

いくつになっても楽しめるのがゴルフの最大の魅力。コロナ禍で若者たちをはじめゴルフ人口が増えている一方で、シニアたちはますます元気。そして、今回ご紹介するのはなんと超シニアと呼ばれる90歳代のゴルファーたちです。みなさん、ゴルフを日常的に楽しんでいます。超お達者90歳代を大いに見習って、心も体もハッピーになれるように!!



守田 定子さん

91歳 (ゴルフ歴20年)

守田 吾朗さん

95歳 (ゴルフ歴55年)

# 夫唱婦随で 週1ラウンドを 楽しむ。

浜名湖CC

今回のアンケートでひととき目を引いたのが、「95歳と91歳のご夫婦が週に一度ほどプレーに来られます」という浜名湖カントリークラブからの情報だった。

信じられなかった。90歳ゴルフでも珍しいのに、ご夫婦ともに90歳を超えており、週1のゴルフを楽しんでいる。何より、91歳女性ゴルファーの存在が信じられなかった。会ってまた驚く。想像していたより若い。特に夫人の顔はシワひとつないほどツヤツヤだ。なるほど、この感じでは週1ゴルフもやれそう。ご自宅はゴルフ場の近くで、車で5、6分の距離だという。スタート前に、しばし歓談する。



夫婦あわせて 186歳

91歳

95歳

## 夫人はなんと70歳からゴルフを。

週1のプレーは、18ホールではなくハーフで、2人で乗用カートを使ったセルフプレーなのだという。「いつからお2人でゴルフを」と聞くと、定子夫人が微笑みながら言った。「70歳の時、私を手ごめにあったんですよ」

手ごめ? ご主人の吾朗さんがやや大きな声で捕捉した。「なに、私のゴルフの相手がいなくなったもんだから、女房にさせたんですわ、ハハ」

成り行きはこうだ。吾朗さんは元役人で、運輸省と建設省(ともに現国土交通省)の名古屋勤務をしていた昭和39年、38歳の時にゴルフを覚えた。「矢作ダムを造ったころでね、当時は係長で、周りからゴルフは課長からと叱られた。この浜名湖にはおじきに呼ばれて帰ってきてゴルフをやったもんですよ」

役所を辞めて浜松に戻った後、昭和50年に静岡県会議員に当選し3期12年勤め上げた。その後、65歳の時に遠州信用金庫の経営を任される。「当時、56歳(名前の吾朗をモジって)という後援会のコンペがあったんだが、定年などでゴルフをやる人が段々といなくなつてね」。そこで、狙いをつけた(?)のが定子夫人。「自分の女房ならいつでもいけるだろ

(笑)。

なんと身勝手な。ただ、大正15年生まれのことんな我が道をいく性格が長生きの秘訣なのかもしれない。一方、定子さんは若い頃、名古屋で裏千家のお茶の先生をしていた。「運動が苦手でもう、無理やりでした」と定子さん。

当時、吾朗さんは浜名湖CCの副社長をしていて、「ここでやらせるわけにもいかないの、5時半に起きて豊橋のゴルフ練習場に行つてレッスンを受けさせましたよ。掛川のショートコースにも、高速料金を2000円も払って、連れていったなあ」

苦労話のように聞こえるが、もとは自分のためである。さて、ゴルフを押しつけられた定子さんはいま、どう思っているのだろうか? 「最初はいやでいやで。でも、運動するようになったのはよかったです。足も丈夫になったし。でも、最近では疲れようになつて、朝、こむら返りが時々起きるんですよ」

吾朗さんは柔道5段。当時の町長の頼みで昭和48年から27年間、新居中学校で柔道を教えた。静岡県代表として全国大会に5度。昭和50年は全国3位になったという。柔道で身



に付けた基礎体力は仲間内のコンペでも負けない飛距離を誇った。

「でもね、90歳を過ぎてからはガタンと落ちた。いまはもう、150ヤードぐらいしか飛ばんよ。90歳までは若い衆とよく1Rしたが、最近では年に2、3回。去年と今年で体調の違いがわかるほど体力が落ちたね」と吾朗さん。過去の年間最多ラウンド回数は98回だという。

