



2012-2015
JGA ハンディキャップ規定
(USGA ハンディキャップシステム準拠)

リファレンスガイド

Copyright © 2012
United States Golf Association
All Rights Reserved

ゴルファーは誰でも公平な競技を楽しみたいと願っています。JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) は、すべてのゴルファーがどのコースでプレーしても公平に競い合えるようにするために開発された最善の方法です。

■本書について

本書は、(公財) 日本ゴルフ協会発行の「JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠)」から一部を抜粋し、ゴルファーの皆様を知っておいていただきたい大切な基礎知識をまとめたものです。詳細は「JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠)」に記載してありますので、JGA/USGA ハンディキャップインデックスの使用方法について、本書と併用してより深く理解していただければ幸いです。

また、巻末にはコースハンディキャップ換算表 (スロープレーティング 100 ~ 155 のティーインググラウンドに対応) を掲載してありますので、ハンディキャップインデックスを使ってコースでプレーする際にご利用下さい。

■目次	Page
ハンディキャップインデックスの取得方法	1
ゴルフ倶楽部の定義	1
認証とライセンス	2
スコア検証の定義	3
コースハンディキャップとは?	4
ハンディキャップストローク	5
JGA/USGA コースレーティングの異なるティーインググラウンドを使用する競技	5
第 3-5 項 公平な競技の促進	6
ホールスコアの調整 (プレーヤーの責任)	8
ハンディキャップ査定に採用可能なスコア	9
ハンディキャップ査定に採用できないスコア	10
査定済みコースの未査定ティーインググラウンドを使用したスコアの提出	11
JGA/USGA コースレーティング、ボギーレーティング、スロープレーティング	14
委員会によって修正されたハンディキャップインデックス、または非常に優れたトーナメントスコアによって低減されたハンディキャップインデックス	14
ハンディキャップアローワンスについて 〈マッチプレーの場合〉	15
ハンディキャップアローワンスについて 〈ストロークプレーの場合〉	18
プラスハンディキャップ	21
よくある質問	21
コースハンディキャップ換算表	25

ハンディキャップインデックスの取得方法

ハンディキャップインデックスを取得するためには、プレーヤーはゴルフ倶楽部に所属してスコア（グロススコアまたはストロークコントロール調整後）を提出しなければならない。これらのスコアは検証を受け、提出枚数が5枚に達した後、JGAハンディキャップ規定（USGAハンディキャップシステム準拠）に基づいて倶楽部はプレーヤーにハンディキャップインデックスを発行できる。

ゴルフ倶楽部の定義

「ゴルフ倶楽部」とは、最低10名の会員で構成する組織で、ゴルフ活動の管理、スコア検証の実施、およびJGAハンディキャップ規定（USGAハンディキャップシステム準拠）の保全を目的として、規約と委員会（特にハンディキャップ委員会）によって運営されるものをいう（倶楽部コンプライアンスチェックリスト・規定8-2m、および裁定2/7参照）。ゴルフ倶楽部はJGAハンディキャップ規定（USGAハンディキャップシステム準拠）を利用するためのUSGAの認可を受けなければならない。この認可は既にUSGAの認可を受けているJGA（承認されたゴルフ協会）の会員制度を通して受けることができる（付則F参照）。

承認されたゴルフ協会のなかには、事務管理上の理由で、ゴルフ倶楽部が承認されたゴルフ協会に加盟する条件として、USGAが定める最低会員数10名を超える所属会員数を義務づける場合がある。

ゴルフ倶楽部の会員同士は、合理的且つ定期的に共にプレーする機会を持たなければならない。スコアは会員本人が提出しなければならない。また会員仲間や倶楽部のハンディキャップ委員会を含む（但しそれらに限定しない）、他者によるスコアの検証を受けられるようにしなければならない。

ゴルフ倶楽部は、以下 3 種類のいずれかとする：

タイプ 1: タイプ 1 倶楽部は、有効な JGA/USGA コースレーティング及びスロープレーティングを保持する特定のゴルフコースに会員が所属し、そのゴルフコースで倶楽部競技の大部分が開催され、また倶楽部のスコア記録が保管されている場合をいう。

タイプ 2: タイプ 2 倶楽部は、職業、共済、民族、または社交上の組織を通して会員が交流し、会員の多数が倶楽部の設立以前から交流関係にある場合をいう。

タイプ 3: タイプ 3 倶楽部は、互いに面識のない者同士が会員として集まり、入会方法の大部分が公募（新聞やインターネットなど）によって行われる場合をいう。

【注】: JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) の規定条文中では、ハンディキャップインデックスの取得を目的として認可を受けたゴルフ倶楽部に所属している者を会員と定義している。

【注】: 倶楽部コンプライアンス・チェックリストのすべての項目を満たせば、そのゴルフ倶楽部は JGA/USGA ハンディキャップインデックスを発行することができる。タイプ 2 倶楽部、タイプ 3 倶楽部（既存の JGA 加盟倶楽部、PGS 加盟ゴルフ場以外）の認可要件については、JGA までお問い合わせ下さい。

認証とライセンス

JGA（承認されたゴルフ協会）またはゴルフ倶楽部は、JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) を使用したり、USGA 商標を使用したり、ハンディキャップインデックスを発行するためには、USGA のライセンス認可を受けなければならない。世界では 100 以上の承認されたゴルフ協会と数千を超えるゴルフ倶楽部が、USGA ハンディキャップシステムを使用し、ハンディキャップインデックスを発行している。

JGA が認めたゴルフ倶楽部または JGA（承認されたゴルフ協会）以外の団体、およびゴルフ倶楽部の会員以外の個人は、下記の商標類を使用したり、USGA のハンディキャップ計算式を含む JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) の如何なる部分をも使用することができない。但し、JGA（承認されたゴルフ協会）やゴルフ倶楽部に対して、JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) に従った限定的な目的の範囲内で商品やサービスを提供する場合は例外とする。USGA は、USGA 商標類の使用を認められた者が、USGA ハンディキャップシステムの品位と信頼を損なわない使用方法をとるように確認する。これらの確立された商標類の権利所有者として、USGA はこれら商標類の使用を他者に認める唯一の権利を有する。

下記は USGA が保有する商標類である：「ボギーレーティング™」、「コースハンディキャップ™」、「コースレーティング及びスロープレーデータベース™」、「エクイタブルストロークコントロール™」、「ESC™」、「ハンディキャップディファレンシャル™」、「ハンディキャップインデックス®」、「ホールバイホール・ストローク分配分析プログラム™」、「ホームコースハンディキャップ™」、「ショートコースハンディキャップ™」、「USGA ショートコースレーティング™」、「スロープ®」、「スロープレーティング®」、「スロープシステム®」、「トレンドハンディキャップ™」、「全米ゴルフ協会®」、「USGA®」、「USGA コースレーティング™」、「USGA コースレーティングプログラム™」、「USGA コースレーティングシステム™」、「USGA ハンディキャップシステム™」。

スコア検証の定義

「スコアの検証」とは、プレーヤーの潜在技量を正しく理解し、提出されたスコアが正当なものかどうかを確認するために、ゴルフファー同士で実施するチェック機能をいう。

スコアの検証には、以下 2 つの必須要素がある。

1. 同一のゴルフ倶楽部に所属する会員同士は、合理的且つ定期的
に共にプレーする機会を持たなければならない(裁定 2/8 参照)。
2. スコア記録及びハンディキャップインデックスリストは、同一倶
楽部の会員を含む(但しこれに限定しない)、他者による検査が
受けられるように開示されなければならない。スコア記録の表示
方法は下記 2 種類とする。

【概要表示】 ー 概要スコア記録は、直近 6 回のプレーヤーのハ
ンディキャップインデックス変更履歴を、以下の情報と共に表示
しなければならない: スコア、スコアタイプ、レーティング、ディ
ファレンシャル、日付(年/月)。これらはスコア検証に拘わる者
に開示されなければならない。

【詳細表示】 ー 詳細スコア記録は、直近 6 回のプレーヤーのハ
ンディキャップインデックス変更履歴を、以下の情報と共に表示
しなければならない: スコア*、スコアタイプ、レーティング、ディ
ファレンシャル、日付(年/月/日)。これらは同一倶楽部の会員、
倶楽部のハンディキャップ委員会、及びそのプレーヤーが参加す
る競技の役員に開示されなければならない。

* 詳細スコア記録には各スコアにコース名を付記するものとし、特にタ
イプ 3 倶楽部の場合はこれを義務づける。

コースハンディキャップとは?

コースハンディキャップは、プレーヤーがプレーする際、スクラッチ
ゴルファーのレベル(つまりそのティーマーカーの JGA/USGA コース
レーティング)でプレーするために必要なハンディキャップストローク
を表し、ティーマーカー毎に整数で表示される(例:12)。

コースハンディキャップは、プレーするコースに設置されているコー
スハンディキャップ換算表を使用して決定するか、または、ハンディ
キャップインデックスにプレーするティーマーカーのスロープレーティ

ングを掛け、これを 113(標準スロープレーティング)で割ることによっ
て算出する(端数を四捨五入した整数で表示)。

例: $10.4(\text{ハンディキャップインデックス}) \times 125(\text{スロープレーティング})$
 $\div 113(\text{標準スロープレーティング}) = 11.5 = 12(\text{端数四捨五入})$ 。

詳しくは、JGA ハンディキャップ規定(USGA ハンディキャップシステ
ム準拠)第 3-3 項および第 10-4 項を参照。

ハンディキャップストローク

プレーヤーが与えたり受けたりするハンディキャップストロークは、
1 対 1 のマッチプレー、4 人のマッチプレー、ストロークプレーなど、
競技方法によって異なる。

スコアカードには各ホールにハンディキャップナンバーが記載されてお
り、これに従ってホール毎にプレーヤーが与えたり受けたりするハン
ディキャップストロークを決定する。ハンディキャップナンバー「1」の
ホールは、プレーヤーが最もハンディキャップストローク 1 打を必要
とするホールで、ハンディキャップナンバー「18」のホールは、プレーヤ
ーが最もハンディキャップストローク 1 打を必要としないホールである。

JGA/USGA コースレーティングの異なるティーインググラウ ンドを使用する競技

JGA ハンディキャップ規定(USGA ハンディキャップシステム準拠)
第 3-5 項および第 9-3c 項のハンディキャップ調整を正しく行うため
に、ハンディキャップインデックスとコースハンディキャップの定義を
理解することが重要である。ハンディキャップインデックスはプレー
ヤーの技量を標準化した指標値であり、個々のティーマーカーに対し
て査定したものではない。そこでプレーヤーは自分のハンディキャップ
インデックスを、プレーするティーマーカーのスロープレーティングに
応じてコースハンディキャップに変換し、そのティーマーカーの JGA/

USGA コースレーティングでプレーするのに必要なハンディキャップストローク（整数）を受ける。従って JGA/USGA コースレーティングの異なるティーマーカーを使用するプレーヤー同士で対戦する場合、必要な追加のハンディキャップ調整を適用する。

第 3-5 項 公平な競技の促進

ステップ 1：コースハンディキャップの計算

プレーヤー A	vs	プレーヤー B
ゴールドティーマーカー	使用ティーマーカー	ブルーティーマーカー
10.4	ハンディキャップインデックス	10.4
$\times 130/113$	\times スロープレーティング /113	$\times 140/113$
= 12	コースハンディキャップ	= 13
$+ 71.1$	$+ \text{JGA/USGA コースレーティング}$	$+ 73.2$
83	← =ターゲットスコア * →	86

* ターゲットスコアとは、プレーヤーが自身のコースハンディキャップ通りにプレーすることを目的として目指すスコアのことをいう。

ステップ 2：第 9-4 項に従って、ハンディキャップアローワンスを適用（適用可能な場合）

ステップ 3：JGA/USGA コースレーティングの差をレーティングの高いティーマーカーを使用するプレーヤーに追加

71.1	JGA/USGA コースレーティング	73.2
		<u>- 71.1</u>
	レーティング差 = 2 (四捨五入)	2.1
83	ターゲットスコア	86
<u>- 12</u>	コースハンディキャップ	<u>- 15</u>
	(レーティング差を追加 13 + 2 = 15)	
= 71	= ネットスコア	= 71

