

すぐに使える！アイスブレイク集

手軽にできるアイスブレイクを集めてみました。
会議や研修の導入等に使ってみては？（時間や人数はあくまでも目安です。）

○他己紹介（時間：1ペアにつき5分程度 人数：5～10人 知り合う系）

- ① ペアを組んで、数分間お互いにインタビューをする（テーマは何でもOK）。
 - ② ペア以外の人に対して、インタビューした相手のことを紹介する。
- ※ ①でどんな質問をするかが、②で相手をうま〜く紹介するための鍵です！

○ウソつき自己紹介（時間：1人につき10分程度 人数：～10人 知り合う系）

- ① 人に話したい自分のエピソードを3～4つ考え、そのキーワードを紙に書く。
 - ② キーワードを書いた紙を他の人に見せながら自己紹介をする。
 - ③ 自己紹介が終わったら、どれがウソかを残りの人に投票してもらう。
- ※ 自己紹介後に、ウソを見抜くための質問タイムを設けると盛り上がります！

○絵しりとり（時間：10分程度 人数：5～10人 知り合う・学び系）

グループ内で順番に1枚の紙を回して、絵でしりとりを行う。ルールはただひとつ「何を書いたか絶対に話さない！」

※ 終了後にみんなで答え合わせをしてみると「え〜っ！？（笑）」という結果が出てくるかも？

○スノーフレイク（時間：5分程度 人数：何人でも 学び系）

- ① 紙（A4程度）を配って、ファシリテーターの指示のとおり作業してもらおう（この時、他の人の作業は見ないように！）。
例：「まず2つに折ってください」「右側をちぎって下さい」「もう1度2つに折ってください」
「左側をちぎって下さい」「裏返して下側をちぎって下さい」・・・
 - ② 紙を広げて、他の人の紙と見比べる。
- ※ ひとつの指示でも、人によって捉え方が様々ということが分かります。

○集団ステータス（時間：15分程度 人数：10人～（偶数人） 学び系）

- ① 1～50までの番号の書かれた名刺大のカードを作り、番号の大小に応じて尺度を決める。
例：番号の大きい人ほど、大きなモノを作っている会社の社員
番号の大きい人ほど、活発な趣味を持っている人
 - ② カードを1枚ずつ引き、それぞれ自分が引いた番号にふさわしいと思う設定を決める。
例：2番 → 半導体メーカー 37番 → ビル建設会社
13番 → 切手収集 45番 → スカイダイビング
 - ③ 制限時間（5分程度）の間に、できるだけ多くの人と自分の設定について話し、自分の番号と近い人が見つかったと思ったら、ペアを作って座る（ここまで、相手にはカードを見せない！）。
 - ④ 制限時間終了後、ペアごとに自分の設定と番号を発表し、番号が1番近かったペアが優勝。
- ※ ひとつの言葉でも、人それぞれ抱くイメージが違うということが分かります。

【参考文献等】

- ・FAJ：特定非営利活動法人 日本ファシリテーション協会ホームページ
アイスブレイク集 https://www.faj.or.jp/modules/contents/index.php?content_id=27
- ・アイスブレイク.info <http://icebreak.blog102.fc2.com/>
- ・森時彦 ファシリテーターの道具箱研究会[著]『ファシリテーターの道具箱』ダイヤモンド社 2008
- ・平田オリザ『演技と演出』講談社現代新書 2004