2026 年 10 月 30 日

久里浜コミセン生涯現役講座「はつらつ久里浜」モルックに挑戦！

石川輝雄、鈴木幸子

10 月 29 日（木）久里浜コミュニティセンター（以降久里浜コミセンと表記）主催で、65 歳以上の方が対象の生涯現役講座（第 5 講座）である。久里浜コミセンは市内にある9拠点の一つである。そのため講座指導員が常駐し普段からアンテナを高くされており、また、横のつながりがあり 6 月に行った田浦コミセンからの情報もあり計画されたと伺いました。開会式、お腹の底から笑って講座、知っておきたい！横須賀の地形と気象と自助防災、大人の遠足（天神島臨海自然教育園散策＆クラフト）、モルックに挑戦！　映画鑑賞と閉会式の 6 講座。

横須賀市スポーツ推進委員協議会からは、6 月と同様に◎石川、鈴木、居石、浅田の 4 名と事務局が講座を進めました。始めに「モルック」とは、ルール説明や投げ方他説明、練習、3チーム/ブロックに分かれ試合。

＊鈴木さんは、10 月 4 日　モルック指導員講習会（日本モルック協会認定）受講後初めての場でもあり、学んだことを活かしながら取り組みました。



募集のチラシ





会場の風景（上段：投げ方、下段試合風景）
（事務局撮影）