

# 第 1 章

## 人権感覚育成プログラムの 基本的な考え方

～人権を体験しよう！～

# 人権感覚育成プログラムの基本的な考え方

## 人権とは

人権は、「人々が生存と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利」と定義されます（平成11年 人権擁護推進審議会答申）。つまり、人権とは、一人一人の生命や自由・平等を保障し、日常生活を支えている大切な権利であり、だれもが自分らしく幸せに生きることを追求し、実現するためにもっているものです。

人は、社会の中で多くの他者と関わりをもって生きています。人権はだれにも侵すことのできない権利である以上、お互いが認め合い、思いやることが大切です。

○人権擁護推進審議会答申（H11.7.29）

「人々が生存と自由を確保し、それぞれの幸福を追求する権利—それが人権である。」

○人権教育・啓発に関する基本計画（H14.3.15）

「人権とは、人間の尊厳に基づいて各人が持っている固有の権利であり、社会を構成するすべての人々が個人としての生存と自由を確保し、社会において幸福な生活を営むために欠かすことのできない権利である。」

## 人権教育とは

「人権教育及び人権啓発の推進に関する法律」（平成12年 法律第147号）では、人権教育とは、「人権尊重の精神の涵養を目的とする教育活動」をいうものであるとしています。

人権教育を進めるにあたっては、生涯学習の視点に立って、幼児期からの発達段階を踏まえ、地域の実情等に応じて学校教育、社会教育及び家庭教育のそれぞれが、互いの主体性を尊重しつつ、相互の連携を図って実施することが必要です。

また、人権教育の目標は、「自分の人権を守り、他者の人権を守るための実践行動」がとれるようになることです。

そして、この人権教育の目標を実現するためには、次の3点に配慮することが必要とされています。

- （1）人権や人権擁護に関する基本的な知識を確実に学び、その内容と意義についての知的理解を徹底し、深化すること
- （2）人権がもつ価値や重要性を直感的に感受し、それを共感的に受けとめるような感性や感覚、すなわち人権感覚を育成すること
- （3）知的理解と人権感覚を基盤として、自分と他者との人権擁護を実践しようとする意識、意欲や態度を向上させること、そして、その意欲や態度を実際の行為に結びつける実践力や行動力を育成すること

○人権教育及び人権啓発の推進に関する法律（H12 法律第147号）

第2条 この法律において、人権教育とは、人権尊重の精神の涵養を目的とする教育活動をいい、人権啓発とは、国民の間に人権尊重の理念を普及させ、及びそれに対する国民の理解を深めることを目的とする広報その他啓発活動（人権教育を除く。）をいう。

## 人権教育を通じて育てたい資質・能力

### 人権についての知識・理解（知識的側面）

自他の人権を尊重したり、人権問題を解決したりする上で具体的に役立つ知識  
（例）

- ・自由、責任、正義、個人の尊厳、権利、義務などの諸概念についての知識
- ・人権の歴史や現状についての知識、国内法や国際法等に関する知識
- ・自他の人権を擁護し人権侵害を予防したり、解決したりするために必要な知識 等

### 行動に結びつけるための価値・態度（価値的・態度的側面）

人権に関する知識や人権擁護に必要な諸技能を人権実現のための実践行動に結びつけるための価値や態度  
（例）

- ・生命尊重、人間の尊厳の尊重、自他の人権の尊重、多様性に対する肯定的評価
- ・責任感、正義や自由の実現のために活動しようとする意欲 等

### 行動に結びつけるための技能（技能的側面）

人権の本質やその重要性を客観的な知識として身に付けるだけでなく、その内容を直感的に感受し、共感的に受けとめ、実践行動に結びつけるための諸技能  
（例）

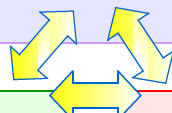
- ・コミュニケーション技能、合理的・分析的に思考する技能
- ・偏見や差別を見きわめる技能、相違を認めて受容できる技能
- ・協力的・建設的に問題解決に取り組む技能、責任を負う技能 等

