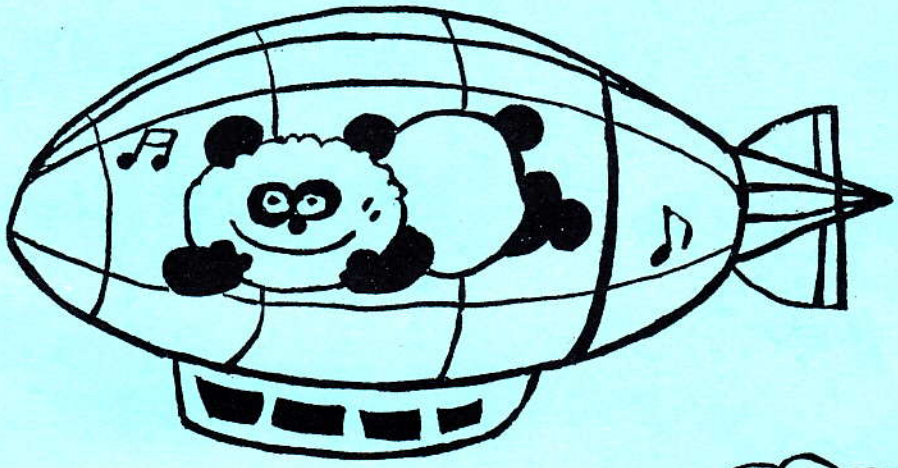
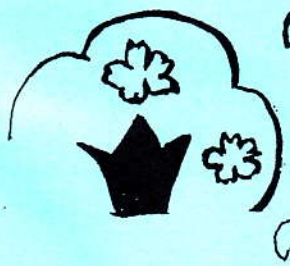
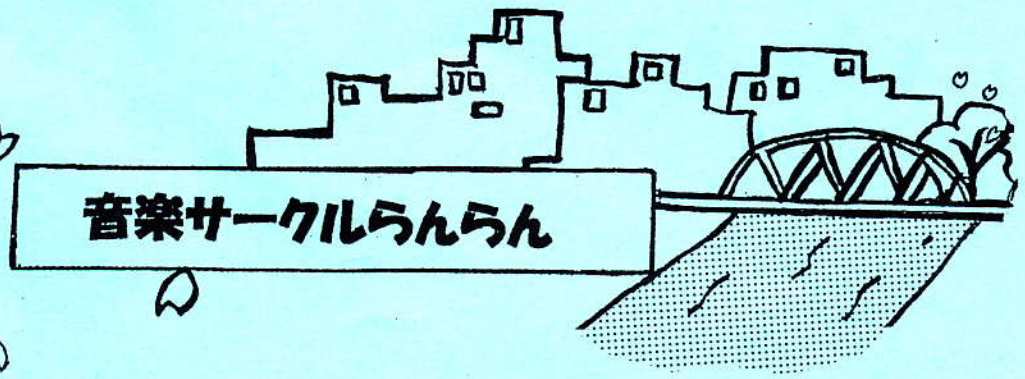
らんらん♪

―― ３０周年記念誌 ――

ふりむけば
一歩一歩で３０年







歌をうたおう
あかるく楽しく　友だちになろう
元気な声で　元気な声で
歌をうたえば
心と心が　つながることで
笑顔になれるよ
歌をうたおう　大きな声で
山に響くように　心に響くように

二〇〇七年創作曲「うたをうたおう」より

《３０周年記念誌の発刊にあたって》

１９７９年（昭和５４年）４月１日の結成ですから、本当に長く続いたものです。一昨年、久しぶりに４名の新入会員があり、創作合宿、演奏活動、施設訪問と元気いっぱいになったらんらんです。その勢いで「５周年誌」「２０周年記念誌」に続く活動のまとめを発刊することになりました。今回は秀作演奏曲を集めたＣＤ付きです。又、久しぶりに記念コンサートの開催です。数年前には、夢の夢と思っていたことが実現でき本当にうれしい限りです。

結成以来、変わらずご指導いただいている豊田光雄先生には心から感謝申し上げます。豊田先生無くしては、らんらんはこんなに長く、楽しく歌えていません。創作曲も生まれていません。詩の書き方、曲のつくり方、難関な最後の仕上げと、今も手取り、足取りのご指導をいただいています。私たちは、なんと幸せなのでしょう。

思えば高度成長時代、子どもを岸和田市立春木保育所に預けて働く母親を中心に、近くの主婦も加わり、仲間が欲しい、歌を歌うのが好きと団地の１室に集まったのがきっかけでした。おりしも全国的な社会教育生涯学習のうねりのなか、３年目を迎えた岸和田市社会教育の自主学習グループ制度の１３番目のグループとして登録、第１歩を踏み出しました。学習グループの中では学習成果を演奏活動により直接社会に還元するグループとしてユニークな存在でした。

１９年間の在籍のあと現在の春木地区公民館に移籍し、名前も「自主学習グループらんらん」から「音楽サークルらんらん」に変わりました。公民館クラブとしての活動も、はや１１年、毎年の公民館祭りの演奏でファンも増えました。

自主学習グループ時代に身につけたクラブ運営方式が今のらんらんの活動を支え、会員一人一人の力を開発、伸ばすことに役立っています。

らんらん自慢の集団創作曲も２９曲となりました。曲の内容は共働き、かぎっ子など生活に根ざした会員の胸の内や願いを詩いあげたもの、食品公害、平和など社会的な目線から生まれたものと様々です。一人一人の身近な問題を掘り起こすことから始める集団創作の方法は、会員相互の絆を太くするとともに人間的にも成長させてくれます。これがあったから、らんらんは続いたのでしょう。

ささやかな活動ですが、温かく見守っていただき、励ましていただいた多くの家族、友人、地域の皆様に心から感謝申し上げます。合わせて、今後とも御支援ご協力をよろしくお願い申し上げます。

２００９年　３月

らんらん代表　　坂東　桂子

巻頭のうた　　うたをうたおう

３０周年記念誌の発刊にあたって・・・・・・・・代表　　坂東桂子

目　　次

１　ひと目でわかるらんらん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１

２　らんらんの活動風景・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３

３　座談会　それでもらんらんは続いている・・・・・・・・・・・・・・・５

４　あの日、あの時、歌った歌　あれこれ・・・・・・・・・・・・・・・・８

５　活動のあしあと(１９９９年～２００８年)・・・・・・・・・・・・・９

６　活動のまとめ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・12

７　創作曲について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・13

８　地域の方よりのメッセージ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・15

９　私にとってらんらんとは～指揮者から一言～・・・・・・・・・・・・17

～伴奏者から一言～・・・・・・・・・・・・18

10　１０年後のらんらん・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・19

11　メンバー紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・21

12　資料編（１）

・　年間活動のまとめ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・24

・　サロンコンサート開催一覧表(１９７９年～２００２年)・・・・・28

・　定期発表会記録（第１７回～第２０回)・・・・・・・・・・・・・29

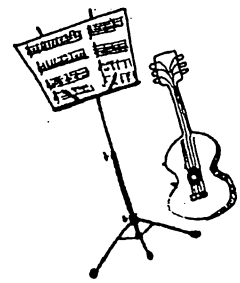
13　資料編（２）

・　音の記録〈　ＣＤ　〉らんらん３０年の想い出・・・資料編（2）裏

・　創作曲集・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・32

編集後記　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　裏表紙裏

ひと目でわかるらんらん



結成日　　１９７９年〔昭和５４年〕４月１日

名前および所属

岸和田市自主学習グループ　らんらん

１９７９年４月～１９９９年３月

岸和田市立春木保育所父母会並びに　岸和田市自主学習グループに所属

音楽サークル　らんらん

１９９９年４月～現在

岸和田市立春木保育所父母会並びに岸和田市立春木公民館クラブに所属

＊らんらんの名前の由来は結成当時　初めて来日した上野動物園のパンダのランランとハミングのランランを合成しました。

メンバーについて

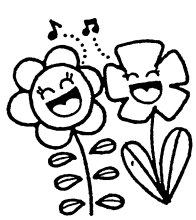
結成当事は春木保育所の父母を中心に地域の方々。
現在は春木保育所父母会ＯＢを中心に地域の方々。

現在の在籍者数	１８名
３０年間の在籍者数	８７名
現在の平均年齢	５８歳

指揮者・伴奏者

指揮者	豊田　光雄さん
伴奏者	小田　結花さん

入会及び練習日など



入会希望の方なら男女・年齢を問わずどなたでも

会費	年額　１０，０００円
定例日	毎月　第１日曜日及び第４金曜日
会場	岸和田市立春木公民館など

活動の柱

①創作活動　　自分たちの歌を創ります。
②演奏活動　　発表会やコンクールにも挑戦します。
③訪問活動　　施設や保育所など依頼があれば出かけます。
④学習活動　　音楽について学ぶ態度は失わずに。
⑤地域活動　　地域の文化向上に積極的に貢献します。

運営の特徴

①一人一人を大切に。一人一人が主人公。
②自主学習グループ時代に培った民主的運営手法を駆使
③地域活動に積極的に参加
④ゆっくりでもいい、前向きに

らんらんの活動風景

定期発表会
テーマは“みんなで歌おう今こそ心の歌を”でした。

市民音楽祭
実行委員会にも加わり、他団体と協力して岸和田の文化の発展に寄与しています。

訪問活動
老健施設“華”で野崎小唄

60周年記念日本のうたごえ祭典
ユニークなグループがいっぱい。
らんらんも新しいステップへ。

創作風景

発声法講習会
柏原信江先生をお迎えして。

クリスマス会　サンタの衣装に子ども達は大喜び!!

