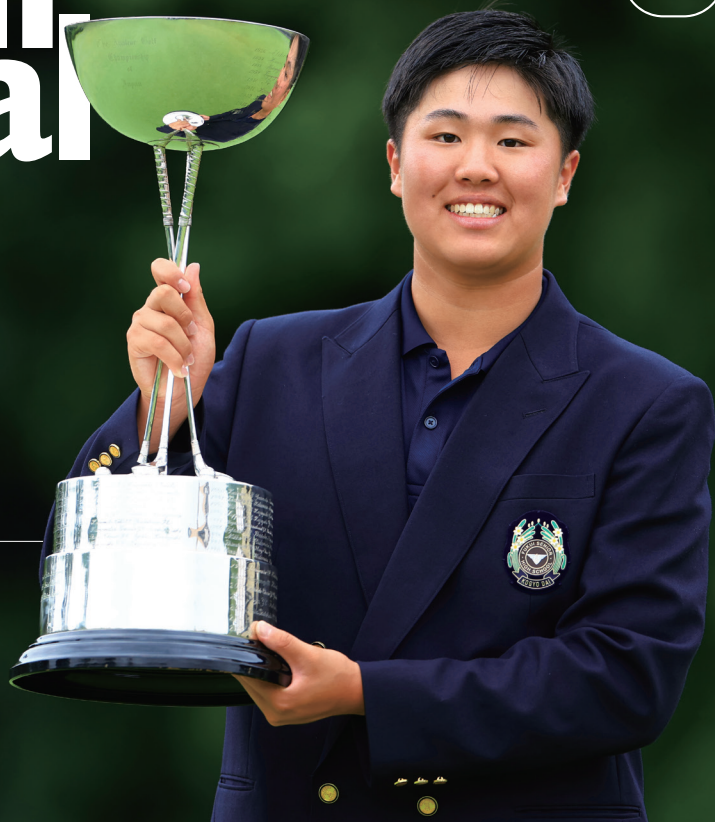


# JGA Golf Journal



108th 2024 Japan  
Amateur Golf  
Championship

Champion  
Mao Matsuyama



65th 2024 Japan  
Women's Amateur  
Golf Championship

Champion  
Sakura Torii







個人・法人のご寄附は税制上の  
優遇措置を受けることができます。

選手の育成強化  
日本代表支援

寄附金  
募集中!!



- ① 選手強化プログラムの構築
- ② 国際競技への日本代表選手の派遣や強化合宿の実施
- ③ 指導者育成強化プログラムの構築

募集期間

2022年1月1日～  
2025年3月31日

寄附金申込

クレジット決済と銀行振込からお選びいただけます。  
[www.jga.or.jp/jga/html/donation](http://www.jga.or.jp/jga/html/donation)



2022年度ナショナルチーム



# 母として、プロゴルファーとして

2010年大会(大根CC)チャンピオン 宮里美香が語る現在と未来

日米両ツアーで優勝歴があり、結婚、出産を経て今季から復帰した宮里美香プロ。育児とツアー参戦を両立させている今、ゴルフとどう向き合っているのか。母親として初めて挑む日本女子オープンへの思いや将来の構想などを含め、山中博史JGA現専務執行役・オープン事業本部本部長が聞いた。



育児とツアー参戦の両立について語る山中博史現専務執行役と宮里美香

**山中** 今回はアメリカでプロになって、その後、日本に戻って結婚、出産、そして復帰とさまざまな経験をされてきた宮里美香さんに母親として、プロゴルファーとしての現在地や未来予想図をお聞きしたいと思います。

**宮里** よろしくお願ひします。

**山中** ご長男を出産されたのは2022年の11月でしたね。

**宮里** はい。

**山中** 出産後、どのくらいでゴルフを再開されたのですか。

**宮里** 出産後3か月で一度クラブは握りましたが、どちらかというとトレーニングを先に再開しました。

**山中** 体を先に。

**宮里** はい。4か月でトレーニングを始めました。ゴルフの練習をしっかりと始めたのは2023年の11月。子供の保育園が決まってからです。

**山中** トレーニングは大変だったでしょう。アスリートの体に戻さなきゃいけないわけですから。

**宮里** そうです。出産で開いたままになっている骨盤を元の状態に戻すのですが、それには時間がかかります。戻らないままゴルフの練習をするとそれまでとは違う姿勢になる危険性がありますから、まずはトレーニングをしっかりとやりました。

**山中** 本格的にプレーするまでにどのくらいの期間、トレーニングをしたのですか。

**宮里** 半年くらいはしっかりとやりました。



2004年日本女子アマチュアゴルフ選手権優勝  
14歳8ヶ月の史上最年少優勝記録を樹立

2006年驚異の大逆転劇で初優勝を飾った日本ジュニアゴルフ選手権(上)  
2007年同大会でプレーオフを制し連覇を達成(下)



