

発行責任者 柳 利夫

住所 東村山市民教山町 5-6-26-301

Tel. 0423-92-8808

編集者 川村英明



## “房前テニス教室”を終わって……その1

武谷直也

技術部の活動の一つとして行なわれました5回にわたる初級者対象の房前テニス教室も、3月5日無事終了しました。この教室を開くにあたって、私達のような市民クラブへの協力者を一人でも多く求めると同時にクラブ員の技術レベルの向上を目指しました。その結果についての私なりの感想を述べてみたいと思います。

**全**回を通じてグランドストロークに重点を置いたやり方は参加者にとって当を得ていたと思います。特にフォアコート(サービスラインより前方のコート)からの練習は大変役に立ったと思います。この練習はラケット面をきちんと作り、打球方向にその面をできるだけ長く移動することによってプレースメント(ねらったところにボールを配球すること)の修得をはかろうというものです。別の見方をすればラケットの引きが遅れたり、大きすぎたりするとどうしてもラケット面が不安定になりその目的達成に不都合だということを理解し修得することがねらいであるともいえます。参加者の皆さん、そのへんのことを理解し修得できましたか。今後折にふれこの練習をコートでのわきで友達同志でやってみるのもいいことだと思います。ただこの練習で注意することは、相手にちゃんとボールを返したいという気持ちから打球後ラケットを止めるようなことは決してやってはいけないということです。フォロースルーをきちんとやることです。

次にアプローチショットについては、ボールのスピンの回転)やフットワーク(足の運び)と密接に関係していますので今回は少々早かったように思います。このショットは通常アンダースピンとサイドスピンの混合したスピンで打たれます。ラケットの引きも普通のグランドストロークよりは短かく、フットワークも踏み込み足が普通のストロークと違うことなど打球技術としては相当高度なものです。今後の課題となるでしょう。

**ボ**レーについては、ローボレーはアッシュ、ハイボレーはパンチといういい音がされていましたが理解できましたか。ボレーの基本であるラケットの引きがうんと短いということや面をぐらつかさないことなどは同じです。ではどこが違うのでしょうか。アッシュはサービスラインあたりのローボレーに対して行なわれることが多いのでネットを越して深くプレースメントしなければなりません。ですからラケット面を急激にスイングするというよりもラケット面にボールを乗せてねらう場所に運ぶようにフォロースルーを長くとります。パンチはネット際のハイボレーで行なわれることが多く、そのようなボールは一般的にはスピートがありますので、それに押されないようラケット面を瞬発的・急激的にねらう場所に振り出されます。ですからフォロースルーは必ずしも長く取る必要はなく時にほとんどフォロースルーがないように見えることもあります。

ロアについては重要なストロークなのにとにかくないがし

ろにされがちなのは、感覚的にテニスのイメージとしては何となく魅力がないということとすぐにでもできそうだと感じわざわいしているのではないかと思います。その卓ロアの重要性、難かしさが今回のレッスンで理解していただければ一つの成果だと思います。

アプローチショットに続いてボレーをしようと、サーブアンドボレーとか、レシーブアンドボレーのような連続ラリーの練習も今後は重要になってくると確信しますが、現段階では個々の技術を基本通りにできるように練習する方が良いのではないかと思います。

**最**後に技術指導ということについて思うところを述べます。今、技術指導をうんと狭い意味で考えてみます。例えばフォアハンドストロークを指導するというような場合です。まず指導の内容が正しいということが必要で、次に正しい内容をいかに被指導者に教えるかという指導方法が重要になります。前者はグランドストロークはフラットが基本だとかトップスピンの基本だとか、その内容にもとづきグリップはどうかとかラケットのスイングの仕方はどうかとかが問題になります。それに対し後者はそれらをどうしたらうまくできるかという問題です。前者については現在だいたい共通してきたように思います。しかし後者については生徒のくせとか個性とかが重要な要因として入り込んできますので必ずしも一律の方法だけで足りるというわけにはいきません。即ち「コツ」といわれるものはA氏には納得し易くてもB氏には通じないということが生じます。ですから誤り自体は同じでもそれを直す方法は必ずしも同じでないことに注意して頂きたいと思います。今回のレッスンでもし今迄と違ったアドバイスを受けた方々また今後他所でのレッスンでまた違ったアドバイスを受けるであろう方々、このあたりをよくわきまえて自分のものにして下さい。