### 人権についての知識・理解

知識的側面

- 人権の意義・内容やその重要性の理解
- 自らの権利の行使とそれに伴う責任の自覚
- 様々な人権課題についての理解

等



### 行動に結びつけるための価値・態度

価値的・態度的側面

- 自分自身が価値ある大切な存在であるという感情
- 公正や公平を重んじる態度
- 他の人と共によりよく生きようとする態度 等

### 行動に結びつけるための技能

技能的側面

- 他者の痛みや感情を共感的に受容できるための想像力
- 伝え合い分かり合うためのコミュニケーション能力
- 社会参加の中で、多くの人と合意を形成する能力 等

「人権教育を通じて育てたい資質・能力」  
自分の人権を守り、他者の人権を守るための実践行動

自分の人権を守り、他者の人権を守ろうとする意識・意欲・態度  
(以下の「人権に関する知的理解」と「人権感覚」とが結合するとき生じる)

人権に関する知的理解  
(以下の知識的側面の能動的な  
学習で深化される)

人権感覚  
(以下の価値的・能動的側面と技能  
的側面の学習で高められる)

関連

- 知識的側面**
- 自由、責任、正義、平等、尊厳、権利、義務、相互依存性、連帯性等の概念への理解
  - 人権の発展・人権侵害等に関する歴史や現状に関する知識
  - 憲法や関係する国内法及び「世界人権宣言」その他の人権関連の主要な条約や法令等に関する知識
  - 自尊感情・自己開示・偏見など、人権課題の解決に必要な概念に関する知識
  - 人権を支援し、擁護するために活動している国の内外の機関等についての知識等

関連

- 価値的・態度的側面**
- 人間の尊厳、自己価値及び他者の価値を感知する感覚
  - 自己についての肯定的態度
  - 自他の価値を尊重しようとする意欲や態度
  - 多様性に対する開かれた心と肯定的評価
  - 正義、自由、平等などの実現という理想に向かって活動しようとする意欲や態度
  - 人権侵害を受けている人々を支援しようとする意欲や態度
  - 人権の観点から自己自身の行為に責任を負う意志や態度
  - 社会の発展に主体的に関与しようとする意欲や態度等

関連

- 技能的側面**
- 人間の尊厳の平等性を踏まえ、互いの相違を認め、受容できるための諸技能
  - 他者の痛みや感情を共感的に受容できるための想像力や感受性
  - 能動的な傾聴、適切な自己表現等を可能とするコミュニケーション技能
  - 他の人と対等で豊かな関係を築くことのできる社会的技能
  - 人間関係のゆがみ、ステレオタイプ、偏見、差別を見きわめる技能
  - 対立的問題を非暴力的で双方にとってプラスとなるよう解決する技能
  - 複数の情報源から情報を収集・吟味・分析し、公平で均衡のとれた結論に到達する技能

等

関連

全ての関係者の人権が尊重されている教育の場としての学校・学級  
(人権教育の成立基盤としての教育・学習環境)

出典：「人権教育の指導方法等の在り方について [第三次とりまとめ]」(H20.3 人権教育の指導方法等に関する調査研究会議)

## 人権感覚育成のための視点

視 点	内 容	概 念
人間の尊厳・価値の尊重	自分及びすべての他者をかけがえのない人間として尊重しようとする。	人間の尊厳、想像力、感受性
生命尊重	自分及び他者の生命を尊重し、また、生命あるものは互いに支え合って生きていることを知り、生命への畏敬の念をもつ。	生命尊重
自己尊重の感情	自分自身に対する誇りをもち、自分を価値ある存在として肯定的に認め、受け入れる。	セルフエスティーム、自己肯定感
共感と連帯感	他者の立場や思いに興味・関心をよせ、仲間同士として共通の目的をめざして努力しようとする。	他者への関心、協力、共生、共感、帰属意識
公平・公正	一方に偏ることなく、平等を重んじ、正しいことを貫こうとする。	自由、平等、規範意識、善悪の判断、正義感
多様性の尊重・共生	人々の文化、生き方、価値観などには多様性があることを知り、互いの違いを認め合いながら、共に平和に生きようとする。	多様性の尊重、異文化理解、偏見解消、共存共生
コミュニケーション能力	意見や気持ちを適切かつ豊かに伝え合い、分かり合える。	受容、傾聴、非攻撃的な自己主張、論理的合理的な表現、合意形成、プレゼンテーション能力
権利と責任	人間らしく生きるため、権利に基づいて行動し、その行動に責任をもつ。	自立、自己決定、義務、責任
参加・参画	よりよい社会の実現を目指し、他者と連携・連帯し、積極的に社会に参加・参画していこうとする。	連携、連帯、対話、合意形成、参加、参画、行動



