

## 「全鍍連」 2023年 4月号 組合員の広場

千葉県鍍金工業組合

於田 忠光 (株)フッカクローム 取締役副社長)

「やっぱり気の持ちようですね」



このところコロナや戦争の話しに始まり、物価の高騰などと気疲れする情報が多いと皆様も感じておられると存じます。めっき業もその只中にいて日々何かに追われる毎日であります。私にとっては月に数回行くゴルフがささやかなオアシスであります。しかし、この数年はそのオアシスに行くのが大変苦痛になっていました。理由は明確で何しろ良いスコアが出ないのです。HDPCも3年間で7つ後退し苦悶のプレーを繰り返していました。

そんなある日、15年来ともにプレーをしていた同い年の友人に「あなたはテクニカルな面ではなくメンタルで自滅している。だからこの本を参考にしよ」と一冊のゴルフメンタル本を教えてくださいました。早々にAmazonで購入し一読。妙に納得して二読。さらに2種類のメンタル本を購入して読み込む。重要な点をメモしてラウンド中に読む。練習する前にチェック項目のメモを読む。こんなことを今も繰り返しています。取り組んで半年にもならないので大きな成果は出ていませんが、不思議なことにプレー中の変なプレッシャーは薄れていく感じを体感しております。スコアも以前には届いておりませんが、上昇傾向になってきました。そもそもゴルフ場に行くのが少し楽しみになってきたのが嬉しいです。

メンタル本から学んでの反省は「否定的な思考であったこと」「起きてもない不安におびえていたこと」「かっこつけたプレー」をしていたことなど。要するに「ポジティブなイメージがなかった」「理想ばかりで実践的なマネジメントが出来ていなかった」のです。結果いつも心がざわついている状態であったことに気づきました。

そこで最近考えるのは、「この思考って仕事に役立たないか？」と言うことです。

「あなた57歳にもなっていますら？」とお叱りを受けそうですが、お恥ずかしながら現実であります。ゴルフから学んだ思考をどのように役立てていこうかと思案しており、答えはまだ見つかりません。

ただ柱になるのは「楽しい未来をイメージすること、それを実現するために今必要な具体的な行動とは何か」になります。

こんなことを考えるにつけ、まだまだ若輩者であること痛感しております。しかし、幸い当連合会には多くの賢者な諸先輩がおられます。これからも積極的にめっき業界のイベントに参加し多くを学ばせて頂ければと思っております。

全鍍連誌への初めての寄稿になりますが、このような機会を得られましたことに感謝申し上げます。