



①

①あくねおおしま(阿久根大島)



右手を上にあげる。リズムに合わせて
次に左手をあげる。
右手→左手→右手→左手→右手→左手

じまんのうみは(自慢の海は)



右に右足を一步だし、同時に両手をひろげ
とじる。左も同じように左に左足を一步
だし、同時に両手をひろげてとじる。
(泳ぐ動作)

しかもまっている(鹿も待っている)
きゃんぷじょう(キャンプ場)



後ろで両手を組み、右足から右回りに
8歩間でもとの位置にもどる。

ななつふしぎは(七つ不思議は)



右手を右上にかざし、左手は左下にのぼす。
左手も同じ。

あくねのたから(阿久根の宝)



右に右足を一步横に出し、右上に両手を
あげ、キラキラの動作をする。
左も同じ。

はずむこーらす(弾むコーラス)



①両手を右上にあげ、同時に右足一步右に
出し、左足を右足にそろえる。
→同じ動作を右へもう一回する。

②左へ同じ動作で両手を左上にあげ、左足
一步左に出し、右足を左足にそろえる。
→同じ動作を左へもう一回する。

ああかのこゆり(ああカ/コ百合)



かいくい動作
両手を使って下から上にぐるぐる回し
あげて両手を大きく開く。





○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

1回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

2回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

① 阿久根大島 自慢の海は

鹿も待ってる キャンプ場

七つ不思議は 阿久根の宝

弾むコーラス ああカ/コ百合

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね



②

②あくねぎょこうは(阿久根漁港は)



右足から8歩間歩きながら、隣の人とむきあう。

ぎんいろさかな(銀色 魚)



向き合ったら、お互い、一回手をたたて、右手どうしを合わせる。また、一回手をたたいて、左手どうしを合わせる。
次に両手をたたいて両手どうしをあわせ、お互いハグをする。

たいいようばたに(大漁旗に)



別の人をさがして8歩間歩いて向き合う。

えびすがわらう(恵比寿が笑う)



向き合ったら、お互い、一回手をたたて、右手どうしを合わせる。また、一回手をたたいて、左手どうしを合わせる。
次に両手をたたいて両手どうしをあわせ、お互いハグをする。

ひびくたいこで(響く太鼓で)



太鼓をたたくように1. 2. 3(右左右)
1. 2. 3(左右左)

はんやがそろい(ハンヤが揃い)



右手から上にあげ、うしろにまわす。左手も同じ動作をする。
右手→左手→右手→左手



②

ひなじょおどれば(雛女踊れば)



①両手を右上にあげ、同時に右足一步右に出し、左足を右足にそろえる。
→同じ動作を右へもう一回する。

②左へ同じ動作で両手を左上にあげ、左足一步左に出し、右足を左足にそろえる。
→同じ動作を左へもう一回する。



ふるさとおんせん(故郷 温泉)



かいくい動作
両手を使って下から上にぐるぐる回し
あげて両手を大きく開く。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

1回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに
合わせて太鼓をたたくようにトントンと
たたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上に
むける。その手を上に一回まいて、右耳
うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

2回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに
合わせて太鼓をたたくようにトントンと
たたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上に
むける。その手を上に一回まいて、右耳
うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。

② 阿久根漁港は 銀色魚

大漁旗に 恵比寿が笑う

響く太鼓で ハンヤが揃い

雛女踊れば 故郷 温泉

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね



③

③はなのかさやま(花の笠山)



右手を上にあげる。リズムに合わせて
次に左手をあげる。
右手→左手→右手→左手→右手→左手

みわたすかぎり(見渡す限り)



右に右足を一步だし、同時に両手をひろげ
とじる。左も同じように左に左足を一步
だし、同時に両手をひろげてとじる。
(泳ぐ動作)

こころきよめて(心清めて)
つどえるところ(集える処)



後ろで両手を組み、右足から右回りに
8歩間でもとの位置にもどる。

くろのせとはし(黒の瀬戸橋)



右手を右上にかざし、左手は左下にのぼす。
左手も同じ。

うずしおまけば(渦潮巻けば)



右に右足を一步横に出し、右上に両手を
あげ、キラキラの動作をする。
左も同じ。

はまのなさけも(浜の情けも)



①両手を右上にあげ、同時に右足一步右に
出し、左足を右足にそろえる。
→同じ動作を右へもう一回する。

②左へ同じ動作で両手を左上にあげ、左足
一步左に出し、右足を左足にそろえる。
→同じ動作を左へもう一回する。

そらわをえがく(そら輪を描く)