## 個別の人権課題

人権課題	主な内容
女性の人権	人々の意識や行動、習慣などの中には、いまだに女性に対する差別や偏見、性別による固定的な役割分担などが見られ、職場での差別的処遇等も多く、課題も残されています。また、夫・パートナー等からの暴力（DV）、セクシュアル・ハラスメント、性犯罪、売買春やストーカー行為などの女性に対する暴力は、極めて深刻な問題となっています。さらに、女性の人権を侵害する性・暴力表現などの情報が、インターネット等を含め、メディアにおいて増加しています。
子どもの人権	少子化や核家族化の進行、家庭の養育機能の低下、価値観の多様化、情報化の進展など子どもたちを取り巻く社会環境が大きく変化し、子どもを巡る問題も複雑、多様化しています。こうした中、近年、全国的に児童虐待が急増し、また、いじめや少年非行等の問題が深刻化しています。さらに心ない大人たちによる児童買春、児童ポルノなど子どもたちの生命や心身に大きな影響を与える事件が深刻な社会問題となっています。
高齢者の人権	急速に進行する高齢化に伴い、様々な問題が生じています。高齢者への身体的・精神的虐待や介護放棄、財産面での権利侵害などが懸念されています。さらに、高齢者に対する悪徳商法や財産奪取などの犯罪が急増しています。また、年齢などにより高齢者を一律に弱者と見るような誤った理解が高齢者に対する偏見や差別を生むことや、年齢制限等により、高齢者の働く場が十分に確保されていないことなどが指摘されています。
障害者の人権	障害のある人、ない人も社会の一員として、お互いに尊重し、支え合いながら、地域の中で共に生活する社会こそ当たり前の社会であるという考え方があります。これをノーマライゼーションといい、広く社会に定着させていかなければならない理念です。ノーマライゼーションの理念が行き渡った社会を実現するには、様々な障壁（バリア）を取り除かなければなりません。バリアには、物理的なものや、制度的なもの、文化・情報にかかるものや私たちの意識に関わるものなどがありますが、こうした日常生活や社会生活上の様々なバリアを取り除こうという考え方がバリアフリーです。
同和問題	同和問題とは、封建社会の身分制度や歴史的、社会的に形成された人々の意識に起因する差別が今もなお、様々な形で現れている我が国固有の人権問題です。具体的には、同和地区に生まれ育ったということを理由に、不合理な偏見により、交際を避けたり、結婚をとりやめたりするなど、基本的人権の侵害に関わる重大な問題です。この問題を解決するため、国や県、市町村では、昭和44年（1969年）7月の「同和対策事業特別措置法」の施行以来、平成14年（2002年）3月の「地域改善対策特定事業に係る国の財政上の特別措置に関する法律」の失効までの33年間に、三度の特別法により、様々な特別対策事業を行ってきました。この結果、同和地区における生活環境等については改善が図られ、較差の解消はほぼ達成されました。しかしながら、差別意識や偏見については、これまでの取組により着実に解消に向けて進んできてはいるものの、時として差別的な発言や落書き、あるいはインターネットでの書き込みがされるなど、いまだ課題として残っています。

## 外国人の人権

最近では、街中でいろいろな国の人々を見かけるようになり、埼玉県で暮らす外国人も急速に増えています。埼玉県内の外国人登録者数は、平成17年12月末日現在で約10万4千人（法務省調べ）と、この10年で約1.7倍に増加し、県人口の約1.5%を占めるまでになり、その国籍も140か国を超えています。

こうした外国人の方々は、地域で暮らしていくうえで、人種や言語、宗教、習慣等の違いからくる偏見や誤解などにより、人権に関わる様々な問題に直面しています。例えば、外国人というだけで、アパートへの入居を断られたり、就職するときや職場で不利な扱いを受ける、ということがあります。

一方、日本語が不自由な人が多いという外国人固有の問題もあります。例えば、日本語がわからないため、子どもが学校の授業についていけない、また、親が学校からの通知を理解できない、あるいは行政から必要な情報を入手できない、ということがあります。