## 軽やかな動きで ときばきプレー

話しているうちに、午後1時を過ぎ、スタート時間になった。吾朗さんのゴルフバッグにはドライバーに8U、7、8、9番のアイアン、PW、60度ウェッジ、パターの8本。定子さんはドライバー、8番アイアン、46度ウェッ

とても年齢には見えない、若々しい守田さんご夫婦

## CONTENTS (目次)

- 1 90歳代の超お達者ゴルファー大集合!!
- 2 守田吾朗さん(95歳)、定子さん(91歳)ご夫妻
- 3 磯谷恵一さん(98歳)
- 4 CGA加盟倶楽部の90歳代ゴルファーのご紹介
- 8 第51回 中部オープン
- 12 第54回 中部アマチュア
- 15 第51回 中部女子アマチュア
- 18 第55回 中部シニア
- 19 第21回 中部女子シニア
- 20 [エッセイ]元・中日スポーツ編集委員 見玉 光雄
- 21 石川三知のゴルフごはん
- 22 中部女子プロゴルフ会
- 23 [メンバーズタイム]
- 30 [連盟だより] 支配人会総会・中部アマゴルフ研修会総会、日本女子アマ 他
- 31 [トピックス] 中部地区のプロ競技報告、[読者プレゼント]
- 32 中部ゴルフ連盟加盟倶楽部一覧
- 33 [ニュープロダクト]



# ご覧あれ、連続ショット!!

お二人とも、とても95歳と91歳とは思えないしっかりしたスイングだ。今も太極拳とヨガを続けるなど、ゴルフの体力アップは欠かせないとか。

吾朗さんの日頃の努力が冴えるショット



定子さん渾身のショット

ジ、SW、パターの5本。実はラウンドが始まってわかるのだが、定子さん、FWを一本忘れてきたらしい。

この日は中コースを使用。吾朗さんはゴールドティー、定子さんはピンクティーからである。倶楽部の規約もあって帯同できず、1番と折り返して3番を拜見した。

1番のパー5。吾朗さんのティーショットは150ヤードのフェアウェイへ。定子さんのショットも60ヤードほど飛んだ。2打目、8Uを使った吾朗さんのショットはティーショットより飛んだのではないかと思えるほどの会心のショット。定子さんは2打目を打とうとして、ここでFWを忘れたことがわかる。「しょうがないわ、私はこれで」と8番アイアンを握ったが、気の毒に飛距離が出なくて、カートに乗るヒマもない。

3番のパー4は241ヤードの軽い打ち上げ。吾朗さんは2打目をサイドバンカーに入れたが、見事にオンさせ、ボギー。一方、定子さんは、この日はなにせアイアンだから、カートに乗せてもらえず、ゴツゴツと歩いてグリーンまで来た。それでも、定子さんは嫌な顔ひとつせず、ホールアウト。2人ともにてきばきとしたプレーぶりだ。これならスムーズに9ホールを回れるだろう。

## 一日2食。肉が好き。

「今日は今年21回目のプレーです。いつもはもっと多いが、今年は雨が多くてやめちゃうからね」と笑う吾朗さん。日頃、寝るのは午前2時ころで、起床は午前11時だという。「途中3回は起きるが、8時間以上は寝る。食事は2食。昼はサンドイッチに黒砂糖にチーズ。黒砂糖とチーズを一緒に口の中で混ぜてコーヒードリンクを飲むと旨くてねえ」

定子さんがにこやかに続けた。「私は早く起きますが、その代わり昼寝をします。夕食はお父さんは肉が大好きで、しゃぶしゃぶとか。400グラムぐらいべろりと食べちゃう。朝から肉つてもありますよ」

吾朗さんの自慢は90歳だった5年前の2017年4月21日のプレーだ。滋賀県の琵琶湖CC北コースで、前半39で回った。「友人がもうハーフやったらと言うのでやったら、なんと36で回れたんですよ。いやあ、驚いたねえ」

