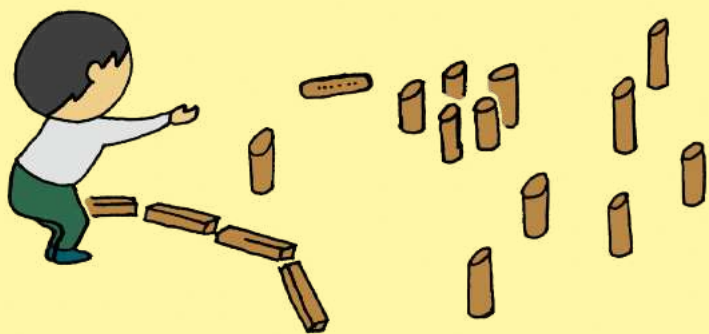


ミッション

**「地域サロン利用者倍増プロジェクト」**

# 提案



**「ペットボトルモルック」**

これから、地域サロンについて、プレゼンを始めます。まず、私達のミッションは「地域サロン利用者倍増プロジェクト」です。私達は大人も子供も気軽に楽しめる、ペットボトルモルックを提案します。これについては、後ほど詳しく紹介していきます。

# 地域サロンとは

- つながりを深める場
- 閉じこもりの防止
- 仲間づくり
- 社会参加



皆さんは、地域サロンとは何か知っていますか？地域サロンとは、高齢者を対象に、つながりを深める場、閉じこもりの防止、仲間づくり、社会参加などを目的として活動している団体のことです。

# 啓成地区のサロン

**[博二いきいきサロンあゆみ]**

**日時…第二金曜日(年7回)**

**場所…博二集会所**

**予算…6万円**

**利用者…10人**

**スタッフ…3人**



お茶会の様子

啓成地区にも「博労町二丁目いきいきサロン あゆみ」という地域サロンがあり、年7回、博労町二丁目の集会所で活動しています。

# 心がけていること

~~強制的~~



「また利用してみたい」  
と思ってもらおう

~~閉じこもり~~



季節を感じる活動

支え合えあって活動





強制的に活動するよりも「また利用してみたい」と思ってもらうこと、閉じこもりを防止し、家の外に出ることが少ない高齢者の方に季節を感じてもらえるような活動をする事、支え合って活動すること、を心がけて活動しています。

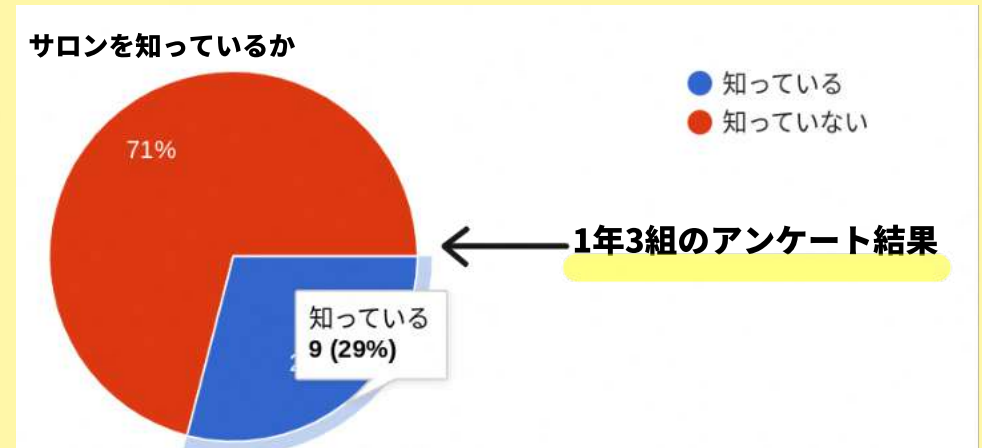
# サロンの魅力



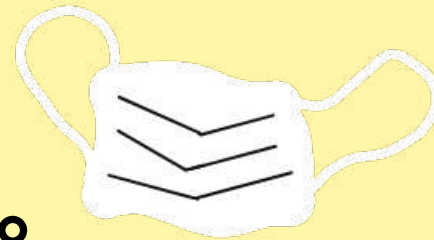
- 活動内容は自由。
- 米子だけで147の活動場所がある。
- 季節を感じる活動をしている。
- 車椅子の方も利用可能。
- 体力の低下や認知症を防ぐ。

次にサロンの魅力についてお話します。サロンの地域活動を行っている場所は、米子だけでも147箇所もあり、家の近くのサロンに気軽に行けるようになっていきます。また、行う活動で季節を感じることもできる、その活動内容は自由など、サロン活動では、利用者さんたちにとって楽しく、過ごしやすいように心がけられています。また、車に乗れない方も利用可能や、サロンを積んでいく中で体力の低下や認知症を防ぐ効果が取り上げられています。