## その他の人権

### ○HIV感染者

エイズの感染経路は限られており、感染力も弱いため、学校・職場・家庭等での日常生活では感染しません。また、治療により体調を維持しながら、仕事や学業を継続することも可能です。しかし、HIV感染者、エイズ患者が、病気について、また、感染経路についての誤解や無理解から差別されることがあります。

### ○ハンセン病患者等

ハンセン病は、日常生活で感染することは、ほとんどありません。しかし、明治40年（1907年）から平成8年（1996年）の間に実施された隔離政策などにより、「怖い病気」と誤解され、患者はもとよりその家族も、結婚や就職を拒まれるなど差別や偏見を受けてきました。療養所で生活している人のほとんどは、既に病気は治癒しています。しかし、いまだ社会における差別や偏見が残っていることなどから、療養所の外で生活することに不安を感じる人もいます。

### ○インターネット上の人権侵害

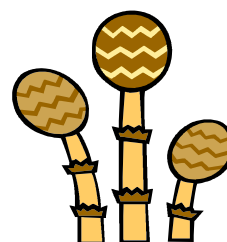
近年のインターネットの普及に伴い、その匿名性、情報発信の容易さから、差別を助長する表現や有害な情報の掲載など、人権に関わる様々な問題が発生しています。憲法が保障する表現の自由に十分配慮しながらも、悪質な事案に対しては、プロバイダー等に対して当該情報の停止、削除を申し入れるなどの対応が図られています。しかしながら、インターネット利用者一人一人が、他人の名誉をはじめとする人権に関する正しい理解を深めることが大切です。

### ○北朝鮮当局によって拉致された被害者等

平成14年9月、平壤で行われた日朝首脳会談で、北朝鮮側は、長年否定していた日本人の拉致を初めて認め、謝罪し、再発防止を約束しました。その結果、北朝鮮当局によって拉致された被害者のうち、5人については、同年6月に24年ぶりの帰国が実現し、その家族8人についても、翌年、帰国・来日が実現しました。しかし、その他の被害者については、いまだ北朝鮮当局から納得のいく情報は提供されず、安否不明のままです。

※この他に、「犯罪被害者の人権」「アイヌの人々の人権」「性同一性障害」などの人権課題があります。

※「みんなの人権 人権ってなんだろう？」（平成19年 埼玉県）及び「平成20年版人権教育・啓発白書」（平成20年 法務省・文部科学省）をもとに作成



# 参加体験型学習をやってみよう！

## 人権感覚をはぐくむ学習

### 豊かな人権感覚の育成

人間の尊厳・価値の尊重 自己尊重の感情 共感と連帯感  
公平・公正 多様性の尊重・共生 コミュニケーション能力  
権利と責任 参加・参画 生命尊重 人権に関する理解

### 参加体験型学習の必要性

体験する学習

学習者の経験を生かした学習

楽しく進む学習

学習者が主体的に参加できる学習

新たな知識を獲得する学習

人権感覚は、人権についての理念や目的、意義などを単に「知識」として習得するだけでは、はぐくむことができません。例えば、コミュニケーション能力といった他者との関わりを通して養われる能力については、直接体験や擬似体験といった、学習者の主体的な参加を促すような学習活動を通してはぐくむことが期待されます。

このような「体験」や「参加」を含む学習方法を「参加体験型学習」といいますが、人権感覚をはぐくむことを目的とする学習は、この参加体験型学習が有効です。

## 参加体験型学習って、どんな学習？

参加体験型学習とは、参加者が体験的な活動を組み入れた学習に主体的に取り組めるよう工夫された学習のことです。

一般的には、座学中心の受け身の知識中心の学習ではなく、参加者が、体験したり、他の人とかかわったりしながら楽しく学習できるよう構成されたものです。

参加体験型学習は、参加者の人権に対する意識の変容をめざす学習です。したがって、参加者の意識の流れにそってプログラムを構成することがポイントとなります。また、他者とかかわりながら、「共に学ぶ」ことを大切にしていくことも大きな特徴です。

