

## 「8ブロック広域研修会」 高松 亜子(拜島第二小地区・2期目)

令和5年の11月11日に、国立市・立川市・東大和市・武蔵村山市・昭島市の第8ブロックで、昭島市の陸上競技場で、合同のモルック研修会を実施いたしました。



当日は、曇り予報と天候に不安がありましたでしたが、予定通り開催することができました。各市の対抗戦ではなく、混合のチームを編成し、ゲームを楽しみました。ゲームをプレイしながら、各市の取り組みなどの情報交換をしたり、スポーツの楽しさをどのように伝えていくかななどを学ぶことができました。

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ックというゲームを元に、1996年に開発された比較的新しいスポーツです。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あり、とても簡単なルールで、老若男女問わず楽しむことができます。

昭島市では本年度複数個購入し、定期的にモルック体験会を開催しています。体験会はどなたでも無料で参加することができます。また、市民の皆様への貸し出しも行っており、友人や家族とのレクリエーションにお役立ただけのこととなっています。ぜひ、皆様も一度体験会にいらしてみませんか？



## 「第141回市民健康づくり歩け歩け運動」 鈴木恵美子(つつじが丘小地区・9期目)

第141回市民健康づくり歩け歩け運動を11月19日に実施しました。



武蔵増戸駅前に集合し、班分けを行い、準備運動をして出発。大悲願寺く横沢入くまいまい坂く武蔵五日市駅前に着くと、「もう帰ろうかな」などの声が聞こえました。しかし誰も帰らず、全員があゆみ橋く五日市郷土館まで歩き、閉会式をした後、解散しました。

参加者同士の会話では、「こんな素敵な道もあるんだね。きっと自分で歩いたら、見つからなかったと思うな」などおしゃべりし、歩いていました。

当日は天候にも恵まれ、いろいろな発見もあり、リフレッシュもできるなど、最高の歩け歩けになりました。

ちょっと残念な事は、参加者は33人で、コロナが流行する前の三分の二ぐらいだったことです。参加してくださる方々も、是非友達を大勢誘っていただくこともっと楽しいです。

スポーツ推進委員会も、皆様にもっと楽しんでいただけるように、企画したいと思っています。大勢の参加を心よりお待ちしております。

