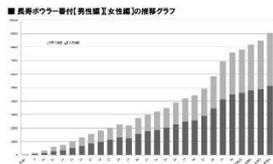


やっぱりボウリングはコロナに強かった!

ここにお見せする右肩上がりの棒グラフは日本ボウリング場協会が企画して27年目となる『長寿ボウラー番付』の推移グラフです。

2016(H28)年9月にこの来、毎年9月“敬老の日”触れてきましたが、コロナ



『長寿ボウラー番付』を「奮投記」で初めて紹介して以に発表される番付表から読み取れるボウリングの効用に禍の逆境にあっても番付入りする人の増加がむしろ加速

改めて「長寿ボウラー番付」の仕組みを説明しますと、日本ボウリング場協会に加盟している454ボウリング場(因みに2022年8月1日現在の全国のボウリング場数は673ヶ所)で『ボウリングを趣味として、定期的

に月1回以上競技を楽しまれている高齢者』で男性は80歳、女性は75歳以上の方々を対象に年齢を区切り相撲番付表にならって前頭～横綱の5段階に分け、現役ボウラーとして90歳以上の横綱を目指す健康長寿への

瀬戸口さんの6例会連続500UP成らず 小林義満さんが2度目の優勝を果たす

昨年11月から5例会続いていた瀬戸口正樹さんの3Gトータルピン500点超えがついに途切れしました。それも497Pとあと3P足らずだっただけにまことに残念! 次回からまた新たな挑戦に期待しましょう。

替わって栄冠を手にしたのは小林義満さん。2020年1月以来2度目の優勝です。まことにおめでとうございます。2位中村信之さんは5度目、3位の佐藤季子さんは2度目のトップ5入りです。

今号本文でも触れたように、コロナ禍にあっているいろんな制約がある中、自分なりの健康体を維持する方法を見つけ出していくことは一番大切なことです。今回のリレートークでは白木さんが自分なりの健康法をご披露してくださいました。皆さんも健康長寿を目指して自分流健康法を見つけて出してください。

私のボウリング・健康管理

リレートーク ④ 白木 勝

私がボウリングを始めたのは、高校生だった昭和42年頃でした。空前のボウリングブームで待ち時間が2時間以上の時もありましたが、待ち時間を利用してビリヤードも楽しんでいました。

よく通っていたボウリング場は料金が安くて、高校生割引で1時間投げ放題で200円位でしたので、とにかく早く急いで投げていました。吊りピン式でしたので時々ロープが絡み合い従業員が手作業でセッティングしていたのを笑いながら見ていました。

昭和44年4月高卒で大和ハウスに入社し、本社、神戸支店、西東京支店、多摩支店、予算センターと職場を替え令和元年3月、50年間お世話になった大和ハウスを退職しました。退職後同期の大澤秀一さんに勧められてOB・OG会に入会し、6月にボウリング部会に入部しました。

入社当時は社内では盛んにボウリング大会が行われていて、私もよく参加し楽しんでいました。ボウリング部会に入部してボウリングするのは20数年ぶりでしたが無事に3ゲーム投げられました。久々に楽しい気分が味わえたので入部して本当に良かった思いました。

話は変わりますが、私の健康法は無理なく簡単で誰でも長続き出来る方法です。

ウォーキング、桑の葉茶、大麦青汁です。コロナ前は毎日10,000歩以上、コロナ禍の今は週3日13,000歩以上歩いています。桑の葉茶は血糖値を下げる働きがあり、糖尿病の予防に有効なので毎日飲んでいきます。大麦青汁は食物繊維、ビタミンC・E、鉄分が豊富に含まれており栄養バランスが良いので毎日飲んでいきます。お陰様で病気もせず体調は良好です。

常に健康意識を持続し毎日元気に過ごし、皆様と一緒に楽しい時間を共有出来れば幸いです。

今後共どうぞよろしくお願いたします。

【来年度からハンデキャップルールが改正されます】

創部時からの「年齢別、性別に応じたハンデキャップ」に変えて、2019年からはより公平な「平均点に応じたハンデキャップ」を採用してきましたが、1位～3位以外は一年間固定しているため実勢を反映していないと判断して、一年単位で毎例会後のスコアを累計計算して毎回ハンデキャップを見直すという「移動式ハンデキャップ」方式を採用することにしました。

10月25日付通達にてお知らせいたしますので、必ずお読みください。

2022年度第5回(9月13日)
 関東大和ハウスOB・OG会 ボウリング部会 例会成績表

順位	部会員名	3G 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HC (1G)	各賞	獲得 P
1位	小林 義満	462	154	72	534	162	7	12	0	16	優勝	5
2位	中村 信之	340	113	150	490	117	4	7	0	40	2位	4
3位	佐藤 季子	310	103	180	490	115	1	7	2	54	3位	3
4位	五十畑芳江	345	115	144	489	123	3	9	0	48	4位	2
5位	白木 勝	349	116	135	484	143	4	10	1	45	5位	1
6位	太田 哲次	373	124	108	481	149	3	9	0	36		
7位	瀬戸口正樹	497	165	-24	473	180	10	12	0	-8	7位	1
8位	大澤 秀一	377	125	93	470	157	3	9	0	31		
9位	金久保篤司	395	131	69	464	128	4	8	2	23		
10位	佐藤 俊和	338	112	123	461	127	3	7	2	41	10位	1
11位	栗田 直人	311	103	150	461	128	4	8	3	50		
12位	小泉 康代	281	93	180	461	116	1	5	5	60		
13位	横山 紀子	281	93	180	461	116	3	5	1	60	当日賞	1
14位	森 和晴	333	111	120	453	115	3	7	1	40		
15位	今井 輝夫	386	128	66	452	142	3	11	0	22	15位	1
16位	武富 則章	439	146	6	445	175	9	8	0	2		
17位	杉山 光司	403	134	36	439	160	3	12	0	12		
18位	柘植 正司	286	95	150	436	117	4	7	0	50		
19位	長尾 新太	295	98	132	427	105	3	4	1	44		
20位	的場 幸枝	279	93	147	426	115	3	2	4	49	20位	1
21位	矢部 徹	302	100	123	425	115	2	5	0	41		
22位	飛弾野 <small>真由美</small>	245	81	180	425	91	2	2	6	60		
23位	三輪 仁	282	94	135	417	103	2	3	1	45	BB賞	1
24位	板本 秀樹	306	102	108	414	108	2	5	1	36		

※ 次回 HC 欄の赤数字は規定に基づく HC 変更後を表示。



今例会の覇者
 小林義満さん
 通算2勝目

今回のスコア
 1G 162
 2G 154
 3G 146
 TL 462