または、JGA/USGA コースレーティングの差をレーティングの低いティーマーカーを使用するプレーヤーから差し引く（裁定 3-5/1）

83	ターゲットスコア	86
<u>- 10</u>	コースハンディキャップ	<u>- 13</u>
	(レーティング差を引く 12 - 2 = 10)	
= 73	= ネットスコア	= 73

この調整によって、両者は同じネットスコアに対してプレーすることになる。

コースハンディキャップは特定のティーマーカー（JGA/USGA コースレーティング）に対して計算されるものだが、その計算式には JGA/USGA コースレーティングが含まれていないため（ハンディキャップインデックス × 使用するティーマーカーのスロープレーティング ÷ 113）、このような追加の調整が必要となる。

【注】：ハンディキャップインデックスは、特定のティーマーカーに対して査定または使用するものではない（第 10 章）。

ホールスコアの調整（プレーヤーの責任）

■ホールアウトしていないホール、コンシードされたストローク

ラウンド中にホールアウトしなかったホールやストロークがコンシードされたホールがある場合は、最も可能性の高いスコアをそのホールに記入する。最も可能性の高いスコアとは、そのホールでゴルフ規則の本質に従って実際に費やしたストローク（罰打を含むグロススコア）に、50パーセント以上の確率でそこからホールアウトするまで費やすであろうと思われるストロークを足したものである。最も可能性の高いスコアをスコアカードに記入する場合は、略称コード「X」を付記する（例：X-5）。

■プレーしなかったホール

プレーしなかったホールやゴルフ規則の本質に従ってプレーしなかったホールがある場合、プレーヤーはハンディキャップ査定のために、そのホールのパーにそのホールでプレーヤーが受けるハンディキャップストローク（コースハンディキャップに基づく）を加えたスコアを記入する。

■ストロークコントロール（ESC）

ストロークコントロール（ESC）は、例外的な悪いスコアがハンディキャップインデックスに過度の影響を与えることを防止するもので、コースハンディキャップに応じて各ホールの上限スコアを設定する。

ホールスコア（実際のスコアまたは最も可能性の高いスコア）が、ストロークコントロールで定められた各ホールの上限スコアを超える場合、ハンディキャップ査定のためにスコアを提出する際に必ずESC調整されなければならない。

ESC調整はトーナメントスコアを含むすべてのスコアに適用する。ESC調整を実施するホール数に制限はない。

ストロークコントロール表

18ホール コースハンディキャップ	各ホールのESC上限
9以下	ダブルボギー
10～19	7
20～29	8
30～39	9
40以上	10

ハンディキャップ査定に採用可能なスコア

以下はハンディキャップ査定のために採用可能なスコアであり、必ず提出しなければならない。

- ホームコースまたはアウェイコースのスコア。
- ゴルフ規則の本質に従って7ホール以上プレーした場合のスコア（7～12ホールプレーした場合は9ホールスコア、13ホール以上プレーした場合は18ホールスコアとして提出）。
- アクティブシーズン中のコースのスコア。
- 有効なJGA/USGAコースレーティングおよびスロープレーティングを持つコースのスコア。
- 9ホールを2回プレーした場合（同一9ホールやプレー日が異なる場合も含む）、2つの9ホールスコアを連結して18ホールのスコアを提出する。その際、JGA/USGAコースレーティングは各9ホールの合計を使用し、スロープレーティングは各9ホールの平均を使用する。
- マッチプレー、ストロークプレー、ピックアップを要求される団体戦など、すべての競技方法のスコア。
- 「プリファードライ」のローカルルールを採用した場合のスコア。

- ・ プレーヤーが競技失格となった場合でも、採用可能なスコアであればハンディキャップ査定のために提出しなければならない(スコアカードの署名もれによる失格の場合など)。

ハンディキャップ査定に採用できないスコア

以下の場合、ハンディキャップ査定のためにスコアを提出することはできない。

- ・ プレーしたホールが7ホール未満の場合。
- ・ 承認されたゴルフ協会が定めた非アクティブシーズン期間中のコースでプレーした場合。
- ・ ゴルフ規則の本質に従ってプレーされなかったホールが多数におよぶ場合。
- ・ 全長 3,000 ヤード未満のコース (9 ホールの場合は全長 1,500 ヤード) でプレーした場合。
- ・ 競技の条件としてクラブの本数が 14 本未満に制限されている場合、または使用できるクラブの種類が制限されている場合 (例: アイアンのみを使用する競技)。
- ・ JGA/USGA コースレーティングおよびスロープレーティング未査定のコースでプレーした場合。
- ・ 不適合クラブ、不適合球、または不適合ティーペグを使用した場合。
- ・ ストローク中に人工の機器や異常な用具を使用したり、用具を異常な方法で使用した場合 (ゴルフ規則 14-3)。

査定済みコースの未査定ティーインググラウンドを使用したスコアの提出

もしプレーしたティーインググラウンドに、該当する性別の JGA/USGA コースレーティングおよびスロープレーティングが査定されていない場合、プレーヤーは一時的な措置として以下の手順を適用することができる。

- ・ 未査定ティーインググラウンドと、最も近い査定済みティーインググラウンドのヤードージ差に基づいて、次頁に記載したレーティング調整表を使用して調整値を導き出す。
- ・ 未査定ティーインググラウンドのヤードージが査定済みティーインググラウンドより長い場合は、査定済みティーインググラウンドのレーティングに調整値を足す。未査定ティーインググラウンドの方が短い場合は、調整値を引く。
- ・ この方法は、プレーヤーが異なるティーインググラウンドを組み合わせる場合にも適用できる。その場合は、まずプレーする合計ヤードージを決定し、上記の手順を適用する。

女子：未査定ティーインググラウンドのレーティング調整表

査定済み ティーとの ヤードージ差	JGA/USGA コースレーティング 調整値	スロープ レーティング 調整値	査定済み ティーとの ヤードージ差	JGA/USGA コースレーティング 調整値	スロープ レーティング 調整値
0 ~ 8	0.0	0	621 ~ 638	3.5	7
9 ~ 26	0.1	0	639 ~ 656	3.6	8
27 ~ 44	0.2	0	657 ~ 674	3.7	8
45 ~ 62	0.3	1	675 ~ 692	3.8	8
63 ~ 80	0.4	1	693 ~ 710	3.9	8
81 ~ 98	0.5	1	711 ~ 728	4.0	8
99 ~ 116	0.6	1	729 ~ 746	4.1	9
117 ~ 134	0.7	1	747 ~ 764	4.2	9
135 ~ 152	0.8	2	765 ~ 782	4.3	9
153 ~ 170	0.9	2	783 ~ 800	4.4	9
171 ~ 188	1.0	2	801 ~ 818	4.5	10
189 ~ 206	1.1	2	819 ~ 836	4.6	10
207 ~ 224	1.2	2	837 ~ 854	4.7	10
225 ~ 242	1.3	3	855 ~ 872	4.8	10
243 ~ 260	1.4	3	873 ~ 890	4.9	10
261 ~ 278	1.5	3	891 ~ 908	5.0	11
279 ~ 296	1.6	3	909 ~ 926	5.1	11
297 ~ 314	1.7	4	927 ~ 944	5.2	11
315 ~ 332	1.8	4	945 ~ 962	5.3	11
333 ~ 350	1.9	4	963 ~ 980	5.4	11
351 ~ 368	2.0	4	981 ~ 998	5.5	12
369 ~ 386	2.1	4	999 ~ 1016	5.6	12
387 ~ 404	2.2	5	1017 ~ 1034	5.7	12
405 ~ 422	2.3	5	1035 ~ 1052	5.8	12
423 ~ 440	2.4	5	1053 ~ 1070	5.9	13
441 ~ 458	2.5	5	1071 ~ 1088	6.0	13
459 ~ 476	2.6	5	1089 ~ 1106	6.1	13
477 ~ 494	2.7	6	1107 ~ 1124	6.2	13
495 ~ 512	2.8	6	1125 ~ 1142	6.3	13
513 ~ 530	2.9	6	1143 ~ 1160	6.4	14
531 ~ 548	3.0	6	1161 ~ 1178	6.5	14
549 ~ 566	3.1	7	1179 ~ 1196	6.6	14
567 ~ 584	3.2	7	1197 ~ 1214	6.7	14
585 ~ 602	3.3	7	1215 ~ 1232	6.8	14
603 ~ 620	3.4	7	1233 ~ 1250	6.9	15

調整表の使用方法： 査定済みティーインググラウンドと未査定ティーインググラウンドのヤードージ差で該当する欄を選択し、JGA/USGA コースレーティングとスロープレーティングの調整値を導き出す。未査定ティーインググラウンドのヤードージが査定済みティーインググラウンドより長い場合、上記の調整値を査定済みティーインググラウンドのレーティングに加える。未査定ティーインググラウンドのヤードージが査定済みティーインググラウンドより短い場合、上記の調整値を査定済みティーインググラウンドのレーティングから差し引く。

男子：未査定ティーインググラウンドのレーティング調整表

査定済み ティーとの ヤードージ差	JGA/USGA コースレーティング 調整値	スロープ レーティング 調整値	査定済み ティーとの ヤードージ差	JGA/USGA コースレーティング 調整値	スロープ レーティング 調整値
0 ~ 10	0.0	0	407 ~ 428	1.9	5
11 ~ 32	0.1	0	429 ~ 450	2.0	5
33 ~ 54	0.2	0	451 ~ 472	2.1	5
55 ~ 76	0.3	1	473 ~ 494	2.2	5
77 ~ 98	0.4	1	495 ~ 516	2.3	5
99 ~ 120	0.5	1	517 ~ 538	2.4	6
121 ~ 142	0.6	1	539 ~ 560	2.5	6
143 ~ 164	0.7	2	561 ~ 582	2.6	6
165 ~ 186	0.8	2	583 ~ 604	2.7	6
187 ~ 208	0.9	2	605 ~ 626	2.8	7
209 ~ 230	1.0	2	627 ~ 648	2.9	7
231 ~ 252	1.1	3	649 ~ 670	3.0	7
253 ~ 274	1.2	3	671 ~ 692	3.1	7
275 ~ 296	1.3	3	693 ~ 714	3.2	8
297 ~ 318	1.4	3	715 ~ 736	3.3	8
319 ~ 340	1.5	4	737 ~ 758	3.4	8
341 ~ 362	1.6	4	759 ~ 780	3.5	8
363 ~ 384	1.7	4	781 ~ 802	3.6	9
385 ~ 406	1.8	4			

調整表の使用方法： 査定済みティーインググラウンドと未査定ティーインググラウンドのヤードージ差で該当する欄を選択し、JGA/USGA コースレーティングとスロープレーティングの調整値を導き出す。未査定ティーインググラウンドのヤードージが査定済みティーインググラウンドより長い場合、上記の調整値を査定済みティーインググラウンドのレーティングに加える。未査定ティーインググラウンドのヤードージが査定済みティーインググラウンドより短い場合、上記の調整値を査定済みティーインググラウンドのレーティングから差し引く。

JGA/USGA コースレーティング、ボギーレーティング、スロープレーティング

JGA/USGA コースレーティングは、通常のコンディションでスクラッチゴルファーがプレーした場合のコース難易度を表す。

ボギーレーティングは、通常のコンディションでボギーゴルファーがプレーした場合のコース難易度を表す。

スロープレーティングは、コースレーティングとボギーレーティングの差に係数を掛けたもので、スクラッチゴルファー以外のプレーヤーに対するコースの相対難易度を表す。スクラッチゴルファーとボギーゴルファーの想定スコア差が大きくなるほど、スロープレーティングは高くなる。

