

# 東平尾公園ニュース

## テニス特集号

### 博多の森テニス場で『専属コーチ個人レッスン』が受けられます！

『博多の森テニス競技場』には屋外 15 面・屋内 4 面の砂入り人工芝コートがあり、大会だけではなく一般の皆様にも広くご利用いただけます。シャワールームやロッカー、夜間照明も完備しており、お仕事帰りでも 21 時まで、気軽にご利用いただけます。

今回の東平尾公園ニュースは、公園管理事務所が企画事業として実施しています『専属コーチによる硬式テニスの個人レッスン』の様子をご紹介します。

\*\*\*\*\*

取材させていただいた日のコーチは、明るい笑顔が素敵なプロテニスプレイヤーの中野佑美コーチです。レッスン生は小学生のご兄妹でした。

猛暑の中、水分補給や小休憩をはさみながらの計 2 時間のレッスンでは、生徒さんの体格や筋力に合わせてボール出しの立ち位置を変えたり、横についてフォームを確かめ、「今の良いんじゃない！」「(打球音が)いい音だったね！」「今日は風が強いね、どう吹いてる？じゃあどうしよう？」など、1 本 1 本のショットやフォームを見ながら、ラケットの運び方やフット



ワークの重要性、関節の使い方等を、分かりやすい言葉でアドバイスされていました。

こうしたコーチの声はレッスン生の心にもちゃんと届いているようで、二人とも楽しそうに、最後まで集中して練習している姿がとても印象的でした。



#### 中野コーチより

「博多の森テニス競技場は大変恵まれた環境で、私もここで試合や練習をして育ちました。専属コーチレッスンではコート一面を贅沢に使用でき、ボールもたっぷりありますので、時間を有効に使うことができます。ですからグループレッスンではなかなか出来ない事、例えばサーブの集中練習や上手くなりたい所を重点的に繰り返したい等のご希望に、出来る限りお応えしています。『ひたすらラリーをやりたい！』というご要望をいたくこともありますよ。

私を含め 4 人の専属コーチがいますが、レッスン料をいただくのですから、『受けて良かった』と思っていたら、このようなレッスンを提供できるよう頑張っています。テニスはお久しぶりの方、全くの初心者の方、お友達と一緒に、なども大歓迎です。  
お気軽にお問合せください！」

東平尾公園の各施設では、この他にも様々なイベントや企画事業を行っています。

テニス場 … 『9/23 テニスの日 関連イベント』  
プレイ & ステイ(初心者の小学生向けプログラム)や  
小学生のカラーボール大会など。参加者募集中です。

ベスト電器スタジアム … 『バックヤードツアー』  
プロも活躍するスタジアムの舞台裏を見てみよう！

陸上競技場 … 『博多の森わくわくネイチャーゲーム』(10/16)  
博多の森を楽しむ会『キノコ観察会』(11月) など

専属コーチレッスンの詳細や各種イベントについては  
『福岡市緑のまちづくり協会』ホームページをご覧ください。

中野コーチ：「ジュニアの場合は技術もですが、自分で考える力を育てる事がとても大切です。うまくいかない時も気持ちを切り替えて立て直しができるよう、年齢やレベル、性格、体格などに合わせた言葉かけを心がけています。」



「練習して、上手にできるようになった時がうれしい。」



「テニスは自分で考えたり、作戦を練るのが面白い。中野コーチは楽しい事をいろいろ考えてくれるので、レッスンが楽しみです。」



発行：(公財)福岡市緑のまちづくり協会  
東平尾公園 公園管理事務所