ゴルフティーからとはいえず、なんと90歳がギネス級の75で回ったのである。

## ゴルフは人生の縮図。いい時も悪い時もあるよ。

そして最後にゴルフとは。「ゴルフ場にはオゾンはあるし、空気もいい。それに大自然を相手にやるスポーツに教えてもらうことは多いね。同じゴルフ場なのに、40で回った翌日には50を打つ。パットも入るときもある。入らなるときもある。人生の縮図というか、やっとなんかことがわかるようになったねえ」。そう話す95歳の横には、穏やかな表情の91歳がいる。まさに夫唱婦隨のすばらしいゴルフ人生。いつまでもお元気です。



# なんでも自分でこなす バイタリテイ、白寿の 超元気ゴルファー

品野台CC・ウッドフレンズ森林公園G場  
磯谷 恵一さん

98歳（ゴルフ歴48年）

98歳

最終18番で9を叩き、悔しがる。

合わせて186歳のご夫婦  
ゴルファーも驚きだが、愛知県には来年の2月に数え1000歳を迎える超元氣な白寿ゴルファーがいた。瀬戸市に住む磯谷恵一さんである。生まれたのは1924（大正13）年2月。大正、昭和、平成、令和と4つの年号を生き抜いてきた。

3月中旬のある日、白寿を祝うコンペが瀬戸市の品野台CCで行われていると聞いて会いに行った。



「6で上げればエージシートだったんよ」と残念そうな磯谷さん。この日のスコアは前半49後半53だった。

## 今もコンペの幹事を引き受け、パソコンを駆使

話を聞いて、さらになく然とする。実は磯谷さん、いまだ、いくつかのゴルフの会の幹事役を務めているというのだ。ゴルフ場の予約から始まり、案内状の作

製や組み合わせを作つて連絡するのも全て磯谷さん。「なかに、パソコンを使えば、簡単にできますよ」とケロツと言つてのける。恐るべき能力。この日の白寿会の集まりにも、自らが発足させたゴルフコンペのイレブン会28人、やすらぎ会の20人も参加していた。「僕はゴルフ界に貢献してきた自負はある。いままでも多くのゴルフの会を立ち上げたからね」と笑った。

かつて愛知県職員として県体育館長も務めており、ゴルフに出会ったのは1972年に愛知県スポーツ会館を立ち上げた48歳のときだったという。いまから50年前だ。「当時、屋上にゴルフ練習場があったね、時間が空くとそこで打った。新聞社と一緒でゴルフ教室も開いていたよ」

相撲、柔道、剣道、野球、テニス、卓球とスポーツ万端で、日大時代はグライダー部。しっかりした

## ラウンドは月6回。自分で運転し、どこへでも。

4歳下の夫人は施設に入っており、食事は「昼は外食するが、朝と夜は自分で作っている。辛いものが好きでね、明太子が好物」と食事にはこだわっていない。最近変わったことといえば「管理が大変だから軒家を売つて、賃貸の部屋に移つた」とどこへでもという。

「生涯現役、生涯スポーツ、生涯社会貢献」がモットーで、今だにゴルフは月平均6回。「先日は4日連続ラウンドした」そうだ。ドライバーショットの飛距離は160ヤードで「ゴルフは軸で回転するのがコツ。この分では、ゴルフも105歳ぐらいまではやれそうだね」。ヒマを見つけて自叙伝を書く。元氣の秘訣は何でもやっちゃうこの旺盛なバイタリテイにあるのかもしれない。





# 90歳代のバリバリ現役ゴルファー

「ゴルフは体と心に良いスポーツである。少なくとも月に一度のラウンドを!!」  
 世界でも最も権威ある学会の一つであるアメリカン・ハート・アソシエーション(AHA)が心臓発作・脳卒中の国際会議で定期的にゴルフをしている人の死亡率が著しく低かったというデータを発表したというニュースが流れた。  
 AHAは週150分以上の適度な運動を推奨しているが、まさにゴルフは最適。ゴルフは年齢を問わず、高齢者でもプレーができ、ストレスを解消し運動にもなる。それは今回の90歳代ゴルファーの皆さんが見事に実証している。  
 これからもますますお元気で!!