# 問題点



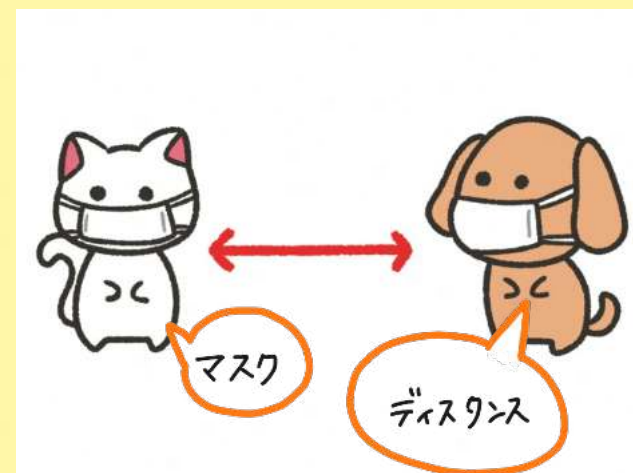
- たくさん魅力があるけど、地域サロンを知っている人が少ない。
- 男性の方が少なく、利用しづらい人がいる。
- 「地域サロンは高齢者の方のもの」という認識がある。
- コロナで活動がしにくい。



そのサロンの問題点は、たくさん魅力があるけどサロンを知らない人が多いことです。1-3のクラスでとったアンケートを見てみると全体の約7割もの人知らないという結果になっています。他にも、男性の方が少なく、利用しづらい人がいる、サロンを高齢者の活動場所だと思っている人がいる、コロナ禍で活動しにくいというという例が挙げられています。

# サロンの理想のイベント像

- コロナ対策
- サロンの魅力を活かす
- 小学生と交流
- 体を動せる
- お金の負担 0

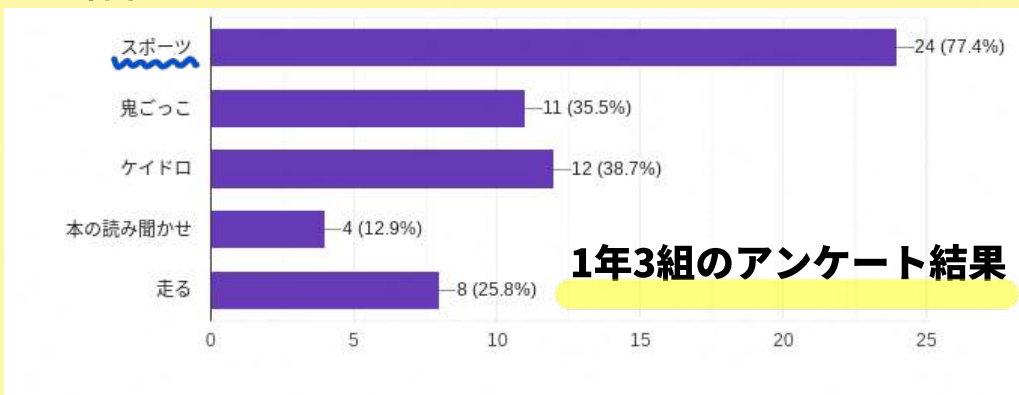


これは、僕達が目指す理想のイベント像です。コロナ対策をする、サロンの魅力を活かす、小学生との交流ができる、体を動かすことができる、お金の負担を0にするという目標を達成できるようなイベントを作っていきたいです。

# 提案

理想のイベント像と、  
このアンケート結果から

一番楽しいと感じること



1年3組のアンケート結果



+



# ペットボトルモルック

を提案します!!



