



Sport in Life

一般社団法人

島根県レクリエーション協会 広報誌

じょいなす

発行／

2025.1.25

Vol.64

スポーツくじ

WINNER

GOLO

BIG

この広報誌はスポーツ振興くじ助成を受けて発行しています

令和6年度島根県委託事業「しまねっ子チャイルドアクティブプログラム事業」

子ども元気アップ事業(体験活動普及事業)報告

参加者

25名

レクキャン2024 (安来レクリエーション協会)

【11月4日 山佐ダム体験交流施設キャンプ場】

親子活動として実施。グループに分かれてテント立てを行ったあと、分担として昼食を作り、午後からはモルック、焚火体験等の活動を行いました。参加者から貴重な体験となったとの感想もあり、自然体験活動へのニーズが高いことがうかがわれました。



逃走中 in KIBE ～津和野あそびフェスタ2024～ (津和野町レクリエーション協会)

【11月4日 元津和野町立木部中学校体育館】

町内の未就学児及び小学生を対象に呼びかけを行い、TV番組の「逃走中」をモチーフに鬼ごっこを行いました。地域の学生や大人も参画できる事業となるよう地域ぐるみの取り組みをめざしました。また、鬼ごっこの合間には宝探しや数種類のレクリエーションを予定し、実施可能なものを取り組みました。

参加者

21名



島根県ウォーキング協会松江支部 ウォーキング定例会 (島根県ウォーキング協会)

【11月24日 松江市外中原町城西周辺】

小学生6人が親子連れで参加、江戸時代の松江藩と関わりの深い著名な寺社10か所をガイドの説明を聞きながら、約5kmのコースを巡り歩きました。法眼寺では松江藩の財政立て直しの偉大な家老朝日丹波の顕彰板除幕式があり、ウォーキングの参加者も参列し、子ども6人は顕彰板除幕という大役を行い、式に花を添えました。参加した小学生からは「ケーブルテレビで放映の除幕式を見るのが楽しみ。皆と一緒に歩いて楽しかった。」等、感想が寄せられました。



参加者

57名

軽スポーツを楽しもう会 (浜田レクリエーション協会)

【11月25日 (旧)有福温泉小学校】

学校の学習発表会の代休日に大人(高齢者)と小学生が体を動かしました。3グループに分かれて、モルック・ラダーゲッター・プラズマカーを回って対戦をし、その後全員で紙コップ積みを楽しみました。

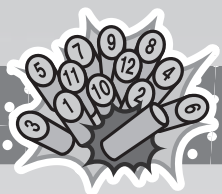
今年は老人福祉施設からも参加があり、笑顔と笑い声が広がる2時間でした。

参加者

30名



モルック講習会を開催しました



令和6年12月7日松江市古江公民館(松江会場)、8日石見まちづくりセンター(浜田会場)の2会場で開催しました。

両会場とも19名の参加者があり、島根県モルック協会会員の方に来ていただきモルックの基礎から教えていただきました。

参加された方は経験者が大半でしたが、「思い込みで動いていたところもあり勉強になった」という声が聞かれました。

新たに知ったことを2点ほど。

- ①モルック(投げる棒)を投げた後、転がっている時は動いてはいけない。



- ②投げた後モルッカーリ(モルックを投げる範囲を示す木の枠)をまたいで前に出ない。

経験者でも投げた後、前に出そうになり後ろの人に引っ張って止めてもらいました。

色々なルールを知りながらみなさんもモルックを楽しんでみませんか。



おすすめの室内ゲーム「紙コップ釣りゲーム」

場所の制限がなく、子どもから高齢者まで、幅広い年齢で楽しめるゲームです。運動量は少ないですが、集中力が必要です。周りからの応援で一層盛り上がります。

基本材料

- ★ 紙コップ…50 個程度 (多いほどよい)
- ★ 「輪っか」付き洗濯バサミ…紙コップと同じ数
- ★ 割りばし…釣り竿を作る本数
- ★ 100 cm位のひも…割りばしと同じ数
- ★ 金属のS字フック…割りばしと同じ数



準備

割りばしに、100 cm位のひもを結んで付けます。ひもの先に金属のS字フックを結んで付けます。これで釣り竿が完成です。全ての紙コップの口部分に輪っか付き洗濯バサミを1つずつ挟んで、床に並べます。

遊び方

- 基本的な遊び方は簡単、紙コップをたくさん釣り上げた人の勝ちです。次のようなアレンジで、さらに楽しめます。
- ★ 紙コップの裏に点数を書いた紙を貼り、取れた紙コップの点数を競う。
(次のゲーム前に紙コップの点数を貼りかえる)
 - ★ 紙コップ一つ一つに違う色(赤、青、黄色など)を付けて、釣る色を指定する。
 - ★ 紙コップにお手玉を重り代わりに入れて釣る。
 - ★ 紙コップにおやつなどを入れて釣る。



あそびの日 全国一斉「あそびの日」キャンペーン2024

～あそびの力は無限大!～

安来 レクリエーション協会



9/8「水風船で水風戦」
参加者：21名



10/26「市民親善モルック大会」
参加者：78名

浜田 レクリエーション協会



10/26「バルーンアート・紙コップで遊ぼう」
参加者：76名

島根県 キャンプ協会(キャンプ体験)



10/20「サン・レイク」
参加者：353名



10/20「国立三瓶青少年交流の家」
参加者：608名



10/27「島根県立少年自然の家」
参加者：200名

Let's Mölkkky!!

