

1 このプログラムをこんなふうに使ってください



家庭教育学級（母親学級、成人教育学級などさまざまな呼び方があります）には、講演会型や体験活動参加型、子育てサロン型、在宅取組型など、いろいろな学習形態があります。詳しくは、家庭教育学級運営マニュアル「みんなで子育て」（県ホームページよりダウンロードできます）のP4～5をご覧ください。

どれもそれぞれよさがあり、いろいろな学習形態を取り入れたり、組み合わせたりして実施されています。

その中の「子育てサロン型」に参加された方々からは、「話を聞いてもらってスッキリした。」とか、「悩んでいるのは自分だけじゃなかった。」などの感想が出され、このような機会をもたれたことに非常に満足されていることがわかります。

また、「子育てサロン型」で学んだことを「在宅取組型」によって各家庭で実践することができ、家庭教育学級になかなか参加できない保護者も含め、多くの保護者に家庭教育の重要性について働きかけることができます。

そこで、この「子育てサロン型」「在宅取組型」の家庭教育学級をさらに充実するために、保護者の皆様方が

誰でも楽しく参加でき、誰でも会を進めることができる

「家庭教育プログラム」を作成しました。話題を決めずに自由に話すのも一つの方法ですが、時にはテーマを決めて話し合うのもよいのではないのでしょうか。そして、話し合った成果について、各家庭で実践していただくとよいと思います。そんなとき、活用していただきたいのが、この「家庭教育プログラム」です。

「家庭教育プログラム」を活用していただくことによって、次のような効果が期待できます。

- それぞれの家庭の必要に応じた情報を得ることができる。
- 自分の家庭教育に安心感をもつことができる。
- 主体的に家庭教育について考えることができる。
- 保護者同士のつながりを深めることができる。
- 学んだことを家庭で実践することができる。

家庭教育は、「こうすればうまくいく」、「これが正解」というものではありません。ですから、「家庭教育プログラム」を使った家庭教育学級が、答えや結論を出すものではなく、参加者がそれぞれ意見を出し合うことで自分に合った方法を見つけたり、自分の家庭に合わせて工夫したり、これでよかったんだと再確認したりすることができる場となることを願っています。





2 プログラムの特色と構成

(1) 子育てサロン型

話してスッキリ、聞いて「なるほど！」

身近な出来事をもとに、参加者同士が話し合い、知恵を出し合い、参加者全員で作りに上げるプログラムです。

参加者が、安心して話し合いに参加できるように、進行役(学習活動を支援し促進する人)が、会を進行していきます。

参加者は、交流を通して自分にとって必要な情報に自ら気づき、獲得していきます。

たとえば、このように進めてみましょう！

1. アイスブレイク (10分)

雰囲気を和ませます。

2. ワークショップ (40分)

意見交換をして情報や悩みを共有します。

3. ふりかえり (10分)

自分を振り返り、新たな気づきがうまれます。

- ・ 保護者のネットワークづくり
- ・ 各家庭での実践

(2) 在宅取組型への発展

全ての保護者が、家庭教育の実践！

挨拶や歯磨きなどの生活習慣づくりや読書など、親子でできることを決め、各家庭で取り組みます。

取組の目的を明確にした上で、各家庭の状況に応じた取り組み方や内容を選択できるように配慮しましょう。

講演会型や子育てサロン型等の家庭教育学級への参加が難しい保護者にも家庭教育について働きかけることができます。また、家族のコミュニケーションを深めることができます。

たとえば、このように進めてみましょう！

1. 広報

参加者全員が家庭教育学級の目的や内容、取組方法等について共通理解します。

2. 目標の確認

各家庭で取組目標をつくります。参加者全員が同じ目標の場合は親子で目標を共有します。

3. 取組

取組カードに記録します。

4. ふりかえり

実践中や実践後、家族で思いを伝え合います。

- ・ 家族のコミュニケーションが深まる
- ・ 次の実践への挑戦

3 参加者全員で確認したい3つの約束



この会は、ともに楽しく学びあい、皆さんでつくり上げていくものです。「参加してよかった」と思っていたくために、協力していただく3つの約束があります。

◇始める前に、参加者全員で必ず確認しましょう。

参加

積極的に話し合いに参加しましょう。

全員が参加できるように協力をお願いします。

尊重

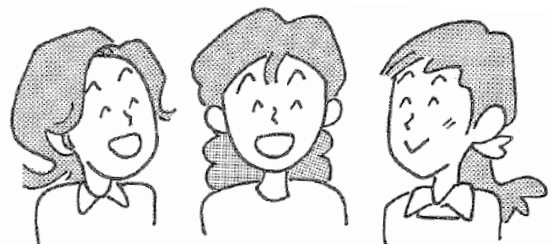
お互いの意見や感じ方を尊重しましょう。他の参加者の意見を否定したり、自分の考えを押し付けたりしないようにしましょう。

