

松岡 匠さん堂々の二連覇達成！ 加えて 200 点 UP(今年度初)もマーク

日本人にとって忘れてはならない、あの東日本大震災が発生した日が三たび巡ってきた 3 月 11 日は偶然にも今年度第 2 回目の例会日と重なりました。しかも、その地震発生時刻・午後 2 時 46 分はプレー中になることが予測できたため試合前に話し合い、その時刻に合わせてプレーを中断し、犠牲者のご冥福を祈り、1 分間の黙祷を奉げました。

さて、試合はこのところ好調さを維持している松岡匠さんが、この日も絶好調で HC0 をものともせず、今年度例会初の 200 点 UP となる 207 点をマークし、堂々の二連覇を達成されました。まことにおめでとうございます！

ついであるが、同じレーンで投げた杉山もつられて 2 位となり、黙祷を通して東北にエールを送ったつもりでしたが、逆に東北のパワーをもらう結果となりました。

「奮投記」の新企画について

早いもので「ボウリング部会例会奮投記」は回を重ね、HP への掲載は 11 号になりました。年二回発行の会報誌『絆』では掲載しきれない当部会活動の広報補完を主目的として、例会終了毎に掲載してきましたが、編集子の一方的な記述では限界があると危惧し、区切りよく 11 号より改変して紙面を通じて皆さんの交歓の場にしたいと考えました。

とは言うものの紙面の制限もあるので、一回につき一人に寄稿していただき、リレートーク方式で順次全員に登場いただこうと思っています。なお、リレーの仕方については次回の例会時に皆さんからアイデアをいただき、取り決めたいと願っています。

内容は難しく考えず、ボウリングへの想いや部活動に対する注文とか提言をはじめ、趣味や健康法など気の向くままに 400～800 字程度に収めていただければと考えています。

独断ではありましたが、今号には今回見事二連覇に輝いた松岡匠さんにトップバッターをお願いしました。ちなみに今回のボリュームは約 800 字（原稿用紙 2 枚程度）です。

では、松岡 匠さんの「わがボウリング復活の記」とも云える寄稿文をご一読ください。

はからずも優勝させていただきました。一月の例会に続いて連続の優勝となりました。

大学以来のボウリングとの縁が復活したのは 2013 年の 1 月でした。

妻の勧めで豊島区の健康ボウリング教室に参加したのです。週一回、全部で 6 回の教室で確か 3000 円というリーズナブルな費用にも惹かれ、参加することにしました。

実技を含めて 3 時間余りの教室で、リタイアした人たち 20 名あまりが参加していました。ボウリングは大学の一時期かなり熱中した時がありましたがまったくの自己流で、200 点超えを何回も経験しある程度は自信もあったのですが、最初の実技では 97 点という衝撃の得点スタートとなり、これは一生懸命やらないとだめだぞ！と思いました。

それから 5 ゲームまでは 100 点台をウロウロする状態で、ようやく教室 5 回目でのゲームでやっと 150 点を超えました。実際に投げることだけに関心が集中していたのですが、初めてボウリングの理論と効用を学んだことは大きな収穫でした。

特に、われわれの年代にはボウリングの適度の運動量が非常に効果的であることを教えられました。●適度な有酸素運動であること。●体脂肪の燃焼や骨の強化、血糖値の低下にも効果があること。●またゲーム前のストレッチも普段使わない部位の活性化に効用があることなど、いいことづくめのように感じられました。加えて、●ボウリングには点数が結果として出るのでこれを目標にできることが、ジムでのエクササイズやゴルフの練習と違うところだと思います。

教室は昨年 2 月で終了し、その卒業生で作るリーグ戦に翌 3 月から参加して楽しんでいます。リーグ戦の参加者は 33 名、70 歳台が最多で 80 歳の方も 2 名おり、このことでもボウリングの健康への効用を物語っているように思います。

このリーグ戦に加え、昨年の 9 月からみなさんの仲間に加えていただき、2 か月に一度の例会が待ち遠しい思いです。

これからも楽しい仲間みなさんと共に永くボウリングを楽しんでいきたいと思っています。

ありがとうございました。

松岡 匠

※ 次の例会は 5 月 13 日です。入部希望者は事務局までお申し込みください。

以 上

平成 26 年 3 月 15 日

杉 山 光 司 記

2014 年度第 2 回 (3 月 11 日)
 関東大和ハウス O B ・ O G 会 ボウリング部会 例会成績表

順位	会員名	3 G スコア	アベレ ージ	HC × 3	トータ ル	ハイゲ ーム	ストラ イク	ス ペ ア	ガ タ ー	次回 H C (1 G)
1 位	松岡 匠	523	174.3	※0	523	207	9	16	0	※▲3
2 位	杉山 光司	489	163.0	※30	519	172	10	12	0	※6
3 位	手塚 敏文	452	150.7	30	482	166	7	13	0	9
4 位	勝俣 佳忠	422	140.7	60	482	145	8	11	2	20
5 位	岡元 孝一	437	145.7	36	473	157	7	10	0	12
6 位	的場 幸枝	374	124.7	90	464	134	5	10	0	30
7 位	坂本 洋子	357	119.0	105	462	143	2	10	1	35
8 位	萬羽 進	405	135.6	54	459	158	7	9	0	18
9 位	横山 紀子	351	117.0	105	456	149	4	8	3	35
10 位	高橋 充	408	136.0	45	453	146	3	13	0	15
11 位	仲西 徹	389	129.7	45	434	136	6	8	0	15
12 位	石田順之助	358	119.3	60	418	128	4	9	2	20
13 位	森 和晴	383	127.7	30	413	135	4	10	1	10
14 位	石川 哲彌	380	126.7	※30	410	129	3	13	1	※10
15 位	大網 公雄	373	124.3	30	403	145	6	6	2	10
16 位	大澤 秀一	371	123.7	30	401	149	6	8	1	10
17 位	飛弾野真由美	311	103.7	90	401	115	4	6	2	30
18 位	中村 信之	285	95.0	45	330	103	2	7	0	15
19 位	森田香世子	217	72.3	105	322	76	0	4	5	35
20 位	三根 忠彦	261	87.0	45	306	102	2	5	2	15

※ HC 欄で※印はマイボール・ハンディキャップ 10×3 を差し引き済み 但し次回 HC 欄は 1G 分の 10 を差し引き済み



がんばろう 日本 !

2014・3・11