



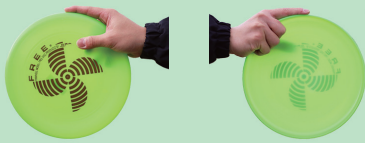
●フライングディスクとは

フライングディスクは、円盤状のプラスチック製ディスクのことで、直径20～25cmのものが主流です。

投げ方(バックハンスロー)

○握り方

- 1 人差し指の第一関節をディスクのふちにあてる。
- 2 親指はディスクの表面におく。
- 3 残りの指はディスクのふちを包み込むようにしっかりと握る。



○投げ方

- 1 目標に対して、体を横に向けて立つ。
- 2 手首を曲げて、ディスクを巻き込むように腕を後ろに引く。
- 3 手首の返しを利かせて投げ出す。



●ディスクゴルフとは
フライングディスクを用いた世界公認の11種目のひとつで、各ホールに設けられたバスケット型の専用ゴールにフライングディスクを入れるまでの投数の少なさを、通常18ホールの合計スコアで競います。

- 1 1 投目はスタートラインの後ろから投げ、2 投目からはディスクが止まった地点から投げます。
- 2 ディスクは転がしたり滑らせてもよく、複数のディスクを状況に応じて使い分けることもできます。

●無料で体験できます
霧島ヶ丘公園には、日本ディスクゴルフ協会公認のコースがあり、無料で楽しむことができます。フライングディスクの無料貸し出しもありますので、家族やグループで体験してみませんか。
霧島ヶ丘公園管理事務所
Tel. 0994-40-2170

●ディスクゴルフのルール



みんなでも楽しめる
ディスクゴルフ!

編集後記



た まに家族で出掛ける霧島ヶ丘公園。いつも芝生でくつろぎ景色を眺めながらゆっくり過ごしています。今度はみんなで楽しめるディスクゴルフに挑戦してみよう。(徳永)

け ろりとしていた子どもが急変し、緊急入院になる現場を経験した助産師の原田さん。色々な話を聞き、家族をサポートする助産師さんの熱い心を感じました。(櫛間)

の んびり過ごすことが多いという永田さんは、胡蝶蘭の花言葉「幸福が飛んでくる」を知って入社を決意。ちなみに胡蝶蘭を曲げるのは日本だけだそうです。(上古殿)

の 春、鹿屋工業高校を卒業し、東京の大学に進学する荒竹一真さん。大きな夢に向かい、自らを鍛え上げる姿を、遠く離れた鹿屋の地からこれからも応援します。(池之上)

お便り&メッセージ

.....×キリトリ線.....

ご協力ありがとうございました。

ご応募の際にご記入いただきました個人情報、抽選・賞品(賞品引換券)の発送・アンケート統計以外の目的で使用することはございません。