夕涼み会　春木保育所で子ども達と一緒に。

クリスマス会　保護者も一緒に。

サロンコンサート①

トランペットの音色に酔いしれました。

サロンコンサート②

五風荘でアルパとオカリナを楽しみました。

かしましフェスタ　女性会議の祭典で、会場の方たちと。

公民館祭　春木地区公民館のクラブに所属し、地域の人たちと交流を深めています。

座談会　それでもらんらんは続いている

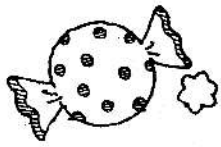
参加者：　櫻井やよい　坂東桂子　山根久子　三浦佳英子　鶴井節子　餅越清子
高橋真寿美　馬場由美子
司会　：　豊田佳代子

司会：　らんらんは結成当時、岸和田市自主学習グループとして出発し、以後、“学習した成果を地域に還元する”活動を約２０年間続けました。

１９年目にひとくぎりを意味する上で、自主学習グループを卒業し春木公民館クラブに所属を移しました。

それから１１年。いろいろありましたが、なんとか３０年目を迎えました。

「いろいろ」の中に深いものがありそうです。みなさんに話し合ってもらいました。



坂東：　特にこの１０年で転居したり、忙しくてやめたりでメンバーが少なくなって本当に心細くて・・・・・・。

櫻井：　私は仕事に明け暮れた１０年やった。娘２人も結婚し、孫が３人になった。

新しい家も建て、すごくがんばった。らんらんの会長もしたしね。

田舎の父親を看取り、それでも休まずに出席しました。まじめに参加したよ。

山根：　私は仕事を定年より少し早くリタイアした。若いときに比べたら、歌詞は覚えられない、予定を忘れるで・・ほんとに年齢を自覚する１０年だった。

みんなの足を引っぱるからコーラスはもう無理かな・・・なんて思うこともあるけど、やめられへんな。

櫻井：　それで、らんらんも解散しようって言ったときもあったよね。

馬場：　ううん。それは４～５年前の忘年会で豊田さんが言い出したの。

豊田：　あの頃、例会でもみなさん、しんどそうで時間に遅れてくるし、４～５人でレッスンという日も珍しくなかったから指揮者と伴奏者に悪くてもう続けるのは無理かなって思った。

坂東：　たしかにね。女の５０代というのは一番たくさんの変化がおきる年代だから。

私も父と母と義母を見送り、子供たちが結婚して、家族が倍になり、仕事でも地域活動でも出番が多くなって忙しくなった。

その分、身体はガタがきて自分

の思うようにならないし。

家で夕飯食べるともう眠くなってね。

それでも、らんらんに来て、歌うとまた元気が出て、明日からがんばろうと自分に鞭打ってきたと思う。

三浦：　楽しいのに。

なんでも相談できて頼りになるのに、続けようよって馬場さんがいつも言って、その話は振り出しに戻っていたと思う。

私も４０代後半から、仕事で残業が多くなって、金曜日の練習が参加しにくかったけど、らんらんのニュースが届いて、みんなの様子がわかるとほっとしていた。

今は毎回は参加できないけど、もう少ししたら私には帰るところがあるっていう感じかな。

鶴井：　私も父を見送って、子どもたちもそれぞれ結婚し、初めて孫の顔を見させてもらって今は幸せ。

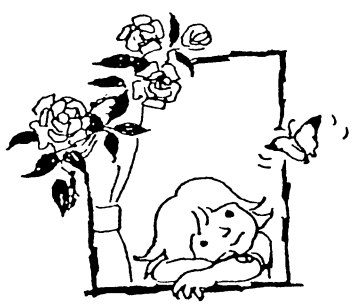
らんらんは私にとっては音楽だけでなく、いろいろな刺激を受けた。育ててもらったという思いが強いかな。

仕事も長いこと主婦をしていたのが、１５年前に再就職して、がんばっています。

坂東：　らんらんの活動がのんびりペースのスケジュールに変わってきたのがこの時ね。若い時代の過密スケジュールをかなり削ってゆっくり型に組み替えた。

三浦：　だれかが忙しかったら、別の人が代理で代わったし、もしできなくてもその人を責めたり、非難したりしない雰囲気があるから安心して変更してもらった。

鶴井：　いつも普段着で行けたしね。疲れた顔していたら「どうしたん？」って聞いてくれる。



司会：　２０周年過ぎてから、らんらんは存続の危機を迎えたのですね。

それが少し上げ潮に変わったのが２年前でした。新しいメンバーが６人、入会してくれたからです。

それでは新しいメンバーの餅越さんに入会の動機をお聞きしましょう。

餅越：　らんらんのことは、夫が喜多さんと知り合いで、喜多さんが入会したのを聞いてきて「あんたも入れてもらえ」って勧めて

くれたから。３０年も続いているってそれだけですごいよね。

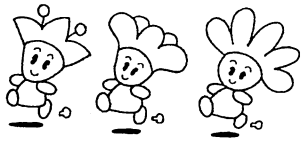
歌うだけでなく、踊ったり、歌を作ったりして、初めはついていけるかなと思ったけど、今は楽しみです。

司会：　高橋さんはいかがですか。

高橋：　メンバーの岩井さんの近所に住んでいます。「子育て終わってヒマやろ。歌、うたいに来ない？」って誘われて。

もともと歌うのは好きやし、夫も自分が好きなところに行くのは賛成してくれていたから。

山根：　新しいメンバーのいきおいで、爽やかな風を吹き込んでもらったようで、らんらんが変わってきた。新たな気持ちで再度挑戦と言う気分です。



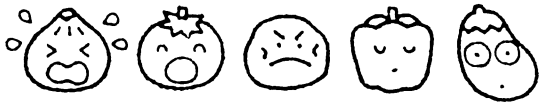
櫻井：　うちは娘が春木保育所に子供を預けて働いています。春木保育所父母会の２世です。保育所の夕涼み会やクリスマス会に聞きにきて、「お母さんたちの声、聞いたらホッとするわ」と言ってくれました。

夫は初めの頃は、例会に子供を連れて行くんならという条件つきだった。

あまり、外に行くのが好きでない人なので、１０年前のコンサートにはじめてカメラマンとして協力してくれた時はうれしかった。

続けてきたからこそ、夫がわかってくれたと思っています。

だから私はらんらんの値打ちはこれからだと思うんです。



馬場：　家族の応援もあったけど、指揮者の豊田先生の存在は大きかったよね。

お人柄もよく、ほめ上手なので続いたと思うわ。わがままならんらんに良く付き合って下さっていると思うよ。

司会：　らんらんは逆風を乗り越えて、目指すヒントが見えてきたようです。これからが楽しみです。

あの日、あの時、うたった歌あれこれ

そんな町を

川の流れのように

もみの木

千の風になって
作詞者不詳／新井 満　訳詞・作曲

手と手と手と

さんぽ

絆

はんぶんのうた

私(わたし)と小鳥と鈴(すず)と

小さな畑

手のひらを太陽に

春のうた

大阪の子守唄

夏の思い出

どこかで春が

ドナドナ
(Dona Dona)

故郷

♬平和のうた♬

青い空は

百万本のバラ

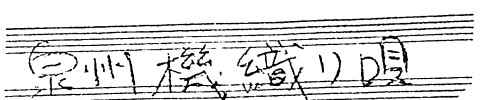
竹田の子守唄

アイアイ

おぼろ月夜(つきよ)

野に咲く花のように

スターマンのうた



銀座カンカン娘

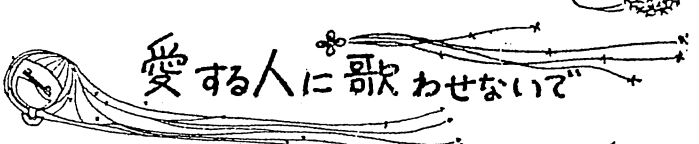
南国土佐を後にして

わが街よ

嵐

YESTERDAY ONCE MORE

たんぽぽ



愛する人に歌わせないで

春の唄

故郷(ふるさと)の春

活動のあしあと（１９９９年～２００８年）

１．　演奏活動

かつて、らんらんは、演奏の機会をふやすことで、上手く演奏できる力を養い、他団体の合唱から学ぶ場として、できるだけ多く演奏会に参加してきました。

しかし、ここ数年、メンバーの引越し、親の介護、体調不良、仕事の都合などにより会員は減少し、活動も、阪南フェスタうとちゃろ会、阪南フェスタ、市民音楽祭となってきました。

２００６年から、新メンバーを迎え、２００８年には、久しぶりに、大阪のうたごえ合唱発表会、日本のうたごえ祭典にも参加できるなど、活気が戻ってきました。

演奏活動は、歌をとおして他のグループと交流することができます。また、いい刺激と緊張になっています。そして、２００９年３月には、２００１年以来中断した定期発表会が開催されることになりました。

２．施設訪問演奏活動

１９９７年「音楽と福祉のかかわり」をテーマに学習したことをきっかけに、訪問活動が始まりました。１年に１施設を目標に続けていますが、実現できなかった年もあります。

今までに、障害者福祉施設である砂川厚生福祉センター「わかば寮」「こんごう寮」、老健施設「華」などを訪問してきました。

この活動は、喜んでもらえたことの満足感が得られるだけでなく、笑顔に励まされ、もっと頑張ろうと元気になります。そして、歌をとおして人と人のつながりができる事のすばらしさを教えてくれました。私たち自身も成長していくように思います。これからも幅広く活動をしていきたい分野です。

２０００年	４月	砂川厚生福祉センター「わかば寮」
２００１年	２月	老健施設「華」
	８月	砂川厚生福祉センター「わかば寮」「こんごう寮」
２００２年	６月	老健施設「華」
２００３年	６月	砂川厚生福祉センター「わかば寮」
２００８年	３月	老健施設「華」

