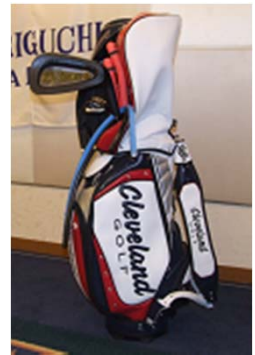




こころの中を見つめよう 博愛を広げるために
2011-12・RIテーマ



守口ロータリークラブ 週報 No.10



講師卓話用バッグ

新世代の為の月間

本日のピアノ演奏

- 1、愛情物語、 2、イエスタディ 3、旅愁



本日例会 2011年09月28日
(第2457回)

「会社経営と自衛隊教育」
水谷行政書士事務所
水谷 秀志様
担当：社会奉仕委員会

次回例会 2011年10月05日
(第2458回)

「あいりん地区におけるNPO活動
—結核対策を中心にして」
NPO法人ヘルスサポート大阪
理事・事務局長 井戸 武實様
担当：会長・幹事

出席報告			
例会日	出席	欠席	出席率
09月21日	27	14	65.85%【会員44名】【内免除者3名】
09月07日	29		メイクアップ4名 (72.50%)

前回例会（2456回）9/21の主な内容

◎ゲスト紹介

本日の卓話講師
アドバンス開発(株) 代表取締役
大東 将啓様 (枚方RC)
米山奨学生 (奨学金贈呈)
金 呉 隼 (キム デファン) 様



金 呉 隼 様



吉川巧一委員長

リメンバー
会員増強

◎幹事報告 (川村幹事)

- 前年度に東日本大震災義援金をガバナー会に送金致しましたが、諸般の事情により返金して頂くように理事会で決定しました。早急にクラブでの支援を準備する。
- 創立50周年記念誌の訂正とお詫びをメールBOXにいております。
- 9月21日～30日迄、秋の交通安全運動が始まります。
- 事務局の中にドアが取り付けられましたので会議等が出来ますのでご利用ください。



◆◆◆委員会報告◆◆◆

◎親睦活動委員会 (田坂委員長)

- 守口ゴルフ同好会練習ラウンドのご案内
日程：10月6日(土)
場所：枚方G. C
- 新会員研修会のご案内
日時：9月21日(水)13：30～
場所：5F「事務局」



◎新世代奉仕・ローターアクト委員会 (三宅副委員長)

- 市民まつりに出展のお知らせ
守口RAC
ニバザー・バルーンアート
(是非ニバザー商品の提供をお願い致します。)



■ 会 長：石 橋 高 夫
■ 幹 事：川 村 弘 和
■ 広報雑誌・会報委員長：他 谷 勝
URL：http://www.moriguchi-rc.jp/

■ 例 会 場：守口ロイヤルパインズホテル 守口市河原町10-5
TEL (06) 6994-1111 (代表) 〒570-0038
■ 事 務 所：守口市河原町10-5 守口ロイヤルパインズ5F 〒570-0038
TEL (06) 6994-0010 FAX (06) 6994-0009
■ メールアドレス：info@moriguchi-rc.jp
■ 例 会 日：毎週水曜日 12時30分～13時30分

◎会長の時間

会長 石橋 高夫



東日本大震災義援金に関し、新たな展開があり、ご報告申し上げます。

この度、会長幹事宛に、ガバナー並びに支援プロジェクト委員長連名のメールが届きました。前年度（松本ガバナー年度）に皆さまから寄せられた義援金の大半が返されてくるという内容です。

前年度日本ガバナー会には約10億円の義援金が寄せられ、この中、寄付されたのは11.74%の1億1千6百万円余でした。残りを「ロータリーらしい」使い方と模索、検討委員会で作案された、被災遺児の教育支援プログラムを中心とする案を次年度に引き継ぐ筈が、本年度ガバナーの多数の賛同を得られず、案そのものが白紙に戻ってしまいました。

被災地に配布された額を控除した7千2百80万円余りが、当地区に返金されて参りました。地区はこの資金を本年度立ち上げた地区基金にプールしていますが、クラブの意向によってクラブに返金するというのです。

当クラブでは、9月14日の理事会で、返金してもらふことに決定いたしました。ただ今、社会奉仕・国際奉仕委員会で鋭意ご検討いただいております。皆さまからのご提案等、よろしくお願ひ申し上げます。

卓 話

アドバンス開発(株)

代表取締役

大東将啓 (枚方RC)

「ゴルフ上達のポイントと
目標設定の大切さ」

多くのゴルファーは「ゴルフが上達したい」という願望を持っている。にもかかわらず自分が望んでいるような上達が出来ないのが現状である。どうしてなのだろうか。それに関係して興味深い調査がアメリカであった。

(～P 3に続く～)



体験 エクササイズ



ニコニコBOX S・A・A

- 深田 会員 50周年記念誌新趣向でうまく纏めていただきました。楽しく見させてもらってます。
- 石井 会員 「創立50周年記念誌」を立派に手作りで作成された担当委員会の皆様に感謝をこめて。
- 石橋 会員 台風少し心配しましたがたいした事なくて安堵。

