GPS GOLF NAVI & RECORDER

EAGLE VISION



EAGLE VISION CUP 2026

ダブルススクランブル

誰もが
誰にも
軽に
真剣に。

2025年
優勝
チーム

2025年
2位チーム

2025年
3位チーム

参加資格は
同じ会社の仲のいい
2人のゴルファー！
以上！

優勝ペアは
日本代表として

WORLD
CORPORATE
GOLF CHALLENGE



Challenge the
World!

2027年に海の向こうで行われる
ワールドコーポレートゴルフチャレンジ

WCGC 2027

ワールドファイナルにご招待！

目指せ
世界No.1





本大会は、

EAGLE VISION
NEXT G

をご利用いただけます。
(大会当日貸出)

予選大会

11/3(火・祝)	九州予選	小倉カンツリー倶楽部(福岡)
11/3(火・祝)	関東A予選	鳩山カントリークラブ(埼玉)
11/14(土)	関東A予選	小野グランドカントリークラブ(NEW)(兵庫)
11/14(土)	関東B予選	イーストウッドカントリークラブ(栃木)
11/21(土)	関西B予選	KOMAカントリークラブ(南)(奈良)
11/21(土)	関西C予選	瀬田ゴルフコース(西)(滋賀)
11/28(土)	関西D予選	大甲賀カントリークラブ(志摩⇒鈴鹿)(滋賀)
11/29(日)	関東C予選	千葉よみうりカントリークラブ(千葉)
12/5(土)	関東E予選	日野ゴルフ倶楽部クインコース(滋賀)
12/5(土)	中部予選	朝霧カントリークラブ(静岡)
12/12(土)	関西F予選	パインレークゴルフクラブ(兵庫)
12/12(土)	関東D予選	鶴舞カントリー倶楽部(西)(千葉)
12/19(土)	関東E予選	取手国際ゴルフ倶楽部(東)(茨城)
12/19(土)	関東F予選	南総カントリークラブ(西)(千葉)

全国決勝大会(72チーム出場予定)

貸切開催
予定!

2027年 1/23(土)

東名古屋
カントリー
クラブ 東コース
(愛知)



東名古屋カントリークラブ

絶賛エントリー受付中!

各地区予選大会コースは人気コース、名門コースで開催!!
全国決勝大会を目指して、まずは予選大会にエントリーを!
「企業対抗2026ダブルスクランブル」で検索ください。

エントリーはこちら/



2025年10月に中国・上海で開催されたワールドコーポレートゴルフチャレンジ世界大会の様子



大会動画は
こちら



2026年10月には中国・北京にて世界大会(ワールドファイナル)の開催が予定されています。WCGC2027世界大会(ワールドファイナル)の開催地は未定です。

大会運営事務局 株式会社スコアネット TEL/03-4588-6301(平日10:00~18:00※土・日・祝日を除く) E-mail/jimukyoku@kigyo-golf.com

※大会開催中は金曜など担当者不在の場合がございます。その場合、メール連絡もしくは電話対応者にご伝言をお願い致します。

“黒”愛好家へ。

今春、「MODUS³」の限定モデルで発売した「LUXURY BLACK」はおかげさまで凄まじい反響を得ることができました。

スチールシャフトは鉄色（シルバー）、

そんな決まりきった道具観への常識を総合シャフトメーカーである私たち自身で覆すことができたようでメーカー冥利に尽きます。

ただその反響の中には「105」、「120」に続く

追加ラインナップを待望する声がありにも多かった。

その声にいち早く応えるためにも品質と環境配慮を

両立させながら駒ヶ根工場の生産体制を強化。

ようやく「MODUS³」シリーズ全てのモデルで

「LUXURY BLACK」を製品化し、今秋に発売します。

道具を愛し“黒”を愛する皆さん、美しい艶消しブラックと

エースアイアンのコードを思う存分に愉しんで。





||||| **N.S.PRO** |||||
MODUS³

LUXURY BLACK

COMPLETE LINEUP

 **NIPPON SHAFT**
nipponshaft.co.jp

PAYNTR 
GOLF



Min Woo Lee

BUILT FOR MIN WOO LEE. ENGINEERED TO PERFORM.

CHEF RX RS

Coming Soon



日本総販売元

ASAHI GOLF CO.,LTD. /078-793-8440 @payntrgolf_jp



| payntrgolf.jp



NEW SRIXON REPORT

今度の「スリクソン」は
日本とアメリカの開発メンバーが
技術を結集して取り組んだ力作だという。
ドライバーに冠する名は「RKT(ロケット)」。
まさにロケット級と噂の加速力、
直進性は本当か？
新作に即スイッチし、
優勝を挙げたプレーヤーに話を聞く。

撮影=高橋淳司
取材協力=米原ゴルフ倶楽部

ロケット級と噂の
加速力と直進性は
本当か？



高初速性能は本物！
余計なスピンの抑えられ
直進性も明らかに強い！

レポートに関係ないが岡田プロ
は高知県出身だ。編集者との同郷
のよしみもあり、あくまでゴルフ
アー同士のリアルな会話で、新作
「RKT（ロケット）」について聞いて
みた。

——新作にスイッチして、すぐ北
陸オープンで優勝。いい感じに馴染
んでいるのが伺えますね。

岡田 6月末にテストセンターで
試し、迷いなく即スイッチ。初速
は平均で0.5m/sアップし、スピン
も約300回転は抑えられたこと
で、飛距離と安定性が純粹にクラ
ブでアップしました。契約選手の
全員が新作「RKT」のポテンシヤ
ルをリアルに体感していますね。

——実戦でどう生きましたか？

岡田 安定感の良さに尽きますね。
僕はフェードヒッターで弾道を操
作していくタイプですが、もちろ
んいつも万全ではない。フェード
だけにスピンが過多（3000回
転超）になって右サイドへ吹けて
しまうミスが課題だった。それが
新作で改善され、曲がり幅が抑制
（約2800回転）されたことが、
フェアウェイを捉えていける確率
向上に直結しました。言葉にする
と簡単ですが、僕ら選手たちにと
っては素晴らしい進化。

NEW
SRIXON
REPORT
ロケット級と噂の
加速力と直進性は
本当か？

解説／
大学時代からスリクソン一筋！
岡田晃平プロ

おかだこうへい、2002年2月18
日生まれ、高知県出身、フリー。



「スリクソン」の
インプレッションを担当するのは、
レギュラーツアーで活躍する
岡田晃平プロ。
現在彼以上に新作の進化の
恩恵を語れる識者はいない。

従来までの 進化の想像を 遥かに超えてきた。

フェースにコントラスト
がデザインされて、セッ
トアップしやすくなった
のも好印象（岡田プロ）





日本ツアーを戦っていると、明らかにドローボールが有利なホールが多数あり、ロングヒッターこそドッグレッグを克服する弾道操作技術が求められています。僕にとって「RKT LS」はスピン量が安定するため要所での弾道操作もしやすい。飛距離のアドバンテージで有利にゲームを展開できます。(岡田プロ)

——300ヤードヒッターにとつて、ドライバの安定こそがアドバンテージにもなるし、不安定になれば弱点にもなる……。

岡田 全くその通り。新作「RKT」にスイッチしたおかげで、フェアウェイキープ率を約10%アップできる手応えがあり、その差はとてつもなく大きい。自ずと平均飛距離も上がっていくと確信しています。

——ドライバ市場は海外ブランドが強い。メーカーはゴルフアたちに新作「RKT」を打ってもらうのが大事なテーマの一つ。

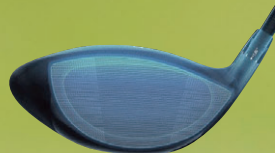
岡田 学生時代からスリクソンを



第3エンジン

REBOUND FRAME

軟-剛-軟-剛の4層構造で、フェースとボディの大きなたわみを生み出し、他の2つのエンジンと共鳴させて、高初速を生み出す。



第2エンジン

VARIABLE ROLL DESIGN

フェース上部のフェースアングルとロフトをフローさせることで、フェース上部でのショットの方向安定性を向上させる。



第1エンジン

VR-チタン+i-FLEX

XXIO14で新採用された高強度素材「VR-チタン」と、素材のポテンシャルをフルに発揮するi-FLEX設計を駆使したフェース肉厚設計が施されている。

使用し続けている僕の印象ですが、これまで堅実な進化を歩んできたのが「スリクソン」。ただ新作「RKT」は、私の印象を遥かに超えた進化を感じる。海外ブランドも飛ぶかもしれませんが、全く負けないし、それ以上もあるのは……。競合(強豪)のライバルになれる、強烈な手応えを「RKT」から感じています。

新作RKT (ロケット) ドライバーの「RKT FACE」は3つのエンジンを搭載!

COLUMN

新作「RKT」は有効打点エリアが広がった

新作「RKT」は、ディープフェース(厚みを増した)を採用したことで、相対的に低めの重心位置となり、低スピン化を実現するとともにフェース上部での有効打点エリアを拡大した。とことん弾道ロスを生まない設計になっている。



オールラウンドモデル
ZXi RKT



低スピンで強弾道
ZXi RKT LS



小ぶりで操作性重視
ZXi RKT TR



最大MOIの直進性
ZXi RKT MAX

4機種ある「RKT」シリーズ、モデル選びのコツは?

僕の場合、得意な弾道をさらにアップデートできる「TR」もよかったですが、明確な課題をうまく克服できる低スピンモデルが「LS」であり、より実戦で活けると判断しました。4機種で確実に対象プレイヤーも違うので、ベストなモデルは容易に見つかるはず(岡田プロ)

オールマイティに
活躍が期待できる
「RKT」の汎用性

——以前までウッドは3Wまでセ
ットし、以降はロングアイアンで
カバーしていたけど、5Wをセッ
ティングした？

岡田 「RKT」のフェアウェイウ
ッドは優秀です。3Wはより弾道
に直進性が増し、5Wはより安定
性と精度が増した。飛距離も十分
この攻撃的な機能をセッとし
手はありません。

——レギュラーツアーの選手にと
っても、ボールが楽に上がる
という機能は必要？

岡田 クラブ選びの最低条件です

ね。ドライバーでも話しましたが、

フェードヒッターでありながら要
所でドロボーボールが要求されるケ
ースが多い。弾道を操作するとい
うことは、スピンの大小コントロ
ールが必要となり、それをベース
として付与できるフェアウェイウ
ッドは不可欠。グリーン上でボー
ルを止めてバーディを獲得するた
めにも、「RKT」の高さは有効的。
アマチュアゴルファーにも使
える？

岡田 ヘッドの完成度が高く、ま
たウエイトチューニングも可能で
汎用性も高い。ベストなシャフト
をセッティングできれば、文句な
しの活躍が期待できます。

NEW
SRIXON
REPORT

ロケット級と噂の
加速力と直進性は
本当か？

COLUMN

3 フェアウェイウッドにも

ドライバー同様に「RKT FACE」を搭載することでグリーンを狙える高い弾道を実現しやすくしている。トップラインもまっすぐ構えやすい形状にされている。

より攻撃的な
進化を遂げた
フェアウェイウッド。



スリクソン契約選手たちが使用するツアーキャディバッグのレプリカモデル (GGC-S213L) をプレゼント。9.5型、スタンド式、39600円(税込)だ。

商品提供=ダンロップスポーツマーケティング



BUZZ GOLF
PRESENT MAIL

「スリクソン」を愛する
ゴルファーのために
ツアーキャディバッグを
1名様にプレゼント!