委員会によって修正されたハンディキャップインデックス、または非常に優れたトーナメントスコアによって低減されたハンディキャップインデックス

ハンディキャップ委員会によって修正されたハンディキャップインデックス (M) (例: 10.5M) や、非常に優れたトーナメントスコアによって低減されたハンディキャップインデックス (R) (例 15.4R) は、「JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠)」で別途の定めがない限り、そのプレーヤーのハンディキャップインデックスである。(ローカルハンディキャップ、規定 3-4、8-4c、8-4f、および 10-3e 参照)

【注】: ローカルハンディキャップは、ハンディキャップインデックスではなく、ハンディキャップインデックス上限を超えたハンディキャップ、定められた頻度を超えて更新されたハンディキャップ、またはプレーヤーの一時的な身体障害に基づいて修正されたハンディキャップをいう。

ハンディキャップアローワンスについて〈マッチプレーの場合〉

100 パーセントのコースハンディキャップ使用を義務づける競技もあるが、チーム競技の場合は 100 パーセントのコースハンディキャップを使用するとハンディキャップの多いチームがハンディキャップの少ないチームよりも有利になることがあるため、100 パーセント未満のコースハンディキャップを使用することを勧める。

■シングルマッチプレー:

【アローワンス】 2 人のプレーヤーのコースハンディキャップの差 (100%) をハンディキャップの多いプレーヤーが受け、ハンディキャップの少ないプレーヤーはスクラッチでプレーする (裁定 9-4a/1 参照)。

例: コースハンディキャップ 17 のプレーヤーはコースハンディキャップ 13 のプレーヤーから、ハンディキャップストローク 4 打を受け、ハンディキャップナンバー 1 から 4 のホールで 1 打ずつ受ける。

■シングルマッチプレーのボギー競技とパー競技:

【アローワンス】 各プレーヤーは 100% のコースハンディキャップを受ける。

例: コースハンディキャップ 17 のプレーヤーは、ハンディキャップナンバー 1 から 17 のホールでハンディキャップストローク 1 打ずつ受ける。

■フォアボールマッチプレー:

【アローワンス】 プレーヤー 4 人のうち最もハンディキャップの少ないプレーヤーはスクラッチでプレーする。他の 3 人はそれぞれ、最もハンディキャップの少ないプレーヤーのコースハンディキャップとの差 (100%) をハンディキャップストロークとして受ける (裁定 9-4a/2、9-4a/3 参照)。

例: プレーヤー A、B、C、D のコースハンディキャップは、A = 5、B = 10、C = 15、D = 20。プレーヤー A はスクラッチでプレーし、プレーヤー B は 5 打、C は 10 打、D は 15 打のハンディキャップストロークを受ける。

■フォアボールマッチプレーのボギー競技とパー競技:

【アローワンス】 男子は 90%、女子は 95% のコースハンディキャップを適用。

例：共に男子のプレーヤー A と B は、コースハンディキャップ 10 のプレーヤー A がハンディキャップストローク 9 打を受け ($10 \times 90\% = 9$)、コースハンディキャップ 16 のプレーヤー B はハンディキャップストローク 14 打を受ける ($16 \times 90\% = 14.4 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 14$)。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■パートナーの合計スコアによるフォアボールマッチプレー：

【アローワンス】 4 人のプレーヤーのうち最もハンディキャップの少ないプレーヤーはスクラッチでプレーする。他の 3 人はそれぞれ、最もハンディキャップの少ないプレーヤーのコースハンディキャップとの差 (100%) をハンディキャップストロークとして受ける。

例：プレーヤー A、B、C、D のコースハンディキャップは、A = 5、B = 10、C = 15、D = 20。プレーヤー A はスクラッチでプレーし、プレーヤー B は 5 打、C は 10 打、D は 15 打のハンディキャップストロークを受ける。

■ベストボール団体戦のボギー競技とパー競技：

【アローワンス】 男子は 80 %、女子は 90 % のコースハンディキャップを適用。

例：プレーヤー A、B、C、D (全て男子) のコースハンディキャップは、A = 5、B = 10、C = 15、D = 20。全員 80 % のアローワンスを適用し、プレーヤー A = 4、B = 8、C = 12、D = 16 となる。4 人の中のベストネットスコアで各ホールのパーまたはボギーに挑む。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■フォアサムマッチプレー：

【アローワンス】 パートナーのコースハンディキャップ合計が多いサイドは、少ないサイドのコースハンディキャップ合計との差の 50% を受ける (但しティーショットでパートナー間の良い方を選べる場合は 40%)。ハンディキャップが少ないサイドはスクラッチでプレーする。

例：サイド A の合計コースハンディキャップは 15 で、サイド B の合計コースハンディキャップは 36。ハンディキャップの多いサイド B は

ハンディキャップストローク 11 打を受ける ($36 - 15 = 21 \times 50\% = 10.5 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 11$)。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■フォアサムマッチプレーのボギー競技とパー競技：

【アローワンス】 パートナーのコースハンディキャップ合計の 50% を適用する (但しティーショットでパートナー間の良い方を選べる場合は 40%)。

例：パートナーを組むプレーヤー A と B のコースハンディキャップは、A = 5、B = 10。このサイドは合計コースハンディキャップの 50% の 8 打を受ける ($(5 + 10) \times 50\% = 7.5 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 8$)。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■チャップマンマッチプレー (またはバインハーストマッチプレー)：

【アローワンス】 両サイドともコースハンディキャップの多いパートナーが 60%、少ないパートナーが 40% のアローワンスを適用した後、2 人の合計コースハンディキャップの多いサイドが、少ないサイドとの差をハンディキャップストロークとして受ける。合計コースハンディキャップが少ないサイドはスクラッチでプレーする。

例：コースハンディキャップ 5 のプレーヤー A とコースハンディキャップ 10 のプレーヤー B がパートナーを組むサイド AB は、 $[A : 5 \times 60\% = 3] + [B : 10 \times 40\% = 4] =$ 合計コースハンディキャップ 7。コースハンディキャップ 14 のプレーヤー C とコースハンディキャップ 17 のプレーヤー D がパートナーを組むサイド CD は、 $[C : 14 \times 60\% = 8.4 = 8] + [D : 17 \times 40\% = 6.8 = 7] =$ 合計コースハンディキャップ 15 となる。

合計コースハンディキャップ 7 のサイド AB がスクラッチでプレーし、合計コースハンディキャップ 15 のサイド CD はハンディキャップナンバー 1 から 8 のホールでハンディキャップストローク 1 打ずつを受ける。

ハンディキャップアローワンスについて(ストロークプレーの場合)

■ストロークプレー個人戦:

[アローワンス] 各競技者は100%のコースハンディキャップを受ける(プラスコースハンディキャップはグロススコアに加算してネットスコアを決定しなければならない)。

例: コースハンディキャップ10のプレーヤーAは、グロススコア82の場合はネットスコア72。コースハンディキャップ+2のプレーヤーBは、グロススコア70の場合はネットスコア72となる。

■フォアボールストロークプレー:

[アローワンス] 男子は90%、女子は95%のコースハンディキャップを適用。

例: パートナーを組むプレーヤーAとB(共に男子)は、コースハンディキャップ5のプレーヤーAがハンディキャップストローク5打を受け($5 \times 90\% = 4.5 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 5$)、コースハンディキャップ20のプレーヤーBはハンディキャップストローク18打を受ける($20 \times 90\% = 18$)。

男女混合フォアボールストロークプレーの場合は、それぞれのハンディキャップストローク表に基づいてハンディキャップストロークを割り当て、使用するティーは競技を管理する委員会が決定しなければならない。

[注]: 同じサイドのパートナー間のコースハンディキャップ差(アローワンス適用後)は、8打を超えることができないというフォアボールストロークプレーの競技の条件を、委員会が検討することを勧める。パートナー間のコースハンディキャップ差が大きいサイドは、小さいサイドより有利になる。8打を超える差が避けられない場合は、そのサイドのプレーヤー2人のコースハンディキャップを更に10%減らす。

■パートナーの合計スコアによるストロークプレー:

[アローワンス] 各パートナーは共に100%のコースハンディキャップを適用する。

例: プレーヤーAとプレーヤーBがパートナーを組んだ。コースハンディキャップは、A = 12、B = 26、両者のスコアはA = 87、B

= 101。このサイドのチームスコアは、(A : 87 - 12) + (B : 101 - 26) = 75 + 75 = 150となる。

■ベストボール団体戦ストロークプレー:

[アローワンス] 男子は80%、女子は90%のコースハンディキャップを適用。

例: 男女混合チームのプレーヤーA、B、C、D (ABは男子、CDは女子)のコースハンディキャップは、A = 8、B = 10、C = 12、D = 14。男子のAとBは80%のアローワンスを適用し、A = 6 ($8 \times 80\% = 6.4 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 6$)、B = 8 ($10 \times 80\% = 8$)、女子のCとDは90%を適用し、C = 11 ($12 \times 90\% = 10.8 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 11$)、D = 13 ($14 \times 90\% = 12.6 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 13$)となる。各ホールの最も少ないネットスコアを加算したものが正規のラウンドの合計スコアとなる。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■4人中2人のベストボール団体戦ストロークプレー:

[アローワンス] 男子は90%、女子は95%のコースハンディキャップを適用。

例: プレーヤーA、B、C、D (全て女子)のコースハンディキャップは、A = 11、B = 16、C = 22、D = 35。全員95%のアローワンスを適用し、プレーヤーA = 10 ($11 \times 95\% = 10.4 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 10$)、B = 15 ($16 \times 95\% = 15.2 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 15$)、C = 21 ($22 \times 95\% = 20.9 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 21$)、D = 33 ($35 \times 95\% = 33.2 \rightarrow$ 四捨五入 $\rightarrow 33$)となる。ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

■フォアサムストロークプレー:

[アローワンス] パートナーの合計コースハンディキャップに50%を適用する(但しティーショットでパートナー間の良い方を選ぶ場合は40%)。パートナーの合計コースハンディキャップがプラスハンディキャップの場合は、グロススコアに加算してネットスコアを決定しなければならない(裁定9-4b/1参照)。

例: 同じサイドのプレーヤーAはコースハンディキャップ5、プレー

ヤーBはコースハンディキャップ12。このサイドの合計コースハンディキャップは17(5+12=17)となり、これに50%のアローワンスを適用して9打のハンディキャップストロークを受ける(17×50%=8.5→四捨五入→9)。

■**チャップマンストロークプレー(またはバインハーストストロークプレー):**
[アローワンス] 両サイドともコースハンディキャップの多いパートナーが60%、少ないパートナーが40%のアローワンスを適用する。

例: 同じサイドのプレーヤーAはコースハンディキャップ10、プレーヤーBはコースハンディキャップ18。プレーヤーAは60%のアローワンスを適用してコースハンディキャップ6(10×60%=6)となり、プレーヤーBは40%のアローワンスを適用してコースハンディキャップ7(18×40%=7.2→四捨五入→7)となる。このサイドの合計コースハンディキャップは13(6+7=13)となる。

■**ステーブルフォード競技:**
[アローワンス] 100%のコースハンディキャップを適用し、ハンディキャップストロークの割り当ては、それぞれのハンディキャップストローク表に基づく。

例: コースハンディキャップ16のプレーヤーAが、ハンディキャップナンバー15のパー4ホールでグロススコアが5だった。プレーヤーAはこのホールでハンディキャップストローク1打を受けるためネットスコアは4となり、2点を獲得する。

ステーブルフォード競技ポイント設定表

プレーしたホールで…	点数
決められたスコアより2打以上多いか、スコアの申告がないとき	0点
決められたスコアより1打多いとき	1点
決められたスコアと同じとき	2点
決められたスコアより1打少ないとき	3点
決められたスコアより2打少ないとき	4点
決められたスコアより3打少ないとき	5点
決められたスコアより4打少ないとき	6点

プラスハンディキャップ

プラスハンディキャップのプレーヤーにコースハンディキャップのパーセント調整を適用する場合、プラスハンディキャップをゼロ(0)に近づけることによってプレーヤー間のハンディキャップ差をできるだけ適正に保つことができる。例えばコースハンディキャップ+5のプレーヤーAとコースハンディキャップ10のプレーヤーBの場合、80パーセントのアローワンスを適用する競技では、 $A = +5 \times 80\% = +4$ 、 $B = 10 \times 80\% = 8$ 、両者のハンディキャップ差=12となり、これは元々の両者のハンディキャップ差15の80%と等しい($15 \times 80\% = 12$)。

よくある質問

Q: ハンディキャップインデックスとコースハンディキャップが必要な理由は?

