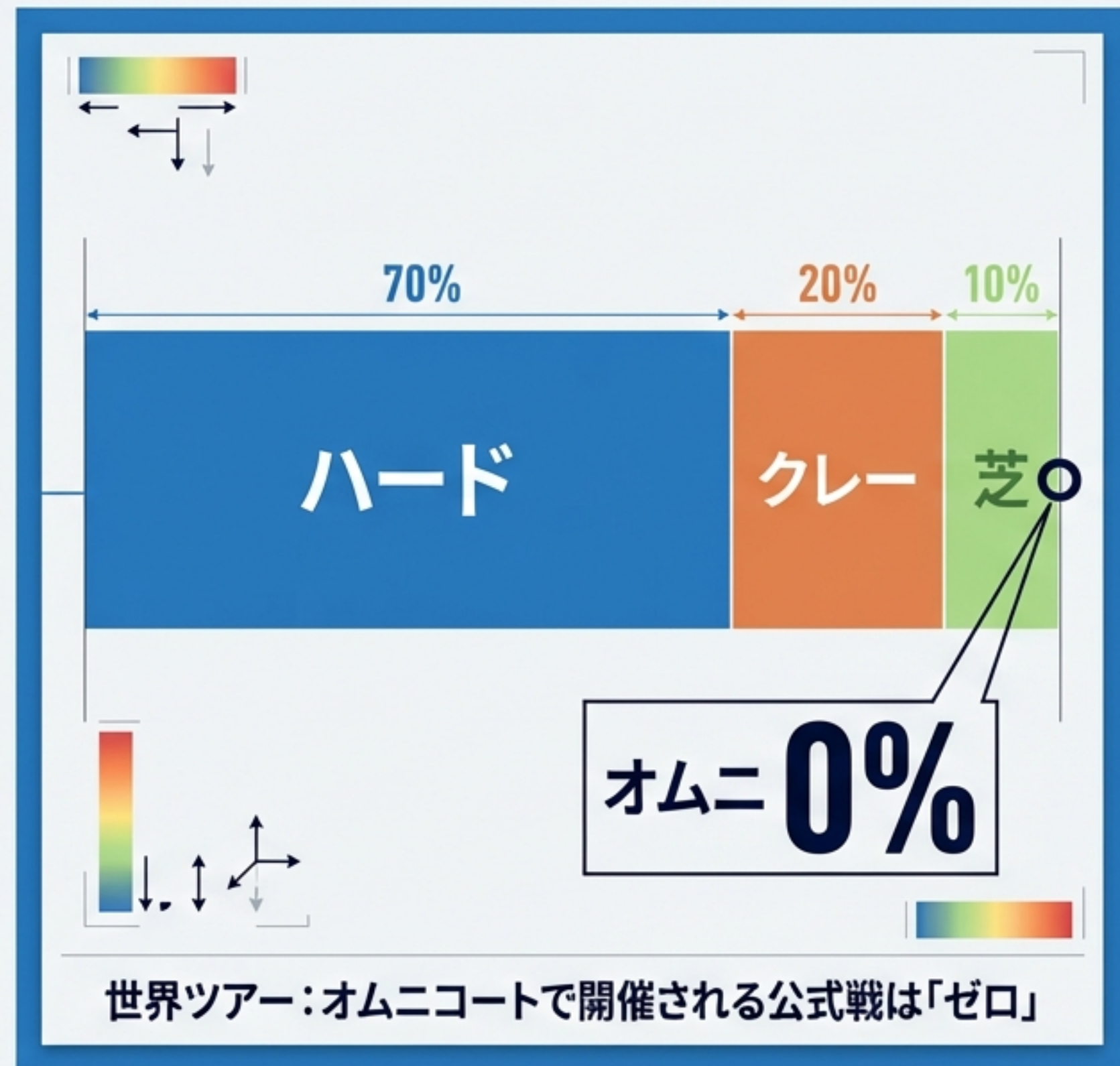
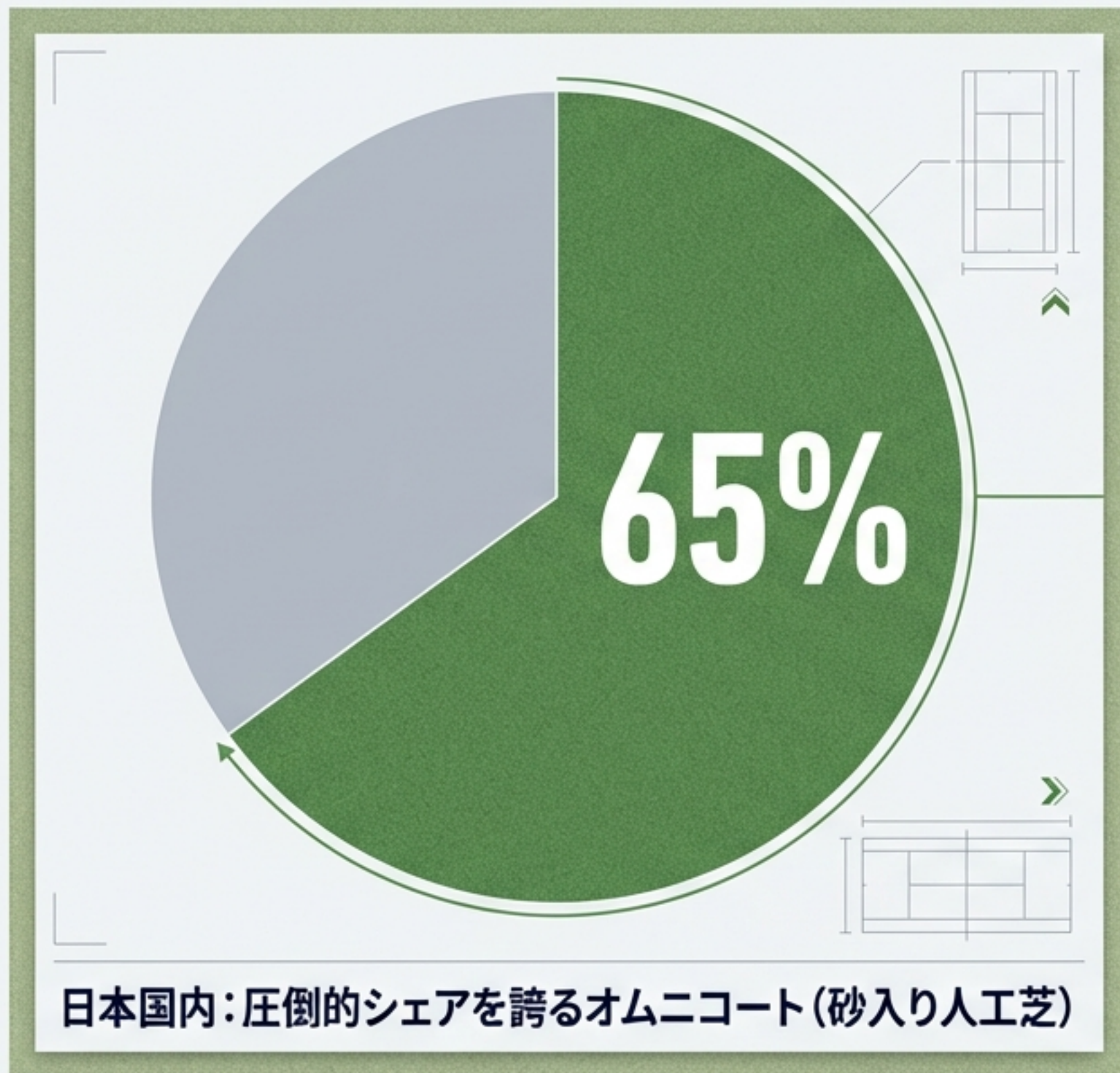


