

# グラウンドゴルフ

国立三瓶青少年交流の家

# グラウンドゴルフとは？

鳥取県東伯郡泊村生涯スポーツ活動推進事業の一環として、昭和57年に泊村教育委員会が中心になり考案されたゴルフです。

高度な技術を必要とせず、しかも全力を出す場面と、集中力や調整力を発揮する場面がうまく組み合わせられており、ルールもごく簡単なことから、初心者でもすぐに取り組めます。

# 研修の流れ

※職員による事前指導はありません。団体による自主運営で実施してください。

## ①プログラム確認表の事前提出

入所日の前日までに「プログラム確認表」の提出をお願いします。また、本資料やプログラム要項を確認してください。

## ②道具保管場所（講堂下）に移動し、道具の場所を確認、必要な数だけ運びます。

## ③つどいの広場もしくは、講堂下に集合し、

参加者にゴルフのルールや気を付けるポイントを伝えます。

## ④終了後、道具を元の場所に戻してください。

# ◎グラウンドゴルフ ルール

- ・自分たちでスタートとゴールの場所を決めることができます。  
自分たちに合った距離を考えて場所を設定しましょう。
- ・4~6人を目安とした1グループでコースを回ります。
- ・班ごとにコースを作り、その場から活動をスタートし、順番にコースを回ります。
- ・ボールには色があるので、自分の使う色のボールを決めます。
- ・一人ずつ順番にボールを打ち、それぞれのコースでの打数を記録します。  
より少ない合計打でゴールできることを目指します。
- ・全てのコースを修了したときの合計打がいくつであったかで勝敗を決めます。

