

ディスクゴルフ



1 活動のねらい

仲間と協力し、創意工夫しながら活動を楽しむことで、グループ内での親睦を深めます。

2 活動の概要

年齢を問わず、手軽に楽しめる軽スポーツです。ディスクを投げ、ホールポスト（金属性のスタンド）に、いかに少ない投数で入れられるかを競い合います。



3 人数・時間・場所

- (1) 人数 50名以内
- (2) 対象 年齢は問いません。
- (3) 期間 5月～10月
- (4) 時間 2時間程度
- (5) 場所 交流の家敷地内（車庫前に集合して、スタート）

4 準備する物

区 分	内 容
団 体	・雨具 ・帽子 ・水筒など（水分補給用） ・タオル
交流の家	・コース図 ・スコア表 ・筆記用具（各班1） ・ディスク …車庫前

5 引率者の役割

係 名	人数	役 割
代表責任者	1名	全体の総括、指揮、連絡にあたる。
パトロール係	数名	コースを巡回し安全と事故防止に努める。

6 交流の家職員の役割

- ・ 物品の貸し出しを行います。
- ・ 活動前に、活動のねらい、概要、安全管理について、代表に説明を行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内 容
物品借用	・代表者が、コース図・スコア表、用具（ディスク、かご）を借用
ルール説明	・代表者がスタート地点で、ルール、安全管理について全体説明
活動開始	・パトロール係は巡回指導
活動終了	・全員ゴールを確認し、事務室へ報告 ・用具は、職員立ち会いのもと車庫へ返却

8 実施上の留意点

草むらや林の中では、危険箇所や危険な動植物に十分注意してください。