

4KEYS 4 BETTER GOLF

BY SHUICHI MUROYA

A photograph of a golfer in mid-swing on a green field. The image is split diagonally from the bottom-left corner. The upper-left portion is white, and the lower-right portion is a solid red color. The golfer is positioned in the lower-right area, appearing as a dark silhouette against the green grass and a blurred background of trees and a flag. The text is overlaid on the red section.

再現性という幻想を捨てたら、
ゴルフが穏やかに楽しくなる。

はじめに

こんにちは、室屋修一です。

「再現性を高めたい」
「毎回、同じように打ちたい」
そんな声をレッスンでよく耳にします。

でも、僕はこう伝えます。
「再現性」は幻想ですよ。

それよりもずっと大切なのは「対応力」。
この講座では、
あなたのゴルフを縛っている「再現性信仰」
から自由になるための考え方をお話します。

1. ゴルフは“バラつく”前提のスポーツ

あなたのショットは、
プロのようにピンを狙って真っ直ぐ飛ぶもの
ではありません。

事実、PGAツアーの選手でさえ、
ドライバーの左右のバラつきは約50ヤード。

私たちは
「スナイパー」ではなく「ショットガン」
でプレーしているのです。

2. ミスすることは前提。ならば「どこにミスするか？」

ティーショットで右にOB、左はラフ。
狙いは？

多くの人が「フェアウェイの真ん中」と答えます。

でも、現実はどううまくいきません。
プロでもバラつくなら、
アマチュアの我々はもっとミスする。

だから

「右のOBを避けて、左のラフでOK」
といった、

“許せるミス”を前提にターゲットを決めるべき
なのです。

3. ナイスショットに頼らない設計力

ピンが左、左はバンカー、右は広い。
この状況で「ピンを狙う」のは危険です。

たとえナイスショットが出ても、少しでも左にズレれば大トラブル。

それよりも
「グリーンセンターを狙う」方が、
バラつきを吸収しやすく、
結果としてスコアも安定します。

4. 練習では“再現”より“対応”を育てよう

「再現性」を高めるために、同じ距離、同じ番手、同じスイングを繰り返す…。

その練習、実戦で役立っていますか？

むしろ

「毎回違う状況」に対応できる練習こそが、コースで強くなれる練習です。

- 距離、方向、番手を毎球変える
- ライの悪いマットで練習する
- プレッシャーをかけて1球勝負

これが“対応力”を育てる練習です。

5. 「平均」を受け入れたとき、ゴルフは 穏やかになる

「今日こそ90切りたい」

「このホールはパーが取れるはず」

「ナイスショットが出たのにボギー…」

そんな思考が、あなたを苦しめます。

「再現性ではなく、設計力でスコアを作る」

ことこそ、現実的なゴルフ戦略。

自分の「平均的なショット」を前提に、

「どこに外してもいいか？」

を決めることで、

ミスの連鎖は起きにくくなります。

おわりに

あなたがもし、

「毎回うまく打ちたい」
「再現性さえあれば…」
と考えているなら、

一度“幻想”から降りてみてください。

代わりに、
「再現しなくても戦えるゴルフ」
を設計すれば、
あなたのスコアも、気分も、もっと安定するはずです。