理想のイベント像と1年3組にとつたアンケート結果から、スポーツが一番多かったです。このことから、私達は、ペットボトルモルツクを提案します。

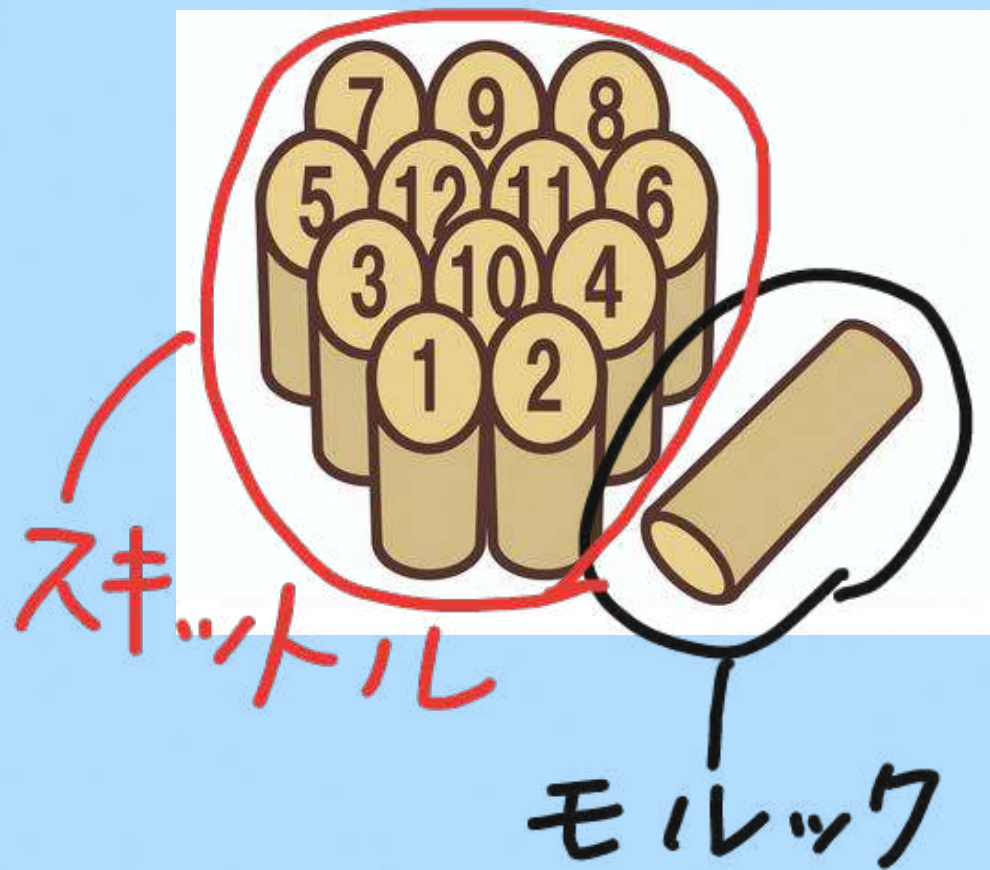
# モルツクとは

ボーリングに似ている、フィンラ  
ンドでうまれた気軽に楽しむこと  
ができる頭脳戦ゲーム型スポーツ。

次に、モルツクについて紹介します。モルツクとは、ボーリングに似ている、フィンランドで生まれた気軽に楽しむことができる頭脳戦ゲーム型スポーツです。

# (1) 準備物

- スキットル
- モルック
- スコア表
- メジャー
- 椅子



木で作ると時間がかかるので、  
ペットボトルで作ります。

そのモルックには4つのポイントがあります。1つ目は準備物についてです。本来は、モルック、スキットル、スコア表、メジャー、モルツカーリを準備する必要がありますが、モルックの代わりにボール、モルツカーリの代わりに椅子を代用します。スキットルは木で作ると時間や費用がかかるので、ペットボトルで作ります。

## (2)得点方法

① **ペットボトルが一本倒れた場合**  
⇒倒れたスキットルに書かれている数字が得点になる。

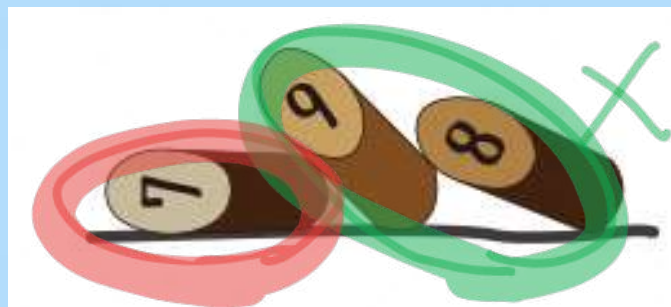


② **ペットボトルが複数倒れた場合**  
⇒倒れたスキットルの本数が得点になる。



2つ目のポイントは得点方法についてです。得点方法は2つあり、ペットボトルを1つだけ倒した場合と複数倒した場合です。1つだけ倒した場合は、そのペットボトルに書かれている数字がそのまま得点になります。ペットボトルを複数倒した場合には、その本数が得点になります。

### (3) 注意点



この場合は  
「7」だけが倒れている  
とカウントされるよ

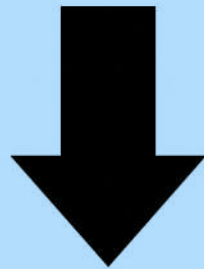
- 下投げ
- 完全に倒れていなかったら  
カウントしないこと
- 3回連続で倒せなかったら、一回休み。



3つ目のポイントは、モルックをやる上での注意点です。下投げで投げること、このように（イラストを指す）完全に倒れていなかったら、得点にカウントしないこと、3回連続で倒せなかったら1回休みになることなどがあります。

