

— みんなですぐに楽しめる感動のニュースポーツ —

ディスコン

ディスコンって、どんなスポーツ？

赤と青の2チームに分かれて、1チーム6枚の円盤を投げ、どちらがポイントに近づいているかを競う簡単なスポーツですから、初めての方でもベテランと対等に競技を楽しむことができます。

- ◆軽量・安価・コンパクトなので、常備携行でき、すぐに活用できます。
総重量（1試合分）約950g
- ◆年齢・性別を問わず、ハンディー無しで楽しめます。
- ◆個人戦でも団体戦でも楽しめます。
1人対1人の個人戦から、6人対6人の団体戦まで競技できます。
- ◆屋内外を問わず、どこでもすぐに、楽しめます。
3畳間以上のスペースがあれば楽しめます。
- ◆安全で公害のない、地球にやさしいニュースポーツです。
- ◆子ども会・青少年団体・町内会・高齢者学級等のレクリエーション活動に。
- ◆勉強や勤務・会議等の気分転換に。
- ◆親睦や仲間づくりに。
- ◆健康や体カづくりに。リハビリにも最適です。
- ◆人生に感動を呼び起こし、団体の活性化に。



1セット

定価：15,700円+消費税

セット内容

ディスク12枚
ポイント2枚(1枚は予備)
バッグ

(別売) スロー指示板
200円+消費税

ディスコンの由来

岡山市立少年自然の家で職員の間山武雄が考案し、1997年(平成9年)に発表したスポーツです。ディスク(円盤)と、コントロールを合成して、ディスコンと名付けられました。美麗・コンパクトで楽しいので、プリンス・オブ・ニュースポーツと呼ばれています。

— 健康と感動のすばらしさを普及する —

一般社団法人日本ディスコン協会

〒703-8266 岡山市中区湊296-6

TEL 090-8715-4973 FAX 086-277-0805

【お問い合わせ先】

兵庫県健康生きがいづくり協議会

ディスコン部

079-565-4741

ゲームの方法

競技人数と投盤数とコートサイズ

競技にはデイスク12枚と、ポイント1枚が必要である。
2チームで競い、各チーム6枚のデイスクを投げる。

■個人戦	1人	6枚
■団体戦 1チーム	2人の場合	1人 3枚
	3人の場合	1人 2枚
	4～5人の場合	1人 1枚
	(残りは誰が投げても良い。ただし、1人2枚まで)		
■コートのサイズ	1人 1枚	6人の場合
	3.5m×9m	

進め方

- ①最初にじゃんけんでチームの色(赤か青)を決める。勝った方が赤チームとなる。
 - ②次に、赤チームの1人がポイント(黄)を3～9mの範囲内に投げて、すぐに一旦自分の陣地に帰る。(2回失敗すると、サーブ権が相手チームに移動する。)
- 次に、デイスク1枚を赤面を上にして投げる。

注 この時、デイスクが裏返って青になった場合、つづけて赤チームがポイントに青デイスクより近づくまで投げる。(絶えずポイントに1番近いデイスクより遠い色のチームが投げる。)

- ③次に、青チームが投げる。
- ④つづいて同様に、ポイントに1番近いデイスクよりも遠いチームが、それよりも近づくまでつづけて投げる。
- ⑤どちらかのチームがデイスクを全部(6枚)投げ終わったら、もう一方のチームは、残りのデイスクを投げて、投げなくてもかまわない。

注 残りのデイスクを投げたために、追加得点できる場合も、逆転自滅する場合もある。

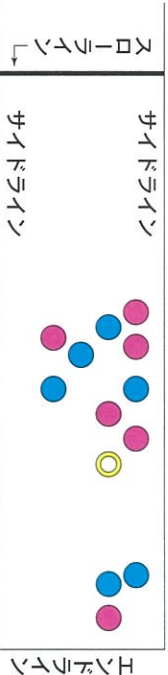
- ⑥これで1イニングの終了で、採点に移る。得点は、ポイントに一番近い相手のデイスクよりも、何枚近づいているかを数える。
- ⑦数えた数だけ、得点票に○をつける。
- ⑧つづいて次のイニングが始める。負けたチームからポイントを投げる。チームの色はそのままとする。
- ⑨早く11点獲得したチームの勝ちとなる。

注 競技時間等の都合で、終了得点数を少なくすることもできる。

【例】 早く7点獲得したチームの勝ちとする。等

採点の方法

パターン1 ○：ポイント ●：赤デイスク ●：青デイスク



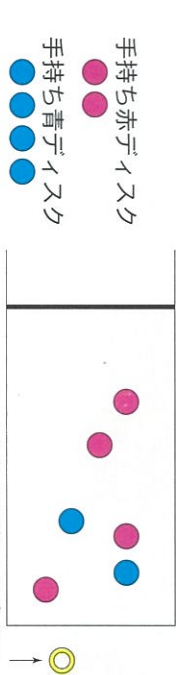
この場合は、赤(●)が青(●)より2個ポイント(○)に近いので、赤チームの2点勝ちとなる。

パターン2



この場合は、ポイント(○)に接している赤(●)・青(●)のデイスクは等距離なので無いものとし、次に近いのは、下方の青(●)であるから、青チームの1点勝ちとなる。

パターン3



この場合は、投げたデイスクがポイントに当たり、ポイントがコート外へ飛び出たもので、この時点でこのイニングは終了し、手持ちのデイスクの差で採点する。
青デイスク(4)ー赤デイスク(2)＝青(2)
よって、青チームの2点勝ちとなる。
同数の場合は、引き分け(ドロー)とする。

パターン4

投げたデイスクがコート外へ出た場合は、この出たデイスクを無効とし、審判員がこのイニング中、没収する。
注 他のコートの邪魔にならないように、審判員はすぐに没収すること。

反則・注意

- ①投げたら、すぐに一端自分の陣地に帰る。それを確認後、審判は次の投盤者(スローアー)を指示。その指示に従って投げる。※連投を禁止する。
- ②連投とは、投げた立ち位置のまま、続けて2枚以上投げることを。
- ③投げたとき、スローラインやサイトラインを踏んだり越えた場合は、相手チームに1点増点する。
- ④スローアーは、30秒以内に投げなければ、1枚無効とする。
- ⑤イニング途中で、コートの整備はできない。
- ⑥赤・青の投盤順を間違えないように注意する。
- ⑦一度投げたデイスクの投げ直しはできない。
- ⑧距離を測定するときに、デイスクやポイントを動かさないよう注意する。
- ⑨審判員はコート内で、投げられたデイスクに当たらないように注意する。

その他

- ①デイスクが裏返ると相手のものになる。
- ②ポイントやデイスクに当てられたり、自然的作用(風等)で移動した場合は、そのまま移動先の位置から測定する。
- ③直線距離で競う。
- ④等距離の場合は、両方を無いものとして、判定する。
- ⑤デイスクやポイントがコートラインに触れていればセーフ(有効)。
- ⑥デイスクが立ってしまった場合は、中立・ノーカウントとする。
- ⑦デイスクが破損した場合は、本体部分(大きい方)で測定する。
- ⑧コートの設定には、場所・環境や投盤方向等をよく考えること。
- ⑨基本コートは、スローライン(間口)3.5m、奥行9mの長方形とするが、競技者(年齢・体力・性別等)や会場の広さ等により、コートや投盤距離を設定することができる。

デイスコンは、平成9年に岡山市で生まれました。

イラストレーター募集中、出張講習もいたします。

デイスコン愛好者数名以上のグループができましたらご連絡ください。
お問い合わせは(社)日本デイスコン協会へ