タイトル【センター・ゲーム】

～　オープンクラウド　コミュニティフェスティバル

フェスティバルのセンター・ゲーム会場運営のために役立つゲーム集

目次

はじめに
フェーズ1／第一段階　—　きっかけを作り、興味を引くためのゲーム
池の中、池の外
ウオーターバルーン・バレーボール
狼さん、今何時？
リンボー
山火事
パラシュートを使ったゲーム
フラフープコンペティション
アヒル、アヒル、ガチョウ
熊、猟師、おばあさん
サイモンが言いました
水風船投げ競争
スイカ早食い競争

フェーズ2／第二段階　—　協力して遊ぶゲーム
スポンジで水を運ぶリレー
スプーンで卵を運ぶリレー
その他のリレーのアイデア
綱引き
ボールを落とさないで！
フラフープと輪
特技の発表
鶏投げ競争
包み紙から紐をつくる競争

フェーズ3／第三段階　—　コミュニティとしてのアクティビティ
ダンス
ホキーコキー
ダンシング・ポニー

はじめに

センターゲームはオープンクラウドフェスティバルの核心であり魂でもあります。

センターゲームが有効に機能するための鍵は、この役割に専念し、責任を持った人たち　―各ゲームを理解し、全てのアクティビティに面白さを添えられる人たちのチームを作ることです。道化のピエロがいれば更にコミュニティの層が加わります。運営チームがそれぞれの役割に専念し良いチームワークを見せれば、それ自体がオープンクラウド（開かれた群衆）であり、より多くの人たちを惹きつけます。

来場者する全ての人が歓迎されている、その場の一員として扱われている、安心できる、と感じてもらうために、安全のための境界線として綱引きの大きな綱を使用します。フェスティバルではほとんどの場合センターゲームに関わるスタッフ全員で綱を輪の形に固定し、この輪の中には呼ばれた場合を除いて立ち入らないように、と強く注意を促します。

センターゲームのコーディネーターとMCの両方がフェスティバルのバリューを増強し、また、*人々を励まし、育成を助けます。人こそが大事だから。* **build people up, help people grow because people matter** この言葉が入ったリストバンドを作って身に着けられるようにすることもあります。

センターゲームMCも歓迎的な環境を創るために重要な役割です。警官のように取り締まるのではなく、堅く公平に、フレンドリーに来場者をゲームに招き入れます。

3つの段階の重要性を認識することはコミュニティを作り上げることを可能にするうえで役立ちます。ホキーコキーダンスから始めても上手くいくことはまずありません。初めて何かのグループに参加する時のことを思い出してみてください。慎重に、更には疑い深くなるものです。

それなので、最初の興味を引いて参加に導く段階では、歓迎的で楽しく、時に競争心をあおり、同時にゆっくりと参加者同士の関係を築いていくようなアクティビティが必要なのです。

こうした理由から、「池の中、池の外」「ウオーターバルーン・バレーボール」「リンボー」のような、誰もが参加でき、見ている人たちも笑顔になり、笑い、応援できるゲームから始めます。

フェスティバルの最初の1時間は混乱状態になるであろうということを覚えておいてください。来場者たちが場に親しみ、そこで行われていることに慣れていく時です。MCが常に来場者を歓迎し、主催団体について、また各種アクティビティが行われていること、無料であるということをアナウンスすることが重要です。

ある段階でフェスティバルの第二段階、参加の段階に入っていく時であることにあなたも気付くでしょう。人々が初めの頃よりもリラックスしています。来場者たちが会話やゲームを通じてスタッフと相互の関係を持ち始め、参加することを楽しんでいます。ここで大きな綱を使った綱引きをすると良いでしょう。「ボールを落とさないで！」もコミュニティの感覚を作るのに良いゲームです。特に、ゲームを見ている人に「ボールが地面に落ちないように！」、と飛び入り参加するようなチャンスがあると良いです。運営チームがラインダンスが出来るのであれば、来場者にダンスを教える良いタイミングでもあります。

この段階に、ジャグリングや皿回しを覚えた参加者にデモンストレーションをしてもらうのも良いでしょう。フラフープのコンペティションをする時は上手か下手かに関わらず、全ての参加者が応援・喝采されるべきです。参加している全ての子供たちが認識されることを確認してください。運営チームの各スタッフが10人の子供の名前を覚えるようにお勧めします。子供たちの名前を覚えて、その子たちに会うたびに名前を呼んで話しかけ、ハイファイブをしたり、「かっこいいね」など、

良いところを褒めてあげるようにするのです。子供たちは見てくれている人がいる、好かれていると感じ、
大きくなりつつあるコミュニティの中心から離れたくないと感じます。

2時間ほど時間がかかるかもしれませんが、参加者達がお互いにオープンになりつつあるようならフェスティバルの終盤にかけてエキサイティングな雰囲気になるでしょう。そして第三段落、コミュニティが作られる段階であることがわかります。参加者達は「ホキーコキー」や「マイ・ビッグ・ファット・ポニー」などのダンスに参加する準備ができているはずです。

フェスティバルの最後の何分かは決定的な時間です。多くの参加者がその場で経験したことの何かを理解したいと思っている時なので、もしフェスティバルが数日にわたって行われるのであれば、MC が参加者にフェスティバルを楽しんでもらえたかどうか尋ね、次の日も参加するよう勧めます。MC は積極的に主催者とフェスティバルについてアナウンスし、参加した人たちに、拡張しつつある運営チームのスタッフとして参加して地域にコミュニティを作る一員になりませんか、と働きかけます。

