

26 民厚事業協第 2 号

2026 年 07 月 02 日

民医連厚生事業協 支部長各位

民医連厚生事業協 組合員各位

全日本民医連厚生事業協同組合

専務理事 江浦 貴洋

(公 印 省 略)

第 2 回モルック全国大会要綱（第一報）のご案内

日頃より民医連厚生事業協の運営にご協力いただきましてありがとうございます。

2027年2月13日（土）～2月14日（日）に東京都・フットサルスタジオライズ豊洲において第2回モルック全国大会を開催することになりました。

つきましては、大会要綱（第一報）をお送りいたします。

関係者の方々にご案内いただきますようよろしくお願いいたします。

なお、選手登録方法、宿泊ホテル等については第二報以降においてご案内する予定となっております。

以上

全日本民医連厚生事業協同組合

第2回 モルック全国大会要綱 (第1報)

日時) 2027年2月13日(土) 13時~18時 2月14日(日) 9時~14時まで
場所) 東京都江東区東雲2丁目11-2 フットサルスタジオライズ豊洲(東雲駅)
屋内フットサル場 3面使用。1面で4試合を行います。

1. 参加資格

チーム登録時と、大会当日に全日本民医連厚生事業協同組合の指定職員であること。
共済だより等に利用する写真撮影を行います。NGの方のご参加はお控えください。

2. 参加チーム数

47都道府県+開催地枠+1 の48チームエントリー 選手144人を最大とします

3. チーム編成と予選

各県支部で予選大会を行って代表を選抜ください。

1チーム3名で編成します。チームの選定でも個人選抜でも構いません。

4. 競技方法とルール

一般的なモルックのルールを採用します。(別紙参照、前回と同様です)

モルックは、「モルック」という木の棒を投げて、「スキットル」と呼ばれる12本のピンを倒し、点数を競うゲーム。チームで対戦して、先に50点ちょうどを取ったチームが勝ちになります。

基本ルールは参照(日本モルック協会 モルックの基本ルール)

1 チーム3名で編成する。

各チームは3人のローテーションで投擲を行う。セット毎にリセット。

4 チームで1ブロック(リーグ)を形成する

2 チームの対抗戦で50点ゲームの2セット先取で勝利

1セットの試合時間は15分の時間制限を設けます。

時間になったあとは、投擲回数が各チーム同数になった時点の得点が50点に近いチームの勝ち。50点をオーバーしたら25点となります。50点になればそのチームの勝利。

更に、同点の場合は同点のチーム同士で最後の1投で50点に近い方が勝ち。1投で決着がつかない場合はじゃんけんにより決着。

5. タイムスケジュール(目安)

2月13日 12時30分~ 受付開始

13時20分~ 開会式

13時40分~ ルール説明

13時50分~ リーグ戦開始 12~18セット(1セット制限15分)

各リーグの順位確定

2日目の順位リーグを抽選する

早く終わった場合は、それぞれで交流を行う。

18時 完全撤収時間

2月14日 8時30分より 受付
9時10分よりリーグ戦開始 1リーグ 12~18ゲーム (1試合制限15分)
13時00分より 決勝戦
13時30分より 表彰と閉会式
13時45分終了
14時 撤収完了

※ 初日のリーグ決めは、前日までに終了します。

※ 2日目のリーグ決めは初日の順位によりくじなどで決定します。

※ 4チームのリーグ戦で2チーム対戦です。

2セット先取で1ゲームの最大3セット 1セット制限時間15分

※ 更衣室はありますが1か所です。女性専用で使用しますが可能な限りは動きやすい服装でお越しください。

※ スーツケース置き場は設置しますが、貴重品はそれぞれ個人で管理してください。

6. ゲーム・大会の流れ

1) 1日目

1ブロック4チームに分けて12ブロックを構成

4チームのリーグ戦とする

1チーム3名 2チームでゲームを行う

50点ゲームの2セット先取で勝利。

各ブロック勝利数により順位をつける。

① 同勝利数の場合は直接の勝敗

② 三つ巴状態の場合は負けたセット数の少ない方

③じゃんけん

2) 2日目

決勝リーグで初日の順位別に1位リーグから4位リーグまで各12チームずつの

順位リーグで対戦する

初日と同様に1リーグ4チームによる2チーム対戦のリーグ戦

3) 決勝

1位リーグのトップが3チーム出そろったら3チームによる優勝決定戦。(順位決定戦)

