モルックの紹介について

紹介する「モルック」は、用具を木で作る環境にやさしい、フィンランド発祥のスポーツで、この「モルック」の面白さと他のスポーツには無い特徴と魅力に引かれ、レクレーションスポーツ「モルック」の普及のために「みんなでモルック」の会を結成して、普及活動に取り組んでおります。

この活動は、近年の子供たちの遊びが様変わりしている事もあり、この会の代表がボランティアで参加している団体の子どもたちに新しい遊びをとインターネットで探して「モルック」と出合ったことがきっかけです。

この「モルック」を子どもたちに紹介したところ、ゲームに夢中になり、思いもよらぬほど楽しんでくれ、保護者の方からも高い評価もいただきました。

モルックの特徴は、年齢や性別を問わずに誰もが楽しめることで、家族はもちろん、個人戦でも団体戦でも、初めての方でも途中からすぐに遊びの輪に入って楽しむことができ、個人持ち用具も不要です。

子どもの時に遊べば、成長して親になれば子どもと、さらに歳を重ねて爺ちゃん婆ちゃんになれば孫と、一生涯楽しめるスポーツで、地区行事などで子どもと高齢者がチームを組んで楽しむこともできます。

家庭だけに限らず、地域や職場での交流会などの行事でのゲームとして、また得点と倒すピン配置に合わせて戦略を考える知的ゲームで、高齢者の認知症などの介護予防にもお勧めのスポーツです。

「まちづくり出前講座」などでモルックを体験していただいて、より多くの方々がモルックに親しんでいただきたいと思っております。そして、この「モルック」が、コミュニケーションツールの一つとして、人と人との出会いのきっかけとなり、世代を超えた交流が一層深まり、地域活動へも役立つのではないかと思いながら普及活動に取り組んでおります。

また、モルックの用具は、ホームセンター等で販売している、ひび割れの少ない直径6cmほどの丸太で、油性ペンとノコギリを使って千円ほどで手作りができ、家庭や地域で手軽に楽しむこともできます。

多くの方々の普及活動への参加とご支援をお願いいたします。

岩手県　北上市　「みんなでモルック」の会

みんなで モルック (molkky) 楽しんで！

「まちづくり出前講座」 登録

家族・仲間で楽しむ
フィンランド生まれの
レクリエーションスポーツ

モルック

URL http://kitakami.sakuraweb.com/molkky/

”みんなでモルック” 検索

E-mail:molkky@kitakami.sakuraweb.com

「みんなでモルック」の会

小学生児童のモルック初体験

2015.02.01　一部修正

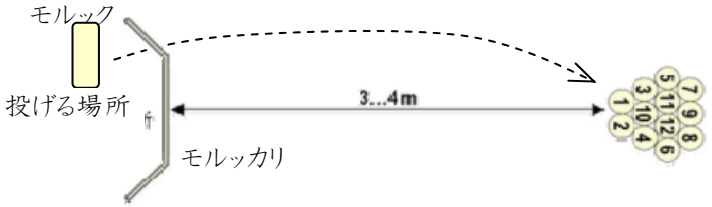
1．モルックとは？

モルック(Molkky)は、フィンランド生まれの環境にやさしいシンプルなレクリエーションスポーツです。個人戦でもチーム戦でもでき、子どもから高齢者まで、男女や障害の有無など体力に関係なく、誰もが楽しめる生涯スポーツで、ナンバークップとも呼ばれています。

2．ルールの解説

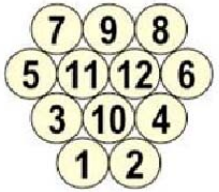
プレーヤーは、モルック(mölkky)と呼ばれる木製の棒を投げて、スキットル(skittles)と呼ばれる木製の12本のピンをたおします。

投げる場所はスキットルから3～4m(大股で3歩半が目安)で、厳密には決められていませんが、モルッカーリの両端を開いて設置します。



スキットルは、上側に傾斜が付いており、そこに1から12まで数字が書かれています。スキットルは、はじめは右図のように並べます。

スキットルの並べ方



スキットルが倒され、散らばって倒されその場で再び立ててから、スキットルを投げる人に数字が向くように直します。そうすることで、スキットルはゲームが進むにつれて広がっていき、狙うのが難しくなってきます。

倒れたスキットルのうち、地面にすべて接地したものだけが得点となり、他のスキットルやモルックの上に重なったものは得点になりません。

スキットルが1本だけ倒れると、そこに書かれている数字が得点になり(9の番号1本だけ倒れたら9点で、2本以上倒れても得点となるモルックが1本の場合もその番号が得点)、得点となるモルックが2本以上のときは、その倒れた本数が得点となります(5本倒れたら5点)。

<u>ちょうど50点</u>に達したプレーヤー(チーム)が出た時点でゲームは終了し、そのときの得点がそれぞれのプレーヤーの得点になります。

50点を越えたプレーヤーの得点は、25点に戻します。また、3回連続で1本も倒れなかった場合は、そのプレーヤーの得点は0点となり、その時点でそのプレーヤーだけが試合に参加できなくなります。

ゲームは、初めに競技順(練習を兼ねスキットルを12本立ててモルックを投げ、その点数の昇順などで)を決めてからゲームを始めます。

1ゲームで勝ち負けを競うのではなく、4ゲームの合計で勝負をし、誰かが50ポイントになった時点で1ゲーム目は終了します。その時点のポイントが各自のポイントです。

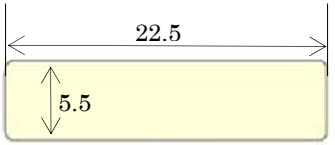
2ゲーム目以降は、累計ポイントの低いプレーヤーから始め、誰かが50ポイント獲得したら終了し、1ゲーム目から4ゲーム目のポイントを足し、4ゲームの合計ポイントで競い、最高点は200ポイントとなります。

技術もさることながら、戦略が重要なゲームです。子どもから高齢者まで、また男女関係なく遊べるゲームで、子供などの参加者の構成やゲーム時間短縮などの情況に合わせて、ゲーム終了を40点にするなど、ローカルルールを決めてゲームをすることも容易にできます。

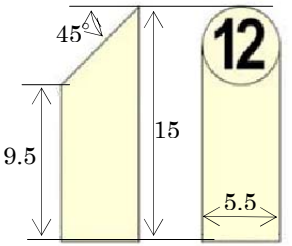
3．用具の形状と数量

モルックの競技で使用する用具の寸法と数量は下図(単位:cm)の通りですが、スキットルの上端が45度の傾斜で切られて、その面に1～12までの数字が刻印されています。

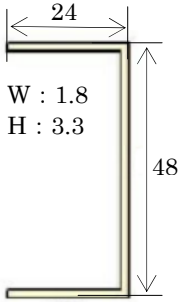
市販品はケース付きで、フィンランド産白樺を使用し、モルッカーリは別売品です。



モルック
(1本)



スキットル
(12本)



モルッカーリ
(1個)