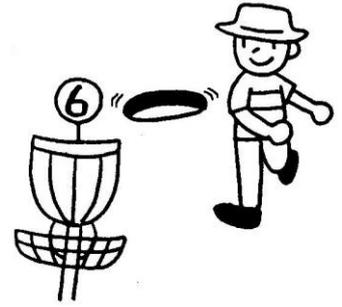


スポーツ

ディスクゴルフ



5~10月

時期



小学生~

対象



1時間~

時間

活動紹介

ゴルフボールのかわりに、やわらかいフライングディスクを用いるため、子供から高齢者まで幅広い層の方が楽しむことができる手軽なスポーツです。

事前準備（持ち物）

1. 団体 救急道具 筆記用具
2. 個人 野外活動に適した服装や靴 雨具 帽子
 虫よけスプレー（ 飲み物）
3. 施設 用具一式 スコアカード
 指導用資料【資料 29】

実際の活動（例）

《実施日まで》

1. ネイバル職員と打合せ（活動内容説明）
2. 活動場所の下見
3. 引率者による事前指導（グループ分け）
4. 事前準備、確認

《当日》

1. 活動場所の確認
2. 実施判断
・天候、体調、活動場所の状況等をもとに
3. 用具貸出
4. 活動実施
・活動の流れ、安全、用具の説明
5. 用具返却

指導・安全確保

1. 引率者が、指導や安全確保を行う
 - ・人数や体調の確認をこまめに行う
 - ・準備運動をしっかり行う
 - ・ルールや実施方法については、引率者が事前に確認し、指導できるようにしておく
 - ・スズメバチやダニなどに刺されないよう注意する※別紙資料を事前に確認し、指導に活用する

留意点

1. ディスクが筐やぶの中に入った場合は、ダニに刺されるおそれがあるため、引率者が取りに行く



初めての方でも安心の6ホール



一番遠い人からディスクを投げる



ディスクが入れば、気分は最高！



活動をした方の声 「ディスクゴルフは、体力に自信のない私にもピッタリのスポーツだった」