BUZZ GOLF
WEBから
ご応募ください

選手たちが満場一致で
最高だと認める性能

「スリクソン」のアイアン、
「ZXi7」「ZXi5」は日本の市場
で不動の人気を誇っていますよね。

岡田 前作「7」の進化が画期的で
した。今では後を追うように様々
なメーカーが採用し始めている
「S15C」(軟鉄素材)をいち早く採
用し、打感が軟らかく進化したこ
とで操作性が増した。男子ツアー
ではロングアイアンにコンボする
ことが多い「5」のバランスも秀逸。
申し分がないのが「スリクソン」ア
イアンですね。

新作の打ち応えはいかがです
か?

岡田 ツアーでは早くから様々な

プロトタイプのテストをしていま
した。選手たちが満場一致で最高
と称したプロトが製品化されてい
るだけに、完璧。より打感が軟らか
くなり、フェースにボールが乗っ
ている感覚が手に伝わってくる
素晴らしいアイアンだと、僕だけ
じゃなく全ての契約選手たちは感
じている。きっと、人気の前作を使
っているアマチュアゴルファーの
皆さんも、そう感じるはずですよ。

素晴らしい信頼ですね。

岡田 あくまで個人的な意見です
が、世界一存在だと断言でき
ますね。



スリクソンアイアンは
「世界一」だと
断言できる。



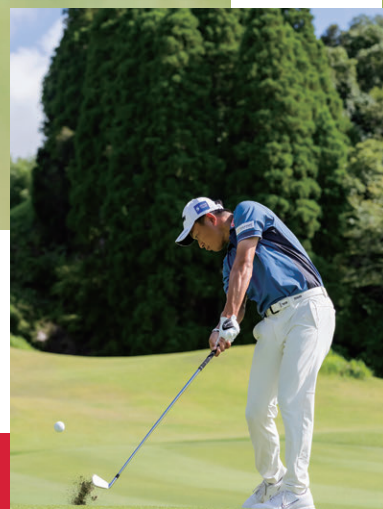
スリクソン史上
最高の打感
ZXi7



操作性と寛容性の
高次元融合
ZXi5



最高の寛容性と
スタイリッシュさ
ZXiR



鍛造アイアンを愛する 上級者にとって極上のユーティリティ。

クラブ開発において一人のターゲットプレーヤーを置いて
パフォーマンスを追求するのがフォーティーン。今作のターゲットは
エースアイアンにこだわりを持って鍛造アイアンをセッティングする“あなた”だ。

撮影=高橋淳司

様々なライに対応するラウンドソールを採用。フェースにはスピンのパラツキを生まないレーザーミリングが施されている。



デリケートなユーティリティ選びのベストな答え
ウッドとアイアンを融合させたクラブがユーティリティ、一般的に多くのゴルフアークが採用しているのはウッド型のユーティリティウッドだ。凄く優秀なクラブだが、じつは上級者にとってはモデル選がデリケート。女子ツアーでもユーティリティだけは、10年選手の愛機を替えられない選手も珍しくない。

可変肉厚加工が施されたハイマレージングフェースで高初速が追求されているが、打感・打球音はマイルドにヘッド内部で細やかに調整されている。



UX-003

FOURTEEN FT-80u

ターゲットを想定し、自社でシャフトを設計できるのもフォーティーンの強み。新たに「FT-80u」を用意してセミアスリートのニーズに応える。

「ショートウッドにもありがちですが、ユーティリティウッドはボールの上げやすさという優秀な機能が、インパクトが安定する上級者には、つかまりすぎ、上がりすぎと機能を持て余してしまします。例に挙げると、とくに鍛造アイアンを選ばれるゴルフアークは、操作性を優先したい。上級者にとって理想のユーティリティウッドを指しました」。

新作「UX・003」の企画を担当したスクラッチプレーヤーの池田純さん、長年の競技人生で上級者

たちのニーズを熟知しているからこそ、フォーティーンで理想のユーティリティウッドを完成させたかった。ウッド形状であるならボールの上がりやすさは担保できる。だからこそ妥協なくこだわったのは形状、打球音だ。

「UX・003」は一般的なユーティリティウッドに比べて小ぶり、操作性をイメージできる。重心距離、重心深度とともにヘッド挙動にもたつきがない。打音もマイルド、鍛造アイアンの操作感・打ち応えとギャップを生まない。

「とくにこだわったのは7h(31度)の仕上がり。ロフト角が増えれば構えにくさに繋がるウッド形状の弱点を克服すること」というとおり、ハイロフトでも一貫したセットアップのしやすさがあり、キャリアの長い熟練者にとって、ミドルアイアン番手になるエースとしてセッティングできる。

「これまでロングアイアンの代わりに重宝されてきたユーティリティウッドですが、アイアンのストロキングロフト化を辿った現在では、ミドルアイアンの代わりとしての役割を担うようになった。『UX・003』なら上級者のニーズに応えられると思います」。

価値がわかる上級者たちにはわかる、「UX・003」はいいユーティリティウッドだ。

クラブでゴルフが変わる——。
その事実を一番わかっているゴルファーに
このユーティリティの存在は必要だ。

重心高さ 20.3mm

しっかりボールを捉えていける
ゴルファーに、最適なスピン
量で飛距離ロスを生まない。

重心距離 35.5mm

鍛造アイアンとのギャップを
生まない操作性。フォーティ
ーンユーザーでは「TB-7」、
「TB-5」愛用者が馴染む。

重心深度 24.7mm

ストレスなく中高弾道を放っ
ていける“やさしさ”を感じさ
せる。

※重心データは24度の測定値

アイアンのように打てる
“新感覚ユーティリティ”

UX-003

●55000円(税込)

FOURTEEN

3H



4H



5H



6H



7H



ハイロフトに至るま
で、一貫した構えや
すさを追求したシ
ャープな形状。

- おかげさまで5周年 -

5th 楽天ゴルフスコア管理アプリ



ゴルファーが抱えるスイングの課題を、楽天がAIテクノロジーで解決。

何をすれば上達するのかが分からず、練習の手応えを感じられないまま、ただ時間だけが過ぎていく…。

そんなもどかしさを、多くのゴルファーが抱えています。

「楽天ゴルフスコア管理アプリ」なら、AIを使って課題を明確化。

過去の自分と比較しながら、スイングの上達を実感できます。

無料機能



無料版では一部機能に制限がございます。

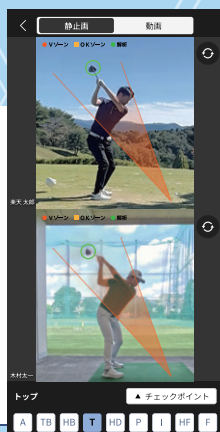
NEW スイング軌道を確認

バック・ダウンのスイング軌道を詳細確認でき、ミス原因の特定に役立つ！



お手本や過去の自分と今のあなたの腕をAIが比較分析

過去の自分との比較で成長を可視化できる！



まずはアプリをダウンロード！

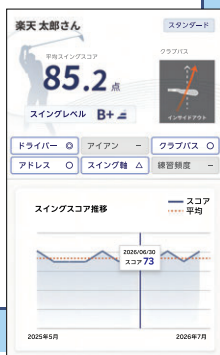


自分の動画を基にスイング動作のチェックポイントにおける「良し悪し」がわかる

姿勢やゴルフクラブの位置を検知。理想的なスイングに近づくための改善点ができる！

NEW

解析履歴からカルテが作成され、課題に合わせたレッスンができる



スイングを数値で総合評価

改善の目標値としてスコアを活用。全体的なバランスを確認できる！



有料機能

ホンキでスコアを伸ばしたいなら！

NEW レッスンプロによる動画視聴で「脱・自己流」を！

有料プランなら、内藤雄士レッスンプロのワンポイントアドバイス動画が視聴可能です！

NEW 解析の難易度設定

有料プランなら、精緻でハイレベルな解析を提供！

- ✓ ビギナー 無料
- ✓ スタンダード 有料
- ✓ プロ 有料

AI解析回数

無料プラン
初月(翌月以降)
5回(2回)

有料プラン
月100回

アプリ利用料金

720円/月

または

年間2ヶ月分オトクな
7,200円/年プランも！

初回2週間
無料トライアルOK※

※ 有料プランは、端末のサブスクリプション設定からいつでもキャンセルできます。キャンセルしない場合プランは自動更新され、2週間後から費用が発生します。

Rakuten GORA

楽天 ゴルフアプリ

検索

gora.golf.rakuten.co.jp



海外の富豪に圧倒的な支持を誇るHONMAのフラッグシップモデル「BERES」の頂上に君臨するのが「富士99」。



世界で20セット!

「HONMA富士99」の価格はなんと…。

Report

Alpen OSAKA

大阪・梅田でオープン!

ここで、車や時計などと同じように価値・価格は跳ね上がる。
「HONMA『富士99』。日本未発売であり、世界で20セット限定の1セットが、大阪にあるんです!」
そう興奮気味に接客してくれたのは、BUZZでも何度も登場してくれたことがあるゴルフ5の大平譲さん。自称「世界で一番ゴルフク

「ゴルフボールを気持ちよく打つ、ゴルフボールを爽快地に飛ばす。そんなゴルフクラブの至極真つ当な役目を、大きく超越する世界観が『希少価値』だ。もともと高価である嗜好品のゴルフクラブだが、それが数点しか製造されていない限定品であったり、あるいは稀有な素材や仕上げが施される

「この超絶希少価値のあるクラブをご覧いただける(もちろんご購入いただける)のが「Alpen OSAKA」。「ゴルフ5最大級、つまり日本屈指の品揃えを誇るだけに、ぜひ足を運んでいただきたい!」。

「HONMAの超高級モデルの証であるFIVE STARであることはもちろん、日本の象徴である富士山を会津時絵で施した逸品。酒田の匠(クラブ職人)と伝統工芸の匠の技が融合したHONMAにしか出せない至高の世界観が「富士99」なのです。
価格はなんと2千2百万円(税込)、撮影だからといって安易に触ることは許されない。

クラブを売る、いわばカリスマであり、8月7日にグランドオープンした「Alpen OSAKA(アルペン大阪)」のゴルフフロアでその手腕を振るっている。

「目の保養として、ご覧いただくだけでも価値があるのは間違いありません!」と、「Alpen OSAKA」の大平譲さん。



AREA

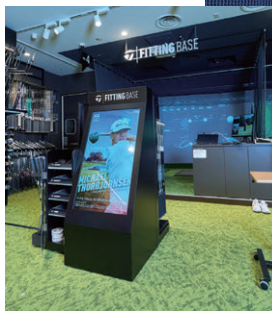


ゴルフ5独自の新たな
シャフトフィッティング
システム



「Mトレーサー」を駆使して、「ナチュラルリリースタイミング」、「ナチュラルアンコック」の2つを測定することで、4つのカテゴリに区分けされたシャフト特性から、ベストなモデルを提案できるゴルフ5独自のフィッティングシステム。

テラーメイド
フィッティングベース



「TaylorMade Fitting Lab Tokyo」で展開されている独自フィッティングメソッドを「Alpen OSAKA」で受けられる。「Quad MAX」を駆使して最適なヘッド、シャフト、細部までのベストスペックを導く。

SAM PuttLab

パッティングに重要なフェース角、ローテーション、インパクトポイント、アタックアングル、テンポなど50以上の項目を計測できる「サムパットラボ」を設置。完璧なバターフィッティングを展開している。



前傾角度によって
ライ角は
変わってくる！



直営店外で 日本初展開！ オデッセイの フィッティングツール

オデッセイのフィッティング専用バターを、直営店外では「Alpen OSAKA」でのみ展開。ロフト、ライをフィッティングさせたバターを体感でき、ベストなモデル・スペックを即日納品できる唯一のサービスを展開している。

西日本最大級のゴルフフロアが ゴルファーを歓迎しまっせ～!!

