

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（レストラン前～冒険の森）



4 準備する物

区分	内容
団体	・帽子 ・水分 ・タオル ・雨具
交流の家	・コース図 ・スコア表 ・筆記用具 ・ディスク …車庫前にて貸出

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、安全管理、連絡、説明、用具の返却
パトロール係	数名	・コースの巡回、安全指導と事故防止

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、安全管理についての説明を代表者に行います。

7 活動の流れ

活動の流れ	内容
物品借用	・ コース図・スコア表、ディスク等の借用
説明	・ 団体代表者は、ルール、安全管理について説明を受ける
活動	・ パトロール係は巡回し安全指導
活動終了	・ 全員のゴールを確認し、採点 ・ 借用物品の返却、終了報告

8 実施及び安全管理上の留意点

- (1) 草むらや林の中では、危険な動植物に十分注意して活動してください。
- (2) 野外にふさわしい格好で活動してください。（長袖・長ズボン・帽子）
- (3) 雷活動度が2以上のとき、風速 10m/s 以上のときは屋内の活動に切り替えていただきます。また、熱中症アラートが出ている場合は、暑さ指数（WBGT）を確認して中止・休憩等の判断をお願いします。
- (4) パトロールでマウンテンバイクを使用する場合は、ヘルメットを着用してください。また、活動中に起きた事故やけが、その他のトラブルに関して当施設では一切の責任を負いかねます。