



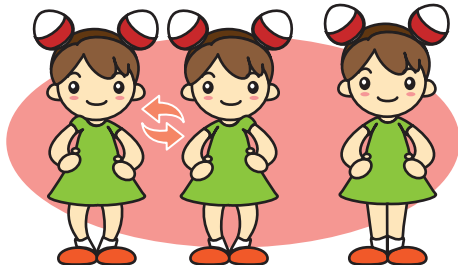
(8つ数えたら…)

(1・2の3・4で)

イントロ



1. 腰に手をあてて
ひざを曲げる



2. リズムに合わせて
右と左の肩を交互に上げる



3. 足を閉じて
背筋びんっ!



おはよう

モーニング

トーン

トン

朝ごはんの

におい

顔を

洗って

エブリデイ

もぐ

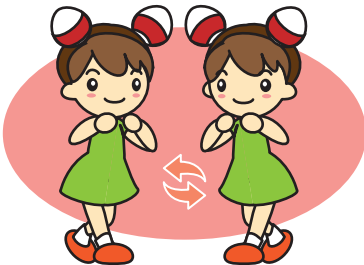
もぐ 食べて

一日元氣

Aメロ



1. 片足を出しながら足と反対の
腕を出す



2. 片足を下げながら足と反対の
腕を出す



いってきまーす！

(1・2)



3. 足踏みをしながら
クロスした腕を上



4. 腕を交互に上下させながら
元氣よくジャンプ！



(ごちそう) サン キ ュ ～

ウ～

3
番
A
メ
ロ

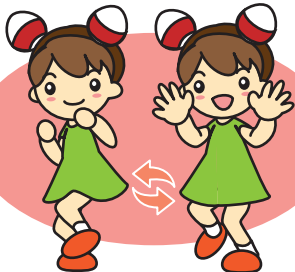


4. 腕を交互に上下させながら
元氣よくジャンプ！



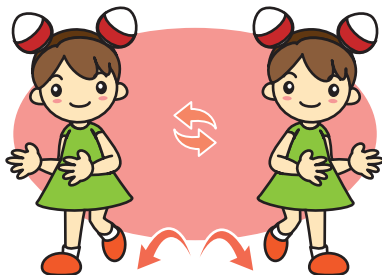
5. 足踏みをしながら
クロスした腕を上

♪	こぼ	こぼ
	りんりん	こぼ
	りん	りん(心も)



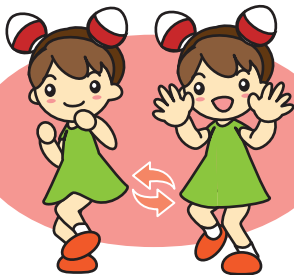
1. 片足に体重をかけて体を引いてから
元気づく体を前に出す

♪	からだも	はらっくちい~
	い~	い~



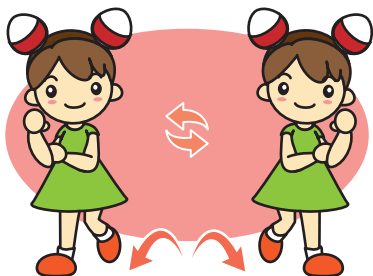
2. おなかに手をあてて横にジャンプ
着地したら3回足踏み

♪	こぼ	こぼ
	りんりん	こぼ
	りん	りん(食べて)



3. 1のくり返し

♪	動いて	元気
	もり	もり



4. 曲げた片腕の谷の部分に反対の腕を添えてジャンプ
着地したら3回足踏み