

# 友穆

## FRIEND OF SPORTS

札幌市スポーツ推進委員会広報誌「友穆」Vol. 127

友穆（ゆうぼく）～「仲の良い友」の意

題字 | 友穆第一号発行時会長 宮崎兼光 書

- 特集 モルック
- 活動紹介 中央区

表紙：みなみの杜高等支援学校にて撮影

# 友穆 No.127 モルック特集

今回の「友穆」で取り上げるのは、「**モルック**」です。モルックは、フィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカというゲームをもとに1996年に開発されたスポーツです。母国フィンランドでは、サウナとビールを楽しみながらプレイされている気軽なスポーツです。シンプルなルールとなっており、老若男女が楽しめるスポーツとして人気があります。

2024年度は、日本で初の世界大会が函館で開催されておりますので、皆様も一度体験してみたいかがでしょうか。

## モルックの用具やルールについて

### ★モルックで使用する用具

・モルック



・スキttl



・モルッカーリ



### ★モルックのルール

モルックを投げて倒れたスキttlの内容によって得点を加算していき、先に50点ピッタリになるまで得点した方が勝ち！

- ① モルックを投げる地点にモルッカーリを置き、そこから3~4m離れたところにスキttlを上の写真の順番に並べます。これがゲームスタートの配置。投擲時にモルッカーリに触れたり、踏み越えるとフォルトとなり0点となります。
- ② 2チーム以上で対戦しますので投擲順を決め、順番にモルックを投げてスキttlを倒します。複数本のスキttlが倒れた場合は、「倒れた本数=点数」となります。床に完全に倒れている物のみカウントします。Aの場合2番はノーカウントとなり、4本倒れているため4点になります。Bのように1本しか倒れなかった場合は、「倒れたスキttlに書かれている数字=点数」となります。この場合は4点が入ります。



4本=4点  
※2番は他のスキttlに重なっているためノーカウント



1本(4番)=4点

- ③ スキttlは、倒された時点で再び立てられます。そのため、ゲームが進むにつれてスキttlが広がり、倒すのが難しくなっていきます。50点ピッタリになるまで得点をしたチームが勝ちとなり、もし50点を越えた場合は25点に戻ります。

# モルック体験を行いました



## ＜モルックのここが魅力！＞

モルックは、老若男女問わず手軽に楽しめるところが最大の魅力です。また、最短で50点に到達するためにどのスキttlを狙うか、相手に50点を取らせない為にどうするかなどの戦略を仲間と共に考えるところも面白いです。さらに、倒れたスキttlを立て直す際は、敵味方関係なく行うため、立て直しながら直前の投擲について自然と会話が生まれます。試合中にチームの境なく交流できることも、他のスポーツにはない魅力の一つです。



## ＜東区大窪委員の体験記＞

46対40。4のスキttlを1本だけ倒せば勝つ。4のスキttlは近いが密集している。投げるのは日本代表若槻さん。モルックを縦に持って投げ、見事一本だけ倒れて勝利…すごい！ちなみに、私の人生初の第一投はスキttlの上空をスウーッと飛んでいきました…。「当たる」ようになって次は「狙う」のですが、上達には「買う」を検討中です。手の届く価格で、練習場所にも苦労しないステキなスポーツです。

## ＜北区前田委員の体験記＞

体験前は、ポッチャに近いイメージでしたが、実際にモルックを投げるとボウリングみたいで、1つのスキttlを狙う時はスペアを取るイメージで投げると上手いきました。また、スキttlが密集している場所で他のスキttlを倒さずに1つのスキttlをピンポイントで狙う時は、幼少期にやった輪投げみたいで面白かったです。今回取材をしてみてモルックが大好きになりました。





## 中央区スポーツ推進委員会の活動紹介

中央区スポーツ推進委員会では毎月の定例会の他、年間を通して4回の大きなイベントを行っております。コロナ禍における活動縮小は解除され、今年度は6月に藻岩山登山を行うイベント「アタック・ザ・531M」、8月には新種スポーツの体験型イベント「Cスポーツパーティ」、10月に「インドア雪合戦大会」を開催。また、昨年2月の「ウインターフェス」では、はじめて「かんじきウォーク」を開催しました。



アタック・ザ・531M



Cスポーツパーティ



かんじきウォーク



インドア雪合戦大会

インドア雪合戦大会では、大会前に2回練習会を実施し、委員は審判技術の向上を図ります。小学校高学年の試合ともなると球速や選手の動きも早くなるため、審判も真剣です。



### ♪ スポーツ推進委員ワンショット ♪



今年度は7人の新任委員が加入し、委員会活動は活気に満ちています。今後もスポーツを通じた交流の輪を広げて参ります。ワンショットは「アタック・ザ・531M」より

### 各区のスポーツ情報が満載

札幌市スポーツ部ホームページ [https://www.city.sapporo.jp/sports]

札幌市スポーツ推進委員会ホームページ [http://www.sapporo-sposhin.jp]

編集後記：モルックはどこを狙うか作戦会議をしたり、敵味方関係なくスキトルを立てたりと、委員の皆様と楽しく体験することができました。日本で初の世界大会が函館で開催されるなど今とても盛り上がりを見せている競技ですので、今後も注目していきたいと思っております。みなさんも是非体験してください。(事務局井上)

編集 友穆編集委員会 発行年月日 令和6年11月1日

発行 札幌市スポーツ推進委員会（札幌市スポーツ局スポーツ部企画事業課内）

電話 211-3044 発行責任者 会長 紺谷 好範

