

創立5周年を迎えて

委員長 村上 和夫

当連盟が発足したのは昭和61年の4月でありますから、今年で5年目を迎えたこととなります。創立に関与され、会の基礎づくりにあたられた先輩役員の方々は、いろいろご苦労も多かったことと存じますが、5年たった今は、基礎がほぼ固まり、年々発展の一途をたどっております。まことにご同慶の至りであります。

つきましては、今年は創立5周年を祝して、記念大会と記念パーティを行うことにしました。すでにそのために、先輩役員にも数人加わっていただいて記念事業実行委員会を発足させました。皆で力を合わせて、思い出に残るような記念行事を実施しようと考えております。会員の皆様のご期待を乞うとともに、その際には奮ってご参加下さいますようお願い申し上げます。

また今年は、滋賀県で第3回ねんりんピック、岩手県でフレねんりんピックが行われます。私もできれば岩手に参りまして、他県の人達に当連盟のPRを大いにやってきたいと思っております。このようなことが契機となって、他所の県にも私共と同じような組織が出来、随時交流が出来るようになれば嬉しいことと思います。

なお、毎年行っておりますいわき市ベテランテニスクラブとの親善試合は、今年はこちらでお迎える番になります。このように、今年はいろいろと行事の多い年となります。会員の皆様のご協力をよろしくお願い申し上げます。

目次

◆ 創立5周年を迎えて	委員長 村上 和夫	1
◆ 平成2年度運営委員と会務の分担		1
◆ 第8回委員総会報告		2
宮城県壮年テニス連盟平成元年度決算		2
宮城県壮年テニス連盟平成二年度予算		3
◆ シリーズ「より楽しいテニスを」No.5	高橋 龍夫	3
◆ お知らせ		4
平成2年度年齢別大会		4
いわきVTCとの親善試合		4
いわてフレねんりんピック大会		4
ねんりんピック'90 びわこ大会		4
シガーテニス交流会		4
◆ 連盟創立5周年記念事業について		4
◆ 会員異動		5
◆ テニス・ルール ミニ解説 No.4	山内 宏	5
◆ 平成2年度宮城県壮年テニス連盟行事予定表		6
◆ WEEKDAY交歓会について		6
◆ テニス一口笥		6

平成2年度運営委員と会務の分担

委員長	村上 和夫			
副委員長	伊藤 一利	※会計	庶務	
	瀬野尾 秩	※競技		
運営委員	小野 泰祐	競技	庶務	
	*菅野 義治	※庶務	競技	
	*酒井 倭子	広報	競技	
	*首藤 紀子	広報	競技	
	*庄司 則克	会計	競技	
	松山 真水	会計	競技	
	矢田 慶治	※広報	競技	
幹 事	大賀 延行	競技		
	高橋 龍夫	庶務	会計	広報
	山内 宏	競技		

(※:主任、\*:新任)

≡≡年会費納入のお願い≡≡ 平成2年度年会費をお納め下さいませよう願ひいたします。個人会員:2000円、家族会員:3000円です。同封の郵便振替用紙を用いて納入願ひます。

## ◆ 第8回委員総会報告 ◆

第8回(平成2年度前期)委員総会が3月24日(土)14:30から、片平市民センター会議室において開催されました。その概要についてご報告いたします。

◇出席者 村上委員長

(クラブ等グループ代表委員):安田勇 志間弘治

酒井秀章 玉置雪枝 (委任状:山本 岡崎  
飯野 久保 渋谷)

(運営委員):伊藤一利 小野泰祐 菅野義治

酒井倭子 首藤紀子 庄司則克 松山真水  
瀬野尾秩

(幹事):大賀延行 高橋龍夫 山内宏

◇報告および協議事項

1. 委員長から「創立5周年を迎えた当連盟のますますの発展を期して運営委員、幹事ともども今後とも努力していきたい」旨の抱負が述べられた。

## 2. 諸報告

- ① 庶務担当委員から、3月24日現在の会員総数が、男子173名、女子103名、合計276名となった旨報告があった。
- ② 競技担当委員から、1/15および2/18に実施された「室内ダブルスを楽しむ会」の実施結果につき報告があった。(参加人数66名)