３．サロンコンサート

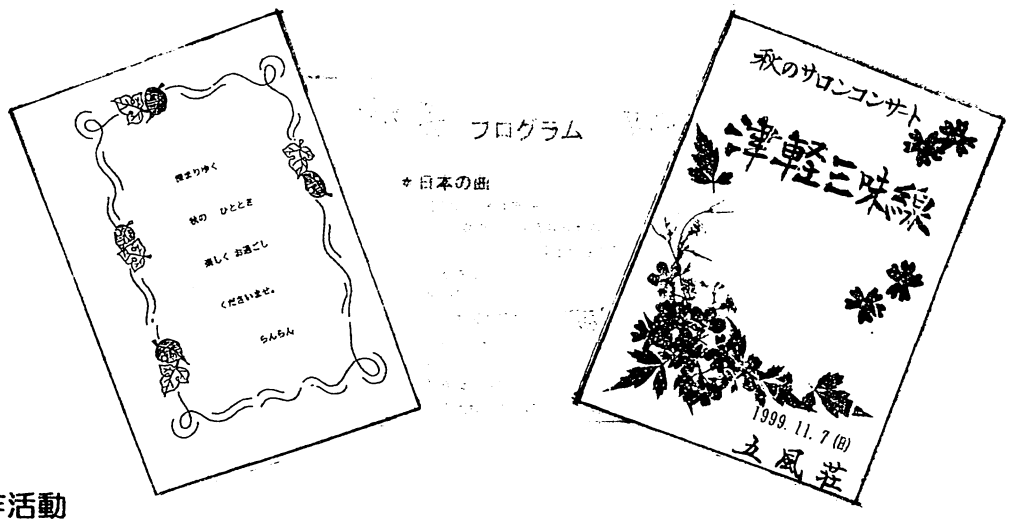
サロンコンサートは、一流の音楽家の生演奏を、身近に聴きたい・子どもたちにも聴かせたい、ということから結成時から取り組み始めました。自分たちで希望する楽器の演奏者に来ていただき、保育所や公民館、自泉会館やマドカホールのリハーサル室、五風荘などで、目の前で演奏していただくという企画です。それだけに興味しんしん。身を乗り出して聴き

入っていました。

子どもも成長し、近隣に音楽ホールが次々と建設され、気軽に身近で聞けるようになったという事情もあり、２００２年のオカリナ・アルパの演奏会［五風荘］を最後に、２０回続いたサロンコンサートに終止符を打つことになりました。

生の楽器の音色、感動はいつまでも心に残り、演奏者と聴く人が一体となれる、そして、楽しめる。音楽にはそんなすばらしい力があることを教えてもらいました。

1999年11月 7日(第18回)	津軽三味線	西　元	五風荘
2001年 1月14日(第19回)	トランペット	松平　晃	岸和田市立文化会館 第３リハーサル室
2002年11月２日(第20回)	オカリナ・アルパ	パンゲア21	五風荘
			＜第１回からは資料参照＞



４．創作活動

らんらんのオリジナル曲は、私たちの暮らしや生活感覚、感情がそのまま歌になるために、気張らず、素直に歌うことができます。また、聞いてくださる人たちと共感を広げ、思いをつないで共に励ましあえる歌です。創作活動は「創ってきてよかったね！」とみんなが誇りに思う活動です。

詩は、社会問題、仕事、子育て、夫婦、更年期、老後など変化していく日々の喜び、悩みを各自が詩に書いて、曲をみんなでつけていきます。この１０年間の曲の傾向は、社会や自分自身を見つめ、これからますます元気に歌い続けるらんらんの方向を示す内容が多くなってきています。

一泊の合宿をして、作曲家の豊田先生のご指導の下に悪戦苦闘。詩作から、作曲もして完成させますが、なかなか作曲が進まず、後日やっとできあがった曲もあります。

さらに、出来上がった歌を歌いながら、手直しする場合もあります。

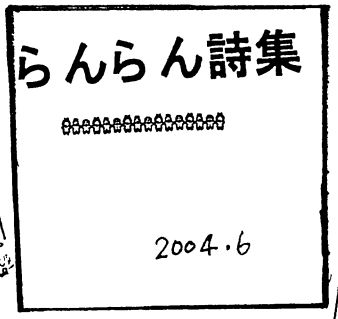
こうしてできた歌を初めて歌い、皆さんにも聞いていただくときの嬉しさ、客席の反応、感激はこの上ない喜びとなっています。

合宿は、子どもの小さいときは、子どもと一緒でしたが、今は、家庭のことを忘れ、修学旅行気分。仲間の絆が深まるときです。

創作曲は、この１０年で７曲。全部で２９曲となりました。

会員が忙しくなり、数も減ったときには、合宿も創作曲もできませんでした。
創作曲づくりはらんらんの元気さを表しているといえます。

＜創作曲の紹介は、資料参照＞



5．地域活動

１９９８年から、岸和田市自主学習グループを離れ、岸和田市立春木地区公民館のクラブに所属しました。春木地区公民館の年間行事の一つに「春木公民館祭」があり、らんらんも毎年参加しています。

回を重ねるごとに、他のクラブの方とも顔見知りになり、舞台に立つと、「待ってました！」とばかりに手を振って迎えてくれます。そんなことが嬉しくて、らんらんは歌や踊りで楽しい舞台にしています。

気張らず参加できるので、私たちも楽しく、後日会うと「おもしろかったわ！」と近所の方から声をかけてもらえるのも、地域の行事ならではです。

春木保育所父母会活動から生まれたご縁で、
春木保育所の夕涼み会には結成当時から、
父母会主催のクリスマス会には数年前から出演してきました。

保育所での演奏は、園児が舞台に出てきて、一緒に歌ったり、手遊びをしたりして、参加してくれます。見ている父母は大喜びで、カメラのシャッターを押す手にも力が入ります。お面、ペープサート、紙芝居、風船、太鼓、鈴などの小道具作りも大変です。それだけに盛り上がります。

そして、「保健センターの健康まつり」や「桜台保育所父母会主催のイベント」、「女性センターでのかしましフェスタ」「大芝保育所のクリスマス会」などにも出かけて演奏してきました。会場の皆さんと一緒に楽しい時間を過ごせて、いつも笑顔で帰ることができる貴重な時間です。

保育所の子どもたちから地域のお年寄りと世代を超えてお付き合いできる喜びは、らんらんこそだと感じています。そして、岸和田にしっかり根を張ったとの実感も。

活動のまとめ　　危機を乗り越えたらんらん！未来に向かってＧＯ！

らんらんにとって、１９９９年からの１０年間は大きな試練の１０年でした。

特に、２００１年度を最後に定期発表会を中断したあとの４～５年間は、らんらんの活動の停滞期でした。

仕事やその他の理由で会員が減りました。

練習には時間通りに集まらず、集まった会員が２人だったり、公民館祭に出たメンバーが４名だけという年もありました。

そのうち、来年の活動を停止しようとの意見まで出ました。

しかし、会員を増やして活動の継続を！と、指揮者の豊田先生の意見もあって、とりあえず、続けることになりました。その間、阪南フェスタ、市民音楽祭などの演奏活動や保育所、公民館の行事参加など、活動は少人数ながら続けました。年間計画を縮小し「ゆっくりでいい」「のんびりでいい」の活動スタイルになっていきました。

大きな転機は、６人の新入会員を迎えたことです。

新入会員は、練習時刻前に集まり、休まずに来ます。らんらんに緊張が走りました。伴奏も引き受けてくださる方が見つかって、再スタートです。

元気を取り戻したらんらんは、定期発表会を３０周年記念コンサートとして開こうと、２００７年度末には日程と場所を決めました。２００９年３月の大きな目標ができ、全員がそれに向って動き出しました。全曲暗譜は、新しい会員には大仕事です。

でも、練習中に大きな笑いがはじけ、役割分担も自ら引き受け、だんだん大きな声が出るようになってきました。舞台に立つ回数が増えるにつれて、すばらしいハーモニーをお互いに確認できると、もう、シメタものです。成長を確信し、自信ができてきます。

あの時、らんらんの活動を止めないでよかった！！。本当に！！

らんらんの活動が落ち込んだのには理由がありました。

しかし、会員は練習に遅れても休んでも、らんらんが活動を続けてさえいれば、「帰るところがある」と思ったのです。それが、自分たちでも気がつかなかったらんらんの歴史の重みでした。

長年、活動しながら培った、信頼に支えられた会員どおしの人間関係、なかまの存在です。

会員は、自主学習グループでの学習や仕事を通じて、会員としての自覚と自立心を身に付け、お互いに支えあい、居心地よく活動するすべを学び、人間性を磨いてきました。

らんらんが一番自慢できるのは、①　仲間が集い、歌う、居心地の良さです。

そして、②　困難があっても活動を続けたこと　③　地域文化に貢献しようとする情熱です。

今、新しい会員を迎えて、再スタートしたらんらんは、これからも一人ひとりを大切に、思いやり、学びあい、信頼しあい、能力の開発もしあいながら歌い続けます。そして、今からの歴史を重ねていきます。

創作曲について

～ 思いを歌に ～

豊田　光雄

歌は誰にでも創れる。誰もが歌えるように。
要は、創りたい意欲と、ちょっとしたきっかけがあればいいのです。

記念すべき第１作目の「くちぐせおかあさん」を創った頃は、大部分のメンバーは保育所に子どもを預けて働いていました。まさに、子育て真っ最中の息づかいがあふれた歌になりました。

最新の曲。「一日一咲」「いつのまに」「うたをうたおう」を創った今、大部分のメンバーは、中高年。匂うような熟年女性の息吹があふれました。

らんらんの創作曲はすべて集団創作です。メンバー全員で創るのです。その“ちょっとしたきっかけ”は、うたごえ運動で創作活動をしている豊田の言いだし兵衛に、火を注いだメンバーが居たからでしょう。では創作風景をご覧ください。