### 参加体験型学習の基本的な流れ

ねらい

プログラム全体を通して、学習者にどのような変容を促すのか。

導入

アイスブレイキングで学習者の緊張感を解きほぐし、「学び合い」が可能となる雰囲気をつくる。

展開

学習者の意識の流れに重点をおいて構成する。1つ～3つ程度のアクティビティで構成する。

ふり返り

ねらいに近づけたかどうか、学習者自身が学習プロセスをふり返る。また、気付いたこと、感じたことを学習者どうしが「分かち合う場」とする。



## 参加体験型学習の手法

### フィールドワーク

学習者が、課題に関するテーマをもって地域に出かけ、五感を働かせ、見たり、聞いたり、触れたり、調べたりといった活動を展開すること

### フォトランゲージ

1枚の写真はときとして、文章や体験以上に多くの情報や感動を伝えることができる。「写真を読む」活動を通して、その写真から事実を読み取ったり、背景を考えたりすること

### シミュレーション

一定の状況を模擬的に設定し、体験的に行動、活動して学ぶ方法である。障害者の生活状況を体験する、アイマスク・車椅子体験、高齢者の状況を模擬的に体験する等の手法

### ロールプレイ

学習の内容に応じた場面を設定し、学習者が役割（話し手・聞き手・観察者等）を分担して演技することにより、様々な立場の人の意見や考えを理解し、多様な視点を育てることができる手法

### アサーティブ トレーニング

日常生活の場面における具体的なコミュニケーションの在り方をトレーニングするもの。他者の立場に立って考えたり感じたりすることを学ぶ方法として意義がある。「非攻撃的な自己主張（アサーティブネス）」のスキルを高めることを目標とする。

### ブレイン ストーミング

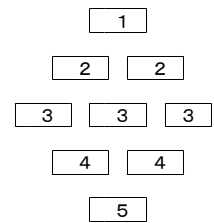
自由な発想で討議し、創造的な問題解決を目指す代表的手法である。特定の目標の実現のためにアイデアを出し合ったり、グループとして行動方針を設定したりする。「他人の意見を批判しないこと」「質より量でたくさんのアイデアを出す」「他人のアイデアを活用したり組み合わせたりすることも可」ということをルールとしてたくさんの考えを引き出す。

### ランキング (ダイヤモンド ランキング)

様々なテーマについて、10個前後の「権利・課題・具体的品物名」をカードや一覧表等に記入し、学習者が自分にとっての重要性・必要性に従いランキングする手法。その上で、理由を各自が整理するとともにその結果について学習者相互が意見交換・討議を行うようにする。

※ダイヤモンドランキングは、9つのカードを重要の度合いにより、1-2-3-2-1の順で並べることで、ランキングする手法

ダイヤモンドランキング  
における順位づけ



### カードワーク

カードを使って学習者の意見や考えを収集・分類し、学習者のすべての意見を尊重しながら集団で創造的に問題解決を図る学習方法。4～6人程度のグループで、学習者の意見をカードに記入し、それを模造紙などに貼り、分類してタイトルをつけて整理する。

