

ノリノリハミガキ

作詞 原田博行, うえのしまこ
作曲 原田博行

ぜんぶのは みがいているかな たしかめてみよう
えんぴつ もつように はぶらしもって
じょうずなはみがき はじめよう
このうたでじゅんばんおぼえよう



「ひだりうえの おくのはから いっぽんずつていねいに
やさしく こちょこちょ！」

まずは おもて

ひだりのうえから やさしく こちょこちょ
まえのは こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「はとはのあいだに けさきがあたってるかな？」
みぎうえ こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「みぎうえのおくまで しっかり！」

すんだら そのまま したにいき
みぎした こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「みぎしたの いちばんおくから！」
まえのは こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「はとはぐきのあいだに けさきがあたってるかな？」
ひだりのしたも やっぱり こちょこちょ
「ひだりしたも おくまでしっかり！」
おもてはこれで ぴかぴかだ

さあ うらがわも
「ひだりうえの おくからじゅんばんに
おくばはこちょこちょ まえばはしゅっしゅ！」

ひだりうえから はじめよう やさしく こちょこちょ
まえのはかかとみがき しゅっしゅっしゅっしゅっしゅっしゅっしゅっ
「はぶらしの かかとを まえばのうらに ひっかけて」
みぎうえ こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「みぎうえの おくまでしっかり！」

すんだら そのまま したにいき
みぎした こちょこちょ こちょこちょ こちょこちょ
「みぎしたの いちばんおくから！」
まえのはかかとみがき しゅっしゅっしゅっしゅっしゅっしゅっしゅっ
「はぶらしの かかとを まえばのうらに ひっかけて」
ひだりのしたも やっぱり こちょこちょ
「ひだりしたも おくまでしっかり！」
うらも おもても ぴかぴかだ

「こんどは はぶらしを しっかりとぎろう！」

さいごはおくばの かみあわせ ごしごし しゅっしゅっと げんきよく
ひだりのうえから ごしごし しゅっしゅっ ごしごし しゅっしゅっ
「おくばのみぞに けさきがあたってるかな？」
みぎうえもちろん ごしごし しゅっしゅっ ごしごし しゅっしゅっ
「おくばのみぞから かきだすかんじで！」

みぎしただって ごしごし しゅっしゅっ ごしごし しゅっしゅっ
「おくばのみぞに けさきがあたってるかな？」
ひだりのしたも ごしごし しゅっしゅっ ごしごし しゅっしゅっ
「おくばのみぞから かきだすかんじで！」

これでぜんぶが ぴかぴかだ

「みがきおわったら うがいをしよう！」

しあげのうがいは ぶくぶくうがい
「さゆうのほっぺを ふくらませて ぶくぶくぺっ！」

じょうずにはみがき できました
「よくがんばりました！」

