

HOKKAIDO

北海道のゴルフ情報誌

北海道ゴルフマガジン

**TAKE
FREE
0yen**

ご自由にお持ち下さい

Golf magazine



2

February

2011
Vol.88



写真提供 / ユニ東武ゴルフクラブ

とってもお得!!

年次会員・友の会 先取り情報!!



Kat's clubが推奨する
エクササイズ「ハルメソッド」
おすすめ!! 国内・海外ゴルフ

ノース・スノーランドイン千歳

ゴルフの心
ゴルフファーズファイル

新連載 内藤裕之

今さら人には聞けない
COOLなレッスン

だから何だっちゅ〜の
MINSTERCHUの

暴れん坊将軍の
競技ゴルフがおもしろい

橋立プロの
ジュニアゴルフのススメ

田山リナクリニック 森田裕子院長

五十肩

from Ireland

ボンド千保

ノース・スノーランド イン 千歳

A SNOWY AMUSEMENT PLACE

1月7日、ザ・ノースカントリーゴルフクラブにて「ノース・スノーランドイン千歳」体験視察会が行なわれ、ゴルフや旅行、ホテル、各メディアの関係者が多数参加し注目度の大きさがうかがえた。「ノース・スノーランドイン千歳」は「年間を通じての地域社会とのコミュニケーション促進」と「冬の千歳地域観光資源作り」を目的とし、冬期間のゴルフ場の新たな試みとして2006年度から毎年行なわれ、国内外多数の観光客等が来場している。

時間 9:00~16:00 (15:30受付終了) ※積雪状態により営業期間・営業時間を変更する場合がございます。
期間 2010年12月25日(土)~2011年3月10日(木) ※期間中無休

入場料 大人 500円 子供6歳~12歳まで 300円 5歳以下 無料
 右記アイテムが遊ば放題 ●歩くスキー ●氷体験コーナー ●雪体験コーナー ●チューブすべり台

※乗馬体験スクール・北海道手作り体験・レストラン・ゲームコーナー・ショップのみのご利用のお客様は入場料無料です。 ※積雪状態により内容を変更する場合がございます。

- ゲームコーナー **入場料無料**
 - UFOキャッチャー
 - スイートランド など100円~
- ノースショップ
 - 手ぶくろ ●ウェア ●お土産品 など100円~
- レンタルウェア
 - 大人...1,000円(税込)
 - 子供...500円(税込)



スノーラフティング
 (3歳以上対象)1回 1,000円・子供(3~12歳)700円



雪上乗馬
 (3歳以上対象)1回 1,000円
 子供(3~12歳)700円



4輪バギー
 (12歳以上対象)2周 1,000円



ミニスノーモービル
 (12歳以上対象)2周 1,000円

- 初めての乗馬体験スクール
 普段の生活では体験できない馬とのふれ合い(馬の手入れ・えさやり・乗馬等々)
 1回...3,500円 **入場料無料**
 ※大人・子供同額6歳以上
例えば 馬は1日何時間寝るんですか? どうやって寝るんですか? などなど素朴な疑問にお答えします。
- 開催日/1月8日(土)・9日(日)・10日(祝) 2月26日(土)・27日(日)合計5回
- 1回定員5名様まで ■毎回午前10:30~
- 所要時間/約90分間
- 完全予約制(前日までの受付となります。)

- レストランメニュー **入場料無料**
 - ワンコインメニュー.....500円 (ミニ丼・うどん・そば・カレー・ラーメン・スパゲッティ)
 - 海鮮丼セット.....1,000円 (温かいそば・うどん・ラーメン(醤油・味噌)の中から好きな物1点&ミニ海鮮丼)
 - ドリンクバー.....200円 (お食事をご利用のお子様(12歳以下)には、おもちゃをプレゼント)
 - ★北海ちゃんこ鍋コース.....1,300円 (ごはん・デザート付)
 - ★野外ジンギスカン.....1人前 600円 (おにぎり1個付) **手作り体験**
 - ★北海道ミルクシチュー 1人前 1,000円 (パン付)
- ※おメニューについて/準備の都合で20分お時間をいただきます。 ※2人様以上の注文となります。
 ※レストラン通常営業時間 10:00~15:00まで

団体様プラン(10名様以上1週間前までに要予約)

月見宴会プラン
 月明かりに照らされた、広大な雪景色を見ながら忘年会・新年会・各種会合でのご利用承ります。
 ※21:00終了とさせていただきます。

メニュー一例 ラムしゃぶ食べ放題プラン90分
 (肉・野菜・ごはん・ラーメン)

大人1名様.....1,575円
 子供(6歳~12歳迄)1名様.....1,155円
 5歳以下.....無料

※プラス2,000円で飲み放題プラン(生ビール・焼酎・ウイスキー・日本酒・ソフトドリンク)をご用意致します。
 ※他メニュー・送迎バスなどお気軽にお問い合わせください。

■お問い合わせ TEL:0123-27-2121

札幌ICから車で35分。意外に近いユニ東武!!
3月25日(金) OPEN!! (予定)

ナビ付乗入れ 爽快プレーは ユニ東武だけ!!

3月はWグルメ祭!
 ユニ東武ご利用のお客様全員にお食事サービス! ビジターの方には更にお土産付き!

平日AM、日祝PMスタートのビジターのお客様はお食事無料サービス!!

プレー料金	3月		4月	
	ナビ付セルフ	カート付キャディ	ナビ付セルフ	カート付キャディ
平日(お食事サービス) 4人	6,000円	10,150円	7,000円	11,200円
平日ゴゴ制		5,800円		8,950円
土曜・日曜・祝日	7,800円	13,000円	8,800円	13,000円
日曜・祝日ゴゴ制		7,800円		12,000円
わいわいクラブ	平日 4,500円	平日ゴゴ制 4,000円	土曜・日曜・祝日 7,000円	日曜・祝日ゴゴ制 6,500円
			7,650円	7,150円
			11,200円	10,700円

※土曜日のゴゴ制はございません。セルフ28のカート付割増は土日祝AMスタートのみ1,785円です。
 ※土曜日のゴゴ制はございません。

Y.Y.CLUB
 平日会員 女性 8,400円
 年会費 男性 12,600円
 継続会員 女性...5,250円 男性...8,400円
 全日会員 男女 共通 25,200円
 年会費 共通
 継続会員 男女共通...16,800円

入会特典
 ・入会月から1年間の有効期限
 ・ご利用に応じてポイントが貯まる(ビジターの2倍のポイント)
 ・メンバーズカードの発行(お名前不要でチェックイン)
 ・会員限定コンペ「わいわいオープン」を定期開催(毎月第1日曜日、第2火曜日、第4火曜日)
 ・JGAHDCPの取得可能
 ・2011年入会・継続の特典としてユニ東武ゴルフクラブレストランお食事券を進呈
 ・新入会、継続される女性の方全員にオリジナルロゴ入りボールをプレゼント

■お申込み・お問合せ
ユニ東武ゴルフクラブ
 夕張郡由仁町山形132番地
 TEL 0123-83-3400
 FAX 0123-83-3900
 http://www.yunitobu.com YUNI RESORT

樽前カントリークラブで、もっと楽しく!もっとお得に!
「もっ樽会」年次会員募集!

スタイルに合わせて選ぶ2タイプ **道内限定**

平日会員 ■プレー可能日 平日のみ
 ■入会金 定員...300名様
 レギュラー会員(税込・税込み手数料別)
新規 4,000円 継続 3,500円
 シニア・レディース・U40会員(税込・税込み手数料別)
新規 3,500円 継続 3,000円
※シニアは55歳以上、U40は39歳以下です。

土日祝会員 ■プレー可能日 土・日・祝日のみ
 ■入会金 定員...150名様
 レギュラー会員(税込・税込み手数料別)
新規 20,000円 継続 17,000円
 シニア・レディース・U40会員(税込・税込み手数料別)
新規 18,000円 継続 15,000円
※シニアは55歳以上、U40は39歳以下です。

得プレー料金
 オープン~5/31 11/1~12/31 6/1~10/31

平日	キャディ歩行	セルフカート	キャディ歩行	セルフカート
6,800円	5,000円	7,300円	5,500円	5,500円
土日祝	キャディ歩行	セルフカート	キャディ歩行	セルフカート
7,800円	6,000円	8,800円	7,000円	7,000円

※4バック18-RSS※キャディ付きカートもオプションにて承ります。

入会特典
 ●平日セルフ割増なし
 ●同伴ジュニア(15歳まで)全日セルフ1,000円(限定枠8月~10月の火・水曜日AM9:00~、お一人様でもOK)
 ※同伴ジュニアは1組2名様まで
 ●道内提携コースフレンドシップ料金(後日提示)
 ●土日を含め各種会員情報の提示・優待券配布(月1回)
 ●ロッカー使用料無料
 ●メンバータイムもっ樽会員料金でご利用できます。(限定枠8月~10月の火・水曜日AM9:00~、お一人様でもOK)
 ●設定のオープンコンペに年次会員料金で参加できます。
 ●同伴プレーヤーは優待料金にてプレーできます

樽前カントリークラブ 苫小牧市錦岡491 **アコーディアゴルフ** 検索
TARUMAE COUNTRY CLUB TEL.0144-67-0131



M-Golf

Meitetsu World Travel, Inc Golf Tour 2010-2011

セレクト市原2日間・3日間

■出発地:札幌・函館・旭川・釧路・帯広
■出発日:2011年2月5日~3月31日

【新千歳発着】2日間2ラウンドプレー
1泊・食事なし **43,800円**より
1~2名1室利用

【新千歳発着】3日間3ラウンドプレー
2泊・食事なし **57,800円**より
1~2名1室利用

●往復航空利用(IAL) ●添乗員なし ●最少旅行人数3名(5名様は不可) ●規定のゴルフ料(グリーンフィー・雑費のみ込) ●キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズは含まれておりません。各自現地でのお支払い下さい。
●バスツアー・ドライバー・乗車料・燃料費(1人乗1台1,500円)のシングルコース

スケジュール	宿泊ホテル
1 道内各空港→羽田空港→ 送迎車 設定ゴルフコース(1R)→ 送迎車 ホテル (設定ホテル泊)	1 札幌市原ホテル
2 ホテル→ 送迎車 設定ゴルフコース(1R)→ 送迎車 ホテル (設定ホテル泊)	2 札幌市原ホテル
3 ホテル→ 送迎車 設定ゴルフコース(1R)→ 送迎車 羽田空港→道内各空港	3 札幌市原ホテル