フェスティバルの後に人々を招待することができる次のステップを用意しておくことが非常に重要です。明らかな次のステップが用意されていないなら、フェスティバルも執り行わないことをお勧めします。常に、最後に何が起こるかを視野に入れて計画してください。フェスティバルに関わった全ての人たちと繋がる次の方法は何ですか？来場者に、次の段階のイベントに申し込みまたは参加するように勧めましょう。

このことについての理解が、オープンクラウド、開かれた群衆の核心です。ゲームを運営することは簡単ですが、チームを養成しこのことを促進すことによってみんなが安全だと感じられること。わたしたちが目標とするのは暖かく友好的な体験なのです。

このマニュアルにある、3つの各段階のセンターゲーム用に提案されたアイデアがあなたのコミュニティ・セレブレーションに長年に渡って役立つことを願います。

各ゲームの最初にあるイラストについて

参加者数　必要な運営スタッフの人数

必要時間

ゲームに必要な場所の大きさ、形

第一段階—参加のきっかけを作る段階

お互いを関連付ける道

池の中、池の外

参加者　15～　　スタッフ　4

8分

必要なもの

・　長いロープ

ゲームの仕方

長いロープを地面または床に円形に置く。
ロープで作った円形を「池」とし、参加者は池の外に立つ。
リーダーが「池の中」と言ったら、参加者はロープを飛び越えて池の中に入る。両足をそろえてジャンプすること。
リーダーが「池の外」と言ったら、参加者はロープを飛び越えて池の外に出る。この時も両足をそろえて、向きを変えずに後ろ向きにジャンプする。
リーダーは次のインストラクションに従って、続けて「池の中」「池の外」と号令をかけ続ける。

アウトになる場合

参加者がアウトになったら円形の中に入り、まだゲームを続けている人たちを見て、アウトかどうか判断する手伝いをする。

号令がかかってから2秒以内に正しい位置（中または外）にジャンプしなかった場合はアウト。
ジャンプしてロープを踏んだ場合もアウト。
ジャンプしたときに足が揃っていない場合もアウト。

ヒント

リーダーは参加者を混乱させるために同じ号令を続けて言っても良い。
人数が減ってきたらまだアウトになっていない人たちを一か所に集め、近い距離でゲームを続ける。アウトになった人たちとスタッフで残っている人たちを応援する。

最後の2人になったら、2人ともが勝者であるのだけれど、このゲームの地域の一番の勝者を決める、と発表する。

優勝者が誰か皆に知られるように発表し、可能であれば商品も用意しておく。

このゲームは人を惹きつけるので、フェスティバルの最初に使うのであれば続けて2回すると更に有効。

子供と一緒に大人も参加するように勧める。

ウオーターバルーン・バレーボール

このゲームは世界中で人気があります。特に暑い日に！
ボールの代わりに水を入れた風船を使い、参加するのも見るのも楽しいゲームで、真に皆を喜ばせるゲームです。誰もが参加でき、年齢制限なしで得意・不得意の差もあまりなく楽しめます。

参加者　8～40　　スタッフ 4

10分

4 x 8メートル

必要なもの

- 普通サイズの風船を膨らませ半分程度水を入れたものをたくさん用意する。いくつか大きなサイズのものを用意しても良い。
- シングルサイズのシーツ2枚（参加者の人数が多い場合はダブルサイズ）
- 細いロープまたはネット
- 綱引きの綱を境界線として使う
- 水を入れた風船を運ぶ容器

準備

- 審判を選ぶ
- 水を入れた風船の入った容器をゲーム会場のそばに置き、風船担当を決めて管理する
- 風船をシーツに乗せる担当を選ぶ
- 通常の場外ルール適応

ゲームの仕方

ネットをはさんで1チームずつ、シーツを広げ持ち用意する。
少なくとも10人が参加できるようにシーツの各辺を複数で持つ。

年上のスタッフが参加してボールをトスするタイミングを合図するようにしたり、参加者すべてに公平なゲームになるよう注意する。

チームの名前を決め、ゲーム開始からチームの名前を呼んで応援する。

シーツを持ち上げたり下げたりする練習をする。1、2、3の3のタイミングで風船を投げるように声をかけ合うのがベスト。各チーム、シーツがたるまないようにしっかり持ち、全員が力を合わせてゲームをするよう助長する。
見ている人たちも一緒にカウントダウンするように声をかける。

ゲームのスタッフが A チームのシーツに風船をのせる。

A チームが風船をネットの向こうにトスしてゲームが始まる。

B チームはシーツで風船をキャッチして、3つ数える間に風船をネットの向こうに投げ返す。

B チームが風船を落として割れてしまった場合は A チームが1ポイント獲得。

A チームの最初のトスが B のコートに入らなかった場合は B チームが1ポイント獲得。

風船が割れた場合とアウトゾーンに行ってしまった場合1ポイントずつ加算される。

もう一つのバージョン

2人ずつのチームで同じゲームをすることもできる。シーツの代わりにペアが大きめのタオルの両端を持ち、同じようにゲームをする。

このゲームでの MC の重要な役割は、両方のチームを応援することとエキサイティングな感覚を作り出すこと。また、風船が人に当たって割れるなど面白いことがあれば思いきり笑いましょう。