## 3. 平成元年度収支決算

会計担当委員から、いずれの行事も参加者の大幅な増加により、非常に余裕のある決算となった旨別表にもとづき報告があり、全員一致で承認された。

## 4. 平成2年度競技等行事計画

別掲の「平成2年度年間行事予定表」のとおり実施することが決定された。

## 5. 当連盟創立5周年記念事業

別稿のとおり承認可決された。

## 6. 平成2年度収支予算

別表の予算が原案どおり全員一致で承認可決された。

☆シリーズ

## 「より楽しいテニスを」

### No.5 [手首の使い方]

高橋 龍夫

テニスに限らず、バトミントン、卓球、野球、ゴルフ、ホッケーのようにラケットやクラブなどの道具類を使ってボールやシャトルコックを打つスポーツにおいては、手首の使い方が大切なポイントになります。「スナップを効かせる」とか「コックをいかにす」など、日常でもよく言われる事柄です。

手首の使い方には、大別して二種類の使い方があります。野球のボールを投げたり、ピシヤリとホッペを叩いたりする時の手首の使い方と、ムチやカナツチを使う時の手首の使い方の二種類です。前者は手首が、手の甲から手のひらの方向に折れ曲がる場合であり、手首のヒンジ運動と言われ、後者は、手首が、親指から小指の方向へ折れ曲がる場合で、「コッキング」と言われています。バトミントンのラケットのような比較的軽い道具を使う場合を除いて、ゴルフのクラブやテニスのラケットなどの道具を使う場合には、コッキング（正確には、小指から親指の

方向へ曲げることをコックといい、この状態により、手首を親指から小指の方向へ曲げ戻すことをアンコックという）が使われます。このコッキングこそが、ゴルフでは、より遠くへボールを飛ばすことにつながり、テニスでは、より早く、より回転のかかったボールを打つことにつながります。

若い頃、軟式庭球やバトミントンを経験された方が、壮年になり、テニスに転向された場合、手首を痛めたり、「テニス肘」にかかる場合が多々見受けられます。これらの方々は、ラケットでボールやシャトルを打つことには慣れておられるので、比較的容易にテニスが上達するようになりますが、ボールを打つ時の手首の使い方無理があったものと思われる。

力一杯ラケットを振っているのにスピードボールが打てない、何度練習しても回転のかかったサーブが出来ない、バックハンドでスライスボールが打てない、少し長く練習すると手首が痛くなる、慢性のテニス肘等等、悩んでおられる方々は、ご自分の手首の使い方のチェックが必要のようです。最小のエネルギーで最大の効果を得る方法の会得がテニス寿命を長くするコツのように思われます。

## ■平成2年度年齢別大会■

- [日時] 5月27日(日) 9時開始  
 [会場] 泉総合運動場庭球場(オムコート)  
 [種目] 男子:45歳以上 50歳以上  
           55歳以上 60歳以上  
           65歳以上  
       女子:40歳以上 45歳以上  
           50歳以上  
 [参加料] 1,000円/人  
 [申込] 2名連記、当日の飛び入り参加はできません。  
 [表彰] 各種目1位の組に優勝杯を授与し、年末に記念品を贈呈します。

## ■いわきVTCとの親善試合■

- [日時] 11月17(土) 15:00～練習会 宿泊  
       18(日) 9:00～親善試合  
 [会場] 岩沼グリーンピア(オムコート)  
 参加料、宿泊費、懇親会費、申込方法等の詳細は追って詳しくお知らせいたします。

## ■いわてのねんりんポック大会■

- 平成3年度、第4回全国健康福祉祭が岩手県で開催されます。そのカーブ大会を兼ねて、テニス交流会が下記の要項で開催されます。  
 [日時] 平成2年9月23日(日)  
 [会場] 岩手県安代町安比高原コート  
 [参加チーム] 東北6県および仙台市の7チーム  
 [チーム編成] 上記のねんりんポック'90に準ずる

## 連盟創立5周年記念事業について

多くの諸先輩の方々のご努力で昭和61年4月に発足をみましました当連盟は、はやくも創立5周年を迎え、いまや会員数276名という大世帯にまで発展し、各行事ごとの参加者も逐次増加してまいりました。先の委員総会でもこの機会に何らかの記念事業を実施してはどうかのご提案もあり、運営委員会で再三にわたり協議しました結果、次のような実施計画案を3/24の委員総会におはかりし、満場一致でご賛同を承りました。