●森永高原カントリー倶楽部/プロアマ一級ライセンスを有する本格的なコースに是非チャレンジを! ●羽田空港より車で約15分 ※平日:12/29~1/3, 1/15, 2/28, 3/1
●太平洋クラブ市原コース 羽田空港より車で約60分 送迎料あり
●市原温泉カントリークラブ 羽田空港より車で約45分 送迎料あり
●かざさカントリークラブ 羽田空港より車で約50分 送迎料あり
●富士QGMゴルフクラブ市原コース 羽田空港より車で約50分 送迎料あり
●立野クラシックゴルフ倶楽部 羽田空港より車で約40分 送迎料あり

福島小名浜ゴルフ2日間・3日間

■出発地:札幌 ■出発日:2011年2月5日~3月31日
■宿泊:いわきワシントンホテル椿山荘泊

【新千歳発着】2日間2ラウンドプレー
1泊・1朝食付 **39,800円**より
2名1室利用

【新千歳発着】3日間3ラウンドプレー
2泊・2朝食付 **51,800円**より
2名1室利用

●往復航空利用(ANA/AIR DO) ●添乗員なし ●最少旅行人数3名(平日プレーの場合のみ可) ●規定のゴルフ料(グリーンフィー・雑費のみ込) ●キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズは含まれておりません。各自現地でのお支払い下さい。 ●平日のスタート時間、ゴルフバッグは事前に前日プレーのゴルフ場へ配達いただきますようお願い致します。(土曜・日曜) ●平日送迎・送迎料等の特典は別途お申し込みください。 ●送迎料は別途お申し込みください。 ●送迎料は別途お申し込みください。

スケジュール	宿泊ホテル	設定ゴルフ場
1 新千歳空港 ANA/AIR DO 4740便→ 福島空港→ 送迎タクシー 設定コース(1R)→ 送迎車 →ホテル (いわきワシントンホテル椿山荘泊)	1 いわきワシントンホテル椿山荘	1 福島ゴルフ倶楽部
2 ホテル→ 送迎車 お好みのゴルフ場(1R)→ 送迎車 →ホテル (いわきワシントンホテル椿山荘泊)	2 いわきワシントンホテル椿山荘	2 福島ゴルフ倶楽部
3 ホテル→ 送迎車 お好みのゴルフ場(1R)→ 送迎車 ANA/AIR DO 4747便→新千歳空港	3 いわきワシントンホテル椿山荘	3 福島ゴルフ倶楽部

静岡カントリー2日間・3日間

■出発地:札幌 ■出発日:2011年2月5日~3月31日
2名様より受付

【新千歳発着】2日間1ラウンドプレー
1泊・1朝食付 **45,800円**より
3名1室利用

【新千歳発着】3日間2ラウンドプレー
2泊・2朝食付 **62,800円**より
3名1室利用

●最少旅行人数2名 ●規定のゴルフ料(グリーンフィー・雑費のみ込) ●キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズは含まれておりません。各自現地でのお支払い下さい。 ●現地支払料金は2010年10月現在の料金につき、予告なく変更になる場合がございます。 ●ゴルフ場によっては定休日のほか貸し切り等で予告なく設定除外となる場合がございます。

スケジュール	宿泊ホテル
1 新千歳空港→ANA782便→富士山静岡空港→ 送迎車 ホテル フリータイムまたはオプションゴルフ(静岡カントリー浜岡コース(1Rセルフプレー) (静岡カントリー浜岡コース&ホテル泊)	1 静岡カントリー浜岡コース
2 ホテル→ 徒歩または 送迎車 静岡カントリー浜岡コース 徒歩または 静岡カントリー浜岡コース (静岡カントリー浜岡コース&ホテル泊)	2 静岡カントリー浜岡コース
3 ホテル→ 徒歩または 送迎車 静岡カントリー浜岡コース 徒歩または 静岡カントリー浜岡コース (静岡カントリー浜岡コース&ホテル泊)	3 静岡カントリー浜岡コース

●静岡カントリー浜岡コース ●ホテル
1日目/12ホテルセルフプレー(送迎車予約)
若一人様(平日)2,000円(土日)2,000円

第1回名鉄カップ 2R+12H付き 静岡ゴルフトーナメント3日間

■日程:2011年2月21日(月)~23日(水)
■大会日:2011年2月22日(火)
■コース:静岡カントリー浜岡コース(高級コース)
■申込締切:2011年2月4日(金) ■定員:24名

【新千歳発着】3日間2R+12Hプレー
大人お1人様 **85,800円** 1名1室
2名様1室利用 プランも
あり

●旅行代金に含まれるもの/往復航空運賃、規定の宿泊費、食事代、ゴルフ25R(グリーンフィー・雑費)、大会参加費、現地送迎費用(静岡空港からゴルフ場) ●旅行代金に含まれないもの/キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズ、規定以外の食事代、交通費、入場料、その他個人的費用

第1回マーチカップ 3R付き 房総ゴルフトーナメント3日間

■日程:2011年3月9日(水)~11日(金)
■大会日:2011年3月10日(木)
■コース:キングフィールズゴルフクラブ
■申込締切:2011年2月22日(火) ■定員:24名

【新千歳発着】3日間3ラウンドプレー
2泊・食事なし **82,800円**
1~2名様1室利用

●旅行代金に含まれるもの/往復航空運賃、規定の宿泊費、食事代、ゴルフ3R(グリーンフィー・雑費)、大会参加費、現地送迎費用(静岡空港からゴルフ場) ●旅行代金に含まれないもの/キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズ、規定以外の食事代、交通費、入場料、その他個人的費用

名鉄観光のゴルフツアー NEW 「エム・ゴルフ」

何度も行きたくなる!!
冬の北海道から出発する
国内・海外ゴルフ特集。

私たちがご担当致します。

下口谷 修一 (海外担当) 渡辺 浩平 (国内担当) 菅野 静香 (国内担当)

50th Anniversary
名鉄観光
北海道発着 2010年11月~2011年3月
ご出発の前日から 前立って10日前までに申し込みください。

お一人様でも参加OK! 海外ゴルフトーナメント!! コンチネンタル航空直行便で行く

第1回 ゴムダブルコンペ コンチネンタルカップ5日間

◆添乗員同行プラン◆18ホールズ1ラウンドWベリア
2011年3月10日(木) 出発
申込み締切日/2011年2月10日(木)

【新千歳発着】2ラウンド付5日間
お一人様 **169,000円**
2名1室利用

日次	日付	都市	行程	宿泊地	宿泊ホテル
1	2011年3月10日(木)	新千歳発着	11:25新千歳発着より、コンチネンタル航空直行便にてゴム島へ(18:00頃)ゴム島着、入国手続後レイバースリゾートへ	レイバースリゾート	レイバースリゾート
2	3月11日(金)	ゴム島	ホテルにて朝食 【OP】レイバースリゾートにてゴルフプレー 自1人様10,000円(2009年10月1日現在) (消費税別)	レイバースリゾート	レイバースリゾート
3	3月12日(土)	ゴム島	ホテルにて朝食 【OP】レイバースリゾートにてゴルフプレー 大会終了後夕食(消費税別)	レイバースリゾート	レイバースリゾート
4	3月13日(日)	ゴム島	ホテルにて朝食 【OP】レイバースリゾートにてゴルフプレー 大会終了後夕食(消費税別)	レイバースリゾート	レイバースリゾート
5	3月14日(月)	新千歳発着	17:40頃ゴム島より、コンチネンタル航空直行便にて新千歳空港へ(11:25頃)新千歳発着、解散	レイバースリゾート	レイバースリゾート

●旅行代金に含まれるもの/往復航空運賃、規定の宿泊費、食事代、ゴルフ25R(グリーンフィー・雑費)、大会参加費、現地送迎費用(静岡空港からゴルフ場) ●旅行代金に含まれないもの/キャディ・カート・グリーン・ロッカー・シューズ、規定以外の食事代、交通費、入場料、その他個人的費用

ゴルフ2ラウンド付クアラルンプール5・6日間

【新千歳発着】 ■出発日:2010年11月1日~2011年3月31日 [一部出発除外日あり]
日本航空利用 **スタンダード/2名1室利用** **日本航空利用** **スタンダード/2名1室利用**
5日間2Rプレー **114,000円** 6日間2Rプレー **117,000円**

●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途

ゴルフ3ラウンド付 バンコク5日間

■出発日2010年11月1日~2011年3月31日
※道内各空港発着設定あり (一部出発除外日あり)

【新千歳発着】5日間ゴルフ3Rプレー
スタンダード **2名1室利用** **112,000円**より

●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途

直行便で行く 台北4・5日間 セレクトゴルフ

■出発日:2010年11月1日~2011年3月31日
(一部出発除外日あり)

【新千歳発着】4日間2ラウンドプレー
スタンダード/2名1室利用 **84,000円**より

【新千歳発着】5日間3ラウンドプレー
スタンダード/2名1室利用 **101,000円**より

●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途
●往復航空運賃、空港利用税・使用料別途

旅行企画・実施 観光庁長官登録旅行業第55号(社)日本旅行業協会正会員
名鉄観光サービス株式会社
〒060-0003 札幌市中央区北3条西3丁目(北三条ビルディング内) 札幌支店

M-GOLF 専用ダイヤル TEL(011)241-5514
営業時間/9:00~18:00(土日祝休) http://www.mwt.co.jp
TEL(011)241-4986 FAX(011)241-0154
総合旅行業務取扱管理者 宮嶋 伸

旭川支店 TEL(0166)23-4711
旭川市5条通丁目1号 明治堂ビル5F
●総合旅行業務取扱管理者:高橋 啓光
●営業時間/平日9:00~18:00(土曜・日曜・祝日は休業)

帯広支店 TEL(0155)25-0471
帯広市西3条南12丁目 ホテルヒーロー内
●総合旅行業務取扱管理者:谷澤 正則
●営業時間/平日9:00~18:00(土曜・日曜・祝日は休業)

苫小牧支店 TEL(0144)34-8830
苫小牧市南5丁目 苫小牧第一生命ビル1F
●総合旅行業務取扱管理者:吉江 光博
●営業時間/平日9:00~18:00(土曜・日曜・祝日は休業)

函館支店 TEL(0138)44-1234
函館市田町23 アークセブンスビル
●総合旅行業務取扱管理者:佐藤 清洋
●営業時間/平日9:00~18:00(土曜・日曜・祝日は休業)

高橋勝成プロゴルフショップ

Kat's club が推奨するエクササイズ「ハルメソッド」 HAL METHOD !!

ハル常住氏考案のハルメソッドというスポーツと健康の調和を重視したエクササイズを行うトレーニングスタジオがオープンします。ゴルフのみならず健康管理、ダイエットにも絶大の効果をもたらす、今注目のメソッドです。

ハルメソッドとは?

