ウォームアップ		アイスブレイク			ディ・インヒビタイザー	コミュニケーション		イニシアティブ		トラスト
かがみストレッチ	【名前系】	【1対1】	【少人数～全体】		列・輪・個人　前後左右 シルバーシート	キツネとリス	お題を制限時間内にたくさん書く	碁盤渡り（ﾏｼｭﾏﾛﾘﾊﾞｰ）	エブリバディアップ	トラスト支える（2人組、周りで全員で）
ぐるぐるストレッチ	質問自己紹介（誰かに質問する。みんなが自己紹介するまでの速さをグループ間で競う）	鼻つまみ	名刺交換	新聞紙乗り	ゆるしてじゃんけん	数えｹﾞｰﾑ3の倍数足踏み	数字点数ゲーム	チキンとばし	1．2．3は10なわとび	
手をくぐらせて足を抜く	○○の隣の○○	親指小指（左右）	チェンジ3	新聞紙渡すじゃんけん	進化じゃんけん	新聞紙絵あわせ		UFO（全員足を入れる）	迷走UFO	チョッパー
肩たたき	エピソードを書き、そのうち一つウソ	鉄砲	ﾙｯｸｱｯﾌﾟﾙｯｸﾀﾞｳﾝｺﾞｰ	輪・隣の人の足踏み	ZIPZAP	新聞紙渡すじゃんけん	CSPゾーン	上昇フラフープ	（真ん中の人が誘導）	トラストフォール
コピーキャット	えっとたしか・・・	尺取り虫	立ち座り	グループバスケット	スピードラビット	（みんなでもとに戻す）		オールキャッチ	台風の目	柳に風
ネームストレッチ	ネームトス（○○どうぞ。○○ありがとう）	指折り	周りを回る	命令じゃんけん	あんたがたどこさ			モンスター	（周りの人が誘導）	スパイダー
命令じゃんけん	サイン集め（野球してた人、など）	指回し	セブンイレブン	ペーパーおにごっこ		わりばしET		雪山捜索隊		
5・5・5ストレッチ	デート予定埋め。その人と後で集まりテーマについて話す	ペン回し	1.2．3ｷﾞｭｰ	バックタッチタグ	目隠しおにごっこ	フリスビーで空き缶倒し	ガーディアンエンジェル	イス取り鬼		
エア筋トレ			足算合計言ったら勝ち	トゥタグ	あなた、私、右、左	イタリアンゴルフ	ウインクキラー	フープ外し		
ペアウォークチェックイン	名前の50音で並び替え。	拍手（腕交差したとき）	あいこでハイタッチ	グーチョキパー鬼	キングスフロッグ			フライングキャッチシート		
		くつの共通点でペアづくり	出会いの輪	ちょうこくタグ	ハイローヨー	トランプベースボール		トランプ並び替え		
		ホグコール（目をつむり、合言葉、握手で相手をさがす）	3人指相撲	ペーパータグ	フリップミーアバード	オールキャッチ（個人版）	自陣地のボールを相手の陣地（フラフープ）に入れる			
			3人あっち向いてホイ		パートナー(2,4,3人)	サンダンス（1,1・2,1・2・3）				
			おはじきグータッチ			オセロ（赤青裏返し）				
			ペン飛ばし							
	ピカブー				チャレンジバイカード					
	ピカブー（周りの人が教えるスタイル）	キツネとひよこ（G対抗ver）	おんぶじゃんけん		勇者のしるし	ロボット		パイプライン		
					ウブンツ（私はだれでしょう）	線路は続くよどこまでも	ステレオタイプ	ひも越え		
	好きなおにぎりの具	手組んで、この指	あいうえおじゃんけん							
	右隣の人、左隣の人、自分の名前を言う、タイムトライアル									
		グーパー	手の甲に紙のせて落とし鬼	【グループレク】				ヤートロープ		
	あなた、私、右、左	後出しじゃんけん	歩き言葉づくり（1人1文字）	ケンケンナイフ				ヤートサークル	【タイムトライアル系】	
【ファイヤーレク】	【休憩系】	すりすりﾄﾝﾄﾝ	ウブンツカード	ハンカチ落とし		誕生日チェーン			インパルス	
ウンチャカ	シロクマ何匹	2拍子3拍子	みんなおに	サーティワン	【2人組】	人間イス			フラフープくぐり	
アブラハム	これなんだ、これなあに	ハンカチ拍手	バナナ鬼	パタパタ	フェンシング			【エレメント系】	キーパンチ	
猛獣狩り	ミルク、水	ももたろさん	90度鬼ごっこ	キャッチ（ｸﾛｽｷｬｯﾁ）	エルボ・ニータッチ			TPシャッフル		
			W90度鬼（2人3脚）	野菜でハイローヨー						
集まれゲーム	ラジオテレビ		つま先合わせ立ち	ハイローヨー	イモムシ			ニトロ		
					おきまりのポーズ（芸術家）	ワープスピード		手つなぎトラバース		
	開いてる？閉まってる？	こんなことあんなこと	背中合わせ立ち	お菊さん	動物投げ			島渡り		
	基本形、これ何本？	こんにちはゲーム	背中合わせてかに歩き	ニョッキ					サイクルタイム（積み木)組み立て	
						あやとり（順手、クロス、外順手、外クロス）		ウォール		
	熊さん熊さん誰ですか	しゅりけん	15夜さんのもちつき	聖徳太子ｹﾞｰﾑ		人間知恵の輪		スパイダー		
	良いチョコ悪いチョコ	落武者	ぞうさん歌	蚊をとる		ピサの斜塔				
			リスと木	並び替えゲーム						
			ツルの舞	マンションゲーム						