

貸出機材使い方ガイド



社会福祉法人 南砺市社会福祉協議会

目次

的入れ・的当て系

- 1 羽根っこゲーム (井波) P 1～4
- 2 新十扇 (福野) P 5～8
- 3 ふくろう物語 (井波) P 9～12
- 4 開運お手玉ボード (福光) P 13～14
- 5 ビンゴだ！ボードゲーム (井波) . . . P 15～16
- 6 紅白くつつきボール台 (井波) . . . P 17～19

運動系

- 7 軽ケット (福野) P 20～21

ゲーム・脳トレ系

- 8 底抜けホールインワン (福野) . . . P 22～23
- 9 十二支ビンゴ (福光) P 24～25
- 10 ゲームルール (福光) P 26～28

保管場所

(井波)

井波社会福祉センター
南砺市井波 521 番地

(福野)

さつき荘
南砺市院林 82-2

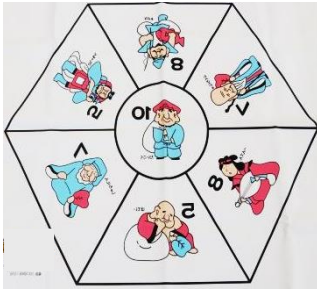
(福光)

南砺市社会福祉協議会サテライト
南砺市荒木 574

羽根っこゲーム (井波)

1 羽根っこゲーム (井波)

【用具】



的シート 1 枚 表



裏



羽根 赤 10 個 白 10 個

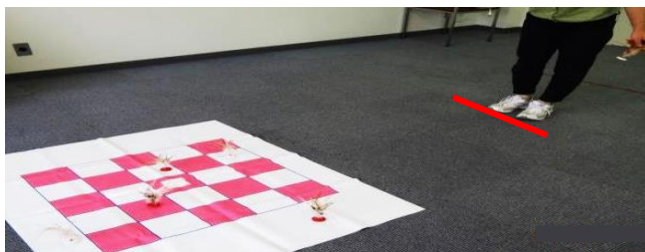
【準備】

表面



平らな場所にシートを敷き、投げ始めの線を決めます。・・・第 1 ライン設定
 投げる位置とシートとの距離は、約 2 m から 3 m 位が適当ですが、場所や参加者によって変更してもよいです。

裏面



平らな場所にシートを敷き、投げ始めの線を決めます。

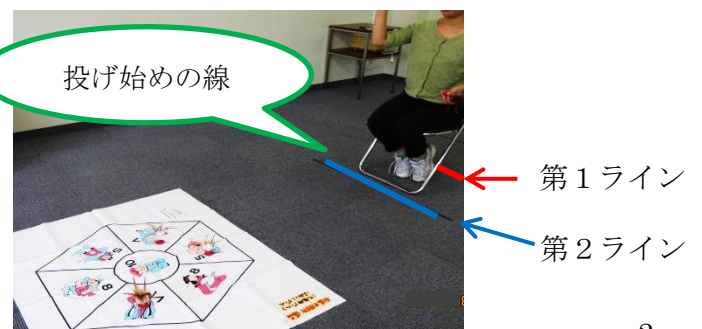
【遊び方：表面】 個人対戦、チーム対戦どちらでもできます。

基本

- ①先攻、後攻を決め、交互に羽根を投げます。
- ②全ての羽根を投げ終わったら、得点を集計します。

アレンジ

- ①車椅子や立ったまま投げるのが不安
 ⇒椅子に座って行う・・・第 2 ライン設定



②地震を起こす

⇒寝てしまった羽根に対してシート自体を少し揺らす。・・・逆転劇もある！？



③羽根 3～5 個を 1 度にまとめて投げる。

④先に 200 点に達したチームの勝ちとする。

⑤七福神にチームの全ての羽根が入るまで投げ続ける。

【得点の数え方】

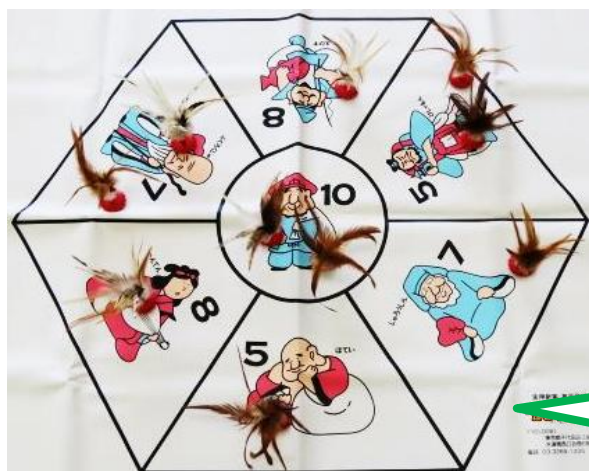
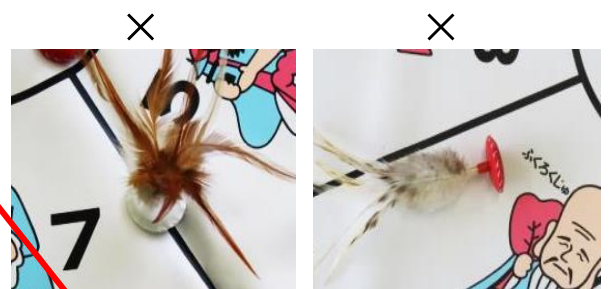
①羽根が枠の中に**完全に入れば得点**になります。