- 4つの質問をさせていただきます
- A) ゴルフは月または年に何回?
  - B) 元気を保つために行っていることは?
  - C) あなたにとってゴルフの魅力とは?
  - D) 若者にゴルフを勧める理由は?
- ※年齢は2023年6月の満年齢です。

**瑞浪高原GC**  
**櫻井 實さん** ゴルフ歴55年  
 98歳

A) 年間15回  
 B) 特にありません。  
 C) 友人たちと1日話をしながら歩くこと。健康にも良い。  
 D) 大いに勧めたいと思います。

**愛岐CC**  
**小森 晃さん** ゴルフ歴68年  
 94歳

A) 月4〜5回  
 B) 何事も心身とも日々前向きにチャレンジしていること。  
 C) 若い頃より幅広い人脈に恵まれ幾多の苦難を乗り越えました。幅の広い交流で人間形成のプラスになる。

**春日井CC**  
**谷昭三さん** ゴルフ歴64年  
 93歳

A) 年18回(2021年)  
 B) ティサービスへいくつも行くこと。  
 C) 誘ってくれるお友達がいる。  
 D) 運動になるから良い。

**笹戸CC**  
**神原 亮さん** ゴルフ歴60年  
 93歳

A) 平均月に2回  
 B) 毎日朝風呂に入ること  
 ②抹茶を飲むこと  
 ③食事は1日2回  
 C) 健康維持とストレス解消。  
 D) 今はなかなか若い世代との接点がないけれど、子どもや孫と一緒にプレーを楽しめるよう、勤めています。

**東名古屋CC**  
**早川 操さん** ゴルフ歴51年  
 93歳

A) 月1〜2回(年15〜20回)  
 B) 散歩。毎日ジムに通っている。  
 C) 自然の中で体を動かすことで健康になる。  
 D) 健康増進。

**蟹江 三郎さん** ゴルフ歴55年  
 93歳

A) 月に3回  
 B) 3日に1回、1時間半の散歩を行っている。  
 C) 高齢になってもできる運動。  
 D) 高齢になってもできる運動なので。

**豊田CC**  
**加藤 正一さん** ゴルフ歴59年  
 93歳

A) 平均月に2回  
 B) 毎日朝風呂に入ること  
 ②抹茶を飲むこと  
 ③食事は1日2回  
 C) 健康維持とストレス解消。  
 D) 今はなかなか若い世代との接点がないけれど、子どもや孫と一緒にプレーを楽しめるよう、勤めています。

**新南愛知CC**  
**古久根 与美男さん** ゴルフ歴51年  
 92歳

A) 月3回  
 B) 毎日公園の散歩。ゴルフの練習。  
 C) 楽しく健康維持ができる。  
 D) 会社全員がプレーをしている。ゴルフは健康に良い。

**春日井CC**  
**山田 正さん** ゴルフ歴60年以上  
 92歳

A) 年20回  
 B) 若い時から農業を営んでおり朝早く起き、体を動かしていることで元気が保たれていると思います。  
 C) エージシユートを出るとゴルフが楽しくなります。  
 D) ゴルフは年齢に関係なく一緒にできるスポーツなので、子どもや孫と一緒にプレーを楽しみたいです。

**東海CC**  
**佐藤 元彦さん** ゴルフ歴60年以上  
 91歳

A) 月1〜2回  
 B) ゴルフ、外食など外との接触をなるべく多くするようにしている。  
 C) 考えなければいけないスポーツで認知症予防になる。  
 D) ゴルフは勧めたいが、入れ込みすぎて仕事はおろそかにしてはいけません。

**半田グリーンCC**  
**堀 正視さん** ゴルフ歴55年  
 92歳

A) 2ヶ月に1回  
 B) 趣味の囲碁と謡曲  
 C) 年齢を問わずゴルフができる。歳をとってもゴルフとゴルフ仲間と長い付き合いができること。  
 D) 特になし