A: ハンディキャップインデックスは標準的なコースにおけるプレーヤーの潜在技量を表し、コースハンディキャップは特定のティーマーカーからJGA/USGAコースレーティング通りにプレーするために必要なハンディキャップストローク(整数)を表す。ハンディキャップインデックスがないとコースハンディキャップを算出できない。

Q: コースハンディキャップが18を超える場合、19番目のハンディキャップストロークはどこで受けるのか?

A: 各ホールには1~18のハンディキャップナンバーが割り振られており、19番目のハンディキャップストロークはハンディキャップナンバー「1」のホールに追加する(つまりこのホールで受けるストロークは2)。

Q: ホールアウトせずに球をピックアップした場合、提出するスコアは?

A: ハンディキャップ査定のためにスコアを提出する場合、そのホールには最も可能性の高いスコアを記入する。最も可能性の高いスコア

とは、そのホールで実際に費やしたストロークに、50パーセント以上の確率でそこからホールアウトするまで費やすであろうとプレーヤー自身が判断したストローク数を足したものである。このような場合には、ストロークコントロール (ESC) の上限値をホールスコアとして記入しないように注意すること。ESC 調整は必ずラウンド終了後に行い、実際のスコアまたは最も可能性の高いスコアが ESC の上限を超えるホールのみ適用する。

Q: 4&3 でマッチに負けたため15ホールでプレーを終了した。18ホールのスコアを提出することはできるか？

A: できる。プレーしなかったホールには、各ホールのパーと、そこで受けるハンディキャップストローク（コースハンディキャップ 100% を適用）を足したスコアを記入する。

Q: ケガや病気のためにプレーしていなかった場合、ハンディキャップインデックスを調整できるか？

A: できる。所属する倶楽部のハンディキャップ委員会は、倶楽部内の使用に限定したローカルハンディキャップ (L) としてプレーヤーのハンディキャップインデックスを増やすことができる。詳しくは、JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) の第 8-4c(iii) 項、裁定 8-4c/1、8-4c/2 を参照。

Q: スコアを提出しない場合、間違ったスコアを提出した場合

A: できるだけ速やかにスコアを提出すること。もし未提出のスコアがある場合、ハンディキャップ委員会は、ベストディファレンシャルまたはワーストディファレンシャルに相当するスコアをペナルティスコアとして提出することができる。また頻繁にスコア提出を怠った場合は、ハンディキャップ委員会はハンディキャップインデックスを修正したり、停止することができる。

プレーヤーが間違ったスコアを提出した場合、所属する倶楽部のハンディキャップ委員会はこれを訂正することができる。

Q: 数年間プレーしていなかった場合、ハンディキャップインデックスを新規に取得できるか？

A: 必ずしもその必要はない。次のハンディキャップ更新日までハンディキャップインデックスを持たない状態となるが、スコア記録に 5 枚以上のスコアが入っていれば、ハンディキャップ委員会はハンディキャップインデックス (M) (修正ハンディキャップインデックス) を発行できる。詳しくは所属する倶楽部の委員会に問い合わせること。

もし過去のスコア記録が入手できない場合は、新たに最低 5 枚のスコアを提出して次のハンディキャップ更新日を迎えるまで、ハンディキャップインデックスを持たない状態となる。

Q: 複数の倶楽部に所属している場合、すべての倶楽部で同じハンディキャップインデックスを発行できるか？

A: 複数の倶楽部に所属するプレーヤーは、そのなかから一つをホーム倶楽部として登録し、ホーム倶楽部からハンディキャップインデックスの発行を受ける。

Q: 倶楽部が独自に運用するハンディキャップ計算システムを通して JGA/USGA ハンディキャップインデックスを発行できるか？

A: できない。JGA が運用する JGA/USGA ハンディキャップ査定システム J-sys を通してのみ発行することができる。

Q: スローレーティング 135 のコースは、スローレーティング 120 のコースより難しいか？

A: 必ずしもそうとは言えない。スローレーティングは「絶対的」な難易度を量る尺度ではない。コースの難易度はプレーヤーの技量レベルによって異なるため、JGA/USGA コースレーティングとボギーレーティングも知っておく必要がある。スローレーティングが高くなるほど、スクラッチゴルファーとそれ以外のゴルファーのスコア差が大きくなることを意味している。

Q: 「認可を受けたゴルフ倶楽部が発行したハンディキャップインデックス」を、競技の参加条件とすることはできるか？

A: そのような条項を、競技の条件に盛り込むことは可能（規定 9-1 併照）。ゴルフ倶楽部がハンディキャップインデックスを発行するためには、必ず JGA の認可を受けなければならない。ハンディキャップインデックス発行元の照会は、JGA ホームページ (www.jga.or.jp) 内の J-sys 利用倶楽部一覧をご利用下さい (2014 年より掲載)。

Q: JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) についてもっと知りたい場合は？

A: JGA ハンディキャップ規定 (USGA ハンディキャップシステム準拠) に関するお問い合わせは、下記 JGA まで。

公益財団法人 日本ゴルフ協会

〒 104-0031 東京都中央区京橋 1-12-5 京橋 YS ビル 2 階

TEL: 03-3566-0003 FAX: 03-3566-0101

www.jga.or.jp

コースハンディキャップ換算表 - スローレーティング 100・101・102

コース ハンディキャップ	コース ハンディキャップ				100	101	102	100	101	102
	100	101	102	ハンディキャップ						
+3	+3.5 ~ +2.9	+3.5 ~ +2.8	+3.5 ~ +2.8	27	30.0 ~ 31.0	29.7 ~ 30.7	29.4 ~ 30.4			
+2	+2.8 ~ +1.7	+2.7 ~ +1.7	+2.7 ~ +1.7	28	31.1 ~ 32.2	30.8 ~ 31.8	30.5 ~ 31.5			
+1	+1.6 ~ +0.6	+1.6 ~ +0.6	+1.6 ~ +0.6	29	32.3 ~ 33.3	31.9 ~ 33.0	31.6 ~ 32.6			
0	+0.5 ~ -0.5	+0.5 ~ -0.5	+0.5 ~ -0.5	30	33.4 ~ 34.4	33.1 ~ 34.1	32.7 ~ 33.7			
1	0.6 ~ 1.6	0.6 ~ 1.6	0.6 ~ 1.6	31	34.5 ~ 35.5	34.2 ~ 35.2	33.8 ~ 34.8			
2	1.7 ~ 2.8	1.7 ~ 2.7	1.7 ~ 2.7	32	35.6 ~ 36.7	35.3 ~ 36.3	34.9 ~ 36.0			
3	2.9 ~ 3.9	2.8 ~ 3.9	2.8 ~ 3.8	33	36.8 ~ 37.8	36.4 ~ 37.4	36.1 ~ 37.1			
4	4.0 ~ 5.0	4.0 ~ 5.0	3.9 ~ 4.9	34	37.9 ~ 38.9	37.5 ~ 38.5	37.2 ~ 38.2			
5	5.1 ~ 6.2	5.1 ~ 6.1	5.0 ~ 6.0	35	39.0 ~ 40.1	38.6 ~ 39.7	38.3 ~ 39.3			
6	6.3 ~ 7.3	6.2 ~ 7.2	6.1 ~ 7.2	36	40.2 ~ 40.4	39.8 ~ 40.4	39.4 ~ 40.4			
7	7.4 ~ 8.4	7.3 ~ 8.3	7.3 ~ 8.3							
8	8.5 ~ 9.6	8.4 ~ 9.5	8.4 ~ 9.4							
9	9.7 ~ 10.7	9.6 ~ 10.6	9.5 ~ 10.5							
10	10.8 ~ 11.8	10.7 ~ 11.7	10.6 ~ 11.6							
11	11.9 ~ 12.9	11.8 ~ 12.8	11.7 ~ 12.7							
12	13.0 ~ 14.1	12.9 ~ 13.9	12.8 ~ 13.8							
13	14.2 ~ 15.2	14.0 ~ 15.1	13.9 ~ 14.9							
14	15.3 ~ 16.3	15.2 ~ 16.2	15.0 ~ 16.0							
15	16.4 ~ 17.5	16.3 ~ 17.3	16.1 ~ 17.1							
16	17.6 ~ 18.6	17.4 ~ 18.4	17.2 ~ 18.2							
17	18.7 ~ 19.7	18.5 ~ 19.5	18.3 ~ 19.3							
18	19.8 ~ 20.9	19.6 ~ 20.6	19.4 ~ 20.4							
19	21.0 ~ 22.0	20.7 ~ 21.8	20.5 ~ 21.6							
20	22.1 ~ 23.1	21.9 ~ 22.9	21.7 ~ 22.7							
21	23.2 ~ 24.2	23.0 ~ 24.0	22.8 ~ 23.8							
22	24.3 ~ 25.4	24.1 ~ 25.1	23.9 ~ 24.9							
23	25.5 ~ 26.5	25.2 ~ 26.2	25.0 ~ 26.0							
24	26.6 ~ 27.6	26.3 ~ 27.4	26.1 ~ 27.1							
25	27.7 ~ 28.8	27.5 ~ 28.5	27.2 ~ 28.2							
26	28.9 ~ 29.9	28.6 ~ 29.6	28.3 ~ 29.3							

【注】：上記の表を使用して、プレーするティーのスローレーティングに基づいてハンディキャップインデックスをコースハンディキャップに換算する。

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング103・104・105

コース ハンディキャップ	103	104	105	コース ハンディキャップ	103	104	105
+3	+35～+28	+35～+28	+35～+27	27	291～301	288～298	105
+2	+27～+17	+27～+17	+26～+17	28	302～312	299～309	286～295
+1	+16～+06	+16～+06	+16～+06	29	313～323	310～320	296～306
0	+05～-05	+05～-05	+05～-05	30	324～334	321～331	307～317
1	06～16	06～16	06～16	31	335～345	332～342	318～328
2	17～27	17～27	17～26	32	346～356	343～353	329～338
3	28～38	28～38	27～37	33	357～367	354～363	339～349
4	39～49	39～48	38～48	34	368～378	364～374	350～360
5	50～60	49～59	48～59	35	379～389	375～385	361～371
6	61～71	60～70	60～69	36	390～400	386～396	372～382
7	72～82	71～81	70～80	37	401～404	397～404	383～392
8	83～93	82～92	81～91	38	—	—	393～403
9	94～104	93～103	92～102				404～404
10	105～115	104～114	103～112				
11	116～126	115～124	113～123				
12	127～137	125～135	124～134				
13	138～148	136～146	135～145				
14	149～159	147～157	146～156				
15	160～170	158～168	157～166				
16	171～181	169～179	167～177				
17	182～191	180～190	178～188				
18	192～202	191～201	189～199				
19	203～213	202～211	200～209				
20	214～224	212～222	210～220				
21	225～235	223～233	221～231				
22	236～246	234～244	232～242				
23	247～257	245～255	243～252				
24	258～268	256～266	253～263				
25	269～279	267～277	264～274				
26	280～290	278～287	275～285				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング106・107・108