話したくないことはパスしてもかまいません。

守秘

子育ての交流ですから、個人情報に関わる内容も出てきます。同じ時間を共有する者同士の信頼関係のうえで行われる交流です。

決して口外しないようにしましょう。





4 プログラムの活用場面

学校・幼稚園・こども園・
保育所（園）の家庭教育学級

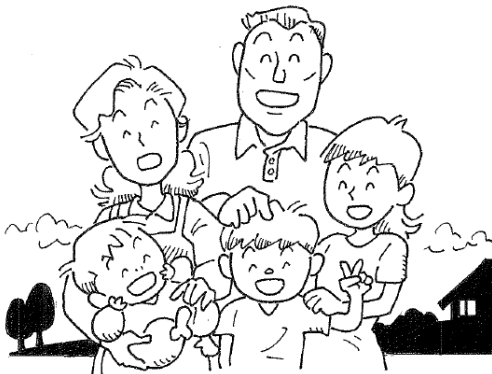
乳幼児学級
乳幼児健診

企業内家庭教育研修

子育て講座（公民館
や保健センター等）

PTA 研修会 保護者会
学級懇談会

入学・入園説明会
就学時健診



5 進行役について



(1) 子育てサロン型

進行役の役割



- ・ 参加者が安心して話し合いに参加できるように工夫し、参加してよかったと思っていただけるようにサポートしましょう。
- ・ 結論を出したり、まとめたりする必要はありません。
最初に、話しやすい和やかな雰囲気づくりができれば、会の大成功は間違いありません。

ポイント 1

和やかな雰囲気づくり

<事前の準備>

- ・ 参加者の情報（テーマに関する実態等）をできる範囲で把握しておきましょう。
- ・ 可能であれば、託児の準備をしておきましょう。親子同伴での実施であれば、お絵かきセットの準備等ができるとういですね。
- ・ 「活動のねらい」について、分かりやすく要点が押さえられるような表現を心がけましょう。
- ・ 参加者のニーズやお子さんの発達段階等により、プログラムを選定しましょう。進め方をアレンジしたり、各プログラムを組み合わせてたりして、効果的に進められるように十分検討しましょう。
- ・ ワークシートの「こんなことはありませんか？」については、便宜上ケースごとに、お父さん・お母さんの設定がしてありますが、どちらでもかまいません。

<当日の講座：ワークショップ>

- ・ 参加者の緊張をほぐし、何でも言える、何でも受け止めてくれると感じる雰囲気をつくりましょう。
- ・ 参加者の様子を見ながら、全員が参加し、平等に意見が言える雰囲気が保たれるように配慮しましょう。参加者同士がお互いを尊重しあう、和やかな雰囲気を作りましょう。途中で、全く違う方向に話し合いがそれたり、孤立しているような方がいらっしゃったりしたら、さりげなく声をかけるとよいですね。

ポイント 2

参加者への配慮

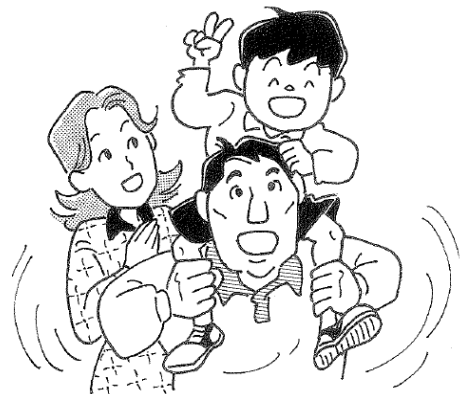
- もし、好ましくない状況になったら、その原因には触れず適宜アドバイスをして流れを変えましょう。また、参加者が流れを理解できているか、時間の配分はよいかなど、進行上の調整をしましょう。
- 進行役は、参加者同士をつなぐ世話役でもありますから、参加者がよい人間関係を築けるようにしましょう。

<当日の講座：ふりかえり>

- 参加者の気づきや学びのある発言をメモしておき、全体で共有できるように投げかけましょう。
- 共感的立場で参加者の言葉など活かしながらアドバイスしましょう。また、参考資料等あれば、紹介しましょう。

<事後に配慮すること>

- 参加者には、様々な立場の方や思いをもった方がいらっしゃいます。表情や仕草、話し方など一人ひとりの様子に気を配りながら、臨機応変な対応に心がけましょう。中には、思いつめたり取り乱したりされる方もいらっしゃるかもしれません。そのときは、終了後、個別に話を聞くなど、寄り添うような対応を心がけましょう。



(2) 在宅取組型



進行役の役割

- ・参加者が、取組の目的や方法、取り組むことの良さについて共通理解し、成果を共有できるように工夫しましょう。
- ・取組を通して親子のコミュニケーションが深まるように工夫しましょう。
- ・楽しく取り組めるよう、取組表やネーミング等工夫しましょう。最初に、参加者が「やってみようかな」「やってみたい」という気持ちになったら取組の大成功は間違いありません。

