



このディスクを投げて腕を競う。色やデザインはバラエティにとんでいる

◀ ● 風と不思議な浮遊感を感じられるスポーツ

ディスクゴルフ

欧米を中心に世界25カ国以上でプレーされているディスクゴルフ。老若男女、気軽に楽しめる理由から、近年普及しつつあるスポーツのひとつ。その競技方法は？ 魅力は？ 先日、岡山で開催された大会模様を交えながらディスクゴルフについて紹介していこう。

(文/村松達也 まとめ/編集部)

”ディスクゴルフ“という言葉を知っているだろうか？ 「ゴルフの一種？」 「ああニュースポーツの一つ」「大きい鳥カゴみたいなのに、フリスビー入れるやつだ」「どこかの公園でみたことあるなあ」……。

ディスクゴルフとはフリスビー(ディスク)でするゴルフのこと。クラブでボールを打つ代わりに、身体と腕でディスクを投げる。1ラウンドは18ホールなのでボールゴルフと一緒。また1ホールの基本はパー3(※1)。1ラウンドはパー54。コースにもよるが、シニアホールで30m、ロングホールでは100mを超えるものもある。ルールはほとんどボールゴルフ

スリー
※パー3……3投でゴール(ゴルフでいうカップインのこと)すること

鳥カゴのようなゴールに向かって投げる



青空と緑の中にカラフルなディスクが映える



ディスクゴルフの基本

ディスクゴルフは「フリスビー」のイメージとは違う。そのプレーを間近で見ると、ダイナミックで、激しくて、冷静で、美しいと感じる。テレビで見るゴルフのように、じっと静かに集中したあと、一気にパワーが爆発する。帽子が飛ばされるような風の中をまっすぐ突っ切って飛んで行くディスク。100m以上離れているバスケットに正確に投げ込んでいく技術。そこには数種類あるディスクの使い分けとその投げ方に秘密がある。

投げ方

基本的にはどのディスクを使用してもまっすぐ投げる。それができればどのディスクもコントロールできることになる。地面と平行に(重力に対して直角に)投げれば、スピードと回転の調節でストレートに飛んでゆくことになる。できるだけ遠くまで投げるため、正確に投げるため、障害物を避けるために、さまざまなテクニックを駆使する。ディスクは風の影響をとても受けやすいため、投げ方やスピードの調節など千変万化の対応が求められる。地形によっても風やディスクの特性を考えた投げ方が要求され、頭と身体をフル回転しなければいけない。



10m以内の距離からパットするときは、ディスクが止まるまで軸足を動かしたり、軸足より前に出てはいけない



ディスクの投げ方



身体全体を大きく使って、ディスクを投げる。
ディスクの持ち方、構え方、フォームは人それぞれ



フと同じ。ティーから投げ、ゴール（鳥カゴのようなもの）に何投で入れるか、投げた数の少ないほうが勝つ。ボールゴルフではクラブが色々とあるが、ディスクゴルフは、使用するディスクに工夫がある。まず「ドライバ」。これは遠くまで飛ぶが、方向がコントロールしにくい。次に「アプローチ」と「パター」。飛距離は出ないが、コントロールしやすく直進性に優れている。これらの特性をいろいろ備えたディスクがあり、その数は何十種類もある。飛ばしたい距離や風の向きなどによって、ディスクを選択してさまざまな投げ方を駆使し、競うのがディスクゴルフなのだ。

代にアメリカで最初の大会が開かれた。ディスクゴルフは1970年代にアメリカで最初の大会が開かれた。世界ディスクゴルフ協会（PDGA）が設立。日本でも1984年に東京でPDGAのトーナメントが開催、日本ディスクゴルフ協会（JPDGA）が発足した。

うに飛んでいく。JPDGAによると、日本では2010年度で28の公式戦が開催され、競技者は全国で約20000人、愛好者は約1万人以上と言われている。岡山での歴史は古く、14年前から大会が開催されている。中国四国地方でのJPDGA公式戦は、新見市大佐での「中四国オープン」と、四国・高知で開催される「高知オープン」の2大会がある。また兵庫県加古川市でも古くからディスクゴルフコースが整備され、大会も年に1回の公式戦（関西オープン）と1・2回の地域大会が行われている。鳥取市でも毎年10月に地域の大会が開催されている。

