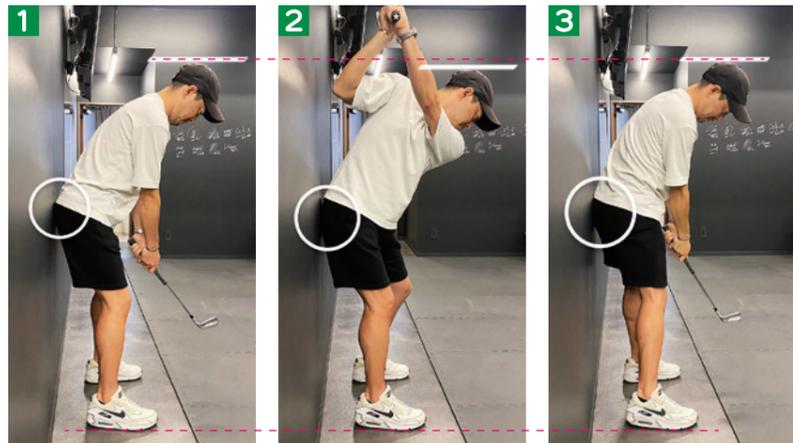


初心者の壁「100」切り! そして、より上達するためのポイントを教えます!!

Vol.6 | 自宅でできる練習メニュー編

元サラリーマン ツアーキャディー **かとうひろゆき** **加藤大幸**の
100の壁を超えるためのワンポイントアドバイス



POINT! スイングは頭の位置（高さ）と、お尻の移動を意識しましょう!!

文・撮影：大門パフォーマンススタジオ スイングアドバイザー・クラブフィッター 加藤 大幸

今回は、ラウンド前日の夜に少し練習したい時や、雨などで外で練習できない時など、家の中で手軽にできる練習メニューを紹介いたします。

1 まず壁際に立ち、いつものアドレスをしてそのままお尻を壁に当てます。この時左右のお尻が均等に壁に当たるようにしてください。

2 次にそのままトップまで上げた時に頭の高さが変わっていないか、もしくは少し下がるところが良い位置です! 頭が上がったり左右に動いてはダメです! トップが上がった時には右側のお尻が壁に当たっている事も確認します。

3 インパクトでは頭が上がらないように気をつけて。お尻は左側が当たるようにインパクトします。大体のアマチュアはここで頭が浮き、お尻も壁に当たらないで離れてしまうので良いインパクトになりません。しっかり頭の位置とお尻の移動を意識して練習しましょう!!

※大門パフォーマンススタジオでは、写真で使っているような練習用の短いクラブの作成もしています。短い分ヘッドが近いので、位置や角度などチェックしやすく、特に自宅での練習に最適です。

けんは通信

<https://kensetsu-park.co.jp/>

Volume.6
2023.07



熱中症対策特集

猛暑に備えて熱中症の予防と対策をしましょう!

▶ 特集の詳細は中面をご覧ください

センター紹介
CENTER INTRODUCTION File.6

朝霞安全保安機材センター

〒351-0001 埼玉県朝霞市上内間木818
TEL:048-456-0323 FAX:048-456-2610

けんせつパーク朝霞安全保安機材センターは、『工事をするときに必要なもの』、主にA型・B型・プラスチックフェンス類、軽量・重量・各色カラーコーン類などの保安用品を中心に取り扱っております。

また、当センターの主力商品として工事現場、イベントなど多様に使用されているゴムマット・樹脂製敷板(ブラシキ)の敷物類も豊富な在庫量でご対応させていただきます。

他にもイベントで使用されるイレクターフェンスやサインライトなどの道路規制材も人気商品です。

このように保安用品をはじめ、敷物、道路規制材など幅広く取り扱っておりますので、なんなりとお問い合わせください。

お客様のご要望に添えられるよう努めてまいりますので、宜しくお願いいたします。



少し足を伸ばして見つけた至福のお店

ふらっと! 街グルメ

塩パン屋 pain・maison

東京にあってこのコストパフォーマンス

今回訪問したのは愛媛発祥の塩パン屋さん、「パン・メゾン」。

— 東京は銀座と浅草にあるとのことですが銀座は混雑必至のため浅草のお店を訪問。浅草とは言うものの最寄駅は都営地下鉄の本所吾妻橋から歩いてすぐ、東京スカイツリーの足元近くでアクセスは悪くないほう。休日に訪れたのですが5分待ち程度で購入。メイン商品は塩パンと塩メロンパン。そのほか甘い系や食事系、期間限定品と常に数種類はある様子。