ハルメソッドとは、人間の基本とも言える姿勢、軸、バランスを基礎において考案したエクササイズによる運動指導方法です。西洋的な身体トレーニング方法論の中ではコアとして認識されています。日本古来の武道では丹田という概念に通じるものです。基礎能力の強化を目的としていることで、限られたスポーツに限定することなく、あらゆるジャンルに共通する概念です。各種の運動を組み合わせることで、身体の筋力の左右差、ずれや歪みを是正し、身体の中心線(上下に貫く軸)と正しい重心位置を認識することを促します。体の中心部に焦点をあてて身体を強化し、身体バランスをより良く保つことを基本に考えられています。



案体(らくだ)
案体(らくだ)を使用したエクササイズ。案体を左右均等に引っ張りながら行うエクササイズは身体の軸と重心のバランスを整い、体の中心に力が入るので、身体軸とコアを意識したトレーニングを効率よく行うことが出来ます。案体を使ってスクワットしたり、足上げ運動を行ってみてください。身体が案体に軽々と動く不思議な運動の感覚を体感出来ます。ぜひ自分の案体を楽しんでみてください。



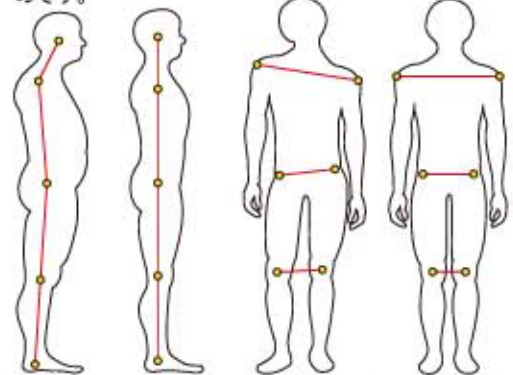
丹田リンク
案体のエクササイズをもっと手軽に、より限られたスペースで画期的な運動をすることが出来ます。ANAのフライトフィットネスで採用。オフィスの椅子やお風呂など場所を選ばず、ストレッチとシェイプアップが出来ます。



パワーバランス
パワーバランスを使用したトレーニング。バイオメカニクスによる運動パフォーマンスの研究から身体運動の原理を基礎に考案した運動方法です。ポイントは、左右対称に振る等、左右対称の動きをリズムカルに繰り返すことにより体の左側と右側、及び前部と後部の筋肉のバランスが向上し身体運動の軸と重心がしっかりと整った理想的な姿勢を得ることが出来ます。

姿勢

長年にわたって歪んだ姿勢をとり続けていると、理想的な姿勢からは程遠い姿勢になってしまいます。気が付かないうちに、背中が丸まったり、頭が前傾したり、骨盤の高さが左右で異なったりしてしまいます。このような歪んだ姿勢はあなたの外見に影響を及ぼすだけでなく、必要以上に身体に負担がかかります。その結果、腰痛、肩こりなどの慢性的な症状に悩まされたり、運動時に痛みを感じたり、怪我をする確率を高めてしまいます。理想的な姿勢は、身体機能を最も効率的に活動させます。側面から見た正しい姿勢は、耳から直線を降ろすと、その線は肩を通り、腰、膝、そしてくるぶしに達します。正面では肩のライン、骨盤のライン、膝のラインがそれぞれ地面に対して平行になります。頭、体幹、骨盤、膝は、それぞれの上に積み上げられたようになっているため、この位置が少しでもズレていると、肉体的にも精神的にも悪い影響を及ぼします。対照的な姿勢に矯正することで、気分も外見も良くなるのです。



HAL METHOD

ハルメソッド各商品は特別プログラムDVD付でカタログに取り扱っております。

Kat's club

高橋勝成プロゴルフショップ
札幌市中央区大通西14丁目1-34 山一BLD 1F
TEL.011-251-1980 FAX.011-251-1985

本物は信頼できるお店から
ゴルフを楽しむ人の専門店

ゴルフ工房新規オープン!!
お客様のニーズにあったチューンナップを承っております。

各種メーカー取り揃えて
皆様のお越しをお待ちしております。

メール会員登録
お買い得情報が満載!!
上のQRコードから空メールを送って下さい。

ホームページアドレス <http://www.kats.co.jp>

いつでも
リゾートゴルフ
鹿児島編

ハワイグアムの次は 「鹿児島」です!



LPGAレジェンドツアー「京セラレディースオープンinさつま」開催コース

1ウィークステイ&フリーラウンドゴルフ
温泉も楽しめて、鹿児島空港～ホテル間無料送迎付き。

5泊6日 朝食付き お一人様 **50,000円**より (税込)

ゴルフ回り放題のウィークステイ

18ホール・6,961ヤード・PAR72
コース全体はフラットで南国の雄大なロケーションを生かし、広々と開放感ある造り、オーソドックスでありながらも機能的なアンジュレーションやハザードで戦略的なゴルフが要求されプレーヤーの挑戦意欲を掻き立てる。

霧からは黒尾山を中心とした北麓の大自然を一望、33㎡の広々とした居心地のいい洋室でリラックス空間をお楽しみいただけます。

ゴルフに観光と十分に楽しんだ後は温泉で心と身体をリフレッシュ。大浴場にはサウナ、露天風呂を完備。アルカリ性単純温泉は神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩等に効果あり。

まもなく10泊11日間フリープラン登場!

〒895-2201 鹿児島県薩摩郡さつま町求名6122
TEL 0996-57-0808 FAX 0996-57-1151

International Golf Resort Kyocera

航空券付プランはこちら

思う存分ゴルフ三昧、ゴルフ漬け。
長期滞在 鹿児島6日間
滞在中ゴルフフリーラウンド 2名様より受付

毎朝食付き 5泊・5朝食付 2～3名様利用 **88,800円～124,800円**

新千歳発着6日間 ※旭川・釧路・女満別・稚内発はプラス4,000円

■出発地:札幌・函館・旭川・釧路・女満別・帯広
■出発日:2011年1月3日～2011年3月31日

日程	スケジュール	食事
1	道内各地空港 → 羽田 → 鹿児島空港 (送迎) ホテル (インターナショナルゴルフリゾート京セラ)	朝食
2	インターナショナルゴルフリゾート京セラ	朝食
3	思う存分ゴルフをお楽しみ下さい。朝晩の着替りプレーOK (朝晩はコースターは15:00となります。インターナショナルゴルフリゾート京セラ)	朝食
4	インターナショナルゴルフリゾート京セラ	朝食
5	インターナショナルゴルフリゾート京セラ	朝食
6	インターナショナルゴルフリゾート京セラ → 鹿児島 → 羽田 → 道内各地空港	朝食

●最少滞在人数/2名様
●キャンセル料/キャンセル料
●送迎料/送迎料
●朝食/朝食(お一人様) ¥3,455
●夕食/夕食(お一人様) ¥4,425
●ゴルフ用品/ゴルフ用品 ¥1,050
●利用料/利用料 ¥200
●10月現在の料金につき、予告なく変更する場合がございます。

旅行企画・実施 観光庁長官登録旅行業第35号 (社) 日本旅行業協会正会員
名鉄観光サービス株式会社 鹿児島支店
TEL (011) 241-5514
http://www.mmt.co.jp

新千歳友の会

新千歳カントリー倶楽部

入会金	
全日個人会員 (1名記名式) 新規	21,000円 継続 18,900円
全日個人会員(シニア・女性) (1名記名式)	18,900円
平日個人会員 (1名記名式)	5,250円
法人会員 (4名記名式)	126,000円

プレー料金 (3・4バック)						
お一人様、1Rプレー料金 オール兼用カート	ビジター料金		平日		土日祝	
			キャディ付	セルフ	キャディ付	セルフ
			9,000円	6,200円	14,800円	12,000円
友の会	オン料金	AM	7,800円	5,000円	9,800円	7,000円
		PM	7,300円	4,500円	8,300円	5,500円
	オフ料金	AM	7,300円	4,500円	8,800円	6,000円
		PM	7,000円	4,200円	7,800円	5,000円

■募集期間/平成23年4月30日(土)まで

※オン料金は6月～9月に適用し、オフ料金はその他の月に適用します。※2名様の場合は割増料金がかかりますのでご了承ください。(平日セルフは除く)
※上記料金は消費税込みです。※アーリーバード、2Rプラン、トワイライトでのスタート時間等の詳細についてはお問い合わせ下さい。

お問合せ・お申込み 〒066-0005 千歳市協和1392番地 TEL 0123-21-2111 FAX(0123)21-3873

サンパーク友の会

サンパーク札幌ゴルフコース

入会金	
個人会員(新規)	28,350円
個人会員(継続)	26,250円
レディス会員	14,700円
平日会員	12,600円
平日レディス会員	8,400円

プレー料金 (1ラウンド・セルフプレー料金)・キャディ付4バックの場合+2,600円						
ビジター	期間	コース	平日		土日祝	
			午前	午後	午前	午後
			4・11月	5,900円	5,700円	9,800円
5・10月	6,400円	6,200円	10,800円	9,800円		
6月～9月			8,000円		14,300円	13,300円

■募集期間/平成23年4月30日(土)まで

※シニア会員/平成23年12月末までに60歳になる方が対象です。免許証等で年齢を証明する書類の写しを提出願います。

※プレー料金は1名様のみラウンドプレー(グリーンフィー・カートフィー、練習費、利用税、緑化協力金、消費税)が含まれております。※予約が一杯の場合は、お断りする場合がございます。※2名、3名の場合は、割増料金がかかります。(会員及び同伴ビジターの平日セルフプレーに限り3バック制をサービス。さらに7時台・13:30以降のスタート予約の2バック制増料サービスいたします。)

お問合せ・お申込み 〒061-1153 北広島市宮ヶ岡456 TEL 011-372-6370 FAX(011)372-6351

きたひろ倶楽部

札幌北広島ゴルフ倶楽部

入会金	
全日会員	30,000円 28,000円
全日レディース会員	25,000円 23,000円
平日会員	10,000円 8,000円
平日シニア&レディース会員	8,000円 6,000円

プレー料金					
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			7,130円	5,530円	5,230円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			7,630円	6,230円	5,930円
			8,630円	6,730円	6,430円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			8,180円	6,530円	6,230円
			8,680円	7,230円	6,930円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			9,630円	7,730円	7,430円
			11,530円	6,730円	9,530円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			13,530円	6,730円	10,030円
			15,530円	7,230円	11,030円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			13,030円	7,730円	11,030円
			15,530円	7,730円	11,530円
平日	期間	コース	通常料金	全日会員	平日会員
			17,530円	8,230円	12,530円

平日シニア:男性は60歳以上

法人会員募集中

年会費 180,000円 (消費税込)

4名無記名 ※全日法人会員の特典はプレー料金のみとさせていただきます。 ※申込時にYPカードへの加入もさせていただきます。

会員追加料金

平日/2バック:カートフィー:1,050円、キャディフィー:1,890円/3バック:サービス
土日祝/2バック:カートフィー:1,890円、キャディフィー:1,890円/3バック:525円

お問合せ・お申込み 〒061-1193 北広島市中の沢450-1 TEL 011-373-1111 FAX(011)373-6514

■ご利用期間/各コースのご利用期間は平成23年オープン～クローズ迄です。

■特典多数あり。詳細は各コースにお問い合わせ下さい。

今シーズンの「ゴルフライフ」をもっと手軽に!快適に!