【アルペン大阪】

Alpen OSAKA

圧倒的な品揃え、最新鋭のフィッティング、
そしてエキスパートなスタッフたちがゴルファーを迎える。
極端な言い方をすれば、全てのギアが
完璧な状態で揃ってしまう。
そんな最強のゴルフショップが「Alpen OSAKA」だ。



Alpen OSAKA
大阪府大阪市北区茶屋町1-32
YANMAR FLYING-Y BUILDING
営業時間 10:00～21:00

若者たちが集う街、
梅田・茶屋町から最先端の
スポーツ文化を発信

日本最大の大型ゴルフショップ
「ゴルフ5」の旗艦店となるの
が大都市型店舗の「Alpen
TOKYO」(東京都新宿区)、
「Alpen NAGOYA」(名古屋
市中区)、「Alpen FUKUOKA」
(福岡市博多区)だ。今年8月、
西日本最大都市・大阪に待望の旗艦
店「Alpen OSAKA」がオー
プンした。これまで大阪に旗艦店
がなかったのは、ベストな立地を
とことん追求していたからに他な
らない。最先端のスポーツ文化を
発信するには、都心部が絶対条件、
もちろんベストな物件は容易に見
つからない。長期にわたる大阪進
出計画で実現した立地は梅田・茶屋
町のヤンマーフライングビル。
高級ブランドからカジュアルまで
あらゆる店舗が立ち並ぶ文化発信
の街に位置する。

全6フロアで構成される
「Alpen OSAKA」のゴルフ
フロアは地下1階・2階だ。

「新店舗でこだわり抜いたのは、
唯一無二を追求すること。希少性
高い高級クラブやツアーモデルの
品揃えは間違いなく日本一です。
また、最新鋭フィッティングの数々
を導入。なかでもエプソン『Mトレ
ーサー』を駆使したゴルフ5独自の
シャフトフィッティングを初導入
し、これまでに以上にベストなモデ

B2 FLOOR PRESTIGE



スコッティ・キャメロン ツアーパター

「サークルT」と言われるツアー限定パターなども取り揃える。超希少価値がある『GSS』の価格は・・・。



ピレティ ツアーオンリー

桑木志帆がエースとしていたプレミアムパター「ピレティ」。ツアーオンリーモデルを多数取り揃える。



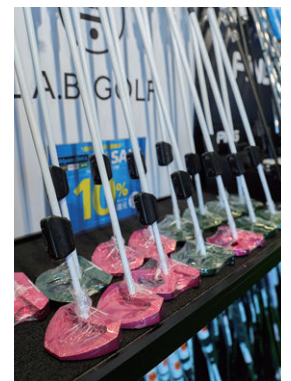
ベティナルディ ツアーモデル

プレミアムパターの「ベティナルディ」のツアーモデルも取り揃える。ヘッドカバーのラインナップも日本一だ。



L.A.B. GOLF

ゼロトルクで一世を風靡している「ラブゴルフ」のラインナップも日本屈指を誇る。



PXGも即納!

フィッティングブランド「PXG」も、シャフトが装着されたクラブ完成品として在庫を確保。



Alpen 限定モデル 「LAブルー」 シャフト装着アイアン

ダイナミックゴールド限定シャフト「LAブルー」を装着した人気アイアンを「Alpen限定モデル」として発売。

USED AREA B1 FLOOR

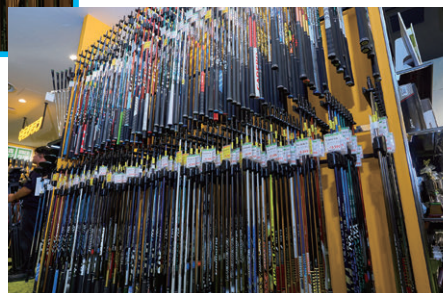
エリア最大級 5000本の中古クラブ

B1エリアは中古クラブエリア、試打コーナーには最新計測器「ディテクト」を完備し、全てのクラブが試打可能だ。



Alp

ル・スベックをご提案できるのが『Alpen OSAKA』です」とカリスマフィッター・大平譲さんは意気揚々だ。
ここで手に入らないギアはないに等しい……。最高のラインナップを誇る「Alpen OSAKA」のゴルフフロアは、目の肥えた関西のゴルフファースに120%の満足を提供する。



中古シャフトはなんと2000本。全てが試打可能でももちろんシャフトのみ購入も可能だ。



シューズ、キャディバッグコーナーはB1フロアで。ちなみに「Alpen OSAKA」はクラブだけでなくラウンドグッズも最新モデルが多数並ぶ。





VESSEL

FILLED WITH PURPOSE



VESSEL x PAYNTR SL

LIMITED EDITION

—— POWERD BY PAYNTR X ——

2026.10 COMING SOON

vessel-golf.jp

日本総販売元

ASAHI GOLF CO.,LTD. / 078-793-8440

@vesselgolf.japan



ダ イワテクノロジード
自社製造できるシャ
フトを持つ「オノフ」の強み
は、完成度高い1本のクラ
ブを自社ブランドで作れる
ことが最大の魅力です。

グでさらなる真価を発揮で
きることです。
しっかりターゲットゴル
ファーを見据えて特徴際立
つ「ラボスペックシャフト」
をマッチングさせれば、ま
さにパーフェクトなベスト
スペックを提案できるわけ
です。ゴルフ5フィッター
としても、接客にやりがい
を感じさせてくれるんです
よね。



フィッティングで
さらなる真価を
発揮!

自称・日本一クラブを売る
カリスマ大平議さんは、

オノフ 推し!

「Alpen OSAKA」の西日本最大級の品揃えの中から
大平さんがあえてオノフを強く

推す理由を聞こう!



い まやレディスクラブ
といえ、ば、「オノ
フ」を推奨するのがゴル
フ5で鉄板になっていると
言っても過言ではありませ
ん。理由はどのブランドよ
りも、オノフが女性ゴル
ファーの趣向を大切にしてい
るからに他ありません。

が魅力。シャフトはもちろ
ん、細部のヘッドウエイト
に至るまでカラーバリエー
ションも用意されて、ファ
ッション感覚でクラブ選び
ができる楽しさを提案して
いるのも、他にはない大き
な魅力。自称・日本一オノ
フレディを売る男として、
これからも一人でも多くの
女性ゴルファーに、オノフ
でゴルフの楽しさを提案し
ていきます!



レディスこそ
オノフが
鉄板!

Report

Alpen OSAKA
大阪・梅田でオープン!

ゴルフ5スタッフが提案するベストスコアへの新ルート

コースマネジメントより

“アミノ酸 マネジメント”を 実践してみませんか。

— 鈴置航太 店長 —

GOLF5

FLAGSHIP STORE

ゴルフショップに行くと、クラブの話だけではなく、ゴルフの悩みまで相談したくなる。

店員さんは悩みに応じた様々なゴルフグッズを紹介してくれるが、

今回、ゴルフ5のスタッフが提案してくれたのはクラブでもボールでもシューズでもなく、『アミノ酸』だった。

取材・文＝野中真一 撮影＝小林司 取材協力＝ゴルフ5フラッグシップストア新宿店（アルペンTOKYO）

「18ホールくずれないためには4タイプがオススメです」

— 山田菜摘さん —



「アミノバイタル®」って何？

アミノ酸の研究開発に約100年、医療領域の研究でも約50年の歴史をもつ味の素(株)が展開するコンディショニングサポートサプリメント。ゴルフだけではなく、様々な競技のアスリートが愛用している。

オススメの摂取タイミングは…

ゴ ルフは18ホールの中に紆余曲折が訪れるからこそやりがいがある。途中で順調だったのに最終局面でダボ、トリなんてことはざら…。そんな悩みをゴルフ5フラッグシップストア新宿店の店長・鈴置航太さんに相談すると意外なアドバイスくれた。

「色んなお客様の話を聞くと、上がり3ホールとか、最後にくずれてしまう人が多い。それはスイングやクラブの問題よりも、カラダに原因があるんじゃないですか？」

体の原因とは？

「多くのスポーツのアスリートたちはアミノ酸を効率的に補給し、良好なコンディションの維持に努めることが常識です。とくに屋外で長時

間プレーするゴルフでは要所でのアミノ酸の補給が重要ですよ」。

ツアーでもアミノ酸を摂取する選手が多いが、とくにトップ選手たちから支持が高いのは『アミノバイタル®』。ゴルフ5でもゴルフファーに推薦しているという。

「アスリートたちは複数のアミノバイタル®を愛用しています。ゴルフのラウンド前に飲んでほしいのは『アミノバイタル®プロ』。カラダのコンディショニングサポートに優れたアミノ酸が配合されています。顆粒タイプなのでキャディバッグにも入れておきやすいです」

筆者もしばしばアミノバイタル®を購入してプレーしているが、成分を深く考えて選んではいなかった。

「アミノバイタル®は、目的に適した成分をいつ・どのタイミングで補給するかのおススメがあります。ラウンド中に飲みたいのは『アミノバイタル®パーフェクトエネルギー』。ゼリー状で飲みやすく効率的にエネルギーを補給できます」

もう一つ、ラウンド中にオススメのアミノバイタル®を勧めてくれたのが同店舗の山田菜摘さん。

「屋外スポーツは水分補給だけではなくエネルギー補給をすることが重要です。そこでオススメは『アミノバイタル®BCAAチャージウォーター』、グレープフルーツ味ですごく飲みやすい！」

エネルギーチャージができれば、上がり3ホールが変わりそう。そし

て、ランニングが趣味の山田さんが強く推奨するのは『アミノバイタル®ゴールド』だった。

「運動後のリカバリーをサポートしてくれるアミノ酸が含まれていて、栄養補給のために私も愛飲しています」

ゴルフはコースマネジメントが大切だ。例えば「レイアップして、得意な距離を残す」とか。でも、栄養が不足している場合には得意な距離でもミスをする。鈴置店長は最後にこんなひと言を。

「コースマネジメントの前に、まずはあなたのカラダのコンディショニングをサポートするアミノ酸マネジメントをはじめませんか？」

問い合わせ／味の素株式会社 お客様相談センター
TEL.0120-16-0505
(受付時間 平日9:30～13:00、14:00～16:30
土日祝・創立記念日<6月第3金曜日>・夏季休暇・年末年始除く)
www.ajinomoto.co.jp/aminovital/

「コンディションを整えて、朝イチからナイスショット！」



ゴルフ5フラッグシップ
ストア新宿店
店長・鈴置航太さん

多くのプロスポーツ選手が愛飲している『アミノバイタル®プロ』にはスポーツ時に大切なアミノ酸3800mgと8種類のビタミンを水などと一緒に摂取できる。



「効率的なエネルギー補給で後半にくずれないゴルフを」

エネルギー源アミノ酸5000mgと糖質を独自配合した『アミノバイタル®パーフェクトエネルギー』。後半でもくずれないエネルギー補給を期待できる。ゼリー状でそのまま飲める。