ほんとに最後になりましたが、多忙のところ熱心に指導して下さいました房前氏にお礼申し上げますと同時に、私に對してなされました参加者の心づくしに對してこの場をかりてお礼申し上げます。



参加して (本町)阿辺川老人

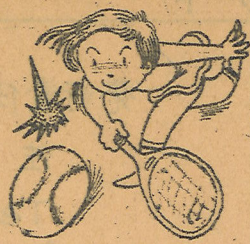
厳寒早朝物ともせず、全五回の房前教室を完結した事に先ず体力の自信だけが持てました。これも先生の熱心さに動かされた事と、初級の山は高い悩みの為めかと思ひます。日頃納得の行かない所を、全部我が物にした事等と思ひても歳が言う事を聞いてくれません。私の場合、此の教室中色々御指導頂いた中で、完全とは程遠い事乍ら自分程度の自分のものにしたのがサービスです。今迄では只だ力を入れて打ち下ろして居ただけで、時には良いのが入る位で、私のサービスはだめ、とあきらめて居ました。所がインパクトの瞬間を打ち下ろすのでなく、「前に押し出す」事を(ウラ下へフック)



# 私とテニス

## 連載 6

### 藤野 梢



今から10?年前の春のある日、憧れの大学のテニスコートに立った私は、入学祝いにもらったラケットを手に、心躍る思いでした。—サァ、これから、私の青春時代がはじまる!—

ところが、ところが、現実には、女子の入部者なんて数えて何人目かで、教えるどころか、格好のボールひろいが現われたという次第。あけてもくれてもラケットとは無縁で、下を向いては拾い屋さんの毎日。そして二年になると、「テニスは足じゃ、走れ!走れ!」。技術もなんのその、ともかくこれ又、ひろいまくるテニス。ミスをする度、「アホか!」と関西弁でどなられて眼を白黒させた思い出。教わったことといえば、ボール拾いと、走ることと、グリップを握りかえない悪いくせ(これは今でもぬけきれません)。テニスのおもしろさまで分らぬ中に、他にやりたい事に眼がくらみ、二年で退部してしまいました。ああ、あの時、もう少しがんばっておけばなあ、と今にして思うものの後のまつり—まさしく“青春時代の真中は道に迷っているばかり”です。

そして就職、結婚、出産、育児の定期コースに加えて、転職というハンディがあり、アッという間に七年が過ぎ去りました。その間、やはり、青空の下で汗を流すさわやかさだけは忘れられず、後生大事にラケットを抱えて東京に戻って見たら、テニス・スクールというものがあるではありませんか。相手がなくてもテニスができる!と飛びつく思いで通い始めました。そして散歩に出た折、川(用水)越しに見えていたコートが市営で、その仲間に入れてもらえるなんて—あきらめかけていた私とラケットの縁がこうして戻るなんて、まるで夢のようでした。それからもうご存知の通り、できることなら、ダンナもひきずりこんでと努めてみたのですが、私の微力では、柔道タイプの彼、テコでも動かず、このセンはあきらめました。ともかくテニスをやらせておけばごきげんなので、こんな安上りのテはないと思っているのでしょう、最近では、いたって協力的なので、後は息子と打ち合える日を夢見てがんばるのみです。

フリキってみたり、押ししてみたり、なかなか付き合い方の難しい恋人ですけれど、でもそれだけにシブ味のあるこのテニスという恋人とは、もう一生離れないで付き合っていきたいものです。

