

## レクの先生シリーズ・かわしーの好きなレク財



## おつかれさんコール

◆福岡県レクリエーション協会 佐藤靖典さんから  
教えてもらったコールです。

★あそび方

集まりの最後のコールです。

会場の4隅に 春生まれ 夏生まれ 秋生まれ 冬生まれの方 それ  
ぞれ 集まってもらいます。(4グループの集め方は工夫次第で！)

リーダーはみんなが見える位置にたちましょ～

春グループは ドの音で「おつかれさーん」と歌います

夏グループ 次につけてミの音で「おつかれさーん」

秋グループは ソの音で「おつかれさーん」

冬グループは 高いほうのドの音で「おつかれさーん」

ドミソドの音階で 順番に歌ったら リーダーの指揮で 一斉に  
「おつかれさーん」と歌います。(うまくハモリましょーね！)

「はい」とリーダーの合図で

音階は気にせずに最後に全員で大きな声で

「おつかれさーんー イエイ！」とコールします

最後のイエイでこぶしを高くあげましょ～

自然に拍手がこぼれます！



おつかれさーん

