

【祝いめでた体操（座位バージョン）】

2・3番の動作は、1番と同じ動作を繰り返します

片手ずつ開く 2回手拍子 膝を伸ばす (繰り返し)

右 左

♪ 祝いめでた～ の～ 若松 さま～よ 若松さま～よ

右足を一歩ずつ移動 左足を一歩ずつ移動

前 斜め前 横 前 斜め前 横

♪ 枝も さ か ゆ りゃ 葉も しゅ ～げ る

お尻を少し浮かせる (繰り返し) お尻を浮かせてももを叩く 手拍子

♪ え～い～しょ～ え え～い～しょ～え しょ～え しょ～え ハァ しょん～がね

手拍子 足踏み 手拍子 間奏で2回手拍子

♪ あれわいさそ～え さ～そ え～え しょんがね～

片手ずつ開く 2回手拍子 膝を伸ばす (繰り返し)

右 左

♪ こちの～座敷～ は～ 祝いの～ 座敷 祝いの～座敷 つる～と

右足を一歩ずつ移動 左足を一歩ずつ移動

前 斜め前 横 前 斜め前 横

♪ か め と が 舞い あ そ ぶ

お尻を少し浮かせる (繰り返し) お尻を浮かせてももを叩く 手拍子

♪ え～い～しょ～ え え～い～しょ～え しょ～え しょ～え ハァ しょん～がね

足踏み 手拍子 足踏み 手拍子 間奏で2回手拍子

♪ あれわいさそ～え さ～そ え～え しょんがね～

片手ずつ開く 2回手拍子 膝を伸ばす (繰り返し)

右 左

♪ さても～見事～ な～ くしだの 銀杏 くしだの～銀杏 枝も

右足を一歩ずつ移動 左足を一歩ずつ移動

前 斜め前 横 前 斜め前 横

♪ さ か ゆ りゃ 葉も しゅ ～げ る

お尻を少し浮かせる (繰り返し) お尻を浮かせてももを叩く 手拍子

♪ え～い～しょ～ え え～い～しょ～え しょ～え しょ～え ハァ しょん～がね

足踏み 手拍子 足踏み 手拍子 間奏で2回手拍子

♪ あれわいさそ～え さ～そ え～え しょんがね～