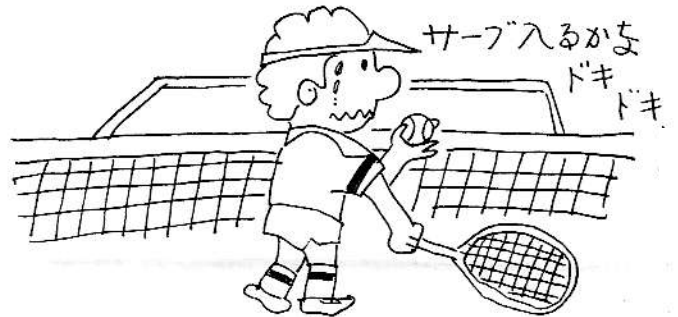
1. 宮城県壮年テニス連盟創立5周年行事として、本年度中に記念競技大会および記念懇親パーティを開催する。

## ■ねんりんポック'90■

- (第3回全国健康福祉祭びわこ大会テニス交流会)  
 [日時] 9月30日(日)～10月2日(火)  
 [会場] 滋賀県大津市大石ポック村  
 [参加チーム] 各都道府県、政令指定都市各1チーム  
 [チーム編成] 60歳以上男子ダブルス 1チーム  
           65歳以上男子ダブルス 1チーム  
           60歳以上女子ダブルス 1チーム  
 以上3チームによる団体戦であり、2チーム勝った方を勝者とする。  
 宮城県からは、仙台市チームと宮城県チームが参加する予定です。各チーム編成は監督、選手および補欠を含め9人以内

## ■シルバーテニス交流大会■

- ねんりんポック'90およびいわて大会の参加選手の選考資料とするため、下記の要項で第2回シルバーテニス交流大会が開催されます。  
 [日時] 6月3日(日) 9:00～17:00  
 [会場] 宮城野原庭球場  
 [種目] 男子60歳以上ダブルス  
       女子60歳以上ダブルス  
 [参加資格] 男女共60歳以上の方(昭和6年4月1日以前に生まれた方)  
 [問合先] 山内宏(☎022-281-4036)



2. 上記の記念事業の具体的実施方法を検討し、その推進をはかるために、実行委員会を組織する。
3. 実行委員は本年度の運営委員会の全員と元運営委員の新藤、川口、井沢、菅野の4氏を加えたメンバーとする。
4. 平成2年度予算から記念事業への補助費として20万円を限度として充当する。
5. 会報第10号を記念号として増頁をはかる。

## ◆ 会員異動

平成2年1月1日より4月25日までの間に次の方々が入退会されましたのでご紹介いたします。現在の会員総数は276名であり、その内訳は、男性会員174名、女性会員102名、家族57組となっております。

月	氏名
1	高嶋 川江
1	安藤 伸子
1	小野 寺嘉郎
1	吉田 昭子
1	伊勢 文夫
1	丸山 潔
1	阿部 清
1	池田 稔
	池田 洋子
2	渡辺 不二男
	渡辺 トミ子
4	林上 妙子
4	高橋 儀藏

総数276名 男子174名 女子102名 家族57組

## ★★★ テニス・ルール 三 解説 No.4 山内 宏 ★★★

### 「Solo-Chair-Umpire(S.C.U)」制について

かねがね、セルフジャッジ制は、テニスの楽しみを阻害してはいないかという懸念を持っていたが、高齢プレイヤーに少し足を入れてみて気付くことは、視力が落ちたために、プレー中のボールの判定(インアウト)について、正しく判断出来なくなっている事である。高齢者のテニスをより楽しむためには、セルフジャッジ制をやめて、ソロ・チェア・アンパイア制(S.C.U)を導入した方がよろしいのではなかろうかと思うようになってきた。

そこで、今回は勝手ながら、ソロ・チェア・アンパイア制(アンパイアが1人だけの試合方法)についてまとめてみます。

\*S.C.U の試合手順 (1人のアンパイアを付けて試合を進める事になりますが、プレイヤー、アンパイアの任務は、それぞれ、以下のものとなります。)

1. プレイヤーは、ネットの自分側のラインコールについて、責任をもって、ジャッジし、コールしなければならない。
2. アンパイアはプレイヤーの判定が明らかに間違いであると判断したときは、その判定を変更し、又はプレイヤーのやり直しを命ずることができる(オーバールール出来る)。

この場合

- ① 「アウト」または「フォルト」のコールをアンパイアにされた時は、ボールを返球したかどうかに関係なく、そのプレイヤーは失点する。
- ② 明らかにアウトのボールをプレーしたとき、アンパイアは「アウト」をコールする。
- ③ 際どい判定で、オーバールールするには不相当と思われるときは、判定をそのままにする。
3. アンパイアは、スコアをつけ、スコアをアナウンスする。またプレイヤーの行為と試合続行に関する規則を順守させることが出来る。
4. アンパイアは、明らかなフットフォルト・サービースレット・ネットアップ・ネットタッチ等のコールをすることが出来る。

