

スポーツ情報HGH

1月号 (Vol. 176)

令和7年12月20日発行

(公財)東広島市教育文化振興事業団
スポーツ健康課

〒739-2613
東広島市黒瀬町檜原 10018-4
黒瀬屋内プール内
TEL (0823) 82-7075

第29回ひろしま県央競歩大会 2025

11月28日(日)に東広島運動公園陸上競技場にて『第29回ひろしま県央競歩大会2025』を開催しました。大会はWRK対象競技会として行い、海外から7名の選手も含め198名のエントリーがありました。

コンディション良好の中、一般男子5000mWの川野将虎(旭化成)選手のほか、計3つの大会記録が誕生し、実りのある大会となりました。

主催：ひろしま県央競歩大会実行委員会 東広島市陸上競技協会

大会記録が誕生しました！

競歩なのにとっても速い！！

世界陸上経験者の川野正虎選手

小学生も頑張りました！

韓国からの参加！

黒瀬屋内プール・黒瀬B&G海洋センター、安芸津B&G海洋センターの

年末年始休館日のお知らせ

令和7年12月28日(日)～令和8年1月5日(月)

は休館いたします。年始は1月6日(火)より開館します。



黒瀬富士・日の出ウォーク

参加者募集！！

ウォーキング（約4km）をして、龍王山総合公園で 日の出をみよう！

★日時／令和8年 1月2日（金）

6:45 ～ 8:00

※当日受付（6:30～6:45）

黒瀬屋内プール発着 ※積雪・雨天中止

新春に家族や仲間と一緒に、黒瀬富士（龍王山総合公園）で1年をスタートしましょう！

★持ってくるもの／運動できる服装（防寒用）・手袋・帽子・懐中電灯・タオル
小学生は
まなぶちゃんノート
※事前申し込みは不要です。



【お問い合わせ】

（公財）東広島市教育文化振興事業団

（黒瀬みらい会議事務局）

東広島市黒瀬町楢原 10018-4（黒瀬屋内プール内）

電話・Fax:0823-82-7075

メール:center02@diary.ocn.ne.jp



フィンランド生まれのニュースポーツ モルック 大人気★！

～モルックとは？～

モルック（木の棒）を投げ、スキttl（木製ピン）を倒し、50点ぴったりを目指すゲームです。50点を超えると25点に減点されるため、戦略性も重要になります！



誰もが一緒に
笑顔になれる



もみじウォーク
（下黒瀬小学校）

初期配置図

必要な道具

○モルック：投げるための棒

○スキttl：1から12までの数字が書かれた
12本の木製ピン

○モルッカーリ：モルックを投げる位置を示す場所



基本のルール

◆試合の進め方

1. スキttlをモルッカーリから 3.5m 離れた場所に初期配置図のように並べます。
2. プレイヤーは、モルッカーリの内側からモルックを下手投げで投げます。
3. 倒れたスキttlはその場で立て直します。
4. 2チーム以上で対戦し、順番にモルックを投げます。
5. ちょうど **50点** に達した時点でゲームは終了となり、その時の得点がそれぞれの得点になります。50点を超えた場合は、**25点** に戻されます。
6. 3回連続で1本も倒れなかった場合、得点は **0点** となり、その時点で試合に参加できなくなります。

◆得点方法

- ・1本倒した場合：倒れたスキttlに書かれた**数字**が得点になります。
- ・複数本倒した場合：倒れた**本数**が得点になります。
- ・完全に倒れていない場合：
スキttlが完全に地面についていない場合、得点になりません。



コミュニティ健康運動パートナー
ニュースポーツ研修会
（安芸津 B&G 海洋センター）



【モルック広島】の方を講師に招き、東広島市コミュニティ健康運動パートナーのニュースポーツ研修会を安芸津 B&G 海洋センターで開催しました。モルックは、とてもルールは簡単。老若男女問わず気軽にできるスポーツです。ウォーキングイベント、ニュースポーツ教室、出前講座などで楽しんでいます。

ニュースポーツアクアパーク教室
（東広島運動公園）



早期ウォーク
（黒瀬多目的
グラウンド）

