テニスがもっと快適になる

ストリングの基礎知識

From テニサポ 第36回

今号のお題 張り方によるラケットの変形と、テンションを維持する方法について。

知っているようで、あまり知られていないストリングのこと。
このコーナーでは、読者から寄せられた素朴な疑問を、
プロのストリンガーに答えてもらいました。
皆さんのテニスライフ向上に役立ててください

今回の解説は・・・

小笠原爽太（テニスサポートセンター仙川店）
ストリンガー歴、店舗では6年、自宅で張っている時期を合わせたら12年。
現在は大前綾希子選手など、複数のプロ選手の張りを担当している。

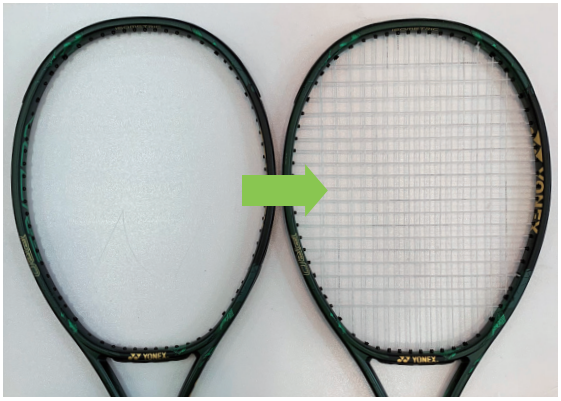
Q 縦横のテンションを片方ずつ上げ下げするとラケットは変形しますか。推奨テンションであれば問題ないですか？
（テニス歴2年／中2男子）

変形が大きくなると危険！

基本的にどんなラケットでもストリングを張れば少なからず変形します。そこで、プロのストリンガーは縦横のテンションを適正に調整して、ラケットの変形を最小限に抑える工夫をしています。この調整を超えて、縦横のテンションを片方ずつ上げ下げすると、当然、ラケットはより大きく変形してしまいます。

例えば、縦糸のテンションを横糸よりも高くして張ると、ラケットは縦につぶれ、ストリングを張る前のラケットよりも横に広がった形になります。反対に横糸のテンションを縦糸よりも高く張ると横がつぶれ、ラケットは縦長の形になります。

わざと、ラケットを変形させてスイートエリアの場所を変えたいという要望を受けることもありますが、縦横のテンションの差が大きくなればラケットへの負荷も大きくなり、ラケットにヒビが入ってしまう場合もあります。また、手首やヒジへの負担が増える可能性もあるので、推奨テンションの範囲内であっても、縦横のテンションに大きな差をつけるのは絶対にお勧めしません。



ストリングを張れば多少変形するが、大きな変形はラケットの破損を招き腕への負担も増える

もし縦横のテンションを変えて、スイートエリアの位置を調整したいのであれば、5ポンド差以内にするのがいいでしょう。

Q 部活が休みで練習をしてません。それでもストリングは傷むのですか。長持ちさせる方法はありますか？
（テニス歴1年／中2男子）

張った時から劣化は進む

ストリングはボールを打たなくても、張り上げた瞬間から徐々にテンションが落ちていきます。糸の種類により落ち方は違いますが、ナイロンに比べてポリエステルの方が落ち方は早いです。部活が休みでボールを打っていないから、見た目は張りたてと変わらないかもしれませんが、日にちが経てば経つほどテンションが落ちて、本来の反発性などが失われます。部活再開時、久しぶりに練習をするのにストリングの状態が悪いと無理をしてケガにもつながるので、ストリンガーに見てもらって、テンションがどのくらい落ちているかを相談するといいと思います。

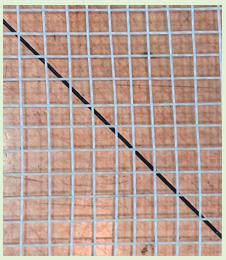
少しでも長持ちさせたいのなら、直射日光を避け、温度や湿度の変化が少ない場所にラケットを置きましょう。さらに、湿気の影響を極力少なくするためにラケットを入れた『ラケットビニール』の中に乾燥剤を一緒に入れておくのもお勧めです。

ラケットを保存する際に使うラケットビニールに乾燥剤を入れると、多少長持ちさせられる

ストリング 都市伝説

ナイロンストリングでも、よれにくくなる張り方はある？

どんなに良い張り方をしても、ナイロンストリングはボールに回転をかけるとよれます。比較的よれにくいとされるポリウレタンを染みこませたナイロンでも、時間の経過と共によれやすくなります。どうしてもよれが気になるようであれば、ストリングの素材をポリにするか、ストリングの滑りを良くするアイテムを使用しましょう。



ストリングのよれ（写真左）が気になるなら、塗ることでストリングの滑りを良くする溶剤（右）もある

募集中 ストリングに関する質問を募集しています。年齢、性別、テニス歴を記入し、〒113-8448　東京都文京区本郷2-33-5　日本スポーツ企画出版社スマッシュ編集部「ストリング基礎知識」まで。質問が採用された方には、テニスサポートセンターより、ストリングをプレゼントします。