②投げた羽根が線の上にあると得点になりません。

③投げた羽根が倒れた場合は得点になりません。

④七福神のすべてにチームの羽根が入ったら、

ボーナス点として 50 点加算されます。

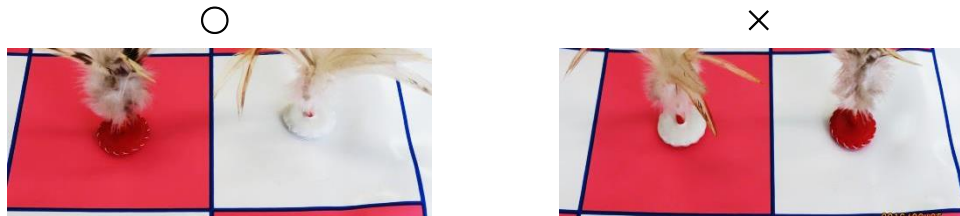


全ての羽根が
枠の中に入れば
50 点 GET !

【遊び方：裏面】 個人対戦、チーム対戦どちらでもできます。

基本①赤チームは赤のマス目を、白チームは白のマス目をねらって投げます。

②全ての羽根を交互に投げ終わったら終わりです。羽根の入ったマス目で競います。



羽根とマス目の色が異なる

アレンジ 羽根だけを使って、お手玉のように打ち上げたり、2人以上でパスしたりなど
体操やリハビリの道具として使うこともできます。

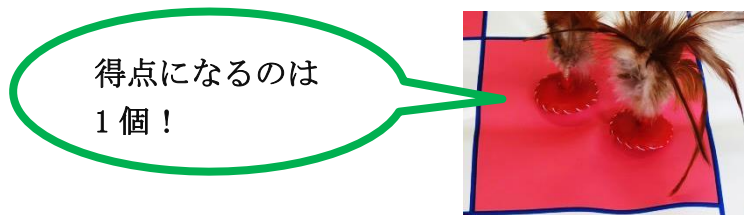


【得点の数え方】

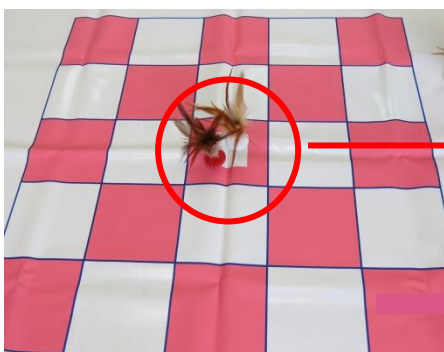
- ①相手の色のマス目に入れても得点にはなりません。
- ②線にかかった羽根、倒れた羽根は得点になりません。



③同じマス目に同じチームの羽根が2個以上入っても、得点となるマス目は1個だけです。



④真ん中のマス目だけはどちらのチームが入れても有効です。



新十扇 (福野)

2 新十扇 (福野)

【用具】



的 1 個
鈴 1 個



収納箱 1 個、緋毛氈(ひもうせん)

