

## まちづくり出前講座 「みんなでモルック楽しんで！」

講座名	みんなでモルック楽しんで！				
講座内容	<p>モルックは、子どもから高齢者まで、世代を超えた交流や高齢者の健康維持に、初めての方でもすぐに遊びの輪に入って楽しめる生涯スポーツです。</p> <p>この講座でルールや実践体験を通して、他のスポーツには無い特徴を生かして、子ども会や自治会などの世代間交流にお勧めの講座です。</p> <p>詳しくは、URL “<a href="http://kitakami.sakuraweb.com/molkky/">http://kitakami.sakuraweb.com/molkky/</a>” で！</p> <p>“みんなでモルック” で検索できます。</p>				
特記事項	ゲームの進め方や競技のチーム編成などの事前打合が必要です。その際に、簡単なルール説明とゲームのミニ体験をお勧めします。				
対応可能な日時・条件	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 屋外、屋内を問わず、活動時間はいつでも可能。</li> <li>・ 1チーム2、3名で、1競技3～4チーム程度が最適で4競技が実施可能。</li> <li>・ 競技場所の広さは、標準で1競技4*10mが必要。(最小でも3*8m)</li> </ul>				
事故防止	<p>このスポーツは、小さい丸太を投げるだけの軽微なものですが、事故防止のための説明やゲーム中には細心の注意を払います。講座を受講する団体も共に双方で事故防止に努めていただきます。</p> <p>なお、受講者に対する保険等には加入しませんので、出前講座を依頼した団体の責任において必要な対応をお願いします。</p>				
具体的内容 と所要時間	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p><b>1. モルックの概要</b> (10分)</p> <p>モルックとの出会い ルールの解説 用具の形状と数量 モルックの特徴 モルックの投げ方</p> <p><b>2. 競技の準備</b> (10分)</p> <p>チーム編成 用具などゲームの準備</p> </td> <td style="width: 50%; vertical-align: top;"> <p><b>3. 競技体験</b> (90分)</p> <p>ゲームの実践体験 ゲームへのアドバイス 競技得点、順位の発表 用具などの片付け</p> <p><b>4. 感想と自作用具</b> (10分)</p> <p>自作用具の作り方 講座の感想と意見交換</p> <p><b>※ 所要予定時間 2時間</b> (この時間は、あくまでも参考値です)</p> </td> </tr> </table>			<p><b>1. モルックの概要</b> (10分)</p> <p>モルックとの出会い ルールの解説 用具の形状と数量 モルックの特徴 モルックの投げ方</p> <p><b>2. 競技の準備</b> (10分)</p> <p>チーム編成 用具などゲームの準備</p>	<p><b>3. 競技体験</b> (90分)</p> <p>ゲームの実践体験 ゲームへのアドバイス 競技得点、順位の発表 用具などの片付け</p> <p><b>4. 感想と自作用具</b> (10分)</p> <p>自作用具の作り方 講座の感想と意見交換</p> <p><b>※ 所要予定時間 2時間</b> (この時間は、あくまでも参考値です)</p>
<p><b>1. モルックの概要</b> (10分)</p> <p>モルックとの出会い ルールの解説 用具の形状と数量 モルックの特徴 モルックの投げ方</p> <p><b>2. 競技の準備</b> (10分)</p> <p>チーム編成 用具などゲームの準備</p>	<p><b>3. 競技体験</b> (90分)</p> <p>ゲームの実践体験 ゲームへのアドバイス 競技得点、順位の発表 用具などの片付け</p> <p><b>4. 感想と自作用具</b> (10分)</p> <p>自作用具の作り方 講座の感想と意見交換</p> <p><b>※ 所要予定時間 2時間</b> (この時間は、あくまでも参考値です)</p>				
その他	この講座は、モルックの体験を通して、その楽しさや特徴を多くの方に伝えて、この講座を受講した方が中心となって子ども会や自治会、職場などでゲームの指導が出来るように、モルックの普及に主眼を置いた内容で取り組みます。				
講座申込先	北上市 生涯学習文化課	電話番号	0197-72-8303		
講師派遣	「みんなでモルック」の会	代表者	伊藤		
住所及び 電話番号等		電話番号			
		携帯電話			
		F A X			
		Eメール	molky@kitakami.sakuraweb.com		