「ハイポトニック飲料で水分補給とアミノ酸チャージ」

ゴルフ5
フラッグシップ
ストア新宿店
山田菜摘さん

『アミノバイタル®BCAAチャージウォーター』には運動中に不足しがちな栄養素とアミノ酸（BCAA+アルギニン+グルタミン）が含まれている。500mlの水に溶かして飲むハイポトニック飲料。



「ラウンド後のリカバリーアミノ酸組成」



ハードな運動後のリカバリーをサポートする『アミノバイタル®ゴールド』。ロイシン高配合必須アミノ酸を4000mg配合。ゴルフファーにはラウンド後の摂取がオススメだ。



ラウンド前

ラウンド中

ラウンド後

「1年ぶりに
試合に出たら、

白

フジクラ
スピードァー NX
ホワイト

- フレックス／40 (R2、R、SR、S)、50 (R、SR、S、X)、60 (SR、S、X)、70 (S、X)
- トルク／4.7 (50-S)
- 調子／先中
- 価格／49500円

日本の女子ツアーで10年以上、使用率No.1を誇るフジクラ。今年は新作「スピードァー NX ホワイト (以下、ホワイト)」が登場。

すでに「ホワイト」を使った19歳の加藤麗奈が優勝するなど話題になっているが、そのシャフトに興味をもったのが約1年ぶりに復帰した川満陽香理だった。

取材・文＝野中真一 撮影＝小林司
取材協力＝フジクラゴルフクラブ相談室 五反田店

ヘッドは変えずに
シャフトだけを変更

2歳半の息子を育てるママさんプロゴルファー・川満陽香理。7月下旬のステップアップツアー「カストロールレディス」で約1年ぶりに試合復帰した。川満プロはその試合の練習ラウンドで驚いたことがあった。

「昔からよく知っている選手と練習ラウンドしたのですが、ドライバーの飛距離が伸びていた。今まではそんなに飛ぶほうではなかったのに10ヤード以上飛ぶようになっていた。『ドライバー変えたの？』って聞いたら、『ヘッドは同じ。シャフトだけ新しくした』って。それが『ホワイ』でした。川満プロ自身も昔からスピーディーシリーズを使っていた。

川満陽香理

かわみつ・ひかり／1987年5月3日生まれ、沖縄県出身。2011年のプロテストに合格。2016年に結婚後もツアーに出場し、2021年にはステップ・アップ・ツアーで2勝目を挙げた。2024年に第1児を出産。出産後もスポット参戦を続けている。

『ホワイ』を使っている 選手の飛距離が 10ヤード伸びていた

「私は『エボ2』から『エボ4』『エボ6』と偶数モデルを使っていて、『NXシリーズ』になってからは『グリーン』『ゴールド』などを使っています。今は『グリーン』がエースなのですが、練習ラウンドをきっかけに『ホワイ』に興味を持ちました」。

さっそく『ホワイ』を打ってもらうと、キャリーで230ヤード、トータル250ヤードを超える好結果が出た。

「これはつかまるし、飛ぶ！ダウンスイングで加速する感覚が『グリーン』『ゴールド』とは違う。練習ラウンドで回っていた選手が飛んでいた理由がわかりました。すごくポテンシャルは感じるから、シャフトを替えるかどうかコーチとも相談したいです」。

約7年前から川満プロのコーチを務めているのが目澤秀憲氏。目澤コーチにも『ホワイ』を打ってもらった。



トラックマンの計測データについて川満は「いつもよりヘッドスピードが出ていた。キャリーで238ヤードはあまり出したことがないです」

「新世代の先中。 つかまるのに スピンレスにならず 高い球が打てる」

—— 目澤秀憲

海外ツアーで優勝する選手から、
女子ツアーのトッププレーヤーまで
数多くの選手と契約している目澤秀憲。
「スピーダー NX ホワイト」の印象は？

TECHNOLOGY



VARIABLE
TORQUE
CORE

先端・中間・手元で
異なるトルク設計

シャフトのトルクを先端・中間・
手元と部分ごとにコントロール
する設計によって、先端から中
間部の振れ剛性を高めた。



DXII 50-5 Fujikura 0000079



ヘッドスピード 48 m/sでも
バックスピンは
2500回転前後
目澤コーチはスイングだけでは
なくクラブやシャフトについても
選手にアドバイスしている。「ホワ
イト」を打ってもらうと、
「フジクラらしいスピード感があ

るシャフトですね。中間から先が
しなるのでつかまりがいい。ただ
し、今までの先中系と違うのはド
ロー回転がかかって、スピンの
減りすぎることなく、高さを出せ
ることです」。
トラックマンで検証すると目澤
コーチがヘッドスピード48 m/s前後で
打っても、バックスピンの量は

「自分でも驚く飛距離、
ダウンスイングの加速感を
はっきりと感じます」

TECHNOLOGY



新しい角度の
第2バイアス層

「ゴールド」「バイオレット」とは
異なる角度の第2バイアス層を
組み合わせたことでヘッドス
ピードアップを実現した。

「フジクラらしい走り感が気持ちいい。ドライバーと相性が良さそう」
「ダウンスイングからインパクトにかけてのフジクラらしい走り感が気持ちいい。少し右に打ち出して、フェアウェイに戻したいドライバーと相性が良さそう」



トラックマンでミート率1.5を連発していた目澤コーチは「ミート率も良かったですし、インパクトロフトが13、14度あるのに、バックスピンの量が2500回転におさまるのが良かったです」と語る。



目澤秀憲

めざわ・ひでのり / 1991年2月17日生まれ、日本大学ゴルフ部出身。数々のトッププレーヤーを指導してマスターズ、PGAツアー、欧州ツアー、日本男子ツアー、日本女子ツアーなどで優勝に導いた。TPI (タイトリスト・パフォーマンス・インスティテュート) で最上位のレベル3を取得。

白翔



約7年前から川満を指導する目澤コーチ。スイングはもちろん、クラブやシャフトについても相談する間柄だ。「ホワイト」の走り感とつかまりの良さについて、二人の評価も一致。

2500回転前後に抑えられている。
「この数字はすごいですね。今までの先中系だと、つかまるけどバックスピンは2000回転を切ることもありました」。
なぜスピンのレスになりすぎなのか？
「従来の先中系はインパクトでフェースが返ってロフトが立つ。だからスピンの量が少なかった。『ホワイト』は先端部分の挙動が安定しているから、ねじれが少ない。インパクトゾーンでフェースが返る方向にねじれるのではなく、適度にロフトがついたままストレートに動く」。

だから適正スピンの高弾道ボールが打てます」。
どんなゴルフアライメントに向いているのか？
「一番オススメなのは、ボールをつかまえられる人やスライスを悩んでいる人です。ただし、バックスピンを抑えているので、意外と私のような『ペンタス』ユーザーでも打ててしまうし、ハマったなら『ペンタス』より飛びます。川満さんの場合、『グリーン』より飛距離は伸びると思いますが、あとはスイングタイプとの相性ですね」。

取材後も「ホワイト」をテストしていた川満プロ。自身も長年フジクラシャフトを使ってきた経験から、女子ツアーでフジクラシャフトが人気の理由について話してくれた。

「選手からするとシャフトを選ぶやすい。『エボシリーズ』の頃から奇数モデルと偶数モデルで特徴がわかっていましたし、『NXシリーズ』になってからも『グリーン』の後継が『ゴールド』とか『ブラック』の後継が『ホワイト』とかはつきりと特性が出ている。その上で、シャフトのクセがどんなマイルドになってきています。今年の『ホワイト』は『ブラック』ほどクセがない。だから使う選手が増えていると思います」。
10年以上No.1続いているフジクラだが、その勢いはさらに加速しそうだ。

AMAZING DRIVE



LIKE MAGIC!



CHANGE THE GAME



HIT THE MARK

2026 DEBUT

Swing The Way You Want.
More Speed, More Distance.

SPEEDER NX WHITE

DHX is a technology that leverages the inherent in carbon shafts by adding a second blade at angles other than 45°. Furthermore, by optimizing the DHX angle, it suppresses loss of power on impact and reduces dispersion.

 **Fujikura**

藤倉コンポジット株式会社 www.fujikurashaft.jp

ワンサイダー以上に

簡単という称賛が

ハマってしまおう
ドライバーはない！

このドライバーの設計は
リス펙トに値する。

メディアで多くのゴルフクラブを測定し、機能解説するエンジニア・松吉宗之さんの言葉だ。つるやの「ワンサイダー」はアマチュアゴルファーの中でもエンジニア層のためにとことん打ちやすさを追求するブランド、最新作は松吉さんをも唸らせる「簡単さ」を見事な設計・デザインで実現させているようだ。

撮影：高橋淳司 取材協力：ジュシー



クラブ解説の第一人者
松吉宗之さん

クラブエンジニア。竹林隆光氏のもと、フォーティーンでは数々の名器を設計。現在は主宰するジュシーでオリジナルクラブの製造、OEM設計を手掛ける。マニアに人気の「重心ハンドブック」では松吉氏が計測・解説を担当する。

テンブラ、チョロ……

そんな
恥ずかしいミスは



“**簡単**”という称賛が
ハマってしまっ
ドライバーはない！
フンサイダー以上に

ンサイダーDF」なら 直ちに卒業できる。

ディープフェースを「やさしさ」で活かす つるや独自の発想には

つるやの新作「ワンサイダーD F」は完全に異質な存在だ。異質＝称賛であり、クラブ設計が群を抜いて個性的であることを意味する。

「プロゴルフファーが使用する、ためなら、冒険的な設計に着手できませんが、多くのドライバーがそんな状態にあり、各メーカーのラインナップ・機能が似かよう傾向にあります。『ワンサイダー』は真摯にアマチュア・エンジョイ層のために「やさしさ」を追求しているからこそ魅力的。設計者の熱意が伝わってきます」。

「超ディープフェースであり、短尺ドライバーである。『ワンサイダーD F』はあまりにも設計が独自であると、松吉氏を興奮させる。

「ボールをインパクトするフェースという部分は、ヘッドの中で最も丈夫でなければならぬ。だからこそ超ディープフェースを採用すればフェース部に重量が多く取られて設計自由度が少なくなる。しかしシャローバック形状を効果的にデザインすることで不安要素を見事にクリア。打ちやすい重心設計、慣性モーメントが見事です」。

トレンドは低深重心だが、決まりきった設計思想の枠から外れているからこそ、チャレンジングな設計、オンリーワンの性能を出せ

超ディープフェースを活かすためのヘッドデザイン。後方に低くラウンドさせることで限りなく低深重心。また投影面積を大きくできるため慣性モーメントも確保できる。

フェース高は約58ミリ、現在のドライバーの中でも一番の高さを持つ。ハードヒッター御用達のディープフェースを、やさしさとして活かすのは、つるやの発想と挑戦にアップレ!

アップレ!

シャローバック
ヘッド

アップレ!

超ディープ
フェース設計

アップレ! です!



“短尺”、“超ディープフェース”のセットアップの安心感が凄まじい。従来のドライバーというクラブの概念を覆してしまうほどの、当てやすさがある(松吉氏)

アップレ!

43.5インチ専用
短尺シャフト

ストレート
トップライン

アップレ!