2011 年次会員・友の会 先取り情報!!

PGM北海道「年次会員」「友の会」募集のご案内



PGM北海道6コース共通友の会 アフタヌーンメンバーズ (午後限定会員)

年会費 10,000円 ■募集会員/個人 ■営業期間/平成23年オープン～クローズまで

プレー料金(午後)	期間	平日		土日祝		プレー料金(午後)	期間	平日		土日祝		
		メンバー料金	通常優待料金	メンバー料金	通常優待料金			メンバー料金	通常優待料金			
チサンカントリークラブ 緑通	4月	4,200円	5,200円	6,000円	7,200円	チサンカントリークラブ 緑通	4～10月	4,000円	4,480円	7,000円	7,980円	
	5・10月	4,500円	5,500円	6,300円	7,500円		新千歳カントリークラブ	4～5・10月	4,200円	5,300円	5,500円	8,700円
	6～9月	5,000円	5,800円	6,500円	8,800円			6～9月	4,500円	5,700円	6,000円	9,700円
サンパーク札幌ゴルフコース	4月	5,400円	5,700円	7,500円	8,800円	サンパーク札幌ゴルフコース	4月	7,545円	9,000円			
	5・10月	5,700円	6,200円	7,700円	9,800円		桂ゴルフ倶楽部	5・10月	9,500円	13,000円		
	6～9月	5,900円	6,900円	8,100円	10,300円			6～9月	10,000円	17,000円		
札幌北広島ゴルフ倶楽部	4月	5,230円	6,280円	7,830円	8,880円	札幌北広島ゴルフ倶楽部	4月	5,230円	6,280円	7,830円	8,880円	
	5・10月	5,430円	6,480円	8,030円	9,880円							
	6～9月	6,430円	7,480円	8,530円	10,980円							

※午後のスタートがない4月・10月～11月は優待会員にてご利用できます。金額は各コースにお問い合わせください。
※コースによって、通常優待料金が変更になる場合もありますのでご了承ください。
※ゴルフ倶楽部は平日のみご利用になります。
※料金は各コースの1名1ラウンド4バックのセルフプレー料金です(消費税込)。
※ゴルフ倶楽部は平日のキャディ料金は別途必要になります。
※コースによっては予約料金が異なります。キャディフィーは別途必要になります。
※ゴルフ場によって、大会やコース整備等によりご利用できない場合がございます。

お申し込み・お問合せは
お手続き予定クラブまで。

チサンカントリークラブ 緑通 TEL 0134-62-4111 札幌北広島ゴルフ倶楽部 TEL 011-373-1111 新千歳カントリークラブ TEL 0123-21-2111
サンパーク札幌ゴルフコース TEL 011-372-6370 グレート札幌カントリー倶楽部 TEL 0123-29-2111 桂ゴルフ倶楽部 TEL 0144-57-5757

サンパーク・きたひろ共通友の会

会員種別	募集定員	年会費
全日会員	30名	39,000円
平日会員	100名	16,000円
平日シニア会員	200名	12,000円

■募集期間/平成23年4月30日(土)まで (定員になり次第締め切らせて頂きます。)
■募集内容/サンパーク・きたひろ共通友の会(記名式)

プレー料金

サンパーク札幌ゴルフコース 左ページの「サンパーク友の会」をご覧ください。

札幌北広島ゴルフ倶楽部 左ページの「きたひろ倶楽部」をご覧ください。

お問合せ・お申込み サンパーク札幌ゴルフコース TEL 011-372-6370 札幌北広島ゴルフ倶楽部 TEL 011-373-1111

■特典多数あり。詳細は各コースにお問い合わせ下さい。

2011年度 北海道ゴルフ連盟主催競技日程

月	日	曜	競 技 名	開催倶楽部	使用コース	締切日		
5	22	日	第61回 アマチュア選手権 (予選) 兼 第66回 国民体育大会(成年男子)第1次予選会	道央1	小樽CC	新	4月30日	
	29	日		道央2	クラークCC	西・東		
	22	日		道央3	エムズGC			
	29	日		道南日胆1	アーレックスGC			
	22	日		道南日胆2	北海道ブルックスCC			
	29	日		道南函館	大沼レイクGC	大沼・小沼		
	29	日		道北	フォレスト旭川CC			
29	日	道東	釧路CC	東				
6	1	水	第43回 女子アマチュア選手権 兼 第66回 国民体育大会(女子)予選会	札幌国際CC	A・B	5月6日		
2	木							
3	金							
6	9	木	第45回 グランドシニア選手権 兼 第24回 全国健康福祉祭(北海道・札幌市)予選会	札幌北広島GC	南	5月6日		
6	11	土	第61回 アマチュア選手権(決勝) 兼 第66回 国民体育大会(成年男子)最終予選会	ツキサップGC		5月27日		
	12	日						
6	13	月						
6	14	火						
6	17	金	第19回 女子シニア選手権 兼 第11回 日本スポーツマスターズ(女子)予選会	札幌 幌 GC	由仁	5月20日		
6	23	木	第43回 シニア選手権(予選) 兼 第11回 日本スポーツマスターズ(男子)第1次予選会	札幌 芙蓉 CC	未定	5月20日		
6	24	金						
6	29	水	第37回 学生選手権	札幌国際CC	A・B・C	6月6日		
7	7	木	第18回 ミッドシニア選手権	廣濟堂札幌CC	新	6月10日		
7	14	木	第43回 シニア選手権(決勝) 兼 第11回 日本スポーツマスターズ(男子)最終予選会	札幌 南 GC		6月24日		
7	15	金						
7	27	水	第31回 ジュニア選手権 兼 第66回 国民体育大会(少年)予選会(15~17歳の部)	真駒内CC	藻岩	6月27日		
	28	木						
7	29	金						
8	10	水	第45回 オープン選手権(予選)	エミナGC	南	7月8日		
8	17	水	第61回 倶楽部対抗競技	Aグループ	札幌 幌 GC	輪厚	7月15日	
				Bグループ	札幌 国際 CC	A・B		
				Cグループ	札幌 エルム CC	東		
					クラーク CC	西・東		
					札幌 南 GC			
					ツキサップ GC			
8	28	日	第6回 ミッドアマチュア選手権(予選)	道央1	滝のCC	東・中	8月5日	
	9	3		土	道央2	シャトレゼ石狩CC		西・中
	8	28		日	道南	樽前CC		南・中
	8	28		日	道北	旭川国際CC		
	8	27		土	道東	帯広白樺CC		白樺
8	31	水	第45回 オープン選手権	エミナGC	南	8月10日		
9	1	木						
9	8	木	第6回 女子ミッドアマチュア選手権	札幌エルムCC	西	8月12日		
9	19	月	第6回 ミッドアマチュア選手権(決勝)	クラークCC	西・東	8月19日		
9	20	火						
9	21	水						
10	2	日	第11回 アマチュア選手権ハンディキャップ競技	千歳空港CC	未定	9月2日		

※国民体育大会(山口県) 10月6日(木)~8日(土) ※日本スポーツマスターズ(石川県)9月14日(水)~16日(金) ※1月18日現在 北海道ゴルフ連盟HPより



golfer's file
~my life, my golf~

■川合 ちとせ インターの早朝ゴルフで一人、二人と一緒にラウンドするようにになり、自然に仲間が集まるようになりまし。今では、年齢も身分も関係ない子供の頃のような遊び仲間です。特にリーダー的な存在もいませんし、同じような目標を持ってライバルでもある最高の遊び仲間がいるからこそ、楽しくゴルフができるのだと思っています。これからも皆で上達していきたいですね。

■高橋 彼の遊びはやる事ができて、仲間がいるゴルフはやる事など考えられない大切なものです。いろいろな職業、年齢の仲間がいて人生は豊かになりますし、それぞれに見習うべきものがあります。ゴルフに熱中する者同士で一緒にいつまでも励ましながら切磋琢磨していきたいですね。

■神谷 川合さんとはネットで知り合い、それからコンペで皆さんと一緒に楽しみました。ゴルフに取り組み姿勢に共感し一緒に練習するようになって、より上を目指そうと思えました。皆さんのゴルフに対する姿勢を学ぶようになると、ゴルフ以外でも物事に対する考え方や取り組み方も変化しました。どんな事も言い訳しないところなど、年下の私には学ぶ事が多くあります。ですが学生時代のクラブ

■高木 村上さんは職場の関係で知り合い、趣味が同じゴルフだった事からノースジャンボゴルフ倶楽部に行くようになり、今の仲間と顔を合わせるようになりました。それからしばらくして同じコンペで一緒にになり、いつのまにか仲間になりました。仲間とのゴルフや練習はとにかく楽しいですね。お互いメンバークラスが違うことで勉強になりますし、練習でも相乗効果があると思います。いろいろな事でプラスになる、とても面白い関係を大事にしていきたいですね。

■村上 みんながライバルですが、私が一番上なので少しでもしつかりしたゴルフをしなければと、少し責任感みたいなものがあります。ですが、仲間が私に競技ゴルフの楽しさを教えてくれホームコースを持つきっかけを作ってくれたのです。年上ではありますけど競技年齢は同じなのかもしれません。そしてスイングの事やプライベートの事など、仲間であれば出来ない事があると思われかされました。そんな仲間を大切にしながら楽しくいつまでもゴルフを続けていきたいと思っています。

今回はゴルフを通じて絆を深め、切磋琢磨し、支え合いながらゴルフを楽しんでいる5人組のご紹介です。職業、年齢、所属コースも違う5人ですが、ゴルフへの熱意に導かれ、いつのまにかノースジャンボゴルフ倶楽部で一緒に練習するようになったそうです。

活動のようで、本当に楽しく、ご一緒させて頂いております。仲間全員、競技で良い成績を残す事が夢ですね。

topics

PGA北海道ゴルフ協会総会



1月10日、PGA北海道ゴルフ協会総会が行なわれた。総会で白石会長は「まだまだ厳しい道内の経済状況の中、我々プロ協会としてもゴルフ業界全体の利益はもとより、ここ北海道の活性化につながるような活動をしていきたい」と抱負を語った。また、前年度ファンケルクラシック優勝など、優秀な成績を収めた高見和宏プロからは「今年も道産子ゴルフの一人として、しっかりとした成績を残したい」とコメント。決意を新たにしたいとコメント。現在会員は103名、内59名がシニア会員となっている。

