



おにごっこっておもしろい！

小学生に「おにごっこ、やったことある人！」と聞いたらほとんどの人がやったことがあるでしょう。また、みなさんの家族に聞いても、同じだと思えます。そして、これは日本人だけでなく、海外の人たちも、名前や設定などは少し違っていても、同様の遊びを体験して大人になっているんです。逃げるか追いかけるか、という遊びですが、楽しいだけでなく、逃げるときはドキドキして、つかまえるときにはワクワクして、逃げきれたときにはちょっと自慢したくなる気分になります。いろんな感情が詰めこまれた遊びなんです。

また、日本にはおに遊びとして、バラエティ豊かな遊びも存在します。これらは、日本の生活文化や四季などを反映している部分があります。「ことろことろ」というおに遊びには、仏教の教えがかくされているそうです。「色おに」は季節による自然の色を感じながら遊べます。おにごっこをしながら、ただ楽しいだけでなく、情緒が豊かになっていくことが期待されます。もちろん、外に出て日光に当たって走り回るので、心身の健康にも役立つでしょう。

本書では、おにごっこをさまざまな角度から見ながら、関係する文化についても深く知ることができる構成になっています。ぜひ本書を読んでからも、またおにごっこを楽しんで見てください。いろいろな気づきがうまれます。



【もくじ】

教えて！ おにごっこの魅力 4

歴史の中のおにごっこ	4
現代のおにごっこ	6

おにごっこの世界へようこそ 8

おにごっこのおもな種類	8
はじめ方もまた楽し	14
世界のおにごっこ	16

おにごっこにチャレンジ！ 18

昔ながらのおにごっこ	18
図形のおにごっこ	22
季節を楽しむおにごっこ	24

もっと おにごっこを知ろう 26

おにごっこの歴史	26
おにと祭り	30
進化するおにごっこ	31

こぼれ話

5～31ページの奇数ページの右側には、本文で紹介しきれなかったおにごっこにまつわる、ちょっと楽しいこぼれ話を載せています。



おにごっこの世界へようこそ

世界中の子どもたちがおにごっこで遊んでいます。日本でみなさんが遊んでいるおにごっこや、海外の子どもたちが遊ぶおにごっこを見てみましょう。



おにごっこのおもな種類

おにごっこを、おに役がいて、逃げたり追いかけたりかくれたりする遊びと考えると、実にさまざまな種類があります。系統立てて、どんな遊びがあるのか見ていきましょう。

おにごっこの種類がわかる体系図

遊び方の系統で、種類を分けてみました。ここに紹介していないおにごっこは何に入るか、みなさんも考えてみてください。

●基本（タッチ&変化）系 9 ページ参照



おにごっこ
増やしおに
氷おに
バナナおに
しゃがみおに

●つながり系 10 ページ参照



手つながりおに
ことごと
ねずみ退治
だるまさんが転んだ

●かくれ系 11 ページ参照



かくれんぼ
宝おに
目かくしおに
伍けり

●条件系 12 ページ参照



高おに
色おに
ケンケンおに

●グループ系 13 ページ参照



けいどろ（どろけい）
陣取り合戦
騎馬戦

●進化系 13 ページ参照



図形おにごっこ
スポーツ鬼ごっこ
フィールドおにごっこ
パラおにごっこ



足の速さだけが勝負じゃない！

基本（タッチ&変化）系

おにが追いかけて、それ以外が逃げます。おにがタッチすればつかまったことになり、タッチされた子が次のおにになるのが基本のおにごっこです。

い〜ち、に〜い、
さ〜ん……



あそび場の地形や障害物を考えながら、おににも逃げる子も走ります。フェイントをかけたたりするのも楽しいところ。お互いにつかれたら、おに役を交代したり、仲間同士だからこそ遊び方よいでしょう。

逃げろ！



変則ルール例

●増やしおに

おににタッチされても、おにには交代しないでその人もおにになるルール。1人ずつおにが増えていき最後には逃げる人は1人だけになります。

●氷おに

おににタッチされたら、その場で立ち止まって「こおって氷になる」という設定です。氷になった人は、おに役や逃げる子たちをばやしたてて楽しめます。氷になっていない2人で囲んで「レンジでチン」して動けるようになるというルールもあります。

●バナナおに

タッチされたら氷になるのではなく、両手を上げてバナナになるルールです。逃げていた子にさわってもらおうと、一人目で片方の手を下げて皮がめくれ、2人目にさわってもらおうと残りの手も下げてもう一度逃げられるようになります。

●しゃがみおに

氷おにて、タッチされたらしゃがんで止まる、というルールです。

足はオレのほうが
速いんだから！



おっとどっこい

おにごっこにチャレンジ!

