

令和8年度「高齢者を対象としたニュースポーツ体験講座(講師派遣)」開催要領 (ラダーゲッター、フーバ、ブローライフル、モルック)

1 目的

年齢を問わず気軽に参加でき、「静岡県すこやか長寿祭スポーツ・文化交流大会」の競技種目にもなっている標記ニュースポーツを広く普及させるため、高齢者を対象とした、ラダーゲッター、フーバ、ブローライフル、モルックの体験講座を県内関係機関と協働で開催し、講師を派遣する。

2 実施主体

公益財団法人しずおか健康長寿財団（静岡県からの補助金事業）

3 対象

高齢者を対象とした次の事業（住民が概ね20人以上（上限30人）参加する事業）に対し、財団から講師を派遣し、開催希望機関（団体）と協働で体験講座を実施する。

1機関（団体）1回を原則とする。（原則、昨年度実施した機関（団体）は対象外とする。） ※参加者は初心者でも構いません。

- | |
|---|
| ①市町、市町社会福祉協議会、市町地域包括支援センターの高齢者の健康・生きがづくり事業 |
| ②市町老人クラブ連合会の高齢者の健康・生きがづくり事業
※単位老人クラブであっても、人数が集まる場合は可 |
| ③通いの場、居場所事業（原則、市町が関わっているもの） など |

4 開催期間・時間等

令和8年6月から令和8年12月まで（別紙開催可能日一覧参照）

1体験講座の開始から終了までの時間は、概ね90分程度

※開始時間の目安として午前は10:30、午後は13:30とする。

※静岡市内から講師派遣をするため、遠方地域は午後開催を原則とする。

5 内容・講師

ラダーゲッター、フーバ、ブローライフル、モルックのいずれか1つを選択する。

○ 内容

基本的な内容（希望に応じ編成します）	講師
【説明】ルール概要	静岡県 レクリエーション協会
【実践】体験（簡単なゲーム形式）	

6 申込方法

申込用紙に必要事項を記入の上、令和8年5月12日（火）までに
しずおか健康長寿財団あて申込む。

※申込多数の場合は財団で可否を選定する（全体で15回程度を予定）。

【選定にあたっての優先条件】

- 体験講座（講師派遣）実施後もニュースポーツ（ラダーゲッター、フーバ、ブローライフル、モルック）を継続実施する意向がある機関（団体）を優先する。

7 役割分担

開催希望団体（市町等）	しずおか健康長寿財団
<ul style="list-style-type: none">・会場の手配（会場費の負担含む）・参加者の募集、連絡調整・当日の運営協力（受付等）・参加者保険の加入	<ul style="list-style-type: none">・講師の手配（講師料の負担含む）・体験講座に必要なとなる機材、教材の準備・当日の運営

8 会場

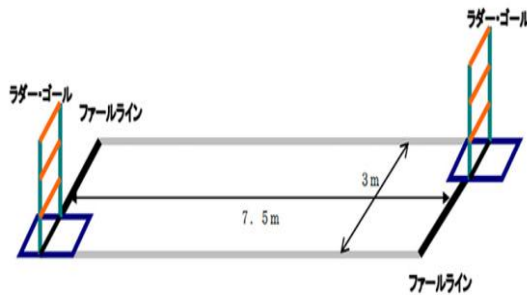
- ・機材を搬送する車両2台の駐車場
- ・以下の環境を用意願います（体育館、多目的ホールなどが最適）。なお、希望種目の開催が可能か、本申込み前に必ず会場施設に確認をお願いします。

種目	必要な環境
ラダーゲッター	<ul style="list-style-type: none">・平らな床面 1面7.5m×3m以上 × 2レーン程度確保
フーバ	<ul style="list-style-type: none">・バドミントンのダブルスコート（縦13.4m×横6.1m）を利用 ※バレーボールに類似した競技ですので体育館等の予約が必要になります。
ブローライフル	<ul style="list-style-type: none">・平らな床面 1面12m×2m以上 × 2レーン程度確保
モルック	<ul style="list-style-type: none">・平らな床面 1面10m×6m以上 × 2レーン程度確保・モルックは通常屋外で行う競技です。本体験講座では床面等保護のため、原則として、モルックの「代替品（木製ではない素材）」を使用する予定ですので御了承ください。・ただし、「代替品」であっても、モルック利用の許可が下りる施設を確保願います（一応の保護対策は講じる予定ですが、許可確認をお願いします）。

■ラダーゲッター

※出典：日本レクリエーション協会HP

ヒモでつながっている2個のボールをラダー（ハシゴ）に向かって投げ、ボールがラダーに引っ掛かる（ハングする）と得点となる三世代交流も可能なスポーツ・レクリエーション。



■フーバ

※出典：静岡県フーバ協会HP 外

ビニール球を使い、4人対4人で行うゲーム。コートはバドミントン・ダブルスコート（縦13.4m×横6.1m）を利用。ネットの高さは215cm。



■ブローライフル

※出典：国際ブローライフル協会 Fb、長野県HP

パイプを使い、6・12・18mの距離に設置された的にブローボールを吹き込む。



■モルック

※出典：一般社団法人日本モルック協会HP

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。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。

モルックを投げて倒れたスキットル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！簡単なルールで老若男女問わず楽しめます。

