

ゴルフで
人脈作り
巻末保存版

1114
定価 300

WEEKLY
GOLF DIGEST

ゴルフ

ダイジェスト

Nov. 1995 Volume 30
Number 45

ツアープロのグリップ図鑑
杉原輝雄に教わった
ピカイチのFWテク

ノンフライクッション
C・ペイピン
プロのスペック
佐々木久行

パー3は、悪くてボギー

頭を使えば、ダホにならない
プロ、トップアマに聞いた

「この素振りには、意味がある」

クラブもボールも
変わったんだから、ね
by 江連忠

スウィングも 変わらなきや!

アプローチとパット
こんなとき、芯を外して打つ
人気ドライバーの弟分
フェアウェイウッドの実力

Golf
Gym!
ゴルフジム
愛読者 無料 レッスンシステム

東

怪人イップス
青山薫の

青山 薫 トーナメントプロ。S27.10.18生まれ。AB型。T182cm、W85kg。ショートゲームイップスのため、昨年5月よりさまざまな治療を試している。

「俺さあ、歯、全然ダメなのよ。奥歯がないんだよ。途中まで直したんだけど歯医者に行かなくなっちゃって」
なんと// 今まで青山は奥歯なしでプレーしていたのだ。恐ろしいこと平気でするなあ、この怪人は。だが、スポーツ選手にとって歯をきちんと治療しておくことは基本中の基本、これはえらいこっちゃといやがる青山を連れて東京・恵比寿にある協立歯科を訪れた。

協立歯科は「審美歯科」として有名



大奔西

文・菅野美香
イラスト・浅賀行雄
フォト・セイ松岡

第七二講

協立歯科院長・中原悦夫先生 ゴルフファーは歯が命!?!の巻



走

「芸能人は歯が命」というCMを見ながら「じゃあプロゴルファーは？」と青山&スタッフで雑談に華を咲かせているうちに、話の方向は自然に青山の「歯」に集中した。普段から人の2倍の食事をとる青山。歯には自信があると思っていたがしかし、歯は青山にとっては触れられたくない話題だったらしい。

「俺さあ、歯、全然ダメなのよ。奥歯がないんだよ。途中まで直したんだけど歯医者に行かなくなっちゃって」

「なぜ歯の噛み合わせという小さい動

な歯医者さんで、主に歯列矯正や噛み合わせの修正を行っている。いわゆる美しい歯をつくるため的美歯室といっるところだ。それを知った青山はちよつとホッ。歯がどれだけ、からだ、そしてゴルフに影響を及ぼすのかを知っておこうと前向きな姿勢で歯科医院のドアを開けた。



「オレ、奥歯の治療途中でやめちゃったよ。奥歯がないんですよ。やっばり不安そうな怪人」

青山薫に試してほしいことを募集

青山薫に試してもらいたいことを募集しています。住所・氏名・電話番号を明記の上、どの誰に会ってなにを試してもらいたいかなどの企画を本誌編集部・東奔西走係まで送って下さい。企画採用者には粗品進呈します。



「プレーに不安を感じながら歯を食いしばると、通常(咀嚼)より強い圧力がかかってしまうんですよ。不安は一番の敵」と中原先生

作が、からだのいろいろな部分に影響を与えるのかわかりますか」という中原先生の質問に、青山は自分の顎を触りながら「うーん、よくわからないがなんとなく」と、先生の話に集中。

「この原因は、口の周りにある表情筋と歯を動かしている咀嚼筋が首へ肩へと繋がっているからなんです。当然のことですが筋肉は全身に繋がっていてそれぞれが連係し合って機能しているわけですから、歯の部分で行われた小さな動きが、全身に影響していくというのは自然の働きというわけです」

ふむふむ。最近疲れてくると、口が開かなくなるといふ青山も、神妙な様子で聞き入っている。

「では次に噛み合わせのズレについて

お話ししましょう」とスムーズに話を進める中原先生。

なんだか今日の青山は真面目に講義を受けている学生のような雰囲気だ。いや、錯覚か。

「噛み合わせというのは、日頃の癖で少しずつズレていくんですよ。実際髪の毛一本分のズレでも頭が傾いていたり、肩が下がっていたりするので青山さんは何か癖がありませんか」と先生。

「おー。あるある。オレ右で噛む癖があるんだ。子供のころから左で噛むと食べた気がしなくて」と元気に答えながらも、「ということはオレのからだもどこか・・・」とひとり言をいう青山。

「どうもクローズ気味に立つ癖がある」と人に指摘される青山だが、原因はやはり噛み合わせか。

「では今度は歯を噛みしめるという動作にスポットを当ててみましょう。プレー中に歯を特に強く噛みしめることがありますか」と青山のひとり言をよそに話を続ける先生。中原先生、なかなかの話上手である。

「最近、バンカーでも緊張するようになったちゃって、知らないうちに歯をグッと噛みしめているんですよ。もしかしてこういうのよくないんすかね」といつのまにか心配症になっている青山。

先生によると、噛みしめるといふ動

青山の走り



「きれいな歯並びをイメージして治療すると効果は上がりやすいんです。ゴルフもますますいいイメージでつくるのが大切なのは」



作は噛み合わせがしっかりいっていないのを無意識のうちに修正しようと、からだに反応しているのだとか。

「自分でグッと歯を噛み合わせるといふことは、噛み合わせないからだのバランスがとれないということですよ。ちゃんと歯が正しく噛み合わさっていけば最小の力で最大の効果を上げることができはすです。ゴルフのショットでも力を入れず、さらっと何も考えずに打った方がいい結果だったりしませんか」と、自分もゴルフ好きという中原先生。

つまり青山は力を使わなくてもいいところで、歯を噛みしめて余計な力を使っているということだ。

いいイメージは歯にもゴルフにも役に立つ!

「では今日の締め括りに、歯と精神の関係について説明しましょう」

歯の話を実例に聞く青山の前に、先生もすっかり本気。青山のゴルフに役立ついいイメージの持ち方について教えてくれた。

「不安になると、あんまりいいイメー

ジが出てこないからなあ」と呟く青山に「歯の治療も同じなんです」という先生。

「自分の歯並びが良くないとするでしょう。そうすると表情に自信が持てないために思いきり笑うことができないんです。自然に表情は暗くなり、その人は自分の行動に自信がなくなってしまうんです。ね、さきほど青山さんがおっしゃった状況と同じでしょう。でも患者さんが、自分の歯並びが美しくなった時のことをイメージして治療に励めば効果はどんどん上がるんです。不安はいいイメージで克服できるし、トラブルの原因をちゃんと取り除いて解決すれば、からだはきちんと機能してくれるはずですよ」

「その、いいイメージっていうの、耳が痛いんだよなあ」

先生の説得力にうなずいてはかりの青山。では、青山のトラブルの原因はどこにあるのか。次回は先生に、実際に青山を診断していただき、アドバイスしてもらおうことにした。

今週の教訓

たかが歯

されど歯

青山の歯