(オモテ石下よりつづく)

\*\*\*\*\*

覚えました。これは今更感じたでは申訳ないが、諸先輩方から常に言われた事で、房前教室を受けて見て今やっと分かる時期が遅まき乍ら来た、とでも言訳けして置きましょう。太田先生が何時も言われる、ファースト・サービスは八割以上を入れなければいけない、と聞いて居ました。房前教室の効果が残るよう、一歩づつでもこれに近づけるよう努力して行き度いと思って居ます。

今一つ、房前教室中終始一貫助手として勤めて頂いたのが武谷先生です。今迄で何年間も毎日が武谷教室と言っても過言でない事に今頃気が付いた次第です。余りに身近かに居た為めか、初めからの習慣で自然かのようにマンネリ化して居た為めかと思えます。市民クラブ協議会の御尽力に依り房前教室を感謝すると共に、今後毎日の武谷教室を大切にしていきたいと感じました。

## 久米川コート5面

### 4月16日にオープン

従来の運動公園内テニスコート5面に加えて、久米川町2-21-2さき市営コートが新しくできる(5面・1473坪)ことは本紙12号・2面で既報した通りですが、この新設コートの造成工事はさる3月10日着工しました。

予定通り工事が進行しますと、4月初旬に完成し、4月16日(日)には朝10時頃から市役所・土地提供者・硬庭連・軟庭連などの関係者が同コートへ集まり、約30分位オープン式をする予定です。式典の終了後は同コートで硬庭・軟庭の各連盟所属クラブが、それぞれに使用テストを含めた「オープンゲーム」をする予定です。

多くの皆さんが、オープン式を含めたご参加をお願いします。



〃春・季・市・民・体・育・大・会〃  
硬庭は5/14⑩・5/21⑩に開催

恒例の春季市民体育(第15回)が、各種目毎にいよいよ開幕します。

硬庭連の試合日程が、つぎのように決まりました。

- 一般男子ダブルス(72組)・5/14⑩(予備日・5/28⑩)
- 壮年男子ダブルス(18組)と女子ダブルス(36組)  
5/21⑩(予備日・6/4⑩)

参加資格・原則として市内の在住・在勤(校)・在クラブとします。

申込方法・参加種目と住所・氏名・性別・年齢・電話番号・所属クラブを明記し、参加料 600円を添え(現金書留)、住所・氏名を明記した返信用ハガキを同封し、4月20日必着で、柳氣付・硬庭連宛申し込むこと。但し、4/20の締切前でも定員になり次第受付を打ち切ります。



## 四月の定期練習

### 時間も変わります

運動公園内コートの再成工事や、久米川コートの増設工事の進捗状況などで、四月期は市営コートでの定期練習時間は極めて流動的になります。あらかじめご承知下さい。

1. 毎土曜・13:00~18:00・全クラブ

2. 毎日曜と祝日・6:00~12:00・全クラブ

(早朝練習が入ります。使用コート名不詳)

但し、4/1⑤と4/2⑥については市営コートの工事具合で、西武園コートへ行くかも知れません。

## 会員名簿の一部訂正



### 【移転による訂正】

- 東住クラブ・山口迪郎(信子)・入間市春日町2-14-11-803 電話・0429-63-3711
- 本町クラブ・梅沢良雄— 休部中・東村山市久米川町3-10-15

### 【欠落および誤字による訂正】

- 思多クラブ・前之園利明— 住所の後に“上登方”を挿入する
  - 本町クラブ・飯岡幸子— 休部中・番地を“4-16-46”に訂正
  - 青葉クラブ・米田寛— 備考欄に“会長”を挿入する
- 以上のほか、お気付きのことは事務局・笹野井までご連絡下さい。

<編集後記> 房前テニス教室参加の他のお二人の原稿は、紙面の都合で次号におくることにしました。御了承下さい。