ポイント 1

取組の様子をイメージしよう

<事前の準備>

- 何について取り組むのかを決めます。
 - ・生活習慣を身につける（挨拶、歯磨き、時間を守る等）、望ましい活動の促進（お手伝い等）、親子の触れ合いの促進（親子読書、ハグをする等）、社会的な問題への対応（ゲーム・スマホ等）など様々なテーマが考えられます。
 - ・取組の対象になっている保護者や子どもたちにとって何が必要かを考えてみましょう。普段の保護者同士の話題の中からとりあげたり、保護者にアンケートをとったりすることも有効です。
 - ・学校や園が力を入れている教育活動と組み合わせると効果的です。
- 取組方法を決めます。
 - ・目標や期間、取組表への記入の仕方等を決めます。取組を行う子どもや保護者の様子を具体的にイメージするとよいです。
 - ・年齢別のテーマや、各家庭の状況に応じたテーマ等「目標」は変わってくるかもしれません。年齢や、各家庭の状況に差がある場合は、具体的な目標例をいくつか紹介した上で、家庭ごとに目標を作ってもらうことも有効です。
 - ・期間は、子どもや保護者の実態にあわせてやりきれる範囲で設定し、実施前に家族で話し合ったり、実施後に振り返りをしたりする時間もとるようにしましょう。夏休みや連休等、子どもたちが家庭で過ごす時間が長い時に、取組を行うことも有効です。
 - ・取組表は、できたら色をぬる、シールを貼る等、子どもたちの意欲が高まるように工夫してみましょう。

ポイント 2

取組の意義や価値、成果を共有しよう

<取組の開始 >

○取組を周知します。

- ・取組の案内には、取組方法だけでなく、その取組を通して子どもたちや保護者にどんな学びや成長があるのかという取組の意義や価値についても載せましょう。

※家庭教育についての講演会や研修会、交流会等を行い、そこでの学びを在宅取組型として実践することもできます。その場合、講演会等に参加できなかった方にも会の内容が伝わるような案内を作りましょう。

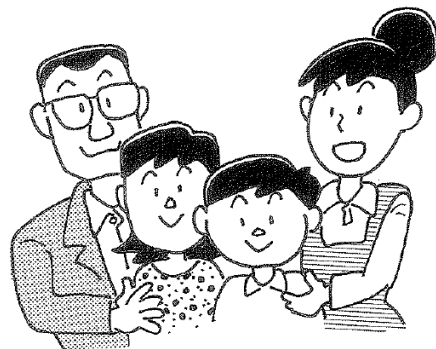
<事後に配慮すること>

○成果をまとめ、周知します。

- ・提出された取組表は一人一人ががんばった成果です。花丸を書いたり、コメントを書いたりして、努力を認めて返却しましょう。
- ・取組の様子や子ども・保護者の声などを通信にまとめ、紹介しましょう。すてきな姿を多くの家庭に広めることができます。また、保護者が取組の価値を再確認することで、取組期間終了後も取組内容を大事にして生活することができるでしょう。

参考：家庭教育学級運営マニュアル「みんなで子育て」(P26)

【まとめの広報例 2】在宅取組型の場合



6 取組を活発にする手法あれこれ



(1) 子育てサロン型 ～話し合いを活発にする～

○意見がなかなか出ないと感じたら、ちょっとした工夫で活発になる場合もあります。



①ロールプレイ

役割を決めて、演技をします。演じることで他者の立場になって考えたり、感じたりすることができます。



②ビデオ等の視聴覚教材の活用

話し合いの話題を提供したり、視点を明確にしたりするために、テーマに関するビデオ等を見ます。話し合いの時間を十分にとるために、ビデオについては長くなりすぎないように、必要な部分を事前に検討しておく必要があります。