「ワ



ONESIDER
DF
DRIVER

SPEC

- ヘッド素材／フェース&ボディ:6-4チタン一体構造、クラウン:3-2.5チタン
- 体積／455cc
- ロフト角／10.5度
- 長さ(重量)／43.5インチ(314g・S)
- 価格／49000円(税込)

三菱ケミカルと共同開発した短尺シャフトの「テンセイ」。手元側に高弾性「DIALEAD(ダイアリード)」を採用し、スイング中のシャフトの変形を最大限に抑えているため安心して振り切れる。

超ディープフェースでありながら、つかまりやすさを確保するためにフェースプログレッションを小さく設計。グースに見える形状をストレートに構えられるよう、塗装に工夫を凝らすのも、設計者のこだわりそのもの。

「なにしろセットアップで当てやすい、と感じさせてくれる圧倒的な安心感がある。ドライバーを「やさしい」と感じる画期的なモデルです」。

直営店を展開し、ドライバーに苦戦するゴルフのニーズを熟知する、つるやだから到達できた新境地に「ワンサイダーD F」はい

ると松吉氏はいう。

「ドライバーというクラブは、まず、長さのハードルがあります。そして飛ばしたいがために「力み」が生じるから、長さを扱いきれない。そんな不安要素を徹底的に排除したのが、『ワンサイダーD F』です」。

昨今、ミニドライバーが流行っている。ヘッドをコンパクト化させ、ドライバーの平均的な長さよりも約2インチの短尺化で打ちやすくしている。『ワンサイダーD F』の機能をわかりやすく例えるなら、ミニドライバー以上の打ちやすさ、当てやすさ、飛距離性能までを備えている従来にはない新型ドライバーなのだ。

を突破!日本でも累計1,000打席以上に導入



株式会社GPRO
ゴルフ事業開発部
販売店統括
芳賀裕さん

ゴルフ計測器のプロは
仕事も遊びも
『BenQ』を選んでいた。

業務用は
LH750



株式会社GPROのショールームに導入されているのは「LH750」。スクリーンのサイズは横が4.5mで高さ2.8m。「当社の計測器などを試してもらった施設ですが、利用した方からも“映像が綺麗”と言われます」(芳賀)

一択!!!

都心を中心に増え続けるインドアゴルフ。
東京都内だけでも550店舗以上が展開されている。
インドアゴルフに欠かせないのがプロジェクターだが、
今、シミュレーションゴルフの世界では
BenQのプロジェクターが高い支持を集めている。
その理由をゴルフ機器のプロに聞いた。

取材・文＝野中真一 写真＝田中宏幸、GPRO

株式会社GPROはゴルフシミュレーターや弾道測定器の開発・販売を行なっている。そんなゴルフ機器のプロ集団が選んだのがBenQだった。東京都・港区にある同社のショールームでは約2年前にBenQの「LH750」を導入。なぜ、BenQを選んだのか? 同社のゴルフ事業開発部販売店統括の芳賀裕さんに話を聞いた。

「元々、ゲーム用として自宅ではBenQのプロジェクター「X3100i」を使っていた。映像や性能に満足していました。世界的なプロジェクターメーカーの「ゴルフ専用設計機であるところも導入の決め手でした」。

インドアゴルフの本場・米国では2025年にBenQのゴルフ用プロジェクターの累計売上は50億円を突破。日本国内でも累計1000打席以上に導入されている。

「ゴルフコースの芝と空の映像がすこくリアル。当社のショールームでは「LH750」を導入していますが、投射比が1.5くらいで、打席からある程度近い位置にセットしても画面いっぱい鮮明に投影できます。画角も調整しやすい。5000ANSIルーメンで輝度も十分あり、視認性が高い。弾道計測器の数字がくっきり見えるのも導入理由のひとつです」。

導入してから約2年が経過しているが、その間のメンテナンスは?

「ほぼ何もしなくて大丈夫。LED

BenQ プロジェクターは2025年に米国で累計売上50億円

保養所ではゴルフも
サッカーも映画も
「BenQ」でリアルに！

プライベートは
AK700ST



半屋外に設置されている「AK700ST」。スクリーンのアスペクト比を自動で検出・調整しながら最適な解像度で映し出してくれる。「スクリーンいっぱい映像を投影する調整が「BenQ」だと簡単にできる！だから設置にも調整にも時間がかからない」(芳賀)。

シミュレーションゴルフの世界では

プロジェクターは 「BenQ」

BenQは
どんな会社？

BenQは台湾に本社があり、DLPプロジェクターにおいて世界No.1シェアを誇るメーカー。世界130カ国で展開されている。ゴルフ用のプロジェクターとしては米国・日本などでリーディングカンパニーとして存在感を発揮している。

問い合わせ／ベンキュージャパン株式会社
TEL.03-5280-9880

光源の寿命は3万時間あるので問題ありません」。

「GPROではショールームだけでなく、保養施設にもBenQのプロジェクター「AK700ST」を導入した。

「設置場所が半屋外という特殊な状況だったので、短焦点タイプのモデルを探していました。『AK700ST』は短焦点でありながら、4K UHD解像度で画質も良い。シミュレーションゴルフではコースへの没入感が最高です！ゴルフ以外にもシネマ級の映像で映画を見たり、ゴルフ以外のスポーツも楽しめます」。

「設置するのに時間がかかりそうだし、費用の面はどうだったのか？」

「ゴルフ用だけなら1日で完成するので手間はかからない。決して安いとは言えませんが、性能を考えればコストパフォーマンスは良い」。

「これからプロジェクターを導入を検討されている方へのアドバイスは？」

「BenQの一番の魅力は短焦点でありながらリアルな映像を投影できること。限られたスペースでもスクリーンいっぱいに綺麗な映像を投影できる。広いインドア施設はもちろん、自宅や限られたスペースでも設置しやすい。個人的にはプロジェクターを導入するときはビジネスでもプライベートでも『BenQ一択』です」。

BenQではプロジェクターの無償貸出サービスも行っている。興味のある方は是非！



あなたはサンドバッグを
どうやって叩きますか？

活かす 教えます！

プロや上級者は初めて手にしたゴルフクラブでも、「ああこんな感じね」と呟いて
さらりと綺麗なボールを打っていく。クラブに精通していなくても、
一球打てば次はきちんと合わせてくる。果たして彼らはゴルフクラブの
何を感じ取っているのか？ 森守洋コーチに聞いてみよう！

構成・取材・文＝高梨祥明 (Position Zero) 撮影＝高橋淳司 協力＝東京ゴルフスタジオ

クラブを 使いこなすための 原理原則は 「棒振り」にある

プロや上級者がゴルフクラブを持った瞬間に何を感じているのか？ それは「重心のズレ」だと森コーチはいう。

「よくゴルフクラブは野球のバットとは違って、シャフトの延長線にクラブの重心がないからバットのように扱ってはいけない！と言われますが、私の意見は少し違います。私はバットと違うからこそ、バットのように振れるように工夫することが、ゴルフの原理原則だと考えているのです。例えば最新ドライバーをバットのように振ったらどうなるか？ スイング中にフェースの向きがこうなって、こんな球が出た。一発でもボールを打てば、明確にシャフトとヘッドの重心がどの程度ズレているのかを理解することができます。あとはそのズレを考慮して「正しく対処」することで、2球目からはそこそのボールを打つことができるわけです」(森コーチ)

感度の鋭いプレーヤーならば、クラブを持っただけで「重心のズレ」を察知する。これこそが「クラブをバットのように持って振る」ことを基準としている証明でもあるのだ。



森守洋コーチ

もりもりひろ、1977年2月27日生まれ。高校時代にゴルフを始め、95年に渡米しサンディエゴにて4年間ゴルフを学ぶ。帰国後、陳清波プロと出会い、陳先生のゴルフに感銘を受ける。02年よりレッスン活動を開始し、堀孝音、柏原明日架、菅沼菜々などツアープロのコーチも務め優勝に導いている。

First Principles

クラブ

最新ゴルフ道具を

「原理原則」

僕らはどうしてこんなふうになっちゃうんだろう？

振り遅れ……



では、あなたは ゴルフクラブを バットのように 振れていますか？

インパクトは
最大加速点の
一手手前です！

左腕でクラブを引っ張ってくるツアープレーヤーのスイング。静止画でみるとヘッドが遅れて振り遅れているように見えるが、これがインパクト後に最大スピードを出せる正しい腕とクラブヘッドの位置関係。逆にインパクトをゴールとした動きをしたほうが、振り遅れとなってしまうところがゴルフの難しさだ。

手先を先行させて
「押せる」インパクトに！





子供の頃はみんな 原理原則に忠実です！

力の弱い子供にとって「頭が重くて長い」ゴルフクラブを振るのはそれだけで重労働。しかし、振り重たいクラブを効率よく振ろうとすることで、スイングは原理原則に忠実となる。また、予備知識やミスに対する恐怖心がないぶん素直に棒振りできるのも子供時代ならではの。

野球のバットは気持ちよく振れる。でもクラブになると「当てる」になりがち。

それでは早速、ゴルフクラブをバットのように振るためのポイントを聞いていく。森コーチは誰もが最初はできていたこと、だからすぐにできるようになると力説する。

「ちょうどこの取材の直前にレッスンしていた女子プロゴルフファーストもそうだったのですが、上級者でも不調になるとゴルフクラブを左で引っ張って振り下ろすことができなくなってしまうのです。思ったようなインパクトができないから、だんだん振ることよりも当てることに意識がいつてしまう。本来、クラブヘッドの最大加速点はインパクトの先にあるはずなのに、イ

ンパクトをMAXにしようとして頑張ってしまうのです。また、バットにはないフェース面への過剰な意識が、振ることよりも当てることを優先させてしまう。これはアマチュアだけでなくプロでも陥りがちなことなのです」(森コーチ)

バットとゴルフクラブは何も変わらない。その証拠に普通にバットを振っているだけで、ボールを強く押すことのできる「力の溜まったインパクト」のカチを作ることができるのではないのか。これは作っているのではなく、そうなるままにしているといった方が正しい。バットスイングの連続写真をみれば、テークバック、バックスイング、トップ、ダウンスイング、インパクト、フォロー、フィニッシュとどこを切り取ってもよいスイングに見える。これはそうしようとしているのではない。バットを普通に振れば、多くの人がこうなるものなのだと森コーチは言うのだ。だから原理原則と呼ぶ。

でも、実際、「ゴルフクラブとバットは違うじゃん」という人も多し。それは次ページからゴルフクラブを「バット化」するコツを紹介しよう。

棒状のゴルフクラブをまさに「棒のように振る」ことがゴルフの原理原則。



山路晶



岡田晃平

ここが重要！

バットでゴルフスイング。 何も考えなくても 理想のインパクトに なっていないか？

アドレスをスタート地点、フィニッシュをゴールと考えた時に、野球のバットならばそのことを自然に受け入れることができる。では、これをゴルフクラブに持ち替えてみたらどうか？ その瞬間に、インパクトをゴールとして考えてしまう人も多いのではないだろうか。「バットのように振ることだけでスイングの7割は完成しています。強固な7割があるからこそ、残り3割をヘッドやシャフトなどフィッティングの要素で埋めることができるのです」(森コーチ)



First Principle
最新ゴルフ道具を活かす
「原理原則」教えます!

クラブを握る感覚を変えよう!