作詞の時間。各自がなんとか詩らしきものを持ち寄ります。そして、他己紹介みたいに、自分以外の詩を朗読。そして、どの詩を選ぶのか討論するのです。実はこの時間が、珠玉の時間なのです。姑・夫とのことや子育てのこと、職場のこと、くらしのこと平和のことなどなど、延々とおしゃべりは続くのであります。腹を抱えて笑ったり、シーンと静まりかえったり、涙をためて語ったり、誰にもいえないことをぶっつけあえる場でもあったのです。こうなってくるとしめたものです。感覚が研ぎ澄まされていくのです。いつのまにやら二つの詩が選ばれ、２～３班に分かれて作曲（メロディー創り）にうつります。作曲は、豊田やピアノの先生、それにちょっぴり音に強いメンバーがリードします。でも最終的には、誰がリードしているかわからないほどになります。

以下は、そのときの<レジュメ>です。この<レジュメ>は、時間が変更したぐらいで、おおむね、３０年間一緒です。

「創作講座」PM１１：００～AM２：００　　豊田光雄

①　作詞について
- 自分の言葉で
- 言いたいことを（生活の中からまず書いてみる。）
- ３０分間でそれぞれ作詞に取り組む

・・・各自の作詞の中から、２編を選び、２班に分かれて集団創作。

②　作曲について
- はじめの２～４小節がポイント

「思いを歌に」と書きました。でもほんとうに“思いを歌に”する事は大変です。だって、心を音にするのですから。そういえば“心”も“音”も、それに“声”も“歌声”も目に見えないですよね。しかも大勢の人の心に伝えたいですよね。

心も声も磨いて磨いて、「思いを歌に」していきましょう。

創作曲一覧表

NO	年	創作曲名	NO	年	創作曲名
1	１９７９	くちぐせおかあさん	16	１９９３	旅に行きたい
2	１９８０	ぼくらのともだち	17	１９９４	あんたがいるから
3	同上	左肩	18	１９９５	私の夫ハズバンド
4	１９８１	あじさいの匂う朝に	19	１９９５	おひるね
5	同上	おむすびの唄	20	１９９６	イヤリングをピアスにかえて
6	１９８２	センソウノバカタレ	21	１９９８	春風すって
7	同上	子どもたちに	22	１９９９	ああ幸福（しあわせ）
8	１９８３	歌うことは人生なんだと	23	２０００	おお太陽
9	１９８５	ぼくは自転車にのって	24	２００１	女ともだち
10	１９８６	虹のリボン	25	２００１	おめでとう母より
11	１９８７	いろなしソーセージ	26	２００４	お元気ですか
12	１９８８	メッセージ	27	２００７	いつのまに
13	１９９０	たいちゃんの笑顔	28	２００７	一日一咲
14	１９９２	はんぶんのうた	29	２００７	うたをうたおう
15	１９９３	すみれ	30		

地域の方よりのメッセージ

岸和田市立春木保育所
所長　　竹原　君枝

３０周年を迎えられた“らんらん”おめでとうございます。

保育所には夕涼み会やクリスマス会の時に歌をプレゼントして下さりありがとうございます。いつもメンバーの方々のあたたかい手作りの企画に子ども達や保護者の方も大喜びです。子ども達と歌を通して出会うことで幸せなメッセージを心の中に残していただいています。

これからも益々、お元気で地域との関わりを大切に活動を続けてほしいと願っています。

岸和田市立春木保育所
保護者会会長
長谷川綾乃

“らんらん”３０周年おめでとうございます。春木保育所の保護者の有志が集まって結成されたということで、私達もとても親近感がわきます。子育てしながら３０年も続けるのは大変だったと思います。語り継がれてきたいい歌など子ども達に聞かせてあげる場が減ってきた中、ボランティアで活動してもらえるという事は、保護者会としてもとても助かり、ありがたく思います。

これからも今まで同様、春木保育所を基盤とし子ども達の心を輝かせるような歌を聞かせていただくことを楽しみにしています。

これからも地域との関わりを大切にした活動を続けていってください。心より応援しています。

いずみの森合唱団
事務局長
高橋　幸子

３０周年コンサートおめでとうございます。子ども達が同じ保育所に通うという縁で生まれた“らんらん”。子どもの成長とともに“らんらん”も成長されたのでは。

私達いずみの森合唱団と同じ豊田氏に指導していただいていることもあり、いつも近い存在に感じています。

先を歩くその背中を見つつ、私達も歩んできたように思います。現状に多少困難なことがあってもその先を見通し、乗り越えていけます。

“らんらん”はたくさんの創作曲を創り、歌っています。それはみなさんの宝物ではないでしょうか。これからも思いを歌にし元気に歌い続けてください。改めて３０周年コンサートおめでとうございます。

エコーかもり
代表
大門旗一郎

音楽サークルらんらんが３０周年を迎えられました事に、まずはおめでとうと心からお祝い申し上げます。

エコーかもりとらんらんのお付き合いは、２０周年記念の時にも申し上げましたが、当時私たちの指導をしていただいた浅野由美子（現能地由美子）先生と豊田光雄先生との交流を通してでした。

一口に３０年といってもなかなか続けられるものではありません。

家庭のこと、仕事のこと、いろいろこなしながら続けておられる。「継続は力なり」この言葉が正にピッタリです。

これからも音楽を愛する市民の皆様にすばらしいうたごえをお聞かせください。

らんらんの限りないご発展と皆様のご活躍とご多幸を祈念申し上げ、お祝いのご挨拶といたします。

元らんらんジュニア
池宮　統子

３０周年おめでとうございます。

私は、母がらんらんのおばちゃんたちと楽しそうに歌っている姿を見るのが大好きでした。これからも元気いっぱい、歌い続けてくださいネ！

応援しています。

（故・大脇妙子さんの長女）

春木地区公民館
元・職員
石井　洋子

ひびけ　歌声　いつまでも!!

結成３０周年おめでとうございます。

自主学習グループから春木地区公民館のクラブとして活動されるようになってからでも１０年あまりになりますね。

館の勤務体制が変わり、らんらんの月１回の活動日に皆さんに会えることが少なくなりました。

公民館まつりでは、そのすばらしい歌声を聞けることが楽しみでした。中でもらんらんの創作曲はどれも見事でした。自分達の生活そのものを飾らない言葉でうたって、心にひびきました。

３０年という年月は、子育てまっ最中のとき。今、孫がその当時の子どもの歳ではないでしょうか。

そう、ジュニアコーラスも誕生させましたね。あの子達も今はたぶんお母さんでしょう。次は４０周年をめざして、いつまでも若々しい歌声を響かせてください。皆様のご健勝をせつにお祈りします。

レガーテ
二出川　緑

岸和田の地で自分たちの想いをうたに、歌い続けられていることに脱帽！いつまでも、新しい歌を生み出してください。

私にとって“らんらん”は

※※※※※ *指揮者から一言* ※※※※※

豊田　光雄

私にとって“らんらん”は、「ごはん」「おやつ」「学校」「姉妹」「人生」「音楽」（順不同）であります。つまり生活そのものなのです。

「ごはん」・・・食べないと腹が減る。あったかい“おむすび”のような。
「おやつ」・・・疲れたときに、おいしいお菓子が欲しいな、とそう思ったら、ちゃんと出てくるのです。
「学校」・・・・時には先輩、時には同級生、そして時には先生。
「姉妹」・・・・異性ならではの感覚、仕草、怖さだけでなく、家族のような温さを強く感じています。
「人生」・・・・４０年余の私の音楽人生の川辺に、美しい花を植えていただきました。ありがとう。
「音楽」・・・・本当に実のある音楽は、生活の中から生まれます。創作曲をともに創る中で、実感しました。確信しました。

以上、“らんらん”への、思いをしたためました。
３０年もの長い間、お付き合いできましたこと、たいへん光栄に感じています。
これからもよろしくお願いします。

私にとって“らんらん”は

☆☆☆☆☆ 伴奏者から一言 ☆☆☆☆☆

小田　結花

長期にわたった３人の子育ても一段落。そろそろ音楽と向き合いたいと思ったころの“らんらん”との出会い。

皆さんに比べるとまだまだ未熟で無礼な私も３年目。

行事のたびに思うのは「この人たちっていったい何者？（笑）」

発想、段取りのよさ、相互に思いやる気持ち。決して音楽的に特別すぐれている人ばかりが集まったグループではないけれど（こういう発言も許されますよね？〈冷や汗〉）

いつも前向きで自分達が楽しんでいる。笑いのない練習日がない。それが今日も私を“らんらん”に向かわせています。

荒武　久美
（元　伴奏者）

３０周年おめでとうございます！

らんらんとの出会い、１０年もの間、とても大切な事をいっぱい学んで参りました。

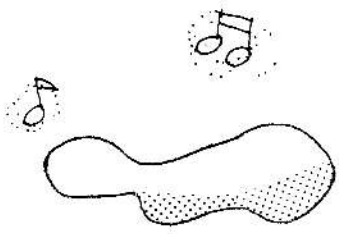
初めてチャレンジした伴奏だったけれど、私の緊張をあっという間に楽しさに変えてくれたのは、皆さんの優しい歌声でした。

時には平和を願う力強い声、時には青春を呼び覚ます若々しい声。そして子どもらを育む母の声。

伴奏をさせていただきながら、みなさんの歌声や笑い声はホクホクと背中に心地よく、ピアノの音もどんどん乗ってきたのを今懐かしく思い出しています。

私の「音」を「楽」しむ豊かな気持ちを育ててくださったらんらん。ますます輪を広げ歌い続けていただきたいと思います。

10年後のらんらん



「らんらん」は不滅です。まだまだ続きます。でも、みんな後期高令者です。だから、「らんらん」の在意義があります。歌って長生き、笑って長生き、「らんらん」のなかまは生きがいです。すてきな歌仲に乾杯!!
山根久子

