

♪『ほめほめソング』

作詞・作曲
補作・編曲
手話表現

地域保護者・教職員
宮谷 さち彗
福貴 真子

1. 子ども

こころが	ワクワク	ほめほめ	デー
------	------	------	----

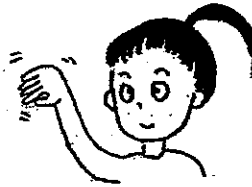
【心】
右手人さし指で
心臓あたりを指さす



【楽しい】
弓形に曲げた両手を胸に
向け上下に動かす



【ほめる】
頭をなでなでする
しゅさをする



【日】
左手拳の上に右手拳を
のせる(日の形に見せる)

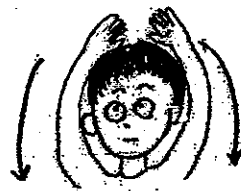


いいとこ	いっぱい	みつけっこ
------	------	-------

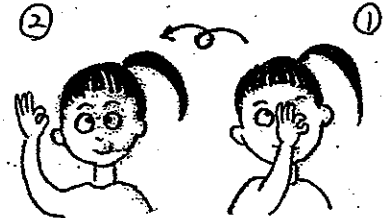
【良い】
右手グーを鼻の前につけ、(親指
側を鼻にあてる)



【いっぱい】
両手を頭上にもっていき、
円を描くように下へおろす

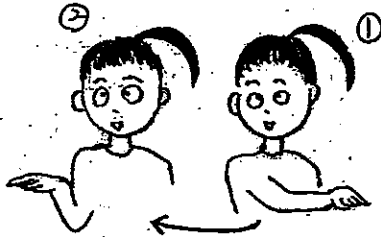


【探す】
「OK」の形をつかった右手
を目の前で回しながら左か
ら右へ移動する



みんなの	すてきな	いいところ
------	------	-------

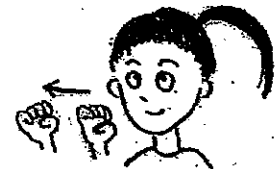
【みんな】
右手掌を下に向けて水平に半円を
描くように左から右へ移動する



【すてき】
両手をパーにして右側へ挙げ、
キラキラする

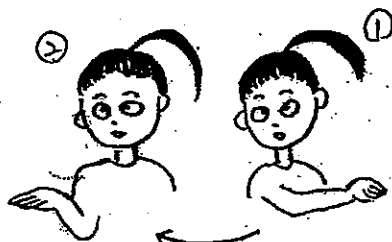


【良い】
右手グーを鼻の前につけ、(親指
側を鼻にあてる) 前につき出す

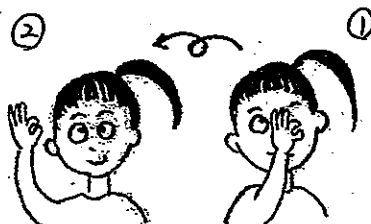


みんな	さがして	うれしいな
-----	------	-------

【みんな】
右手掌を下に向けて水平に半円を
描くように左から右へ移動する



【探す】
「OK」の形をつかった右手
を目の前で回しながら左か
ら右へ移動する



【嬉しい】
弓形に曲げた両手を胸に
向け上下に動かす



ほめほめすると

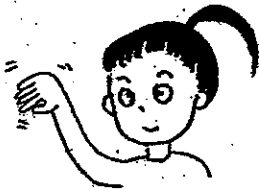
キラキラひかる

【ほめる】

頭をなでなでする
しゅさをする

【光る】

両手を挙げ、パーにして
キラキラする



ほくも

わたしも

にっこにこ

【わたし】

自分を指さす
(右を向いて)

【わたし】

自分を指さす
(左を向いて)

