

☀ さむかわ wakuwaku 体操 ☀

(平成 19 年 10 月)

作詞 柏 幸伸

作曲 木戸 やすひろ

みんな みんな みんな 起きようよ
朝 朝 朝ですよ
お日様 キラキラ 川面も ^{かわも} キラキラ
まぶしい笑顔で おはようさん

この体操は、明るい歌とリズムで
小さい子どもからお年寄りまで
誰でも楽しめます。

また、「オリジナル」「ゆっくり」
「座位」と3種類の動きがあるので、
体調に合わせてできます。

※不思議な気持ち みんな笑ってる
強く明るく元気よく 空の上まで ジャンプ ジャンプ ジャンプ
不思議な力 ^{ちから} みんな集まれ
大きな輪になって 元気になろう

川と文化の街の空
ダイサギ 飛び回り
大地はやさしい スイセン スイスイ
みんなに笑顔を よせている

不思議な気持ち みんな笑ってる
手を振り足踏み続けよう もっと元気よく ファイト ファイト ファイト
ちいさな子から お年寄りまで
大きな輪になって 仲間になろう

^{ちから}
力 ワクワク 元気 ワクワク 気持ち ワクワク 体 ワクワク

※くりかえし

不思議な力 ^{ちから} みんな集まれ
大きな輪になって 元気になろう
大きな輪になって ゆっくり休もう



さむかわ
wakuwaku 体操

健康運動ボランティア