

エージシュートを目指す



明けておめでとうございます。

初詣で毎年、「100歳まで生きさせてください」とお願いする人がいるそうです。長生きしたいの？と聞けば「エージシュートを達成したいから」という返事だったとか。

エージシュートというのは、年齢以下のスコアで回ること。仕事をリタイアする時に「これからはエージシュートを目標に」と言われた人も多いのではないのでしょうか。とはいえ72歳ならパープレイ以下で回らなければいけない。ハードルが高いのは間違いありません。100歳なら達成できそうですが、その体力が残っているかどうか？

Age Shoot

通算1,000回以上の
ツワモノも

「エージシュート記録1,472回(更新中)」(ゴルフダイジェスト社)という本があります。熊本県人吉市に住む植杉乾蔵氏は出版当時の2020年4月で96歳。71歳で初達成した後、年々回数を増やし、2010年に700回を達成、年末に朝日新聞がコラムで紹介したことがあります。その翌年88歳の時には年間151回、これがピークでしたが、その後も記録を伸ばしました。

植杉氏の奥様・千枝子さんもゴルファーで元看護師、調理師免許も持っています。この本は健康を維持するレシピ、生活習慣、乾蔵氏のけが・病気からのリハビリ法などを紹介しており、主な筆者は奥様です。乾蔵氏の記録は実は奥様との二人三脚で達成したというわけです。

エージシュートで有名な方がもう一人います。神奈川県川崎市在住の田中菊雄氏、86歳。2022年3月時点で1,000回のエージシュートを達成しました。初めてエージシュートを達成したのは2006年、71歳の時。それから79歳で通算50回、80歳で100回、82歳で200回、83歳で300回。85歳の時には年間317ラウンドして1年で217回達成したそうです。田中氏は不動産・食品企業グループの創業者・会長ですが、経営の第一線から退いてからエージシュートは人生をかける対象になりました。一般社団法人日本エージシュート・チャレンジ協会を立ち上げ、定例会を開催しています。田中さんによるとエージシュートを真剣

に目指すことがよい人生にもつながる。「暴飲暴食や夜更かしは慎むし、ストレッチもする。ゴルフでも仕事でも、先祖からもらった能力の限界に挑戦するのが自分の責任だと思う」(日本経済新聞夕刊2022年1月20日)

津久井湖でエージシュートといえば、名前が挙がるのが前理事長の坂本勲氏です。現在、83歳ですが、最初に達成したのが70歳の時。それから合計84回達成しました。年間最多は2021年の9回。今後も記録を更新なさることでしょう。以前、この会報にご登場いただいた時は、年齢対策として長尺のドライバーを導入し、入念なストレッチを心がけているというお話でしたが、最近ではアプローチの精度向上に力を入れているそうです。

Age
Shoot

18ホール6,000ヤード 以上が一つの基準

エージシュートについて日本ゴルフ協会(JGA)のような公的機関の規定はありません。アマチュアの場合、基本的には自己申告です。ただ、何も規定がないと短いコースで簡単に達成できてしまいます。そこで男性の場合、18ホールで6,000ヤード以上のコースというのが一つの基準とされています。(女性は5,000ヤード)。田中さんのエージシュート・チャレンジ協会のプラチナ認定の場合、18ホールで6,100ヤード、ノータッチ、完全ホールアウト、キャディまたは同伴競技者とコースの承認が必要としています。これとは別にゴールド認定として男性5,400ヤード、女性4,500ヤードという規定も設けています。いずれにしろゴルフ・コースや団体がそれぞれで決めるプライベートなルールです。ちなみに津久井湖の場合、黒ティを使用してりんどう・白ゆりで6,165ヤード、山吹・りんどうで6,065ヤード。青ティでは6,000ヤードに達しません。倶楽部としてエージシュートに関する規定は設けていません。

プロの場合は公式競技の記録で達成を確認できます。インターネットで探してみると、中村寅吉氏が1981年に65歳の時に65で回ったのがシニアツアー制度確立前の公式戦として初めて。青木功プロは2007年に年齢と同じ65、尾崎将

司プロは66歳の2013年に62で回りました。さすがにアマチュアより若い時に達成しています。

海外はと探ってみると、1972年にベン・ホーガン(64)が64、1979年にサム・スニード(67)が66、2001年にアーノルド・パーマー(71)が71という記述がみられます。最年長記録は1972年にカナダのアーサー・トンプソンが103歳で98、最も若い記録は59歳のアマチュア、パトリック・ウィルスが57で回りました。彼はハンディ+4でこの時はショートイーグル、ミドルのアルバトロス2回、つまりホール・イン・ワンを3回やったそうです!?

Age
Shoot

80歳代が達成黄金時代!

ゴルファーがやってみたいと思うホール・イン・ワンとエージシュート。ホール・イン・ワンには偶然の産物という面もありますが、エージシュートは積み重ねた努力の結晶といえそうです。達成のヒントをまとめると――

第1に歳を取ることに。ひとつ年を取るごとに達成目標のスコアも増える。ただし、体力は低下するので、第2のポイント、健康と体力の維持が必要です。グラフにすると、右肩上がりのスコアと右肩下がりの体力が交差する点が焦点。田中氏が年間最多を記録したのは85歳、植杉氏は88歳でした。エージシュート達成には、80歳台は黄金の10年かもしれません。

第3に年間に何ラウンドもできる経済的余力も必要です。田中氏のように年間300回以上とはいかなくとも、ラウンド回数が多いと奥様にはほぼゴルフ・ウイダー(未亡人)状態を容認してもらわなくてはいけません。第4として「亭主元気で留守がいい」と受け止めてもらえる奥様や家族の協力が欠かせません。

第5には体力低下をカバーする努力も必要です。ユーチューブで見ると、田中さんは極端なクローズドスタンスで飛距離を維持しています。最後に付け加えるとしたら、やはり達成するぞという「気力」かもしれません。腕に覚えのあるゴルファーは黄金の80歳代に向かって目標ができたのではないのでしょうか。腕に覚えのない筆者は100歳まで体力を維持する方法を探ることにしましょう。