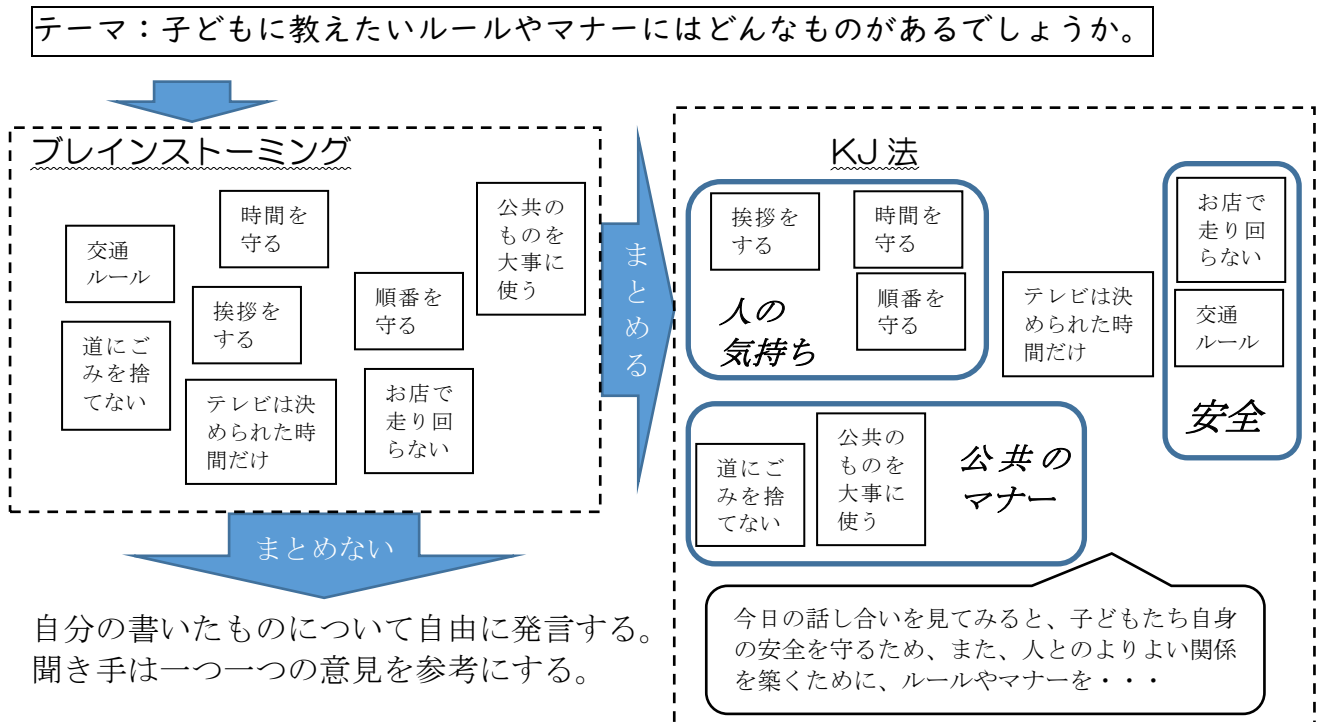
③ブレインストーミング

参加者が気楽な雰囲気の中で、自由に思いつきやアイデアを出し合います。カードや付箋に次々に記入していくと、まとめるときにわかりやすくなります。

・批判厳禁 ・自由奔放 ・相乗り歓迎 ・質より量 を意識して、進めることが大切です。

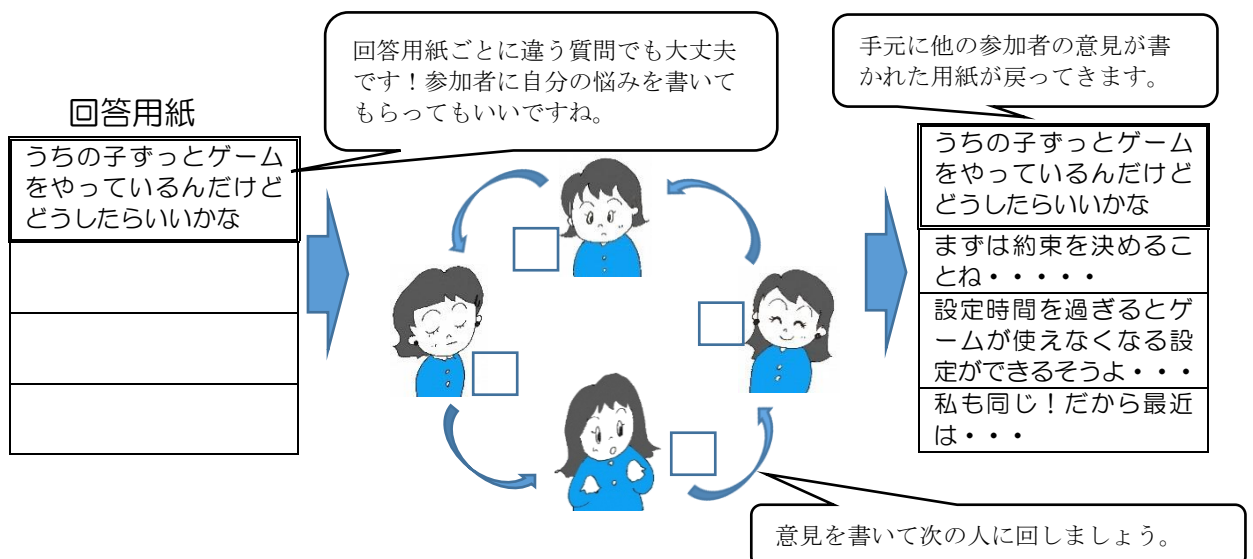
④KJ法

様々な意見やアイデアをまとめていくための方法です。③ブレインストーミング等で出された、意見やアイデアが記入されたカード（付箋）を、共通点のあるものでまとめて、まとまりごとに見出しをつけます。



⑤回答用紙を回す

質問事項と回答欄のある用紙を回していきます。参加者は用紙に質問についての答えを書いて、まだ記入していない方に用紙を回していきます。限られた時間の中で、複数の問題について回答を集めたい時に有効です。また、大勢の前で話をするのが苦手な方も気楽に参加することができます。



