使い方｜主催者用

目的に合わせて、3つから1つ選ぶ

Cultive ゲーム実施キット｜司会台本・説明・記録・振り返り

ゲーム	ねらい・形式	1チーム／全体の時間
共通点探し	会話のきっかけをつくる／得点なし	4〜6人／15分
ジェスチャー	伝え方を試す／正解数を記録	4〜6人／20分
ペーパータワー	相談と試行を観察する／高さを記録	4〜5人／30分

人数・時間・ルールはこのキットの設計例です。時間は説明・実施・振り返りを含みます。成果を保証するものではありません。

投影：3・6・10・13ページ。台本・お題・記録表は主催者／参加者に必要なページだけ配布。

事前準備｜主催者用

参加方法と判定を、始める前にそろえる

準備する

共通：タイマー、筆記具、必要な記録表。
ジェスチャー：8ページのお題を切り分け、見えない向きに置く。
紙タワー：各チームにA4用紙20枚、測定用の定規・メジャー。

そのまま読める開会文

「今日は、伝え方や相談の進め方を試します。話したくない内容や難しい動作はパスできます。記録・時間管理での参加も歓迎します。結果を個人の能力評価には使いません。」

運営側で決める

座ったままで参加できる配置にする。身体接触や大きな動作は求めない。
同じ材料・同じ制限時間で進め、同点は同順位。必要な配慮を事前に確認する。

特定の人の参加や自己開示を強制しない。記録の共有範囲・回収／廃棄方法は開始前に伝える。

共通点探し｜投影用

話せる範囲で、全員の共通点を探そう

4〜6人｜説明2分 → 会話6分 → 共有2分 → 振り返り5分

進め方

1人ずつ、好きな季節・最近楽しんだことなどを話します。
全員が「自分もそう」と言える共通点を、記録係が残します。

話題に迷ったら

好きな天気／休憩中にすること／使いやすい文房具。
個人情報、健康、家族、信条など、答えづらい話題は避けます。

大切なルール

答えたくないときはパス。違いを無理に共通点へまとめません。
見つかった数で競いません。最後に、共有してよい1つだけ紹介します。

記録用紙：5ページ。振り返り：13・14ページ。

全員に話す機会をつくり、数では競わない

経過時間	司会の言葉・動き
0〜2分｜説明	「全員に当てはまる共通点を探します。パスは自由です。まず記録係を決め、順番に1つずつ話してください。」
2〜8分｜会話	「好きな季節など、答えやすい話題からどうぞ。」 途中で「まだ話していない人にも、話せる範囲で聞いてみましょう」。
8〜10分｜共有	「共有してよい共通点を1つ選んでください。」 複数チームでは1チーム20秒以内。多い場合は会場全体への発表を省略する。
10〜15分｜振り返り	13ページを投影。個人1分、チーム共有2分、次に試す行動を決める2分。

会話が止まったら司会が例を1つ提示。否定や詮索が出たら話題を変え、話した本人に説明を求めない。

共通点探し｜配布用・1チーム1枚

共通点と、会話が進んだきっかけを残す

チーム：　　日付：　　記録係：

見つかった共通点	会話が進んだ質問・きっかけ

全体で共有してよい共通点を1つ選び、印を付けてください。個人の名前や話したくない内容は書かなくて構いません。

これは得点表ではありません。空欄があっても問題ありません。

ジェスチャー｜投影用

声を使わず、伝え方を変えてみよう

4〜6人｜説明3分 → 練習2分 → 4問8分 → 集計2分 → 振り返り5分

1問の進め方

演じる人だけがお題を確認。1問60秒で、ほかの人が答えます。
各問の残り60秒は、答え合わせ・記録・交代に使います。計4問。

使ってよいもの・使わないもの

表情や手振りを使います。声・口の形による言葉・文字・道具は使いません。
その場で安全にできる動きだけ。座ったままで構いません。

パスと判定

演じるのが難しい場合は、交代か未使用のお題へ変更できます。
1問1点。言い換えは「同じ動作」なら正解。判断が難しい場合は司会が決めます。

チームごとに順に実施する場合は待ち時間が追加されます。この20分案は各チームが同時に進行する設計です。

練習で判定を合わせてから、4問に挑戦する

経過時間	司会の言葉・動き
0〜3分｜説明	「お題を見られるのは演じる人だけです。言い換えでも同じ動作なら正解。難しい動作はパスし、安全な範囲で行いましょう。」
3〜5分｜練習	練習お題「歯をみがく」で試す。声や文字を使わないルールを確認。 本番4問の演じる人と、各問の記録・判定係を決める。
5〜13分｜本番	1問60秒で終了を合図。続く60秒で答え合わせ・得点記録・次の担当へ交代。これを4回。
13〜15分｜集計	「正解数は4点満点です。同点は同順位にします。」 チームごとのお題が異なるため、厳密な能力比較には使わない。
15〜20分｜振り返り	13ページへ。「伝わらなかったとき、何を変えましたか。」