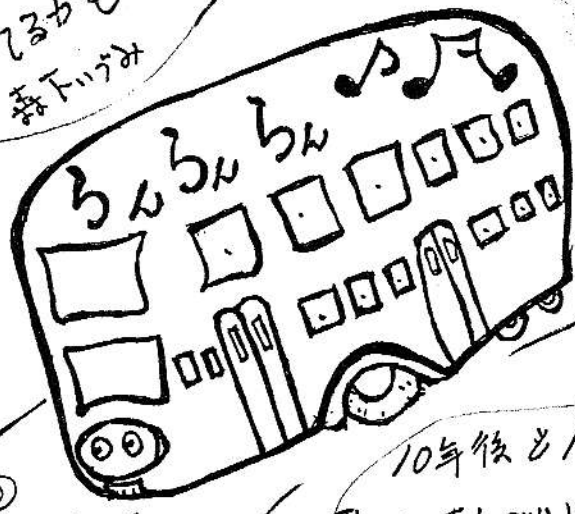
らんらんと私の10年後、?きっとこのまま うたいつづけているような気がはずし、メンバーも倍になり若がえっていたらうれしいな!
櫻井やよい

今のらんらんのメンバーのバイタリティーがあれば いつまでも続いたらんらんであると思います。私はどうかみんなの皆さんとの関わりをずっと持ちつづけていたいなあ〜。
藤越清子

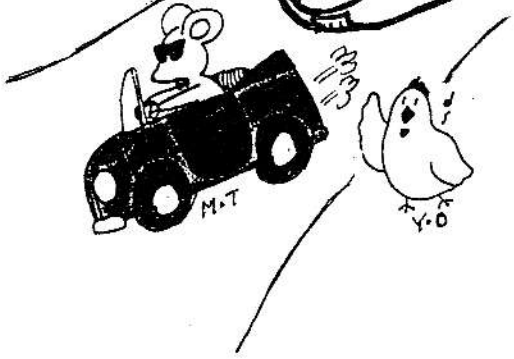
10年後のらんらん?!
平均年令いくつになるのかなあ?
でも、この頃 月日の経つのはアッという間だから、今とおんなじかケラケラ笑いながら歌っていると思いまーす
馬場由美子

うたう。笑う。
しゃべる。ちょと考える。
いつまでも きっと
新しい形をおし求めて
いると思う。
豊田佳代子

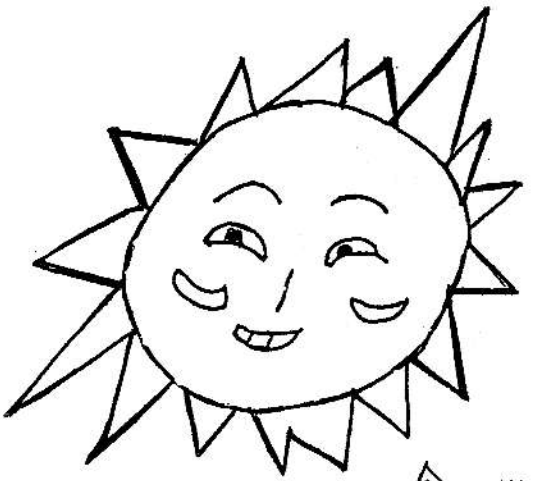
ばーちゃんコーラス
にじーちゃんが
入って 混声コーラス
になってるかも?
森下いづみ



らんらんの中の
メンバーで元気に
歌っていることが
できたらとても楽しい事
喜多英子



10年後も今と同じように
歌って おしゃべりして ワイワイ
楽しくやっている。らんらんでしょう
顔に1本2本…10本? しわが
ふえてるかも つるいせつこ



今とかわらない
美ぼうと美声で
生きていると確信
しています。
池田裕子

しわくちゃーず・らんとご改名して、
ますますかわいく、
しわしわしながら
歌ってるわよ～～。
篠原幸美子

一緒にいると、
いつも元気がもらえる
らんらんの仲間と
おしゃべりして、歌って
うたっていると思います。
武田知子

岩井雅子
メンバーも若がえり
すばらしい歌をうたっていは
でしょう。
私も元気でらんらんの
うたを歌いてるかな？

一歩一歩
一年一年すぎて
みれば10年
高橋真美美

10年後の自分を
考えるのはチョット こわい
けど、今と同じように
楽しく元気で
らんらんの一員として
活躍していたら
うれしいです。
三浦

ランランに入れ
たことを感謝します
これから私がランランに
できることは何かを
探しながら余生も
つくっていきたい。
奥手和子

私は今迄に
2度中断したのですが
今回30周年に参加させてもらって
います。ランランの人は いつも
やさしく迎えてくれて とても
うれしいです。10年後は考えら
きませんが、ランランにいれたら
いいなと思います
田中文子

らんらんの10年後？
想像もできない！！
もしかして、20周年のときも
そう言っていた？
これからも悲しいこと うれしいこと
いっぱいあるだろうけど、みんなと
いっしょに歌っていたい。
みんなもっと今より美しくなっている！
賀東雄

10年後のランラン
ますます出たがり、
目立ちたがり、で元気に
どこにでも出張し
歌っていると思います
西野久美

メンバー紹介１

名前（パート）	らんらんと私	みんなから一言
坂東桂子 アルト 	らんらんで歌うのが好き。創作曲があるのがうれしい。 新入会員もすぐに“らんらん人”になれるから不思議。	みんなを引っぱってくれる存在。なのにどこかずっこけて楽しい。
山根久子 アルト 	居心地の良いらんらんにいて、気づけば３０年。私の人生の後半を育ててくれた親のよう。 自立した女性の情熱や能力に学びたい。	背筋がシャンとしてらんらんの準備体操のリーダー。解説は科学的。やわらかい表現で鋭い指摘。
豊田佳代子 アルト 	発表会や訪問演奏など、楽しんでもらえるのがうれしい。目と目が合うと気持ちが通じたようで幸せ。 次はもっと喜んでもらえるようにとファイトが湧いてくる。	見た目より遠慮深い。指揮者（豊田光雄氏・夫）との掛け合いがおもしろい。
池田啓子 アルト 	春木保育所の保育士だった私は、明るく楽しい歌声に誘われて、らんらんに。 女性としても母親としても元気やヒントをもらっています。	ぶれないアルト。いる時は頼りにしてしまいニコニコ。 いないときは不安でヒヤヒヤ。
武田和子 アルト ピアノ 	伴奏の楽しさ・難しさを教えてもらった。仕事と家事育児両立のアドバイスも。 心豊かに過せる仲間。つながりを大切にしたい。	らんらんのわがままな注文にもいやな顔せず応じてくれて、やさしい音色の伴奏に仕上げる。 大人の女性。
岩井雅子 アルト 	らんらんは心の拠りどころ。参加すれば、いやなことも吹っ飛び、楽しくなります。 本音で話せる友だちっていいですね。歌もたくさん覚えました。	みんなを明るい雰囲気にさせてくれる。 一生懸命歌うガンバリヤさん。

メンバー紹介２

名前（パート）	らんらんと私	みんなから一言
喜多英子 アルト 	入会して３年。発声の練習や歌うことの難しさ、素晴らしさを素敵な先輩方に教えて頂き、月２回のレッスンが楽しみな毎日です。	出かけるときはみんなの弁当まで作ってくれる料理上手。昔は盆踊りで徹夜したほど踊り好きの徳島生まれ。
餅越清子 アルト 	念願のらんらんに入会して３年目。戸惑いと緊張の中での初めての発表会。合宿で創作講習会も経験した。歌うって楽しいなあ。正に能力開発の場です。	エネルギッシュ。興味が広く、バイタリティーがある。秘めた力を感じる。
櫻井やよい ソプラノ 	歌を唄うことが好きで３０年続けてきた。悩みがあっても歌を唄えば半分になった。これからも一日一咲、らんらんと一緒に花咲かせたい。	頼りになるリードボーカル。家では輝いてる肝っ玉母さん。
篠原寿美子 ソプラノ 	いつの間にか年齢を重ねていた。今の私があるのはらんらんのおかげ。悲しかったのは二人の仲間に先立たれた事。早く定年がこないかな。練習に参加したい。	訪問医療のベテラン。やさしい顔してやさしいソプラノで歌います。
三浦佳英子 ソプラノ 	うれしい時は一緒に笑い、辛くて情けない時はなぐさめ励ましてくれる。歌うのも楽しい、喋るのも楽しい。そんなあったかさが好きです。	仕事も子育てもまじめ。実はらんらんの存続のカギを握る人。
馬場由美子 ソプラノ 	１０周年コンサートが初デビュー。いつのまにか２０年。いつも笑いがあふれて、心からほっとできる場。お腹の底から笑い合えます	早口でソフトにしゃべる。 気軽になんでも引き受けてくれる、相談しやすい雰囲気を持つ。

