

ゴルフ

井口昭久

認知症の予防には様々な方法が報告されているが、今のところ運動に勝るものはなさそうだ。最近、わざわざ時間をとって特別な運動をしなくても家の中で掃除や洗濯をしたり、歩くだけでも効果があると報告されている。

ゴルフは全身を使う上に、歩くスポーツなので認知症予防に効果が大きいと考えられる。定年退職をした私の高校の同窓生たちはゴルフを楽しんでいる人が多い。

私の部屋の片隅にゴルフのアイアンが1本立てかけてある。

私が10年ほど前にゴルフをやっていた時の証である。家の玄関のカギを壊して泥棒が入

ってきた時に、そのアイアンで一撃するために部屋に置いている。棚の奥には、未使用のゴルフのボールが箱に入っただま置いてある。箱を開ければ、緑色のカビが生えているに違いない。

私がゴルフをやり始めたのは医者になって5〜6年経った頃だった。先輩に連れていかれて夢中になった。初めて夜の街へ連れていかれた頃でもあった。

元来運動が苦手であった私が、ゴルフだけ上達するわけはなかった。

しかし、ゴルフ場で偶然にスプーンにヒットした打球が大空を突き抜けて行くことがあ

った。惚れ惚れするものだった。私は練習すれば上達することは確実だと勘違いした。

日曜日には、小学生だった息子を連れて練習場へ行った。ジュースを飲んでいた息子が言った。「パパの打ち方は他の人と違う」

その時から私は、客観的には可笑しなスイングをしているのではないかと思い始めた。

ゴルフは人格を表現するものではないが、ゴルフ場へ出ると、ゴルフのスイングや打球が人物を表現しているように見えるから不思議である。スキー場でスキーの上手い老人が上等な人間にみえるのと同じである。

ゴルフもスキーも自分のフォームは分らないが他人のフォームは客観的に見ている。

「あいつのような打ち方だけはしたくない」と思っていた人が、打ち損じた時に「井口のように打っちゃった」と言った時は心底がっかりした。

ゴルフを始めてから20年経った頃に練習場へ行った。親切な指導員がいた。「あなたの



ような初心者は、ボールがもったいないので素振りから練習する方がいいですよ」と言われた時は、さすがに天分の無さを自覚した。それ以来ゴルフへ行くのがめっきり減った。そして行かなくなった。

夜の街へ飲みに出かけることもなくなった。ゴルフも夜の街も通い始めると夢中になったものだが、一旦中断すると、まったく忘れてしまうようだ。

(愛知淑徳大学教授・名古屋大学名誉教授)