

# 鬼もおどろく！口福体操

ぱたから  
準備体操

<唇をはじいて> ぱぱぱぱぱぱ  
<舌先を上げて> たたたたたた  
<舌を奥に向かって> かかかかかか  
<舌先をはじいて> らららららら

豆まき

ゆっくり: ぱらぱらぱらぱら  
早口: ぱらぱらぱらぱらぱらぱらぱら

年の数だけ

ゆっくり: ぽいぽいぽいぽい  
早口: ぽいぽいぽいぽいぽいぽいぽい

恵方巻

ゆっくり: まきまきまきまきまき  
早口: まきまきまきまきまきまき

恵方を向いて

ゆっくり: ぱくぱくぱくぱくぱく  
早口: ぱくぱくぱくぱくぱくぱくぱく

鬼が逃げる

ゆっくり: そろそろそろそろそろ  
早口: そろそろそろそろそろそろ

大きく息を吸って一息で！！

「鬼は外、福は内！」