「手の内に入れる」とは、
道具を自分のコントロール下に
入れるという意味。
武術の世界では、道具の握り方や
力の入れ具合を指す。
また、手の内とはそのまま
「手のひら」を意味する。

バットのように振るために、
クラブを
“手の内”に入れる。

見た目スクエアは「開いている」 ここに気づけばドライバーは◎！

森コーチはインパクトがゴールとなっているプレーヤーに出会った時に、極端にフックフェースにした状態でボールを打ってもらったことが多いと言う。

「フェースが思いっ切り左に向けた状態で構えてもらった時にほとんどの人は、こんな構えでは左にしか飛ばない！と不安を口にします。でも、気にせずその状態でボールを打ってもらうと、イメージがガラリと変わるんです。気持ちよく振り抜けて、しかもボールが真っ直ぐに飛んでいく。だから私はフェースの向きなんて気にしなくてもいいんですよというのです」
(森コーチ)

我々が信じて疑わないスクエアフェースのアドレス。これがまさにシャフトの中心軸、つまり手の内(手のひら)からヘッドが外れた状態で構えている証だといえる。森コーチ流に言えば、シャフトの軸線とヘッド重心との位置関係から見てこちらの方が「開いた」状態なのである。

では、極端にフェースを左に向けて構えて握ったアドレスとは？ここで視点を変えていただきたい。これはフェースを左に向けたのではなく、ヘッドの重心をシャフトの中心軸に重ねた状態なのである。つまり、これでドライバーが野球のバットのようになった(握れ

た)わけである。

違和感があるかもしれないが、シャフト軸にヘッドの重心が重なればフェースは左を向く(つまり、掴まる)と視覚的に理解することは重要だ。スイング中にヘッド重心は必ず、シャフト軸に合おうとする。掴まえようとしなくても勝手に掴まる。そして、そうなるようにクラブを握っておくことがとても大切だということを、ここでは理解していただきたい。

アドレスでのフェース向き。正しいのはどっちだ!?

シャフト中心軸



TYPE 1

シャフト軸とヘッド重心が重なっている状態でクラブを握る

「深重心化」を進めた大型ヘッド、いわゆるMAX系モデルほどシャフト軸とヘッド重心を重ねた時にフェースは大きく左を向く。つまり、これくらい極端にヘッドをターンさせなければ、スクエアインパクトにはなりにくいということだ。だから、フェースを開かないように「シャフトに上げる」という方法もあるかもしれないが、バットを振る時にシャフトに・・・など考えるだろうか？ スイングの土台である「棒振り」を気持ちよくした時に、真っ直ぐ飛ぶようにクラブを握る。それが道具を手の内に入れるということだ。

シャフト中心軸



TYPE 2

シャフト軸よりもヘッド重心が飛球線後方に大きくズレている

最新ドライバーはヘッド後部を重たく「深重心」にすることで慣性モーメントを高めて、ミスヒットに強いパフォーマンスを実現している。その結果バットのようにクラブを振ってしまうと、お尻が重たいぶんフェースは右に向いて下りてきやすくなる。森コーチ流に言えばコレが「開いて構えている」状態だ。このままシャフトを振れば、そのまま右にボールが飛ぶのはわかっているの、スピードを抑えて掴まえに行くのが典型的なアマチュアスイングである。

ヘッドのトウをダラリとさせると 自然にシャフト軸とヘッド重心が重なる

シャフト軸とヘッドの重心を重ねてバット化して振ると言っても「プロ・上級者のようにヘッドの重心を持ちたり、振ったりしただけでは感じることができない」場合はどうすればよいだろうか？

「最初は試しにフェースを極端に左に向けてからグリップし、実際にスイングしてみるだけでもいいと思います。その時にいつもとは違う「振りやすさ」を感じていただきたいのです。フェースを極端に閉じる、逆に大きく開いた時に振り心地がどう変わるのか。とにかく最初は大きめにやってみることが大事だと思います」(森コーチ)

実際にはテールの上にクラブを水平に置き、ヘッドだけを宙に浮かせてフリーにすることで、ヘッド毎の重心位置を確認することが出来る。これは重力に従ってシャフト軸の真下にヘッドの重心が来るからである。森コーチはこのシャフトとヘッド重心が重なった状態でスクエアにグリップして打つことを提案しているのだ。

「自分の肩にシャフトを乗せただけでなく、クラブをテールに置いた時と同じ状態を作ることができます。とにかく一旦ヘッドをダラリとさせてその状態でスクエアに握ってください。そのままボール

に対して構えることで、シャフト

軸とヘッドの重心が重なったバットのような感じでクラブを振ることが出来ます」(森コーチ)

もちろん、フェースが大きく左を向いたままでは違和感があるし、不安。そんな時は右腕を外旋させてフェースをスクエアにすればOK。これを正面から見た時のグリップを「フックグリップ」と呼ぶのだ。

First Principles

最新ゴルフ道具を活かす
「原理原則」教えます！

ように振る を教えます！

3

体の正面とアドレスで
フェースが左を
向いていればOK。



ヘッドの重心とシャフト軸が重なった状態で握れている。

4

グリップはそのまま。
右腕を外旋させてフェースを
スクエアにする。



スクエアグリップに見えて正解。

フェースは目標の左に向いていて正解。



右肘を下げるように外旋させる。

フェースは目標に向いているから安心！

深重心ヘッドほど
フックグリップ度合いがアップ！



飛ばし屋
福住修のアドレス
スクエアグリップ

重心のズレを感じることで
逆にコントロールしやすく！

手の内から外れているからこそヘッドの重心を感じることができる、とも言える。プロ・上級者の多くはこのズレを感じることでフェースの向きを自在にコントロールしている。このズレを感じるためにはニュートラルなスクエアグリップ、スイングが不可欠だ。



飛ばし屋
出利葉太郎のアドレス
フックグリップ

クラブを手の内に入れて
思い切り振り切る！

深重心ヘッドでゴルフを始めた若い世代には強いフックグリップにすることで、スイング自体はボディターン主体のシンプルな動きにしているプレーヤーも多い。これこそがヘッドを自分の外に外さない“棒振り”するための工夫である。

クラブをバットの 「手順」

1

シャフトを肩に乗せて
ヘッドを
ダラリとさせよう！



2

シャフトを
肩に乗せた状態で
スクエアに握る。



中心が真下となり
フェースは斜め上を向く

First Principles
最新ゴルフ道具を活かす
「原理原則」教えます!

シャフトを振ったら
振り遅れる
可能性が高い!

DRIVER

重心深度 深
重心距離 長

スクエアに構えてしまったら振り遅れる可能性が最も高いのが、フルサイズの最新ドライバーだ。シャフトも長く一度フェースを開いてしまったらスクエアインパクトに戻すことは難しい。だからこそ、振り遅れるぶんフェースを開けて握っているくらいでちょうどいいのだ。



ここが重要!

クラブ毎に「傾き」が違え「重心」が変わってくる!



森コーチはスタジオレッスンの中で、10kgある鉄筋クラブや塩ビで作ったL型クラブを使用することが多い。「超重たいもの、極端に手元と先端がズレているものを振ることで、自然に効率の良い棒振りが出来るようになります。棒振りが出来るようになれば、ヘッドやシャフト、ウェイト調整などのフィッティングによって大きな成果を得やすくなってきます。逆に棒振りができていなければ何をしても、どう調整しても成果は手に入らないと思います」(森コーチ)



ダンロップの「ゼクシオ14」に採用されているデュアルアクティブウイング(クラウン部の突起)のように、切り返し時の空気抵抗を利用してフェースを開きにくくしているドライバーもある。それくらい寛容性の高い大型ヘッドドライバーは、普通に振ったらフェースをスクエアに保ちにくい特性があるのだ。

バット化が必要なのは
ドライバーだけ!?
クラブ毎に構えることで
原理原則は守れる

シャフト軸にヘッド重心を重ねてからグリップをする。この動きをルーティン化することで気づくことがある。それがクラブ毎にヘッドの重心位置が違うということだ。

「この企画では最もヘッド重心がシャフト軸から遠いところにある大型ドライバーを例に話を進めてきました。しかし、これがアイアンだとうどうでしょうか? アイアンはドライバーと比べて重心深度が浅く、重心距離も短い。つまり、ドライバーほどヘッド重心が手の内から外れていないのです。これは単純に棒振りをしてもフェースが開いて下りて来にくいということですよ」(森コーチ)

ポイント1はゴルフをするに当たって「スクエアに握って気持ちよくクラブを振り切る」という原理原則はどのクラブでも同じであるということ。これをするために前ページで紹介した方法を使って、クラブ毎にフェースの向きを変えてグリップをするのである。自分はまだスクエアに握って、気持ちよく振っているだけ。しかし、正面から写真を撮れば、クラブ毎にフックグリップの度合いを変えて構えているように見えるだろう。ここに気づけるかが鍵である。

**緊張する場面に。
そのとき、救心錠剤。**



高橋 光臣

**ストレスで起こりやすい、
ドキドキ感や息切れを抑えます。**

プレゼンテーションなど大事なシーン。
ドキドキが止まらないのは、こんなことが
起きているから。そのとき効果を発揮
するのが、救心錠剤です。

自律神経の乱れ

血液循環の滞り

体内の酸素不足

ドキドキ感・息切れ

責任世代には、救心錠剤がある



9錠・30錠・60錠

1回1錠のタブレットタイプ



救心製薬株式会社

〒166-8533 東京都杉並区和田1-21-7

「救心シリーズ小冊子」進呈 ハガキに①〒住所②氏名
③年齢を明記の上、弊社
お客様相談室BG係まで。いただいた情報は資料発送以外では
使用しません。ただし、個人を特定出来ない状態で統計データ
として使用することがあります。



シャフトを振れば
フェースも閉じてくる
可能性が高い！

IRON

重心深度 **浅**
重心距離 **短**

大型ドライバーに比べれば極
端な軸ズレは起きていないの
がアイアンである。ただし、モ
デル、番手によって重心の軸
ズレには個体差があるため、
とくに大型ヘッドモデルで打
球が右傾向の場合は、ドライ
バーのようにフェースを閉じて
打ってみる工夫が必要になる。



つまり、「構

フルショットしない
ウェッジは、重心ズレを
活かすのもアリ！?

WEDGE

重心深度 **浅**
重心距離 **短**

フェース面積が広く、ロフトが大
きくついているために深重心の
ような挙動（インパクトでフェ
ースが上を向く）になりやすい
のがウェッジクラブの特徴。シャ
フト軸とヘッド重心がズレてい
るからこそ、ふわりとボールを浮
かせたり、フェースの開閉で打
ち出しの高さをコントロールし
やすいとも言える。フルショット
しないサンドウェッジ、ロブウ
ェッジは、重心のズレを活かして
使うのがセオリーと言える。





食トレで変わる、
その一打！

Vol. 51

ゴルフをしているのに、なぜか太る？
「太りたくない人」のずるい
ラウンド食トレを考えてみる

いただきます！

週末はゴルフを楽しんでいる。

18ホールを回れば、それなりに歩いている。
それなのに、なぜか毎年少しずつ体重が増えている・・・。

これは、加齢に伴う活動量の低下やホルモンの変化に加え、同じ量のたんぱく質を摂っても筋肉になりにくくなる『アナボリックレジスタンス』が重なることで、40代以降は、10年でおよそ10%ずつ筋肉量が減っていくと言われているからです。

では、「太らない」習慣づくりに活用するには、どうしたらいいのでしょうか？

提案

せっかくなら、
18ホールを歩ききる

2025年に発表された研究では、18ホールを歩いてプレーした場合、平均約1万7000歩、活動エネルギー消費は約880kcal。一方、カートを使った場合は約6300歩、約456kcalにとどまりました。対象は若い男性ゴルファー 16人のため、数字はあくまで目安です。それでも、同じ18ホールでも、歩くかカートに乗るかで活動量が大きく変わることわかります。せっかくラウンドするのであれば、できるだけ歩いて、しっかりエネルギーを使いたいものです。