## **(4)ゲームの流れ**

**椅子から2.8mあけた場所にスキットルを並べる(もとに戻しやすい位置に置くといい)。**



**チームに分かれ、投げる順番を決めて交互にモルックを投げ合う。**

4つ目のポイントはゲームの流れについてです。まず、椅子から2.8m離れた場所にペットボトルをこの間隔で並べます(写真を指す)。このとき、もとに戻しやすい位置に並べると良いです。次に、チームに分かれて投げる順番を決め、交互にモルックを投げ合います。

- ①モルックを投げてスキットルを倒す。
- ②得点ルールに従って得点を数える。
- ③倒れたスキットルをもとの位置に立て直す。
- ④次のチームの攻撃ターンに移る。

**これを繰り返して先に50点  
とったチームの勝ち！**



整理すると、モルックを投げてスキットルを倒す、ルールに従って得点を数える、倒れたスキットルをもとの位置に立て直す、次のチームの攻撃ターンに移る、という流れです。これを繰り返して先に50点とったチームの勝ちになります。

## 【工夫した点】

- 距離を2.8mにした(本来は3.5m)
- ペットボトルに水を入れた  
(重り代わり)

## 【ペットボトルにした理由】

- 手間や費用削減
- 安全
- 片付けが簡単



次に、工夫した点です。本来の椅子からペットボトルまでの距離は3.5mですが、小学校低学年もできるように、2.8mに短くしました。また、空のペットボトルだと軽すぎるので、水を入れておもり代わりにしました。さらに、ペットボトルにすることで手間・費用削減や安全、簡単に片付けできるなどのメリットがあります。



# ペットボトルモルック

高齢の方にとって  
の魅力

便利なところ

人数が自由

お金が  
かからない

室内でできる

座ってできる

認知症予防

コミュニケーション

協力

達成感


魅力

(体力の低下や認知症を防ぐ、  
車椅子でも利用可能など)

サロンの魅力を活かせるスポーツです。

次に、ペットボトルモルックの魅力を紹介します。人数制限がない、道具にお金がかからない、室内でできる、座っていてもできるので車椅子の方でも無理なく体を動かせる、認知症予防になる、コミュニケーションが取りやすい、達成感を味わえる、協力できるなど、たくさんの魅力があります。特に、体力の低下や認知症を防ぐ、車椅子でも利用可能ななど、サロンの魅力を活かせるスポーツだということが分かります。

# 小学生にPRしよう

車尾小学校と啓成小学校  
のロイロノートに送る動画 

これは、1年3組の

サロンのPR動画です

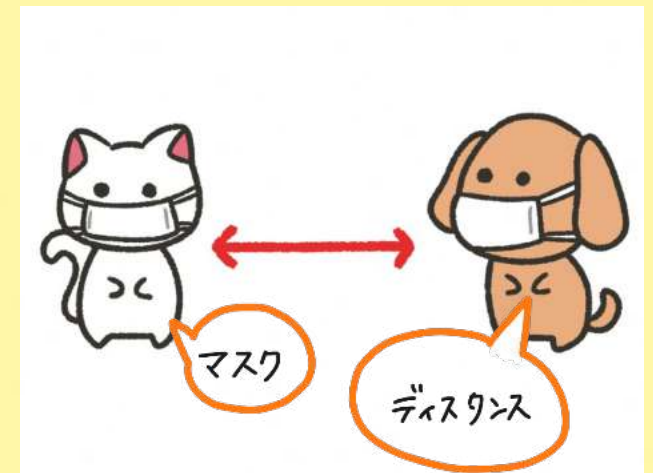
さらに魅力や改善点を見つけるために、私達は実際にモルックをやってみました。そこで、その時の様子を短いPR動画にまとめれば、モルックの魅力を伝えることができると考えました。また、この動画を車尾小学校と啓成小学校のロイロノートに送ることで、理想のイベント像で紹介した、小学生との交流という目標も達成できます。この動画で、小学生に参加を募集することで、サロンの利用者を増やしていけると思います。これがそのPR動画です。(再生する)どうでしたか。(工夫したところを言う)

# まとめ

提案①ペットボトルモルック  
②PR動画

# 理想のイベント像

- コロナ対策
- サロンの魅力を活かす
- 小学生と交流
- 体を動せる
- お金の負担 0



**ペットボトルモルツクを通して  
サロンの魅力をたくさんの人に  
体験してもらいましょう！**

最後にまとめです。私達が提案したのは、ペットボトルモルックとPR動画の2つです。これは、先程紹介した理想のイベント像ですが、ペットボトルモルックは、車椅子の方も利用できたり、体力の低下や認知症を防止したり、サロンの魅力を活かせるし、車尾小学校と啓成小学校にPR動画で参加を募集することで、小学生との交流にもなります。また、ペットボトルのできるのでお金の負担はもちろん0です。モルックを通して地域サロンの魅力をたくさんの人に体験してもらえるといいなと思っています。最後まで聞いてくださりありがとうございました。