# 【世界と真逆の選択】 なぜ日本のテニスコートは 「オムニ」ばかりなのか？

---

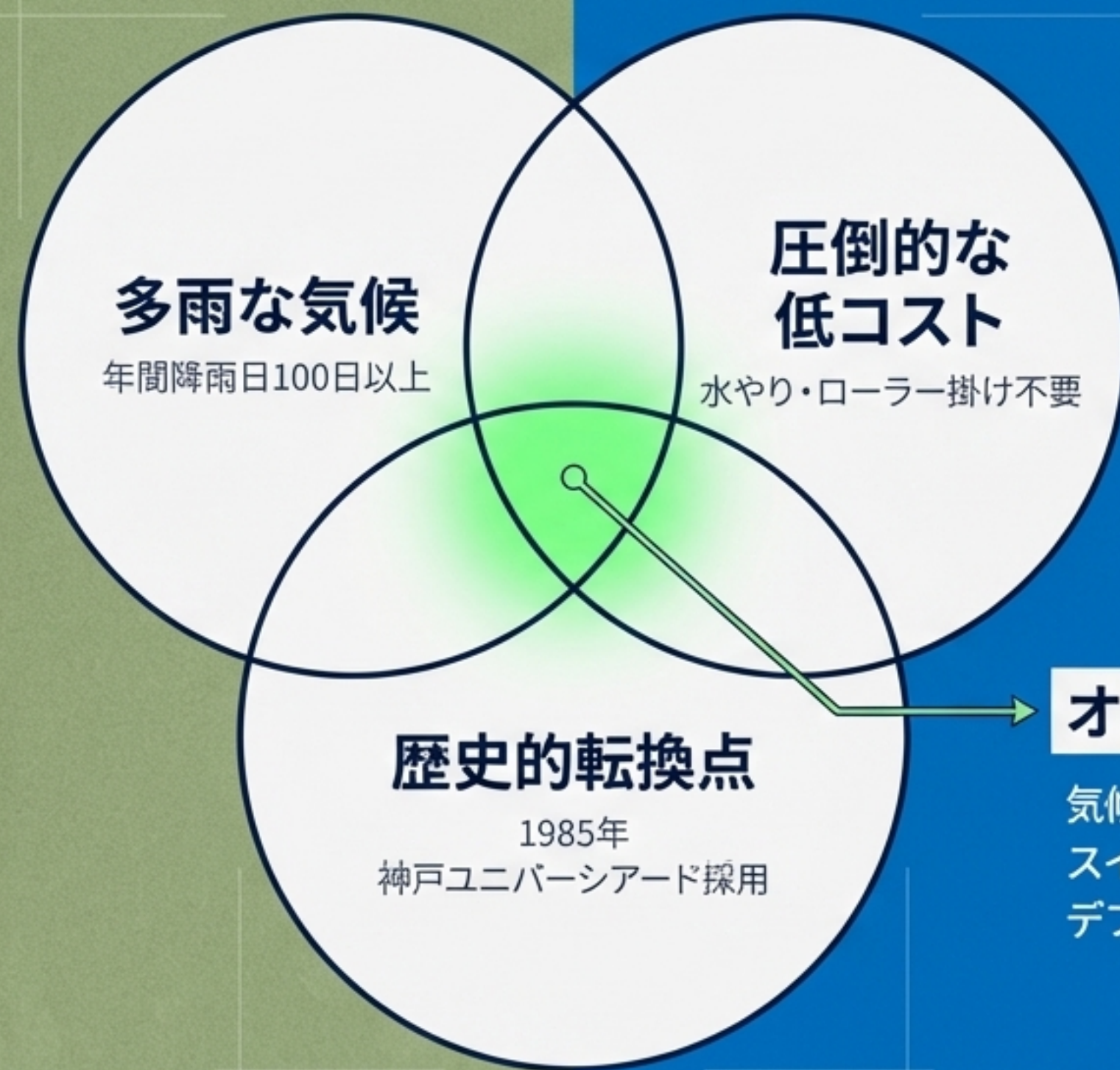
ガラパゴス化した育成環境が  
「技術」「戦術」「身体」に与える影響の徹底解剖

# 普及率65% vs 世界基準0%の異常なコントラスト



なぜ日本だけが、  
世界に存在しないコートで  
未来のプロを育てているのか？

# 「全天候・低コスト」が生んだ歴史的必然






## オムニコートの大規模普及

気候、コスト、歴史の3要素が重なるスイートスポットとして、日本独自のデファクトスタンダードが完成した。

# 生涯スポーツとしては最高、競技スポーツとしては最悪




[Target: 初心者・一般層]

評価：★★★★★

-  **ラリーが続く**  
(球速と弾みが落ちるため)
-  **足腰への負担減**  
(人工芝のクッション性)
-  **雨でもプレー可能**  
(予定が組みやすい)

[Target: 上級者・プロ志望]

評価：★☆☆☆☆

-  **守備的戦術の固定化**  
(つなぐテニスへの依存)
-  **フットワークの誤魔化し**  
(滑ることで足がサボる)
-  **攻撃力の欠如**  
(決定打・ウィナーが出にくい)