狼さん、今何時？

かなりたくさんの人数でも出来る楽しいゲーム。

参加者　8～40　　スタッフ　4

8分

20 x 8メートル

必要なもの

・　境界の印となるもの4つ

ゲームの仕方

狼役を一人選ぶ。「狼さん」はゲームをするエリアの片側の端に、その他の人たちに背を向けて立つ。

「狼さん」が遠吠えをしたりお腹をかいたりするとより盛り上がるので、最初のゲームはスタッフの一人が狼役をする。

「狼さん」が立っている位置とは反対側の端を「ホームベース」とし、狼役以外の全員がホームベースからスタートする。全員で一斉に「狼さん、今何時？」と大声で言う。

「狼さん」は振り返り、例えば「5時」のように時間を言う。同時に指で数字を示す。

狼以外の全員一緒に、狼が言った数字を数えながらその数と同じ歩数前に進む。狼が5時と言った場合、他の参加者たちは1、2、3、4、5と大きな声で数えながら5歩前に進む。

この時、スタッフの一人がグループの先頭について、子供たちがそれ以上前に行かないようにし、また一番後ろにもスタッフがついてそれ以上遅れる子がいないようにする。

狼に向かって同じ質問を繰り返し、狼はその都度違う時間を答える。狼以外の参加者はその都度狼が言った数字を数えながら前に進む。

何度か繰り返すと参加者たちは狼のいる場所に近づいていく。近づくにつれて子供たちの興奮も高まる。

何回か繰り返した後、「今何時？」に対して狼は「ごはんの時間！」と叫んで答える。これを号令に、狼以外の参加者はホームベースに向かって逃げ、狼はそれを追いかけて出来るだけ多くの参加者にタッチする。

ホームベースに入る前にタッチされた参加者は狼側に行って一緒に立ち、2回目からは一緒に何時と答えるか決めたり、指で数字を示したり、「ごはんの時間」の合図の後一緒に「食料」を捕まえたりする。

狼になりきってたくさん吠えたり体をかいたりすると更に面白くなります！
何回か繰り返して、最後数人になったら捕まらなかった人たちを拍手・喝采で賞賛して終わります。

リンボー

リンボーは音楽をかけ、参加者が踊り始める楽しいアクティビティです。ゲームのポイントは誰が一番低いバーの下をくぐりぬけられるか見ることです。

参加者　8～40　スタッフ　4

10分

4 x 8メートル

必要なもの

- リンボーのバーまたはほうきなどの柄、ロープ、ホースなど代わりに使えるもの
- 音楽

準備

- バー（またはロープ）を持つスタッフ2人、更にもう一人、参加者の列の一番後ろに立つスタッフ（できれば道化）。音楽がスタートしたら道化役が手を振ったりしてもっと多くの人が参加するよう呼びかける。
- 参加者がバーの下をくぐりぬけようとして倒れた場合支えられるよう2人バーの両脇に立つスタッフを選ぶ。この2人は失格になった人はそこで終了となるなど、ゲームが公平に進められるよう注意を図る。
- 更に2人、人の流れをスムーズにする役目をする人を選ぶ。

ゲームの仕方

リンボーのバーを2人で約4フィートの高さに持つ。（1フィート＝約30㎝なので約120cm ぐらい。）最初の何回かはほんの少しずつ低くする。大人の参加者が来た場合喝采して歓迎する。更に年齢が上の人が参加しに来たら更に大きく喝采して歓迎する。

全員がバーの下を通過する。顔が前に、背中をそらせてバーに触れずに下をくぐり抜けるよう参加者に指示をする。足が先に、それから上体、頭という順にバーの下を通過する。

バーに触れて、落ちた場合は失格。失格になった人が退場する時にも必ず喝采すること。失格になった人たちはその後近くに残り、他の参加者を応援ると良い。

最後の一人になるまで各回バーを低くしていく。みんなが応援、喝采するように勧める。リンボーコンテストは10歳以下と10歳以上に分けて開催しても良い。優勝者に小さな賞品を用意する。

リンボーのための楽曲をネットで購入することもできる。

（iTune リンク）

- 「リンボー」カリンボ・スチールバンド
- 「リンボー」デーヴィッド・アンド・ハイスピリット
- 「エブリバディ・リンボー」ネルソン・ジル

山火事

このゲームはいくつか違ったバージョンがあります。「山火事」は与えられた数字で参加者をグループ分けするゲームです。中程度から大きなグループに適しています。

参加者　10～　　スタッフ　2

5分

必要なもの

- 特になし

ゲームの仕方

リーダーは輪の中心に立ち、「山火事」と大きな声で言う。

それを合図に参加者は皆時計回りに走り始め、「山火事」に答えてリーダーの声の調子と同じように「走れ、走れ、走れ」と言う。

リーダーは「山火事」と繰り返すが、声のトーンや大きさを変える。例えば早口、ゆっくり、中ぐらい、など。参加者はそれに合わせて早く走ったりゆっくり走ったりする。

リーダーは様子を見て「山火事」の代わりに数字を言う。参加者はその数字の人数のグループを作る。例えばリーダーが「5」と言った場合、5人ずつのグループを作る。

MC は各グループの人数を確認、正しい数のグループを作れずにはぐれてしまった人たちはリーダーと一緒に輪の中心に立つ。

ゲームの緊張感はリーダーがいつ数字を言うかわからないところ。何回も「山火事」と繰り返しても良いが、だらけたり飽きられたりしないよう気をつける。

パラシュートを使ったゲーム

パラシュートを使ったゲームは大人も子供も大いに楽しめ、協力した遊びやそうでない遊びも楽しめます。

参加者　10～　　スタッフ　4

10分

必要なもの

・　大きなパラシュート

お勧めのゲーム

1. エスキモーの家 —　みんなでパラシュートの周りに立ち、パラシュートの端を持つ。パラシュートを一斉にピンと引っ張り、地面に近く引き下ろす。3つ数えるのを合図に、一斉にパラシュートを上に引き上げる。パラシュートが空気で膨らみ、カメの甲羅かエスキモーの家のような丸い形になる。