【笑顔】

顔の両端で両手を
ふわふわする



全員

ほめほめ

ギュッギュッ

ほめほめ

キュー

【ほめる】

頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】

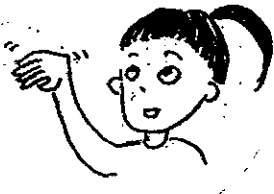
ハグするしゅさを
する

【ほめる】

頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】

ハグするしゅさを
する



えがおと

えがおが

つながって

【笑顔】

右を向いて顔の両端で
両手をふわふわする

【笑顔】

左を向いて顔の両端で
両手をふわふわする

【つながる】

両手の親指とひとさし指で
輪をつくるように近づけて
つないだ輪をつくる



ほめほめ

ギュッギュッ

ほめほめキュー

しあわせ

いっぱい

ひろがるよ

【ほめる】

頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】

ハグするしゅさを
する

【幸せ】

右手親指と4指で
あごをなでおろしな
がら5指をとじる
※2回繰り返す


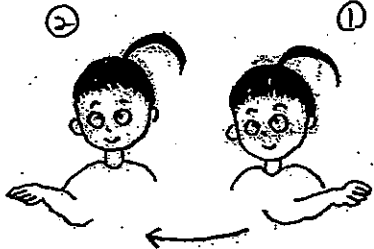
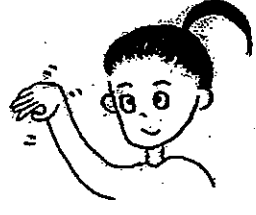

【いっぱい】

右を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす




【広がる】


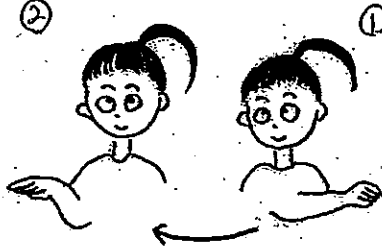

左を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす



<p>かそく</p> <p>【家族】 左手を斜めに立て親指と小指を立てた右手を回転させながら右へ移動する</p> 	<p>みんな</p> <p>【みんな】 右手掌を下に向けて水平に半円を描くように左から右へ移動する</p> 	<p>ほめほめ</p> <p>【ほめる】 頭をなでなでするしくさをする</p> 	<p>デー</p> <p>【日】 左手拳の上に右手拳をのせる(日の形に見せる)</p> 
--	---	--	---

<p>みんなの</p> <p>【みんな】 右手掌を下に向けて水平に半円を描くように左から右へ移動する</p> 	<p>かがやき</p> <p>【輝く】 両手を挙げ、パーにしてキラキラする</p> 	<p>みつけっこ</p> <p>【探す】 「OK」の形をつかった右手を目の前で回しながら右方へ移動する</p> 
---	---	---

<p>やさしい</p> <p>【優しい】 親指と4本の指を2回、上下にふわふわする</p> 	<p>こころ</p> <p>【心】 右手人さし指で心臓あたりを指さす</p> 	<p>がんばる</p> <p>【頑張る】 掌を耳に向けて立てた両手を前にもってくる ※2回繰り返す</p> 	<p>こころ</p> <p>【心】 右手人さし指で心臓あたりを指さす</p> 
---	--	--	--

<p>かそく</p> <p>【家族】 左手を斜めに立て親指と小指を立てた右手を回転させながら右へ移動する</p> 	<p>みんなの</p> <p>【みんな】 右手掌を下に向けて水平に半円を描くように左から右へ移動する</p> 	<p>たからもの</p> <p>【宝物】 左手甲に右手グーをのせ、2回パッと開く (輝いている様子を表現)</p> 
--	--	---