⑥マトリックス法

縦と横にそれぞれ項目を決めて、縦と横に組み合わせたそのマス目ごとに考えていきます。

| | 外遊び | 家の中の遊び |
|-----------------|-----------------------|--------------------------|
| いいなと思っ ていること | 晴れた日は外に出て遊ぶ ことができる | 「読んで」と本をもつてく るようになった。 |
| 困っていること | 遊具の順番でけんかがお きる。 | 部屋の中で走り回る。 |

⑦ランキング

課題やテーマに対して思いつく考えをカード（付箋）に記入し、参加者が自分にとって大切だと考えるものから順位をつけます。そして、順位をつけた根拠を発表し、話し合います。

テーマ：あなたが考える子どもに教えたいルールやマナーランキング。

1位 2位 3位

| | | |
|-----------|-----------|-------------------|
| 挨拶を する | 時間を 守る | お店で 走り回 らない |
|-----------|-----------|-------------------|

わたしがこういう順番にしたのは・・・



1位 2位 3位

| | | |
|-----------|-------|-----------------------|
| 挨拶を する | 交通ルール | テレビは決 められた時 間だけ |
|-----------|-------|-----------------------|

わかるわ、やっぱりまず、挨拶よね。私は、次に・・・



(2) 在宅取組型 ～取組への意欲を高める～



○みなさんに意欲的に取り組んでもらえるように、工夫をこらした在宅取組型活動実践を参考にしてみましょう。

☆「早寝・早起き・朝ごはん・一日一回うんち」飛騨市立旭保育園

子どもたちの生活リズムを見直す機会にしてほしいという願いのもと、夏休み9日間、冬休み10日間取り組みました。「休日は寝るのが遅くなってしまいう日が多かった」という気づきがあったり、「どうして毎日朝ごはんを食べないといけないのか」を子どもと話す機会にもなったようです。

《取組の流れ》

- ① 夏季休業に入る前に、保護者会日より「あさひ」において取組を周知する。同時に丸型のチェックカードを配布。
- ② 早寝、早起き、朝ごはん、一日一回うんちのうち、3つできたらカードに色を塗る。
- ③ 取組後、親から子どもへのメッセージを書き、園に提出。
- ④ 冬季休業にも同様に取り組む。
- ⑤ 取り組んだチェックカードは、表に子どもの顔写真、裏にきらきら星を貼ったメダルにはさみ、返却する。
- ⑥ 終了後、保護者にアンケートを取り、各家庭での感想を聞く。



《こんな工夫をしてみました》

- ・子どもたちが楽しく取り組めるように、チェックカードをデザインしました。
- ・取組後は、がんばった足跡が残るようにカードをメダル型にまとめて返却しました。

☆「絵本を通じて豊かな心を育てよう～親子で絵本に親しもう～」郡上市立和良保育園

「親子で絵本に親しもう」という年間テーマに沿って、年間2回取組を行いました。

《取組の流れ》

- ・第1回在宅取組 4/27 ～ 5/6
- ・絵本についての学習会
- ・第2回在宅取組 8/10 ～ 8/18

なつやすみ 絵本を通じて豊かな心を育てよう
～親子で絵本に親しもう！～

| | 10 日にち | 13 日にち | 14 日にち | 15 日にち | 17 日にち |
|---|---|------------|--------------------|--------------------|-------------------|
| 絵本のタイトル | アップ エタの ヒメコ | トノサマ ガサ | シシタン ぶらんこ のせ | シシタン ぶらんこ のせ | アップ エタの ヒメコ |
| 絵本が読まれたかを しましたか? | 父 | 父 | 父 | 母 | 母 |
| お子さんのつよみや 感想など 保護者の方の感想 に添ったコメント で絵本を書くこと ご自由に書いて下さり | 「早くおへん」の絵本が大好きです。お父さんとお母さん、お兄さん、お姉さん、お友達と読んでいます。お父さんの声はとっても素敵です。お母さんの声も大好きです。お兄さんとお姉さん、お友達と読んでいます。お父さんとお母さん、お兄さん、お姉さん、お友達と読んでいます。 | | | | |

※8月20日(木)までに園に提出して下さい。よろしくお祈りします。

わらほいくえん
～にこにこ学校～

①8月10日～8月18日の間の5日
親子で絵本を
②園で絵本を一緒に読んでいきます
※1冊は読んであげられると
いいですね。

【今回(2回目)の感想】
お父さんの読み聞かせは面白く、
声のハリもあり、子どもが喜びな
がら聞いていました。いろいろな
人が読むことも大切ですね。

【前回と比べてどうでしたか】
親も子ども本を読むことが大好きに
なってきたのかなと思いました。

《こんな工夫をしてみました》

- ・活動のねらい、感想等を通信にまとめて発行し、保護者全員が活動内容や成果について共有できるようにしました。
- ・2回目の取組時には、1回目と比べた感想を記入できるようにしました。活動に対する新しい気づきがあったり、子どもの成長や変化を感じたりすることができました。