1本勝負で行われる。(2位、3位は引き続きゲームを行い決定する)

他の順位リーグ（2位、3位、4位）も同様とする。

リーグ戦

	Aチーム	Bチーム	Cチーム	Dチーム
Aチーム				
Bチーム				
Cチーム				
Dチーム				

1日目 4チーム × 12ブロック =48チーム

2日目 1位チーム 12チーム / 3ブロック

2位チーム 12チーム / 3ブロック

3位チーム 12チーム / 3ブロック

4位チーム 12チーム / 3ブロック

決勝

1位チームの3ブロックから1位チームの3チームによる

決勝戦1本勝負 1位、2位、3位決定

2位、3位、4位ブロックの各3チームも3チームで1本勝負。

4) 審判について

セルフジャッジを行う。（対戦チーム同士でファールは指摘する）

日本モルック協会のモルックの基本ルールを適用する。

10 ページ 4.7 37点ルール

14 ページ 7 モルックアウト は適用しない

点数の記録も対戦チーム同士で行いそれぞれ確認すること

点数間違いがあれば双方話し合いで解決する。

セルフジャッジ方式なので相手チームからの指摘が無い場合、ファールは取らない。

ゲーム終了後には、気になった点があれば実行委員より指摘を行います。

5) 対戦チーム以外の方について

同じフィールド内で邪魔にならない場所で休憩する

トイレは対戦時以外ですませる。

6) 禁止事項

フィールド内での飲食は禁止します。

7. 費用

1)大会の運営費等

本大会の運営費、宿泊費（当日分）、交通費、交流会費は、閉会式まで参加した選手は

全日本民医連厚生事業協同組合が負担を行い無料としますが、閉会式まで参加しなかった方、また交流会に不参加の方は参加費として1万円を負担していただきます。

2)都道府県支部は、閉会式まで参加しなかった方、交流会に不参加の方は1人1万円の「分担金」を大会後に請求しますので納入してください。

3)選手以外の応援者などの費用はすべて各チームで負担してください。

また、車で参加される場合は、予め実行委員会までその旨ご連絡ください。チームで選手が相乗りされる場合(1台の車に2名以上乗車の場合)のみ、ガソリン代・高速代をお支払します。

事故についての責任は負いかねますので、予めご了解ください。

8. 表彰

1. 1日目の各リーグ1位のチーム(12チーム予定)

2. 2日目の1位ブロック、2位ブロック、3位ブロック、4位ブロック
(各順位毎4チーム×3ブロック=12チームリーグ戦を行う)の1位チーム
(12チーム予定)

3. 全員に参加賞を予定

9. 交流会

1日目の夜に交流会を予定します。(全員参加してください)

10. 宿泊地

京王観光に直接お申し込みください。(参加申込と宿泊予約が同時にできます)

全員宿泊を基本とします。(サイトは後日案内いたします)

11. 大会運営

全日本民医連厚生事業協同組合と実行委員会で運営します。

更衣室はありますが、狭いので着替えは出来るだけ行わない服装でお越しください。

飲料水は各チームでご準備ください。(自動販売機は会場にあります)

救急用品は各チームでご用意ください。

12. 代表が3名揃わない場合、代表チームが48チーム揃わない場合

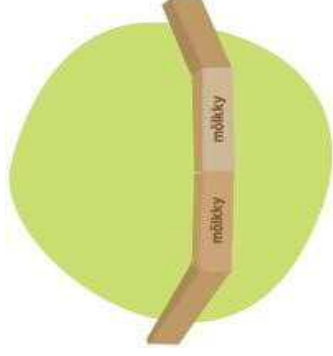
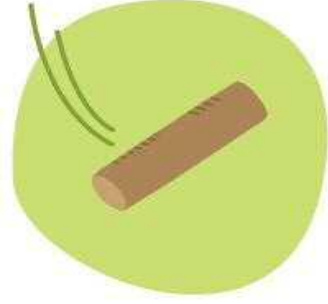
各県代表が3名揃わない場合の申込も受け付けます。他の代表と合同チームで参加してもらいます。代表が1名でもいるチームは表彰対象とします。

選手が足りない場合は運営等の指定職員の中で人数を補填します。チームが足りない場合は4チームによるリーグ戦出来るように応援者や運営・事務局等で臨時チームを作り参戦します。代表が不在のチームは順位や表彰は対象外とします。