オークウッドGCイベント

オークウッドGCイベント「オークウッドサロン」が1月開催に続き、2月18日(金)20日(日)、10時~19時(最終日は15時)まで札幌グランドホテル地下クリスタルホールにて開催される。会場では先行プレイヤーの販売会、有名メーカー新商品の試打会・受注会・特価クラブ等の販売会、計測器によるスイング診断コーナー、武藤祐貴プロによるスイングアドバイスコーナー、資生堂レジエによるビューティーコーナーといったイベントが行なわれる。是非足を運んでみてはいかが。

POINT 2

良い姿勢の作り方

クラブを後ろに持って膝を前に出さないようにしながら、臀部を出すようにしゃがんで下さい。一度に良い姿勢をとる事は難しいので、いくつかのパーツに分けて良いアドレスを習得していきましょう。

悪い例 **良い例**

パーソナルトレーナー
長谷川 充宣
ゴルフの胸を張り背筋を伸ばす姿勢は、日常生活に於いても同じような姿勢でなければいけません。日頃から姿勢を意識して正しい姿勢を保つ事は、健康維持・増進にも大いに関わってきます。

無料 **ACTゴルフレッスン**
ワンポイント体験レッスン
クーポン券

事前に予約の上で、この券を当館へご持参ください。
■火曜日～19:00～ ■水曜日～16:00～ ■木曜日～18:00～
有効期限：平成23年2月25日まで

POINT 1

良いスイングをする為にはまず良い姿勢が第一条件です。姿勢ができていて初めてアドレスに入る事ができます。

- ①股関節で体重を受け止めながら姿勢をとる準備をする。
- ②胸を張り背筋を伸ばし、尻部をつきだす。
- ③背骨から頭の先まで一直線にする。

安田有志
ON ACT SPORTS PROJECT

POINT 1	POINT 2	POINT 3
完全設備の屋内練習レンジでは、安田プロによる個別レッスンを実施。生徒さんのレベルに合わせたわかりやすく実践的なトレーニングや、パソコンを使ったフォーム分析でぐんぐん実力が身に付き、来シーズンが一段と待ち遠しくなります！	一般会員様は館内フィットネスのご利用が可能ですので、レッスン以外の時間を有効利用して、筋力アップや基礎体力作りが行えます。また、汗を流したあとは広い温浴施設でゆっくり身体をほぐしてからお帰り頂きます。	冬の屋内レッスンで養ったスキルを更に開花させる手段は、ラウンドプレーしかありません。シーズン到来後からは会員様メニューとして実際にラウンドでプレーをしながらのレッスンメニューをご用意。楽しく実践的に上達しましょう！

月額レッスン料金：一般 12,600円 | ジュニアコース： 6,300円
(ゴルフレッスン+フィットネス利用含む) | 中学生以下、ゴルフレッスン+トレーニング

打撃練習を1時間行った後、20分のトレーニングを行う、合計80分のレッスンとなります。

お問合わせ・ご予約は 011-398-7715 **アクトスポーツプロジェクト**
札幌市北区あいの里2条8丁目2-2 (JR学園都市線 あいの里公園駅前)

ゴルフは基本が大切です!

飛球線に対し全てが平行になる
アドレスができています。

飛球線

Front

Back Side

今さら人には聞けない
COOLなLesson!!

【安田 有志】
■ティーチングプロ
■所属 ACTスポーツプロジェクト
■レッスン場所 真駒内カントリークラブ 山鼻ゴルフセンター セパンゴルフセンター

初心者から上級者まで、ゴルフはやはり基本が大切です。今更とお考えの方も、もう一度再確認してみてください。基本がしっかりできていれば、悩む事もなくスムーズに上達できるでしょう。

姿勢 & アドレス

すべての始まりは姿勢から。そして、すべての原因はアドレスにあると言っても過言ではありません。今回はアドレスに入る前の姿勢についてお話しします。

はしくんのジュニアゴルフのススメ



橋立 幸宏 プロ

(株)ワコーエンタープライズ所属
(社)日本プロゴルフ協会ティーチングプロ
(社)日本プロゴルフ協会登録競技委員
(社)日本プロゴルフ協会ジュニア委員会委員
PGA北海道プロゴルフ会幹事

第5回ハイビスカスカップ 全国小中学生ゴルフ伊江島大会

- 【中学生男子】
- 22位 小笠原基就 +14
 - 25位 吉田 良彌 +18
 - 27位 市山 響 +19
- 【中学生女子】
- 20位 鈴木 星 +18
 - 21位 高石 彩華 +18
 - 22位 鈴木 邑美 +19
 - 24位 中川 朋美 +20
- 【小学生高学年】
- 14位 吉村 克徳 +15
 - 34位 藤井 優駿 +30



尚、今年12/28・29とオーシャンキャッスルCCで開催される第3回沖縄学生ジュニアOPENゴルフ選手権への出場枠を頂いてまいりました。

12月26日、沖縄県伊江村で「第5回ハイビスカスカップ全国小中学生ゴルフ伊江島大会」が行なわれました。当日は気温12度、雨と風の厳しいコンディションでしたが、選手全員最後までがんばっていました。

コナミスポーツクラブ
キッズゴルファーチャレンジカップ
コナミスポーツクラブキッズゴルファーチャレンジカップが12/27京葉カントリー倶楽部で行なわれました。
【高学年の部】2位 櫻田 優
【低学年の部】3位 内田 琴子
(ベストスコア更新)

穏 やかなお正月を過ごしたクラブも振らず1ヶ月がたちました。肩の異常は少し良くなってきたとおもいますが完治には時間がかかりそうです。先日、ザ・ノースカントリークラブで冬期間に行われているスノーランドで乗馬体験をしました。馬の気持ちは理解し優しい気持ちはもっているのだと癒された気がします。ただ軽装だったことでその日の夜から寒気がして肺炎になりしばらくダウンしてしまいました。辛かった！



の信頼を持っていてるスピード757が使えるとおもったラッシュで思考回路が停止した。突然とすのだけの私にY氏が一本のドライバーを渡してくれました。今、いちばん新しいVC7.2(X)をためしてと言われ試打することに。一ヶ月も振っていない体調もすぐれないのでいい数値が出るわけがないとおもっていたのですが振り込むほど数値が上がりました。約80?これは大変なことです。初速の3.7倍が飛距離だということですから80x3.7は...そんなにうまくはいかないとおもいますが試す価値はあるなとおもいました。名器757も3Wに使えるというところで今年もスピードVC7.2(X)でいくことを決意しました。どんな調整もするから安心してという力強い言葉にまたY氏に感謝の気持ちでいっぱいになりました。いつもありがとうございます。今年もフジクラシャフトで飛ばします。政治、経済、社会の閉塞感もどこかへ飛ばしてしまいたいです。

暴れん坊將軍の競技ゴルフがおもしろい!

世界のリンクスコースの1/3を占めるアイルランドは日本人には意外となじみが薄い。そこで、ポンド千保さんにアイルランドの文化、自然などをレポートしてもらいます。



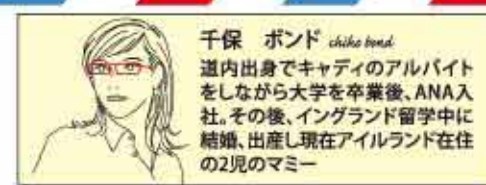
from Ireland

2011年1月16日午後3時現在アイルランドのトリムは日差しも良く、気温11度。12月の雪騒動はどこへやら、いつもの田舎景色である。穏やかなお天気に感謝しつつも、ふと心によぎることがひとつ。先月早々、冬タイヤの代わりに...とインターネットで注文したスノーソックスがやっと3日前に配達された。購入してからひと月以上が経ち、こんないつ使うのよ〜と言わんばかりの晴天の中である。いらだつ気持ちを抑え、雪道で危ない目に遭わなくてよかったわあと、無理やり事を前向きに捉えるつもり...でも、使い勝手、確かめてみたかった〜。道産子としてはスノーソックスごときで雪道を乗りこなせるのか、勝負を挑むほどの気持ちだったのだけ。お楽しみが期限未定でお預けになった。

我家のクリスマスは、今回もリビングに生クリスマスツリーを飾った。町の八百屋さんで30ユーロだった。私は生ツリーが大好き。室内に樹脂の香りが優雅に漂い、天然アロマオイルなのだ。毎年クリスマスに大量の木が伐採され、使用済みツリーは生相大ごみになるから、環境によくないイメージもあるけど、私は年に一度の自然からのご褒美と思って存分に楽しむ。(実はおみそが床一面に飛び散って、お掃除が大変なのだ)。クリスマスの食事という、アイルランドは七面鳥がメイン。近所のお友達の母国ポーランドではサーモンなどの魚がクリスマスディナーのメインだというから、ヨーロッパ内、同じキリスト教国でもクリスマスの風習は異なる。

ところで、我家は今回は家族4人だけだし、食事はシンプルでいこうということで、出来合いのローストチキンを一羽分購入することにした...はずだった。24日のお昼過ぎ、近所のスーパーに出向いた私たちの目の前で、残酷にも最後のローストチキンが売られていった。ああ、だからもっと早めに買いに行こうとてたのに〜!イブの夕方からクリスマスディナーの飾り直し?日本だと大晦日の午後からおせち料理の準備に取り掛かる感じだろうか...遅すぎる〜。(おせち料理のほうはずっと大変だけど...)途方に暮れつつ、とぼとぼ生肉コーナーへ。丸々としたチキンが、一羽ずつぴりりと並んでいる。自分でローストするしかないか〜と腹をくくっていたところ、その下の段に七面鳥が半額になって2羽だけ売残っていた。...決まりである。どうせ、私が自分でローストするなら、同じ手間である。しかも七面鳥はチキンの3倍くらいあるから、翌日、翌々日まで持つ。一石二鳥だ。私が七面鳥をローストする手間を危惧した夫は、ステーキでもいいと妥協案を示してくれたが、クリスマスにビーフステーキは子供たちも納得するまい。結局、散歩がてらにローストチキンと数本のワインを買いに行ったはずが、帰りは10キロの七面鳥を担いで帰路に。

昔、イギリスに住んでいた頃、大きな声では言えないが、コルドンブルーのシェフコースに通っていたこともある私。(途中出産を機にリタイア...)自分でチキンを一羽丸ごとローストしたことは何度もあるが、七面鳥は初体験だった。下ごしらえから温度設定、調理時間、せっかくの七面鳥さんは無駄にはしていない。そこで、いつも頼りになる私のお気に入り、英国人イケメンシェフ、ジェイミーオリバーのwebへ。彼のレシピを参考に、24日は



千保 ポンド chika bondo
道内出身でキャディのアルバイトをしながら大学を卒業後、ANA入社。その後、イングランド留学中に結婚、出産し現在アイルランド在住の2児のママ

無事下ごしらえ終了。翌25日は朝の7時からオープンでローストすること約5時間!!お尻のほうに詰められたオレンジの微かな風味も混じって、仕上がりは...おお!カンベキ。Looking Good!Taste good!