☆「もうすぐ運動会だ!朝みそしるを飲もう!キャンペーン」中津川市立中津川幼稚園

中津川幼稚園では、1年間を通して、9回の「キャンペーン計画」に取り組んでいます。4月にキャンペーンの内容と取組期間が書いてある取組カードを配り、キャンペーン期間に親子でがんばり、できたらシールを貼ります。期間が終わると保護者が感想を書いて園に提出します。

| 月 | 取組内容 | 8日(水) | 9日(木) | 10日(金) | 11日(土) | 12日(日) | 13日(月) | 14日(火) | 感想 |
|--------|---|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--|
| 4月 | 目標を決めよう～家庭訪問で配布したカラーの学カアップの用紙に目標を書こう! | | | | | | | | |
| 5月 | おはよう! キャンペーン あいさつできたらシールをはろう! | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 まだ「はずかしさ」あり、自分から言う事は少ないですが、入学に向けて元気にあいさつできるよう声かけていきます。 |
| 6月 | ・パンツで寝よう! キャンペーン 紙オムツをはずそう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 便秘体質なので、朝スムーズに排便する事はあまりなかったですが、今日は2回出ました! 毎日トイレに座る習慣は大切なんだと再認識できました。これから継続していきます! |
| | ・朝ウンチをしよう! キャンペーン 朝食後10分したらトイレに座ろう! 座ったらシールを貼ろう! ウンチが出たらもう一つシールを貼ろう! | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |
| 7月 | 運動会親子ふれあいキャンペーン お手伝いを一日やろう 何をしたら書いてね | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 「ぎゅっ!」をするとよく寝れました。これから継続していこうと思います。 |
| | 朝お味噌汁を飲もう! キャンペーン 運動会の練習がはじまるよ 熱中症予防にお味噌汁を飲んでこよう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |
| 10月 | 絵本マラソン *上の段に絵本の名前を書いて、読んだら、下の段にシールを貼りましょう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 ・おもしろかった本() |
| | 絵本マラソン *上の段に絵本の名前を書いて、読んだら、下の段にシールを貼りましょう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |
| 11月 | 絵本マラソン *上の段に絵本の名前を書いて、読んだら、下の段にシールを貼りましょう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 ・おもしろかった本() |
| | 絵本マラソン *上の段に絵本の名前を書いて、読んだら、下の段にシールを貼りましょう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | |
| 12月 | 環らサンタがやってくる 8月に寝ようキャンペーン! | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 |
| 1月 | 言葉遊びキャンペーン ・親子で言葉遊びをしよう ・親子でいっぱいお話をしよう | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 |
| 2月 | 大きくなるうキャンペーン | ● | ● | ● | ● | ● | ● | ● | 感想 |
| 一月間の感想 | | | | | | | | | |

【みそしるキャンペーン取組内容】

- ①キャンペーンのお知らせで、保護者にみそ汁のすごさを伝える。
- ②脱マンネリ化ワンランクアップのみそ汁レシピを紹介する。
☆かき揚げみたい! 桜海老のみそ汁
☆出汁をギュッと吸った高野豆腐のみそ汁
☆シャキシャキ食感がおいしいレタスとアサリのみそ汁
- ③みそ汁を飲んだら、取組カードにシールを貼る。
- ④取組期間が終わったら、感想を書いて提出する。

《こんな工夫をしてみました》

- ・取組の内容が伝わり、みんなに親んでもらえる取組名を考えました。
- ・1年間のキャンペーン計画のテーマと取組期間が年度初めに決まっているので、見通しをもって親子で取り組むことができました。
- ・「お知らせ」の内容を工夫したり、園全体で一つのことに向かって取り組んだりすることで、子どもも親も目的や方法をしっかり理解して取り組むことができました。

| | | |
|--------|--------|--|
| 13日(月) | 14日(火) | 感想 まだ「はずかしさ」あり、自分から言う事は少ないですが、入学に向けて元気にあいさつできるよう声かけていきます。 |
| 10日(月) | 11日(火) | 感想 便秘体質なので、朝スムーズに排便する事はあまりなかったですが、今日は2回出ました! 毎日トイレに座る習慣は大切なんだと再認識できました。これから継続していきます! |
| 10日(月) | 11日(火) | 感想 「ぎゅっ!」をするとよく寝れました。これから継続していこうと思います。 |

キャンペーン取組カード

7 アイスブレイクに活用できる簡単なゲーム



○アイスブレイクとは、参加者の不安や緊張を氷にたとえ、その氷（不安や緊張）を溶かすという意味をもった活動です。会を始める前に、雰囲気や和ませたり、グループ分けをしたり、自己紹介をしたりするために、活用しましょう。