日本モルック協会
Japan Molkky Association

モルックの基本ルール





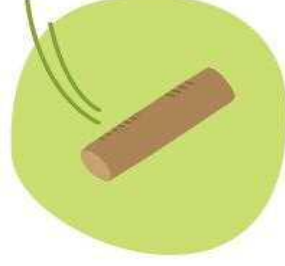
モルックの由来

about molkky

フィンランドはカレリア地方の
伝統的な kyykkä という
ゲームを元に開発されたスポーツ
それがモルックです。



使う道具



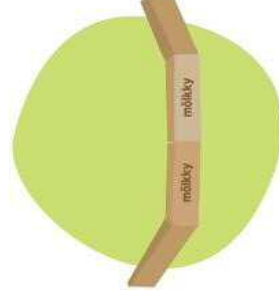
モルック

投げる棒のことをモルックという。
下手投げを行うのが基本。



スキットル

木製のピン。
モルックを投げてスキットルを倒す。

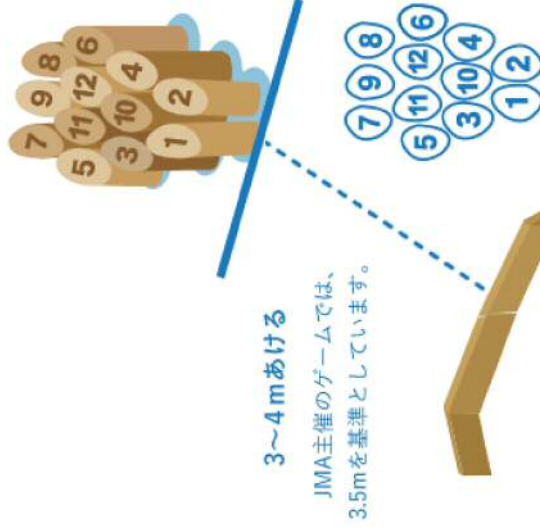


モルックカーリ

モルックを投げる位置を示す。
地面において使用します。
※なくともOK。

How to Play!
1

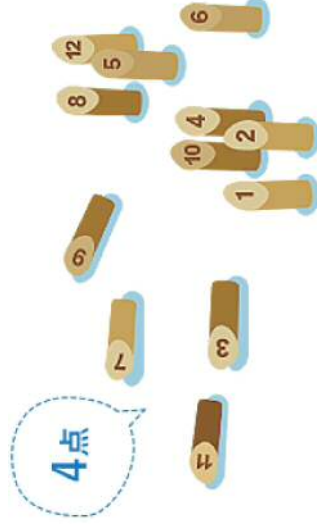
ゲームスタート時の配置です。



2 チーム以上で対戦します。
投擲順を決め、順番にモルックを
投げてスキットルを倒します。

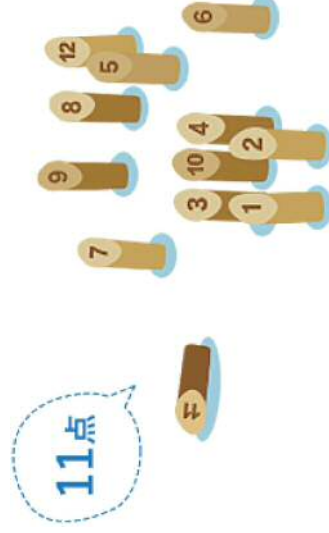
How to Play!
2

倒した本数によって
点数が決まります。

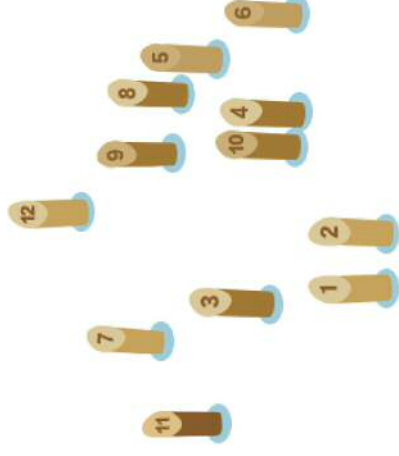


◆ 複数本の場合→倒れた本数が点数

◆ 1本の場合→書かれた数字が点数

How to Play!
3

スキットルは、
倒された地点で再び立てます。



- 完全にスキットルが倒れないと
点数はカウントされません。
- 50点を超えた場合は、
25点に戻ります。
- 3回連続ミスすると0点になり、
失格となります。