# フットワークの生体力学:「滑る」オムニ vs 「止まる」ハード

## 滑らせて調整する



主要な稼働筋肉:  
大腿四頭筋・内転筋



前方運動量の横滑り

## 止まって踏ん張る



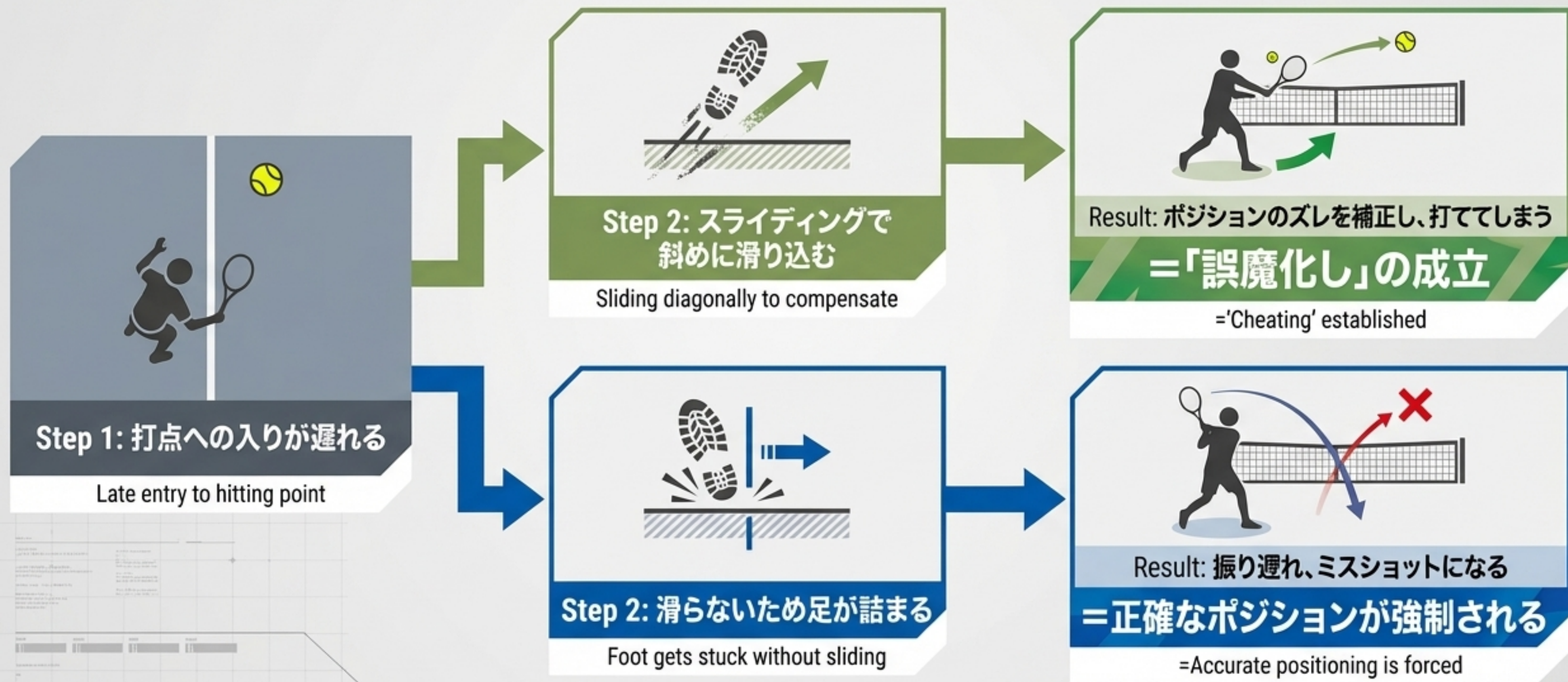
主要な稼働筋肉:  
臀筋・ふくらはぎ



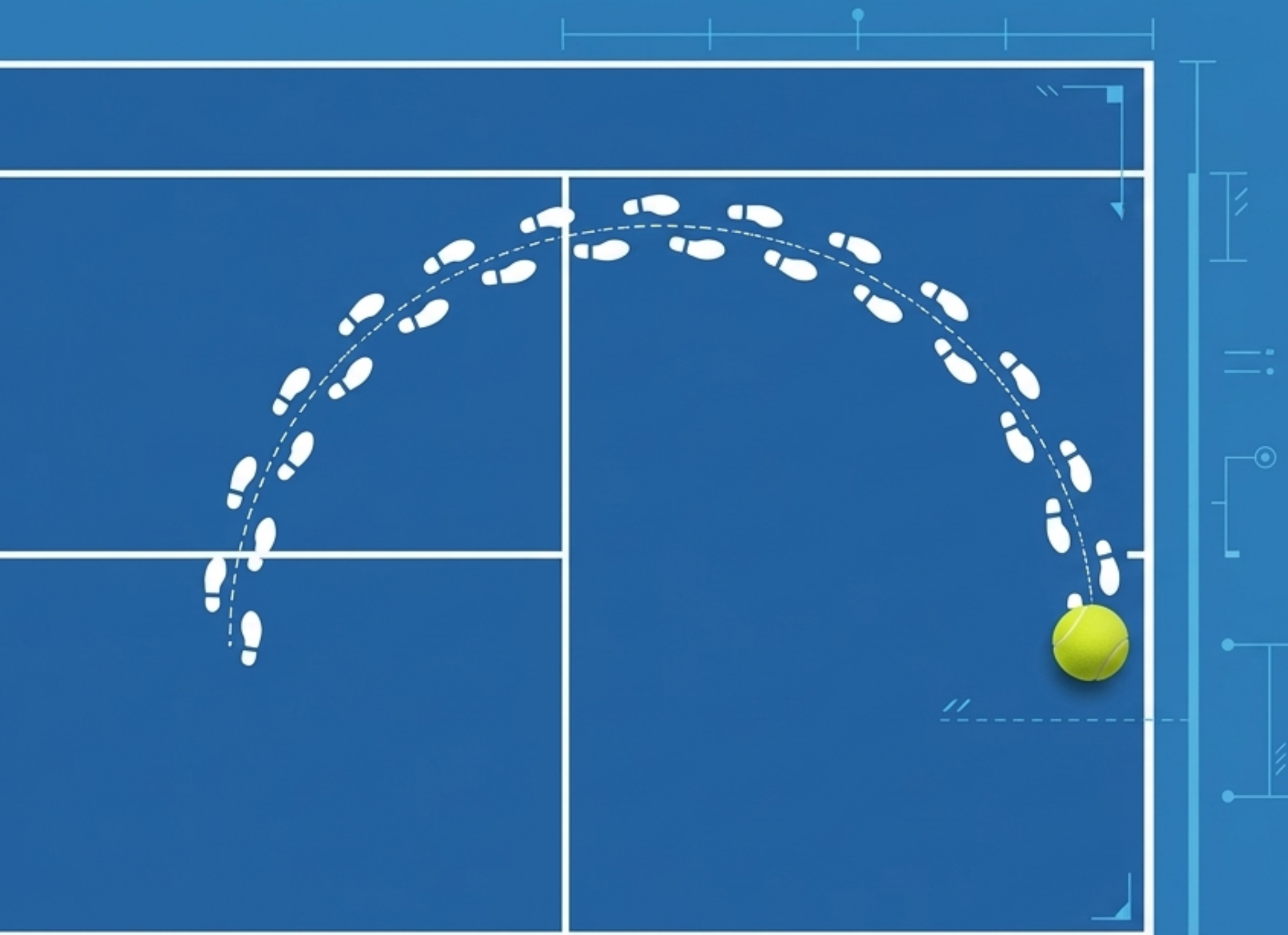
反発力

地面反力

# オムニコートが助長する 「フットワークの誤魔化し」プロセス



# ハードコートが強いる「1歩ごとの正確性」



## Point 1

滑れない環境が、  
細かいアジリティ（俊敏性）  
を自然に育成。

## Point 2

ボールの「真後ろ」にピタ  
リと入るクイックステップ  
の習得が必須。

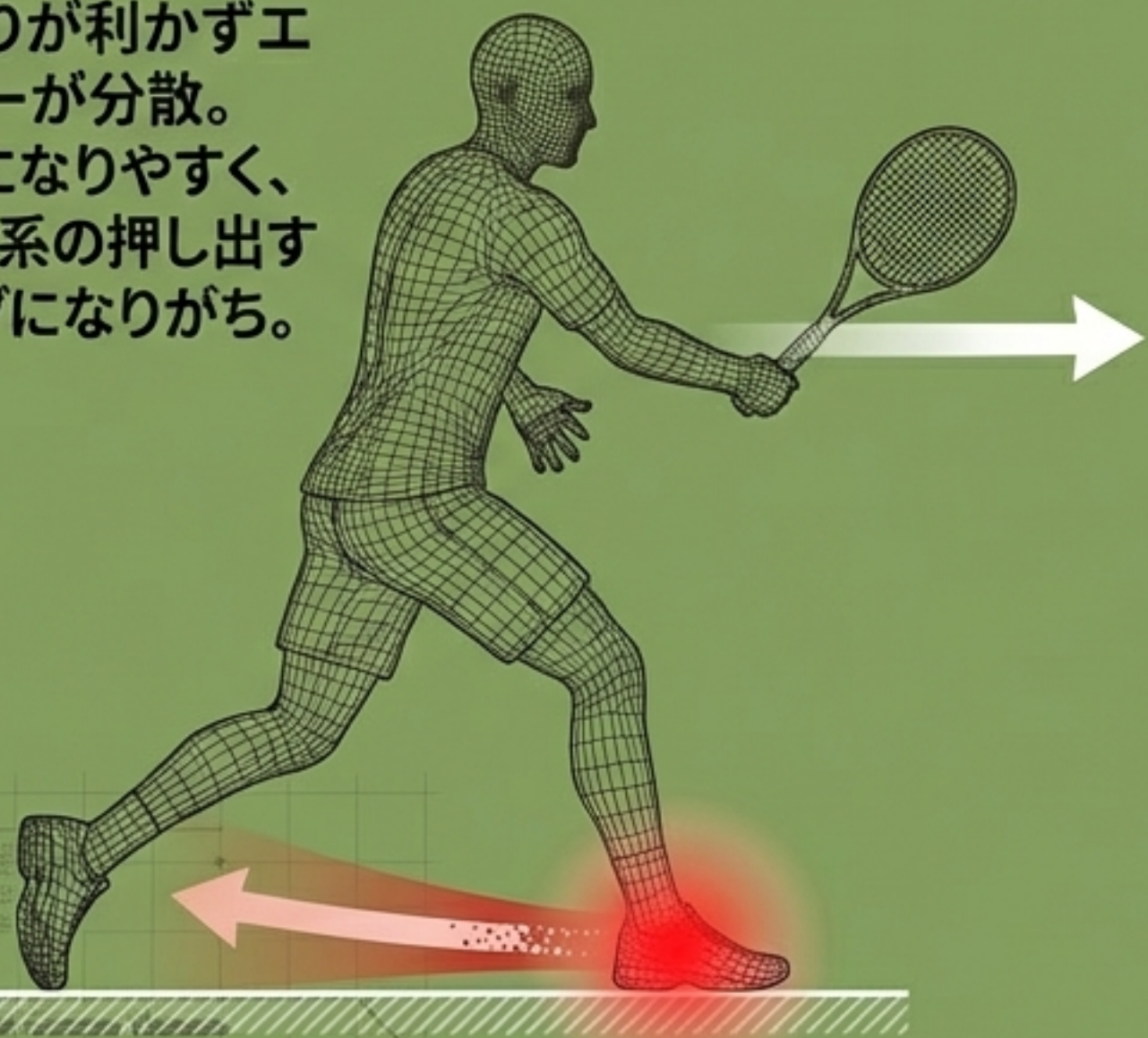