提案

水分をこまめに
補給する

私たちの身体は、食べたものをそのままエネルギーとして使っているわけではありません。食べ物からエネルギーを取り出して使う「エネルギー代謝」には、さまざまな化学反応が関わっていて、そこには水も必要です。つまり、脱水して疲れてしまえば、「歩けない＝運動量が落ちる」というだけではありません。せっかくゴルフという、長時間エネルギーを消費できる機会があるのに、その機会を十分に使いえなくなってしまう。だから、痩せたい人ほど、エネルギーを使う身体にしておくことが大切です。

夏は過ぎても、暑い日は続きます。秋以降は、夏ほど喉が渇かないため、意外と水分不足になりやすいこともあります。喉が渇いたと感じる前から、こまめな水分補給を忘れずに。

提案

ラウンド後の夕食は、
主菜を中心に

以前は「運動後30分以内がゴールデンタイム」とよく言われました。今では、そこまで急いで食べなければ筋肉がつかない、というほど単純には考えられていません。運動直後だけでなく、その後24時間程度は筋たんぱく質の分解と合成が活発に行われています。そこで十分なたんぱく質を摂ることは、筋たんぱく質の合成を促し、筋肉の維持や回復を支えることにつながります。

筋肉量を維持・増加できれば、エネルギー消費量を保ちやすくなり、持久力も高められます。疲れにくくなれば、自然と活動量も増える。よいスパイラルにつながっていくのです。

太りたくない人ほど「食べない」より「使えるように食べる」。

週末のゴルフを身体づくりにも活用する、ずるいラウンド食トレの心がけです。運動の時間を別に作るのが難しくても、ゴルフならすでに予定に入っている。だったら、その1日をちょっとだけ上手に使ってみませんか。

アルコールは水分補給に
なりません！

アルコールには利尿作用があり、脱水のリスクを高めます。さらに、運動後に大量のアルコールを摂取すると、たんぱく質と一緒に摂っていても、筋たんぱく質の合成が低下した研究もあります。これは大量のアルコールを使った実験で、ビール1杯で同じことが起こるという意味ではありません。ただ、身体づくりを考えるなら、知っておきたいポイントです。

厳重注意！



石松 佑梨

いしまつ ゆり。管理栄養士、数々のトップアスリートたちをサポートする食トレのスペシャリスト。著書の「過去最高のコンディションが続く 最強のパーソナルカレー」(かんき出版)はアスリート必携の1冊だ。

参考資料＝●Fujita, S. (藤田聡), 立命館大学スポーツ健康科学部「身体圏研究連続シンポジウム」講演録, RARA Newsletter vol.6, 立命館大学。

●Burd, N.A. et al. (2013). "Anabolic resistance of muscle protein synthesis with aging," Aging Cell.

●O' Donnell, S. et al. (2026). "Riding a Golf Cart Versus Walking: A Study on the Physiological and Performance Differences in Tournament Golf," European Journal of Sport Science.

お気づきですか？ 3つのグリップの違い

パッティングの練習において
ストローク軌道が大切な指標なら、全てのゴルファーが
同じ軌道でいい訳がないとプロコーチの吉田直樹さんは断言する。
ゴルファー一人ひとりでストローク軌道は異なる、
そのベースを担うのが右手の握り方だ。

撮影 高橋淳司 取材協力 L P スイング ゴルフ ラキンタ

【短期連載】
プロコーチ
吉田直樹の
ゴルフ下手には
ワケがある！

3回

父の警告
報

レッスン担当
吉田直樹

よしだなおき。アメリカ、オーストラリアで著名コーチの指導を受け、ゴルフスイングをシンプルにさせるLPスイングを提唱。多くのツアープレーヤーが彼を師事する。



パッティングに

報

【短期連載】
プロコーチ
吉田直樹の
ゴルフ下手には
ワケがある!

良い訳がない!

右手の握りが
人それぞれなのに
全てが「真っ直ぐ」で

正しいフェース面で
インパクトするためには、

右手の握りで異なる

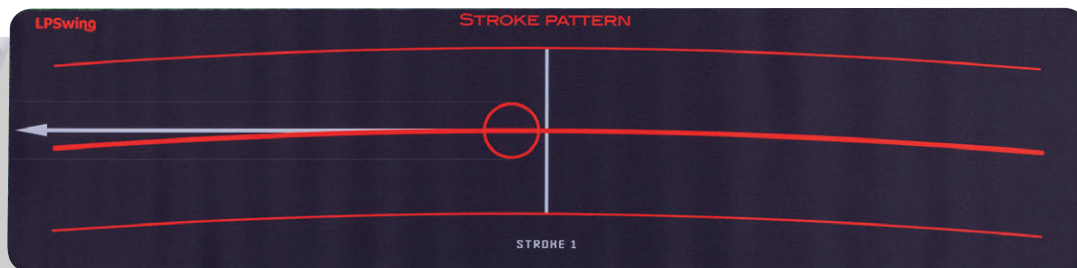
ベストな軌道で

ストロークが必須だ!





右手をサイドから握るタイプ



STROKE 1

イン・トゥ・インタイプ

ストレートなストロークで練習したい。
緩やかなイン・トゥ・インになる。

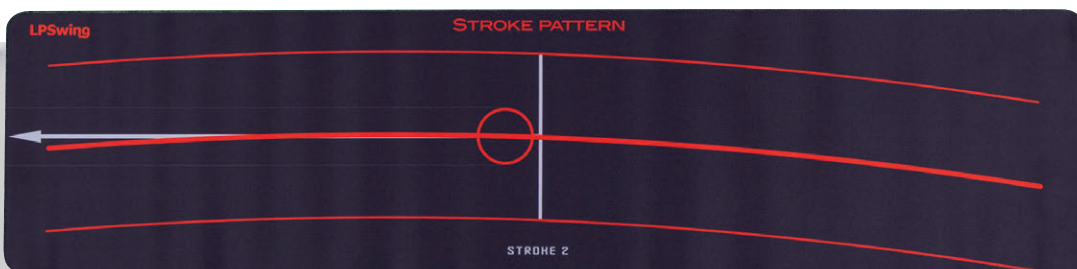
[推奨パター]

ネオマレットや
ゼロトルクパターなど

フェースの開閉を
使わないタイプ



右手を下から握るタイプ



STROKE 2

インサイド・アウトタイプ

アッパー気味になるため
順回転のボールを打ちやすい。

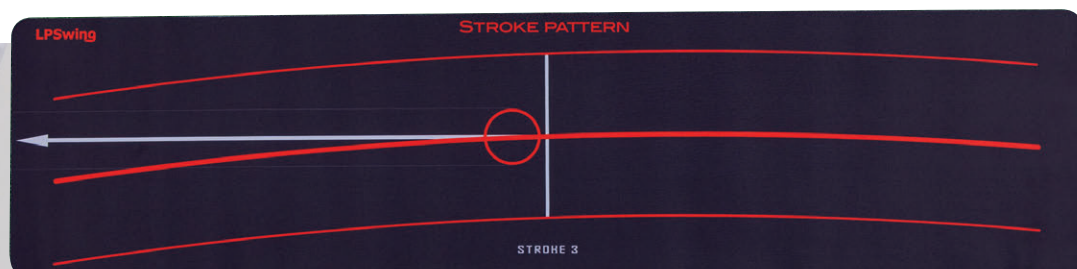
[推奨パター]

ピン型、マレット型、
L字など

フェースの開閉が
使えるタイプ



右手を上から握るタイプ



STROKE 3

アウトサイド・インタイプ

緩やかなダウブローで
タップ気味に打ちたいタイプに最適。

[推奨パター]

ピン型、L字、
マレット型など

フェースの開閉が
使えるタイプ

吉田直樹監修
**STROKE
PATTERN** (3枚セット)

●13750 円 (税込)



世界のトッププロが実践している3種類のストロークパターンを視覚化したトレーニングマット。グリップで異なるベストなストロークパターンで練習することで、方向性・距離感・再現性を向上できる。



ご購入は
**BUZZ
SHOPPING**で

実戦で活きる
ストローク軌道を
自然な感覚の一部に

パッティングで一番大事なものは、フェース面のコントロールにつきま。インパクトの瞬間、フェース面の向きでボールの出方が100%決まるため、狙ったラインに対してスクエアにインパクトする必要があるので。ただ、そこへの導き方は人それぞれ異なります。

大切なのは右手の握り方によってストロークの軌道が変わってくることです。ただ、プロ・アマも含めてそのことを知っているゴルファーはほとんどいません。たとえ教科書通りのイン・トゥ・インに練習で軌道を矯正していても、それが自分にとって合っていないければ実戦で役に立たない。あらゆる起伏がある中で、グリップに対して合っていないその軌道を実践できるはずがないからです。練習しても思うようにストロークできない...多くのトッププレーヤーがイップスに陥る原因です。

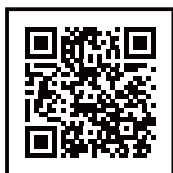
パターの打ち方は十人十色。タイプを区分けするベースとなるのが、右手の握り方です。あなたのグリップに合った正しい軌道を身につけることが、ストロークの精度、再現性を向上させるのです。

JUSTBUY! SPECIAL EDITION

スクラッチプレーヤーとしてパッティングに精通しているからこそ、思い描く性能を、まるでアートを描くように設計していけるフィリップ。



フィリップが最新モデル「Bird Man」で再現性を追求した仕掛けとは何か？ぜひご覧いただきたい。



フェースセンターに重心を持つ超精巧なものづくりが「KRONOS」にはある。「KRONOS」のブレードは、フェースバランスに近い感覚で打っている。

Phillp Lapuz

彼はパターを作りたいからこの世界に入ったのではなく、人生そのものが有名パターブランドの中で育った。だからこそ他と違う境地で理想のパターを追求し続けている。

パタークリエイターの鬼才、フィリップの仕事・第二章。

パターというクラブは、アートな世界観がある。パタークリエイターのフィリップ・ラパズが手がける「KRONOS（クロノス）」もそんな価値を大切にしている。何よりも精巧なものづくりができるというアドバンテージがあるからこそ、伝統を守りつつも様々な芸術にインスパイアされたアートモデルで、世界中のコレクターを唸らせてきた。そんなフィリップだが、昨今、「KRONOS」のプロダクトに少し変化を感じる。アートというよりもテクノロジーを優先したラインナップが斬新に感じさせてくれる。米国に連絡し、心境を聞いてみた。

「友人のパッティングコーチとともに、トッププレーヤーたちのストロークを研究してサポートする中で、インパクトからボールの転がりの初動に至るまで、パターでベストな条件を整えられることを十分に理解できた。その条件に導けるカタチを精巧に追求できるからこそ、プレーヤーに恩恵ある新技術にトライしない手はない」とフィリップは語る。

その象徴にゼロトルクモデルを含む「Bird Man」をラインナップしている。いまやゼロトルクは特別ではないが、彼が手がけるそれは再現性を高める仕掛けが施されていて、いかにも「KRONOS」らしい。フィリップはどこまでも真摯であり、妥協という言葉を知らない。



プレゼントの
応募は
こちらから



対象施設は
こちらから



子供たちがゴルフを
始めるのは今だ!