How to Play!
2 3

を繰り返し、先に50点ぴったりになるまで得点した方が勝ち！

1.1 基本ルール

<以下、IMO（国際モルック連盟）のルールに基づき JMA が作成>

試合は以下の構成でなされる。

- スキットル：1～12までの数字が記載されている12本のスキットル。
おおよそ高さ15cm、直径5.9cmであり、45°に面取りされている。
- モルック：投げる棒をモルックと呼ぶ。おおよそ長さ22.5cm、直径5.9cm。
- モルックカーリ（図①を参照）：おおよそ96cm。両脚は投擲線から45°の角度で配置する。

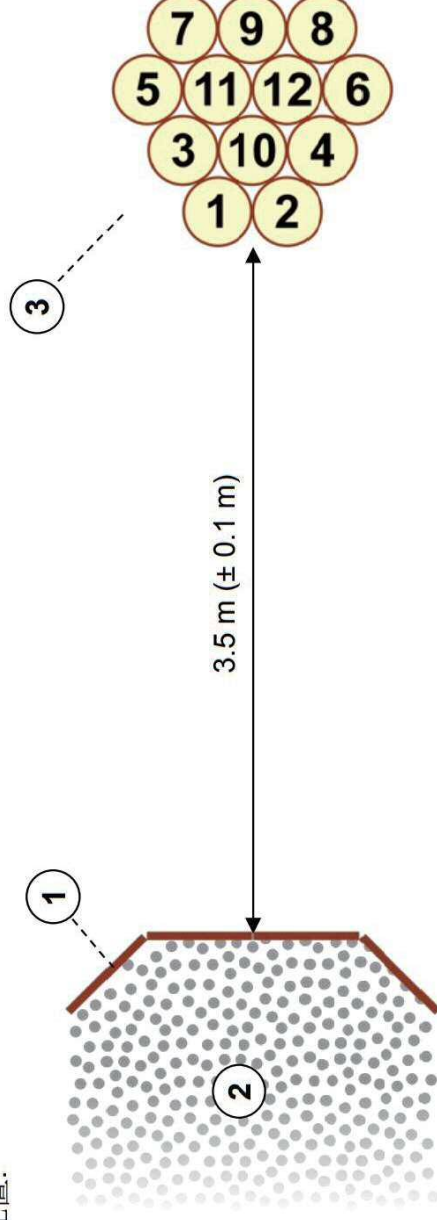
プレイヤーが車いす（もしくは類似した装置）の場合、モルックカーリは直線に配置してもよい。その際、投擲範囲に入る／出る時に支援者がいても良い。

- 配置（図③を参照）：スキットルはモルックカーリから3.5m(±0.1m)に配置する。スキットルの初期配置は図の通りとする。
- 投擲エリア（図②を参照）：投擲は投擲エリア内においてのみ認められる。

モルックカーリの後方および左右に補助線が引かれる場合もある。

モルックを投擲した後は、後方から投擲エリアを退場しなければならない。

配置:





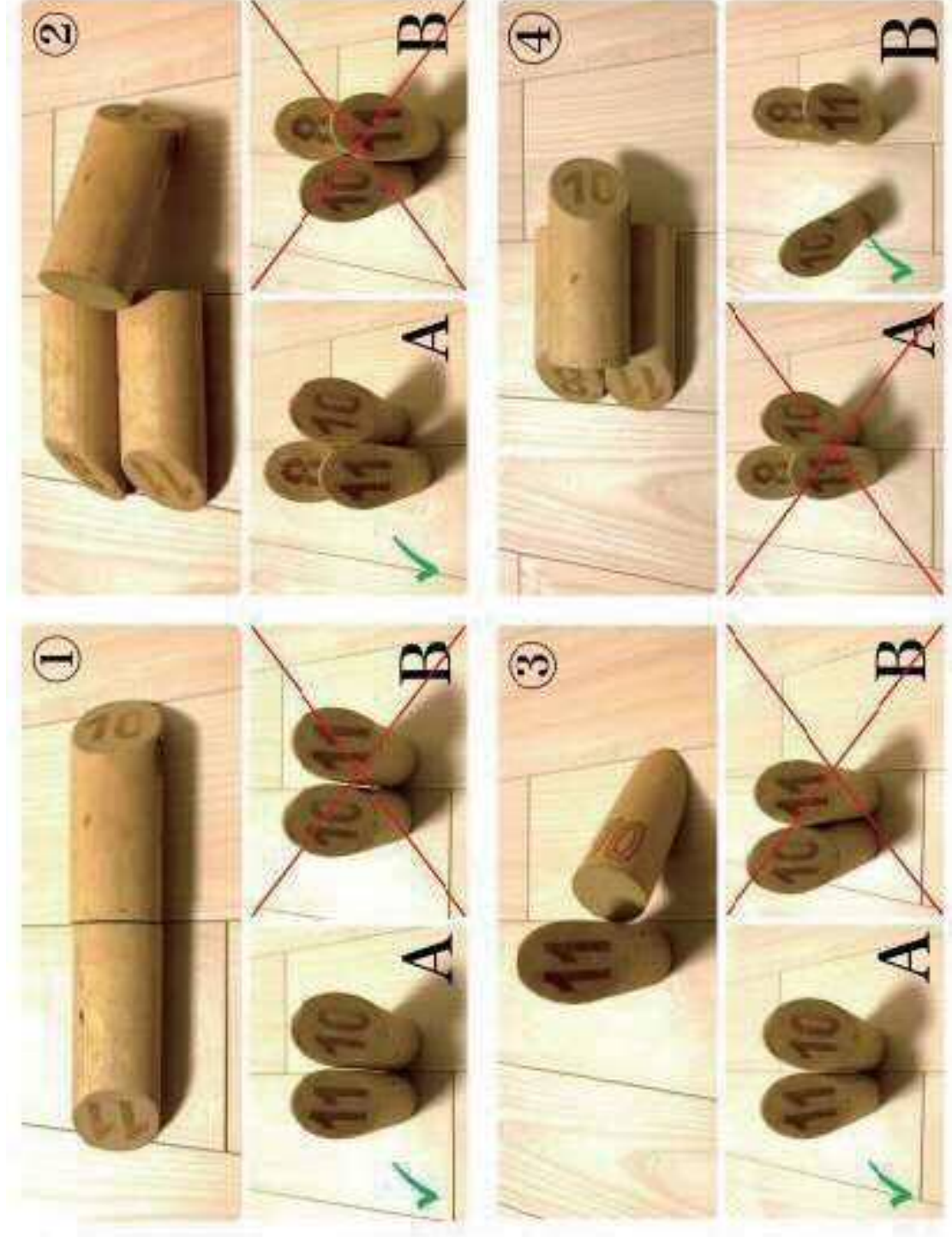
とらてき

1.2 「投擲」の定義

投擲とは、プレイヤーが投擲エリア内に立った後、モルックが手を離れ、地面に着地し止まったことを指す。どの位置に着地しても投擲とみなす。

1.3 試合の流れ

- 各チームはターン毎に1回の投擲チャンスがある。
- スキットルが完全に地面についていないければ倒れたとはみなされない。
スキットルが1本倒れたら、スキットルに記載してある数字が点数となる。
複数本のスキットルが倒れたら、倒れた本数が点数となる。
- 投擲後、倒れたスキットルは倒れたところに立てる。
底部を地面につけて立て、数字の面をプレイヤー側に向ける。
- スキットルがプレイヤーの投擲したモルック以外の理由で間接／直接的に動いた場合、元の位置に戻され、「倒れていない」とみなされる。
- チームが3回連続でミスをした場合、そのセットではチームの得点は0点となり、直ちに失格となる。
- スキットルの先端（上部）がプレイヤー側に倒れた場合、
 - ×：数字がプレイヤー側に向くように回転させながら立てる。
 - ：地面とスキットルの接地点を起点として、スキットルを立てた後、数字がプレイヤー側に向くように回転させる。





1.4 セットの終了

- いずれかのチームが50点ちょうどに至った時点で、そのセットは終了となる。
- 他の全てのチームが0点となった場合（例：3回連続で0点、ファウルなど）、残ったチームの得点は50点となり、セット終了となる。