2. 全員交代　—　リーダーは誕生月、名前、数字、色などを言う。当てはまる子供たちはパラシュートが地面に着く前にパラシュートの下をくぐって場所を交代する。パラシュートの縁にいる子供たちはキャノピーがゆっくり落ちるよう注意を払い、パラシュートが強く引っ張られないようにする。
3. キノコ —　3つ数えるのを合図に子どもたちは腕を上に挙げ、パラシュートを頭上に持ち上げる。それからパラシュートを後方に引っ張り、パラシュートの端に座る。
4. 転がるボール　—　軽いボールをパラシュートの上に乗せる。ボールがパラシュートの上を転がるようにみんなでパラシュートを動かす。
5. メリーゴーランド　—　体を横に向け、パラシュートを片方の手で持つ。歩く、片足とび、ジャンプ、スキップなどでパラシュートを持ったまま動く。
6. 猫とネズミ　—　子供たちはパラシュートの周りに輪になって座り、パラシュートを上下させて波を作る。ネズミ役の子供はパラシュートの下に隠れ、外にいる猫役の子供がネズミがどこにいるか探す。

フラフープコンペティション

参加者　5～　　スタッフ　2

10分

必要なもの

・　フラフープ　5つ

フラフープのデモンストレーションについての特別なメモ;
子供たちを何人か選び、フラフープをどれだけ長くできるか試すため輪の中心に来てもらう。一人ずつ紹介し、参加者の全てが喝采されるようにする。

10からカウントダウンしてフラフープを一斉に始める。落としてしまって自分の場所へ戻る子供に喝采する。何人も残っている場合は、ベストの2人を最終戦に選ぶ。

2人残った競技者で最後のゲームをする場合、フラフープをしながら歩く、後ろ向きに歩く、など条件をつけて少し難しくする。最後

の2人が両方とも再度みんなに紹介され、賞賛されるようにする。

アヒル、アヒル、ガチョウ

このゲームは輪になってするもので、人数が少なめか中ぐらいの子供たちのグループで一番楽しめます。特に小さな子供たちに人気があるゲームです。

参加者　5～　　スタッフ　2

5分

必要なもの
特になし

ゲームの仕方
参加者は輪になって、内側を向いて座る。

参加者の中から一人「キツネ」役を選ぶ。キツネは輪の外を歩きながら、座っている人たちを一人ずつ「アヒル」と呼び、それぞれの頭を順番に軽くさわる。途中一人選んで「ガチョウ」と言って同じく頭を軽くさわる。

「ガチョウ」を選んだ後、「キツネ」は時計回りに輪の外側を走る。

「ガチョウ」は立ち上がり「キツネ」を追いかけて、追いついたらタッチする。「キツネ」は追いつかれないよう走り、「ガチョウ」が座っていた場所に座る。

「キツネ」がタッチされずに「ガチョウ」の場所に座った場合、「ガチョウ」が「キツネ」になり同じゲームを繰り返す。

「ガチョウ」が「キツネ」に追いついてタッチできたら、「ガチョウ」は元の場所に座り、「キツネ」はまた「キツネ」として同じゲームを繰り返す。

ヒント
「キツネ」が頭に触るとき強く叩かないよう、軽く触っていることを確認する。
「キツネ」が「アヒル」「ガチョウ」と他の人たちにはっきり聞こえるように大きな声で言うよう確認する。
走る時は皆同じ方向に、お互いや他の人たちにぶつからないよう気をつける。

熊、猟師、おばあさん

このゲームは人数が多くても楽しめます。じゃんけんのように、一つのアクションがもう片方のアクションに勝つゲームです。

参加者　12～　スタッフ　4

10分

20x8メートル

必要なもの
・　特になし

ゲームの仕方
参加者を2つのチームに分け、向い合うように両端に集まらせる。各チームみんなで相談して、相手チームに勝つために、「熊」か「猟師」か「おばあさん」を選ぶ。

それぞれの動作は以下の通り。
おばあさん　―　片手を腰に当て、もう片方の手は相手チームに向かって指をブラブラさせて振る。
猟師　―　両手を前に伸ばして「バン！」と言いながら銃を撃つ真似をする。
熊　―　両手を宙に、手は熊の爪のようにして「ガオー」と叫ぶ。

キャラクターを選んだら、両チームとも真ん中まで進み、お互いの間を1メートル程度開けて向き合う。リーダーが3からカウントダウンしたら全員自分のチームが選んだキャラクターの動作をする。

おばあさんは猟師に勝つ。
猟師は熊に勝つ。
熊はおばあさんに勝つ。

勝ったチームは歓声を上げ、1ポイント獲得する。同じようにゲームを続け、5ポイント先に獲得したチームが勝つ。
両方のチームが同じ動作をすると面白い。この場合は引き分けで、各チームの位置に戻りキャラクターを選びなおす。

サイモンが言いました

このゲームは長年親しまれている子供たちのゲームで、少人数から中ぐらいの規模のグループで遊ぶのに適しています（最低5人）。「サイモン」の命令に従って遊ぶゲームです。