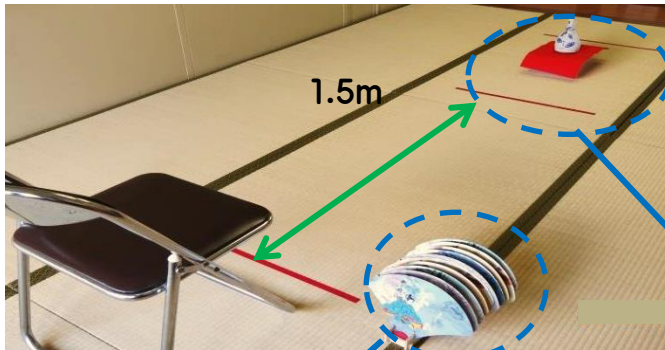


扇 10 枚 (春, 夏, 秋, 冬, 祝各 2 枚)
十扇立て

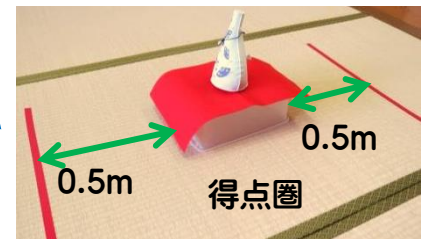


表 裏

【準備】



①平らな場所に収納箱 (幅の狭い方を前後に) を置き、上から緋毛氈をかけ、鈴をかけた的を置きます。

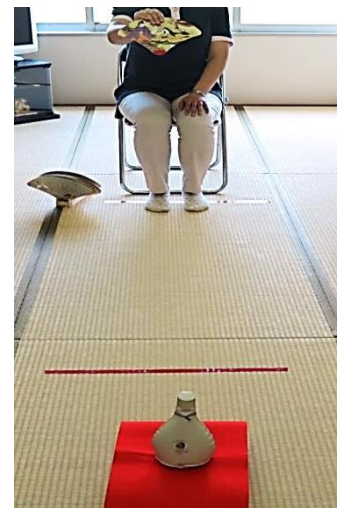


後



前

②扇は全て扇立てに前から赤 5 枚・緑 5 枚を並べて立て、手元に置きます。



【遊び方】 基本的には座って行います。(立って投げてもOK)

①先攻、後攻を決めます。決め方は、扇の要の部分を持ち、真上に投げ、表が出たら先攻です。

先攻は赤の要の扇、後攻は緑の要の扇を使用します。

②審判の合図により、先攻が扇 5 枚を投げ、投げ終わったら後攻が扇 5 枚を投げます。

③両者投げ終わったら、得点を集計します。

④2 遊技目は扇を交換し、先攻、後攻の順番を替えて投げます。



⑤ 3 遊技目、4 遊技目も扇を交換し順番を替えて投げます。

⑥ 勝敗は 4 遊技とし、総合得点で決めます。同点の場合は、各遊技で高得点を出した方が勝ちとなります。

【投げ方】

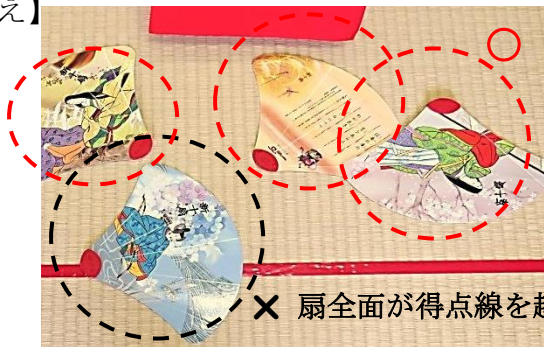
- ① 扇の広がっている方の中心を持ちます。
- ② 扇を水平よりやや下向きになるように持ち、軽く押し出すように投げます。



【得点の数え方】

- ◎ 加点 **越 え** 得点圏に入った扇 (扇全面が得点線を越えなければならない) 1 点
- 当 たり** 的に一部でも当たった扇 (越えとの重複加点はしない) 3 点
- 重 ね** 得点圏内で扇の一部が重なった同色要の扇 (“何枚重ね”でも 2 点になる。)
※ 1 番上の扇とすぐ下の扇の重なりが同色である場合のみ適用 2 点

【越 え】



【当たり】



【重 ね】

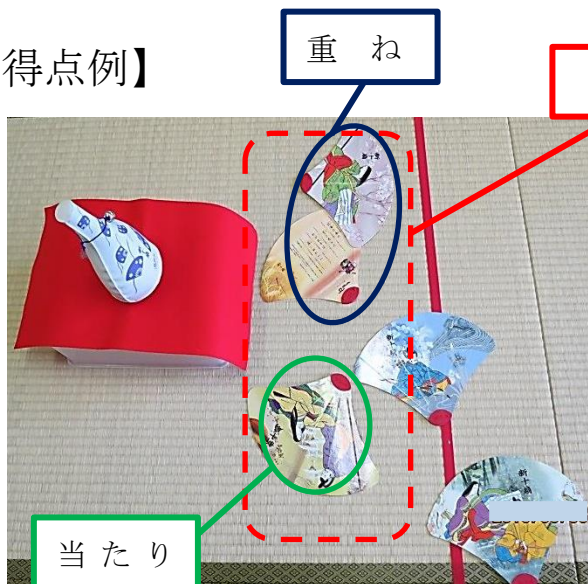


◎ 減点

- ・ 体の一部が投扇位置を踏んだり、越えて投げた場合。
- ・ 的を台上から落とした場合【当たり】の 3 点は無効になります。



【得点例】



得点圈に入った扇 (越え)・・・3枚×1点=3点
的に一部扇が当たる (当たり)・・・3点
扇の一部が重なる (重ね)・・・2点

3点+3点+2点=8点 だが、
当たりと越えとの重複加点はしないため
8点-1点 (越え) = 7点となります。

ふくろう物語 (井波)

