

楽しくラウンドしよう
これだけは押さえておきたい

ゴルフ マナー&ルールガイド



2026 交流委員会

1.解説

ゴルフはイギリス発祥のスポーツ。日本のゴルフ場もイギリスのゴルフ場の運営方法に習って、メンバーシップを取っているコースが多くあります。

メンバーが資金を持ち寄りクラブの運営をしているゴルフ場ですが、一部のゴルフ場ではメンバー以外の方(ビジター)にコースを開放しています。

そのため、メンバーが大切にしているそのゴルフ場の風土を汚すことがマナー違反とされるわけです。青年経済人として、常日頃から周りから見られていると考えたら最低限のマナーを知る必要があります。

2.ゴルフ場の服装

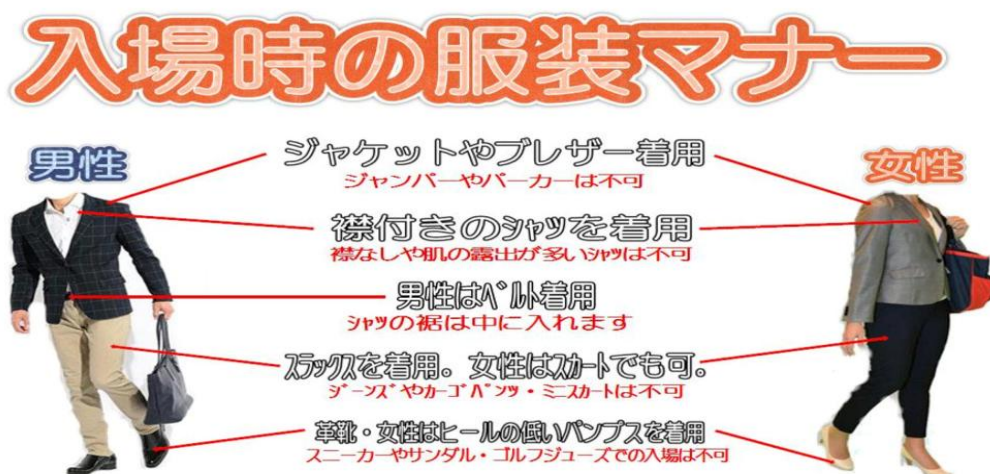
紳士のスポーツのため来場からプレー終了まで服装に注意してください。

おしゃれとマナーは異なります。

○行くとき、帰るとき

- ・ジャケット着用
- ・ジーパン、Tシャツ、短パン、サンダルはNG
- ・シャツは襟付き、シャツの裾出しはNG。

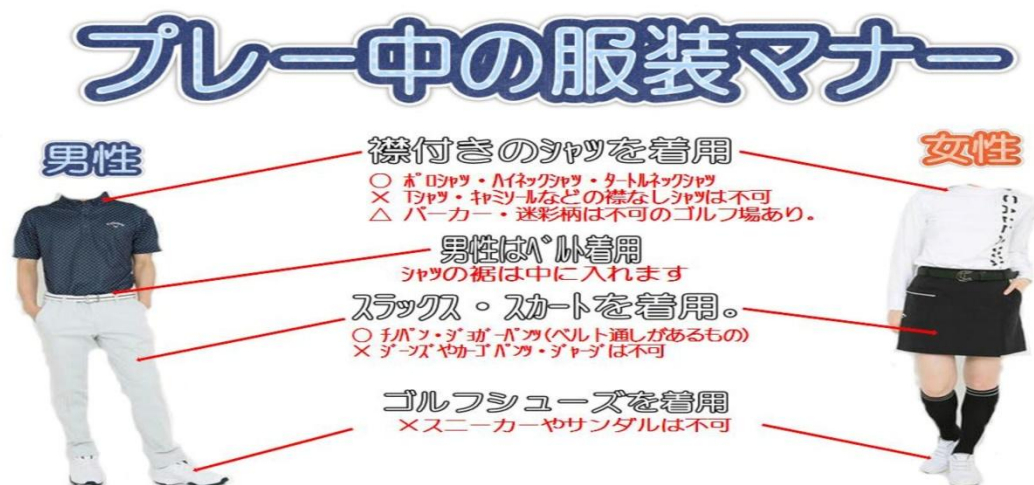
(参考例)



○プレー中

- ・危険防止のため、キャップまたはサンバイザーを被る
- ・シャツは襟付き、または襟の高さがあるものを着用
- ・男性は、短パンを着用した際は、ハイソックスを着用

(参考例)



【4 月：男性服装例】

①	②	③
薄手セーター 長袖シャツ	薄手アウター 長袖シャツ インナー	ダウンベスト 長袖シャツ インナー
		

【4 月：女性服装例】

①	②	③
中綿ワンピース セーター	薄手アウター セーター インナー	ダウンベスト セーター インナー
		

3. 気になるマナー

1) ティーイングエリア（旧称：ティーグラウンド）

(ゴルフ場で、各ホールの出発区域で第 1 打を打つために整地されているところ)