かいくい動作
両手を使って下から上にぐるぐる回し
あげて両手を大きく開く。





○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

1回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

2回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

③ 花の笠山 見渡す限り

心清めて 集える処

黒の瀬戸橋 渦潮巻けば

浜の情けも そら輪を描く

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね



④

④おさきゆみきの(尾崎 弓木野)



右足から8歩間歩きながら、隣の人とむきあう。

ほたるのさとは(蛍の里は)



向き合ったら、お互い、一回手をたたて、右手どうしを合わせる。また、一回手をたたいて、左手どうしを合わせる。
次に両手をたたいて両手どうしをあわせ、お互いハグをする。

たけのこかおだし(筍 顔出し)



別の人をさがして8歩間歩いて向き合う。

つわぶききいろ(つわぶき黄色)



向き合ったら、お互い、一回手をたたて、右手どうしを合わせる。また、一回手をたたいて、左手どうしを合わせる。
次に両手をたたいて両手どうしをあわせ、お互いハグをする。

ボンタンむすめが(文旦娘が)



太鼓をたたくように1. 2. 3(右左右)
1. 2. 3(左右左)

うつむきながら(俯きながら)



右手から上にあげ、うしろにまわす。左手も同じ動作をする。
右手→左手→右手→左手



④

びしゃもんおとんぼ(毘沙門, おとんぼ)



①両手を右上にあげ、同時に右足一步右に出し、左足を右足にそろえる。
→同じ動作を右へもう一回する。



②左へ同じ動作で両手を左上にあげ、左足一步左に出し、右足を左足にそろえる。
→同じ動作をもう一回する。

よみがえらせる(蘇えらせる)



かいくい動作
両手を使って下から上にぐるぐる回し
あげて両手を大きく開く。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

1回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上にむける。その手を上に一回まいて、右耳うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

2回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上にむける。その手を上に一回まいて、右耳うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。

④ 尾崎弓木野 螢の里は

筍顔出し つわぶき黄色

文旦娘が 俯きながら

毘沙門,おとんぼ 蘇えらせる

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね



⑤

⑤はなの50の(華の50の)



右手を上にあげる。リズムに合わせて
次に左手をあげる。
右手→左手→右手→左手→右手→左手

うんどうかい(運動会)



右に右足を一步だし、同時に両手をひろげ
とじる。左も同じように左に左足を一步
だし、同時に両手をひろげてとじる。
(泳ぐ動作)

あなたとわたし(貴方と私)
てとてもふれて(手と手も触れて)



後ろで両手を組み、右足から右回りに
8歩間でもとの位置にもどる。

ここはふるさと(ここは故郷)



右手を右上にかざし、左下にのぼす。
左手も同じ。

きずなふたたび(絆ふたたび)



右に右足を一步横に出し、右上に両手を
あげ、キラキラの動作をする。
左も同じ。

うみのあおさに(海の蒼さに)



①両手を右上にあげ、同時に右足一步右に
出し、左足を右足にそろえる。
→同じ動作を右へもう一回する。

②左へ同じ動作で両手を左上にあげ、左足
一步左に出し、右足を左足にそろえる。
→同じ動作を左へもう一回する。

むねまでとまる(胸まで染まる)



かいくい動作
両手を使って下から上にぐるぐる回し
あげて両手を大きく開く。





○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

1回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

2回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を飛んで二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上にむける。その手を上に一回まいて、右耳うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

3回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



左手を左耳の後ろにおき、右手右上へのぼし、顔二回うなずく。続いて右手も右耳の後ろにおき、左手左上へのぼし、顔二回うなずく。

○じゃっせん(じゃっせん),じゃっせん

4回目



右手こぶしにして上にあげ、リズムに合わせて太鼓をたたくようにトントンとたたく動作を二回する。左も同じ。

あくね うまいね しぜんだね



右手で右前をすくって、手のひらを上にむける。その手を上に一回まいて、右耳うしろにもっていく。左手は左腰に。
→この動作を二回くりかえす。



○エンディング ポーズ



右足軸にして右回り一回転で正面に
むきほんざいのポーズで終わり。

⑤ 華の50の 運動会

貴方と私 手と手も触れて

ここは故郷 絆ふたたび

海の蒼さに 胸まで染まる

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

○じゃっせん(じゃっせん)

じゃっせん

あくね うまいね しぜんだね

H23.8.29 CD収録

