

ピンコロ音頭

踊りの順序：前奏(B) → 歌詞1番(A+B) → 間奏4小節(自由踊り) → 歌詞2番(A+B) → 間奏(B) → 歌詞3番(A+B)

A

病気知らずの 丈夫なからだ 規則正しい 食事と睡眠

左手甲に右肘を乗せ人差し指を上下しながら左右を指す
両手を胸で交差させる
左手甲に右肘を乗せ人差し指を上下しながら左右を指す
正面で拍手 チョチョンガチョン

B

塩ぶん 糖ぶん 脂肪をひかえー 野菜もお水も

右へ2回 振る動作 合わせて 右足2回踏む
左へ2回 振る動作 合わせて 左足2回踏む
右肩へ担ぐ 右足1歩 前へ
左肩へ担ぐ 左足1歩 前へ
右手顔の正面へ 左足1歩 下がる
左手顔の正面へ 右足1歩 下がる
両手Vサインで 右へ3歩 4歩目左足を 右足の後でチョン

しつかりとれば ピンピンコロリ ピンコロリ

両手Vサインで 左へ3歩 4歩目右足を 左足の後でチョン
仕切ながら 右足1歩 前へ進む
正面で拍手1回
仕切ながら 左足1歩 前へ進む
正面で拍手1回