3 ふくろう物語（井波）

【用具】



的シート1枚



ふくろう

各 親3、子3（シルバー、ブラック）



表

裏

【準備】



的シートを投げる位置から、2 m先に置きます。
（場所やゲーム参加者により変更しても良いです）

【遊び方】 個人対戦、チーム対戦どちらでもできます。

①先攻、後攻を決めます。

先攻はブラックのふくろう



後攻はシルバーのふくろう



を使用します。

②親ふくろうから投げます。先攻（ブラック）が的シートにむけて投げ、次に後方（シルバー）が投げます。

次に子ふくろうを投げます。先攻（ブラック）が投げ、後攻（シルバー）が投げます。

これを交互に行います。

③全てを投げ終わったら、得点の集計を行います。

④3 ゲームを1 競技とします。

【得点の数え方】

的の数字が得点です。

線上にあるふくろうは、真上から

みて半分以上かかっている方の

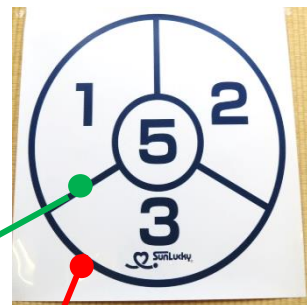
数字を得点とします。



1点となります



得点になりません



※以下の場合、得点の増減（プラス・マイナス）があります。

◎1点プラス

- ・子守ふくろう・・・子が双方の親に乗った時。



○