ディスクゴルフ用語 ディスクゴルフにも他のスポーツ同様、独自の用語がある。それについて簡単に紹介しよう。

ディスク

使用するディスクは主にドライバー・アプローチ・パターに分けられる。長距離ドライバーになると人によっては、180m以上投げる選手もいる。向かい風や追い風な

ど、風から受ける影響はボールゴルフより大きく、風の読みも選手の力のひとつ。自分の飛距離や得意な投げ方を工夫し、風を読むことも大きな魅力。

●ディスク説明

ドライバー（長距離）
80m以上

ドライバー（中距離）
50m～80m

アプローチ・パター
50m以下

パーティ

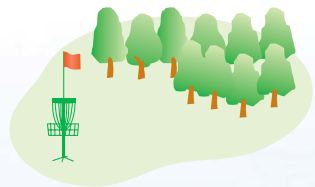
ラウンドは普通3～4人のパーティで行う。OBかどうかの判断や、スコアリングなど、パーティはプレーの公正さを保ち楽しくラウンドするための大切な仲間。

ティー スロー

決められたティー（白線内）からスローするが、助走してもよく、投げ終わるまでティーを越えてはいけない。



第13回中四国オープン ディスクゴルフトーナメント



10/23(土)24(日)

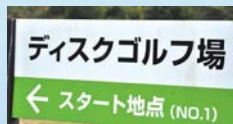
岡山県新見市大佐にある風の聖域ディスクゴルフコースで開催された今大会。プロとアマの2部門に分かれ、プロ部門は土日の2日間で72ホール、アマ部門は日曜日のみ27ホールで競う。プロといっても、それだけで生活できる選手はいないが、競技者登録をして、世界大会への参加や優勝を狙うレベルの選手もいる。一方アマ部門は年齢層が高め。というのも地域の老人会でサークルを作って楽しんでいるところがあるからだ。そんな幅広い年齢層の人が参加した大会を振り返ってみよう。



大会会場は新見市大佐の大日高原。パラグライダーのメッカとして有名



道路を挟んで百メートル近くも先の芝生にあるゴールを狙う。コースを反れて人の近くに飛ばせばゴルフと同じく「ファーツ!!!!!!」と叫ぶ



パーティ仲間とはスローの時以外、あれこれ談笑をし、にこやかな会話が繰り広げられる

今回のトーナメントは13年続いている。けれど一般にはほとんど知られていない。その理由は、一度に参加できる人数が少なく、またメディアで紹介される機会が少ないからだ。だが、リピーターは多いので、大会のコースは毎年デザインとレイアウトが新しくなる。今年是最長ホールが210m。最短ホールは63m。どちらもパーは3。3倍以上も距離が違うのに、なぜパー3は同じなのか？ その理由は、この会場の地形にある。トーナメント会場になっている大日高原のミニゴルフ場は山の中腹に位置する。ここにはパラグライダーの学校もあり、「風の聖域」という名が示すように、実



急ぎよ!? 開催決定!!
ニアピン賞対決

23日の昼休憩中におこなわれた「ニアピン賞対決」。入賞者にはディスクゴルフのグッズがもらえるだけあって、投げるときの表情は真剣そのもの!