☆円になって行うもの

①肩たたき

- ・ 右手で右となりの人の肩を8回たたく。（もしもしかめよ かめさんよ）
- ・ 左手で左となりの人の肩を8回たたく。（世界のうちで おまえほど）
- ・ 右手で右となりの人の肩を4回たたく。（歩みののろい）
- ・ 左手で左となりの人の肩を4回たたく。（ものはない）
- ・ 右手で右となりの人の肩を2回たたく。（どうして）
- ・ 左手で左となりの人の肩を2回たたく。（そんなに）
- ・ 右手で右となりの人の肩を1回たたく。（のろ）
- ・ 左手で左となりの人の肩を1回たたく。（いの）
- ・ 拍手をパン！（か）



②となりのとなり

- ・ スタートの方は、自分の名前を言う。（～です。）
- ・ 次の人はスタートの方の名前を言ってから自己紹介する。
（～さんのとなりの～です。）
- ・ その次の人は、前に自己紹介した方の名前を言ってから自己紹介する。
（～さんのとなりの、～さんのとなりの～です。）
- ・ どんどん長くなっていくが、スタートの方は最後に全員の名前を言う。
（これは最後まで秘密にしておく！）

自己紹介に使えます！

③キャッチ

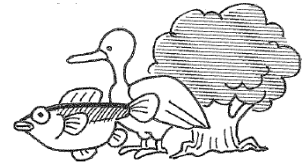
- ・ 全員左手で筒をつくり、左となりの人の前にその手をもっていく。
- ・ 次に右手の人差し指を右となりの人の左手でつくった筒の中へ入れる。
- ・ 進行役の「キャッチ」という合図で、左手は左となりの人の人差し指をつかみ、右手は右となりの人につかまれないように逃げる。



（キャットやキャップなど似た言葉を入れると、間違えてキャッチする参加者がいておもしろいですよ！）

④魚・鳥・木

- ・ 一人オニを決め、輪の中に入る。
- ・ 鬼「魚鳥木（ぎょちょうもく）申すか、申すか！」
参加者「申す、申す！（声をそろえて）」
- ・ 鬼は何度か言いながら円内を回り、数回言った後、誰かを指して「魚（ぎょ）」、「鳥（ちょう）」、「木（もく）」のいずれか一つを言う。
- ・ 指された人は、「魚」なら魚の名前を答える。（タイ・マグロ・サバなど）
- ・ これを何回か繰り返し、一度出た名前を再び答えたり、指されて5秒以内に答えられなかったりしたらアウトで鬼は交代する。



⑤フルーツバスケットゲーム

- ・ 参加者よりも1つ少ない椅子を円形に並べ、鬼は円の中に入り、それ以外の参加者は椅子に座る。
- ・ 鬼は、「料理をするのが好きな人」「朝食を食べた人」などお題を出し、該当する人は今座っている椅子とは別の椅子に移動する。鬼は空いた席にすわる。
- ・ 最後まで座れなかった人が次の鬼となる。
- ・ お題を「今、子育てで悩んでいること」に限定するなどして、プログラムにつなげることができる。

⑥全員パス回し

- ・ ボール（くしゃくしゃにした紙）を持ったリーダーから始めて、名前を言いながら全員にパスを回す。（となりの人に回すのは禁止）
- ・ ボールが全員回って、最後にリーダーにボールが帰ったら、リーダーは手を挙げて知らせる。早く帰ってきたチームの勝ち。
- ・ 作戦タイムをとって再チャレンジ！



⑦紙パズル

- ・ 全員にA4の紙を配り、各自アトランダムに破り、5つのパーツにする。
- ・ グループ全員の紙を集めて混ぜて、5枚のパーツを自分のエリア（いす）に置く。
- ・ 進行者「もとのA4の紙の形に、それぞれ復元してください。一切言葉を発してはいけません。他人のエリアから、紙を取ってきたり動かしたりすることはできません。できるのは、誰かに自分のパーツをあげるだけです。」
- ・ チーム全員の紙が早く復元できたチームの勝ち！（制限時間を決めて実施する場合は、進み具合によって順位を決める）

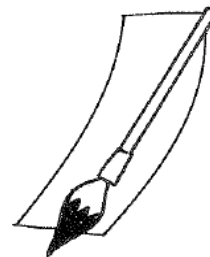


⑧はちまき回し

- ・ 人数に応じてはちまき（タオル）を1グループにつき2～3本準備し、2～3人に渡す。
- ・ はちまきを持った人は、はちまきをしめ手を一つたたいてから、はちまきをほどいて右どなりの人に渡す。これを次々に繰り返す。
- ・ 数本のはちまきのうち、2本が同じ人のところへ集まったら、その人は負けとなる。（早く回したりゆっくり回したりする）

⑨みんなで下の句をお当てなさい！

- ・ サラリーマン川柳、シルバー川柳などから、おもしろい川柳を選んでおき、進行者が上の句を読む。
- ・ チーム（または個人）で、下の句を考え、順に発表する。



⑩仲間集めゲーム

- ・ 進行者が血液型や子どもの年齢（月齢）など、仲間が集まる基準（お題）を出す。
- ・ お題にそってグループができたら座って自己紹介をする。
- ・ 自己紹介後、新たなお題を出してゲームを続けてもよいし、そのままワークショップを始めることもできる。