基本のおにごっこやかくれんぼ以外のおにごっこをやってみましょう。昔ながらのおにごっこや、図形を描くもの、四季に合わせて楽しみたいおにごっこの遊び方を紹介します。



昔ながらのおにごっこ

江戸時代の子どもたちも、さまざまなおにごっこをしていました。そのうち4つを、公園や校庭などで遊ぶ場合の方法を紹介します。チャレンジしてみましょう。

ことろことろ

江戸時代の子どもに人気だった「子取りおに」の一種です。江戸の町の路地など、狭い場所でも遊べました。

①おに役と親役を決めて向かい合い、それ以外は子として、親の後ろにならび、前の人のお尻や腰をつかんでつながります。

子
前の人から離れないように、しっかりつかまりながら逃げる

③おには、親の後ろの子どもにタッチします。親は後ろの子がおににつかまらないように、手を広げたり、向きを変えて移動したりして守ります。

親
後ろの子どもを守る

おに
親の後ろの子どもをねらう

④おにが子どもをタッチしたら、役を交代し、ふたたび遊びます。タッチされた子がおにに、おにが親に、親が子になるなど、ルールを決めておくといでしょう。

かまおに

地面に描いた円を地ごくの「かま」に見立てます。地ごくに落としかくつを拾いにいくときのスリルや、おにと周囲の人とのかけひきが楽しい遊びです。



①地面に円を描きます。おに役は円の中に立ち、それ以外の人はくつの片方を円の中に置いたら準備オッケー。おには円の中だけを移動でき、それ以外の子は円の外でスタートします。

②自分のくつをとり円に入るときは、片足ケンケンが決まりです。おににタッチされないように、ほかの人のことをおにが見ているすきをねらって入るなど、工夫が必要です。くつがとれたら、円の外で見学。おにがだれかをタッチするか、くつが残り1つになったら、おにを交代します。



アレンジルール

円の左右にはしごと半鐘（火車などを知らせるかね）を描きます。だれかが「おにさん、おにさん、あそこが火事だ!」というとき、おにははしごのところに行き、半鐘をたたきまねをしなければなりません。ただし「これをいえるのは、3回まで」などの決まりをつくっておく必要があります。



図形のおにごっこ

地面に図形を描いて遊ぶおにごっこは、限られたスペースでできるのが特徴です。参加する人数や年齢に合わせて、ルールを調整して、チャレンジしましょう。

十字おに

①地面に正方形を描き、真ん中に十字の通路を描きます。図形の大きさにより、おに役を1〜2名決めます。おに役は十字の中心に立ち、それ以外の人たちは1つの四角に集まります。

図形おにごっこの代表的なひとつです。正方形を描くには、だれか1人の歩数ではかるのがよいでしょう。人数に合わせて、図形の大きさは変えてください。

②スタートしたら、逃げる人たちは図形の中を反時計回りに回りますが、十字の通路に足を入れてはいけません。3周したらゴールで、外に出ます。おに役は十字の通路の中だけを動き、タッチします。タッチされたら図形の外へ。最後の1人になるまで続けるのが基本です。



似ている遊び ひまわりおに

ひまわりの形を地面に描き、おに役はその中にいて、花びらの上を進む人達をタッチします。逃げる人は決めた回数回ればゴールで、外で待ちます。またはタッチされたら中に入っておにになるというルールもあります。花びらの外側に丸を描いて安全地帯にし、5秒だけいられるという取り決めをしてもいいでしょう。



アレンジルール例

- ・タッチされたらおに役を交代すると、長く遊べる。
- ・周囲の回数を増やしたり減らしたりする。
- ・図形がせまい場合は、周囲に安全地帯をつくる。
- ・15人以上なら、図形を大きくしておに役を4人などに増やす。
- ・図形の外は、ケンケンで3歩まで出ることができる。

へびおに

①地面にくねくねとへびのような線を描き、両はしに丸を描いて陣地にします。2チームに分かれて陣地にならび、「よーいどん」で、1人ずつ線の上を進み、ぶつかったところでじゃんけんします。

②勝ったほうはそのまま進み、負けたほうが陣地にもどって（どこを通過してもよい）、次の人にタッチして、進みます。相手の陣地まで到着したほうが勝ちになります。



似ている遊び ドンじゃんけん

へびの形に限らず、決められた線の上で、同様の遊びをします。これを平均台の上でやったり、タイヤがならんだ道具などでチャレンジするのもおすすめです。この場合は、進むのがむずかしいので、じゃんけんに負けたチームの次の人はタッチせずにスタートしてもよしとするなど、ルールは遊びながら調整するとよいでしょう。



現代の おにごっこ

今おにごっこはさまざまな広がりを見せています。それぞれの専門家の人たちに、おにごっこの魅力を教えてもらいましょう。きっと、もっとおにごっこが楽しくなるはずです。

ワクワクドキドキを 見ている人も体感できる番組に



菅谷隆司さん

フジテレビ「逃走中」チーフプロデューサー。番組は国際的な賞を数々受賞。アメリカ版や中国版の制作監修も。逃走中を始め数々の番組を企画制作。現在はFOD制作センター・企画開発部長として後進の育成にも力を注ぐ。