○



×子が親に乗っていない

- ・仲良しふくろう・・・子が相手の子に乗った時。

1点加点

加点なし



◎1点マイナス

- ・お節介ふくろう・・・親が自分の子、相手の子に乗った時。

- ・井戸端ふくろう・・・親が相手の親に乗った時。

1点マイナス

減点なし



井戸端ふくろう

1点マイナス

減点なし



お節介ふくろう

◎相手に1点プラス

- ・ふくろうコロリン・・・裏返った場合、相手に1点与えます。

ブラックに1点加点

ふくろうコロリン



【勝敗】

※注）写真はシルバーふくろう（裏面ブラック）

勝敗は3ゲームの総得点で決まります。

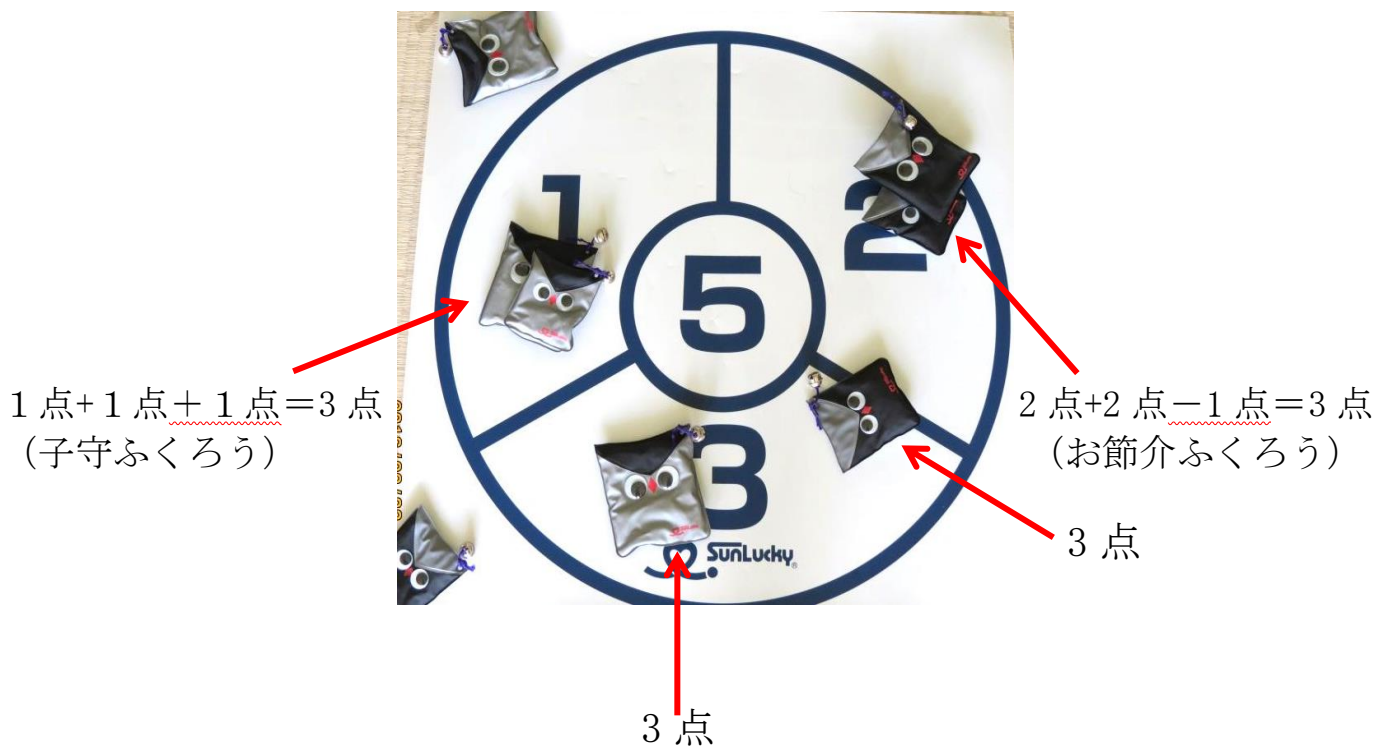
同点の場合、子守ふくろうを完成させた方が勝ちです。子守ふくろうも同数の

場合、お互い親子のいずれか1羽を投げ合いその得点の多い方が勝ちです。

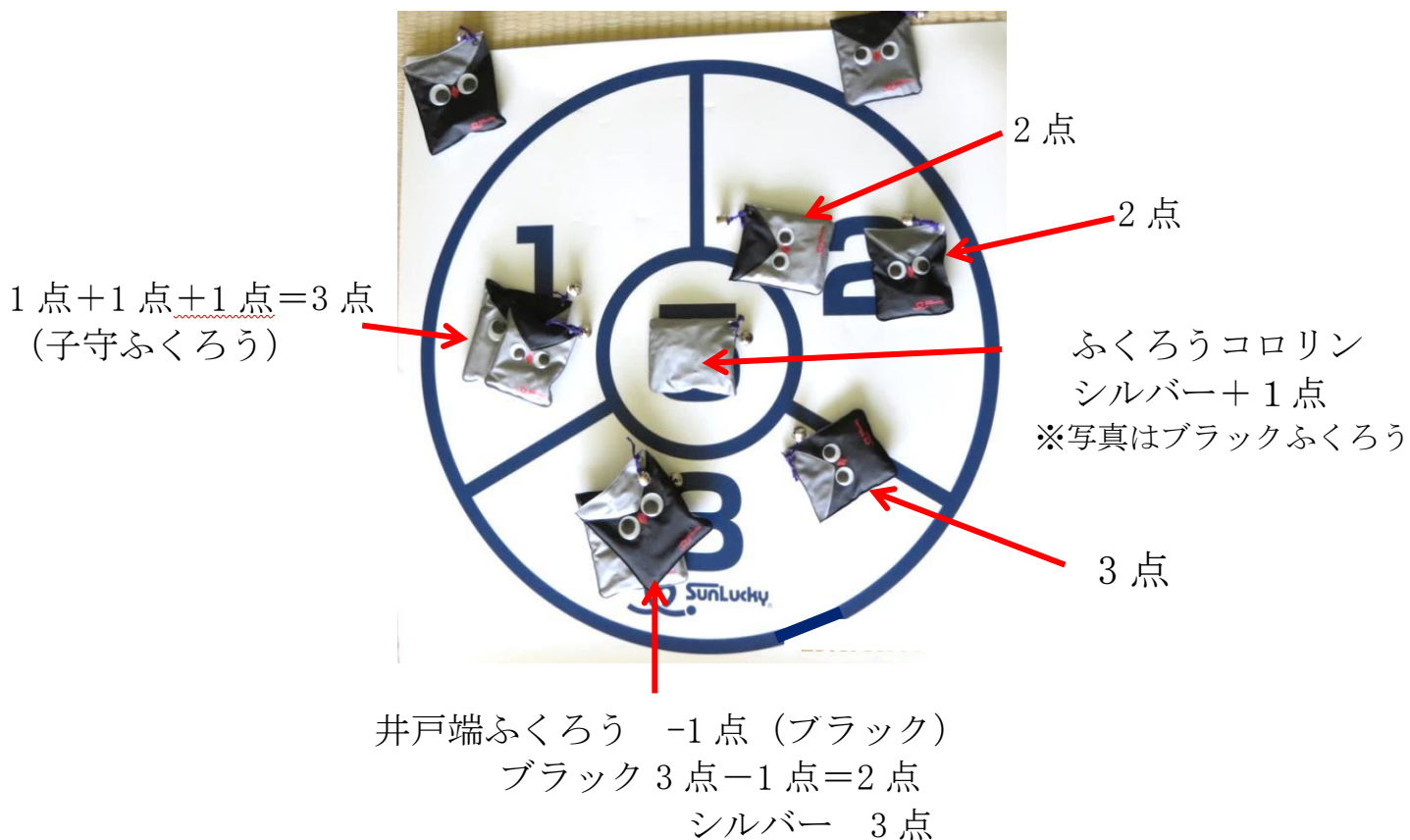
【得点の事例】

① シルバー：6点 ブラック：6点 ★シルバーの勝ち

⇒同点の場合、子守ふくろうを完成させた方の勝ち



② シルバー：9点 ブラック：7点 ★シルバーの勝ち



開運お手玉ボード (福光)