しかし、やっぱり家族4人で食するには大きすぎた。普段は肉食の次男も、お皿からはみ出した七面鳥の腿をもらったところまではよかったが、おかわりどころかポテトもサラダも受け付けなかった。唯一、一人気合を入れて消費してくれた夫のおながが膨れ上がっていくのを眺め微妙な気分。ホントにおいしくできたのに...。実際、七面鳥10キロは大人15人くらいが妥当な分量らしい。そんな私の相変わらずのアイルランド生活だが、革命があった。クリスマスに携帯電話を新しくスマートフォンにしたのだが、ええっ、これがすごい。作品は限られてるが、日本語の小説が携帯でも読めるなんて、日本でもスマートフォンは以前から話題になっていた様だが、ついにアイルランドにも上陸!(嬉、泣ける)使用機種は台湾のHTCでOSはアンドロイド。simejiというアプリケーションをインストールして日本語で入力もできるっ!日本仕様のようにワンセグやお財布ケータイなどはないけれど...。芥川龍之介や太宰治などの小説が、車の中や美容院の待合時間にしかも無料で読めるなんて凄すぎる。そのうち新書も読んでみたいなあ。でもIT音痴な私。どれを使えば読めるようになるのか、発見するのはいつのことやら...

読者の皆様、今年もどうぞよろしくお読みいただきます。お読みくださってありがとうございます。

スポーツも勉強も
「努力」を積み重ねなければ
本当の問題点は見えてきません。

春期新規生募集中

「より遠くへ」「より近くへ」
明光義塾はそれぞれの目標に合わせた戦略を提案します。
全国1900教室、日本最大級の個別指導学習塾
道内64教室のネットワーク
詳しい情報・資料請求はこちらへ
<http://www.meikogijuku.jp/>

個別指導
明光義塾

BMZインソールコンプリートモデルをネット販売
本誌ホームページ(<http://hgm-net.jp/>)の
リンクからショッピングサイトへ
北海道ゴルフマガジン
ショッピングサイトが
オープンしました!!

HOKKAIDO GOLF MAGAZINE
NET SHOPPING

魔法のインソールでゴルフが上手くなる!!
BMZ インソール

フィットネスが融合した



安田有志

ON

ACT

SPORTS PROJECT

アクトスポーツプロジェクト

新感覚レッスン誕生!

フィールドでプレー出来ない冬は暖かい屋内で
ゴルフに必要な基礎体力やフォームを

総合的に養いましょう

全天候型のACTスポーツプロジェクトで

安田プロが皆様のご来店を

お待ちしております



POINT 1
完全設備の屋内練習レンジでは、安田プロによる個別レッスンを実施。生徒さんのレベルに合わせてわかりやすく実践的なトレーニングや、パソコンを使ったフォーム分析でぐんぐん実力が身に付き、寒シーズンが一段と待ち遠しくなります!

POINT 2
一般会員様は館内フィットネスのご利用が可能なので、レッスン以外の時間を有効利用して、筋力アップや基礎体力作りが行えます。また、汗を流したあとは広い温浴施設でゆっくり身体をほぐしてからお帰り頂きます。

POINT 3
冬の閉屋内レッスンで養ったスキルを更に開花させる手段は、ラウンドプレーしかありません。シーズン到来後からは会員様メニューとして、実際にラウンドでプレーをしながらのレッスンメニューをご用意。楽しく実践的に上達しましょう!

月額レッスン料金 : 一般 12,600 円

(ゴルフレッスン+フィットネス利用含む)

ジュニアコース : 6,300 円

中学生以下、ゴルフレッスン+トレーニング

火曜日 ■19:00 - 20:00 ■20:15 - 21:15
水曜日 ■16:00 - 17:00(Jr) ■17:30 - 18:30(Jr) ■19:00 - 20:00 ■20:15 - 21:15
木曜日 ■16:00 - 17:00(Jr) ■17:30 - 18:30(Jr) ■19:00 - 20:00 ■20:15 - 21:15

打撃練習を1時間行った後、20分のトレーニングを行う、合計80分のレッスンとなります。

ACT お問い合わせ・ご予約は 011-398-7715 アクトスポーツプロジェクト まで
札幌市北区あいの里2条8丁目2-2 (JR学園都市線 あいの里公園駅前)



加圧トレーニングマシン



インボディ測定



テニススクール

無料 ACTゴルフレッスン
ワンポイント体験レッスン
クーポン券

事前にご予約の上で、この券を当館へご持参ください。
■火曜日...19:00~ ■水曜日...16:00~ ■木曜日...18:00~

有効期限:平成23年2月25日まで

ACT

ACTにお越しの際はこちらもどうぞ~館内テナント~

- カフェLUZ
落ち着いた店内で本格的なピッツアとパスタが楽しめます。
- あくていぶサポート
確かな施術で定評のある、はり・きゅう治療院です。

ACT ホームページ <http://www.act-wellness.com>

naio

皆様のゴルフライフをお手伝い



<http://www.human-golf.com>

■ゆったりしたスペースを確保した全78打席

オートティーアップ採用。楽しく睡りながらプレイできる、ゆったりしたスペースを確保しました。冬期間には各打席ごとにジェットヒーターをご用意しています。冬でも快適にゴルフをお楽しみいただけます。



ジェットヒーター完備

■好評ペア打席

カップルや友達、ファミリーで楽しく練習できる、間仕切りしたプライベート感覚のスペース。他の打席よりさらにゆとりある広い空間です。

■練習するたびにお得で割安な年会費システム

●特典:入会(更新)時とお誕生月にはプリペイドカードをプレゼント。
入場料・ボール代の割引引き。

Human Golf Garden ヒューマンゴルフガーデン
札幌市豊平区西岡3条1丁目7-50 TEL 011-857-1152

営業時間 12月1日~2月28日迄 10:00~21:00
※祝日以外の月曜日 13:00~21:00

リーズナブルな料金体系! 会員になると更にお得!!



■利用方法 プリペイド購入又は、100円硬貨使用

■ボール代【プリペイドカード使用時】

- 早朝 一般...1球 6円 会員...1球 6円
- 夜間 一般...1球 6円 会員...1球 4円
- 平日・土日祭 一般...1球 6円 会員...1球 4円

★全時間帯100円硬貨使用できます。100円で15球(1球7円)

■冬季営業期間(12/1~3月中旬)特典

- 女性と60歳以上の方は...1球 3円(平日限定)
- 黄色いボールがでたら 500円分のプリペイドカード進呈

■入場料 200円 ■灯油代 100円

MGC 緑ヶ丘ゴルフセンター
札幌市南区真駒内620-3 TEL 011-584-5353

営業時間 AM10:00~PM6:00
会員制(臨時) 会員費 8,400円
入会時プリペイドカード 4,000円分プレゼント
誕生日プリペイドカード 2,000円分プレゼント

シーズンオフこそLEVEL UP! 練習場へ行こう!!

- | | |
|--|--|
| <p>J&Jゴルフセンター
TEL 011-661-5556 札幌市西区陸奥15-4-14-60</p> <p>N8プライベートゴルフクリニック
TEL 011-998-3572 札幌市豊平区陸奥2-1-5-1</p> <p>TKゴルフセンター
TEL 011-473-2277 札幌市白石区川下2-4-15</p> <p>インドゴルフサマー
TEL 011-866-4771 札幌市白石区本通1-3-34</p> <p>江野大ゴルフセンター
TEL 011-384-7769 江野市江野大</p> <p>王子ゴルフガーデン
TEL 011-793-3901 札幌市東区東山田15-2</p> <p>北都ゴルフセンター
TEL 011-872-3331 札幌市白石区北都4-3-3-32</p> <p>コナミスポーツクラブ 白石
TEL 011-861-6771 札幌市白石区南東町1-2-1</p> <p>コランスポーツプラザ
TEL 011-365-2630 札幌市北区新栄9-79-3</p> <p>ゴルフ274北広島
TEL 011-379-8077 北広島市西の原104</p> <p>ゴルフ大曲ゴルフセンター
TEL 011-377-6990 北広島市大曲中町2-4-7</p> <p>ゴルフクラブ宮の森
TEL 011-644-3260 札幌市西区二ノ宮3-7-1-24</p> <p>ゴルフセンター中の島
TEL 011-877-2117 札幌市豊平区中の島1-4-6-6</p> <p>札幌ゴルフセンター
TEL 011-861-1116 札幌市白石区新栄2-3-33</p> <p>サッポロスポーツプラザスウィング89
TEL 011-751-2122 札幌市東区東山田</p> <p>シャトレーゼゴルフパルク
TEL 011-773-2529 札幌市北区東山田132</p> <p>新川ゴルフランド豊内練習場
TEL 011-765-1111 札幌市北区東山田11-4-3-12</p> <p>スポーツクラブ ルネサンス札幌平野
TEL 011-815-8066 札幌市豊平区平野2-11-3-7</p> <p>セブゴルフセンター
TEL 011-896-7723 札幌市豊平区上野原1-2-4-43</p> <p>太平ゴルフセンター
TEL 011-771-6457 札幌市北区北平6-3-3-3</p> <p>千歳インターゴルフクラブ
TEL 0123-23-4411 千歳市美々地1-1-1</p> <p>手塚あけぼのゴルフセンター
TEL 011-685-2330 札幌市手塚区南1-7</p> | <p>ダイヤライトゴルフプラザ
TEL 0113-74-1368 石狩市北川原93</p> <p>西野ゴルフセンター
TEL 011-661-0745 札幌市西区西野1-3-2-16</p> <p>ニューダイナミックゴルフセンター
TEL 011-572-3355 北広島市東1-6-2-44</p> <p>ニュー真駒内ゴルフセンター
TEL 011-521-0111 札幌市南區真駒内1-1</p> <p>ノースジャンボゴルフ倶楽部
TEL 011-372-7222 北広島市北の里151</p> <p>パークゴルフ倶楽部
TEL 011-388-7121 江別市大曲南10-4</p> <p>エムアールゴルフセンター
TEL 011-746-8000 札幌市北区北22条南4-2-27</p> <p>ビックバーディー
TEL 011-373-4691 北広島市北の里38-5</p> <p>ヒューマンゴルフガーデン
TEL 011-857-1152 札幌市豊平区西岡3-1-7-50</p> <p>平野ゴルフセンター
TEL 011-841-3620 札幌市豊平区平野2-8</p> <p>フジゴルフセンター
TEL 011-23-4500 千歳市南台1463-1</p> <p>藤ヶ丘ゴルフセンター
TEL 011-584-5353 札幌市東区真駒内620-3</p> <p>宮の森スポーツ倶楽部 北野校
TEL 011-584-4500 札幌市東区北野2-2</p> <p>宮の森スポーツ倶楽部 新札幌校
TEL 011-895-6070 札幌市東区新札幌3-4-3-4</p> <p>宮の森スポーツ倶楽部 東山田校
TEL 011-723-6767 札幌市東区北33条3</p> <p>宮の森スポーツ倶楽部 宮の沢校
TEL 011-666-3838 札幌市東区宮の沢1-1</p> <p>宮の森スポーツ倶楽部 ゴルフセンター
TEL 011-841-2622 札幌市中央区北22条1-1</p> <p>高麗ゴルフセンター
TEL 0123-33-5277 千歳市高麗2-1</p> <p>山の手ゴルフセンター
TEL 011-641-0767 札幌市中央区南の森3-2-2</p> <p>山鼻ゴルフセンター
TEL 011-513-8087 札幌市中央区南19条南1-33</p> <p>リバーサイドゴルフセンター
TEL 0123-25-2211 千歳市成道19-41</p> <p>ワイドゴルフセンター
TEL 0113-74-8877 石狩市北川原104</p> |
|--|--|