コース ハンディキャップ	106	107	108	コース ハンディキャップ	106	107	108
+3	+35～+27	+35～+27	+35～+27	27	283～293	280～290	108
+2	+26～+16	+26～+16	+26～+16	28	294～303	291～300	278～287
+1	+15～+06	+15～+06	+15～+06	29	304～314	301～311	288～298
0	+05～-05	+05～-05	+05～-05	30	315～325	312～322	299～308
1	06～15	06～15	06～15	31	326～335	323～332	309～319
2	16～26	16～26	16～26	32	336～346	333～343	320～329
3	27～37	27～36	27～36	33	347～357	344～353	330～340
4	38～47	37～47	37～47	34	358～367	354～364	341～350
5	48～58	48～58	48～57	35	368～378	365～374	351～360
6	59～69	59～68	58～68	36	379～389	375～385	361～371
7	70～79	69～79	69～78	37	390～399	386～396	372～381
8	80～90	80～89	79～88	38	400～404	397～404	382～392
9	91～101	90～100	89～99	39	—	—	393～402
10	102～111	101～110	100～109				403～404
11	112～122	111～121	110～120				
12	123～133	122～132	121～130				
13	134～143	133～142	131～141				
14	144～154	143～153	142～151				
15	155～165	154～163	152～162				
16	166～175	164～174	163～172				
17	176～186	175～184	173～183				
18	187～197	185～195	184～193				
19	198～207	196～205	194～204				
20	208～218	206～216	205～214				
21	219～229	217～227	215～224				
22	230～239	228～237	225～235				
23	240～250	238～248	236～245				
24	251～261	249～258	246～256				
25	262～271	259～269	257～267				
26	272～282	270～279	267～276				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング109・110・111

コース ハンディキャップ	109	110	111	コース ハンディキャップ	109	110	111
+3	+3.5 ~ +2.6	+3.5 ~ +2.6	+3.5 ~ +2.6	27	27.5 ~ 28.5	27.3 ~ 28.2	27.0 ~ 27.9
+2	+2.5 ~ +1.6	+2.5 ~ +1.6	+2.5 ~ +1.6	28	28.6 ~ 29.5	28.3 ~ 29.2	28.0 ~ 29.0
+1	+1.5 ~ +0.6	+1.5 ~ +0.6	+1.5 ~ +0.6	29	29.6 ~ 30.5	29.3 ~ 30.3	29.1 ~ 30.0
0	+0.5 ~ -0.5	+0.5 ~ -0.5	+0.5 ~ -0.5	30	30.6 ~ 31.6	30.4 ~ 31.3	30.1 ~ 31.0
1	0.6 ~ 1.5	0.6 ~ 1.5	0.6 ~ 1.5	31	31.7 ~ 32.6	31.4 ~ 32.3	31.1 ~ 32.0
2	1.6 ~ 2.5	1.6 ~ 2.5	1.6 ~ 2.5	32	32.7 ~ 33.6	32.4 ~ 33.3	32.1 ~ 33.0
3	2.6 ~ 3.6	2.6 ~ 3.5	2.6 ~ 3.5	33	33.7 ~ 34.7	33.4 ~ 34.4	33.1 ~ 34.1
4	3.7 ~ 4.6	3.6 ~ 4.6	3.6 ~ 4.5	34	34.8 ~ 35.7	34.5 ~ 35.4	34.2 ~ 35.1
5	4.7 ~ 5.7	4.7 ~ 5.6	4.6 ~ 5.5	35	35.8 ~ 36.8	35.5 ~ 36.4	35.2 ~ 36.1
6	5.8 ~ 6.7	5.7 ~ 6.6	5.6 ~ 6.6	36	36.9 ~ 37.8	36.5 ~ 37.4	36.2 ~ 37.1
7	6.8 ~ 7.7	6.7 ~ 7.7	6.7 ~ 7.6	37	37.9 ~ 38.8	37.5 ~ 38.5	37.2 ~ 38.1
8	7.8 ~ 8.8	7.8 ~ 8.7	7.7 ~ 8.6	38	38.9 ~ 39.9	38.6 ~ 39.5	38.2 ~ 39.1
9	8.9 ~ 9.8	8.8 ~ 9.7	8.7 ~ 9.6	39	40.0 ~ 40.4	39.6 ~ 40.4	39.2 ~ 40.2
10	9.9 ~ 10.8	9.8 ~ 10.7	9.7 ~ 10.6	40	—	—	40.3 ~ 40.4
11	10.9 ~ 11.9	10.8 ~ 11.8	10.7 ~ 11.7				
12	12.0 ~ 12.9	11.9 ~ 12.8	11.8 ~ 12.7				
13	13.0 ~ 13.9	12.9 ~ 13.8	12.8 ~ 13.7				
14	14.0 ~ 15.0	13.9 ~ 14.8	13.8 ~ 14.7				
15	15.1 ~ 16.0	14.9 ~ 15.9	14.8 ~ 15.7				
16	16.1 ~ 17.1	16.0 ~ 16.9	15.8 ~ 16.7				
17	17.2 ~ 18.1	17.0 ~ 17.9	16.8 ~ 17.8				
18	18.2 ~ 19.1	18.0 ~ 19.0	17.9 ~ 18.8				
19	19.2 ~ 20.2	19.1 ~ 20.0	18.9 ~ 19.8				
20	20.3 ~ 21.2	20.1 ~ 21.0	19.9 ~ 20.8				
21	21.3 ~ 22.2	21.1 ~ 22.0	20.9 ~ 21.8				
22	22.3 ~ 23.3	22.1 ~ 23.1	21.9 ~ 22.9				
23	23.4 ~ 24.3	23.2 ~ 24.1	23.0 ~ 23.9				
24	24.4 ~ 25.3	24.2 ~ 25.1	24.0 ~ 24.9				
25	25.4 ~ 26.4	25.2 ~ 26.1	25.0 ~ 25.9				
26	26.5 ~ 27.4	26.2 ~ 27.2	26.0 ~ 26.9				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング112・113・114

コース ハンディキャップ	112	113	114	コース ハンディキャップ	112	113	114
+4	—	—	+3.5 ~ +3.5	26	25.8 ~ 26.7	25.5 ~ 26.4	25.3 ~ 26.2
+3	+3.5 ~ +2.6	+3.5 ~ +2.6	+3.4 ~ +2.5	27	26.8 ~ 27.7	26.5 ~ 27.4	26.3 ~ 27.2
+2	+2.5 ~ +1.6	+2.5 ~ +1.6	+2.4 ~ +1.5	28	27.8 ~ 28.7	27.5 ~ 28.4	27.3 ~ 28.2
+1	+1.5 ~ +0.6	+1.5 ~ +0.6	+1.4 ~ 0.5	29	28.8 ~ 29.7	28.5 ~ 29.4	28.3 ~ 29.2
0	+0.5 ~ -0.5	+0.5 ~ -0.4	+0.4 ~ 0.4	30	29.8 ~ 30.7	29.5 ~ 30.4	29.3 ~ 30.2
1	0.6 ~ 1.5	0.5 ~ 1.4	0.5 ~ 1.4	31	30.8 ~ 31.7	30.5 ~ 31.4	30.3 ~ 31.2
2	1.6 ~ 2.5	1.5 ~ 2.4	1.5 ~ 2.4	32	31.8 ~ 32.7	31.5 ~ 32.4	31.3 ~ 32.2
3	2.6 ~ 3.5	2.5 ~ 3.4	2.5 ~ 3.4	33	32.8 ~ 33.7	32.5 ~ 33.4	32.3 ~ 33.2
4	3.6 ~ 4.5	3.5 ~ 4.4	3.5 ~ 4.4	34	33.8 ~ 34.8	33.5 ~ 34.4	33.3 ~ 34.1
5	4.6 ~ 5.5	4.5 ~ 5.4	4.5 ~ 5.4	35	34.9 ~ 35.8	34.5 ~ 35.4	34.2 ~ 35.1
6	5.6 ~ 6.5	5.5 ~ 6.4	5.5 ~ 6.4	36	35.9 ~ 36.8	35.5 ~ 36.4	35.2 ~ 36.1
7	6.6 ~ 7.5	6.5 ~ 7.4	6.5 ~ 7.4	37	36.9 ~ 37.8	36.5 ~ 37.4	36.2 ~ 37.1
8	7.6 ~ 8.5	7.5 ~ 8.4	7.5 ~ 8.4	38	37.9 ~ 38.8	37.5 ~ 38.4	37.2 ~ 38.1
9	8.6 ~ 9.5	8.5 ~ 9.4	8.5 ~ 9.4	39	38.9 ~ 39.8	38.5 ~ 39.4	38.2 ~ 39.1
10	9.6 ~ 10.5	9.5 ~ 10.4	9.5 ~ 10.4	40	39.9 ~ 40.4	39.5 ~ 40.4	39.2 ~ 40.1
11	10.6 ~ 11.6	10.5 ~ 11.4	10.5 ~ 11.3	41	—	—	40.2 ~ 40.4
12	11.7 ~ 12.6	11.5 ~ 12.4	11.4 ~ 12.3				
13	12.7 ~ 13.6	12.5 ~ 13.4	12.4 ~ 13.3				
14	13.7 ~ 14.6	13.5 ~ 14.4	13.4 ~ 14.3				
15	14.7 ~ 15.6	14.5 ~ 15.4	14.4 ~ 15.3				
16	15.7 ~ 16.6	15.5 ~ 16.4	15.4 ~ 16.3				
17	16.7 ~ 17.6	16.5 ~ 17.4	16.4 ~ 17.3				
18	17.7 ~ 18.6	17.5 ~ 18.4	17.4 ~ 18.3				
19	18.7 ~ 19.6	18.5 ~ 19.4	18.4 ~ 19.3				
20	19.7 ~ 20.6	19.5 ~ 20.4	19.4 ~ 20.3				
21	20.7 ~ 21.6	20.5 ~ 21.4	20.4 ~ 21.3				
22	21.7 ~ 22.7	21.5 ~ 22.4	21.4 ~ 22.3				
23	22.8 ~ 23.7	22.5 ~ 23.4	22.4 ~ 23.2				
24	23.8 ~ 24.7	23.5 ~ 24.4	23.3 ~ 24.2				
25	24.8 ~ 25.7	24.5 ~ 25.4	24.3 ~ 25.2				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング115・116・117