グループ分けに使えます！

⑪バースデーチェーン

- ・ 1月から誕生日の早い順に席を並び替える。
- ・ その際、ジェスチャーなどで無言で確認し合う。
- ・ 並び終わったら生まれの早い順に名前と誕生日を言っていく。

グループ分けに使えます！

⑫しりとり自己紹介

- ・ 始めに自己紹介する人を決めて、その右どなりの人の名前の最後の一字をとり、その言葉から始まる自分を説明するような言葉をつけて自己紹介する。

自己紹介に使えます！

<例> やぶた たろう さんなら

「うんが悪いといつも嘆いている ぎふ はなこ です。」

「こどもが6人、子だくさん母さんの ははの かがみ です。」……

⑬ぎゅっとリレー

- ・ スタートの人を決めて、「よーいどん。」の合図で右手（左手）をぎゅっと握っていく。
- ・ 握られた人はとなりの人の手を握り、1周したらゴール。
- ・ タイムを計ったり、チーム対戦にしたりすると盛り上がる！



☆2人組で行うもの

⑭両方勝ってグーチョキパー

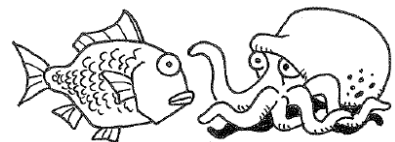
- ・ 両手同時にジャンケンをする。両方とも勝った場合のみ勝ちとなる。
- ・ 「両手でジャンケン、グーチョキパー、ポン。」のかけ声で行い、ポンのときにジャンケンを出す。
- ・ 次々にペアを替えて、最後に勝ちの多い人がチャンピオン！

⑮パンパンタッチ

- ・ 向かい合わせになり、拍手して4拍子のリズムをとる。
- ・ 「パン（1）、パン（2）、タツ（3）、チ（4）。」のかけ声で、一方が3拍目に好きなように手を広げ、もう一方はそれに合わせてタッチする。
- ・ 4拍のリズムを崩さないように続ける。（途中役割交代したり、相手を替えたりする）

⑯たい・タコどっち？！

- ・ 向かい合わせになり、たい役、タコ役を決める。
- ・ お互いの左手の手のひらを合わせる。
- ・ 進行役は、「た～た～た～・・・。」のあと、「たい」か「タコ」と言う。
- ・ 「たい」と言ったら、「たい」の人が右手で相手の左手の甲をたたき、「タコ」の人はすばやく左手をあげて、たたかれないように逃げる。



⑰あいこでにっこりジャンケンポン

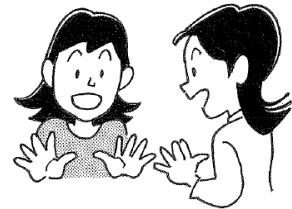
- ・ 「あいこ」になったら、お互いに笑顔で握手をする。
- ・ 「あいこ」以外のときは、「残念でした。またあとで。」と言って別れる。
- ・ 次々にペアを替えてできるだけ多くの人と笑顔で握手する。

⑱弟子弟子ジャンケン

- ・ジャンケンをして、勝負が決まったらそれぞれ次のように、言葉と動作を同時に行う。
 - 勝ち：「あなたは私の弟子。」と言い、「あなたは」で右手人差し指で相手を指し、「私の」で自分の胸を指す。「弟子」で次のジャンケンをする。
 - 負け：「私はあなたの弟子。」と言い、「私は」で右手人差し指で自分の胸を指し、「あなたの」で相手を指差す。「弟子」でジャンケンをする。
- ・これらを繰り返し行う。途中ペアを交代する。テンポよくできたペアを最後に紹介する。

⑲株ケン

- ・ジャンケンで、攻撃側と守備側を決める。
- ・攻撃側は、相手の出す数を予測して、自分の出す数と合計した数を言いながら手を出す。
 - 両手を開いて出す・・・10
 - 片手だけ開いて出す・・・5
 - 手を出さない・・・0
- ・2人の合計数は、0、5、10、15、20のいずれかになる。
- ・2人の合計が攻撃側の言った数になれば、攻撃側の勝ち。ならなかった場合は、守備側の勝ちで攻守交代する。



⑳あんたがたどこさ

- ・向き合って座り、歌いながらタッチを入れる。「あんたがたどこさ」「ひごさ」「ひごどこさ」「熊本さ」「熊本どこさ」「せんばさ」「せんば山にはタヌキがおってさ」「それを猟師が鉄砲で撃ってさ」「煮てさ」「焼いてさ」「食ってさ」の「さ」のところだけ2人の手と手を合わせる。「さ」以外のところは手拍子をする。
- ・「それを木の葉でちょっとかぶせ」の「せ」のところは、お互いの肩に両手をのせる。