にさまざまな風が吹く。風を知らず浮力を得るディスクは、風を理解していないと暴走したり、あらゆる方向に飛んで行ったりする。それは高度差と風が距離を変えてしまうからだ。ディスクが自分のイメージ通りの軌跡を描くとき、プレーヤーにとって、その飛行曲線を見守ることはとても痛快! なのだ。その姿は、不思議で美しい。

ディスクゴルフはダイナミックなスローイングがすべてではない。緻密さと正確さも要求される。風と地形という「自然」とも闘わなくてはならない。しかし、その緊張感を和らげてくれるのが同じパーティの仲間。18ホールを共にラウンドするパーティ仲間は審判者であると同時に仲間でもある。今大会の最高レベルであるプロ部門のオープンカテゴリーを制したのは、福岡県の左腕・梶山能安選手。毎夏、アメリカで行われる世界最高峰の全米選手権に参加したこともある日本のトップ左腕の一人。彼の弟の梶山学選手はここ4年連続で日本のトップを走っている。

ディスクゴルフはダイナミックなスローイングがすべてではない。緻密さと正確さも要求される。風と地形という「自然」とも闘わなくてはならない。しかし、その緊張感を和らげてくれるのが同じパーティの仲間。18ホールを共にラウンドするパーティ仲間は審判者であると同時に仲間でもある。今大会の最高レベルであるプロ部門のオープンカテゴリーを制したのは、福岡県の左腕・梶山能安選手。毎夏、アメリカで行われる世界最高峰の全米選手権に参加したこともある日本のトップ左腕の一人。彼の弟の梶山学選手はここ4年連続で日本のトップを走っている。

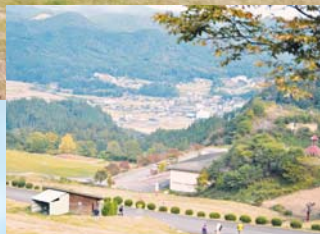


本場海外からも2名のディスクゴルフファーが来日して大会に参加



ディスクゴルフ専用のバック。ディスクが沢山入りコース移動時にも便利





眼下には大佐の町並みが広がる。起伏が美しい高度感あるコース設計になっている

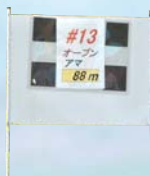
●プロ部門

- ・オープン（年齢性別なし）
- ・レディース（女性のみ）
- ・マスター（男女40歳以上）
- ・グランドマスター（男女50歳以上）

●アマチュア部門

- ・アドバンス（年齢性別なし）
- ・レディース（女性のみ）
- ・マスター（男女40歳以上）
- ・グランドマスター（男女50歳以上）
- ・シニアグランドマスター（男女60歳以上）
- ・レジェンド（男女70歳以上）
- ・ジュニア：U19（男女19歳未満）
- ・ジュニア：U16（男女16歳未満）
- ・ジュニア：U13（男女13歳未満）
- ・ジュニア：U11（男女11歳未満）

ディスクゴルフの一番の醍醐味はなんだろう？ あるプレーヤーに聞いてみた。「それは自分の投げたディスクが、思い描いた飛行ラインをたどって、ゴール付近に静かに落ちることなんです。そんなことは一年に何度もあるわけではないけれど、思い通りに投げられたとき、それは、幸せですよ」と笑っていた。ホールインワンはプレーヤーの夢でもあるけれど、一生達成できない人がほとんど。



今年のコースも予選用18ホールと、決勝用9ホールは新しく設計されている

ボールゴルフと同じように池ボチャもある。ただボールと違いディスクは比較の見つけやすいので、スタッフが網でディスクを救出してくれることも



24日は初日の好天とは違って変わってあいにくの雨模様。傘をさしながらの競技となった

今大会、レディースの決勝第3ホール、投げ下ろしの135m。福岡県の野中選手が投げた白いディスクは、まるで糸の上を滑ってゆくように、まっすぐゴールの中へと吸い込まれていった。不思議と投げた本人には、投げた瞬間「あ、入る」と感じるらしい。こんなことがあると、もうディスクゴルフが大好きになってしまふ。



プロ・オープン部門の入賞者は若い顔ぶれがそろった。(左から) 家元秀幸=3位、梶山能安=優勝、大石大=準優勝。梶山選手がプレー中にいつも心がけていることは「楽しむことです。その結果、勝つこと。自分のいいところは競り合いに強いことだと思います。優勝を争うパットの時なんか、相手に入れ返して来い！一緒にこの競り合いを楽しもうじゃないかという気持ちなんです。



強風の中や外せないときなど、集中力と精神力が要求される場面も少なくない