コース ハンディキャップ	115	116	117	コース ハンディキャップ	115	116	117	118	119	120
+4	+35 ~ +35	+35 ~ +35	+35 ~ +34	26	25.1 ~ 260	24.9 ~ 258	24.7 ~ 25.5	—	—	—
+3	+34 ~ +25	+34 ~ +25	+33 ~ +25	27	26.1 ~ 270	25.9 ~ 26.7	25.6 ~ 26.5	—	—	—
+2	+24 ~ +15	+24 ~ +15	+24 ~ +15	28	27.1 ~ 280	26.8 ~ 27.7	26.6 ~ 27.5	—	—	—
+1	+14 ~ +05	+14 ~ +05	+14 ~ +05	29	28.1 ~ 289	27.8 ~ 28.7	27.6 ~ 28.4	—	—	—
0	+04 ~ 04	+04 ~ 04	+04 ~ 04	30	29.0 ~ 299	28.8 ~ 29.7	28.5 ~ 29.4	—	—	—
1	05 ~ 14	05 ~ 14	05 ~ 14	31	30.0 ~ 309	29.8 ~ 30.6	29.5 ~ 30.4	—	—	—
2	15 ~ 24	15 ~ 24	15 ~ 24	32	31.0 ~ 319	30.7 ~ 31.6	30.5 ~ 31.3	—	—	—
3	25 ~ 34	25 ~ 34	25 ~ 33	33	32.0 ~ 329	31.7 ~ 32.6	31.4 ~ 32.3	—	—	—
4	35 ~ 44	35 ~ 44	34 ~ 43	34	33.0 ~ 338	32.7 ~ 33.6	32.4 ~ 33.3	—	—	—
5	45 ~ 54	44 ~ 53	44 ~ 53	35	33.9 ~ 348	33.7 ~ 34.5	33.4 ~ 34.2	—	—	—
6	55 ~ 63	54 ~ 63	54 ~ 62	36	34.9 ~ 358	34.6 ~ 35.5	34.3 ~ 35.2	—	—	—
7	64 ~ 73	64 ~ 73	63 ~ 72	37	35.9 ~ 368	35.6 ~ 36.5	35.3 ~ 36.2	—	—	—
8	74 ~ 83	74 ~ 82	73 ~ 82	38	36.9 ~ 378	36.6 ~ 37.5	36.3 ~ 37.1	—	—	—
9	84 ~ 93	83 ~ 92	83 ~ 91	39	37.9 ~ 388	37.6 ~ 38.4	37.2 ~ 38.1	—	—	—
10	94 ~ 103	93 ~ 102	92 ~ 101	40	38.9 ~ 397	38.5 ~ 39.4	38.2 ~ 39.1	—	—	—
11	104 ~ 112	103 ~ 112	102 ~ 111	41	39.8 ~ 404	39.5 ~ 40.4	39.2 ~ 40.0	—	—	—
12	113 ~ 122	113 ~ 121	112 ~ 120	42	—	—	40.1 ~ 40.4	—	—	—
13	123 ~ 132	122 ~ 131	121 ~ 130	—	—	—	—	—	—	—
14	133 ~ 142	132 ~ 141	131 ~ 140	—	—	—	—	—	—	—
15	143 ~ 152	142 ~ 150	141 ~ 149	—	—	—	—	—	—	—
16	153 ~ 162	151 ~ 160	150 ~ 159	—	—	—	—	—	—	—
17	163 ~ 171	161 ~ 170	160 ~ 169	—	—	—	—	—	—	—
18	172 ~ 181	171 ~ 180	170 ~ 178	—	—	—	—	—	—	—
19	182 ~ 191	181 ~ 189	179 ~ 188	—	—	—	—	—	—	—
20	192 ~ 201	190 ~ 199	189 ~ 197	—	—	—	—	—	—	—
21	202 ~ 211	200 ~ 209	198 ~ 207	—	—	—	—	—	—	—
22	212 ~ 221	210 ~ 219	208 ~ 217	—	—	—	—	—	—	—
23	222 ~ 230	220 ~ 228	218 ~ 226	—	—	—	—	—	—	—
24	231 ~ 240	229 ~ 238	227 ~ 236	—	—	—	—	—	—	—
25	241 ~ 250	239 ~ 248	237 ~ 246	—	—	—	—	—	—	—

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング118・119・120

コース ハンディキャップ	118	119	120	コース ハンディキャップ	118	119	120
+4	+35 ~ +34	+35 ~ +34	+35 ~ +33	26	24.5 ~ 253	24.3 ~ 25.1	24.1 ~ 24.9
+3	+33 ~ +24	+33 ~ +24	+32 ~ +24	27	25.4 ~ 263	25.2 ~ 26.0	25.0 ~ 25.8
+2	+23 ~ +15	+23 ~ +15	+23 ~ +15	28	26.4 ~ 272	26.2 ~ 27.0	25.9 ~ 26.8
+1	+14 ~ +05	+14 ~ +05	+14 ~ +05	29	27.3 ~ 282	27.1 ~ 28.0	26.9 ~ 27.7
0	+04 ~ 04	+04 ~ 04	+04 ~ 04	30	28.3 ~ 292	28.1 ~ 28.9	27.8 ~ 28.7
1	05 ~ 14	05 ~ 14	05 ~ 14	31	29.3 ~ 301	29.0 ~ 29.9	28.8 ~ 29.6
2	15 ~ 23	15 ~ 23	15 ~ 23	32	30.2 ~ 31.1	30.0 ~ 30.8	29.7 ~ 30.6
3	24 ~ 33	24 ~ 32	24 ~ 32	33	31.2 ~ 32.0	30.9 ~ 31.8	30.7 ~ 31.5
4	34 ~ 43	34 ~ 42	33 ~ 42	34	32.1 ~ 33.0	31.9 ~ 32.7	31.6 ~ 32.4
5	44 ~ 52	43 ~ 52	43 ~ 51	35	33.1 ~ 33.9	32.8 ~ 33.7	32.5 ~ 33.4
6	53 ~ 62	53 ~ 61	52 ~ 61	36	34.0 ~ 34.9	33.8 ~ 34.6	33.5 ~ 34.3
7	63 ~ 71	62 ~ 71	62 ~ 70	37	35.0 ~ 35.9	34.7 ~ 35.6	34.4 ~ 35.3
8	72 ~ 81	72 ~ 80	71 ~ 80	38	36.0 ~ 36.8	35.7 ~ 36.6	35.4 ~ 36.2
9	82 ~ 90	81 ~ 90	81 ~ 89	39	36.9 ~ 37.8	36.6 ~ 37.5	36.3 ~ 37.1
10	91 ~ 100	91 ~ 99	90 ~ 98	40	37.9 ~ 38.7	37.6 ~ 38.4	37.2 ~ 38.1
11	101 ~ 110	100 ~ 109	99 ~ 108	41	38.8 ~ 39.7	38.5 ~ 39.4	38.2 ~ 39.0
12	111 ~ 119	110 ~ 118	109 ~ 117	42	39.8 ~ 40.4	39.5 ~ 40.3	39.1 ~ 40.0
13	120 ~ 129	119 ~ 128	118 ~ 127	43	—	—	40.1 ~ 40.4
14	130 ~ 138	129 ~ 137	128 ~ 136	—	—	—	—
15	139 ~ 148	138 ~ 147	137 ~ 145	—	—	—	—
16	149 ~ 158	148 ~ 156	146 ~ 155	—	—	—	—
17	159 ~ 167	157 ~ 166	156 ~ 164	—	—	—	—
18	168 ~ 177	167 ~ 175	165 ~ 174	—	—	—	—
19	178 ~ 186	176 ~ 185	175 ~ 183	—	—	—	—
20	187 ~ 196	186 ~ 194	184 ~ 193	—	—	—	—
21	197 ~ 205	195 ~ 204	194 ~ 202	—	—	—	—
22	206 ~ 215	205 ~ 213	203 ~ 211	—	—	—	—
23	216 ~ 225	214 ~ 223	212 ~ 221	—	—	—	—
24	226 ~ 234	224 ~ 233	222 ~ 230	—	—	—	—
25	235 ~ 244	233 ~ 242	231 ~ 240	—	—	—	—

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング121・122・123

コース ハンディキャップ	121	122	123	コース ハンディキャップ	121	122	123	124	125	126
+4	+35～+33	+35～+33	+35～+33	26	239～247	237～245	235～243			
+3	+32～+24	+32～+24	+32～+23	27	248～256	246～254	244～252			
+2	+23～+15	+23～+14	+22～+14	28	257～266	255～263	253～261			
+1	+14～+05	+13～+05	+13～+05	29	267～275	264～272	262～271			
0	+04～04	+04～04	+04～04	30	276～284	274～282	272～280			
1	05～14	05～14	05～13	31	285～294	283～291	281～289			
2	15～23	14～23	14～22	32	295～303	292～301	290～298			
3	24～32	24～32	23～32	33	304～312	302～310	299～307			
4	33～42	33～41	33～41	34	313～322	311～319	308～316			
5	43～51	42～50	42～50	35	323～331	320～328	317～326			
6	52～60	51～60	51～59	36	332～340	329～338	327～335			
7	61～70	61～69	60～68	37	341～350	339～347	336～344			
8	71～79	70～78	69～78	38	351～359	348～356	345～353			
9	80～88	79～87	79～87	39	360～368	357～365	354～362			
10	89～98	88～97	88～96	40	369～378	366～374	363～372			
11	99～107	98～106	97～105	41	379～387	376～384	373～381			
12	108～116	107～115	106～114	42	388～396	385～393	382～390			
13	117～126	116～125	115～124	43	397～404	394～402	391～399			
14	127～135	126～134	125～133	44	—	40.3～40.4	40.0～40.4			
15	136～144	135～143	134～142							
16	145～154	144～152	143～151							
17	155～163	153～162	152～160							
18	164～172	163～171	161～169							
19	173～182	172～180	170～179							
20	183～191	181～189	180～188							
21	192～200	190～199	189～197							
22	201～210	200～208	198～206							
23	211～219	209～217	207～215							
24	220～228	218～226	216～225							
25	229～238	227～236	226～234							

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング124・125・126

コース ハンディキャップ	124	125	126	コース ハンディキャップ	124	125	126
+4	+35～+32	+35～+32	+35～+32	26	233～241	231～239	229～237
+3	+31～+23	+31～+23	+31～+23	27	242～250	240～248	238～246
+2	+22～+14	+22～+14	+22～+14	28	251～259	249～257	247～255
+1	+13～+05	+13～+05	+13～+05	29	260～268	258～266	256～264
0	+04～04	+04～04	+04～04	30	269～277	267～275	265～273
1	05～13	05～13	05～13	31	278～287	276～284	274～282
2	14～22	14～22	14～22	32	288～296	285～293	283～291
3	23～31	23～31	23～31	33	297～305	294～302	292～300
4	32～41	32～40	32～40	34	306～314	303～311	301～309
5	42～50	41～49	41～49	35	315～323	312～320	310～318
6	51～59	50～58	50～58	36	324～332	321～329	319～327
7	60～68	59～67	59～67	37	333～341	330～338	328～336
8	69～77	68～76	68～76	38	342～350	339～348	337～345
9	78～86	77～85	77～85	39	351～359	349～357	346～354
10	87～95	86～94	86～94	40	360～369	358～366	355～363
11	96～104	95～103	95～103	41	370～378	367～375	364～372
12	105～113	104～112	104～112	42	379～387	376～384	373～381
13	114～123	113～122	113～121	43	388～396	385～393	382～390
14	124～132	123～131	122～130	44	397～404	394～402	391～399
15	133～141	132～140	131～139	45	—	40.3～40.4	40.0～40.4
16	142～150	141～149	140～147				
17	151～159	150～158	148～156				
18	160～168	159～167	157～165				
19	169～177	168～176	166～174				
20	178～186	177～185	175～183				
21	187～195	186～194	184～192				
22	196～205	195～203	193～201				
23	206～214	204～212	202～210				
24	215～223	213～221	211～219				
25	224～232	222～230	220～228				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング127・128・129

コース ハンディキャップ	127	128	129	コース ハンディキャップ	127	128	129
+4	+35～+32	+35～+31	+35～+31	26	227～235	226～233	224～232
+3	+31～+23	+30～+23	+30～+22	27	236～244	234～242	233～240
+2	+22～+14	+22～+14	+21～+14	28	245～253	243～251	241～249
+1	+13～+05	+13～+05	+13～+05	29	254～262	252～260	250～258
0	+04～04	+04～04	+04～04	30	263～271	261～269	259～267
1	05～13	05～13	05～13	31	272～280	270～278	268～275
2	14～22	14～22	14～21	32	281～289	279～286	276～284
3	23～31	23～30	22～30	33	290～298	287～295	285～293
4	32～40	31～39	31～39	34	299～306	296～304	294～302
5	41～48	40～48	40～48	35	307～315	305～313	303～310
6	49～57	49～57	49～56	36	316～324	314～322	311～319
7	58～66	58～66	57～65	37	325～333	323～331	320～328
8	67～75	67～75	66～74	38	334～342	332～339	329～337
9	76～84	76～83	75～83	39	343～351	340～348	338～346
10	85～93	84～92	84～91	40	352～360	349～357	347～354
11	94～102	93～101	92～100	41	361～369	358～366	355～363
12	103～111	102～110	101～109	42	370～378	367～375	364～372
13	112～120	111～119	110～118	43	379～387	376～384	373～381
14	121～129	120～128	119～127	44	388～395	385～392	382～389
15	130～137	129～136	128～135	45	396～404	393～401	390～398
16	138～146	137～145	136～144	46	—	40.2～40.4	39.9～40.4
17	147～155	146～154	145～153				
18	156～164	155～163	154～162				
19	165～173	164～172	163～170				
20	174～182	173～180	171～179				
21	183～191	181～189	180～188				
22	192～200	190～198	189～197				
23	201～209	199～207	198～205				
24	210～217	208～216	206～214				
25	218～226	217～225	215～223				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング130・131・132

