

北海道社会福祉協議会

北海道中国帰国者支援・交流センター 〒060-0002 札幌市中央区北2条西7丁目一番地かでの2・7

電話 011-252-3411 FAX011-252-3412 URL: <http://www.hokkaido-sien-center.jp/> E-mail: hokkaidocenter@dosyakyo.or.jp

話題のスポーツ「モルック」を体験！

10月30日、かでの2.7のレクリエーション研修室にてモルックの体験会を開催しました。モルックはフィンランド発祥のスポーツで、モルックと呼ばれる木の棒を投げて数字が書かれたピン（スキttl）を倒して得点を競います。年齢や体力に関係なく誰でも気軽に楽しめるので、徐々に人気が高まっています。モルックサークル「レタラカムイチェブ」の講師の指導で、中国・樺太帰国者23名が話題のスポーツを体験しました。



帰国者のみなさんはすぐにルールを覚え、チームに分かれて試合をしたときも、敵味方関係なくスキttlの番号を口々に言い、初めてのモルックを存分に楽しんでいました。計算をしたり、戦い方を話し合いながら行うので、介護予防としても効果的です。

モルックの魅力とは

モルックのルールはとてもシンプルです。スキttlを倒し、先に得点が50点ちょうどになった方が勝ちです。ただし50点を超過してしまうと25点まで下がり、形勢が一気に逆転してしまいます。

得点の数え方

① スキttlが1本だけ倒れた場合、スキttlに書かれた番号が得点となる。

例：10番のスキttlが1本だけ倒れた⇒10点

② スキttlが2本以上倒れた場合、本数が得点となる。

例：スキttlが4本倒れた⇒4点

倒れたスキttlはその場に立てます。ゲームの進行に伴い、スキttlは散らばっていき、高得点が得られるスキttlを1本だけ狙うチャンスも増えていきます。

50点にするには、あと何点とればいいのか、どのスキttlを倒せばいいのか、どうやって相手が50点になるのを防ぐか、計算と戦略を用いて戦うところにモルックの面白さがあります。

広がってゆく地域との結びつき

当センターは、稚内日口経済交流協会に委託し、稚内市で帰国者のための事業を展開しています。帰国者のみなさんの地域での孤立を防ぎ、日本の社会、文化を理解してもらうこと、また地域のみなさんに帰国者について理解してもらうことを目的としています。この事業をとおして地域との結びつきも生まれています。2024年も様々な活動がありました。

冬の運動不足を解消！



11月28日、帰国者8名が集まり、パークゴルフを体験しました。会場のみどりスポーツパークでは、人工芝を敷き詰めた多目的体育館でパークゴルフができます。帰国者のみなさんも室内でのパークゴルフは初めてでした。カップに入るまで何度も挑戦し、運動不足解消のよい機会となりました。

市が帰国者に機会を提供

当センターの事業以外でも、帰国者のみなさんの活躍の場がありました。11月18日、稚内市主催の市民講座「ロシア料理教室」で榎太帰国者の関戸ナオ子さん、川瀬アイ子さんが講師を務めました。市からの依頼で実現しました。



メニューはボルシチ、ペリメニ（ロシアの水餃子）、ブリヌィ（ロシアのクレープ）、オリヴィエサラダ（ロシアのポテトサラダ）の4品。さらに、関戸さんがその場でつくった人参サラダが加わりました。川瀬さんも、手作りのパン、サハリンでよく食べられているわらびの炒め煮を持参して参加者に振る舞いました。サハリンの多彩な食文化に触れるときとなりました。



ペリメニは生地からつくり、ひとつひとつ具を包んでいきます。ロシアでは、このペリメニをつくる時間が、家族や親しい人との団欒のときとなります。今回の料理教室でも、ペリメニ作りをとおして帰国者と地域のみなさんとの交流が実現しました。

稚内・新年交流会

お互いに理解を深め合うとき



1月10日、稚内市の日友友好会館にて「新年交流会」が開催されました。帰国者10名の他、稚内市役所の職員やOB、帰国者が講師を務めるロシア語教室の生徒さんなど計24名が参加しました。この交流会は、帰国者のみなさんが協力しあって企画をし、互いの結びつきを強めるとともに、地域のみなさんとの交流の機会となっています。

一般の参加者のみなさんにとっては、帰国者の背景にある文化の一端に触れるときでもあります。

交流会ではペリメニ、わらびの炒め煮、きのこの酢漬、ナポレオンと呼ばれるケーキなど、帰国者による手作りの料理も振舞われました。わらび料理がご飯によく合う味なことに驚く参加者に対して、サハリンの食文化が韓国や日本の影響も受けていること、わらびを自分で採って乾燥させ、保存する習慣があることなどを帰国者が説明する場面もありました。



最後はみんなで輪になって



椅子取りゲームやビンゴなどを楽しんだあと、最後はダンスで締めくくられました。榊太帰国者にとって、お祝い事にダンスはつきもの。自由に、気持ちのおもむくままに体を動かします。全員で踊っていると、いつも不思議とみんな輪になります。

帰国者の内面に目を向ける

10月24日、北海道との共催で「中国残留邦人等支援に係る研修会」を開催しました。厚生労働省、道内の7つの自治体の担当者、支援・相談員が出席し、帰国者支援の取り組みの状況とその課題について共有する機会を持ちました。

研修会の後半は、「中国残留邦人等の体験と労苦を伝える戦後世代の語り部」神山英子さんによる講話「ある中国残留孤児とその家族について」を聞きました。幼くして家族と離れ離れになり、中国の地で生き抜いてきた残留孤児の女性の体験をとおして、残留邦人の苦しみは帰国することで終わるのではなく、帰国後も本人と家族が様々な困難に直面するという現実、胸の内に抱えている複雑な思いが浮き彫りになりました。支援する側が、残留邦人の内側に目を向けることの大切さを実感するときとなりました。



語り部 神山英子さん

2月・3月の予定

2月3日	健康運動
2月10日	健康運動
2月13日	料理交流会
2月16日	介護予防運動 (もみじ台)
2月17日	健康運動 (ふまねっと)
2月18日	介護予防運動 (手稲前田)
3月1日	「中国・樺太帰国者を知る集い」
3月3日	健康運動
3月10日	健康運動
3月11日	介護予防運動 (手稲前田)
3月16日	介護予防運動 (もみじ台)
3月17日	健康運動 (ふまねっと)

中国・樺太帰国者を知る集い

～中国残留孤児とその家族の人生～

令和7年3月1日（土）13:00～15:00

かでの2・7 4階 大会議室

(札幌市中央区北2条西7丁目1番地)

入場無料

定員100名

第1部 配偶者の体験談

「中国残留孤児の夫と日本での暮らし」

第2部 戦後世代の語り部による講話

「家族を求めて～中国残留孤児「間瀬珠美」の人生から～」

～お申し込み・お問い合わせは当センターまで～

編集後記

人が誰もいない田舎の公園を何とか活用しようと、北海道の幕別町で考案されたのがパークゴルフです。競技というよりコミュニケーションを重視し、様々な年代の人が楽しめるという理由で広まったそうです。モルックも年齢に縛られず、コミュニケーションをとりながら楽しめるスポーツです。これからも、ぜひ帰国者のみなさんに楽しんでいただけたら、と思います。