## 参加体験型学習を実施する際の留意点

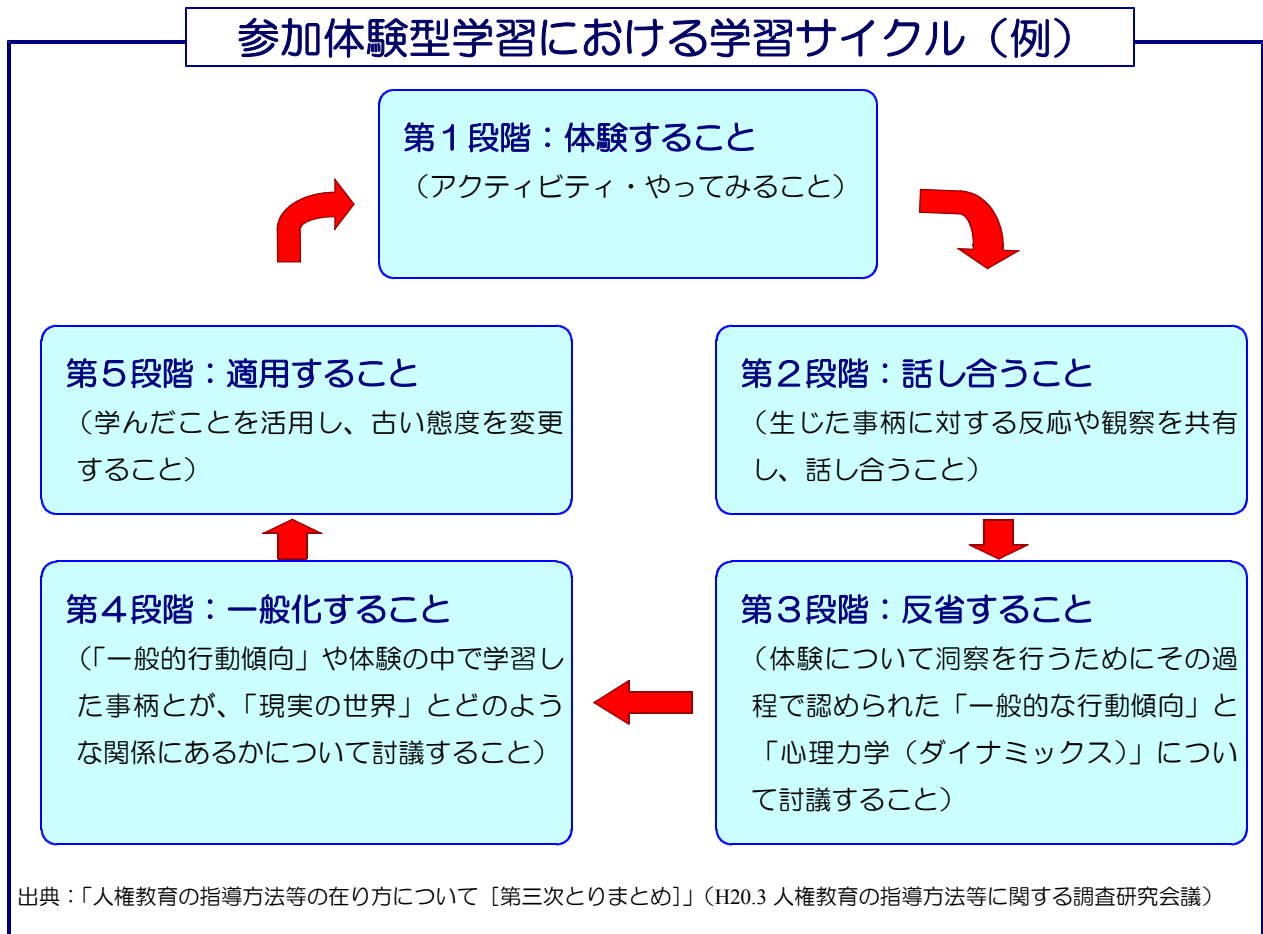
参加体験型学習のねらいは、「体験」を単に「体験」に終わらせるのではなく、「体験」→「話し合い」→「反省」→「一般化」→「適用」という具体的、実践的な段階を丁寧に扱うことによって、体験したことを内面化し、自分自身の気づきや変容に結びつけていくことにあります。

したがって、本プログラムにおいては、「ふり返し」の場を設定し、体験の中で、自分がどんなことを感じたのか、どんな気持ちがあったのか、どんなことに気づいたかなどを丁寧にふり返るようにしています。

### 「ふり返し」の方法

- 気がついたこと、感想などを話し合う。
- 「ふり返し」カードに記入する。
- 輪になって、一言ずつ話す。
- A3版用紙の真ん中に「今日うれしかったこと」を記入し、その用紙を他の参加者に回して寄せ書きしてもらう。
- 自分の「手」をなぞって書き、「手に入れたもの」「手に入れられなかったもの」を書き出す。等

### 参加体験型学習における学習サイクル（例）



# ファシリテーターになろう！

## ファシリテーターに求められるもの

ファシリテーターというのは、ファシリテート（容易にする、促す）する人、つまり「促進者」という意味です。

参加体験型学習では、全体の進行役を務めるとともに、参加者の学習活動やお互いのコミュニケーションが円滑に進むよう、様々な方法で働きかけたり促したりする役割を担います。

## ファシリテーターに求められるもの

- 1 学習者の主体性を尊重し、知識を“教え込む”ことはしない。
- 2 講座（研修会）全体を明るく、開放的なものとし、参加者が自由に考えを言うことができる雰囲気づくりに努める。
- 3 学習者の考えや意見などを共感的に受け止める。
- 4 問題の解答を教えたり、まとめたりするのではなく、解決は、あくまでも学習者自身に委ねる。