島根県モルック協会

みなさん、こんにちは。島根県モルック協会です。

私たち島根県モルック協会は、ユニバーサルスポーツの一つでもあるモルックという競技の普及や発展等を目的として、県内4つの団体を中心に2024年4月に設立しました。(一般社団法人日本モルック協会に加盟しています。)

モルックとは、フィンランドのカレリア地方の伝統的なキイッカ(kyykkä)というゲームを元にLahden Paikka社(当時 Tuoterengas社)によって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。

モルックという白樺の棒を投げてスキttlという数字の書かれたピンを倒します。その倒れた内容(本数または表示されている数字)によって、得点を加算していき、先にピットリ50点を獲得した方が勝ちというとてもシンプルなルールです。

ただし、50点をを超えてしまった場合は、25点へ減点され、ゲームが継続されます。また、チーム内で3回連続でスキttlを倒せなかったなどのミスが続いた場合は、得点は0点となり、失格となります。

走ったりぶつかったりしないので、幅広い年齢層の方が一緒に楽しめるユニバーサルスポーツとして注目されています。

今年度は、県内各地で体験会や練習会を開催しモルックの楽しさや魅力を伝えてきました。



9月には出雲ドームにおいて第1回モルック島根大会を開催しました。県内外から45チーム、総勢147名の選手が集まり笑顔あふれる大会となりました。

2月には島根県では初めてのモルック指導員講習会も開催いたします。沢山の方にモルックを知っていただき、またその輪を広げていただけたら嬉しいです。

また、来年度以降も島根県大会や各地での体験会&練習会など開催を予定しています。

今後も日本モルック協会と連携しながら、モルックの普及に努めて参ります。

モルックが気になった皆さん、是非一緒に投げましょう!!



島根県モルック大会

これからもっと、
私はスポーツを楽しむんだ。

卓球歴24年。バスケ歴1日。
卓球の200倍もの重さがあるボールは、
なかなか言うことを聞いてくれない。

それでも、体を動かすだけで気持ちがいい。
初対面でもあっという間に仲間になれる。
競技人生での楽しさとは違う、
スポーツの楽しさに出会えた。



スポーツを極める人も、楽しむ人も、
すべての人のために、
スポーツくじの収益は使われています。



スポーツくじは、スポーツと人を育てる仕組み。

⑯ 19歳未満の方の購入又は譲り受けは法律で禁じられています。払戻金も受け取れません。運営・販売：独立行政法人日本スポーツ振興センター

指導者情報

日本レクリエーション協会公認指導者（延べ人数）

令和6年12月19日現在 島根県在住

レク・インストラクター	準中級レク・インストラクター	中級レク・インストラクター	準上級レク・インストラクター	上級レク・インストラクター
97名	273名	14名	29名	4名
レク・コーディネーター	福祉レク・ワーカー	余暇開発士	スポ・レク指導者	合計
19名	19名	1名	8名	464名

賛助会員募集しています!!

島根県レクリエーション協会では、本県のレクリエーション活動のより一層の充実を図るため、趣旨に賛同いただける賛助会員を募集しています。ご協力よろしくお願いいたします。

■会費年額（※加入口数の制限はありません）

団体会員 一口：10,000円

個人会員 一口：2,000円

■納入先 ゆうちょ銀行：01380-4-73490

口座名義：島根県レクリエーション協会

何卒、趣旨をご理解いただき、ご支援を賜りますようよろしくお願いいたします。

指導者派遣・用具の貸し出しについて！

地域のスポーツ・レクリエーション活動の普及のための指導者派遣および用具の貸し出しを行っています。

人と人が集う楽しさのお手伝いをいたします。手続き方法や貸し出し用具一覧表（料金表）・借用申請書については、県レク事務局にお問い合わせいただくか、協会のホームページでご確認ください。

ご意見をお寄せください

今年度3号目となる「じよいなす Vol.64」を発行いたしました。島根県レクリエーション協会は、一般社団法人となりましたが、広報誌の名称「じよいなす」と発行番号は引き継ぎます。

この広報誌をご覧になっての感想・ご意見を、事務局あてに、郵送またはFAXまたはメールで送ってください。

編集・発行

発行／一般社団法人島根県レクリエーション協会
〒690-0015 松江市上乃木10丁目4番1号
松江市宮陸上競技場内
TEL(0852)21-7778 FAX(0852)33-7246
E-mail：simarecj@vega.ocn.ne.jp
URL：https://www.shimane-rec.jp

発行日／令和7年1月25日 編集 総務委員会 広報部

2025年度

賛助会員名簿

令和7年1月1日現在

島根県ダンススポーツ連盟