

【私の趣味/生きがい】

ゴルフを通じて健康維持

高橋 盛 会員

私は、現在長浦おかのうえ図書館の施設管理の仕事についています。仕事の内容は、施設『視聴覚室、会議室、ギャラリー等』の貸し出しや、最近ではコロナ渦での業務である『検温等』です。



趣味は、生まれが岩手県の奥羽山脈の山懐であるため、小さい頃から慣れ親しんで来たスキーに社会人になって嵌まり、スキーのためのトレーニングを目途に硬式テニスを楽しんでいました。

28歳の時、独身を卒業してからは、硬式テニスと釣り(岸壁&磯釣り)に嵌まり、子供達が社会人になったのを機に55歳頃よりゴルフを始め、現在は10名を超える仲間と、月に4回ゴルフを楽しんでいます。

ゴルフは、65歳を過ぎて会社を退職してから、本格的に始めましたが、今では唯一の趣味となってしまいました。この趣味は、全てが自分の技術と体力と思考がスコアに影響することが最近わかってきました。最終目標はエイジシュート(自分の歳より低いスコアでラウンドすること)です。このため、自分的にはマイナーなジョギングを、暇を作っては実施し、クラブのスイング軌道を安定化する目的で、竹ぼうきのスイングと、背筋と腹筋を鍛えるために、筋

トレを実施しています。

最終目的のために、まずは平均スコアを80台でラウンドすることを目標に、日々体力と技術力向上に勤しんでおります。

ゴルフを通じて知り合いとなった人達と技術を競い合い、ラウンドメンバーより1打でも少ないスコアでラウンドすることを目標に、メンバー同士で日々健康と技術を磨いております。

小生も、もうすぐ古希を迎えるので、身体と精神を、ゴルフを通して鍛えて行きたいと想う今日この頃です。