**山中** 久しぶりにクラブを握った時はいかがでしたか。感覚はすぐに戻るものですか。

**宮里** 最初はすごく体が重くて、全然違う感じがしましたが、大きいショットはそれほど問題がありませんでした。ただ、ショートゲームは鈍っているなという感覚はありましたね。

**山中** ツアーに復帰しようという考えはずっと持っていたらよかったわけですね。

**宮里** はい。私はシードを持っている状態で産休に入ったので一度復帰したほうが良いと考えていました。もう、それほど若くない(10月で35歳)ですから、できれば早く復帰したいと思って今年、2024年を選びました。

**山中** 復帰後、何試合かプレーされましたが、少し慣れてきましたか。

**宮里** はい、少しずつですけれど。ただ、これから暑くなっていくので、それが心配です。

**山中** ツアーに復帰するにあたってご家族や周囲のサポートは欠かせなかったと思います。

**宮里** それは大きいですね。サポートがなければ復帰できていません。子供ができると生活がこんなにも変わるのだということに身に染みて感じていますし、今、試合で一週間家を離れるのは正直に言って不安です。でも、母が故郷の沖縄から上京して子供の面倒を見てくれるので本当にありがたいです。レーサーの夫は

基本的には週末が仕事なのですが、仕事がない時は試合会場に来てくれますし、子供の面倒も見てくれています。

**山中** 練習やトレーニングの時間の確保も簡単ではないですね。

**宮里** 以前のように何時間も練習することはできません。保育園が午前9時から午後5時までなので、その間にうまく時間を使って練習やトレーニングをしています。1時間でもすごく大事で、その分、中身は濃くなりますね。

**山中** 宮里さんがプロになるまでのお話もお聞きしたいと思います。中学3年の時に日本女子アマに勝ちましたし、日本ジュニア(12~14歳の部)でも優勝しました。沖縄の強い選手は県外の高校に進学することが多いと思いますが、宮里さんは沖縄県内の、しかもゴルフ部のない高校に進学しました。どのような経緯だったのですか。

**宮里** もともとは県外の高校に進学する予定だったのですが、沖縄のゴルフ環境で日本女子アマに優勝できたのだから、そのままでもいいのではないかと両親と話をしました。地元で一番近い興南高校にはゴルフ部がなかったのですが、当時の理事長さんが「あなたが来てくれるのならゴルフ部をつくります」とおっしゃってくれたので、同校に行くことに決めました。



大根CCで和やかな雰囲気でお話が行われた





ナショナルチームの経験や米女子ツアー挑戦など当時の心境を語る

**山中** 高校を出ると、すぐにアメリカに渡りましたよね。日本ではなくアメリカでプロになったのは、どうしてですか。

**宮里** 高校時代にJGAナショナルチームに入って、海外遠征をたくさん経験させていただいて世界というものを見ることができました。そこで知り合いになった台湾のヤニ・ツェン選手が全米女子プロで優勝するのをテレビで見て「私もアメリカに行きたい」と思って周囲に相談したのです。すると、「フロリダにIMGアカデミーがあるから、そこで練習して米女子ツアーを目指してみるのはどうか」という流れで渡米。向こうでプロになりました。

**山中** 慣れない環境の中で大変だったでしょう。当時は言葉の方は？

**宮里** 英語はそんなにできるほうではなかったのですが、大変という思いはなかったですね。

**山中** むしろ楽しかったわけですか。

**宮里** 最初は刺激がいっぱいでした(笑)。

**山中** その後、宮里さんはアメリカで優勝されましたし、2011、12年の2年間でメジャー8試合中6回もトップ10に入るなど大舞台でも存在感を示していました。世界ランキングは最高8位にまで上がっています。これだけアメリカで活躍していると、なかなか日本の試合には出ないと思うのですが宮里さんは日本女子オープンに毎年帰ってきてくれましたね。