## Point 3

テイクバックを素早くし、  
前に入って打つライジング  
対応力が磨かれる。

# 力の伝達効率：足元が流れるか、地面を蹴り上げるか

## オムニ：足が流れる

踏ん張りが利かずエネルギーが分散。手打ちになりやすく、フラット系の押し出すスイングになりがち。



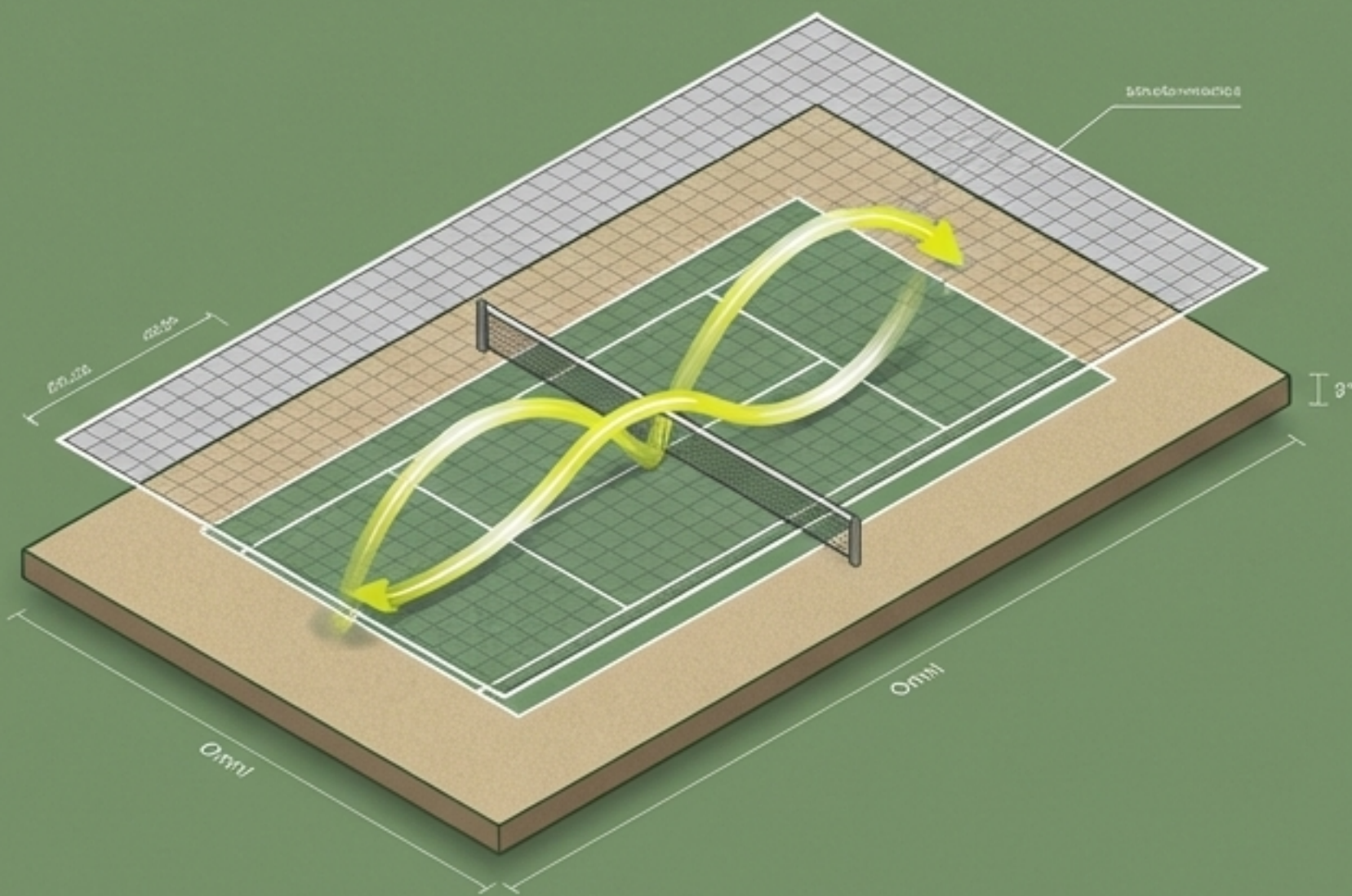
## ハード：地面を蹴り上げる

足元が固定されるため、体重移動と回転力が最大化。威力のある重いスピンボールが打てる。



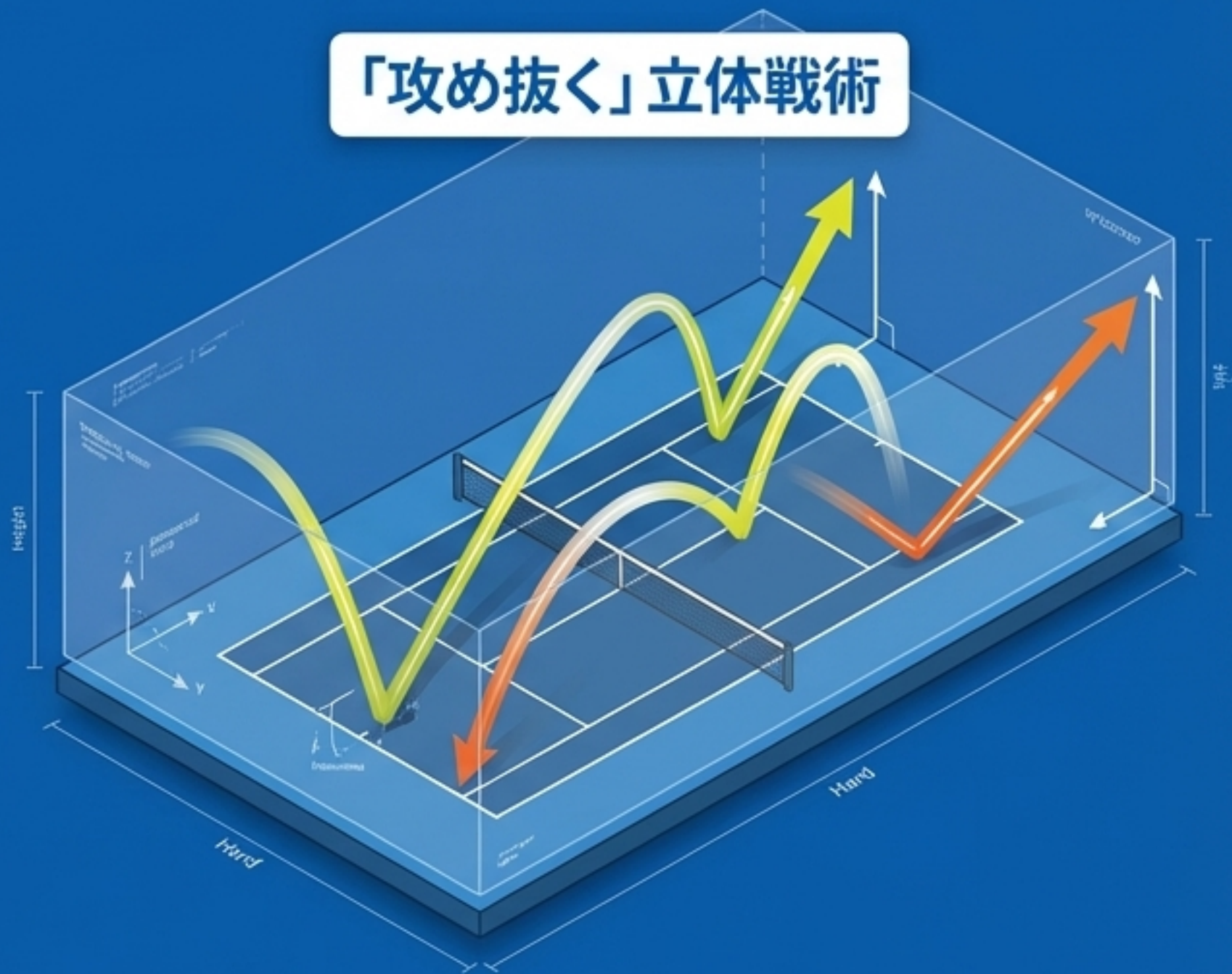
# 戦術の進化:「平面」で守るか、「立体」で攻め抜くか

## 「つなぐ」平面戦術



ボールが失速し弾まないため、エースが出にくくミスを待つラリーになりがち。

## 「攻め抜く」立体戦術



バウンドが高く素直なため、縦の軌道と空間を使い、自らエースを狙う攻撃が可能。