コース ハンディキャップ	130	131	132	コース ハンディキャップ	130	131	132
+4	+35～+31	+35～+31	+35～+30	26	222～230	220～228	219～226
+3	+30～+22	+30～+22	+29～+22	27	231～239	229～237	227～235
+2	+21～+14	+21～+13	+21～+13	28	240～247	238～245	236～243
+1	+13～+05	+12～+05	+12～+05	29	248～256	246～254	244～252
0	+04～04	+04～04	+04～04	30	257～265	255～263	253～261
1	05～13	05～12	05～12	31	266～273	264～271	262～269
2	14～21	13～21	13～21	32	274～282	272～280	270～278
3	22～30	22～30	22～29	33	283～291	281～288	279～286
4	31～39	31～38	30～38	34	292～299	289～297	287～295
5	40～47	39～47	39～47	35	300～308	298～306	296～303
6	48～56	48～56	48～55	36	309～317	307～314	304～312
7	57～65	57～64	56～64	37	318～325	315～323	313～321
8	66～73	65～73	65～72	38	326～334	324～332	322～329
9	74～82	74～81	73～81	39	335～343	333～340	330～338
10	83～91	82～90	82～89	40	344～352	341～349	339～346
11	92～99	91～99	90～98	41	353～360	350～357	347～355
12	100～108	100～107	99～107	42	361～369	358～366	356～363
13	109～117	108～116	108～115	43	370～378	367～375	364～372
14	118～126	117～125	116～124	44	379～386	376～384	373～380
15	127～134	126～133	125～132	45	387～395	384～392	381～389
16	135～143	134～142	133～141	46	396～404	393～401	390～398
17	144～152	143～150	142～149	47	—	40.2～40.4	39.9～40.4
18	153～160	151～159	150～158				
19	161～169	160～168	159～166				
20	170～178	169～176	167～175				
21	179～186	177～185	176～184				
22	187～195	186～194	185～192				
23	196～204	195～202	193～201				
24	205～212	203～211	202～209				
25	213～221	212～219	210～218				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング133・134・135

コースハンディキャップ	133	134	135	コースハンディキャップ	133	134	135
4+	+35～+30	+35～+30	+35～+30	26	217～225	216～223	135
+3	+29～+22	+29～+22	+29～+21	27	226～233	224～231	21.4～23.1
+2	+21～+13	+21～+13	+20～+13	28	234～242	232～240	22.2～23.0
+1	+12～+05	+12～+05	+12～+05	29	243～250	241～248	23.1～23.8
0	+0.4～0.4	+0.4～0.4	+0.4～0.4	30	251～259	249～257	23.9～24.6
1	0.5～1.2	0.5～1.2	0.5～1.2	31	260～267	258～265	24.7～25.5
2	1.3～2.1	1.3～2.1	1.3～2.0	32	268～276	266～274	25.6～26.3
3	2.2～2.9	2.2～2.9	2.1～2.9	33	277～284	275～282	26.4～27.2
4	3.0～3.7	3.0～3.7	3.0～3.7	34	285～293	283～290	27.3～28.0
5	3.9～4.6	3.8～4.6	3.8～4.6	35	294～301	291～299	28.1～28.8
6	4.7～5.5	4.7～5.4	4.7～5.4	36	302～310	300～307	28.9～29.7
7	5.6～6.3	5.5～6.3	5.5～6.2	37	311～318	308～316	29.8～30.5
8	6.4～7.2	6.4～7.1	6.3～7.1	38	319～327	317～324	30.6～31.3
9	7.3～8.0	7.2～8.0	7.2～7.9	39	328～335	325～333	31.4～32.2
10	8.1～8.9	8.1～8.8	8.0～8.7	40	336～344	334～341	32.3～33.0
11	9.0～9.7	8.9～9.6	8.8～9.6	41	345～352	342～349	33.1～33.8
12	9.8～10.6	9.7～10.5	9.7～10.4	42	353～361	350～358	33.9～34.7
13	10.7～11.4	10.6～11.3	10.5～11.2	43	362～369	359～366	34.8～35.5
14	11.5～12.3	11.4～12.2	11.3～12.1	44	370～378	367～375	35.6～36.4
15	12.4～13.1	12.3～13.0	12.2～12.9	45	379～386	376～383	36.5～37.2
16	13.2～14.0	13.1～13.9	13.0～13.8	46	387～395	384～392	37.3～38.0
17	14.1～14.8	14.0～14.7	13.9～14.6	47	396～403	393～400	38.1～38.9
18	14.9～15.7	14.8～15.6	14.7～15.4	48	404～404	40.1～40.4	39.0～39.7
19	15.8～16.5	15.7～16.4	15.5～16.3				39.8～40.4
20	16.6～17.4	16.5～17.2	16.4～17.1				
21	17.5～18.2	17.3～18.1	17.2～17.9				
22	18.3～19.1	18.2～18.9	18.0～18.8				
23	19.2～19.9	19.0～19.8	18.9～19.6				
24	20.0～20.8	19.9～20.6	19.7～20.5				
25	20.9～21.6	20.7～21.5	20.6～21.3				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング136・137・138

コースハンディキャップ	136	137	138	コースハンディキャップ	136	137	138
4+	+35～+30	+35～+29	+35～+29	26	212～220	211～218	138
+3	+29～+21	+28～+21	+28～+21	27	221～228	219～226	20.9～21.6
+2	+20～+13	+20～+13	+20～+13	28	229～236	227～235	21.7～22.5
+1	+12～+05	+12～+05	+12～+05	29	237～245	236～243	22.6～23.3
0	+0.4～0.4	+0.4～0.4	+0.4～0.4	30	246～253	244～251	23.4～24.1
1	0.5～1.2	0.5～1.2	0.5～1.2	31	254～261	252～259	24.2～24.9
2	1.3～2.0	1.3～2.0	1.3～2.0	32	262～270	260～268	25.0～25.7
3	2.1～2.9	2.1～2.8	2.1～2.8	33	271～278	269～276	25.8～26.6
4	3.0～3.7	2.9～3.7	2.9～3.6	34	279～286	277～284	26.7～27.4
5	3.8～4.5	3.8～4.5	3.7～4.5	35	287～294	285～292	27.5～28.2
6	4.6～5.4	4.6～5.3	4.6～5.3	36	295～303	293～301	28.3～29.0
7	5.5～6.2	5.4～6.1	5.4～6.1	37	304～311	302～309	29.1～29.8
8	6.3～7.0	6.2～6.9	6.2～6.9	38	312～319	310～317	29.9～30.7
9	7.1～7.8	7.1～7.8	7.0～7.7	39	320～328	318～325	30.8～31.5
10	7.9～8.7	7.9～8.6	7.8～8.5	40	329～336	326～334	31.6～32.3
11	8.8～9.5	8.7～9.4	8.6～9.4	41	337～344	335～342	32.4～33.1
12	9.6～10.3	9.5～10.3	9.5～10.2	42	345～353	343～350	33.2～33.9
13	10.4～11.2	10.4～11.1	10.3～11.0	43	354～361	351～358	34.0～34.8
14	11.3～12.0	11.2～11.9	11.1～11.8	44	362～369	359～367	34.9～35.6
15	12.1～12.8	12.0～12.7	11.9～12.6	45	370～378	368～375	35.7～36.4
16	12.9～13.7	12.8～13.6	12.7～13.5	46	379～386	376～383	36.5～37.2
17	13.8～14.5	13.7～14.4	13.6～14.3	47	387～394	384～391	37.3～38.0
18	14.6～15.3	14.5～15.2	14.4～15.1	48	395～402	392～400	38.1～38.8
19	15.4～16.2	15.3～16.0	15.2～15.9	49	403～404	40.1～40.4	38.9～39.7
20	16.3～17.0	16.1～16.9	16.0～16.7				39.8～40.4
21	17.1～17.8	17.0～17.7	16.8～17.6				
22	17.9～18.6	17.8～18.5	17.7～18.4				
23	18.7～19.5	18.6～19.3	18.5～19.2				
24	19.6～20.3	19.4～20.2	19.3～20.0				
25	20.4～21.1	20.3～21.0	20.1～20.8				

コースハンディキャップ換算表 - スローブレーディング139・140・141

コース ハンディキャップ	139	140	141	コース ハンディキャップ	139	140	141
+4	+35～+29	+35～+29	+35～+29	26	208～215	206～213	205～212
+3	+28～+21	+28～+21	+28～+21	27	216～223	214～221	213～220
+2	+20～+13	+20～+13	+20～+13	28	224～231	222～230	221～228
+1	+12～+05	+12～+05	+12～+05	29	232～239	231～238	229～236
0	+04～04	+04～04	+04～04	30	240～247	239～246	237～244
1	05～12	05～12	05～12	31	248～256	247～254	245～252
2	13～20	13～20	13～20	32	257～264	255～262	253～260
3	21～28	21～28	21～28	33	265～272	263～270	261～268
4	29～36	29～36	29～36	34	273～280	271～278	269～276
5	37～44	37～44	37～44	35	281～288	279～286	277～284
6	45～52	45～52	45～52	36	289～296	287～294	285～292
7	53～60	53～60	53～60	37	297～304	295～302	293～300
8	61～69	61～68	61～68	38	305～312	303～310	301～308
9	70～77	69～76	69～76	39	313～321	311～318	309～316
10	78～85	77～84	77～84	40	322～329	319～326	317～324
11	86～93	85～92	85～92	41	330～337	327～334	325～332
12	94～101	93～100	93～100	42	338～345	335～343	333～340
13	102～109	101～108	101～108	43	346～353	344～351	341～348
14	110～117	109～116	109～116	44	354～361	352～359	349～356
15	118～126	118～125	117～124	45	362～369	360～367	357～364
16	127～134	126～133	125～132	46	370～378	368～375	365～372
17	135～142	134～141	133～140	47	379～386	376～383	373～380
18	143～150	142～149	141～148	48	387～394	384～391	381～388
19	151～158	150～157	149～156	49	395～402	392～399	389～396
20	159～166	158～165	157～164	50	403～404	400～404	397～404
21	167～174	166～173	165～172				
22	175～182	174～181	173～180				
23	183～191	182～189	181～188				
24	192～199	190～197	189～196				
25	200～207	198～205	197～204				

