

さわやかクラブふじえだ連合会

○総人口 143,765人 ○65歳以上人口 43,271人 ○高齢化率 30.1%
○シニアクラブ会員数 2,753人 ○シニアクラブ加入率 6.4%

～さわやかクラブふじえだ連合会～

《概況》

- 令和3年度理事会にて健康スポーツ活動としてニュースポーツ「モルック」の普及を協議事項として加え検討した結果、用具を連合会で購入し、地区連合会や単位クラブへの貸し出し、試行を進めることとした。

定例会（理事会・地区連合会会議）後、「モルック」の試行を行い、試行を希望する単位クラブへ貸し出しを行った。クラブからも男女を問わず楽しめるスポーツとして好評を得ている。

理事会では令和4年度連合会健康事業として「モルック」を取り上げ、健康スポーツ活動として啓発していくことを決定した。

《成果》

- 連合会では用具購入後、理事会で紹介し会議終了後、全員で試行した。女性部でも実施し、各地区連へ貸し出しを行っている。
- 連合会では63単位クラブ中40の単位クラブで活動が決まり、すでに用具も購入済みである。「モルック」を導入した単位クラブではルールを作り定例活動として実施しているクラブもある。
- 令和4年1月にはケーブルTVのトーカイの取材を受け紹介された。

《今後の方針》

- 連合会では、令和4年8月に市連合会大会を開催することに決定し活動計画に加えた。単位クラブでも大会に向けての活動が進んでおり、地区連合会大会を開催する地区まであり、盛り上がりを見せている。

今後、連合会では大会開催に向け、ルール作り、会場の手配など市連合会全体での活動推進を準備中である。

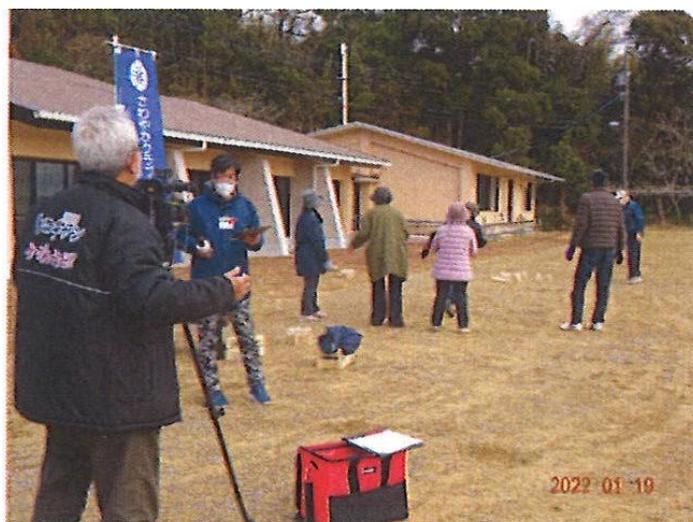
【活動の様子】

1/19 理事が「モルック」試行



理事が参加してのモルック試行

同日、ケーブルTVの取材を受ける



ケーブルTVのモルック取材

藤美園庭園

連合会で購入した「モルック」



購入したモルック

【資料】

理事各位

別紙4

ニュースポーツ「モルック」の導入について

さわやかクラブふじえだ連合会
会長 片岡 宏之

この度、コロナ感染防止の緊急事態宣言が解除され、皆さんホットしていると思いますが油断は禁物です、まだまだ安心はできません

長い間、自主規制（自粛）により、外出の機会も減り、自宅に閉じこもり孤立が増えたり、運動不足による体力の低下等も進むなど健康被害が増大

○ しています

また、会話や声を出すことも減り、対話の分断や仲間との分断など大きな社会問題にもなっています

これらを改善するとともに、健康づくりの一方策として、さわやかクラブふじえだ連合会では、簡単なスポーツ「モルック」を導入し市老連全体に普及して、単老の活性化にも繋げていくこととしました

○ 足腰の不自由な方でも誰でも、無理なく楽しく遊べる、簡単なスポーツ（ゲーム）です

ウィズコロナ時代を見通し、いよいよ、新しい生活様式での日常生活・経済活動をスタートさせた今が、単老活性化へのチャレンジのチャンスですこれをきっかけに、地元の高齢者の方々も誘って、地域の皆で競技を楽しみ、仲間と賑やかに集う「居場所づくり」にもなることを期待しています

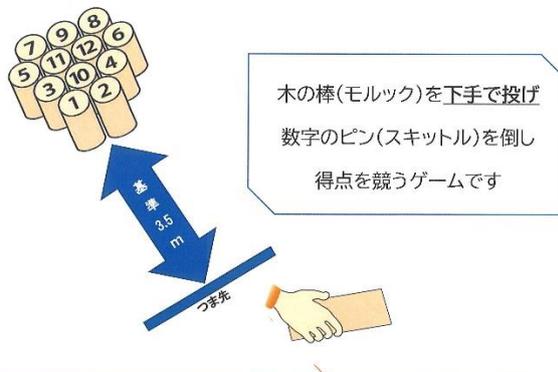
ニュースポーツ

モルック

足腰の不自由な高齢者をはじめ家庭で

子供達まで楽しく遊べる簡単なスポーツです

（ポーリングとポッチャを組み合わせたようなスポーツですが世界大会まであります）



さわやかクラブふじえだ **モルックの会**

モルック貸出します ☎643-9655 (会長・石神)