**半田グリーンCC**  
**高須 弘さん** ゴルフ歴60年  
 91歳

A) 4回/月程度  
 B) 日々の散歩を欠かさず、踏み台昇降的なトレーニングを継続している。また、ゴルフのラウンド中は、カートに乗らず極力歩くよう心がけている。  
 C) 昔は技術の向上も目指していたが、今では昔からの仲間の元気を顔を見るのが一番の楽しみ。  
 D) ご近所も高齢者がかりになり、ゴルフを勧める若い人は身近にいない。

**半田グリーンCC**  
**高須 弘さん** ゴルフ歴60年  
 91歳

A) 4回/月程度  
 B) 日々の散歩を欠かさず、踏み台昇降的なトレーニングを継続している。また、ゴルフのラウンド中は、カートに乗らず極力歩くよう心がけている。  
 C) 昔は技術の向上も目指していたが、今では昔からの仲間の元気を顔を見るのが一番の楽しみ。  
 D) ご近所も高齢者がかりになり、ゴルフを勧める若い人は身近にいない。

**山代GC**  
**村西 七次さん** ゴルフ歴30年  
 92歳

A) 約30回  
 B) 腕立て伏せ、体操  
 C) 社会的にゴルフを始めましたが、今は気分がすぐれて、爽やかな気分になる。  
 D) 明るくなるので是非やってほしい。

**品野台CC**  
**戸田 肇さん** ゴルフ歴75年  
 91歳

A) 月3回  
 B) よく食べて、十分な睡眠をとること。  
 C) 仲間ができる。動作が機敏になり、判断力が付く。自分で自分が鍛えられる。  
 D) ゴルフをすることに人との和ができ、人間関係を築くことができるから。

**名古屋GC 和合コース**  
**新美 治男さん** ゴルフ歴60年  
 91歳

A) 週に2回ほど  
 B) 「晴耕雨読」で晴れた日はゴルフ、雨の日は囲碁に打ち込み4段を取得しました。また、週に1回、友人夫妻と麻雀をします。頭の体操になるし、指先を使うことで認知機能の向上に役立っていると思う。  
 C) ゴルフのみでなく、自然を楽しめるところが魅力です。今もカートを使わず18ホールを歩いています。  
 D) 健康のためゴルフをお勧めします。

**半田グリーンCC**  
**榊原 信夫さん** ゴルフ歴55年  
 91歳

A) 平均すると、5〜6回/月  
 B) 畑仕事と娘とのゴルフ。  
 C) お酒もやめている今、一番の楽しみ。  
 D) 娘も自然にゴルフを始めてくれた。誰かに教えるような柄ではない。

**日本ラインGC**  
**梅原 雄四郎さん** ゴルフ歴65年  
 92歳

A) 月に9回  
 B) 唐田を鍛えることは当然であり、食事制限にも気をつけています。空腹の日を作るために1週間に2度断食の日を設定することで、心身ともに生きる元気が湧いてきます。  
 C) 飽きのこない一生追い続けたいスポーツであり、常に工夫して上

**養老CC**  
**中村 勝美さん** ゴルフ歴45年  
 92歳

A) 年に20回  
 B) 特に何もしていませんが、ゴルフをする中で、元気を保っています。  
 C) 楽しくプレーすることで、健康が保たれている。  
 D) ゴルフを通じて、さまざまな人と接することができ、マナーおよび社会勉強にもなること。