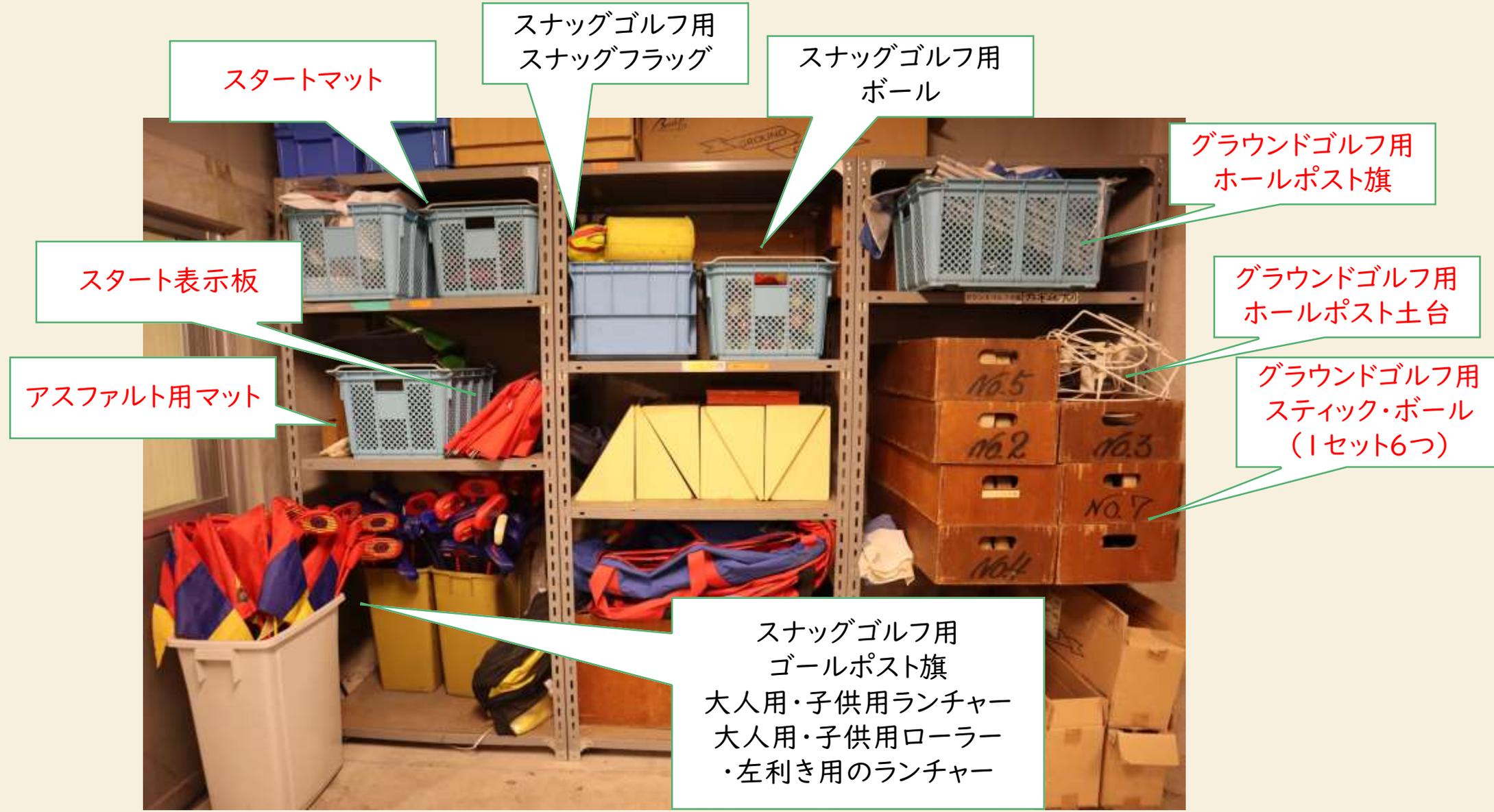
# 活動場所



①～⑦の芝生の上、または⑧のグラウンドで活動します。  
近くに車や人がいないことを確認してから活動してください。

# 道具保管場所（講堂下）

※グラウンドゴルフは赤字の道具を使います。



スタートマット

スナッグゴルフ用  
スナッグフラッグ

スナッグゴルフ用  
ボール

グラウンドゴルフ用  
ホールポスト旗

スタート表示板

グラウンドゴルフ用  
ホールポスト土台

アスファルト用マット

グラウンドゴルフ用  
スティック・ボール  
(1セット6つ)

スナッグゴルフ用  
ゴールポスト旗  
大人用・子供用ランチャー  
大人用・子供用ローラー  
・左利き用のランチャー

# グラウンドゴルフの道具



スティック・ボール(1セット6つずつ)



スタート表示板

# グラウンドゴルフの道具



アスファルト用マット



スタートマット

# グラウンドゴルフの道具



ホールポスト台・ポール  
(ポールは3本で1組)



台とポールを組み立てる。

# グラウンドゴルフ①

スタートマットの上にボールを  
セットします。  
これでスタート準備ができました。



スタート表示板をセット

良い例

# グラウンドゴルフ②



大きく振りかぶって打つと危険です。  
周りを見ながら力を入れすぎないように  
しましょう。

ボールを打つ方向に人がいないこと  
近くに人がいないことを確認してから打ちます。

悪い例

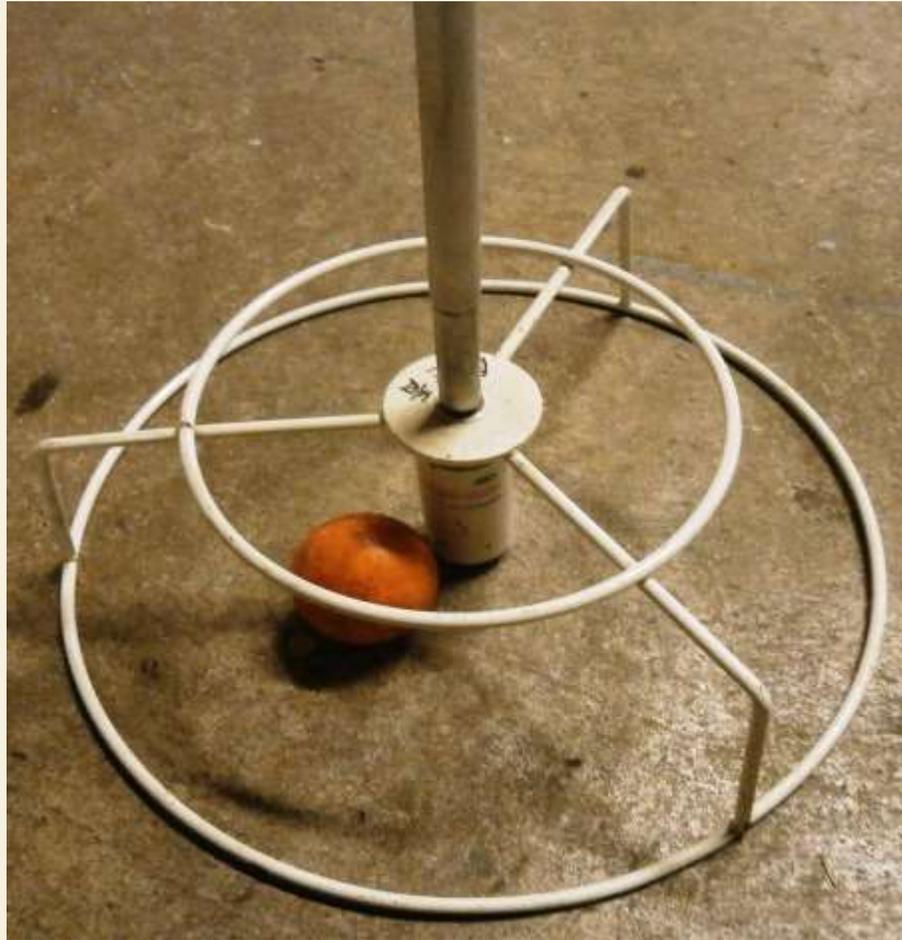
# グラウンドゴルフ③



ボールがアスファルトに出てしまった場合は、アスファルト用のマットを敷き、その上にボールをセットしてから打ちます。

良い例

# グラウンドゴルフ④



ゴール内に入って  
静止することを“トマリ”と言います。



スコア表をお渡しすることもできます。  
記録を取りながら、対戦しましょう！