「ジュニアゴルフ成長支援プロジェクト」

8月より全国のゴルフ練習場・ショートコースの43施設で、子供たちが特別料金でプレーできる「ジュニアゴルフ成長支援プロジェクト」がスタートしている。対象年齢は5歳から小学4年生まで、専用ホームページから無料会員登録すれば、練習場を500円で利用できる。親子利用の場合は無料にもなる(施設によって条件・価格変更あり)。このプロジェクトの発起人はプロコーチの井上透氏、これからは施設の拡大やジュニアイベントの数々が企画される予定だ。

●ジュニアゴルフ成長支援プロジェクト
<https://www.jgsp.jp/>



スイング時の動きを1/300秒単位で解析した
新ソール設計採用「MIZUNO NEO IMPACT」

「MIZUNO NEO IMPACT」スパイクレスゴルフシューズシリーズは、野球、ランニング、バレーボールなど、さまざまな競技で培ってきた技術を結集して開発。スイング時の動きを1/300秒単位で解析するミズノ独自の「データシャワーソールコンセプト」に基づき、スタッド配置・ソール形状を最適化した新ソール設計と、ランニングシューズやバレーボールなどで採用されている高反発のミズノ独自の素材「MIZUNO ENERGY」を搭載することで、高いグリップ力とクッション性、安定性を実現している。価格はオープン。
●ミズノお客様相談センター TEL.0120-320-799



第10回記念大会開催
ECCレディースゴルフトーナメント
読者プレゼント

国内女子のステップアップツアー「ECCレディースゴルフトーナメント」が10月14日(水)から16日(金)まで北六甲カントリー倶楽部東コースで開催される。今年は記念すべき第10回の記念大会となる。読者の中から抽選で大会観戦招待券を20名様、大会オリジナルキャップ(白)を5名様にプレゼントする。ご希望の方はBUZZ GOLFのWeb読者プレゼントフォームから応募してほしい。昨年優勝の仲根根澄香プロなど、これからの女子ゴルフを支える選手たちの熱戦を間近で観戦しよう。

●ECCレディースゴルフトーナメント大会事務局
TEL.03-3469-5937



サーモスの大人気モデルの食洗機対応版
「真空断熱ケータイマグ」
カラーをリニューアル

サーモスの「真空断熱ケータイマグ(JNL-Sシリーズ)」は、累計出荷3000万本を突破した同社史上最も人気の高いシリーズ。この後継となる食洗機対応製品のカラーラインアップが刷新されている。日常使いしやすい0.35Lから、0.5L、0.6L、0.75L、スポーツ時にも使える1.0Lまでの豊富な容量帯と、全12色のカラーバリエーションで、幅広い世代に「選べる」楽しさを提供している。全パーツ食洗機対応、ワンタッチ・オープン、超軽量と使いやすいのが特徴だ。写真の0.6Lタイプは5色展開。他のサイズのカラーもぜひWebサイトでチェックしてほしい。価格はオープン。

●サーモスお客様相談室 TEL.0570-066966



やさしく寄せて、鋭く止める。
テラーメイド「Hi-Toe 5」ウェッジ発売中

テラーメイドが、Hi-Toeシリーズ初となる軟鉄鍛造を採用した最新ウェッジ「Hi-Toe 5」を9月4日から発売している。このウェッジは、フェース全面でスピンを生み出す特徴的なハイトウ形状とフルフェースグループ、シリーズを象徴するカッパーフィニッシュをキープしたシリーズ初となる軟鉄鍛造を採用。ソフトな打感と心地良い打音を実現している。またフェース全面のソー・ミルド・グループにより優れたスピニング性能とコントロール性能を発揮する他、RAWフェース&スピン・トレッド・テクノロジーで、天候を問わずこれらの性能を安定させている。ソールグランドは5種類。価格は31900円。

●テラーメイドゴルフ(株)カスタマーサービスコール
TEL.0570-019-079



久邇カントリークラブでの
貴重なプレー機会! 月4回程度の
「休場日セルフ営業デー」を実施中

「おもてなしのKUNI」で知られる久邇カントリークラブ(埼玉県飯能市)では、月4回程度の「休場日セルフ営業デー」を実施している。通常はメンバーシップコースとして知られる名門コースを、セルフプレーで気軽にラウンドできる貴重な機会だ。奥武蔵の山並みを望む戦略性豊かな27ホールを、通常よりリーズナブルな料金で満喫できる。クラブハウスではオリジナルマーカークーラーやキャップなど限定グッズも販売中。普段はなかなか味わえない会員制コースならではの趣と奥深さを、この機会にぜひ体感してほしい。

●久邇カントリークラブ TEL.042-973-1192



注目の若手「清水大成プロ」が
オープンコンペに参加!!

阪急交通社は国内メジャー1勝の清水大成プロとのアンバサダー契約を記念し、12月18日(金)に静岡カントリー浜岡コースで1泊2日のオープンコンペを開催する。ショートホールにて清水プロとニアピン対決を行い、見事プロに勝利した方にはプレゼントを進呈。夕食時の表彰式には清水プロも参加し、Q&Aコーナーも実施される。現地集合のほか、東京・大阪発の新幹線付プラン、北海道・沖縄・九州発の航空券付プランも用意され、1名でもグループでも参加可能だ。予約は電話またはWebサイトで受付中。QRコードから確認しよう。

●(株)阪急交通社 TEL.0570-05-0562(平日10時~17時)



快適性がさらに進化
フットジョイ「FJ Quantum」がリニューアル

フットジョイが、快適性を極めたスパイクレスゴルフシューズ「FJ Quantum(FJクオンタム)」を発売している。このモデルは、同ブランドの全モデル中、最も柔らかい新開発ミッドソール「SoftFOAM」を採用し、高いクッション性と安定性を両立している。リニューアルした新しい「FJ Quantum」では、新たに搭載した「WaveTraxアウトソール」があらゆる方向への優れたグリップ力を発揮し、スイング時の回転動作や横方向への力を最適化。また、軽量・防水のエンジニアードメッシュアッパーと3D成型のヒールカウンターと踵周りに配置した素材が踵をしっかりホールドし安定性とフィット感を向上させている。

●アクションネット ジャパン インク TEL.0120-935-325



心地よい打感とスタイリッシュなデザイン
「スリクソン ZXi」アイアン&
ユーティリティアイアン新発売

ダンロップスポーツマーケティングが、スリクソン「ZXiシリーズ」アイアンとユーティリティアイアンを9月12日に発売する。ラインナップは、スリクソン史上最高の打感と操作性を追求した「ZXi7」、打感・操作性・寛容性を高次元で融合した「ZXi5」、シリーズ最大の飛距離と寛容性を実現した「ZXi9」の3モデル。また中空構造の「ZXiU ユーティリティアイアン」もある。「ZXi7」は独自設計「コンデンス鍛造」によるネック部の強化により、優れた打感をもたらす軟鉄S15Cの採用を可能にした「i-FORGED」を取り入れソフトな打感を実現した他、全モデルにさまざまなライで抜ける良さを発揮する「TOUR V.T. SOLE」を搭載している。

●(株)ダンロップスポーツマーケティング カスタマーサービス室 お客様フリーダイヤル TEL.0120-65-3045

Publisher 内本理己
Staff ガッデム竹田 (64) 中嶋栄子 市川大祐
片山麻里子 コムスピ原田 (38)
Chief Editor 五島健史
Design 鈴木事務所
発行 株式会社BUZZ GOLF
本部 〒654-0161 兵庫県神戸市須磨区弥栄台2-12-2
東京支社 〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-52-12
神田耀ビル2F
広告掲載に関するお問い合わせ
TEL.03-6161-0562
印刷所 佐川印刷株式会社

10 2026年11月号は
10月15日(木)の発行予定です。

11月号は創刊15周年！ 特別企画を調整中ですが…

※10周年！と記念号を発行したのが2021年。あれから早5年経ちました。次号で15周年。周年とあまり意識をしなくても、周囲の期待感や

称賛もあり、15周年記念号を編集集中です。色々企画調整をしていますが、なかなか簡単ではない。表紙にしたってそう…思い描く選手の都合をうまく整えられることだって至難。1周年は宮里藍プロ、10周年は稲見萌寧プロと、運よくその時の人をカバーにできたが、果たしてどんな内容になるのか…正直不安です(編集長G)。



今月のゴルフ要

最後の一滴

「弘法筆を選ばず」とは、達人なら道具を問わず、優れた成果を出せるという意味である。とはいえ、弘法大師・空海が筆に無頓着だったとは思えない。毛質や硬さ、穂先を見極め、書に応じて使い分けていたに違いない。

書写が中心の時代、文字は後世へ写し継がれる原型となり、次代へ思想を運んだ。一文字の曖昧さが、教えそのものを伝えかねない。正確に伝える使命感。誤ってはならないという畏れ。その狭間で空海は筆を走らせていたのかもしれない。そう考えると、「美しい」とされるそのカタチが、勇気の痕跡にも見えてくる。

達人は結果に責任を負うからこそ、道具を選び抜く。料理人や職人も然り。最高の一打を求めるゴルフの達人が、道具にこだわるのは当然である。では、我々アベレージゴルファーは？

「弘法にも筆の誤り」という。達人でさえ時には失敗する。ならば、我々がミスるのは当然だ。一打ごとにスイングをツギハギし、偶然のナイスショットを「今日イチ」と喜び、その感覚を記

憶に留め、再現を目論む。だが、次の「今日イチ」が出ない。

「あと10ヤード!」「右へ行くな!」「1メートル、入って!」…そんな願いを抱くと、道具に目が向かい、BGの頁をめくる。だが、何が自分に合うのか分からない。

考え方を考えるには気付きが、カラダを変えるには時間が、スイングの安定には不断の努力がいる。ならば、道具選びの達人に見立ててもらおうのがいい。

頼りない技術のすべてを補う道具などない。それでも、自分に合うと思えた一本は、ミスは少し小さくし、次の一打への勇気呼び起こす。失敗しても「道具のせい」と「人のせい」という二つの逃げ道まで残される。新しい道具への期待が、

次のラウンド、次の一打を楽しみに変える。道具に思いを託すこともまた、ゴルフの醍醐味である。

達人への道は遠い。でも、ゴルフショップへと続く道は、玄関を出たその先にある。



内本浩史(うちもとひろし)
BUZZ GOLF 主筆

Handwritten signature of Hiroshi Uchinomoto

この収納力で
超軽量

参考価格

¥13,980

1.45_{kg}
CLUB CASE

8~12 本収納可能

旅行・新幹線など
移動を便利に

サイズ：高さ約 86 cm
(フード部装着時 H126cm)



ネイビー



グリーン



超軽量設計
移動に便利



2 分割口枠
8~12 本収納可能



新幹線で
場所を取らない
スリムなデザイン



グループでの
移動も楽々



お問い合わせ

TEL: 03-6823-2668 (土日祝休)
MAIL: golf@tobiemon.com

とびえもん

検索

お取扱店 **tobiemon.jp**
<https://www.tobiemon.jp>





SQUARE GOLF INDOOR・OUTDOOR

OMNI

スクエアゴルフ オムニ

インパクトの真実を、
4台の高速カメラが暴く。

「7項目のクラブデータ」「11項目のボールデータ

ヘッドスピード | ミート率

クラブパス | 入射角

フェース角 | 打点位置

インパクトロフト角

ボールスピード | 打ち出し方向

打ち出し角 | 総スピン量

最高到達点 | スピン軸

バックスピン量 | 降下角度

サイドスピン量 | 総飛距離 | キャリー

H38cm

発売日
2026 8.18

DEBUT



W17cm



詳しくはこちら

<https://squaregolf.jp/>

GPRO Co., Ltd.