**荻原GC**  
**伊藤 利彦さん** ゴルフ歴60年  
 92歳

A) 月平均3回(年25回)  
 B) 若い人たちと同じ条件でのゴルフ  
 C) ストレス発散、モチベーションの維持  
 D) 出合い、仲間づくりの場所

**東名古屋CC**  
**早川 操さん** ゴルフ歴51年  
 93歳

A) 月1〜2回(年15〜20回)  
 B) 散歩。毎日ジムに通っている。  
 C) 自然の中で体を動かすことで健康になる。  
 D) 健康増進。

**東海CC**  
**佐藤 元彦さん** ゴルフ歴60年以上  
 91歳

A) 月1〜2回  
 B) ゴルフ、外食など外との接触をなるべく多くするようにしている。  
 C) 考えなければいけないスポーツで認知症予防になる。  
 D) ゴルフは勧めたいが、入れ込みすぎて仕事はおろそかにしてはいけません。

**半田グリーンCC**  
**高須 弘さん** ゴルフ歴60年  
 91歳

A) 4回/月程度  
 B) 日々の散歩を欠かさず、踏み台昇降的なトレーニングを継続している。また、ゴルフのラウンド中は、カートに乗らず極力歩くよう心がけている。  
 C) 昔は技術の向上も目指していたが、今では昔からの仲間の元気を顔を見るのが一番の楽しみ。  
 D) ご近所も高齢者がかりになり、ゴルフを勧める若い人は身近にいない。



4つの質問をさせていただきます

- A ゴルフは月または年に何回?
- B 元気を保つために行っていることは?
- C あなたにとってゴルフの魅力とは?
- D 若者に「ゴルフを勧める理由は何?」

※年齢は2025年6月の満年齢です。

平尾CC 藤原 昭吾さん ゴルフ歴61年 91歳



- A 月1回(年12回)
- B 自宅庭のゴルフネットへの打ち込みと素振り。
- C 健康的で適度な運動と自然の中のきれいな空気。
- D 健康増進とマナー修得、並びに社交性向上のため。

大垣CC 竹村 昇さん ゴルフ歴55年 91歳



- A 月1回
- B 毎日歩いている。朝早くから毎日会社に行っている。
- C 生きがい
- D 健康のため

ぎふ美濃VC 児島 登さん ゴルフ歴67年 91歳



- A 年間100回程度
- B 歩くこと。
- C 健康第一(ゴルフ場という緑の多い場所が楽しめること)

ニューキャピタルGC 西尾 純次さん ゴルフ歴28年 91歳



- A 月に2回程度(地元仲間とのプライベートコンペと家族と一緒に)
- B 特別なことは特に行ってないが、75歳まで寒天製造業を営み、現在もお米と野菜作りを続けていること。近所にゴルフ場があり、気軽にゴルフが楽しめること。仲間や家族と一緒に楽しめること。現在も続けられるのは、ゴルフが家族の共通の趣味で娘、嫁、孫たちが誘ってくれるから元気がうちは続いている。
- C ゴルフは面白い。そして何より良い人間関係が築いていける。若い

サン・ベルグラビアCC 浅井 澄夫さん ゴルフ歴28年 90歳



- A 年24回
- B 食べ物に気を遣う。ゴルフが一番の楽しみで、今でもゴルフ雑誌を購入し、ショットを研究している。
- C 景色を楽しんだり、風やラインを読み、それに対応した工夫をすること。また、「人様に迷惑をかけるないように」と心掛けることが心の鍛錬。
- D ゴルフは麻雀と同じで、人柄が出てくるため、他人の素振り、仕草を見て他人への洞察力が高まる。

緑ヶ丘CC 鬼頭 利夫さん ゴルフ歴58年 90歳



- A 月5〜6回、年間最多130回(過去)
- B ゴルフ場巡り。今まで600ヶ所以上のゴルフ場に行きました。
- C 人生そのもの、生き甲斐です。
- D 長く続けられるスポーツなので勧めたいです。

伊勢CC 伊勢 辰雄さん ゴルフ歴50年 90歳



- A 年間30回程度(月平均2〜3回)
- B とにかく自然体で過ごすこと。できる限り歩くことを意識しています。
- C 健康維持のため、体が動く限り、プレーを続けたいと思います。
- D 仕事の上でもきつと人的交流が役立つと思います。

