

# 寄居町 ふるさと健康体操

<p>＜右に2歩＞</p> <p>左</p> <p>右</p> <p>＜左に戻る＞</p>	<p>膝を伸ばす</p> <p>右</p> <p>右から</p> <p>左</p> <p>反対・左</p>	<p>足ぶみ</p>	<p>首を倒す</p> <p>右</p> <p>右から</p> <p>左</p> <p>左</p>	<p>首をひねる</p> <p>右</p> <p>左</p>	
<p>空 花火 散りました にぎやかに 笛の音が</p>	<p>大好きです この季節 ふるさとは この町さ</p>	<p>花を愛し 緑を愛し 風に吹かれ 水で清め</p>	<p>ふるさと ふるさと この町がふるさと</p>	<p>間 奏</p>	
<p>体を大きくまわす</p> <p>＜右から＞</p> <p>①</p> <p>②</p> <p>③</p> <p>④</p> <p>⑤</p>	<p>体を大きくまわす</p> <p>＜反対・左＞</p> <p>①</p> <p>②</p> <p>③</p> <p>④</p> <p>⑤</p>	<p>膝をタッチする</p> <p>右膝を左手で触る</p> <p>反対側の手で膝を触る（繰り返す）</p>	<p>足ぶみ</p>	<p>かかと上げ</p> <p>2回くりかえす</p>	
<p>風 枯れ葉 頬染みる 夕焼けに翔ぶ トンボ</p>	<p>大好きです この季節 ふるさとは この町さ</p>	<p>花を愛し 緑を愛し 風に吹かれ 水で清め</p>	<p>ふるさと ふるさと この町が ふるさとさ</p>	<p>間 奏</p>	