4 開運お手玉ボード (福光)

【用具】



開運ボード 1枚



お手玉 20個
 招福カード 18枚
 おみくじカード 18枚
 一言メッセージ 17枚

【準備】



棚にカードを並べます。



ボードを起こせば、ゲームの難易度があがります。

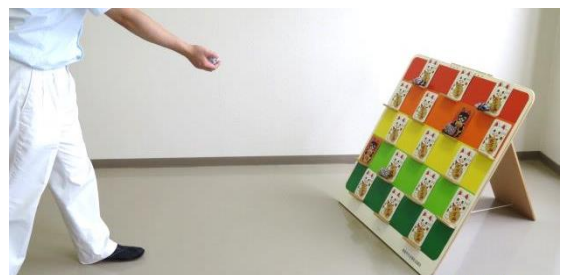
【遊び方】

基本



- ①左の写真のように、招福カードを台に乗せます。
- ②少し離れた場所からお手玉を投げ、乗った所の点を集計します。

※黒の招き猫は幸運のカードで、「取った点を倍にする」や「五百万両にする」などルールを決めて使ってください。



アレンジ



おみくじカードを裏返して台に乗せます。

1人何回かお手玉を投げて、乗った所のおみくじが今日の運勢です。



手作りの一言メッセージを裏返して台に乗せます。乗った所のメッセージを答えてもらえると、会話が広がるきっかけになります。

**ビンゴだ！
ボードゲーム
(井波)**

5 ビンゴだ！ボードゲーム（井波）

【用具】



ビンゴボード1台



カーペット1枚



ゴルフクラブ2本
ボール 赤5個 白5個

【準備】



カーペットを平らな場所に敷き、
ビンゴボードを配置します。
スタート位置はゲーム参加者で
任意に決めます。

【遊び方】 個人対戦、チーム対戦どちらでもできます。

基本 個人またはチームでボール5個ずつとクラブを使います。



①1人5球ずつ打ちます。

②5球打って入ったボードの点数を合計します。

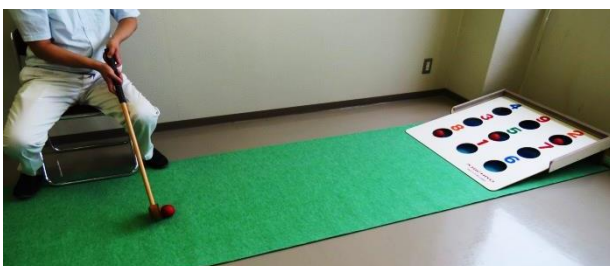
ただし、縦横斜めのいずれか1列に揃った場合、
得点は倍の30点（15点×2）になります。

③②のそれぞれの合計点で

1セットごとに勝負をつけるか、
何セットか行い勝ちセット数の
多い方を勝者としても良いです。



アレンジ



座って球を打っても楽しめます。

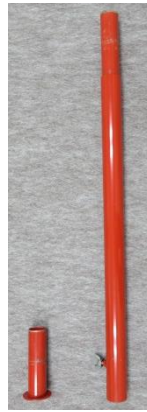
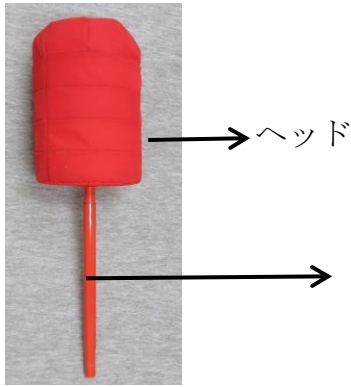


クラブを持たず、球を転がしても楽しめます。

紅白くつつきボール台 (井波)

6 紅白くっつきボール台 (井波)

【用具】



ポール

A) 10 c m B) 50 c m



高さの比較

赤) A+Bのポールを設置

⇒全体 150 c m

白) Aのポールを設置

⇒全体 100 c m



スタンド



ボール 紅白各 25 個

【準備】



写真は全体 150 c m

①スタンドを平らな場所に置きます。

②紅白ヘッドをポールにねじ込みます。

(全体の高さを 150 c mにする場合、A) B) を使用し、
全体の高さ 100 c mにする場合、A) のみ使用します。

③②をスタンドにセットします。

【遊び方】 立っても座ったままでも遊べます。

基本 紅白のくっつきボール台めがけてボールを投げます。

ボールがヘッドにはりついたら成功です。

(ヘッドはマジックテープになっており、ボールは張り付きやすいです。)



アレンジ ①ヘッドについたボールを取ります。

紅白の台ごとに分かれ、ボールを全て取り終える時間を競争します。

ヘッドにしっかりボールがついているため、取るのは案外時間がかかります。



②ヘッドとボールをスタンドからはずし、手で持ちます。

ヘッドを持つ場所を移動します。

ヘッドの場所が移動することから、投げる人は難易度が上がり、盛り上がります。



軽ケット (福野)