参加者　5～　スタッフ　1

10分

4x4メートル

必要なもの
- 特になし

ゲームの仕方
参加者に少し感覚を開けて集まってもらう。

ゲーム会場の MC またはスタッフの一人が「サイモン」になり、何をするか命令する。（体を動かす動作。例えば「両手を合わせなさい」「ジャンプしなさい」など。）

命令が「サイモンが言いました」で始まった場合、参加者は命令に従って動作をする。

命令が「サイモンが言いました」で始まらず単に「○○しなさい」だけの場合は、その命令に従わずじっとしたままでいる。

上の二つのルールを守れなかった参加者は失格となる。

上手く命令を聞き分けて最後まで残った参加者が勝者となる。

命令の例;
体の部分に触る　―　鼻、耳、頭、顎、目、口、髪、首、お腹、足、膝、つま先など。
手をたたく、頭を掻く、瞬きをする、うなずく、ぐるりと回る、地面に手をつく、頬をたたく、膝を曲げる、大きな声で笑う、腰を曲げて前にかがむ、ウェーブをする、腕を曲げる、高くジャンプする、低くかがむ、舌を出す、一歩前に進む。その場でランニングをする、スタージャンプをする、など。

水風船投げ競争

参加者　10～　　スタッフ　3

8分

8x4メートル

必要なもの
- 水風船　（5人のチームに各2個）

ゲームの仕方
- スタートの位置としてロープを地面に置く。
- 5人一組のチームを作り、最初の人がスタートラインに立つ。
-
- 他の4人は間隔を開けて一列に並ぶ。1番と2番目のプレーヤーは、1番目が水風船を投げたら2番目が確実にキャッチできると思われる間隔をとって立つ。3番目も同じように、2番目が水風船を投げたら受け止められると思われる間隔で立つ。4番目、5番目も同じ。

・ 一度それぞれの場所を決めたらそこから足を動かさない。

・ 目標は、5人がそれぞれ水風船を落とさないように投げ、キャッチし、どのチームが一番長い距離を達成するか競うこと。

スイカ早食い競争

参加者　4～　スタッフ　2

10分

4x4メートル

必要なもの

・ スイカ1個
・ 包丁1
・ テーブル1
・ ウェットティッシュー

ゲームの仕方

スイカを8つの同じ大きさに切り分ける。
見学者があまり近くまで来ないように、テーブルの前2メートルぐらいのところにロープを地面に置く。
スイカ4切れをテーブルの上に配置する。
参加者を4人募る。（最初は子供4人、2回目は大人4人の競争にすると良い。）

参加者は後ろで両手をつなぐ。髪が長い人は髪を結ぶか帽子をかぶっておくと良い。
ゲーム MC のスタートの合図で参加者はできるだけ早く、できるだけたくさんスイカを食べる。約1分後、MC はストップの合図をし、見学者たちに誰のスイカが一番小さくなっているか尋ね、勝者を決める。

第二段階—協力し合う段階

不信感が無くなり、興味を持ち、協力関係ができはじめる。

スポンジで水を運ぶリレー

このゲームは形を変えて遊ぶこともでき、暖かい日に特に楽しめるゲームです。

参加者　12～　スタッフ　3

8分

4x8メートル

必要なもの

- 1チームにつきバケツ2個。（A チームのバケツは青、というように、小さい子供にわかりやすいよう、各チーム違う色のバケツにすると良い。）
- 洗車用の大きめのスポンジ　各チーム1個
- 前と後ろのラインの印になるもの。ロープなど。
- 水を汲める場所

ゲームの仕方

チームを作り、各チーム一列に並ぶ。
各チームが正確に同人数でなくても良い。
各チームの前に水の入ったバケツと大きなスポンジを用意する。
反対側に空のバケツを置く。（リレー競争なので、ゲーム会場の片側の端に参加者が並び、反対側の端に空のバケツを置き、その間を走者が往復する形。）

リレーの目的は、水の入ったバケツから空のバケツへチームメンバーが順番に走り、スポンジのみを使ってできるだけたくさんの水を運ぶこと。

最初の走者は水の入ったバケツにスポンジを浸して水を含ませ、走って反対側にあるバケツに持って行き水を絞り出す。
水を絞り出したらスポンジを持って列にもどり、次の走者に渡す。次の走者はスポンジを受け取ったら水の入ったバケツに浸し、最初の走者と同じようにして水を運ぶ。これを順番に繰り返す。

終わり方の例

- 水の入ったバケツが最初に空になったチームが勝者となる。
- 空のバケツにあらかじめ目標水量の印をつけておき、最初にその印まで水を運んだチームが勝者となる。
- 時間制限を設け、その時間以内に一番たくさんの水を運んだチームが勝者となる。

1チーム何人であってもできるゲーム。必要なものとスタッフの人数が足りていることを確認し、各チームに公平なゲームになるよう注意する。

違うバージョン

各チーム一つずつ、バケツに水を入れスポンジを入れる。
もう一つのバケツを約300フィート（90cmぐらい）離れたところに置く。
各チーム、水の入ったバケツと空のバケツの間に並ぶ。

列の最初の人が水を含んだスポンジを次の人に渡し、順番にパスしていき最後の人が空のバケツに水を絞り出す。
水を絞り出したらスポンジを持って列の先頭まで走り、スポンジを水に浸して最初に先頭だった人にパスする。このやり方だとみんなが列の先頭になることができる。

スプーンで卵を運ぶリレー

リレー競技をはさむと大きなグループでのゲームが続くのを防ぎ、協力し合い、チームワークで楽しむ機会を作りることができます。リレー競技は4人からのチームでできます。このリレーは見るのも参加するのも楽しい競技です。

