

## 歌詞 スーパーヘルシーキョウコちゃん体操

さあ、手足を伸ばして、

スーパーヘルシーキョウコちゃん体操を始めましょう。

- 1, お手々を前に、  
ウーン、ポチャン。  
もう一度前に、ウーン、ポチャン。
- 2, お膝の下で、トンネル ポンポンポン。
- 3, お次はかかるとに、トントントントントン。
- 4, 肘膝、肘膝、仲いいね。  
右肘、左膝、ヘイ、ホイホイホイ。
- 5, お尻フリフリ、前後ろ  
グルリ、サラリ、スルリ、ウフフ、ゴーロリンチョ。
- 6, ここで我慢だ、ウ、ウーン カ比べさ。
- 7, エイヤ、ヘビー級 ライト級 ヘルシー キョウコちゃん
- 8, ファインコロン、ファインコロン、  
今日もおなかにはチョウカイチョウ！

おとこままえに うーンポタン もいさびまに うーンポタン

ホーンを真正に投げて  
落ちこぼるようなTempo感でお原曲します

おひさのしたで トンネルホポホポ おっさほ かかどに トントントン

ピアノの楽譜に入れたものを  
↑  
同じ

ほのかほのか音が  
間がゆるい

うじうじ ざうじうじ たーかいいね みぞうじ(うじ)うじ へんげんぽい

ピアノは変える必要はないとい

おしりふりふり まえうしろ ガルリサラスリウツゴローリーチヨ

リズミカルに

滑らかに。

次の準備に  
ヒリかかる様な  
間があるとあ

ニニでガマンダ シン! ちからうへニ エキア へロー級 ライト級 ヘルシキョウコちゃん

四股を踏む感じ  
重く

元々よく、軽く リズムよく

ソレコロソレ コロン 五つもおはなちうかぶらう

元々よく