メンバー紹介３

名前（パート）	らんらんと私	みんなから一言
鶴井節子 ソプラノ 	大きな声で歌うと元気が出る。みんなといると楽しい。らんらんパワーに押され、どっこいしょと動く。 受け止めてくれる仲間が好き。	イラストとかデザインは抜群。黙って静かに役割をこなす。いつの間にか仕上がっている手際の早さはすごい。
田中文子 ソプラノ 	歌が好き。今度の３０周年はちょっと中断があったのでみんなについていけるか必死です。新しい歌もたくさん覚えて、若返るかしら。	静かな方。歌い始めると目と声が大きくなる。気配りが何気なく、さりげなく行き届く。
高橋真寿美 ソプラノ 	子育てが終わり、入会して３年目。創作学習や施設訪問など初めてのことばかり。 歌うだけでなく踊りもあり、今はニュース係りで文章勉強も。	やることが早い。集合の１０分前には到着。楽譜を忘れたことがない方。自立した主婦。
西野久美 ソプラノ 	入会して３年目。温かい仲間と一緒にいろいろな活動で世界が広がった。 心に響くコーラスを歌っていきたい。	絵やカットや小道具作りにセンスが光る。もっと秘めた能力を引き出したいものだ。車の運転は速い。
森下いづみ ソプラノ 	記念すべき３０周年の年と知らず入会させていただき、あら大変！ 皆さんの足を引っ張らないようにがんばりますので、どうぞよろしく。	見た目はおしとやか。しなやかで物おじしない大阪のおばちゃん的なところも魅力。
奥平松代 ソプラノ 	らんらんの文集を拝読しました。仕事と子育てを両立しながら自主学習、音楽活動はたくましいです。 エネルギーを頂いて私もはげみます。	リタイヤして、一息ついて、新しい生活スタイルを楽しんでおられるようです。

資料編（１）

らんらんの年間活動のまとめ（２１年～２３年）

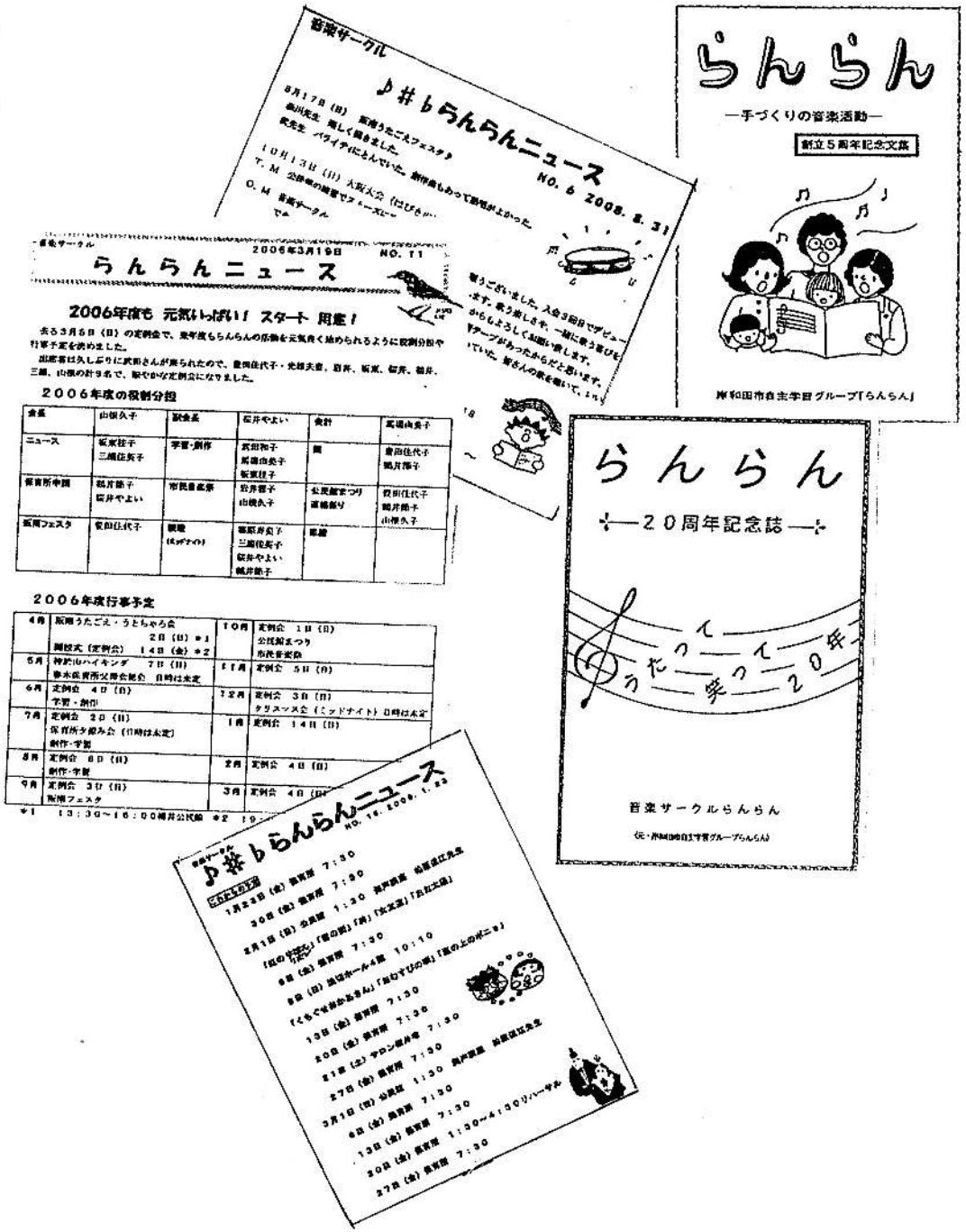
	２１年目	２２年目	２３年目
	１９９９年度（H11年度）	２０００年度（H１２年度）	２００１年度（H１３年度）
学習テーマ	「癒しの音楽」理論学	「癒しの音楽」実践	歌を通して自然を考える
学習会	5/16 「癒しの音楽について」の理論研究レポート（豊田佳代子） 11/21 講演「岸和田のデイハウスについて」 街かどデイハウス・ケアサロン『希望』 （中道キヨ子さん）	施設訪問演奏などの実践を通し「癒しの音楽」について理解を深めることを目標として知的障害者施設）・老健施設で訪問演奏する	6/7 神於山への自然散策を計画したが雨で中止
創作教室	8/28 講師：豊田光雄（加太ペンション・しおじ） 9/22 曲作り 「おお太陽」「ああ幸福」	6/18・8/20 春木地区公民館 作詞 9/17 ・11/12「私はピオラ」未完成「結婚」未完成	6/17 作詞 春木公民館 6/22 作曲 坂東宅 「女ともだち」「おめでとう母より」
市民音楽祭	10/16 朝露・風の中で・春風すって（マドカホール）	10/1 高原列車・ああ幸福・おお太陽（マドカホール）	10/8 女ともだち・歌うことは人生なんだと・森のキツツキさん（マドカホール）
サロンコンサート	11/7 津軽三味線をきく：西 元さん（五風荘）	1/14 松平晃「きらめくトランペット」（文化会館第３リハ）	なし
春木地区公民館祭り	10/24 朝露・風の中で・春風すって・旅愁	9/29 高原列車・青い山脈・旅愁・上を向いて歩こう・七つの子・夕焼けこやけ・里の秋・ああ幸福・花笠音頭 （春木公民館の存続が危惧されたが存続に決定）	10/20 女ともだち・森のキツツキさん・肩たたき・ないしょばなし・みかんの花咲く丘・高原列車は行く
春木保育所での 夕涼み会 クリスマス会	7/17 手遊び歌を中心に	7/15 友達讃歌・お使いありさん・未来へ・アイアイ・ヤギさん郵便・とんでったバナナ・ちょう助くんのうた	7/21 友達讃歌・アイアイ・くまさんじゃんけん・ないしょのはなし・肩たたき・３匹の野ねずみ・手と手と手と・むすんで開いて・幸せなら手をたたこう
定期発表会（内容別記）	3/19「みんなで歌おう、今こそ心の歌を」（春木保育所）	なし	2/17 「ねえちょっと聞いて、聞いて」（市立公民館）
訪問・施設演奏	10/16 健康祭り（手遊び歌・月のしずく・朝露・風の中で・春風すって・もみじ・赤とんぼ・旅愁：台風で中止）（岸和田市健康保健センター）	5/21 砂川厚生福祉センター若葉寮（知的障害者施設）（八十八夜・未来へ・友達讃歌・夕焼けこやけ・めだかの学校・手と手と手と・花笠音頭） 10/21 健康祭り（健康保健センター）（友達讃歌・アイアイ・とんでったバナナ・ヤギさん郵便・ああ幸福・おお太陽・高原列車は行く） 3/3 老健施設「華」（早春譜・どこかで春が・春の小川・ひな祭り・みかんの花咲く丘・あざみの歌・青い山脈・上を向いて歩こう・高原列車は行く・花笠音頭）	8/19 砂川厚生福祉センター・金剛寮（友達讃歌・肩たたき・むすんでひらいて・ないしょばなし・どんぐりころころ・みかんの花咲く丘・茶摘み・いつでも夢を・上を向いて歩こう・高原列車は行く
その他の交流、訪問演奏	5/29 全国城下町シンポジューム：春木川橋ずくし手毬唄・わたしの町を流れる川・雨喜びの歌（春木公民館） 6/20 阪南うたごえフェスタ（月のしずくシリーズ）（樽井公民館） 7/18 大阪うたごえ発表会（同上）（箕面市民会館） 8/1 マドカ祭（月のしずくシリーズ） 9/4 ピースウエーブコンサート（地域の歌声）（マドカホール）	7/30 マドカ合唱祭 （未来へ・おお太陽・ああ幸せ） 9/10 阪南うたごえフェスタ：私と鳥と鈴と・ああ幸福・おお太陽 （岸和田産業会館） 10/22 大阪合唱発表会（おお太陽・ああ幸福）（和泉市立市民文化ホール） 3/11 阪南うたごえフェスタ交流会：あざみの歌（樽井公民館）	9/8 ピースウェーブコンサート 9/30 阪南うたごえフェスター（女ともだち・歌うことは人生なんだと）（貝塚市立山手地区公民館） 10/28 大阪合唱発表会（同上）（和泉市立市民文化ホール（女ともだち・歌うことは人生なんだと） 12/2 岸和田女性会議かしましフェスティバル（女ともだち・森のきつつきさん・青い空は・イヤーリングをピアスにかえて）（岸和田市立女性センター）
会員数・ニュース	２４人 NO1～１０	２３人 NO1～１２	２１人 NO1～１３
会長 講師 伴奏	大脇妙子 豊田光雄 荒武久美	山根久子 豊田光雄 荒武久美	馬場由美子 豊田光雄 荒武久美

