

## 空き缶積み上げ

島根県雲南市を発祥とし、平成13年に第1回大会が開催されました。

350ml と500ml の空き缶を積み上げ、その高さを競います。



### 【競技者】

1チーム4名（厳守）

小学生以下の子どものチームには必ず1名以上の大人（成人）を入れてください。

※チーム名をつけてください。

※各実施団体の参加チーム数に制限ありません。

### 【用具】

空き缶（アルミ缶） 350ml 缶 240 本、500ml 缶 120 本

火ばさみまたはトング（1 本）

脚立（1 台 高さ150cmまで）

ヘルメット（あご紐付、1 個）

※全て1 チームあたりに必要な用具です。（用具については、実行委員会で準備します）

※「火ばさみまたはトング」については、缶を高く積み上げる時に使用するものですが、使用にあたっては必須ではありません。

※「脚立」は高さ150cmまでとします。

### 【ルール】

・競技時間は10分です。

・競技時間内で最も高く空き缶を積み上げ、その高さを競います。

・積み上げた高さは、缶の種類による高さで算出します。

・途中で缶が倒れた場合、競技時間内であれば何回でもやり直し可能です。

・各チーム1名監督を入れてください。選手と兼務も可能です。

特に、小学生以下のチームは大人（成人）が監督を務めてください。

・中学生や高校生など未成年者のみのチームも参加は可能ですが、できる限り大人（成人）が立ち会うなど、危険回避に努めてください。

・競技は素足で行うこととし、手袋の使用は認めません。

・開始は、大会事務局員の笛の合図で始まり、笛の合図で終了します。

・競技中、審判員（実行委員会スタッフ等）・選手以外はコートに入れません。

選手を兼務しない監督は、コートの外から選手に指示・指導を行ってください。

・缶は、飲み口を下にして積み上げてください。

・必ず、缶と缶の間に缶を積み上げてください。缶と缶を垂直に重ねて積み上げないようにしてください。重ね積み上げた場合は、1缶（500ml）分高さを差し引くものとします。

・直径80cm円での積み方は、板の側面に24個の缶（350ml）をアーチ状の基礎として積み、その上に缶を積み上げます。

・直径80cm円からはみ出して積み上げた場合は、1缶（500ml）分高さを差し引くこととします。

・一段積み上げたら選手全員で外円の直径10mを時計回りに一周します。段を積み上げた毎に一周し、5段まで回ってください。

・対戦中、他のチームの競技に支障をもたらす行為があったときには、審判の判断によりその度に1缶（500ml）分高さを差し引くものとします。

・競技中の交代は、体調の変化等急を要する場合以外は認めません。

競技開始前に変更ある場合は、審判に申し出て確認を受けてください。



缶の積み上げ方

- ・競技の判定は、積み上げた缶の高さで決定します。高さが同じ場合は、「350ml缶の段数が多い」チームを勝者とします。
- ・競技時間（10分）終了を待たずに競技を終えたい場合には、チーム監督が手を上げて、同時に「終わり」の掛け声を係員に言ってください。この場合、審判の承認を得てから5秒経過した時をもって缶の積み上げが出来たと判断します。終了申告後の競技再開は認めません。
- ・積み上げた缶の高さ判定は、競技時間終了の笛から5秒後とします。（監督は、審判から記録について確認してください。）
- ・違反項目は、全て競技失格となりますので、ご注意ください。

#### 【高さの基準】

- ・350ml 1 段=122 mm
- ・500ml 1 段=166 mm

#### 【違反項目】

- ・競技中に履物、手袋を着用する。  
（※履物による振動と手袋への細工を防ぐため）
- ・チームの選手以外人間がコートの外から競技に係る行為を行う。  
（※選手を兼務しない監督は、コート外から指示・指導を行うこと）
- ・缶を積み上げる際、接着剤等を使用する。
- ・缶と缶を垂直に重ねて積み上げる。
- ・直径80 cm円からはみ出して積み上げる。
- ・対戦中、他のチームの競技に支障をもたらす。