# 「オムニ依存」がもたらす国際舞台での致命的ハンデ

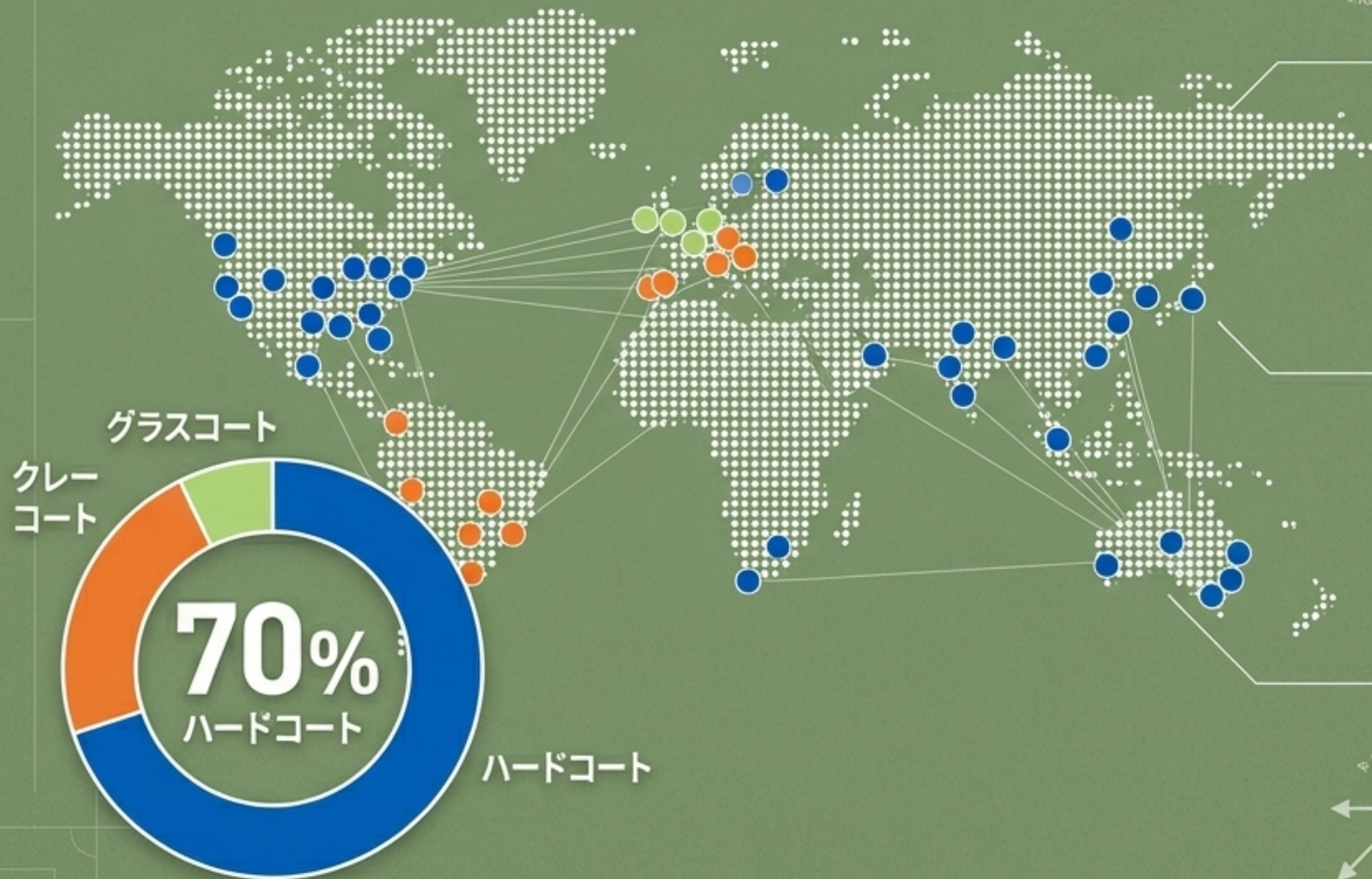


伊達公子氏の修士論文(2021年)での  
核心的指摘。

オムニで育つと「つなげば勝てる」とい  
う守備的戦術がDNAに染み付く。

世界基準(ハード・クレー)で求められ  
る「正確なポジショニング」「攻撃的な  
ショット」「踏ん張って打つ技術」が  
決定的に不足する。

# 世界ツアーの7割を占める 「ハードコート」の要求スペック



全豪・全米オープン、  
ATPマスターズの  
約7割がハードコート。



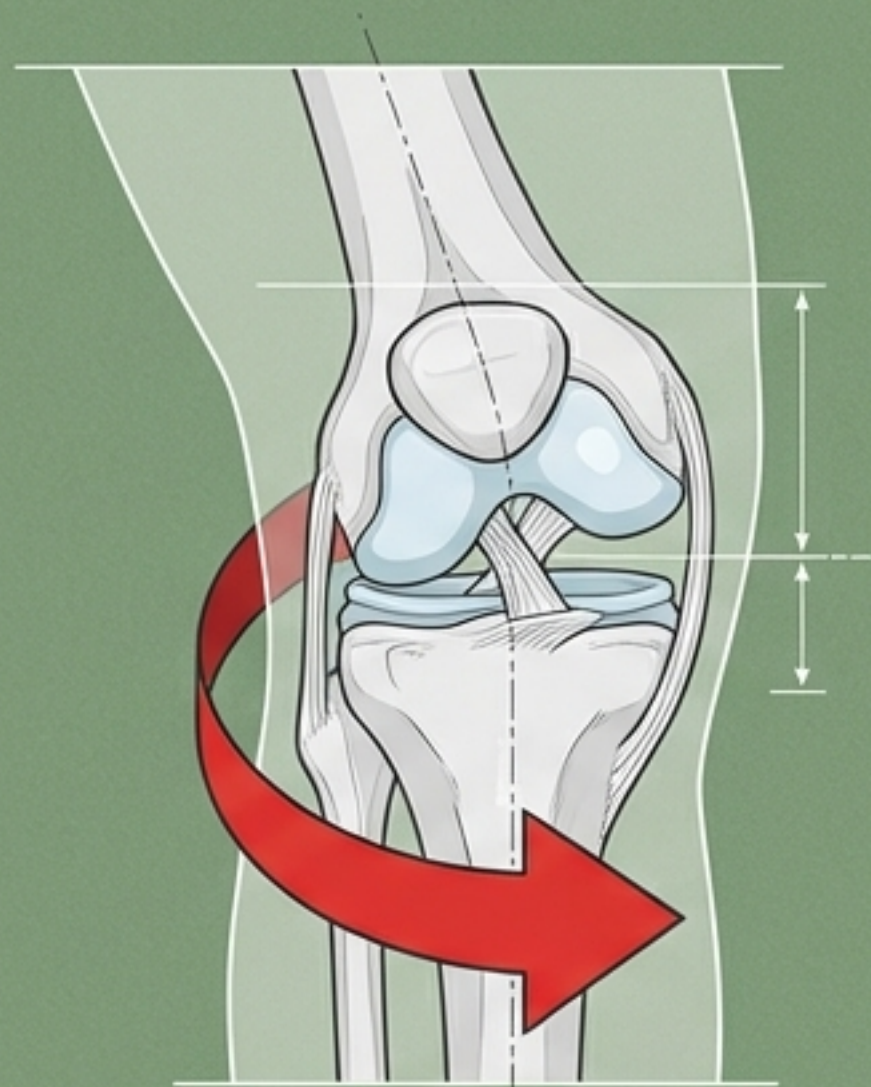
バウンド後の球速が落ちず、  
打ったボールの質が  
「正直に」反映される。



後ろの広いコート空間を  
使いこなし、サーブ&ポレーなど  
オールラウンドな技術が必須。