1.4 「試合」と「セット」の定義

試合 ----- 決められたセット数で構成される。

└ セット ----- 対戦するいずれかのチームが50点になるか

└ 予め決められたターン数、又は試合時間で終了となる。

└ ターン ----- 対戦する各チームは1ターンに1回の投擲チャンスがある。

ただし、いずれかのチームの得点が50点になった時点でターンは終了する。

予め決められたターン数、又は試合時間で終了となる。



2.1 試合コート

試合のコートはコートライン内に限定される。コート外に出たスキットルは、止まった位置から平行に、コートラインからモルック棒1本分、内側に戻す。

2.2 投擲エリア

「踏み越え」の正確な判断をするために、審判員もしくはプレイヤーとの協議の上、投擲エリアを示す補助線を引いてもよい。

3.1 プレイヤー

- 試合開始前に、その試合におけるプレイヤーと投擲順を、チーム代表者が全対戦チームに報告する。
- セットの途中でプレイヤーおよび投擲順の変更は認められない。
※プレイヤーが負傷および体調不良により競技を継続できない等の事象が発生した場合は、主審判または大会本部スタッフの判断に委ねられる。
- 各セット毎での、プレイヤーおよび投擲順の変更は可能。



4.1 フォルト

- ルール違反が発生した場合は、次の投擲までに審判員によりコールされる。
- セルフジャッジの場合は、対戦チームより指摘をすることができる。
ただし、次の投擲後に指摘をしても無効となる。
- セルフジャッジの場合において、双方の合意が得られない場合は、大会本部スタッフの判断に委ねられる。
- フォルト成立時、その投擲は投擲ミス（0点）となる。

※倒れたスキットルは倒れた位置に立てる。

4.2 オーバースコア

- あるチームの得点が50点を超えた場合、25点に戻り、試合は継続される。

4.3 投擲ミス

- 投擲後、スキットルが1本も倒れない場合、投擲ミス（0点）となる。
- 連続して3回の投擲ミスをした場合、そのチームはそのセットでは失格となり、得点は0点となる。



4.4 モルックの落下

投擲をするプレイヤーが、投擲エリア内でモルックを落とした場合、「投擲ミス」と判断される。

<例外>

- ・地面からモルックを拾い上げた際に落とした場合。
- ・プレイヤー同士、又は審判員から投擲するプレイヤーにモルックを手渡し時に落とした場合。
- ・審判員または対戦チーム合意の基、モルックが一時的に地面に置かれた場合。

4.5 時間超過

プレイヤーが投擲時間を超えても投擲を行わない場合、時間の警告が行われる。そのプレイヤーが、同じ試合内で再度投擲時間を越えた場合、投擲資格は失効となる。つまり、そのプレイヤーはそのターンの投擲はできなくなり、投擲ミス（0点）と記録される。

4.6 プレイヤーの不在

試合中、プレイヤーが何らかの理由で不在もしくは投擲できない場合、その投擲は投擲ミスと見なされる（0点）。



4.7 37点ルール

37点以上のチームが、以下の違反（4.8 ～ 4.10）をした場合、投擲ミスかつ50点オーバーと見なされ、25点に戻る。

4.8 モルツカーリの踏み越え

投擲するプレイヤーが投擲エリアに入場してから退場するまでの間に起こる、以下の事例は、「モルツカーリの踏み越え」と判断される。

- ・モルツカーリを動かす又は触る（車椅子等に乗ったプレイヤーがモルツカーリを直線にして投擲した後に角度を戻す場合など、特別な場合は例外とする）。
- ※審判がいない場合、角度の修正は事前に告知しなければならぬ。
- ※審判がいる場合、モルツカーリの角度修正は審判のみが可能である。
- ・モルツカーリの先の地面又はサイドラインを、体のいずれかの部分又は靴で触る。
- ・このルール違反を免れるために、投擲するプレイヤーには投擲後にそのまま一歩後ろに下がることが推奨される。プレイヤーは後ろを向いて投擲エリアを退場してもよい。
- ・モルツカーリの踏み越えは、投擲ミス（0点）と判断される。



4.9 プレイヤーによる投擲順の誤り

プレイヤーが自らの順番ではないときに投げてしまった場合、投擲ミス（0点）とみなされる。その後の投擲順は、正しいプレイヤーが投擲したかのように継続される。ゆえに同じプレイヤーが2回続けて投げることもある。

4.10 チームによる投擲順の誤り

チームが自分たちの順番ではないときに投げてしまった場合、得られた点数は無効とされ、ペナルティとして、そのチームの次の投擲は見送られ、投擲ミス（0点）とみなされる。投擲順は、誰も投げなかったものとして再開される（本来投げるべきだったチームから再開される）。

