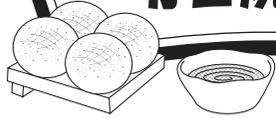


# 明石焼のうた (立位バージョン)



前奏



手は腰、ゆっくり屈伸し、手を叩く  
(1・2・3・4) × 4回

前奏



踵を交互に上げて、  
手は前にパー!  
(1・2) × 8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!



両手平泳ぎで、  
横に大きく一歩

チャ、チャ、チャ!  
人差し指でNO.1  
(2番は手をノックに)

※左右の動き  
を2回ずつ

× 反対

♪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!



前に足を踏み込んで膝上げる  
手は中から外にガッツポーズ!

膝上げキープで手を中・外・中 (顔の前)

× 前に2回  
後に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



一歩 → そろえる → 一歩 → そろえる

踵を出しながら左右に2つずつ移動、手はブラブラ→下げる

× 反対

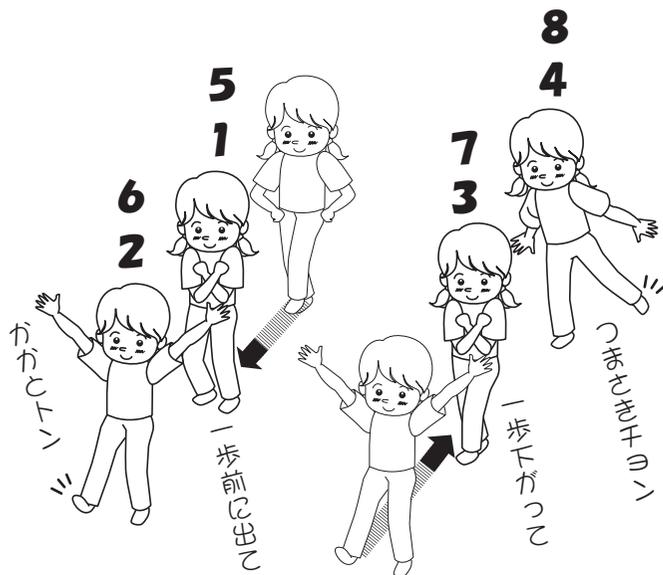
※左右の動き  
を2回ずつ



# 明石焼のうた (立位バージョン)



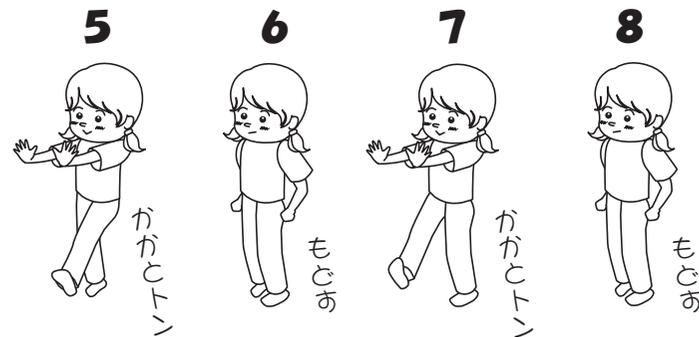
♪ 明石で (1~4) 食べよう (5~8) 明石へ (2234) さあ行こう (5678)  
 ♪ 明石で (1~4) 最高の ダシにくぐらせて (5~8) 食べよう (2234) 明石焼 (5678)



1. 一歩出して  
手は胸の前
2. 踵タッチバンザイ
3. 一歩引いて  
手は胸の前
4. つま先後ろタッチ  
手は斜め下



髪をなでるように  
腕をまわす  
(反対側も)



踵タッチ 戻す 踵タッチ 戻す

**×2回繰り返し**