



E-mail: honbu@otedama.jp

●お問い合わせなどメールをご利用ください



http://www.otedama.jp

●たまちゃん通信はホームページに掲載

日本のお手玉の会本部

〒792-0013 愛媛県新居浜市泉池町 10 番 1 号

TEL : 0897-32-0302

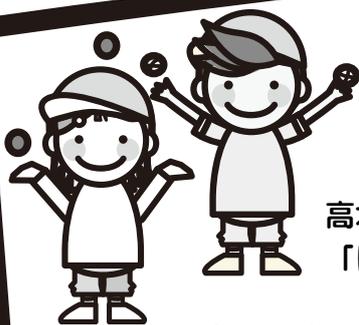
FAX : 0897-32-0311

にこっと！ お手玉体操・第1

長年に渡り、構想を描き温めていた、お手玉体操の曲が完成しました。

作詞・仕草 高木文子 / 作曲 山本雅之 / 歌 勝部裕子 / 音源制作 川崎絵津夫

お手玉体操の伴奏曲が島根県...高木文子さんの力で完成しました。とてもなじみやすいメロデーです。



「お手玉遊び」児童教室に最適な音楽です。

高木文子さん（松江市）考案のお手玉体操「にこっと！お手玉体操」の伴奏曲できる



日本のお手玉の会本部会員の高木文子さん(松江市)が、長年のお手玉遊びの普及活動を集大成して、『にこっと！お手玉体操』を考案しました。動作(仕草)を歌にしたものを作曲し、歌を歌いながら歌の言葉どおりお手玉を操る体操になっています。

「にこっと！お手玉体操・第1」をはじめましょう。お手玉を頭にのせて、元気に笑顔であいさつしましょう。両手を重ねて前に出し、お辞儀をしながら、にこっと笑顔でお手玉を受け取りましょう...で始まります。

前奏の間は、体の前でお手玉を持って、花ゆりしながら待ちます。

(1)始めましょう(元気に両手で拍手)、始めましょう(足踏みしながら、拍手)、にこっ(両手のお手玉を頭にのせる)、と(両手を左右に立てて握る)、お手玉(指を開いて握ってを3回)、手に(両手を重ねて前に伸ばす)、とって(頭を下げてお手玉を受け取る)、握って(両手でお手玉をしっかり握り、腕の両脇へ引く)、開いて(両手をパッと前へ伸ばし手の平を上にして指を開く)...

こんな要領でつづきます。お手玉2個を使って、楽しみながら体全体の動きになっていて、だれでも簡単にできる楽しい体操です。

作詩と動作は高木文子さんの作で、作曲・山本雅之さん、歌・勝部裕子さん、音源制作・川崎絵津夫さんと、高木さんの友人が協力しています。仕草をわかりやすくするために、本部でイラスト作成のお手伝いをしました。一方、高木さんは、DVD化をすすめています。

みなさんにご紹介できる段階がきましたら、改めてお知らせします。

にこっと！お手玉体操の曲と動作図(仕草)のご希望の方は本部事務局へお問い合わせ下さい。

TEL:0897-32-0302