## ファシリテーターの役割と留意点

### ■ 企画する段階では

#### ◇ プログラムを組み立てる

学習者の構成やニーズを考慮に入れ、ねらいに合ったアクティビティを組合せながらプログラムをつくる。

- 1 会場、学習者の構成等を事前に把握する。
- 2 新たな発見や気づきが生まれるものにする。
- 3 一人で考え、まとめる時間を確保する。
- 4 グループで話し合う場を設定する。
- 5 全体の中で発表や分かち合う場を設定する。
- 6 繰り返りの時間を必ず設定する。

### ■ 導入の段階では

#### ◇ アイスブレイキングを進行する

体を動かしたり、ふれあったりすることで学習者の緊張をほぐし、安心して参加できるあたたかな雰囲気をつくる。

- 1 笑顔でふれあうことができる活動にする。
- 2 ゲーム感覚の活動なども取り入れる。
- 3 中心となる活動（展開）と関連するもので実施する。
- 4 何でも言える、何でも受け止めてくれると感じられる雰囲気をつくる。

### ◇ グループ分けをする

学習者の人数や中心となる活動（展開）の内容と関連してグループを分ける。

- 1 中心となる活動（展開）の内容と関連づけたグループとする。
- 2 ファシリテーターの目が届くようグループの数も設定する。

## ■ 展開の段階では

### ◇ 時間管理と全体の進行をする

「気づき」から「行動」につなげる展開を大切にして、時間配分を考えながら進行する。

- 1 親しみやすい言動に努める。
- 2 活動内容は、学習者の反応等によって変化するので、状況に応じて柔軟に対応する。
- 3 時間配分は、学習者の様子で柔軟に対応する。ただし、終了時刻は、必ず守るようにする。

### ◇ 学習者の学びを促進する

学習のねらいを明示し、学習者の主体性を引き出す。また、必要に応じて正確な情報を提供する。



- 1 視線、表情、身振り・手振り、学習者の距離等、学習者に合わせて工夫する。
- 2 自分の考えや先入観を学習者に押し付けないようにする。
- 3 不適正な発言があった場合には、ファシリテーターが正すのではなく、学習者に戻して考えてもらうようにする。
- 4 学習者の気持ちの変化等に注意し、気づきや活動の妨げになるような指示は慎む。
- 5 常に全体を見回し、各グループの様子と活動の状況を把握するように努める。
- 6 グループ内で、全員が考えを出し合えるように助言する。

## ■ ふり返りの段階では

### ◇ 学習者のふり返りを促進する

学習者がこれまでの学習をふり返し、気づきや発見、深められた知識を整理するための活動を支援しながら進行する。

- 1 一人一人の考えや価値観を理解し、結論付けないようにし、学習者と共に学ぶ姿勢をもつ。
- 2 ふり返しカード等を活用する。
- 3 ふり返しカード等は、学習者の学びの評価などで、集めることはしない。
- 4 他の学習者と学びを共有する機会をつくる。
- 5 日常生活に応用していけるよう助言する。

## ■ 実施後の段階では

### ◇ 評価を実施する

ねらいが達成できたか、プログラムは適切であったか、積極的な意見交換ができたかなどの観点から評価を行う。



- 1 事前、中間、事後等、評価の時期を考えて実施する。
- 2 自己評価、学習者評価、第三者評価等、評価の対象者を考えて実施する。
- 3 「企画(plan)」→「実施(do)」→「評価(check)」→「行動(action)」のサイクルに沿って、よりよいプログラムへと改善を図る。

## アイスブレーキング いろいろ！

アイスブレーキングは、「氷のように固まった気持ちを解きほぐす」という意味です。参加体験型学習を進める際に、参加者の雰囲気づくりや下地づくりをすることが大切です。そこで、学習者が互いに心をほぐす活動として、アイスブレーキングを実施します。

また、アイスブレーキングは、中心となる活動（展開）へつなげるために、グループづくりなどにも活用できます。

### アイスブレーキングいろいろ

#### 電流リレー（所要時間 5分～10分）

やり方：立ったまま全員が輪になり、手をつなぐ。ファシリテーターを起点に一方向へ手を強く握り、隣りの人へ伝えていく。一周したらゴールなど約束を事前に決めておくとうい。 ※制限時間をだんだん短くするなど工夫することもできる。