得点は交流を進めるための記録です。演じる役割を強制せず、回答・時間管理・記録でも参加できます。

お題は、演じる人にだけ見せる

このキット用の一般的な動作例。市販ゲームの問題文は使用していません。

本を読む	傘をさす	写真を撮る
窓をふく	花に水をやる	靴ひもを結ぶ
手紙を書く	時計を見る	髪をとかす
電話をかける	料理を混ぜる	ボールを投げる

1チームに4枚＋パス用の予備を用意。同じお題を他チームが先に見ないよう、チームごとに伏せて配ります。

動作を実際に再現する必要はありません。道具を持たず、その場で小さく表現してください。

ジェスチャー｜配布用・1チーム1枚

正解数と、伝わるように変えた動きを記録する

チーム：　　日付：　　記録係：

回	お題	正解1／不正解0	伝わった動き・変えた動き
1			
2			
3			
4			
合計		／4点	

パスで減点しません。交代・お題変更でも60秒の計測は止めず、リセットしません。時間内に正解できなければ0点。同点は同順位です。

ペーパータワー｜投影用

同じ20枚の紙で、自立する塔をつくろう

4〜5人｜説明5分 → 作戦3分 → 制作10分 → 測定5分 → 振り返り5分 → 片付け2分

材料と作戦

各チームA4用紙20枚。折る・丸めるだけで組み立てます。
テープ・のり・はさみ・紙以外の補強は使いません。紙は破らず、作戦中は触りません。

制作と安全

制作は10分。机の上でつくり、椅子や机に上らないでください。
壁・天井・人・ほかの物に支えさせません。全員が相談できる進め方を試します。

高さの測り方

終了後に手を離し、10秒間自立した塔だけ測ります。
机面から最高点まで1cm単位で記録。1cm未満は切り捨て。同じ高さは同順位。

自立しなかった場合は「未成立」と記録。失敗した人を決めるのではなく、次に変えたい工夫を共有します。

30分の中に、試す時間と振り返りを確保する

経過時間	司会の言葉・動き
0〜5分｜説明	紙20枚を配り、10ページのルールを確認。「作戦中は紙に触らず、制作開始の合図を待ってください。」
5〜8分｜作戦	「どんな形にするか、役割をどう分けるか相談してください。」
8〜18分｜制作	「開始します。10分です。」残り5分・1分で案内。 構造の正解は教えず、安全と参加の偏りを観察する。
18〜23分｜測定	「手を離してください。」10秒自立を確認して測定し、記録する。 各チームで測定後、主催者が確認。チーム数が多い場合は測定担当を増やす。
23〜28分｜振り返り	13ページへ。「どの相談や試し方が、次の判断につながりましたか。」
28〜30分｜片付け	「次に試す行動を1つ確認して、紙を片付けましょう。」

測定を5分で終えられない規模では、この30分案を延長してください。制作途中の試し立ては可能です。

高さと、成立した条件を一緒に記録する

実施日：　　測定担当：　　参加チーム数：

チーム	10秒自立したか	高さ（cm）	観察した工夫・次に試したいこと
	成立／未成立		
	成立／未成立		
	成立／未成立		
	成立／未成立		

1cm未満切り捨て。同じ高さは同順位。未成立は高さ欄を「ー」にし、0cmや失格扱いと混同しないでください。

記録枠が足りない場合は複数枚を印刷。個人の能力評価・人事評価には使いません。

3ゲーム共通｜投影用

感想で終えず、次に試す行動を1つ決める

1分｜一人で思い出す

うまく伝わった場面、または伝わらなかった場面を1つ書きます。
誰が優れていたかではなく、具体的な言葉・動きに目を向けます。

2分｜チームで共有する

どんな質問、確認、役割分担が役立ちましたか。
一人ずつ短く共有します。話したくない場合はパスして構いません。

2分｜次の行動を決める

次の会議や共同作業で、何を・いつ試しますか。
例：次の定例会議で、作業開始前に「理解した内容」を一度確認する。

14ページを配布。最後に1つ選べれば十分です。ゲームの結果だけで、職場の関係性や能力を判定しません。

3ゲーム共通｜配布用・1人1枚

次の仕事で試すことを、具体的に残す

ゲーム：　　日付：　　名前：任意

振り返る問い	記入欄
1｜印象に残った場面は？ 何を言った・した？	
2｜そのとき何が起きた？ 伝わり方・相談の進み方は？	
3｜次に何を試す？ いつ、どの場面で？	
4｜試したあと何を確かめる？ 確認する日・観察することは？	

共有するのは、自分が共有してよいと思う部分だけ。人への評価ではなく、自分たちの行動を書いてください。

会場に合わせて調整し、条件を先に伝える

この記事と組み合わせて使う

106｜チームワークを高めるゲーム：共通点探し・ジェスチャー・タワービルド。
94｜チーム対抗レク：ジェスチャー・ペーパータワー。
共通点探しは94の対抗戦前にも使える、得点のない補助メニューです。

このキットで具体化したこと

用紙20枚、ジェスチャー4問、判定方法などは運営のための設計例です。
記事中の一般的な紹介をもとに、紙だけの塔・安全な動作に条件をそろえました。
人数や会場により、説明・測定・共有の時間を調整してください。

印刷・編集について

PDFはA4横・実際のサイズで印刷。記録用は5・9・12・14ページ。
PPTXの文字・表は編集可能です。投影時は台本とお題ページを飛ばしてください。
お題・記録内容に配慮し、参加者に共有や提出を強制しないでください。

参照：sp-cultive.com/blog/article-106/ ・ sp-cultive.com/blog/article-94/ （2026年11月12日時点の本文）

制作：Cultive 記事補助資料｜実施例・効果実績を示す資料ではありません。