9/21 結婚・誕生ニコニコBOX 335,000円

(～卓話 続き～)

ミシシッピ大学卒業生が40年後どのような生活をしているかを調査した結果である。「3%—大成功、10%—かなり成功、60%—まあまあ、27%—他人の世話」。卒業時の能力がそんなに変わらないにもかかわらず、どうしてこのような差がでるのか。この調査の面白いところは、%だけにとどまらず、どのようにして成功したかを調査したことだ。その結果明らかになったのは、「大成功者は明確な目標を持っていた。かなりの成功者は漠然とした目標をもっていた。それ以外の人は目標がなかった。」とのことだ。

「人生を成功したい」という願望はだれでも持っている。しかし具体的な目標に置き換えて到達するまで実行する人は少ない。例えば「金持ちになりたい」ではなく「5年後に500万円つくる」とか「英語を上達したい」ではなく「来春英検2級に合格する」という願望から目標への転換が必要なのだ。

◎ターゲット（目標）を持つ大切さ

ゴルフが上達する上で、まず認識しなければいけないのが、ゴルフスイングの特性だ。他のスポーツと違いゴルフスイングの最中は目標を見ながら動作を行なうことが出来ない。キャッチボールの時は投げるところを見ながら腕を振りかぶる。人間は視覚から入ってくる情報が大部分を占め、目線のあるところに意識が集中する。ゴルフの場合もしかり。スイング中、地面のボールを見つめているために、ボールに対して意識が集中し、本来の目標に対してのイメージを持つことが難しい。そのために地面のボールに対してクラブヘッドをぶつける「明治の大砲」スイングになってしまう。

素振りでは綺麗に振り抜けて、実際にボールを打つときにフォローが取れないスイングになってしまうのは、意識が目線のあるボールに集中しているから。したがってゴルフの場合は打つべき目標に意識を鮮明に置く作業が必要となってくる。目線とイメージの分離である。具体的にはアドレスの状態でも目標を2秒以上凝視し、目線をボールに戻してきても、頭の中のイメージは100%目標を描いた状態を保つのだ。そのトレーニングを重ねることにより振りぬぎが良いスイングが形成され、目標に対してボールが飛んでいく確率が高まる。実際「地面のボールを凝視せず、目標意識を明確に持つ」事により、ヘッドスピードが13%アップする実験結果が出ている。今まで目標意識を持たずに、糸の切れた凧のように飛んでいったボールが、不思議と意思を持った生き物のようにコントロールされるであろう。

狙いを定める〔目標を持つ〕ことにより、初めて頭の中のイメージが鮮明となる。アプローチや

ロングパットの距離感に悩んでいるゴルファーは、特に目標のイメージを鮮明に描くことにより抜群の結果を得ることが出来るだろう。

◎効果的練習方法

練習ドリル（方法）や副教材を使ったものは、200種類にもおよぶ。その中でも最も効果的なのは素振りの練習だ。特に家の中でも出来るタオルスイングは、お勧めだ。バスタオルの一方を結び、その反対側を持ち連続でスイングをする。ちょうどタオルの結び目がわきの下に当たるのが目安だ。右、左と連続でポン、ポンとリズム良くゴルフスイングのように3分間素振りを行う。インパクトの周辺で風を切る音が「ビュ」と出ることを確認しよう。毎日3分、3週間続ければ、滑らかな自分のスイングを形成する一番の早道となる。

もう一つ、ハガキを口にくわえて実際にボールを打つ練習をしてみよう。

このドリルは、

1. スイングプレーンをイメージしやすい
2. トップオブスイングで肩の入り方をチェックできる
3. インパクトでの力の入りすぎの防止
・・・の効用がある。

ボールを意識してヒットするゴルファーは、インパクトで歯を食いしばって打っている。ハガキを口にくわえることにより、歯の間に隙間が開き、力の入りすぎを防止する。

またハガキがスイングプレーンの面と一致させることにより、安定したスイング軌道が可能となる。トップで左肩がハガキの下に隠れれば、十分に肩の回った理想的なトップオブスイングとなる。

講師略歴

大東将啓（枚方RC）

日本ゴルフ界で初の博士プロ。

ブッチ・ハーモン、デビット・レッドベターをはじめ、通訳、翻訳、インタビュー等を通じて100人を超える海外のティーチングプロから学ぶ。「ゴルフホームドクター」を主宰し、ゴルファーのトータルサポートに当たっている。

(社)日本プロゴルフ協会 A級ティーチングプロ
(社)全日本ゴルフ練習場連盟 指導競技委員会委員長

文部科学大臣認定ゴルフ教師

ナチュラルゴルフ マスターインストラクター

日本ゴルフ学会 近畿支部理事

日本ゴルフジャーナリスト協会 副会長

所属：東香里ゴルフセンター&香里グリーンテニスクラブ