#### バースデイライン（所要時間 5分～10分）

やり方：参加者全員が、言葉を使わずに、身振り手振りで誕生日順に並ぶゲーム。ゲーム終了後、一人ずつ誕生日を発表させるなどする。

※グループで競ったりすることも可能。また、「誕生日」以外にも、「会場までの所要時間」等に内容を変更してもよい。

#### 安心フルーツバスケット（所要時間 10分～15分）

やり方：椅子を参加者全員分用意し、円形に配置する。ファシリテーターの質問に従い、該当する人は、席を移動する。移動した人に対して、ファシリテーターは、質問に関することをインタビューする。

※質問例（保護者を対象とした場合）

「昨日、子どもと一緒に夕食をとった人」「毎朝、子どもを『行ってらっしゃい』と見送る人」「この1か月間に家族でどこかに出かけた人」「感情的におこってしまう人」など

#### 人間知恵の輪（所要時間 10分～15分）

やり方：8人程度のグループをつくる。グループ全員が内側に向いて輪になり、一人一人が他の人と手をつなぐ。その際、右手と左手をつなぐようにするとともに、近くの人同士でなく、なるべく離れた人と手をつなぐようにする。絡まった手を、グループで相談しながら手をはなさないようにして、ほどこいていく。全部がほどこけると一つの輪（又は2つの輪）になる。



### 名刺集めゲーム（所要時間 15分～20分）

やり方：名刺大の用紙を参加者一人あたり5枚程度用意する。参加者それぞれが、名刺大の用紙に自分の名前を書き込む。その後、スタートの合図とともに、一定時間歩き回って相手を探し、自己紹介をし、ジャンケンをする。勝った人は負けた人に自分の名刺を渡す。自分の名刺がなくなったら、元の位置（自分の席）に戻る。全員の活動が終わったら、今度は反対に、もらった相手を探して名刺を返す。

### 同じもの探し（所要時間 10分～15分）

やり方：グループの中で話し合い、メンバー全員に共通することを探し出す。そのためには、身近な話題として、趣味、食べ物の好みや気になったニュースなどを紹介し合い、共通点を探していくようにする。多くの共通点を探ることが目的のゲームではなく、「意外な共通点」を探し当てたときの喜びを共有できるようにする。

### 後出しジャンケン（所要時間 5分～10分）

やり方：ファシリテーターとジャンケンをするが、参加者は後出しでジャンケンをする。その際、ファシリテーターが「ジャンケン、勝ってください」と合図したら、参加者は、ファシリテーターに勝つようにジャンケンをしなければならない。ファシリテーターの合図通りジャンケンできない場合は着席する。

### ジャンケントレイン（所要時間 10分）

やり方：2人でジャンケンをして、負けた人は勝った人の後ろにまわり肩に手をかける。同じように、勝った人は次の相手を探してジャンケンをしていき列車のように連なっていく。最後に一つの輪になる。グループを編制するためには効果的である。

### わたしはピカソ（所要時間 15分）

やり方：グループで絵を描いていく。一人目は直線、二人目は丸、三人目は三角、四人目は四角というように、1枚の画用紙に共同で絵をかくようにする。完成したら、その絵を見て各自で絵のテーマを考え、その後、グループで一つのテーマに絞っていく。絵を見た感じをテーマにして気軽に話し合える雰囲気をつくることことができる。

### 背中的人物（所要時間 15分）

やり方：「福澤諭吉」「樋口一葉」などの有名人の名前を書いたカードを参加者の背中にクリップなどで貼る。その際、各自が、自分のカードを見ないようにする。会場を自由に歩き回り、自分の背中的人物をあてるために、他の参加者へ質問をする。質問は、一人に対して1回しかできない。自分の背中的人物が誰か、わかったら、ファシリテーターに伝え、あたったら席に座る。

### 聖徳太子ゲーム（所要時間 15分）

やり方：2チームに分かれる。テーマと文字数を決め、それにそった言葉を決める。（例：食べ物で3文字の言葉、「タマゴ」「リンゴ」など）先攻、後攻を決め、その言葉をチームの中の数人が1文字ずつ同時に言う。相手チームは、その言葉を聞き、何という言葉を使ったかあてる。後攻チームも同様に行う。