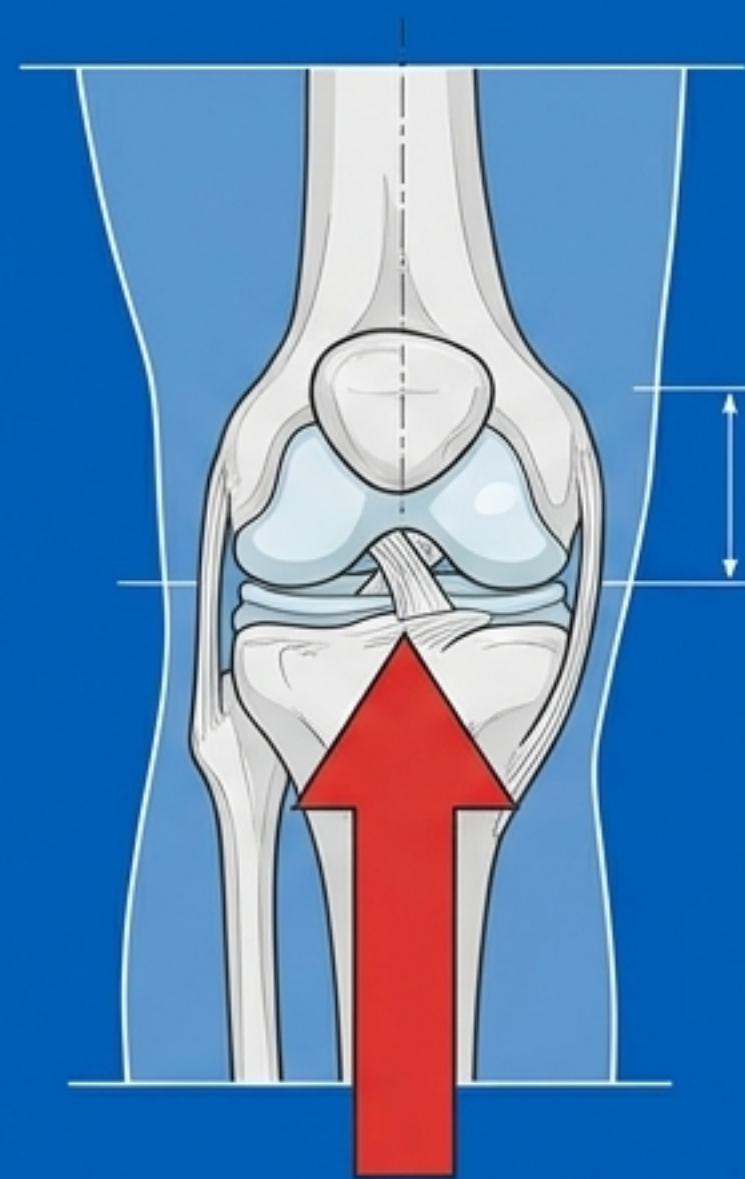


## 身体への負荷:「ねじれ」のオムニ vs「垂直衝撃」のハード



### オムニ：ねじれ・横ブレ

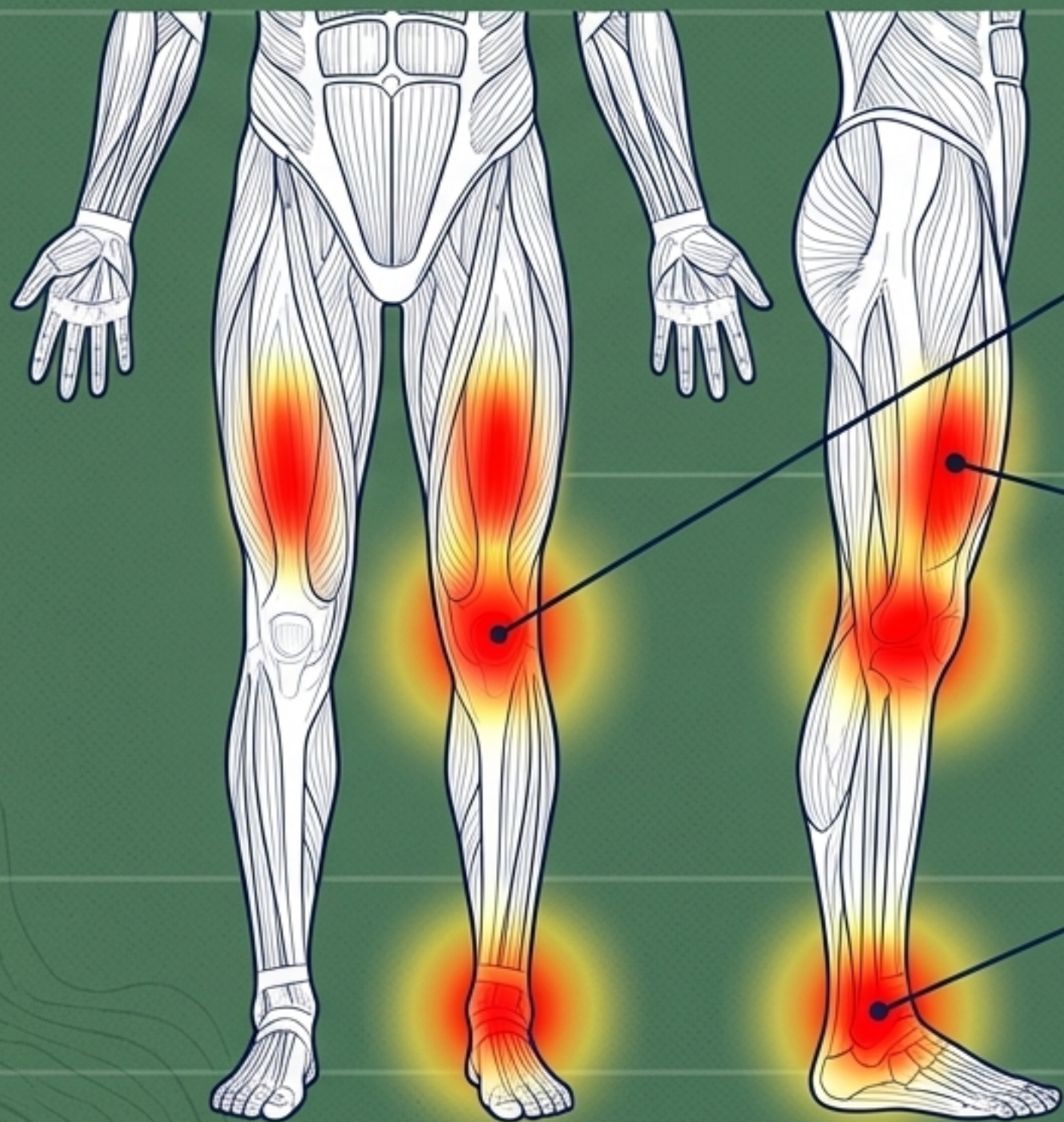
スライディングによる横方向の負荷が靭帯に集中する。



### ハード：垂直衝撃

着地時に体重の3～5倍の衝撃が関節に直接突き抜ける。

# 人体マッピング：オムニコート特有の故障メカニズム

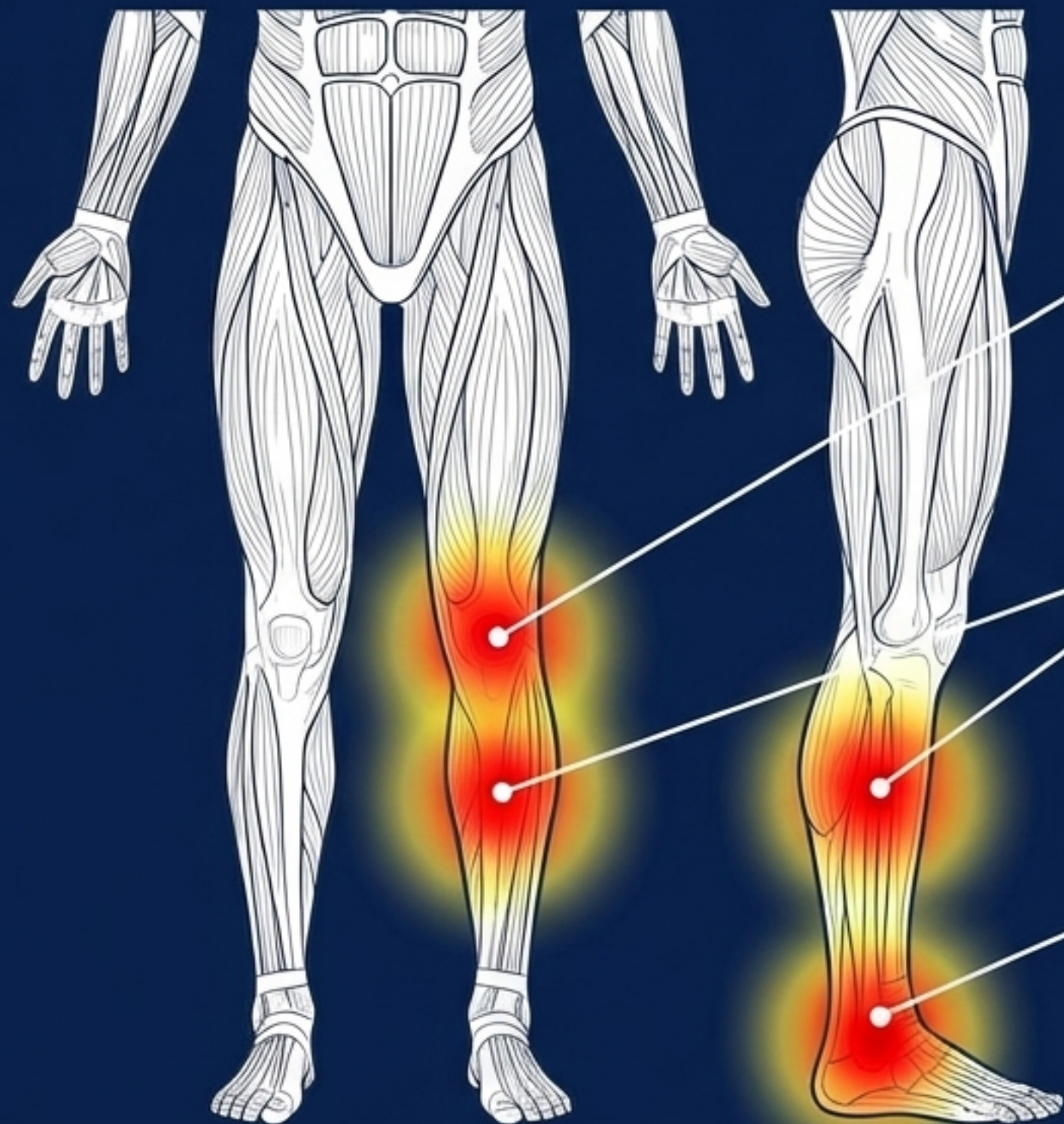


**膝の内側（内側側副靭帯）：**  
横ブレとスライディングによるねじれ負荷。

**太もも（大腿四頭筋・内転筋）：**  
滑りを制御し続けるための持続的緊張。

**足首：**  
砂上の不安定な足場による捻挫リスク。

# 人体マッピング：ハードコート特有の故障メカニズム



**膝の皿（膝蓋大腿関節）：**  
踏ん張り時の圧迫と強い垂直衝撃。