- スタート時間は、カートの出発時間ではなく、
ティーイングエリアでいつでも打てる体制が取れている時間。
スタート時間の 10 分前にはスタートホールにいるようにする。
- ボールの行方は全員で見て、ボール探しは全員ですること。
- O.B.の可能性があれば、必ず暫定球を打っておく。
- 素振りはティーグラウンドに上がる前にしておく。
- ティーショットを打ち終わったらクラブを持って速やかにカートに乗り出発



2) プレイヤーへの配慮 【ティーイングエリア】

- ティーショットを打つ人以外はティーグラウンドに上がらない。打つ人の後方線上に立ってはいけない
- プレイヤーがアドレスに入ったら余計な音を出さない。しゃべらない、動かない。



3) 他組への配慮 【ティーイングエリア】

- 前後の組に聞こえるような大声での会話はしない、特にショットの前後は話さない。
- 前の組がプレーしているのであれば、素振りをするのはやめるべき。

4) フェアウェイ

(コースの一要素であり、短く刈り込まれた芝で構成されており、ここからは打ちやすい。また、ボールが落ちた場合、よく弾み、よく転がる性質がある。

また、フェアウェイを外れ、芝が長い所をラフという)

- ショット時は慎重でも問題はない。
クラブの準備、アドレス、素振りなどは時間をかけない。
- 進行を遅らす行為となるため、初心者の場合は、2、3、4打はクラブを1本ではなく、数本持ってボールの位置に行く。
※カップに近づくとウェッジとパターを持ち歩く
- フェアウェイは、だらだら歩かない
- 全員でそれぞれが次打点に移動し、カップから遠い順番に打つ。

5) 他組への配慮 【フェアウェイ】

- 隣のホールに打ち込んだときは「ファー」と掛け声をかけ、危険を知らせる。
- 隣のホールからこちらのホールに打ち込んだボールを打つ場合は、挨拶をしてからこちらのプレイヤーが打ち終わってから自分のボールを打つ。

6) グリーン

(フェアウェイよりもきめ細かに整えられた芝で構成されており、この区域内にカップが設けられている)

- 後ろの組に迷惑が掛からないようにセルフでは同組分のパターも持っていく。
- パットの順番が来てから歩測、ライン読みを始める人が多い。
自分の番が来る前に他人の邪魔にならないように準備しておく。
- スムーズな進行になるように、スコアの記入はカートでホールアウト後のクラブ収納は、次ホールのティーグラウンドで行う。
- グリーン上では走らない。

7) 他組への配慮 【グリーン】

- 人がパットをするときに立っている場所に注意をする。
視界に入るところや後方線上など
- パッティンラインに立たない
- 夕暮れや早朝時のグリーン上では、自分の影が他のプレイヤーのライン上にならないか確認



8) ペナルティエリア(旧称・ウォーターハザード)、バンカー

(ペナルティエリアは、旧ルールでウォーターハザード(海・川・池・溝・排水溝など)だけではなく、崖や岩場などボールを探すのが困難で、見つかったとしてもプレーができないエリアの名称。



- ・バンカーではボールを打つ前にソールが砂に触れてしまうとプレイヤーは2打罰のペナルティ



- ・2 打罰でバンカーの外にドロップできる。ホールとボールを結んだ延長線を基準線として、そこから1 クラブレンジス以内にドロップできる。
- ・地面に食い込んだボールはジェネラルエリア(OBゾーンを除いた全てのエリア)であれば無罰で救済できる

9) 怪我防止のための配慮

- ・同伴競技者が打つとき飛球線方向の後ろ側に立たない。
- ・打ち込みは絶対にやらない
- ・グリーンでは、前の組すべての人が出るまで打たない

10) その他

- ・一人一人が迅速に行動することが、スロープレーを解消する。
- ・前後の組に気を遣い、初心者はなるべく走る。
- ・周りの状況を判断しプレーを進行する。
- ・携帯は使用しない。
- ・調整地やサブグリーンには必要以上に入らない。



2019 年ゴルフ新ルール

公益財団法人 日本ゴルフ協会

2019 年からゴルフ規則が大幅に変更

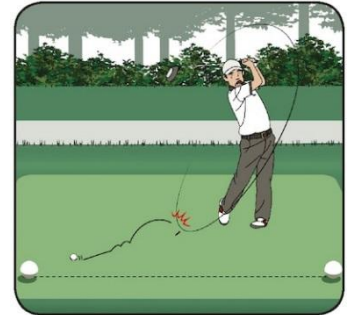
<プレーがスムーズ！>

1. ドロップの高さが低くなり、再ドロップの可能性が激減。
2. 旗竿を立てたままでパット、カップインが認められる。
3. バンカー、ペナルティーエリアで小石や枯れ枝を取り除いていい。
4. 同伴競技者の立ち合い不要でボールの確認、交換ができる。
5. “遠球先打” にこだわらず、準備できたプレーヤーから打てる。
6. 泥の付いたボールの確認時、同伴競技者を呼ばなくてよかった。



