

クラブで楽しめる活動種目の一例

一歩踏み出して、新しい楽しみを見つけよう！

モルック



フィンランド生まれのニュースポーツ「モルック」

モルックは、フィンランド発祥の木の遊びをもとにしたニュースポーツです。木の棒「モルック」を投げて、1から12まで番号が書かれたピン「スキットル」を倒し、点数を競います。1本だけ倒すとその数字が得点、複数本倒すと倒した本数が得点になります。先に「ちょうど50点」を取ったチームが勝利。50点をを超えてしまうと25点に戻るため、力まかせではなく狙いと作戦が必要です。子どもから大人まで一緒に楽しめる、世代をつなぐ新しいスポーツです。

ボルダリング



自分の力で挑む「ボルダリング」

ボルダリングは、ロープを使わず比較的低い壁を登るスポーツで、専用の人工壁に設置された「ホールド(突起物)」を手足を使いながらゴールを目指します。コースには難易度があり、自分に合ったレベルから挑戦できます。体力や筋力だけでなく「どのホールドを掴んで進むか」を考える戦略性も大きな魅力です。登りきったときの達成感は格別で、子どもから大人まで夢中になれます。安全対策もしっかりされているため、初心者でも安心して始められるスポーツです。

ユニカール



氷がなくても楽しめる「ユニカール」

ユニカールは、カーリングをヒントにスウェーデンで生まれたニュースポーツです。氷上ではなく体育館などのフラットな床で行うため、季節や場所を選ばず誰でも楽しめます。専用の「ユニカールストーン」を滑らせ、得点エリアに近づけることを狙います。相手のストーンをはじき出したり、味方のストーンを押し込んだりと戦術も多彩。力任せではなく力加減やチームワークが勝敗を左右するため、子どもから高齢者まで幅広くプレーできどんな方でも気軽に始められる人気のスポーツです。

手話



手で伝える『心のことば』「手話」

手話は、手や指の動き、表情を使って思いを伝えるコミュニケーション方法です。耳の聞こえにくい方や聞こえない方にとって大切な言語であり、地域やスポーツ活動の場でも役立ちます。最近では、学校や地域講座でも学ぶ機会が増え、あいさつや自己紹介など簡単な表現を知っているだけでも交流がスムーズになります。手話を使うことで、お互いの距離が近づき、誰もが安心して参加できる環境づくりにつながります。スポーツクラブや地域活動でも広がりを見せている大切なコミュニケーションです。