**すね・ふくらはぎ（シンスプリント）：**  
急激なストップ&ダッシュの蓄積疲労。

**足裏・アキレス腱（足底筋膜炎）：**  
硬い地面から突き上げる衝撃の蓄積。

# 育成環境としての「サーフェス診断マトリクス」

要素	オムニコート	ハードコート
フットワーク	スライディングで誤魔化せる	1歩ごとの正確な ポジショニング必須
ショットの威力	力が逃げやすくフラット中心	踏ん張りで体重移動を最大化
基本戦術	平面的なラリー・守備的	立体的な弾道・攻撃的
故障の性質	ねじれ・靭帯への負荷	垂直衝撃・関節への蓄積疲労

# ハードコート練習の本質的な価値

練習で  
誤魔化さない

=

試合での  
圧倒的な余裕

- オムニでの試合が控えていても、ハードコートで練習する意味がある。
- 誤魔化しの効かない環境で自分を追い込むことで、全全体の底上げが図れる。
- 週1回のハードコート練習だけでも、戦術理解とショットの質は劇的に向上する。



# オムニ環境下でもできる 「世界基準」への意識改革



## 1. あえて滑らない

フットワークを正確に踏み、踏ん張って打つ癖をつける。



## 2. クイックステップの徹底

ボールの真後ろに細かく刻んで入る意識を持つ。



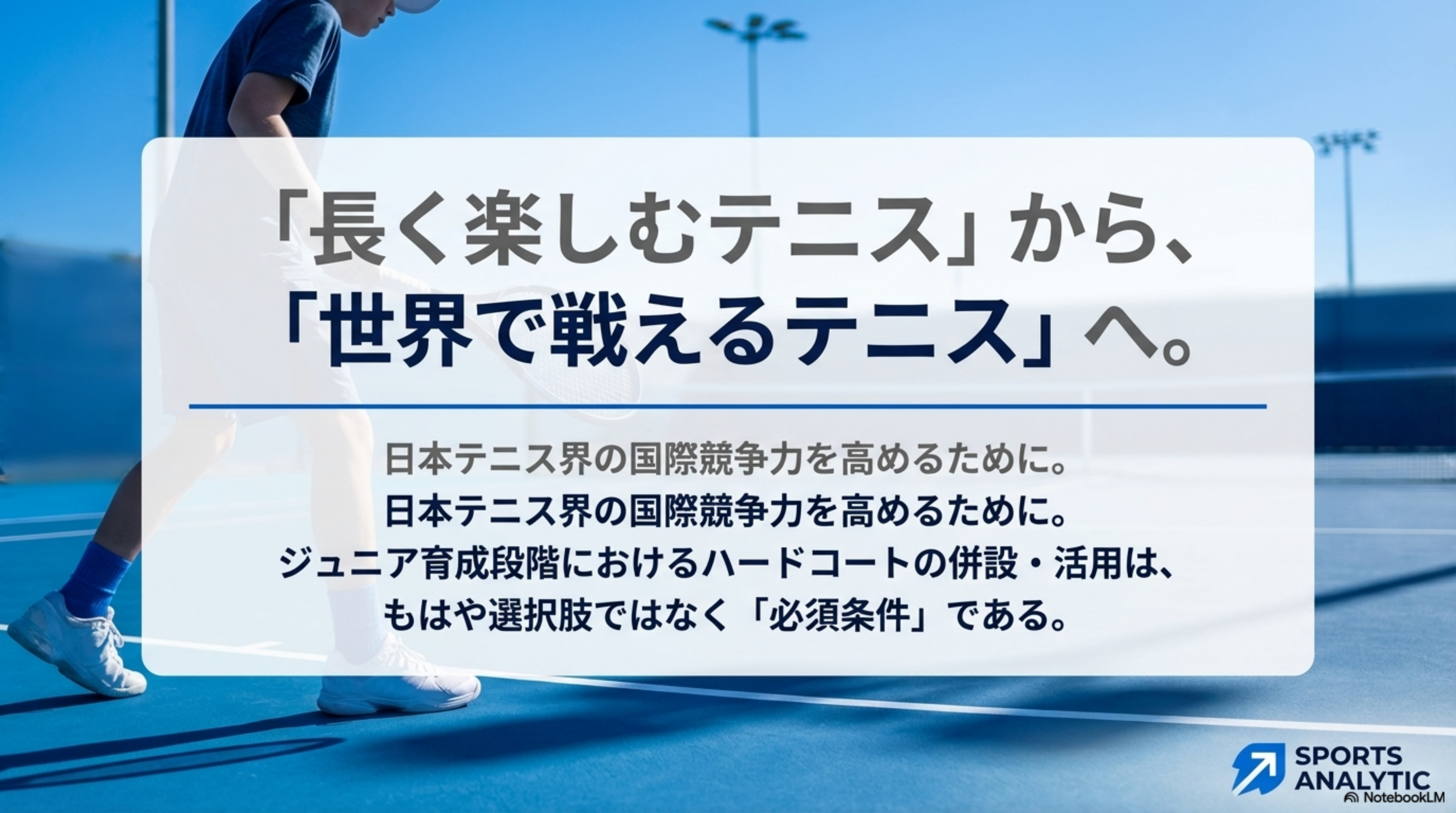
## 3. 攻め抜く意識

つなぐだけでなく、自らポイントを取りにいく立体的な配球。



## 4. 適切なシューズ選択

過度な滑りを防ぐソールの選択と、衝撃吸収インソールの活用。



# 「長く楽しむテニス」から、 「世界で戦えるテニス」へ。

日本テニス界の国際競争力を高めるために。  
日本テニス界の国際競争力を高めるために。  
ジュニア育成段階におけるハードコートの併設・活用は、  
もはや選択肢ではなく「必須条件」である。