奥行きネットなしの300ヤード! 広々打席でゆっくり練習して下さい



■入場料無料

1F...25球 100円
2F...28球 100円

ジェットヒーター完備
打席料...200円
※時間制限無し

●ポイント会員募集中 来場ポイントをためてプレゼントをGETしよう。もちろん年会費など一切かかりません。

●PGMカード提示で100ヤード交換券1枚プレゼント!!
※1回の練習ごとに1枚となります。



・快適のくつろぎロビー
・広々打席でゆったり練習できます。

ノースジャンボゴルフ倶楽部
北広島市北の里151 TEL 011-372-7222

営業時間 1/17より
9:00~21:00

月-水はシルバー&レディースDAY
20球サービス(AM9:00~PM9:00)

ゴルフの

内藤裕之

たとえトーナメントプレーヤーであっても、初心者でもプレーをしている時の心の動きは、さほど変わりません。ティショットでは緊張しますが、前の晩に眠れない事だつてあるのです。ゴルフは体・技・心などと言われています。体力・技術は練習で習得できますが、心はトレーニングしても、コントロールする事はなかなか難しいものです。しかし、ちょっとした知識と考え方次第では、あなたのゴルフを劇的に変化させる事ができます。私のトーナメント経験を交え皆様のご質問にお答えしていきたいと思っております。

月例やコンペなどで普段どりのゴルフがまったくできていません。どうしてでしょうか？どうすれば普段どりでできますか？

(札幌市 38歳 会社員)

このお悩みを抱えている方は、レベルを問わず多いはず。ここで「気持ちの問題」と精神論を持ち出すのが、果たして本当に正しいのでしょうか。勿論、競技のゴルフに緊張はつきものです。しかし、緊張はマイナスの作用だけを生まみ出すものではありません。競技ゴルフとプライベートゴルフ、スコアの差にお悩みの方は、まずこの二つのラウンドのスコアの差を生み出す要因について正確に分析する必要があります。まず、この要因を環境要因と自己要因に分け、環境要因は自分でコントロール出来ない事として受け入れなければなりません。天候、ピンポジション、コースセッティング、コースコンディション、これらが及ぼすスコアへの影響は自分でどうする事も出来ない、すなわち環境要因にあてはまります。しかし、環境要因のせいばかりしては、



内藤裕之
1976年6月19日生まれ
専修クラブ/アイアン
2003年、2006年北海道プロゴルフ選手権優勝

五十肩

いわゆる五十肩は40才以上に発症し、肩関節の痛みと可動域制限をきたす疾患です。ちょっとした外傷を契機に発症する事もありますが明らかな原因がないことも多い病態です。

急性期には動作時、安静時ともに痛みが強く、夜間の痛みのために不眠を訴えることもよくあります。その後、痛みは落ち着いてくるのですが関節が固くなり可動域が制限されるようになり、限界を超えるような運動を強制されると痛みが生じます。

症状が軽くなるのには数カ月から1年程度かかることが多いのですが、初期のうちには痛みの治療を開始する事で治療期間を短くすることができます。神経ブロックやハリ治療、温熱療法、薬物療法などで痛みを軽減しながらストレッチなどの運動療法を組み合わせていくのが理想です。

難治性の場合には腱板断裂を起している可能性もあるのでMRIなどで画像診断を受ける事も大切です。



円山リラククリニック
森田裕子 院長

診療案内
■診療科目/内科・麻酔科・リハビリテーション科
■診療時間/月・水・金…9:00~18:00
火 …9:00~17:00
木・土…9:00~12:30
※木は内科のみ。昼休み12:30~14:00。日・祭休診
※予約制ですでお申し出ください。

円山リラククリニック
〒064-0803 札幌市中央区南3条西21丁目2-11
TEL:011-611-1366
アクセス/地下鉄東西線・西18丁目駅徒歩10分



「支える」と「動く」ことの両立それが、BMZの真髄。

世界で唯一の最新技術

従来のインソールは土踏まずのアーチを強制的に支え、安定性を高めるといった設計がなされているが、足の動きを制限し運動性を犠牲にしていた。BMZインソールは足の立方骨という部位を中心に適度にサポートする設計となっており、より自然なアーチを保持することで足の動きを制限することなくスタビリティ能力の向上をもたらし。

飛距離アップ!!

スタビリティ能力の向上と「動く」という行為が自然に力強くなる他に、身体が土台がしっかりすることで上体が安定、軸の形成により身体がより動くようになる為、飛距離アップが望める。

バランスの改善

立方骨のバランスにより足のアーライメントが良くなることで足元にかかるストレスを軽減。身体全体のバランスが回復することで血流も改善され疲れにくくなる他、外反母趾、マメ、タコ、扁平足、さらにはひざ痛、腰痛、頭痛等にも軽減、回復、予防といった効果が望める。



魔法のインソールでゴルフが上手くなる!!
当店はインソールで足の歪みを改善し「疲れにくい」「動ける身体」を作るお手伝いをしています。プロゴルファー・オリンピック選手などトップアスリートにもご愛用いただいております。

【価格】
スタンダード 5,880円~
セミオーダー 12,600円~
オーダー 23,100円~



http://tomcom.jp

インソール&フィッティングショップ
トム カンパニー
札幌市白石区南郷通14丁目南4-14 TEL 011-807-4277

ゴルフ会員権 相場情報 0120-399-377

コース名	コース種	相場	名義変更料
クラークCC	27	80~95	315,000
廣済堂札幌CC	36	停止中	-
廣済堂トムソンCC	18	停止中	-
札幌南CC(駒丘)	18	5~20	157,500
札幌CC(輪厚・由仁)	36	370~450	525,000
札幌CC(輪厚・由仁)	36	350~430	525,000
札幌エルムCC	36	60~80	315,000
札幌国際CC(島松)	27	65~90	368,550
札幌すずらんCC	18	---	315,000
札幌美穂CC	27	130~160	525,000
ツキサツCC	18	110~130	315,000
札幌CC	81	15~30	315,000
羊ヶ丘CC	18	5~15	210,000
真駒内CC	36	5~15	210,000
滝のCC	27	3~10	210,000
石狩川江別CC	18	1~10	52,500
石狩平原CC	27	1~10	52,500
小樽(入会費200万円必要)	27	60~90	1,050,000
シェイクスピアCC	18	1~10	52,500
スウェーデンヒルズCC	27	80~100	525,000
札幌CC	18	3~15	105,000
札幌ベイCC(準会員3名付)	18	10~25	210,000
札幌スコットヒルCC	18	1~15	315,000
チサンCC(銭函)	18	1~10	157,500
札幌ティネCC	27	20~40	105,000
ハッピーバレーCC札幌	27	1~10	315,000
美戸CC	18	10~30	157,500

最新情報は電話、ホームページよりお問合せ下さい。 1月25日現在情報

札幌市中央区南4条西7丁目5-1サウス47ビル1F 最新の情報はこちら www.bestgolf.co.jp
(株)ベストコーポレーション 詳細は [ベストゴルフ](http://www.bestgolf.co.jp) 検索

優雅なくつろぎの空間で大人たちの理想のひとときを...

アンジュ
アンジュ

- Open/Close pm8:30~am3:00
金・土 pm8:30~am3:30
- チャームチャージ3,000円(サービス料20%)
- 飲み放題90分(3名様から)4,000円
- 収容人数 32名

札幌市中央区南4条西3丁目第3グリーンビル6F
TEL.011-563-2255

Mercury
マーキュリー

- Open/Close pm8:00~am2:00
- チャームチャージ3,500円(サービス料20%)
- 飲み放題90分(3名様から)5,000円
- 収容人数 30名

札幌市中央区南4条西3丁目第3グリーンビル4F
TEL.011-533-8777

Marine
マリーン

- Open/Close
火~土 pm8:00~am2:00
日・祝 pm8:00~am1:00
- チャームチャージ3,000円(サービス料20%)
- 飲み放題90分(3名様から)4,000円
- 収容人数 32名 月曜休み(月曜日は休業)

札幌市中央区南4条西3丁目第3グリーンビル7F
TEL.011-531-3511

初音
絵夢(えむ)

- Open/Close
pm7:30~am1:00
- チャームチャージ4,000円(サービス料20%)
- 飲み放題90分(3名様から)5,000円
- 収容人数 30名

札幌市中央区南4条西3丁目第3グリーンビル7F
TEL.011-532-5800

ゴルフの後もみんなでお楽しみたい!

アフターゴルフおすすめスポット

ゴルファーの隠れ家

Ma chérie
マ・シェリ

アットホームな雰囲気でお上品な時間をあなたと...

■チャーム・チャージ/4,500yen サービス料/20% ■VIPルーム・パーティープランもご用意しております
営業時間/20:00~ラスト

札幌市中央区南5条西5丁目 ジャパンランドビル4F TEL011.563-6277

女の子情報、お得な情報満載!! www.kao-chee.net

Cherish
SINCE 2005

Cherish(チェリッシュ)は、低料金で安心して飲めるアットホームなお店。明るく陽気な女の子達と楽しい時間を過ごせる正統派スナックです。すすきのスナック初登場、本格ゴルフアシミュレーターを導入!お気軽にゴルフも楽しめます。待望のVIPルームも出来ました。これまでに以上におくつろぎ下さい... 歓送迎会・忘年会他のご予約承ります。最大40名様まで収容可です!

