

ディスクゴルフ (DG)

概要・教育的効果

ゴルフのボールの代わりにフライングディスクを使用し、バスケット型の専用ゴールに、何投で投げ入れることができるかを競うスポーツです。自然の中で活動する爽快感を味わうとともに、ディスクを思い通りに投げる操作性を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※小雨実施可				
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	各コース1名以上		
対象・人数 班編成等	①小学生以上, 10～200名まで ②各班4～7名程度が適当, 3コース合計27班まで <コースについて>				
	コース名	コースの特徴	ホール数 (ホール番号)	距離	所要時間
	緑の広場	芝生・松林	9 (No. 1～No. 9)	410m	約50分
	桜の森	桜の木・低木	9 (No.10～No.18)	370m	約40分
	チャンピオン	松林	9 (No.21～No.29)	335m	約40分
実施場所	青少年交流の家敷地内				
所要時間	準備, 後片付けの時間を含めて3時間程度				
経 費	無料				
当施設が貸し出すもの	フライングディスク (5色), コース図, スコアカード, バインダー				
各団体で持参するもの	動きやすい服装 (チャンピオンコースは原則, 長袖・長ズボン), 帽子, 活動用靴, 虫よけ, 雨具 (傘は不可), 鉛筆, 飲料水				

2 標準的な日程 (午後の活動は, 13:20～16:30で下表参照)

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
8:50～9:00	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ, 用具借用
～9:00	集 合	引 率 者	玄関前整列指導, 活動者掌握
9:00～9:20	説 明	引 率 者	概要説明, 実技指導, 安全指導
9:20～11:30	実 技	引 率 者	巡視, 活動者掌握, 緊急対応
11:30～12:00	後片付け	引 率 者	用具個数, 破損の有無の確認, 回収, 返却 事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 班ごとに各ホールに分かれて同時にスタートすると効率的です。
- (2) 各コース, 基準以上の得点を出した活動者には, 認定証を発行しますので, 活動後速やかにスコアカードを事務室へ提出してください。

ナイトアドベンチャー（NA）

概要・教育的効果

暗闇の中を仲間と協力して指定のポイントを探し、各ポイントに設置されている点数カードを集めます。夜の自然環境を体感するとともに、仲間との信頼関係を高めることができます。



1 活動計画立案にあたって

期 間 等	3月～11月 ※雨天実施不可		
指 導 形 態	自主活動 ※職員が引率者へ事前説明	引率者数	4名以上
対象・人数 班編成等	①小学校5年生以上，10～200名まで		
	②各班4～7名程度が適当，1コースにつき30班まで		
	＜コースについて＞		
	コース名	コースの特徴	ポイント数
G	ディスクゴルフのポストがポイント	12	
T	敷地内の樹木がポイント	12	
実施場所	青少年交流の家敷地内		
所要時間	活動は1～2時間程度，別途引率者は準備，後片付けのため各30分程度必要		
経 費	無料		
当施設が貸し出すもの	点数カードセット，点数記入一覧表，ポイント配置図，点数カード入れ，ゼッケン		
各団体で持参するもの	懐中電灯：各班2個以上（できれば各自1個），動きやすい服装（原則，長袖・長ズボン），活動用靴，腕時計（各班1つ），引率者用時計，鉛筆，虫よけ		

2 標準的な日程

時 間	活動の流れ	役 割	内 容
16:30～16:40	打 合 せ	職 員 引 率 者	職員との打合せ，用具借用
16:40～17:30	準 備	引 率 者	コース確認，点数カード等設置
19:20～19:30	集 合	引 率 者	玄関前整列指導，活動者掌握，実技指導，安全指導
19:30～21:00	実 技	引 率 者	巡視，活動者掌握，緊急対応
21:00～21:30	後片付け	引 率 者	用具個数の確認，回収，返却（翌朝でも可） 事務室に終了の報告

3 実施上の留意点

- (1) 照明のない場所での活動ですので，安全指導・管理を徹底してください。
- (2) 他の利用者の迷惑にならないよう，注意してください（テントサイト・営火場等）。