※誤った順番での投擲でスキップルが倒れた場合、そのスキップルは元の位置には戻さず、その場で立てる。（4.1 フォルトと同様）

5.1 ファウル

- ファウルは以下のように定義される。
 - ・ フェアプレー精神に反する行為
 - ・ 審判員の指示を無視
 - ・ 審判員もしくはプレイヤーへの攻撃（口撃）
- ファウルが行われた場合、審判がファウルをコールし、その理由と警告又はペナルティ、そしてファウルが続いた場合に最小限のような結果になるかを述べる。
- ファウルの重度によりペナルティが与えられる。
- 激しい侮辱・試合操作・激しい攻撃のようなひどい不品行は、事前の警告なくその試合（大会）からの退場につながる場合もある。さらなる調査及び大会除名のようなペナルティが課される可能性もあるため、大会主催者に報告される。

5.2 警告

- 「次のファウルはペナルティになる」という予告。
- 各チーム、1試合において1回のみの発令。 ※行為によっては、試合外でもあり得る。



5.3 ペナルティ

ファウルにより起こりうるペナルティは以下のようなものがある。

< 投擲資格の喪失 >

- ・ 投擲するプレイヤーが投擲エリア内にいる時、又は投擲を終えるまでにファウルが発生した場合、そのときに得た投擲点数を失う。
- ・ 投擲順以外のプレイヤーによりファウルが発生した場合、チームは次の投擲資格を失う。
- ・ 上記はいずれも投擲ミス（0点）と判断される。

< セット参加資格の喪失 >

チームはそのセットを失う。 ※対戦チームの得点は50点となる。

< 試合参加資格の喪失 >

チームはその試合を失う。 ※以降の対戦予定チームの得点は全て50点となる。

< 出場資格の喪失 >

チームは大会から完全に退場とする。

6 審判員

「審判員が必ず正しい」という精神で競技は行われる。

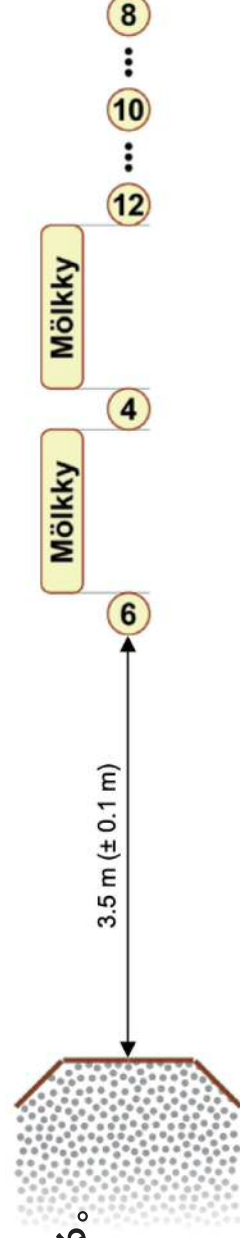




7 モルックアウト

- モルックアウトは、勝利ポイントや合計得点と同じ場合にどのチームを勝利とするか、又は次のセットをどのチームから開始するかを決定する場合などに、大会で使うことができる試合の一種である。セットの一部ではないので、プレイヤーの投擲順は異なってもよい。
- スキットル6、4、12、10、8が一列に、それぞれモルック縦一本分の距離を開けて置かれる。一番手前の6は、通常の距離に置かれる（約3.5m）。
- モルックアウト開始前に、プレイヤーの投擲順を審判に知らせる。
- どのチームが最初に投げるかを、コイントスで決めてもよい。
- 3-4人制の試合では、それぞれのプレイヤーが1回ずつ投げることができる。
- 1-2人制の試合では、それぞれのプレイヤーが2回ずつ投げるができる。
- チームの投擲順は以下のようなになる：
 - 4人制：A BB AA BB A（初投Aチーム、Bチームが2投、Aチーム2投、Bチーム2投、最後の投擲Aチーム）
 - 3人制：A BB AA B
 - 2人制：A BB AA BB A
 - 1人制：A BB A
- 倒れたスキットルは元の位置に戻される。
- 得点は通常通り合算される。

↓モルックアウトの時の配置



8

その他

- フェアプレーの精神は試合に必須である。
大会では良い雰囲気づくりとフェアプレーが求められる。
プレイヤー同士、お互いを尊重しなければならない。
不適切な言動、行動が見受けられた場合、審判員又は大会本部スタッフが警告し、
重度によってはプレイヤー又はチームは退場となることもある。
- 投擲中は、参加しているチームが試合に集中できるように静観しなければならない。

