

初心者ラウンドマニュアル

<ゴルフとは？>

- ・少ない打数ほどいいスポーツ！

ゴルフは、クラブでボールを打って1) カップに何回で入れるかを競うゲームです。コースは18ホールで成り立っています。18ホールそれぞれのカップにボールを入れるまでの打数の合計で勝敗が決まります。

- ・エチケット、マナーを大切に大人のスポーツ！

ゴルフは、エチケットやマナーを守ることが重要視されます。
だらしない服装はNG！他のプレーヤーの妨げやコースをいためるといった行為などもNG！

- ・基本、18ホールを4名1組でまわる

基本は1組4名ですが、ゴルフ場により3人や2人もOKな場合もありますので、夫婦や恋人でまわることも可能です。

<コースに行くにあたって>

コースに出るためにはまずクラブ・グローブ・シューズ・ボール・ボールマーク・ティー・グリーンフォークなどが最低限必要になってきます。

- ・クラブ : コースにクラブを持って行ける本数は14本までと規定で決められています。14本以内に納めてください。
- ・グローブ : ショットをすると滑るのでグローブをしましょう。
- ・シューズ : ショットをした時に足が滑らないようにゴルフ用のシューズを履いてください。
- ・グリーンフォーク : ボールマークを直すための小さなフォークのようなものです。
- ・ボール : 初心者はボールを沢山なくしてしまう恐れがあるので20個ほどもっていきましょう。
- ・ボールマーク : グリーンの上にボールが乗った時にボールを拾い上げるためにマークが必要になってきます。マークがないとボールは拾えません。
- ・2) ティー : ティーグラウンド上で3) ティーアップして打つために必要です。

<エチケット・マナー>

(a) ゴルフ場での服装

4) クラブハウス内も含め、ゴルフ場では衿つきのトップスでらしなくないものであれば、OK!

これはNG!・・・Tシャツ、ジーンズ、ジャージ、サンダル、
など

(b) 時間

少なくともスタート1時間前にはゴルフ場に到着していきましょう。

(c) 喫煙

喫煙場所があるのできちんと確認しましょう。

(d) 5) スロープレーに注意

9ホール2時間をめざしてがんばりましょう。

(e) スロープレーにならないために、初心者が気をつけること

- ・自分の打順が来てから使うクラブを選ばないで先に選んでおく。
- ・次に使うと思われるクラブを2、3本持ってボールのある場所に行く。

(f) 打つ順番

6) ティーグラウンドに上がったら、まず、打つ順番を決めます。

(ティーグラウンドに置いてあるくじ・じゃんけん) 1番最初に打つ人をオーナーという。

(g) 2打目の打つ順番

2打目は一番カップに遠い人からになります。

ボールがどこに飛んで行くか分からないので打つ人の後ろにいきましょう。

(h) 打つ人の邪魔をしない

- ・次に打つ人が7) アドレスに入ったら打つ人の視界に入らないように後ろで待っていきましょう。
- ・次に打つ人がアドレスに入ったら人と話したり8) 素振りをしないようにしてください。

(i) OBを打ってしまった場合

9) OBを打ってしまったら、必ず「10) 暫定球を打ちます」という。OB球のボール番号と次に打つボールの番号を一緒に回っている競技者に伝えてください。

(j) 1 1) グリーンに乗った場合

- ・走らない

芝を傷つけてしまうため、興奮したりしても跳ねたり走ったりしてはダメです。

- ・ラインを踏まない

グリーンに入る前に他のプレイヤーの1 2) パッティングラインをチェックし、踏まないように気をつけましょう。

- ・1 3) ボールマークを直す

ボールがグリーン上に落ちたときにできる窪みをボールマークといい、必ず直すのがマナー。グリーンフォークで芝を寄せて直す。

(k) 1 4) バンカーに入った場合

- ・低い所から入る

バンカーへは、土手が低くなっているところから入る。高い所からでは、土手の砂が崩れ、芝をいためる原因になってしまう。また傾斜面などで危険である。

- ・ならしてから出る

バンカーショットの後は、ショットの跡や自分の足跡などをならしてから外へでる。1 5) レーキと呼ばれる道具がバンカーの周辺に置いてあるので、それを使って砂を平にならしめてもとの状態にしたらレーキをバンカーまわりにきちんと戻す。