参加者　8～　　スタッフ　3

8分

4x8メートル

必要なもの

- チーム数に見合う数のスプーン
- プラスチックまたは木製の卵

ゲームの仕方
参加者をチーム分けし一列ずつに並ぶ。参加者が多い場合、各チームを半分に分け、半分ずつゲーム会場の両端に並ぶ。
一番先頭の人がスプーンに卵をのせて持つ。スタートの合図で卵を落とさないようにしながら出来るだけ速足で歩いて次の人に渡す。
もし卵を落としてしまったら、卵を拾ってスタートラインに戻ってやり直す。
一番早く全員が終わったチームが勝者となる。
別なやりかたとして、チームの競争者が合計で何回次の人に卵をパスしたか数えても良い。

その他のリレーのアイデア

参加者　12～　スタッフ　4

8分

4x8メートル

必要なもの

- 前後のラインの印となるもの4つ、またはロープをスタートラインとして使う
- リレー競技に関わるスタッフを決めておく。

ゲームの仕方
1チーム4人以上になるように参加者をチーム分けし、一列ずつに並ばせる。
センターゲームのスタッフが各チームに1人ついて応援する。各チーム、チーム名をつけるのも良い。

オプション1　各チームゲーム会場の片側に並び、スタート、反対側まで走って、そこに置かれた印の周りを回って自分のチームに戻り次の走者にタッチする。

オプション2　各チーム、半分ずつゲーム会場の両側に並び、片側からスタート、反対側にいる次の走者にタッチして交代、最初の走者はそこに残る。全員が走り終えた時、全員最初にいた場所とは反対側にいることになる。このオプションは各走者の待つ時間が短くなるので、参加者の人数が多い場合に適している。

その他のバリエーション
必要なものがないバリエーション

- 走る
- 片足とび

- カンガルージャンプ（両足をそろえてジャンプして前に進む）
- カニ歩き（かがんで手が地面に軽く着く姿勢で横歩き）
- 後ろ向きに走る
- 赤ちゃん歩き（片足をもう片方の足の前に、かかととつま先が着く歩幅で進む）
- 大きな歩幅で走る

必要なものを事前に用意するバリエーション

- なわとびで飛びながら走る
- スティルツ、竹馬
- クワド・スキー　―　４人で一列になり、右足４本、左足４本をそれぞれ紐などで固定して４人一緒に走る
- 二人三脚
- 風船　―　風船を膝の間に挟んで落とさないように走る
- フラフープ　―　フラフープを転がしながら走る
- 障害物　―　小さな子供たちも参加できるようシンプルなものを使う
- 帽子、スカーフ、手袋などを途中で身に着ける
- お手玉を投げながら走る。落としたらスタート地点にもどってやり直し。

全員が走り終わったら、最後の走者が一番先にゴールしたチーム、または競技中一番多くロテーションしたチームを勝者とする。各チームについたスタッフが MC のところに行きチームの状況を報告。一番最後に完走した走者も含め、一人一人の参加者を称えることを忘れずに。

参加者の人数によって、備品を使って４～６種類違うリレーを用意すると良い。チーム数がいくつあってもリレー競技をすることができる。前もって必要なものと十分なスタッフを用意することで公平なゲームになるよう確実にする。

ヒント
常に子供たちの体力に気を配り、無理があるようなら競技を中止する。

参加者の中で良いスポーツマンシップがみられればスタッフが率先して褒める。見学者たちも応援するように勧める。

綱引き

参加者が多い場合特に適した、楽しく競争心をあおるゲームです。綱を引き合い、一方のチーム、または綱につけられたマークが両チームの真ん中の線を越えてもう一方のチーム側に引っ張られて勝ち負けが決まります。

参加者　20～　スタッフ　4

8分

4x20メートル

必要なもの

- 長い綱　―　３０メートル程度。手を痛めないように、綿素材のものが好ましい。
- 両チームの真ん中の印になるもの。テープまたはチョークなど
- 印となる布３枚。リボン、ハンカチなど

準備
綱を持った参加者が動けるよう、幅、長さともに広く平らな場所を使う。
綱の各側に二つの公平なチームをつくる。

- 男性チーム対女性チーム
- 子供チーム対親チーム
- １０代チーム対その他全ての年齢チーム
- 誕生月１月から６月チーム対誕生月７月から１２月チーム

「引く」として知られるこのアクティビティを始め、勝者を見極める審判を選ぶ。

ゲームが安全に行われることとルールを破る参加者がいないかどうか見張る担当を数人選ぶ。
ゲームで使う場所に自転車、ベビーカー、ゴミ、廃棄物、石などがないことを確認する。
綱の真ん中を印すためにリボンかハンカチを結びつける。
センターラインとして、地面に印となるものを置く。
綱の真ん中から両側4メートルぐらいのところに一ヵ所ずつそれぞれ布で印をつける。

ゲームの仕方
参加者を2チームに分ける。できれば同じ人数になるようにする。
MC はできるだけ多くの人が綱引きに参加するよう呼びかける。
MC は各チームを紹介し、両チームとも歓声をあげて盛り上げる。
審判はセンターラインに綱の真ん中の印を合わせて置く。
安全のため、綱を体の一部に巻き付けたりしないよう注意を呼び掛ける。
全員で10からカウントダウンして、1で一斉に綱を引き始める。
3試合して勝敗を決めると良い。各回場所を交代し、更に多くの人が参加できるよう呼び掛ける。
見ている人たちみんなが各チームを応援するよう呼びかける。
綱引きは会場にいるすべての人たちを惹きつけ、一緒にできるアクティビティなので、次の「ボールを落とさないで」のような、続けてみんなでできるアクティビティを後にすると良い。