**宮里** 私はJGAナショナルチームに在籍していた期間が4年ほどあったのですが、JGAにはすごくお世話になったので恩返しという意味で日本女子オープンには絶対に出たいと思っていました。

**山中** アメリカのツアーでプレーしながら日本に戻ってくるのは大変でしょう。時差もありますし。



2007年ネイバーストロフィーチーム選手権団体優勝の女子チーム。左から小林弘実コーチ、宮里美香、森桜子、藤本麻子、新井麻衣、水谷美恵コーチ



2008年クイーンシリキットカップ アジア太平洋女子招待ゴルフチーム選手権に共に出場した森田理香子(左)と藤本麻子(右)

**宮里** 日本女子オープンの開催時期は毎年決まっていますから、それに合わせてスケジュールリングしてうまくやっていました。

**山中** その中で2010年、20歳の時に大根カントリークラブ・東コースで行われた日本女子オープンで優勝しましたね。その前年は3日目を終えて4打差首位に立っていたながら78と崩れてしまう悔しい負け方をしていました。2010年も同じく4打のリードで最終ラウンド。前年のことがトラウマになってはいませんでしたか。

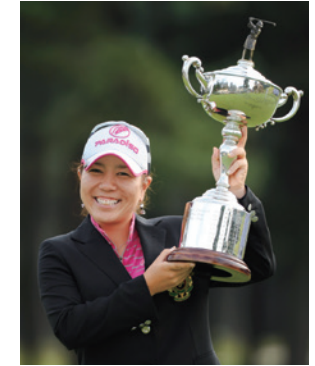
**宮里** トラウマはなかったです。むしろ同じシチュエーションでリベンジできるという楽しみがありましたし、同郷の先輩上原彩子さんが同じ最終組でしたのですごく回りやすかったです。

**山中** シビアなパットをいくつも決めていましたね。

**宮里** はい。パットが冴えていました。



2010年日本女子オープンゴルフ選手権に優勝し同郷の先輩、宮里藍からの祝福を受ける



2010年日本女子オープンゴルフ選手権初優勝



2013年2度目の日本女子オープンゴルフ選手権制覇

**山中** 終わってみれば6打差の快勝。あの年は宮里藍さんや横峯さくらさん、それに米女子ツアーから冒頭で話に出ていたヤニ・ツェンさんやチェ・ナヨンさん、それに全米女子アマに勝ったダニエル・カンさんら錚々たるメンバーが出ている中でのぶっち切り。藍さんが18番のグリーンサイドで待っていて祝福してくれました。

**宮里** まさか待ってくれていると思わなかったのですが、すごく嬉しかったです。今でも思い出すと涙が出そうになります。

**山中** 感動的なシーンでした。あれは宮里さんにとってプロ初優勝でしたね。その3年後にも勝って日本女子オープンでは計2勝。素晴らしい実績を残されています。JGA100周年でもある今年の日女子オープン会場は宮里さんが初優勝を飾った2010年以來の大根カントリークラブです。使用コースは前回の東ではなく西コース。すでにプレーされたと聞きましたが印象はいかがでしたか。

**宮里** シビアなティーショットが求められるホールが多いと感じました。単にフェアウェイをキープだけでなく、フェアウェイのどこに打つのがキーになりそう。ポジションによってはフェアウェイでもグリーンを狙うのが難しくなりますからティーショットの技術の高さが必要で、フェードヒッターが有利なのかなという印象を受けました。

**山中** 宮里さんにとっては出産後、初めての日本女子オープンになります。意気込みのほどはいかがでしょう。

**宮里** 優勝した時とは違うコースですが、私本来のアグレッシブなプレーをみなさんにお見せできたらいいなと思っています。

**山中** 最後に、プロゴルファーとして、あるいは女性としてこれからどのような活動をしていくのか、お聞かせ願えますか。

**宮里** まだ明確になっていませんが、ママさんゴルファーになったので、そんな私にしかできないことをやっていきたいなと思っています。今年は現役としてプレーしていますから、まずはママとしても強いんだぞという姿をみなさんにお見せできればと思いますし、小さいころからゴルフをしてきましたので、いろんな形でゴルフ界を盛り上げていければと思っています。

**山中** 一般のゴルファーには母親になってからなかなかゴルフに行けなくなったという方もいると思います。そんな方にメッセージをいただけますか。

**宮里** 子供と一緒にいることは大事ですが、ずっと家にいると気持ちがナイーブになったりするので時にはゴルフをして自分自身の時間を楽しんでほしいと思います。

**山中** ありがとうございます。