フジテレビ



したのってどんなときか考えていたら、おにに追いかける、こわいけれど楽しい感覚を思い出したのです。そして、見ている人もいっしょにワクワクドキドキを感じるためにはどうしたらいいか意見を出し合いました。いちばんのポイントは「おに」ではなく「ハンター」が追いかけることです。視聴者のお子さんから「将来ハンターになりたい！」などうれしい声を聞くこともあります。こうして2004年に初めて放送してから、今まで続く番組になりました。長く続いているのは、単純なルールでだれでもわかりやすく、家族で見られることや、資金がかかっているからこそプレイヤーたちの心理や性格自然に表れて、リアリティを感じられることなどがあると思います。制作スタッフも、ハンターたちも、真剣に楽しみながら取り組んでいます。これが画面にも伝わっているのでしょう。

黒服にサングラスのアンドロイド「ハンター」たちが出演者のプレイヤーたちを追いかけて、逃げきれれば賞金をもらえるフジテレビの番組「逃走中」は、よく現代版のおにごっこと例えられます。実際、おにごっこがキーワードになって誕生しました。約18年前、まだ自分たちが30歳前後のころに、ワクワクドキドキ

「スポーツ鬼ごっこ」で おにごっこのあるまちづくり

いつの世代の子どもたちも遊んでいたおにごっこを、コートで行うチーム戦にし、ゲーム的な性格をもたせたのが「スポーツ鬼ごっこ」です。おに役か逃げるかではなく、攻守両方必要なので、運動神経がよいかどうかだけでなく、参加者それぞれが得意な分野で活躍することができます。同年代で本気を出して戦うのもいいですし、小さな子から60歳以上の人など、年齢差があっても楽しめるんです。大人と子どもがいっしょに遊んでいる光景って、平和な感じがしませんか。おにごっこは、平和なまちづくりに貢献できるコンテンツだと思っています。地域内でイベントを行うこともできますし、全国大会もあるので、地域間の交流にも役立ちます。「スポーツ鬼ごっこ」が誕生した背景には、運動が苦手だったり嫌いだったりする子が、太ってしまい病気になりやすくなるという社会問題がありました。どう



平峯佑志さん

一般社団法人鬼ごっこ協会チーフ・クイズ・エンジョイナー。国際スポーツ鬼ごっこ連盟事務局長として、スポーツ鬼ごっこの可能性を開拓しながらの普及・広域活動に努めている。

したら楽しんで体を動かせるか、いろいろな遊びを試した中で、みんなが自然に参加して楽しく体を動かせたのがおにごっこだったんです。そして、楽しく続けられるようにルールをつくりました。ぜひ多くの人に、「スポーツ鬼ごっこ」に参加してもらいたいですね。

7人制ラグビーは 世界のおにごっこ大会

子どものときは、家でゲームして遊ぶよりも、断然外で走りまわっていました。けいどろやおにごっこは人気の遊びでしたね。足は速かったんですけど、それだけでなく逃げるのが得意でした。真剣に遊んでいたの、かくれるときは木に登ったことも。小さい頃からラグビーの動きのようなことをやってたんです。そして、小学生時代にラグビーに出会い、はまっていきました。ラグビーの基本は15人制ですが、7人制は同じコートの広さで行います。そりゃあもう、走りまわるしかないんですよ。15人制はじっくりスクラムくむなど、パワーが必要な部分が多いのですが、7人制はスピードとステップワークが重要になります。ですから、オリンピック代表として7人制ラグビーに専念した時期は、体重も落としました。素早さには身軽なほうがいいですからね。実際見ていただければわかりますが、本当におにごっこのようですよ（笑）。オリンピックの7人制ラグビーなんて、まるで世界の究極のおにごっこ大会って思いますもん。そして、世界の選手を見ると、子どもの頃から、遊びの中で技を身につけていると感じます。ブラジルでは鳥かごにボールを投げ入れたり、ニュージーランドでははだしで走って体幹を鍛えたり。楽しい遊びの中で身につけたことは、スポーツの中で自然と発揮できると思います。おにごっこも、ぜひ本気でやってみてください！



藤田慶和さん

埼玉パナソニックワイルドナイツ所属のラグビー選手で、ポジションはウィング（WTB）。フルバック（FB）。7人制ラグビーの日本代表として東京オリンピック・パラリンピック2020に出場。



藤田選手の練習風景。

遊びだからこそできる 人生経験

おにごっこはシンプルな遊びですが、実は奥が深いんです。人間関係のコミュニケーションを体験できる遊びだと思っています。たとえば、リーダー気取りで「たんま」ばかり言われてもおもしろくありません。幼い子はおににならない「みそっかす」などのゆるいルールもあります。やる気のない子はつかまえてもつまらないので、追いかけない。同じ人ばかりがおにをやってもあきるので、バランスよく追いかけるなど、子どもなりにその場の空気を感じながら、みんなと楽しめるように遊んでいるわけです。自分で考える力もついてきます。ですが、遊ぶときは、ただ真剣に走って遊んでください。それがおにごっこです。



今野通裕さん

国学院大学北海道短期大学 幼児児童教育学科教授。小学校の教員時代の経験を生かしながら、将来幼児や児童の教育現場で働きたいと考える学生たちに教えている。