

テニスが  
もっと  
快適になる

From テニサポ

# ストリングの基礎知識

今回解説  
CHALLENGE



鈴木貴也

(テニスサポートセンター三鷹店)

プロやアマを問わず常に最高のクオリティを提供することを心掛ける。2021東京五輪のストリングテクニームの一員に選ばれている。

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ストリングに関する素朴な疑問にプロのストリンガーに答えます。プレーの出来を左右するストリングについての知識を高めてください!

## 今月のお題

「強打できて疲れない製品や設定」と「中学生の使用ラケット」について

### 優れた特性を持つ ナチュラルがお薦め!

ナチュラルガットは、マルチストリングを超える飛びと柔らかさ、モノストリングを超える高い耐久力を持つスーパーガットです。錦織圭やフェデラーなどトッププロも愛用しています。1番の特徴は唯一無二の

比較的强大いボールが打て、なおかつ疲れにくい。そんな欲張りな願いを叶えるストリングやセッティングはありますか?

(テニス歴3年/55歳男性)

強いボールが打てるはず。強いボールが打てるはずです。

ナチュラルのパワー&タッチ感を強く出したいなら、縦糸にナチュラルを張ればその性能を大きく発揮できます。ポリの性能をメインにナチュラルを生かしたいなら、横糸にナチュラルです。ポリのコントロール性能にパワーが加わり、違和感なく力強いボールが打てるはずです。

パワーで、少ない力で勢いのあるボールを打てるため、攻守にわたって威力を発揮してくれます。



写真の製品は錦織の名前が付く「ナチュラル」と「ポリ」がセットになってハイブリッドガット

次に張りについてですが、これからテニス始める場合は、ナイロンストリングの中でもスタンダードなモノストリングがお勧めです。最初に張ったセッティングが、今後の基準になるので自分の得意や不得意が

身体に合ったラケットとベースの張り方を決める。まずラケットですが、面の大きすぎるもの(110平方インチ以上)や重すぎるもの(315グラム)を中学生が最初に使うのは避けるべきです。面が大きすぎるとボールが飛びすぎるため、飛ばないような縮こまった癖のあるスイングが身に付きます。重すぎるのは、成長期の身体に負担が掛かるためケガを頻発される恐れがあるので避けましょう。

中学生が最初に使うのは避けるべきです。面が大きすぎるとボールが飛びすぎるため、飛ばないような縮こまった癖のあるスイングが身に付きます。重すぎるのは、成長期の身体に負担が掛かるためケガを頻発される恐れがあるので避けましょう。

小6の息子が中学校のテニス部に入りたいといっています。最初は私の使ったラケットを考えています。注意することはありますか?

(テニス歴10年/小6男子の母)

ナチュラルは水分を含むと耐久力が低下します。また、張るには高い技術も必要なので信頼できる専門店にお願ひしましょう。ナチュラルは価格が少し高めですが、楽に長くテニスができるので、体力や筋力に不安がある方には特にお薦めです。

## 都市伝説

### 牛肉を食べる人が減るとナチュラルの供給量は?

現在市場に出回っているナチュラルガットの原料は「牛の腸」です。そのため牛肉を食する人が減ってしまうと、ナチュラルガットに使える牛の腸の数も少なくなり、結果的に供給量も減るのです。



成長期にある中学生の場合はできるだけ身体に合ったものを選びたい(写真はスタンダードなナイロンストリング)

わかるまでは、スピニングがすぐかかるとストリングなど、極端なセッティングは控えて下さい。自分の好みが出てきたら、信頼できるストリングガートと相談しながら、自分のスタイルを確立していきましょう。中学生は身長が急激に伸びる第二次発育急進期に入ります。身体が大きくなりますが、成長期はケガもしやすいので、身体への負担を考慮することも大切です。スタンダードなセッティングから初めて、成長に合わせて自分なりのセッティングを行なうことで、今後の技術向上の促進にも繋がります。

## 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。