

スポーツは何歳からでも

始められる！



撮影場所：高橋自然公園

武雄市パークゴルフ協会
会長 高橋 康介さん

パークゴルフ
心と身体
健康広場

時刻は午前8時を過ぎた頃。思いのほか大勢の方がパークゴルフを楽しんでいる姿に圧倒されているところ、山口正会長が声を掛けてくださった。それにしても、皆さん本当に楽しそうだ。パークゴルフ、そしてスポーツの魅力、さわやかクラブ武雄会長山口正さんと、武雄市パークゴルフ協会会長高橋康介さんに伺った。

健康のために

パークゴルフは36ホール（18ホールを2回）をまわりその打数を競いますが、それだけでも6000歩近く歩くんですよ。コースには凹凸があり、どのように打てばいいかを考え、自分で打数を数えながら歩きます。マナーやルールなどもあるので頭を使います。歩いているだけのようで、意外に全身を使っている運動になっていくんですね。健康のために始めて欲しいです！

仲間とのつながりも楽しい

毎週火・木・土の午前中に練習を行っています。少人数単位で楽しく色々な話をしながらコースを回るのもパークゴルフの魅力の一つです。話をするうちに仲間意識が生まれますね。みんな練習を楽しみにしているんです。

雨などで練習が無くなると「何で無いんだあ」ってみんな不機嫌になってしまふんですよ（笑）月に2回ほど試合もあります。練習では和気あいあいとしていても、試合ではみんな真剣勝負です。

あなたも始めてみませんか

最初は30人ほど始めましたが、今では100名ほどになり、最高齢は86歳の方がプレーを楽しんでいます。この朝日町のコースも自分たちで作りました。作っていく途中でコースが足りないことが判明し、大変でしたが、ここで仲間たちと楽しくパークゴルフが出来ているのが嬉しいですね。コースを精力的に整備してくださる方もいて、本当に感謝しています。子どもたちにも普及させようと子ども用のクラブも用意しました。誰もが健康のために気軽に始められるスポーツ。あなたも始めてみませんか？



さわやかクラブ武雄でいつまでも健康に！

- ①無理なく、マイペースで出来るクラブ
- ②誰でも、気軽に取り組めるクラブ
- ③生きがいづくり、仲間づくりをめざすクラブ
- ④イベントなど色んな形で楽しめるクラブ

申込み・お問合せ 『さわやかクラブ武雄』事務局（スポーツ課内）
☎090-1342-1245
9:00～12:00 ※土日祝日除く



さわやかクラブ武雄
会長 山口 正さん

パークゴルフとは
1983年に北海道で生まれました。武雄に普及したのは約18年前。クラブ1本とボール1個、ティー（ボールを固定させて打つ道具）があれば、誰でも簡単に楽しめます。クラブでボールを打ち、カップインするまでの打数を競い合い、楽しく遊べる健康的なスポーツです。