7 軽ケット (福野)

【用具】



ラケット 赤5本、青5本
ボール 10個

【準備】



机を配置し、両サイドに座ります。
各自、ラケットを持ち、ボールを1つ用意します。

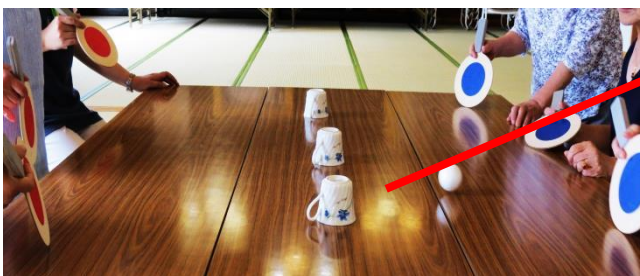
【遊び方】 個人対戦、チーム対戦どちらでもできます。

基本 みんなでピンポン



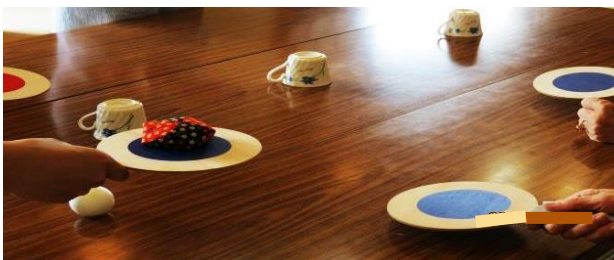
2チームになり玉を転がし合います。
玉を後ろに落したら、相手チームに1点与えます。
脇に落ちたのはフェールとなります。

アレンジ パニックピンポン



左写真のように、カップなどを障害物として置いて玉を転がし合います。障害物にボールがあたって、ゲームの面白さが増します。

玉送りゲーム



ラケットに玉またはお手玉をのせ隣の人に渡します。玉は難しいです
2チームに分かれて、それぞれ横に座りチームで対戦しても良いです。

旗揚げ



各自、赤と青のラケットを両手に持ち、リーダーの言う色のラケットを上げます。リーダーの代わりに、参加者に言ってもらっても盛り上がります。

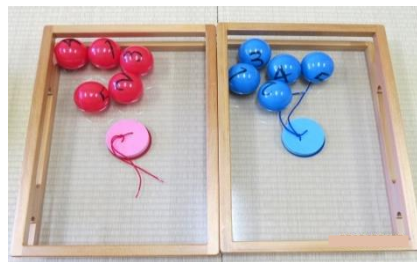
底抜けホールインワン (福野)

8 底抜けホールインワン (福野)

【用具】



布バスケット 2 個



本体 2 台 キャップ 2 個 (赤青各 1 個)
ボール 10 個 (赤青各 5 個)

【準備】

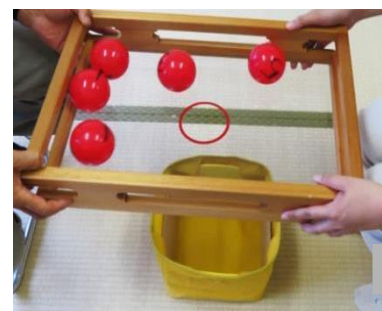


2 人 1 組となり椅子などに座り、向かい合います。
本体の両サイドのハンドバーを持ちます。
その下には、布バスケットを 1 つ配置します。
本体の真ん中の穴にキャップをし、同色のボールを 5 個入れます。

【遊び方】

基本

- ①リーダーの「スタート」の合図と同時にキャップを取ります。
- ②2 人で呼吸を合わせて中心の穴からボールを落としていきます。
- ③先にボールを 5 個落したチームが勝ちとなります。



アレンジ

- (1) ①ボールに 1 から 5 の番号を書きます。
- ② 1 から 5 番まで順番に中央の穴からボールを落としていきます。

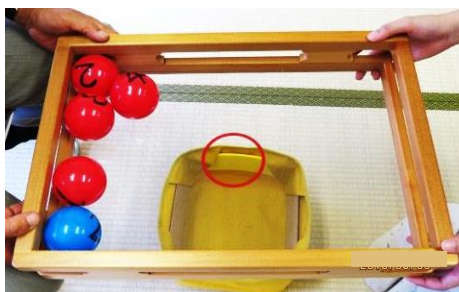


1 番から 5 番へ



- (2) ①5 個のボールの内、1 つ色の異なるボールに替えます。

②色の異なるボールを最後に穴に入れるよう、順番にボールを落としていきます。



最後に色の異なる
ボールを穴へ



十二支ビンゴ (福光)

9 十二支ビンゴ (福光)