(1) 危険行為に注意

- ・人の近くでクラブを振らない

1 6) スイングする時は、周囲に人がいないかどうかを必ず確認してからにする。

- ・打つ人の前に出ない

打つ人の前や後ろに出ると、ボールやクラブに当たる可能性があり大変危険です。また、打つプレイヤーの集中を妨げることになるため前に立ってはいけません。

- ・打ち込み禁止

前の組の人たちに打球が当たってしまう恐れがあるときは、危険なので打つのを控えます。次のホールに前のグループがまだ残っていれば静かに待ち、危険防止のため、その人たちが十分離れてから打つようにする。

<ルール>

1、ティーグラウンド

ティーショットを17) 区域外から打ってしまうと、2打罰となります。打ったボールは無効となり、打ち直しとなります。空振りも1打罰。ティーショットがOBになった場合1打罰でもう1度ティーショットとなります。ティーショットしたボールが見つからない場合別のボールで1打罰で再度ティーショットとなります。

2、18) スルーザグリーン

アドレスしてボールが動いた場合元の位置に戻して1打罰。

素振りをしていてボールにかすって動いた場合も元の位置に戻して1打罰。

打ったボールが19) カートに当たった場合1打罰でプレー続行。

一緒に回っている人のボールを打った場合「誤球のプレー」として2打罰で自分のボール打ち直します。水たまりの中にボールが入ってしまった場合近い場所に20) ドロップできます。0打罰。

3、バンカー

バンカーの砂にクラブをつけてアドレスした場合2打罰でプレー続行。

バンカー内で枯れ葉を取り除いた場合2打罰でプレー続行。

4、21) ウォーターハザード

ウォーターハザードにボールが入った場合そのまま打てる場合0打罰でプレー続行。打てない場合1打罰で元の位置に戻って打つか、ウォーターハザードに入ったと思われる地点とカップを結んだ後方線上にドロップして打ちます。

5、22) パッティンググリーン

グリーンにあるスパイク跡を直した場合2打罰でプレー続行。

グリーンに手のひらをつけると2打罰でプレー続行。

索引

- 1) カップ : ボールを入れる穴。
- 2) ティー : ティーアップするために使う木、もしくはプラスチック製の小道具。
- 3) ティーアップ : ティーでボールを浮かせること。
- 4) クラブハウス : くつろいだり、着替えたり、お風呂に入ったり、食事をするところ
- 5) スロープレー : プレーするのが遅いこと。
- 6) ティーグラウンド : 1打目を打つエリアのこと。
- 7) アドレス : ボールを打つ構えに入ること
- 8) 素振り : ボールを打たないでスイングすること。
- 9) OB : プレーできるエリア以外のこと
- 10) 暫定球 : 打ったボールがOBやロストの可能性のある場合、暫定球の宣言をし同じ場所から打つことができる。ただし、最初のボールが見つかった場合は、そのボールを使用する。見つからなかった場合は、1打罰を加えた上で暫定球を使用してプレーを続行できる。
- 11) グリーン : カップがあるエリア。芝が短く刈ってあり球がよく転がる所をいう。
- 12) パッティングライン : ボールとカップを直線で結んだ架空のエリア線。
- 13) ボールマーク : ボールがグリーン上に落ちたときにできる窪み。
- 14) バンカー : 砂のある窪地のこと。
- 15) レーキ : 砂をならす道具のこと。
- 16) スイング : 球を打つ動作。
- 17) 区域外 : ティーマーカーから後ろ2クラブ以内の区域。
- 18) スルーザグリーン : グリーンとティーグラウンドを除いた全ての場所。
- 19) カート : キャディーバックや人を運ぶ小さい車。
- 20) ドロップ : 胸の位置から腕をのばしてボールを落とすこと。
- 21) ウォーターハザード : 赤抗や黄抗で仕切られたエリア。
- 22) パッティンググリーン : カップがある場所。