ボールを落とさないで！

空気を入れて膨らませたボールをどれだけ長く落とさずにトスできるでしょう？このアクティビティはどんなグループにも適しています。

参加者　20～　スタッフ　4

8分

必要なもの
- 大きめのビーチボール
- ボールを膨らますポンプ
- 時間を計る担当者

ゲームの仕方
ゲームを始められるようにゲーム会場の真ん中に参加者を集める。
子供たちが真ん中に、大人は外側になるようにする。
ゲームの目的は、出来るだけ長い時間ボールを落とさずにトスし続けること。
参加者に手の平を上に向けて軽くボールを高くトスするよう呼びかける。
参加者全員で10からカウントダウンし、スタッフの一人がボールを高く宙に投げ上げ「Go！」の合図でゲームを始める。
ボールをコントロールして交代でトスし続けるためにはみんなが協力し合うことが必要。
タイマーで時間を計る担当になった者は、30秒毎に何秒／何分経ったか合図し、その合図毎に歓声を上げるなどして応援する。
ボールが地面に落ちてしまったらゲームオーバー。
小さな子供たちにもボールをトスするチャンスを与えるように、また安全に参加できるよう気をつける。
このゲームは世界中で人気のあるゲームであることを説明し、「世界記録にチャレンジする」と発表する。
現在の世界記録はアルバニアのある市で記録された31分。あなたのフェスティバルで新記録がでるでしょうか？

フラフープと輪

どれだけ早く一つのフラフープを輪になった人たちの間をくぐらせることができるでしょ

う？このアクティビティは小さなグループから中ぐらいのグループに適しています。

参加者　20～　スタッフ　4

8分

必要なもの
・　大きめのフラフープ2つ
・　時間を計る担当者

ゲームの仕方
参加者全員が輪になり、手をつなぐ。
輪の一ヵ所の二人の間で一度手を離してもらい、腕にフラフープを通して、また手をつないでもらう。
つないだ手を離さずに、助け合いながら、一人ずつフラフープを頭から通し、体を通して次の人に渡す。
フラフープが参加者の輪を一周したら、何分かかったか発表する。
何回か繰り返し、回を重ねるごとに早く、2つめ、3つめのフラフープも使ってやってみる。

特技の発表

フェスティバルの中で参加者の得意なことにスポットを当てる機会はたくさんあります。フェスティバルの場では子供たちがスターであることを忘れずに、どんな機会にも子供たちに披露するチャンスを与えるようにしましょう。

10分

進め方
参加者の名前を教えてもらう。参加者すべてが名前で紹介され歓迎されるように、アシスタントが名前を記録する。

一人（一組）ずつ特技を発表してもらい、ハイライトの場面やどんな技術が必要とされるか、どのぐらい時間がかかるか、個性的な作品（発表）などについて実況・説明する。
発表が終わったら歓声・拍手して、発表者の笑顔を見ましょう。

鶏投げ競争

誰が一番遠くに投げられるでしょう？このアクティビティは円盤投げに似ていますが、ゴム製の鶏か、何か柔らかくふにゃふにゃしたものを投げるところが違います。見ても参加しても楽しく、大人のグループ、特に女性も楽しめるゲームです。

参加者　10～　　スタッフ　3

12分

4 x 20m

必要なもの
・　円盤の代わりにゴム製の鶏を用意する。ペットショップで買うことができる。
・　ロープなどを使って、投げるエリアに見学者が入らないように印をする。
・　投げたものを拾う担当者
・　投げた距離を測る担当者

ゲームの仕方
参加者の性別・年齢を選ぶ。例、レディース・オープン（21歳以上）
MC は競技の内容と開始時間をアナウンスする。参加希望者は事前にゲームの参加者リストに名前を記入するように勧める。
一番長い距離を投げた人が勝者となる。

参加者が多い場合、ヒート1、ヒート2などステージを設け、フェスティバルの終わり近くに優勝決定戦を行う。
競技が行われるエリアがロープなどで印をされているよう確認する。見学者が印の外の安全なエリアで見学するよう確認する。
鶏が見学者のほうに飛ぶことがあるので、MCは注意を呼び掛ける。
あらかじめ記入してもらった参加希望者のリストをもとに、各参加者順番にスタートラインに来てもらう。各参加者を紹介し、投げる時に応援する。一人1回ずつ投げる。
距離を測る担当のスタッフは競技者が投げた距離を測り、名簿の名前の隣に記録を記入する。
記録が確認されたら発表する。順次競技を続ける。
上位6人に優勝決定戦のため後程戻ってきてもらう。賞品を用意する場合、以下のようなタイトルの賞を作るのも良い。一番長い距離、変わった投げ方、一番高く投げた人、一番一生懸命投げた人、、、など。

ヒント
鶏の持ち方、投げ方（上投げ、下投げ）、戦略法などの実況中継をすると更にアクティビティが楽しくなる。時間があれば参加者にインタビューしても良い。
バリエーションとして、ハンデをつける、例えば利き手ではない手で投げるなどを取り入れても良い。