【用具】



盤 5枚 コマ 5セット



十二面体サイコロ 1個
六面体サイコロ 2個

【準備】



- ①人数分のビンゴのコマ、盤、サイコロ (十二面体もしくは六面体) を用意します。(1セット 1~5人が適当です)
- ②盤の真ん中に絵柄が書かれていないコマを置き、十二支のコマ各2個を表向きにして自由に並べます。

※縦・横・斜めの同じ列に、同じ干支を並べないようにします。

【遊び方】

- ①じゃんけんで勝った人から、時計回りで順番にサイコロを振ります。
- ②サイコロを振ったら、出た目の干支が何であるか皆で確認し、全員が出た目の干支を裏返します。
- ③縦・横・斜め、いずれか1列早く並んだ人が勝ちとなります。
- ④サイコロは上がった人は振らず、残った人だけが振ります。

※六面体の場合、目が2つ出るので、サイコロを振った人がどちらかの干支を選び、全員が選ばれた目のコマを1つだけ裏返します。

↓
(サイコロ2個(六面体)使う場合)



1つ選びます

1つ選びます

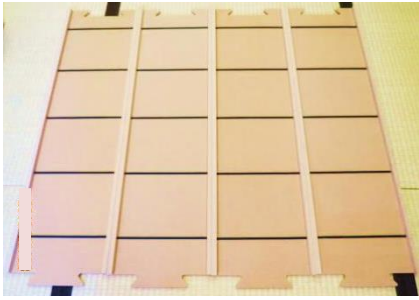
ゲームレール (福光)

10 ゲームルール (福光)

【用具】



表裏、赤黒カードになっています



レール4枚



ストッパー1枚



ボール1個
トランプ15枚 (両面)

【準備】

- ①平らな床にレールを4枚連結します。
- ②右の図のように、ストッパーを置きます。
- ③トランプをレールのマスに並べます。
- ④ボールを転がす場所に配置します。

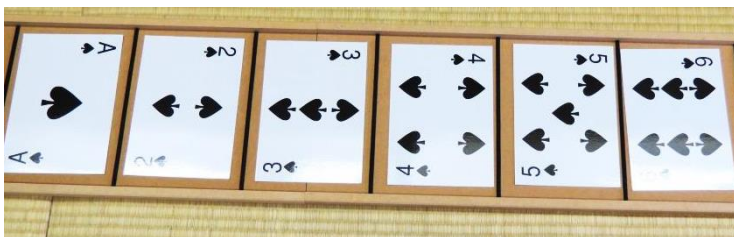


【遊び方】

ボールを転がし、止まった所のカードの得点を競います。

【トランプの並べ方】

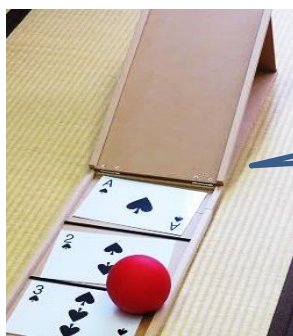
- ①手前から奥へ順番に並べる



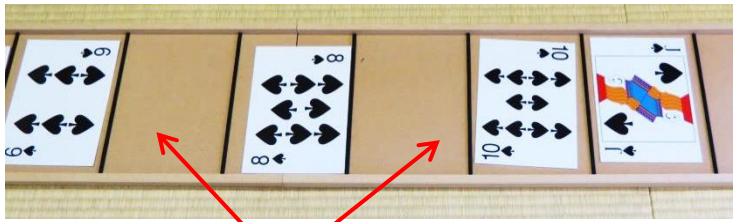
ボールの方向 →

投げる位置から順番に数を大きくすると遠くに止まる程高得点になります。
逆に投げる位置から順番に数を小さく並べてもいいです。ストッパーを使い高得点をねらいます。

投げる位置から順番に数を小さく・・・



②所々カードを抜く



点数なし

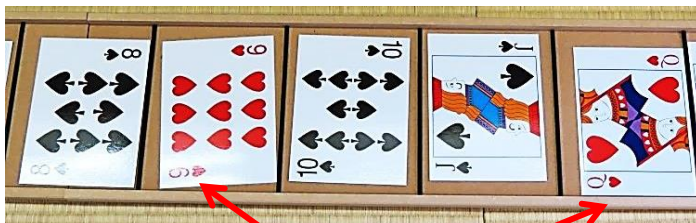
所々カードを抜いてそこにボールが止まると点数なしにします。

また、カードの順番を変えて並べてもゲームの面白さが増します。

カードの順番を変えてもOK!



③赤と黒のカードを並べる



マイナス

黒のカードの中に赤のカードを所々並べます。赤のカードに止まったら点数をマイナスにします。逆転劇が生まれ、ゲームが盛り上がります。

④ジョーカーを入れて並べる



持ち点没収!!

ジョーカーにボールが止まると持ち点を全部没収とします。逆転劇が生まれ、ゲームが盛り上がります。