らんらんの年間活動のまとめ（２４年～２６年）

	24年目	25年目	26年目
	2002年度（H14年度）	2003年度（H15年度）	2004年度（H16年度）
学習テーマ、目標	歌をとおして自然を考える	なし	地域に根ざしたらんらんを
学習会			新曲への挑戦：蜜神（子守唄）
創作教室	6/16 講義と作詞（豊田光雄先生） 6/30 春木公民館　8/3 桜井宅 8/10～12 高知よさこいツアー 創作曲はなし	8/29～31 妙高高原・ルネシャール（越丸宅） 創作曲はなし	6/12　テーマ「大脇妙子さんの思い出」：坂東宅 「お元気ですか」
市民音楽祭	10/14 お魚天国・りんごの唄（マドカホール）	10/13　30 周年記念取り組み（ぼくらの手から・ﾌｪｽﾁﾊﾞﾙ音頭・米の花がさけば・春木川構づくし手まり唄・これはどうした・オタマジャクシも夢を見る・わたしの町を流れる川よ・もみじ・虫の声・里の秋）（マドカホール）	10/11 ぼくは自転車にのって・秋桜（コスモス）（マドカホール）
サロンコンサート	11/2 オカリナ・アルパ演奏（パンゲア21）（五風荘）	なし	なし
春木地区公民館祭り	10/20 荒城の月、浜辺の歌、森のきつつきさん・手と手と手と	10/26「ぼくらの手から」「春木川構づくし手まり唄」「わたしの町を流れる川よ」「もみじ」「虫の声」「里の秋」	10/24 ぼくは自転車にのって・秋桜コスモス・りんごのひとりごと・みかんの花咲く丘・高原列車は行く
春木保育所での 夕涼み会 クリスマス会	8/31 夕涼み会（トンボのめがね、ブタが道を行くよ・小さな畑・手と手と手と・うさぎのダンス・金魚のひるね・ドロップの歌・おさかな天国）	7/10「ビーム光線」「友達讃歌」「くまさんじゃんけん」「小さな畑」「トントントンのアンパンマン」「手と手と」「七夕」 12/14「ビーム光線」「あわてんぼうのサンタクロース」「団子団子」「リンゴのひとりごと」「モミの木」「荒野のはてに」「森のキツツキさん」	7/17 七夕・金魚のおひるね・大阪名物・大きな栗の樹の下で・すいかの名産地・くまさんじゃんけん・手と手と手と・友達讃歌 12/19 クリスマス会（聖夜・赤鼻のトナカイ・りんごのひとりごと・僕は自転車に乗って、手の歌・世界で一つの歌
定期発表会		なし	なし
施設訪問演奏	6/15 老健施設[華]（りんごの唄・茶摘・みかんの花咲く丘・森のきつつきさん・ふるさと・浜辺の歌・高原列車は行く・川の流れのように・岸壁の母・女友だち・ああ幸福・夏は来ぬ）	6/15 砂川厚生福祉センター「大きな古時計」「茶摘唄」「大きな栗の樹の下で」「大きな歌」「高原列車」「みかんの花咲く丘」「世界に一つだけの歌」「上を向いて歩こう」「野に咲く花」「さよならあんころモチ」	
その他の交流・訪問演奏	4/14 阪南フェスタうとちゃろ会（おめでとう母より）（樽井公民館）　9/8 阪南うたごえフェスタ（おめでとう母より・ふるさと）（貝塚地区公民館） 10/19　ピースウエーブコンサート（マドカホール） 12/1 かしましフェスタ[歌うことは人生なんだと・半分のうた、私の夫ハズバンド・手と手と・森のきつつきさん）（岸和田市女性センター）	5/11 阪南フェスタうとちゃろ会「私のためのLove Song」女ともだち」（樽井公民館） 6/15 砂川厚生福祉センター 8/10阪南うたごえフェスタ「涙そうそう」「私のためのLove Song」（樽井公民館） 12/6 アゲイン　Part-Ⅱ「女ともだち」「イヤーリングをピアスにかえて」（浪切ホール４階交流ホール）	5/9 阪南フェスタうとちゃろ会（蜜神）（樽井公民館） 9/19 阪南うたごえフェスタ（ぼくは自転車にのって・秋桜コスモス）（泉の森ホールマルチスペース） 12/11 いずみの福祉会「築こう輝く未来、１００人でオーケストラ」（浪切ホール） 1/22 大脇妙子さん3周年コンサート（おげんきですか）（自泉会館）
会員数・ニュース	21人　NO1～14	20人　NO1～10	20人　No1～10
会長　講師　伴奏	三浦佳英子　豊田光雄　荒武久美	三浦佳英子　豊田光雄　荒武久美	桜井やよい　豊田光雄　荒武久美

らんらんの年間活動のまとめ（２７年～２９年）

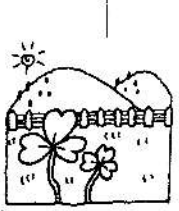
	27年目	28年目	29年目
	2005年度（H17年度）	2006年度（H18年度）	2007年度（H19年度）
学習テーマ	なし	なし	なし
学習会		5/7 公民館で作詞についての討議のみ（神於山をハイキング雨で中止） 11/11　女性史講座（女性センター）「春木競馬廃止運動と女性たち」	
創作教室	6/5 未完成	なし	6/2～3　うたを歌おう・いつの間に・一日一咲き（貝塚市立ほの字の里）
市民音楽祭	9/25 愛よ、愛よ・おお太陽（マドカホール）	10/1　浜千鳥・ドナドナ・女ともだち　（マドカホール）	10/28　うたをうたおう・一日一咲き・いつのまに・星空に両手をあげて・高原列車は行く
サロンコンサート	なし	なし	
公民館祭り	10/23 愛よ、愛よ・おお太陽・青い山脈・高校３年生・高原列車は行く・花笠音頭	10/22　炭坑節・月・うさぎ・月の沙漠・月がとっても青いから・浜千鳥・ドナドナ・女ともだち・手のひらを太陽に・高原列車は行く	10/14　星空に両手をあげて・うたをうたおう・いつのまに・冬の星座・見上げてごらん夜の星を・星影のワルツ・高原列車は行く
春木保育所での夕涼み会 クリスマス会	7/16 七夕・手と手と手と・ドレミの歌・ひょっこりひょうたん島・グーチョキパー 12/18　モミの木・あわてんぼうのサンタクロース・手のひらを太陽に・森のキツツキさん・鉄腕アトム・ジングルベル　トーンチャイムで演奏・聖夜・キッズソーラン（ふじ組）	7/15　散歩・手と手と手と・鉄腕アトム」 12/17 動物シリーズ（しょじょ寺の狸ばやし・ライオンの歌・ゴリラの歌・ねずみのあなぐら）モミの木・大きな歌・赤鼻のトナカイ・やったーサンタがやってきた・あわてんぼうのサンタクロース	7/12　ドレミの歌・かえるの歌・すいかの名産地・七夕・アンパンマン・とんぼのめがね 12/16　太鼓演奏・アンパンマンマーチ・ウサギ野原のクリスマス・手話で2曲：おくりもの・手のうた：小さな畑・森のきつつきさん・ミュージカル動物へのおくりもの
定期発表会	なし	なし	なし
施設訪問演奏	1/22 桜ケ丘保育所父母会イベント（風も雪も友だち・他）	なし	3/1 老健施設「華」（うれしいひなまつり・どこかで春が・春よこい・銀座かんかん娘・野崎小唄・花笠音頭・青い山脈・南国土佐をあとにして・手のひらを太陽に・お富さん・瀬戸の花嫁
その他の交流・訪問演奏	5/15 阪南フェスタうとちゃろ会（愛よ、愛よ・花の街）（樽井公民館） 8/7 阪南うたごえフェスタ（愛よ、愛よ・歌うことは人生なんだと）（サラダホール） 11/7 公民館バスツアー（赤穂～竜野）	4/2 阪南フェスタうとちゃろ会（樽井公民館） 8/27 阪南フェスタ（あの鐘を鳴らすのはあなた・女ともだち・ドナドナ）（泉の森ホール） 11/11 女性史講座「春木競馬場廃止運動と女性たち」（女性センター主催）（女ともだち・月がとっても青いから・高原列車は行く） 2/4 春木川市民の会（春木市民センター 3/10 大宮スプリングコンサート（イヤーリングをピアスにかえて・女ともだち・子守唄しりーず）（大宮青少年会館）	5/27　阪南フェスタうとちゃろ会（樽井公民館） 8/5　阪南フェスタうたごえフェスタ　（アンパンマンマーチ・ビリーブ） 3/30 阪南フェスタうとちゃろ会（樽井公民館）
会員数・ニュース	16人　NO1～12	12人　NO1～13	16人　NO1～8
会長　講師　伴奏	豊田佳代子　豊田光雄　荒武久美（3月末退会）	山根久子　豊田光雄　小田結花（5月から）	桜井やよい　豊田光雄　小田結花