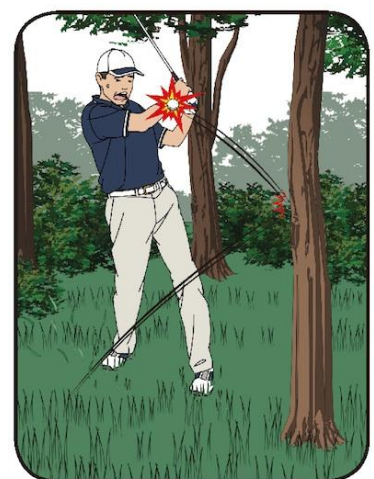
<初心者優しい！>

1. バンカー内で2 罰打を払えばバンカー外にドロップできる。
2. チョロしてもティーイングエリア内なら無罰で再ティアップできる。
3. かすって落ちたボールは、ティーイングエリア内なら再ティアップが可能
4. コンペなどで、各ホールの最大スコア（上限）を決めることができる。

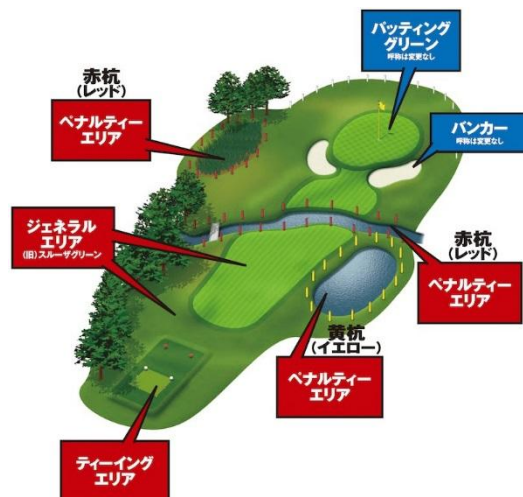


<不要な罰打が減った！>

1. 打球が自分やキャディ、カートに当たっても無罰でプレー続行に
2. ボール探しでうっかり自分のボールを蹴飛ばしても、無罰でリプレー
3. グリーン上でうっかりボールを動かしても無罰でリプレー
4. ペナルティーエリア（赤杭、黄杭）内でソールしても無罰に
5. 「2 度打ち」でも無罰、1 ストロークに
6. 林の中で打ったボールが木にはね返り自分に当たっても無罰になった



<コースの呼び名が変わった！>



1. ティーイングエリア

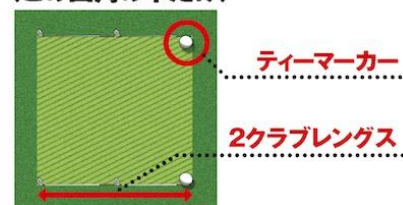
旧ティーインググラウンド。ティーマーカーを結んだラインの2クラブレンジス後方までのエリアのみ示し、それ以外はジェネラルエリアとなる。

2. ジェネラルエリア

旧スルーザグリーン。フェアウェイ、ラフ、カラーなど、他のエリア以外のすべて。

打球が埋ったら、どこでも無罰で救済を受けられる。

(この四角の中だけ)



3. ペナルティーエリア

旧ウォーターハザードと、新たにブッシュなどプレーが困難な場所を赤杭、黄杭で囲んだエリア。救済処置は、黄杭は以前と同じ。赤杭はラテラル処置と呼ばれ、対岸エリアの処置がなくなった。

4. バンカー (呼称変更なし)

バンカーの呼称は変わらないが、ペナルティーエリアとの区別が明確に。ソールできないのは以前のままだが、ルースインペディメントは取り除けるようになった。

5. パッティンググリーン（呼称変更なし）

パッティンググリーンも呼称は変わらず。救済ではドロップの処置はなく、プレースかリプレースで処置する。

＜その他＞

1. 膝の高さからドロップ、OK

以前の「2 クラブレンジス以上転がったら再ドロップ」という条件はなくなり、救済エリアから外れた場合のみ再ドロップとなる。

旧ルールのやり方でドロップした場合でも無罰でやり直せる。しかし、そのままストロークしてしまうと 1 罰打となる。



2. ボールを探せる時間が5分→3分に変更



3. バンカーとペナルティーエリア内でのルースインペディメント（小石、枯れ枝などの自然物）の除去が可能になった。



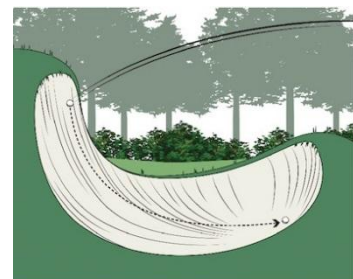
4. 旗竿（ピン）を立てたままパットができる



5. 「お先に」でタップインする際、間口を広げようと旗竿を手で押さえたりすると2罰打。先に抜いて、片手に持ったまま打つのは問題ない。



6. バンカーから2打罰で外に出せる



7. 1ストロークで2回以上クラブが当たる「2度打ち」は、以前は1罰打加算だったが、新ルールでは無罰になった。また、林の中で打球が木に跳ね返って自分に当たるなどの自打球も、1罰打から無罰になった。