北海道ゴルフマガジン見たで60分飲み放題3,000円!
※新規来店のお客様に限らせていただきます。

JUN-KARASHI
MIKO
MISATO

KAORI

SYSTEM ●チャーム・チャージ ¥3,500 ●ボトル ¥3,500 ●フリードリンク 60min ¥3,000 ●TAX 15% ●各種カード使用可
■PARTY PLAN 90min ¥4,000~(4名様以上) ■VIP ROOM 1hour ¥2,000 ■GOLF VIP 30min ¥2,000

ハブスナック チェリッシュ TEL/011-531-4350 営業時間/20:00~ラスト

和食・洋食...etc.といった枠組みに囚われることなく、前さき亭では毎日の食材を美味しく召し上がって頂く事を第一に考えております。

前さき亭 TEL/011-562-8737 営業時間/18:00~ラスト

札幌市中央区南5条西3丁目ニューすすきのビル3F

元祖美唄やきどり「福よし」が、ついに北24条に誕生!!

福よし北24条店オープン!!

札幌市北区北24条西4丁目1-2 ビル三友 1F TEL 011-700-2944

一串でモモ、タマネギ、キンカン、レバー、砂肝、ハツが味わえるのが美唄やきどり
お近くの「福よし」各店も皆様のお越しをおまちしております。

福よし
元祖美唄やきどり

美唄本店
札幌市西1条南4丁目216
電話/011-266-3345

すすきの店
札幌市中央区南3条西2丁目1-5
電話/011-233-2044

札幌中央店
札幌市中央区北1条西5丁目1-1
電話/011-262-2944

岩見沢店
岩見沢市2条西3丁目1-1
電話/011-226-2944

札幌北条店
札幌市中央区北1条西5丁目1-1
電話/011-262-2944

かりや札幌店
札幌市東区北7条東9丁目2-20
電話/011-700-2944

札幌西店
札幌市中央区南6条西6丁目1-1
電話/011-262-2944

すすきのどまんちか店
札幌市中央区南5条西3丁目1-1
電話/011-262-2944

津川店
札幌市中央区南4条西2丁目1-1
電話/011-262-2944

銀座店
東京都中央区銀座2丁目2-8 東横ビル
1F 電話/03-5561-1111



イーグルは やっぱり 海!

ますます大好評!全店イベント



海物語シリーズ対象イベント 毎月8がついてる日開催



海物語シリーズ対象イベント 毎週月曜・水曜開催



パチンコ・スロットイベント 毎月1日・2日開催



スロットイベント 毎月7がついてる日開催



パチンコ・スロットイベント 毎月9日・29日開催



パチンコ・スロットイベント 毎月19日開催

大好評!貸玉2.5円・好感度MAX!

パチンコの原点を次の世代へ。時代が求めた新常識パチンコ



次世代パチンコ導入店

イーグルウェーブ 厚別店 | イーグルパーク 月寒店 | イーグルウイング 伏古店

イーグルスクエア 釧路店 | イーグルスクエア 帯広店

パチンコ&スロット イーグルグループ

イーグル プレシティア 【南11条店】	イーグル キャパシティ 【南7条店】	イーグル ビュアシティ 【東札幌店】	イーグル★ゴー! 【北郷店】	イーグル ウェーブ 【厚別店】	イーグル タウン 【大谷地店】
イーグル タウン2 【大谷地店】	イーグル パーク 【月寒店】	イーグル ララシティ 【釧路店】	イーグル ウェスト 【西郷店】	イーグル アートシティ 【南生店】	イーグル プレイス 【北41条店】
イーグル ウイング 【伏古店】	イーグル スタジオ 【東富路店】	イー・エス オブイーグル 【釧小路店】	イーグル アクアパーク 【南内店】	イーグル ニコパチランド【南内店】	イーグル ララパーク 【名寄店】
イーグル スイート 【旭川店】	イーグル スイート 【砂川店】	イーグル レイズシティ 【北見店】	イーグル スクエア 【釧路店】	イーグル ルナシティ 【釧路店】	イーグル スクエア 【帯広店】
イーグル オー 【小樽店】	イーグル ベイプラス 【釧路店】	イーグル アクアズ 【北斗店】			

イーグルグループは、北海道・関東で全31店舗

18歳未満の方のご入場は法律により禁止されています。車内にお子様を預けてのご来店、お子様を連れてのご入場は固くお断りします。

EAGLE GROUP

www.eaglegroup.co.jp/ | パチンコ イーグル

MAMI's Bling-Bling Diary

お正月に実家のある旭川へ帰省しました。まずはラーメン屋へ。もともとは昭和21年に開店したアイスクリーム店。アイスクリームに蜂蜜を使っていたことから「蜂蜜」と名付けられたそう。縁に赤い蜂蜜の屋号、その文字を囲むギザギザの円は蜂蜜の巣を型取ったもので巣に帰る蜂のようにお客さんが帰ってくることを願った屋号です。いつも私が注文するのは「しょうゆ、油漬」。(メニューには「しょうゆ」としかないのですが注文するとお店のお姉さんから「油は?」と聞かれます。)「油漬」にはこがし油が表面にたっぷり。独特の香ばしい香り、一口スープを口にすると見た目とは違いあっさりな魚介系スープです。箸で麺をすくうとそれまではおとなしかったスープの表面がまるで噴火したかのような騒ぎで湯気がもうもうと立ちあがります。(めがね着用の方は要注意ですよ!)「しょうゆ、油漬」

通」の方も一口いただいと…あら、さらにすっきり、それでいてこれまた別な味わい…今度はこちらにしてみようかな。くせがあるけど、くせになる、必ずやまた来たくなるお店です。

さあ、満腹になったところで腹ごなしに初打ちへ!実家近くの練習場でもいろいろの発見がありました。V10のドラゴンボールバージョンです!今年の目標でもある自己ベスト87の願いをこめて思わず購入してしまいました。(^_^) ご存知ドラゴンボールは7個すべて集めると神龍(シェンロン)があらわれてどんな願いでも一つだけ叶えてくれるという、鳥山あきら原作のアニメ。主人公の孫悟空は戦いと冒険をかさねながらやっとの思いで7つすべてのドラゴンボールを集めますが…生来の練習癖いに加えてこんなにも簡単にすべてのドラゴンボールを手に入ってしまった私の願いを神龍は果たして叶えてくれますかどうかな…

著 佐藤美和子

なんだっちゅーの! なんだっちゅーの第88弾

好評のもしもシリーズ…「もしもキャディさんが〇〇だったら」

①綾瀬はるかだったら…どんなにガケ下に落そうと、はるか隣のホールに曲げようと必死に数本のクラブを持ってきて、すぐに方向を示すために確認に走る。打順待ちでは汗を拭いてくれたり、サツと飲み物をキャップ開けて差し出す「今日は調子悪かったね…反省会二人でしよっか?」と誘ってくる

②叶美香だったら…汗で濡れたグリップをボロボロの胸に挟み拭いてくれる。ハーフ終了でシャツの着替えをタオル持参で手伝ってくれる。自家用ヘリ、あるいは運転手付きリムジンで送迎してくれる。

③同性愛者の男だったら…次のティーに着くとドライバーを全員分、股や脇に挟んで待っている。パターで打った後は普通「入れ」を「入れて!」と叫ぶ。ミスショットをすると、ハグしながら「ドンマイ!」と言う

さて究極の選択となれば、何番が良いですか?ま、③は無いと思いますが…②は夢っぽいし、①だったら速効で持ち帰りでしょっか?…笑

広告掲載のお申込・お問い合わせは
有限会社 エワン企画
☎ 011-868-5085
hgm@asazuma-net.co.jp

豊昇堂印刷株式会社
hoshodo-printing,inc.
〒062-0903 札幌市豊平区豊平3条11丁目1-15
TEL.011-821-2574 FAX.011-821-2584

北区・東区の人気店として名を馳せた「春一番」が移転リニューアルオープン

はるいちや さんだいめ めんじゅく

春一家 三代目 麺宿

北郷道味噌ラーメン
ど善えば中太ちぢれ
麺ですが春一家は
中太ストレート麺
「なせ」とよく聞かれ
ますがこれはスープ
どの相性。

春一家自慢の濃厚スープをちぢれど長からめてくれる。そしてちぢれのこだわった食感もりもストレートのつるつるとした食感と自家製特製の小麦の香りをダイレクトに感じていただくことができます。

こだわりのストレート麺を振舞いお下さし。

極上の塩ラーメン極 800円
1日20食限定。上質な味わいの塩ラーメンは軽い口当たりで豊かなコクがある。薬味のさざみワサビを入れるとさらに深い風味が広がる。

黒八味噌ラーメン 680円
8種類の黒い食材を合わせた自家製味噌ダレと濃厚スープが融合して小麦の風味豊かな自家製麺にベストマッチした一杯。

●中島店長/自家製麺・たれ・スープ・具材など全てに手間を惜みず、手作りでこだわっています。

HOKKAIDO GOLF MAGAZINE COUPON

業務多忙につきスタッフ募集中

ゴルマガジン見たてでお会計より 100円引き

春一家 三代目 麺宿

メルマガ 会員募集中

QRコードを読み取って空メールを送信して下さい。お得な割引情報や会員特典を配信。

住所/豊平区美園11-6-1 ☎電話/011-822-3344 営業時間/11:00~21:00 定休日/木曜日 駐車場10台(第2駐車場あり)

 **Fujikura**

最新7軸テクノロジーと高い先端剛性がハードヒットの
パワーロスを抑え、適正スピンドルで飛ばせる新設計の
“Motore Speeder VC.2” 登場。

思い切り叩いて、
思い通りに飛ばす。

MOTORE

Motore Speeder

VC.2

<http://www.fujikurashaft.jp/motore>

 **Fujikura**

フジクラ・ゴルフクラブ相談室

フィッティング無料!!

クラブを変えたら調子が悪くなった、スライスが直らない、飛距離が落ちた…。それはもしかしたらシャフトが合っていないせいかもしれません。悩む前にまずはフィッティングを体験してリシャフトしてみたいかどうでしょうか。ベストフィットのシャフトでゴルフは驚くほど変わります。ゴルフはもっと楽しくなります。
事前予約制となっているのでまずは下記までご連絡下さい。

事前予約制 TEL 011-856-6411



豊富な試打クラブ



ゴルフインパクト解析システム

札幌市豊平区西岡3条1丁目7-50
ヒューマンゴルフガーデン内

■水曜定休
■10:30~19:00