



介護予防サポーター交流会 ～秋の健康づくり教室～

歌詞カード



2024年9月12日

東林第2地域包括支援センター

虫のこえ

明治 43 年 文部省唱歌 作者不詳

1. あれ松虫が鳴いている

チンチロチンチロ チンチロリン

あれ鈴虫も鳴き出した

リンリンリンリン リーンリン

秋の夜長を鳴き通す ああおもしろい 虫のこえ

2. キリキリキリキリ こおろぎや

ガチャガチャガチャガチャ くつわ虫

あとから馬おい おいついて

チョンチョンチョンチョン スイッチョン

秋の夜長を鳴き通す ああおもしろい 虫のこえ

赤とんぼ

昭和2年 作詞・三木露風 / 作曲・山田耕筰

1. 夕やけ小やけの 赤とんぼ
負われて見たのは いつの日か
2. 山の畑の 桑の実を
小かごに摘んだは まぼろしか
3. 十五で姐やは 嫁に行き(ゆき)
お里のたよりも 絶えはてた
4. 夕やけ小やけの 赤とんぼ
とまっているよ 竿の先

誰もいない海

作詞・山口洋子 / 作曲・内藤法美
唄 トワ・エ・モワ、越路吹雪

1. 今はもう秋 誰もいない海

知らん顔して 人がゆきすぎても
わたしは忘れない 海に約束したから
つらくても つらくても 死にはしないと

2. 今はもう秋 誰もいない海

たったひとつの 夢が破れても
わたしは忘れない 砂に約束したから
淋しくても 淋しくても 死にはしないと

3. 今はもう秋 誰もいない海

いとしい面影 帰らなくても
わたしは忘れない 空に約束したから
ひとりでも ひとりでも 死にはしないと
ひとりでも ひとりでも 死にはしないと
ルルル……

里の秋

作詞・斉藤信夫 / 作曲・海沼実

1. 静かな 静かな 里の秋

お背戸に木の実の 落ちる夜は

ああ母さんと ただ二人 栗の実煮てます いろりばた

2. あかるい あかるい 星の空

鳴き鳴き夜鴨の わたる夜は

ああ父さんの あの笑顔 栗の実たべては 思い出す

3. さよなら さよなら 椰子の島

おふねにゆられて 帰られる

ああ父さんよ ご無事でと 今夜も母さんと 祈ります

紅葉

文部省唱歌 高野辰之・作詞／岡野貞一・作曲

1. 秋の夕日に 照る山もみじ
こいもうすいも かずあるなかに
松をいろどる かえでやつたは
山のふもとの すそもよう
2. 谷の流れに 散り浮くもみじ
波にゆられて はなれてよって
赤や黄いろの 色さまざまに
水の上にも 織る錦

箱根八里

明治34年 作詞・鳥居忱 / 作曲・滝廉太郎

第一章 昔の箱根

箱根の山は 天下の險 函谷関も物ならず

万丈の山 千仞の谷 前に聳え後に支う

雲は山をめぐり 霧は谷をとざす

昼猶闇き杉の並木 羊腸の小径は苔滑か

一夫関に当るや 万夫も開くなし

天下に旅する 剛毅の武士

大刀腰に足駄がけ 八里の岩根 踏み鳴らす

斯くこそありしか 往時の武士

第二章 今の箱根

箱根の山は 天下の阻 蜀の栈道 数ならず

万丈の山 千仞の谷 前に聳え後に支う

雲は山をめぐり 霧は谷をとざす

昼猶闇き杉の並木 羊腸の小径は苔滑か

一夫関に当るや 万夫も開くなし

山野に狩する 剛毅の壮士

猟銃肩に草鞋がけ 八里の岩根 踏み破る

斯くこそありけれ 近時の壮士

アルプス一万尺

アメリカ民謡

1. アルプス一万尺 小檜の上で

アルペン踊りを さあ踊りましょう ララ…

2. きのう見た夢 でっかい小さい夢だよ

のみがリュックしよって 富士登山 ヘイ ララ…

3. 一万尺に テントを張れば

星のランプに 手が届く ヘイ ララ…

4. お花畑で 昼寝をすれば

蝶々がとんできて キスをする ヘイ ララ…

5. 檜や穂高は かくれて見えぬ

見えぬあたりが 檜・穂高 ヘイ ララ…

村祭

文部省唱歌 作者不詳

1. 村の鎮守の 神様の 今日ほめでたい 御祭日

どんどんひやらら どんひやらら

どんどんひやらら どんひやらら

朝から聞こえる 笛太鼓

2. 年も 豊年満作で 村は総出の 大祭

どんどんひやらら どんひやらら

どんどんひやらら どんひやらら

夜までにぎわう 宮の森

3. みのりの秋に 神様の めぐみたたえる村祭

(治まる御代に 神様の めぐみあおぐや 村祭)

どんどんひやらら どんひやらら

どんどんひやらら どんひやらら

聞いても心が 勇み立つ

秋桜

作詞・作曲 さだまさし / 唄・山口百恵

1. うす紅の秋桜が秋の日の 何げない日だまりに揺れている

この頃涙もろくなった母が 庭先でひとつ咳をする

縁側でアルバムを開いては 私の幼い日の思い出を

何度も同じ話くりかえす 独り言みたいに小さな声で

こんな小春日和の 穏やかな日は

あなたの優しさが しみてくる

明日嫁ぐ私に 苦勞はしても

笑い話に時が変えるよ 心配いらないと笑った

2. あれこれと思い出を辿ったら いつの日も一人ではなかったと

今更ながらわがままな私に 唇かんでいます

明日への荷造りに手を借りて しばらくは楽しげにいたけれど

突然涙こぼし元気だと 何度も何度もくりかえす母

ありがとうの言葉を 囁きながら 生きてみます 私なりに

こんな小春日和の 穏やかな日は

もう少しあなたの 子供でいさせてください