コースハンディキャップ換算表 - スローブレーディング142・143・144

コース ハンディキャップ	142	143	144	コース ハンディキャップ	142	143	144
+4	+35～+28	+35～+28	+35～+28	26	203～210	202～209	201～207
+3	+27～+20	+27～+20	+27～+20	27	211～218	210～217	208～215
+2	+19～+12	+19～+12	+19～+12	28	219～226	218～225	216～223
+1	+11～+04	+11～+04	+11～+04	29	227～234	226～233	224～231
0	+03～03	+03～03	+03～03	30	235～242	234～241	232～239
1	04～11	04～11	04～11	31	243～250	242～248	240～247
2	12～19	12～19	12～19	32	251～258	249～256	248～255
3	20～27	20～27	20～27	33	259～266	257～264	256～262
4	28～35	28～35	28～35	34	267～274	265～272	263～270
5	36～43	36～43	36～43	35	275～282	273～280	271～278
6	44～51	44～51	44～51	36	283～290	281～288	279～286
7	52～59	52～59	52～58	37	291～298	289～296	287～294
8	60～67	60～67	59～66	38	299～306	297～304	295～302
9	68～75	68～75	67～74	39	307～314	305～312	303～309
10	76～83	76～82	75～82	40	315～322	313～320	310～317
11	84～91	83～90	83～90	41	323～330	321～327	318～325
12	92～99	91～98	91～98	42	331～338	328～335	326～333
13	100～107	99～106	99～105	43	339～346	336～343	334～341
14	108～115	107～114	106～111	44	347～354	344～351	342～349
15	116～123	115～122	114～121	45	355～362	352～359	350～357
16	124～131	123～130	122～129	46	363～370	360～367	358～364
17	132～139	131～138	130～137	47	371～377	368～375	365～372
18	140～147	139～146	138～145	48	378～385	376～383	373～380
19	148～155	147～154	146～153	49	386～393	384～391	381～388
20	156～163	155～161	154～160	50	394～401	392～399	389～396
21	164～171	162～169	161～168	51	402～404	400～404	397～404
22	172～179	170～177	169～176				
23	180～187	178～185	177～184				
24	188～194	186～193	185～192				
25	195～202	194～201	193～200				

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング145・146・147

コース ハンディキャップ	145	146	147	コース ハンディキャップ	145	146	147
+5	—	+35～+35	+35～+35	25	191～198	190～197	147
+4	+35～+28	+34～+28	+34～+27	26	199～206	198～205	189～196
+3	+27～+20	+27～+20	+26～+20	27	207～214	206～212	197～203
+2	+19～+12	+19～+12	+19～+12	28	215～222	213～220	204～211
+1	+11～+04	+11～+04	+11～+04	29	223～229	221～228	21.2～21.9
0	+03～+03	+03～+03	+03～+03	30	230～237	229～236	22.0～22.6
1	04～1.1	04～1.1	04～1.1	31	238～245	237～243	22.7～23.4
2	1.2～1.9	1.2～1.9	1.2～1.9	32	246～253	244～251	23.5～24.2
3	2.0～2.7	2.0～2.7	2.0～2.6	33	254～261	252～259	24.3～24.9
4	2.8～3.5	2.8～3.4	2.7～3.4	34	262～268	260～267	25.0～25.7
5	3.6～4.2	3.5～4.2	3.5～4.2	35	269～276	268～274	25.8～26.5
6	4.3～5.0	4.3～5.0	4.3～4.9	36	277～284	275～282	26.6～27.2
7	5.1～5.8	5.1～5.8	5.0～5.7	37	285～292	283～290	27.3～28.0
8	5.9～6.6	5.9～6.5	5.8～6.5	38	293～300	291～297	28.1～28.8
9	6.7～7.4	6.6～7.3	6.6～7.3	39	301～307	298～305	28.9～29.5
10	7.5～8.1	7.4～8.1	7.4～8.0	40	308～315	306～313	29.6～30.3
11	8.2～8.9	8.2～8.9	8.1～8.8	41	316～323	314～321	30.4～31.1
12	9.0～9.7	9.0～9.6	8.9～9.6	42	324～331	322～328	31.2～31.9
13	9.8～10.5	9.7～10.4	9.7～10.3	43	332～338	329～336	32.0～32.6
14	10.6～11.2	10.5～11.2	10.4～11.1	44	339～346	337～344	32.7～33.4
15	11.3～12.0	11.3～11.9	11.2～11.9	45	347～354	345～352	33.5～34.2
16	12.1～12.8	12.0～12.7	12.0～12.6	46	355～362	353～359	34.3～34.9
17	12.9～13.6	12.8～13.5	12.7～13.4	47	363～370	360～367	35.0～35.7
18	13.7～14.4	13.6～14.3	13.5～14.2	48	371～377	368～375	35.8～36.5
19	14.5～15.1	14.4～15.0	14.3～14.9	49	378～385	376～383	36.6～37.2
20	15.2～15.9	15.1～15.8	15.0～15.7	50	386～393	384～390	37.3～38.0
21	16.0～16.7	15.9～16.6	15.8～16.5	51	394～401	391～398	38.1～38.8
22	16.8～17.5	16.7～17.4	16.6～17.2	52	402～404	399～404	38.9～39.5
23	17.6～18.3	17.5～18.1	17.3～18.0	53	—	—	39.6～40.3
24	18.4～19.0	18.2～18.9	18.1～18.8	54	—	—	40.4～40.4

コースハンディキャップ換算表 - スロープレーティング148・149・150

コース ハンディキャップ	148	149	150	コース ハンディキャップ	148	149	150
+5	+35～+35	+35～+35	+35～+34	25	188～194	186～193	150
+4	+34～+27	+34～+27	+33～+27	26	195～202	194～200	185～192
+3	+26～+20	+26～+19	+26～+19	27	203～209	201～208	193～199
+2	+19～+12	+18～+12	+18～+12	28	210～217	209～216	20.0～20.7
+1	+11～+04	+11～+04	+11～+04	29	218～225	217～223	20.8～21.4
0	+03～+03	+03～+03	+03～+03	30	226～232	224～231	21.5～22.2
1	04～1.1	04～1.1	04～1.1	31	233～240	232～238	22.3～22.9
2	1.2～1.9	1.2～1.8	1.2～1.8	32	241～248	239～246	23.0～23.7
3	2.0～2.6	1.9～2.6	1.9～2.6	33	249～255	247～254	23.8～24.4
4	2.7～3.4	2.7～3.4	2.7～3.3	34	256～263	255～261	24.5～25.2
5	3.5～4.1	3.5～4.1	3.4～4.1	35	264～271	262～269	25.3～25.9
6	4.2～4.9	4.2～4.9	4.2～4.8	36	272～278	270～276	26.0～26.7
7	5.0～5.6	5.0～5.6	4.9～5.6	37	279～286	277～284	26.8～27.4
8	5.8～6.4	5.7～6.4	5.7～6.4	38	287～293	285～291	27.5～28.2
9	6.5～7.2	6.5～7.2	6.5～7.1	39	294～301	292～299	28.3～29.0
10	7.3～8.0	7.3～7.9	7.2～7.9	40	302～309	300～307	29.1～29.7
11	8.1～8.7	8.0～8.7	8.0～8.6	41	310～316	308～314	29.8～30.5
12	8.8～9.5	8.8～9.4	8.7～9.4	42	317～324	315～322	30.6～31.2
13	9.6～10.3	9.5～10.3	9.5～10.1	43	325～332	323～330	31.3～32.0
14	10.4～11.0	10.3～10.9	10.2～10.9	44	333～339	330～337	32.1～32.7
15	11.1～11.8	11.0～11.7	11.0～11.6	45	340～347	338～345	32.8～33.5
16	11.9～12.5	11.8～12.5	11.7～12.4	46	348～355	346～352	33.6～34.2
17	12.6～13.3	12.6～13.2	12.5～13.1	47	356～362	353～360	34.3～35.0
18	13.4～14.1	13.3～14.0	13.2～13.9	48	363～370	361～367	35.1～35.7
19	14.2～14.8	14.1～14.7	14.0～14.6	49	371～377	368～375	35.8～36.5
20	14.9～15.6	14.8～15.5	14.7～15.4	50	378～385	376～382	36.6～37.2
21	15.7～16.4	15.6～16.3	15.5～16.1	51	386～393	383～390	37.3～38.0
22	16.5～17.1	16.4～17.0	16.2～16.9	52	394～400	391～398	38.1～38.7
23	17.2～17.9	17.1～17.8	17.0～17.7	53	401～404	399～404	38.8～39.5
24	18.0～18.7	17.9～18.5	17.8～18.4	54	—	—	39.6～40.3

コースハンディキャップ換算表 - スローブレーディング151・152・153

コース ハンディキャップ	151	152	153	コース ハンディキャップ	151	152	153
+5	+35～+34	+35～+34	+35～+34	26	191～198	190～197	153
+4	+33～+27	+33～+27	+33～+26	27	199～205	198～204	152
+3	+26～+19	+26～+19	+25～+19	28	206～213	205～210	151
+2	+18～+12	+18～+12	+18～+12	29	214～220	212～219	150
+1	+11～+04	+11～+04	+11～+04	30	221～228	220～226	149
0	+03～03	+03～03	+03～03	31	229～235	227～234	148
1	04～11	04～11	04～11	32	236～243	235～241	147
2	12～18	12～18	12～18	33	244～250	242～249	146
3	19～26	19～26	19～25	34	251～258	250～256	145
4	27～33	27～33	26～33	35	259～265	257～263	144
5	34～41	34～40	34～40	36	266～273	264～271	143
6	42～48	41～48	41～48	37	274～280	272～278	142
7	49～56	49～55	49～55	38	281～288	279～286	141
8	57～63	56～63	56～62	39	289～295	287～293	140
9	64～71	64～70	63～70	40	296～303	294～301	139
10	72～78	71～78	71～77	41	304～310	302～308	138
11	79～86	79～85	78～84	42	311～318	309～315	137
12	87～93	86～92	85～92	43	319～325	316～323	136
13	94～101	93～100	93～99	44	326～333	324～330	135
14	102～108	101～107	100～107	45	334～340	331～338	134
15	109～115	108～115	108～114	46	341～347	339～345	133
16	116～123	116～122	115～121	47	348～355	346～353	132
17	124～130	123～130	122～129	48	356～362	354～360	131
18	131～138	131～137	130～136	49	363～370	361～367	130
19	139～145	138～144	137～144	50	371～377	368～375	129
20	146～153	145～152	145～151	51	378～385	376～382	128
21	154～160	153～159	152～158	52	386～392	383～390	127
22	161～168	160～167	159～166	53	393～400	391～397	126
23	169～175	168～174	167～173	54	401～404	398～404	125
24	176～183	175～182	174～180	55	—	—	124
25	184～190	183～189	181～188	—	—	—	123

コースハンディキャップ換算表 - スローブレーディング154・155

コース ハンディキャップ	154	155	コース ハンディキャップ	154	155
+5	+35～+34	+35～+33	26	188～194	186～193
+4	+33～+26	+32～+26	27	195～201	194～200
+3	+25～+19	+25～+19	28	202～209	201～207
+2	+18～+12	+18～+11	29	210～216	208～215
+1	+11～+04	+10～+04	30	217～223	216～222
0	+03～03	+03～03	31	224～231	223～229
1	04～11	04～10	32	232～238	230～236
2	12～18	11～18	33	239～245	237～244
3	19～25	19～25	34	246～253	245～251
4	26～33	26～32	35	254～260	252～258
5	34～40	33～40	36	261～267	259～266
6	41～47	41～47	37	268～275	267～273
7	48～54	48～54	38	276～282	274～280
8	56～62	55～61	39	283～289	281～287
9	63～69	62～69	40	290～297	288～295
10	70～77	70～76	41	298～304	296～302
11	78～84	77～83	42	305～311	303～309
12	85～91	84～91	43	312～319	310～317
13	92～99	92～98	44	320～326	318～324
14	100～106	99～105	45	327～333	325～331
15	107～113	106～112	46	334～341	332～338
16	114～121	113～120	47	342～348	339～346
17	122～128	121～127	48	349～355	347～353
18	129～135	128～134	49	356～363	354～360
19	136～143	135～142	50	364～370	361～368
20	144～150	143～149	51	371～377	369～375
21	151～157	150～156	52	378～385	376～382
22	158～165	157～164	53	386～392	383～390
23	166～172	165～171	54	393～399	391～397
24	173～179	172～178	55	400～404	398～404
25	180～187	179～185	—	—	—

2012-2015
JGA ハンディキャップ規定
(USGA ハンディキャップシステム準拠)
リファレンスガイド

(公財) 日本ゴルフ協会

〒104-0031 東京都中央区京橋 1-12-5 京橋 YS ビル 2 階

TEL 03-3566-0003

www.jga.or.jp