

入門編

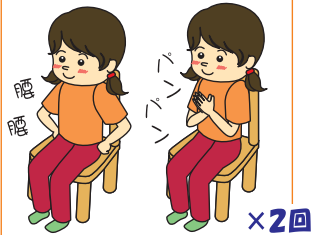
明石焼のうた (座位バージョン)



前奏 1

8カウント聞いてから開始

1、2 3、4

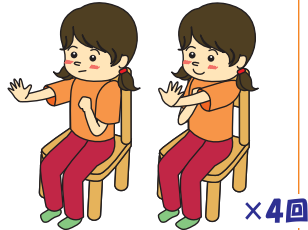


手は腰、腰  
+ 手拍子パン、パン  
(1、2・3、4) × 2回

前奏 2

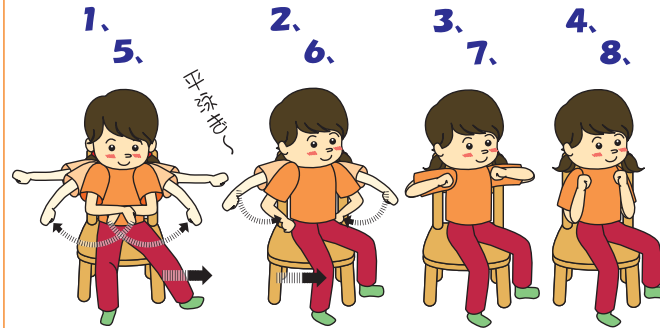
リズムをとりながら

1、2 3、4



手は前にパー!  
(1、2・3、4) × 4回

♪ここは明石の魚ん棚 明石のたこはナンバーワン!  
♪ダシで食べるの知ってるか? タマゴたっぷり明石焼!



1、5、  
2、6、  
3、7、  
4、8、

両手平泳ぎで、  
横に大きく一歩

ひじを曲げて脇しめる  
(2回)

× 反対  
※左右の  
動きを  
2回ずつ

♪明石のソウルさ明石焼 またの呼び名は玉子焼  
♪ひと口食べればファンタスティック!  
ふた口食べればアンビリバボー!



1、  
2、  
3、4、  
5、6、  
7、8、

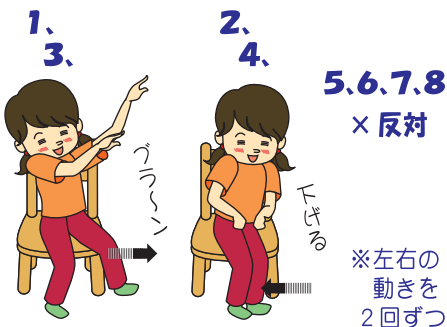
1で体を正面に、  
手は中から外に  
ガッツポーズ!

ひじを背中の方に  
2回下ろして、

ひざを上げてポン  
反対を上げてポン

× 2回

♪ヤキヤキ タコタコ イェー イェー  
♪フワトロ フルンフルン  
ウォー みんな食べてみなよ



1、  
2、  
3、  
4、  
5、6、7、8

踵をななめに出して、そろえる  
手はブラブラ下げる

× 反対

※左右の  
動きを  
2回ずつ

♪明石で (1~4) 食べよう (5~8)  
明石へ (1~4) さあ行こう (5~8)



1、2  
5、6

3、4  
7、8

1.2 足踏みしながら  
手は胸の前  
5.6 " "

3.4 パンザイ!  
7.8 手は斜め下

× 2回

♪明石で (1~4) 最高のダシにくぐらせて (5~8)  
食べよう (2234) 明石焼 (5678)



1、2、3、4  
5、6、7、8

2、2  
5、6

3、4  
7、8

ゆっくりと髪をなでるように  
腕をまわす (反対側も)

手は腰に、  
かかとを上げて、下げて、  
を2回



お疲れ様  
でした♪