能登島G&CC 稲葉 健さん ゴルフ歴55年 91歳



- A 年30回
- B 規則正しい生活
- C どれだけでも底がないこと。
- D 心身を鍛えるスポーツとして、2006年から「ゴルフ道場」でジュニアの指導育成に携わっています。

能登島G&CC 下田 健一さん ゴルフ歴50年 91歳



- A 30回/年
- B 毎日2kmの散歩とラジオ体操
- C 豊かな自然の中で、友人・知人と一緒に楽しみながら無理なく運動できること。
- D 体力の維持向上。友人、知人が増え社会視野が広がる。自己研磨の場となる。

六谷CC 塚本 昌治さん ゴルフ歴30年以上 90歳



- A 約60回(月5ラウンドほど)
- B 畑仕事。ゴルフの足腰も鍛えられるし、美味しい野菜や果物が家族にも喜ばれます。
- C 健康を維持できること。ただ単に歩くよりも、楽しく、たくさん歩くことができる。
- D 月1回、世代の異なるコンペに参加しているが、そういった交流も楽しい。

呉羽CC 村松 達夫さん ゴルフ歴48年 90歳



- A 月平均4回(年40回)
- B 散歩、目標1万歩、平均8000歩。楽しい仲間と楽しむこと。
- C この歳になってもできるスポーツはゴルフ以外にない。自分を試す、自分に挑戦、その都度目標の設定が楽しい。
- D 他人に挑戦する人、減じる。自分に挑戦する人は何をやっても成長する。

白山CC 浅野 浩一さん ゴルフ歴50年 91歳



- A 年30回以上
- B 退職以来、24年経過した現在も、週5日程度、スポーツジムにて筋トレ。
- C プレーするメンバー個々に気配りや敬う気持ちが持てるのが素晴らしいスポーツだと思う。
- D ゴルフを通じてマナーや気配り、人を敬う気持ちが社会生活にも活かせるから。

大山CC 荒川 久男さん ゴルフ歴5年 90歳



- A 月3回程度
- B ラウンド中、カートに乗らず歩くよ心がけている。
- C ゴルフ場で、春夏秋冬を感じながら良き友達と楽しい時間を過ごせる。
- D ゴルフを楽しめる人に悪い人はいないと考えているので良き人との付き合いができる。

高岡CC 津田 和一さん ゴルフ歴60年 90歳



- A 月2回程度
- B 昭和37年からサラリーマンゴルフを始め、転勤で各地のゴルフ場を廻った。名門と呼ばれるゴルフ倶楽部も数多く経験し、今やゴルフ歴は60年。そのうち半分は60歳で定年してからの30年になる。
- C 健康を維持できること。ただ単に歩くよりも、楽しく、たくさん歩くことができる。
- D コースで思いっきりクラブを振って、ボールを打つと、気分がスゴク爽快である。寄る年波を感じながらも、ティーグラウンドに立てば人より飛ばしたいと思う負けない気が元気の秘訣。皆でワイワイ楽しんで、スコアの良い日は最高である。会員ナンバー2だけは今では希少。これも一つの自慢である。

笹戸CC 平林 和夫さん ゴルフ歴64年 90歳



- A 約月2回
- B 自営業で仕事をしていること。
- C 自然の中で体を動かすことでスリットする。
- D セルフコントロールが身に付く。自分の気持ちをしっかり持ち、目標に向かい進んでいくように。

さなげCC 横山 工さん ゴルフ歴50年 90歳



- A 月に4回
- B ゴルフ
- C 私ですが、孫まで3代で楽しくできるスポーツ。
- D 90歳を過ぎても、同じ位の年齢の仲間が集まり、ゴルフをすることが生きがいとなっており、毎日楽しく過ごすことができているので。

白山CC 玉屋 成正さん ゴルフ歴25年 90歳



- A 年50〜60回
- B 睡眠栄養、運動を適度にしっかりと。特にゴルフは運動にはもってこい。
- C 65歳からゴルフを始めて25年。健康維持の運動として、自分に最適していると思われる。
- D やはり、健康で長生きをするために、ゴルフは最適な体作りをしてくれる。

