

とよたシニアアカデミー はじめの一步講座

「モルックしよう!!」

日 時: 令和6年2月4日(土)・24日(土) 10:30~12:00

会 場: とよた市民活動センター ホール

講 師: 豊田市スポーツ推進委員 参加者: 24人



スポーツ推進委員さんが作成されたペットボトルモルック↑

モルックとは、フィンランド発祥の老若男女問わず楽しめるスポーツです。「モルック」という木の棒を、「スキttl」という木のピンに向けて投げて倒して得点を競い合います。

本来「モルック」は木製のピンを使いますが、今回の講座は、室内で行うため床を傷つけず安全に行えるよう、ペットボトルで作成した「ペットボトルモルック」で楽しみました。

初めて出会った参加者の方同士も、モルックを通じて、得点を計算したり、作戦を考えたり、励ましあったりと、脳トレや交流ができるのがモルックのいいところです!! チーム対抗戦で盛り上がりました!!



▲豊田市スポーツ推進委員の方々



▲「コグニサイズ」で準備運動!



▲「エイ!!」モルックを投げて、スキttlを倒そう!! 最後に大逆転も起こるからおもしろい!!

【参加者の声】

- モルックはどんなものだろうと思っていましたが、ペットボトルでも作れそうなので是非試してみたい。
- モルックは脳トレ「大」笑いの要素「大」運動の要素「大」とても有意義なスポーツでした。
自治区でも広めていきたいと思えます。
- 椅子に座っても年齢も関係なくできるのがいいと思います。
- 腹の底から笑えて気持ちよかったです。他の地域の方とお話ができスポーツ愛好家は気持ちがわかりあえて和やかな中終了でき嬉しく思います。スタッフの方々ありがとうございました。
- ペットボトルモルックの作り方を教えて頂いたので是非作ってみようと思います。2回楽しかったです。講師の方もフレンドリーと一緒に盛り上がれました。
- 先回よりは、少し上手になれた様な気がした。何より笑えて喜べて、こんな幸せな事はありません。歳を重ねても若い方たちの中に入れて頂けて嬉しいです。コグニサイズの手指遊びも楽しかったです。