包み紙から紐をつくる競争

全年齢の人が参加できる楽しい競争です。センターゲームを運営するチームにも少し休む時間を与えてくれます。どんな規模の人数でもできるアクティビティです。

参加者
20～　スタッフ
3

8分

必要なもの
- 飴などの菓子。包み紙が破けるもの。（ホイルに包まれたものはホイルが破れないので不可）
- 巻き尺
- ロープ

ゲームの仕方
事前にこの競争があることを来場者に知らせ参加者を募る。
勝者となるのは包み紙を破いて一番長くできた人。
スタッフ数人で参加者に包んである菓子を配る。参加者は包み紙を開け、長いひも状になるように破きながら菓子を食べる。ゲームに参加しない人にも菓子を配り食べてもらう。
終わった人はMCのところに順次集まってもらうようにし、それぞれの包み紙の長さを比べる。
集まった人たちのうち一番長くできた参加者にMCの隣に立ってもらう。皆に見えるように包み紙を高く持つ。できれば長さを計って発表すると更に盛り上がる。（菓子を配り続け順次終わった人が来るようにすると、更に長くできた人が現れるので記録を更新した人を順次紹介する。）
後から来た人に記録を更新されてしまった人も喝采して見送る。
勝者には声援・喝采し、小さな賞品を用意しておくのも良い。

第三段階 — コミュニティが形成される段階

メンバーの一員というアイデンティティが確立する

ダンス

この段階に近くなった時に参加者と一緒にできるダンスを紹介します。MC は会場にいる全ての人に参加してもらうよう呼びかけましょう。ダンスはフェスティバルの最後を強く印象付けます。実際に踊っている映像をユーチューブで見ることもできます。

https://www.youtube.com/channel/UCokiEcHdaqJaodAgEFD6K_Q

https://www.youtube.com/watch?v=EgXgOTI_UB8

ホキーコキー

ホキーコキー（Hokey Pokey ホキーポキーというバージョンもある）は歌いながら踊るゲームで、10人から800人でもすることができます。

参加者 20～ スタッフ 4

10分

https://www.youtube.com/watch?v=EgXgOTI_UB8

必要なもの

- 特になし

歌詞と振付

別のバージョン:
You put your right leg in,
(右足を輪の内側へ)
You put your right leg out,
(右足を輪の外側へ)
You put your right leg in,
(右足を輪の内側へ)
And you shake it all about,
(右足を輪の内側に向けて振る)
You do the Hokey Pokey,
(中指が顎に触るように両手を顎の下にして、両腕を右左へ動かす)
And you turn around.
(その場で一回転)
That's what it's all about!
(輪の内側を向いて手をたたく)

You put your left leg in, you put your left leg out,
(「右足」を「左足」に替えて同じ動作を繰り返す。)

Chorus

All in the Hokey-Pokey
(両隣の人と手をつなぎ、つないだ手を上にあげながら輪の内側へ向かって歩く。)
All in the Hokey-Pokey (つないだ手を上にあげながら輪の外側へ向かって後ろ向きに歩く。)
All in the Hokey-Pokey (繰り返し)
That’s what it’s all about! (元の場所に戻って手をたたく)

You put your right arm in, you put your right arm out,
(「右腕」に替えて同じ動作)

You put your left arm in, you put your left arm out,
(「左腕」に替えて同じ動作)

Chorus

You put your head in, you put your head out,
(頭だけ動かして同じ動作)

You put your backside in, you put your backside out,
(お尻で同じ動作)

Chorus

You put your whole self in, you put your whole self out,
(体全体、両足でジャンプして同じ動作)

Chorus

徐々に早く歌って、動作もそれに合わせて早くしてみる。

ダンシング・ポニー

Big Fat Pony「ビッグ・ファット・ポニー」として知られている曲ですが、ダンシング・ポニー、またはシドニー、ドバイ、クロイドンなどのようにビッグ・ファット（大きくて太った）の部分を2音の単語に置き換えたほうが失礼がないでしょう。
ダンシング・ポニーは大勢でできる歌いながら動作をするゲームです。下のリンクからデモンストレーションを見ることができます。
https://youtu.be/VOrfBsp3W6Y

参加者　15～　　スタッフ　4

8分

必要なもの

- 特になし

準備

- 参加者全員で大きな輪を作る。
- ダンスを知っているスタッフを担当としてダンスを始める。
- 「ダンシング・ポニー」を歌いながら説明にある動作をする。

歌詞と振付

Here's the story of my pony *わたしのポニーのお話しです。*
(ポニー役は輪の内側をポニーのように跳びながら踊るようにして走る。その他の輪になった人たちは歌いながら手をたたく。)
Story of my dancing pony *踊るポニーのお話しです。*
(ポニーは踊り続ける。)
Here's the story of my pony *わたしのポニーのお話しです。*
(ポニーは輪の周りを踊り続ける。)
This is what they told me. *これはわたしが聞いた話です。*
(音楽が止まったらポニーは一番近くにいる人に向かって立つ。)

Front to front to front, my baby *前に向かって、ベイビー*
(ポニーとポニーに向かい合って立っている人は手の平をお互いに向けて手で宙に輪を描くように動かす。)
Side to side to side, my baby *横向きで、ベイビー*
(お互い横向きに立って手の平で宙に輪を描く動作をする。)
Back to back to back, my baby *後ろ向きで、ベイビー*
(お互い背合わせに立って同じ動作をする。)
This is what they told me. *これがわたしが聞いた話です。*

(ポニーとポニーと一緒に踊った人の2人がポニー役になり輪の内側を踊りながら走り、音楽が止まったらそれぞれ一番近くにいる人の前で止まり、新しいパートナーも一緒に歌に合わせて同じ動作を繰り返す。)

全員がポニーになるまで繰り返す。参加者全員がパートナーをみつけてポニーダンスをしたら終わりにする。
参加者が多い場合、最初から複数のポニー役を作って始めても良い。

ギターコード
高めか低め、2つのコードがあるのでどちらか選んでください。

全員ポニーになって踊るまで繰り返す。