

空き缶積み上げ

【内 容】

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 3～4 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はありません。

【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。

※「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と同数で算出します。
- 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 80 cm 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（500 ml）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。競技開始前に変更する場合は、審判に申し出て確認を受けてください。
- 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できたと判断します。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=122mm
- 500ml 1 段=166mm

【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
 - チームの選手以外の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 80cm 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。

【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（166mm）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：122mm×5 段=610mm(61cm)

500ml を 2 段積み上げた場合：166mm×2 段=332mm(33cm2mm)

差し引き

垂直に重ね積みをした：マイナス 166mm



缶の積み上げ方

よって、チームの記録は、

『610mm+332mm-166mm=776mm (77cm6mm)』

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)』

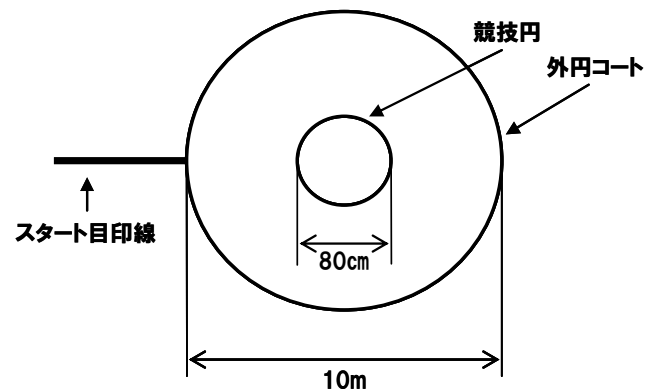
【チャレンジデー特別ルール！】

- ・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)

【コートレイアウト】

「競技円」、「外円コート」は、ロープやテープ等用いて作成してください。

また、複数のコートを設営する場合は、走るスペース等考慮し、十分な間隔を設けて設営してください。



【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。
- ・脚立の上に行く選手は、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、競技中はできれば大人（成人）が脚立を支えるようにしてください。

【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（危険を回避するため）。
- ・脚立は高さ 150cm 以下のものを使用してください。
- ・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、怪我の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してください。

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。