プレイヤーは、すべてのラインコールに責任があるという点では、セルフジャッジ制と同じであるが、スコアのコール等で、アンパイアに任せる部分もあつて、試合も楽に進める事が出来ると思う。

但し、試合の運営面では、アンパイアの人数が常に確保出来なければならない点、少し贅沢な試合の進め方と言えるかも知れません。

普通の試合では、観戦中のプレイヤーの協力によっては、セルフジャッジよりは、より楽しいゲームを進める事が出来るかと思えます。

\* 平成2年度宮城県壮年テニス連盟行事 予定表 \*

宮城県壮年テニス連盟				東北、宮城県、仙台市等 各テニス協会行事				
月	日	曜日	行 事	会場	月	日	行 事	会場
4	15	日	月例会	泉	4	21,22,	県春期トーナメント(予選)	宮
4	19	木	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮		28,29	(本選)	
5	8	火	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮	5	13	(本選)	
5	17	木	WEEKDAY交歓会(10時~16時)	泉	5	24,25	桑名杯デビス	宮
5	27	日	年齢別大会	泉				
6	8	金	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮	6	16,17	東北ダブルス選手権	山形
6	21	木	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮			(45DM,55DM,40DW)	
					6	23,24	県民大会(45MS)	宮
					6	28~7/1	IBM県シグルス選手権(45MS)	泉PTC
7	3	火	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮	7	7~9	国体県予選(45MSD)	宮
7	19	木	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮				
8	26	日	混合ダブルス大会	青	8	8~12	東北パテション選手権	安比高原
8	28	火	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮			(45MSD,50MSD,55MSD,60MD,40WSD,45WSD,50WSD)	
9	4	火	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮	9	1,2	朝日デビス県大会	泉
9	20	木	WEEKDAY交歓会(10時~16時)	青	9	22~24	県選手権(45MSD)	宮
9	30	日	5周年記念大会	青	9	29,30	東北シグルス大会	泉PTC
			月例会(未定)				(45MS)	
10	2	火	WEEKDAY交歓会(9時~17時)	宮				
10	10	水	技量別大会	青	10	22~24	県デビス大会	宮
10	18	木	WEEKDAY交歓会(10時~16時)	青				
			月例会(未定)					
11	6	火	WEEKDAY交歓会(10時~16時)	泉				
11	11	日	対女子連定期戦	青				
11	15	木	WEEKDAY交歓会(10時~16時)	青				
			月例会(未定)					
12	1	土	懇親会(TG会館(予定))					

[宮：県営宮城野原庭球場、泉：市営泉総合運動場、青：青葉山公園庭球場]  
 [M：男子、W：女子、S：シグルス、D：ダブルス、数字：年齢]  
 ※その他 ① 第2回シバパーテニス大会：6/3(日)宮

≡ WEEKDAY交歓会 月2回開催

「WEEKDAY交歓会の開催回数を増やしてほしい」という予てからの会員からのご要望に添えらるとともに、本年度のインターハイの当県開催の余波をうけ、8月までの月例会の開催が難しいということもあり、本年度はWEEKDAY交歓会の開催回数を別掲の「年間行事予定表」のとおり月2回づつ開催することとしました。下記ご参照のうえ奮ってご参加下さい。

- ① 会場ならびに実施時間帯は「年間行事予定表」のとおりです。原則として、改めてその都度のご案内はいたしませんのでご承知おきください。
- ② コート数は毎回3~4面を予定しております。
- ③ 参加料は従来同様1日500円です。
- ④ 参加申込は不要です。ご都合の良い時間にお出下さい。
- ⑤ 当日雨天等で開催が不明の場合は事務局までお問い合わせ下さい。

以上

≡≡ テニス一口メモ ≡≡

ゲーム中、アウトボールをコールするときは、はっきりと「アウト」とコールしましょう。出来れば、同時に左手(ラケットを持たない方の手)を上げることにより、対戦相手がより明確に理解出来るように努めましょう。「ジャスト」とか「ノー」と言う人が時々見受けられますが、この「悪癖」は止めましょう。シバパーテニス大会やねんりんピック等、公式戦や他県の人達とのゲームをする機会が増えてきております。対戦相手に不愉快な気持ちを持たせないためにも、正しいコールでゲームをしたいものです。

編集発行 宮城県壮年テニス連盟運営委員会