いってきますと

【出掛ける】
甲を上に向けた右手を左手
拳の下をくぐらせ、前に突き
出す



てをふる

【手を振る】
手を振るしぐさを
する



えがお

【笑顔】
顔の両端で両手を
ふわふわする



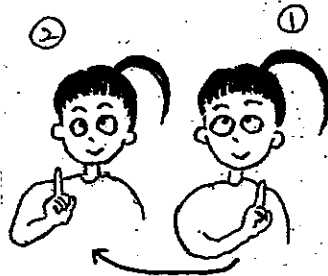
きょうも

【今日】
両手を水平におき、軽く2回
トントンと同時に
おろす



いちにち

【一日】
ひとさし指を立てた右手を
左胸から右胸へ移動する



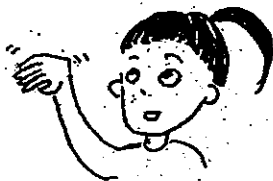
がんばれる

【頑張る】
掌を耳に向けて立てた両
手を前にもってくる
※2回繰り返す



ほめほめ

【ほめる】
頭をなでなです
しぐさを
する



ギュッギュッ

【ハグ】
ハグするしぐさを
する



ほめほめ

【ほめる】
頭をなでなです
しぐさを
する



ギュー

【ハグ】
ハグするしぐさを
する



えがおと

【笑顔】
右を向いて顔の両端で
両手をふわふわする



えがおが

【笑顔】
左を向いて顔の両端で
両手をふわふわする



つながって

【つながる】
両手の親指とひとさし指で
輪をつくるように近づけて
つないだ輪をつくる



ほめほめ

【ほめる】
頭をなでなです
しぐさを
する



ギュッギュッ

【ハグ】
ハグするしぐさを
する



ほめほめギュー

しあわせ

【幸せ】
右手親指と4指で
あごをなでおろしな
がら5指をとじる
※2回繰り返す



いっぱい


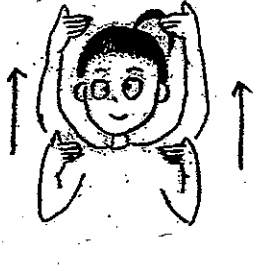


【いっぱい】
右を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす




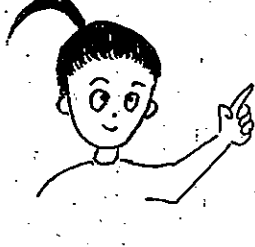


ひろがるよ


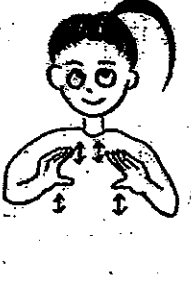

【広がる】
左を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす



こどもも	おとなも	ほめほめ	デー
<p>【こども】 右手拳を腰を高さで位置を変えながら3回押さえる</p> 	<p>【大人】 曲げた両手の指先を向き合わせ、同時に上げる</p> 	<p>【ほめる】 頭をなでなでするしぐさをする</p> 	<p>【日】 左手拳の上に右手拳をのせる</p> 

みんな	ほめほめ	しあいっこ
<p>【みんな】 右手掌を下に向けて水平に半円を描くように左から右へ移動する</p> 	<p>【ほめる】 右を向いて頭をなでなでするしぐさをする</p> 	<p>【ほめる】 左を向いて頭をなでなでするしぐさをする</p> 

ひとり	ひとりに	そっと	つなぐて
<p>【ひとり】 右手ひとさし指を立てて、「1」を表現する</p> 	<p>【ひとり】 左手ひとさし指を立てて、「1」を表現する</p> 	<p>【つながる】 右を向いて両手の親指とひとさし指で輪をつくるように近づけてつないだ輪をつくる</p> 	<p>【つながる】 左を向いて両手の親指とひとさし指で輪をつくるように近づけてつないだ輪をつくる</p> 

あなたの	やさしさ	あたたかい
<p>【あなた】 前を指さす</p> 	<p>【優しい】 親指と4本の指を2回、上下にふわふわする</p> 	<p>【温かい】 丸めた両手を下から上に向けてあおるよう2回動かす</p> 

ちからいっぱい

がんばっている

【カー杯】
両手を握り、腕を立てる
(カゴぶをつくるように同時に)

【頑張る】
掌を耳に向けて立てた両
手を前にもってくる
※2回繰り返す



かがやくひとみ

すてきだね

【輝く瞳】
眼の高さに両手を挙げ、グーパー
を繰り返す、きらきらする

【すてき】
両手をパーにして右側へ挙げ、
キラキラする



ほめほめ

ギュッギュッ

ほめほめ

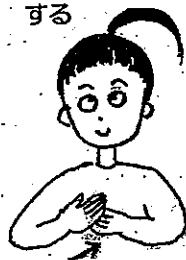
ギュー

【ほめる】
頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】
ハグするしゅさを
する

【ほめる】
頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】
ハグするしゅさを
する



えがおと

えがおが

つながって

【笑顔】
右を向いて顔の両端で
両手をふわふわする

【笑顔】
左を向いて顔の両端で
両手をふわふわする

【つながる】
両手の親指とひとさし指で
輪をつくるように近づけて
つないだ輪をつくる



ほめほめ

ギュッギュッ

ほめほめギュー

しあわせ

いっぱい

ひろがるよ

【ほめる】
頭をなでなでする
しゅさをする

【ハグ】
ハグするしゅさを
する

【幸せ】
右手親指と4指で
あごをなでおろしな
がら5指をとじる
※2回繰り返す

【いっぱい】
右を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす

【広がる】
左を向いて両手を
頭上にもっていき、
円を描くように下へ
おろす