筆者は塩パンと塩メロンパン、ミルクフランスを購入。今回塩パンはまだホカホカの状態で提供、お店を出てから思わず1つ食べてしまいました。外はほんのり塩味が効いていて、食欲をそそる感じ、そして中はふんわりで食べやすいものでした。訪問時は税込110円の塩メロンパン、これは行くだけの価値があると思いました。

住所：【すみだ浅草通り店】東京都墨田区吾妻橋 2-4-1 (1階)
営業時間：7:30~19:00 定休日：火曜

電話・FAXで
お問い合わせ

TEL
03-5914-3471

商品のお問い合わせはカタログを見ながらスムーズです

レンタル総合カタログ



FAX
03-5916-2720

霧を噴霧し、
気化熱を利用した冷却効果
最大6℃気温を下げます

ミスト飛距離最大8m
小型軽量28kg
どこでも気軽に使用可能！

100V ミストファン

遠心分離式 ノズル式

こまめな水分補給を

ぐっぴーバズーカ (一体型)

35個のミストノズルと
大型ファンで広範囲の
ミスト噴射が可能です！

天井の高い大型施設に
半開放の作業スペースや
イベント会場などに

大スペース展示会場や
イベント会場などの
送風や空気の循環に！

適切な塩分補給を

大型ミストファン

風洞扇

羽根径60cm 羽根径75cm 羽根径90cm

声を
かけ合おう

夏場の蒸し暑い工場、
倉庫などで大活躍
換気・機械の冷却に最適！！

工場扇

床置
キャスター無し

床置
キャスター有り

壁掛け式 三脚

天井の高い正方形の天幕
コストパフォーマンスに
優れた日除けモデル

イージーアップテント

直射日光を
避けよう

緊急事態には座面を
取り外して担架になる、
万一の備えに最適なベンチ。

ベンチ時 担架時

レスキューベンチ

手軽に運べ、
スベリデーパーに
組み立てられます

屋根形テント

超コンパクトミスト発生機
小型・軽量タイプなので
あらゆるシーンで大活躍！

デジミスト

熱中症を予防しよう

熱中症対策特集

塩飴 塩飴 塩飴

詳しくは熱中症対策
カタログをご覧ください

スポットクーラー

イベント会場などの
強烈な暑さに
ピンポイントで強力冷却！！
冷風ダクトが2口・3口の
商品もあります

アウトドア
などでの
屋外作業で
部分冷房に
コンパクトで
持ち運びも
ラクラク

気化式冷風機

暑い時ほど、性能を發揮
スポットエアコンのように
排熱が出ることもない

作業場や
倉庫などの
湿気を嫌う
場所に適した
大型除湿器！

除湿器

温度と
湿度に気を配ろう

ポータブルスポットクーラー

ベンチ

会議テーブル

●各種サイズがあるので、
お問い合わせください

丸イス

電撃殺虫器 屋外用

折りたたみイス

こまめに
休息をとろう

夏場や繁忙時にも安心
製氷時間の短縮が可能な
アンダーカウンタータイプ

製氷機

夏場のイベントや
夏祭りなどの
定番人気
かき氷機！

アイスディスペンサー

使いたい時に
使いたいだけ氷が出せる
押しボタン式で使いやすい

暑い夏の日の
イベント会場等で
居心地の良い
日陰をつくる

500mlペットボトル×90本
350缶×240本が入る
大容量サイズ

アイスボックス (どぶづけ)

パラソル