#### 【チャレンジデー特別ルール！】

- ・チーム内に小学生以下の子どもがいる場合は、1名につき350ml缶1本分（122mm）を加算してください。（例：3名だと366mm加算されます）
- ・チーム内に65歳以上の高齢者がいる場合は、1名につき350ml缶1本分（122mm）を加算してください。（例：2名だと244mm加算されます）

#### 【カウント方法】

高さは、積み上げた「缶の種類と段数」に基づき算出します。  
ただし、違反があった場合は、違反項目1つに対し、1 段（500ml）分の高さ（166 mm）を差し引きます。

##### ■得点計算例

積み上げた高さ

350ml を5 段積み上げた場合：122 mm×5 段=610 mm(61 cm)

500ml を2段積み上げた場合：166 mm×2 段=332 mm(33 cm 2 mm)

差し引き

垂直に重ね積みをした：マイナス166 mm

よって、チームの記録は、

『610 mm+332 mm-166 mm=776 mm (77 cm 6 mm) 』

となります。

もし、チームに小学生以下の子ども1名と65歳以上の高齢者1名がいた場合は、上記の記録に小学生1名分122mmと高齢者1名分122mmがそれぞれ加算されます。

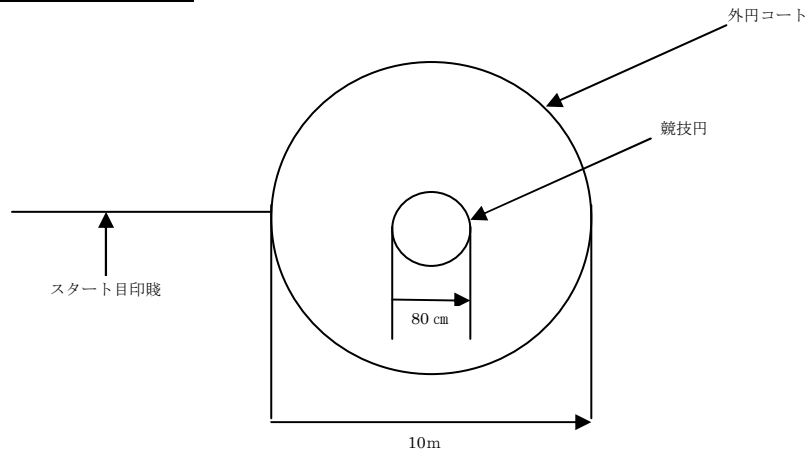
『776mm+244mm=1,020mm (1m2cm) 』

### 【注意】

安全面を考慮し、以下についてご注意ください。

- ・怪我をする場合がありますので、缶を積む時は、缶の飲み口に指を入れないようにしてください。
- ・脚立の上に上がる選手は、必ずヘルメットを着用してください。
- ・脚立の最上段に立っての競技は危険ですので、必ず最上段から2段目に足を掛けて競技を行ってください。また、競技中は大人（成人）が脚立を支えるようにしてください。

### 【コートレイアウト】



空き缶積み上げは、空き缶積み上げ大会実行委員会が公式ルールを作り上げ、管理・保有しています。チャレンジデーでは、空き缶積み上げ大会実行委員会にご協力いただき、「チャレンジデー特別ルール」として実施いたします。

### 【お願い】

「本競技は簡単そうに見えますが、危険が伴う競技です」

- ・小学生以下の子どもが参加する場合は、脚立は大人（成人）が支えるようにしてください。
- ・大人（成人）が見ていない中での競技はしないでください（危険です）。
- ・脚立は高さ150cm以下のものを使用ください。
- ・小学生以下の子どもが実施する場合には、十分な注意と配慮をいただき、怪我がないようにお願いします。
- ・記録も大切ですが、怪我なく楽しむことを優先ください。