	30年目
	2008年度（H20年度）
学習テーマ	定期演奏会を成功させよう！
学習会	発声法の理論と実習（11/2・2/1/・3/1）（柏原信江先生） 定期演奏会・30周年冊子作り実行委員会を頻会に
創作教室	なし
市民音楽祭	9/28 歌うことは人生なんだと・冬の街・絆・銀座かんかん娘・
サロンコンサート	なし
公民館祭り	10/12 おむすびの唄・一日一咲・銀座かんかん娘・花笠音頭・野崎小唄・高原列車は行く
春木保育所での 夕涼み会 クリスマス会	7/19 さんぽ・七夕・アンパンマン体操・大阪名物たこやき・スターマン 12/14　赤鼻のトナカイ・げんこつやまのたぬきさん・ごんべさんの赤ちゃん・だんごだんご・ロぐせおかあさん・おむすびのうた・森のキツツキさん・崖の上のポニョ・うさぎ野原のクリスマス・もみの木・
定期発表会	3/29（岸和田市立文化会館第4リハーサル室）
施設訪問演奏	12/17（水）大芝保育所・保育イベント（うさぎ野原のクリスマス・だんごだんご・ごんべさんの赤ちゃん・アンパンマンマーチ・森のきつつきさん・崖の上のポニョ・もみの木・赤鼻のトナカイ
その他の交流・訪問演奏	8/17 阪南うたごえフェスタ（一日一咲・絆）（尾崎サラダホール） 10/13 大阪うたごえ合唱祭（女ともだち・一日一咲）（UCはびきの） 11/21 日本のうたごえ祭典 in 東京（一 9/28 日一咲・私の夫ハズバンド）（江東文化センターティアラこうとう） 12/7 女性会議・かしましフェスタ（一日一咲・女ともだち・私の夫ハズバンド・・おお太陽・銀座かんかん娘。高原列車は行く）（女性センター）
会員数・ニュース	20人　NO1～12
会長　講師　伴奏	坂東桂子　豊田光雄　小田結花

サロンコンサート開催一覧表　（１９７９年～２００２年）

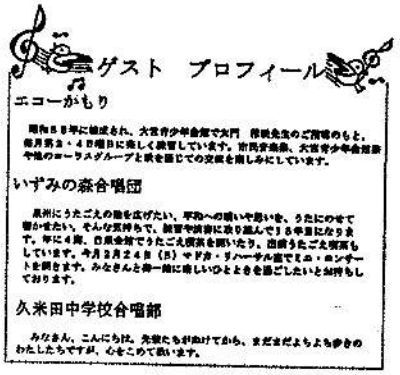
NO.	年度	内　容	奏者	会場	NO.	年度	内　容	奏者	会場
1	１９７９	バイオリン	尾花清光	春木保育所	11	１９９０	フルート	大江浩志	自泉会館
2	１９８０	クラリネット	川崎良一	春木保育所	12	１９９１	バイオリン	木田雅子	自泉会館
3	１９８２	ソプラノ独唱	瀬野光子	春木保育所	13	１９９２	クラリネット&チェロ	原田美英子 田中次郎	自泉会館
4	１９８３	フルート・ギター・バイオリン３重奏	高橋成典 中川信隆 奥井冨貴子	岸和田市立自泉会館	14	１９９３	バリトン独唱	橘　茂	自泉会館
5	１９８４	アコーディオン	吉田親家	中央保育所	15	１９９４	フォークソング	野田淳子	春木保育所
6	１９８５	バリトン独唱	橘　茂	春木保育所	16	１９９５	ストロー楽器	神谷　徹	春木保育所
7	１９８６	バイオリン	清水玲子	春木保育所	17	１９９７	癒しの民族楽器&琵琶	加藤敬徳 伊納伽水	自泉会館
8	１９８７	マリンバ	小寺亨子	春木保育所	18	１９９９	津軽三味線	西　元	五風荘
9	１９８８	ポルトガル民謡ファド	月田秀子	春木保育所	19	２０００	トランペット	松平　晃	岸和田市立文化会館
10	１９８９	バイオリン	鷲山かおり	自泉会館	20	２００２	オカリナ&アルパ	パングア２１	五風荘

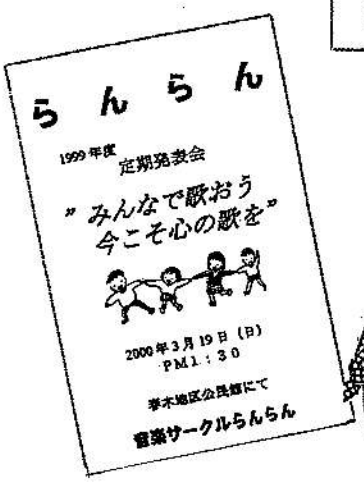
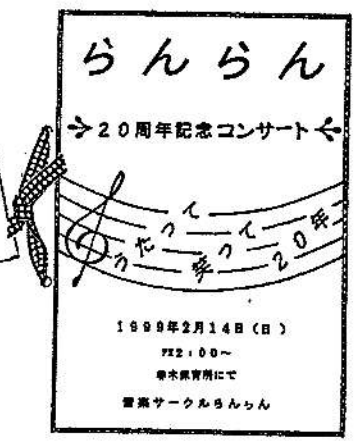
定期発表会記録

	第17回	第18回	第19回
	20年目（1998年度）	21年目（1999年度）	23年目（2001年度）
タイトル	歌って笑って　20年 （20周年記念コンサート）	みんなで歌おう、今こそ心の歌を	ねえちょっと聞いて聞いて
日時	1999年（平成11年） 2月14日	2000年（平成12年） 3月19日	2002年　（平成14年） 2月17日　（パンフレットは第20回演奏会）
場所	春木保育所	春木地区公民館	岸和田市立公民館（堺町）
曲目（太字は創作曲）	第1部　歌はわが人生 **歌うことは人生なんだと** **子どもたちに** **すみれ** **半分のうた** **私の夫ハズバンド** **イヤリングをピアスにかえて** **私の夫ハズバンド** **春風すって** ドナドナ 第3部　みんなで歌いましょう おさないころ口ずさんだ歌をもう一度（みかんの花咲く丘・母さんの歌・たきび） 第4部 うたものがたり「つきのしずく」（原作　藤田保平　作詞　佐伯洋　作曲　豊田光雄） 私の春（詩・曲　豊田光雄） 私の町を流れる川よ　（作詞　佐伯洋　作曲　豊田光雄）	第1部　いろんなジャンルの歌を歌おう 友だち讃歌・めだかの学校 夕焼けこやけ 金子みすずの詩から朗読 「つち」「星とたんぽぽ」 私と小鳥と鈴と 弥三郎節 花笠音頭 第2部　みんなで楽しくうたおう おおブレネリ みんなは夜明けをまっている 私の町を流れる川よ 第4部　らんらんの歌 朝露 **ああ幸せ** **おお太陽** **歌うことは人生なんだと**	第1部 **女ともだち** **子どもたちに** **おお太陽** この町になぎさを 木の葉の舟 黄金虫 うさぎのダンス 泉州綿づくり子守唄 大阪地方の子守唄 故郷の春 第2部 早春賦 高原列車は行く くまさんじゃんけん 翼をください 森のきつつきさん **イヤリングをピアスにかえて** **おめでとう母より** **歌うことは人生なんだと**
ゲスト	第2部 エコーかもり（ともしび・若者たち） 春木公民館ジュニアーコーラス（ドロップのうた・切手のない贈り物・手話）（指導及び伴奏・北山稚咲先生）	第2部 エコーかもり（空がこんなに青いとは・　三つのわらべうた） 春木公民館ジュニアーコーラス （カントリーロード・気球に乗ってどこまでも） いづみの森合唱団（河の歌・野の花のともだち）	第2部 久米田中学校合唱部 （いつも何度でも・朱の小箱） いづみの森合唱団 エコーかもり
特別出演		第2部の2　北山稚咲さん、富田理詠さん（伴奏須田玲子さん） アベマリア（マスカーニ）・ハイホー・歌のつばさに	
参加者数	81人	記録なし（約90名か）	99名＋α



	第２０回
	３０年目（2008年度）
タイトル	ふりむけば一歩一歩で３０年
日　時	2009年　（平成２１年） ３月29日
場　所	文化会館第４リハーサル室
曲　目 （太字は 創作曲）	第１部　歌は我が人生 虹のリボン 口ぐせおかあさん おむすびのうた 左膚 私の夫ハズバンド いつのまに 一日一咲き 第２部　歌おう、踊ろう アンパンマンマーチ 小さな畑 うさぎ野原のクリスマス 森のきつつきさん 崖の上のポニョ・ 銀座かんかん娘 野遠小唄 花笠音頭 高原列車は行く 第４部　らんらんの未来へ 雪の街 絆 あおい空は 女友だち 歌を歌おう おお太陽 歌うことは人生なんだと
ゲスト	第３部 エコーかもり クリークレッシェンド 岸和田市立桜台中学校合唱部
特別出演	
参加者数	１００人予定





音楽サークル らんらん 会則

第1条　本会は、音楽サークル らんらん と称する。
第2条　本会は、音楽活動を通じて地域社会との交流を図り、心身ともに文化的な、より豊かな生活を目指すものとする。
第3条　本会は、前条の目的の達成のため、次の事業を行う。
1、定例会　＊ 毎月第1日曜日 午後1時30分～4時30分
（春木地区公民館、3階音楽室）
＊ 毎月第4金曜日 午後7時30分～9時30分
（春木保育所）
2、発表会　＊ 必要に応じて、臨時の会をもつ。
3、その他　年に1回程度
第4条　本会の会員は、目的に賛同する人をもって構成する。
第5条　本会に次の役員をおく。
会　長　1名
副会長　1名
会　計
書　記(ニュース係)
第6条　本会の運営は、会員相互の話し合いにより行い、会員一同で決定する。
第7条　役員の任期は1年とする。
第8条　本会の維持運営に関する経費は会費を持って充てる。
1、本会の会計年度は、4月1日から翌年3月31日までとする。
2、会費は年額10,000円とする。
ただし、必要に応じて、臨時徴収をする。
第9条　この会則は、平成10年(1998年)4月から実施する。
＊平成18年(2006年)4月に一部改正

③ 自主学習グループ(委託方式)

1. 目　的	生涯学習の時代において、市民が事例学習の中で、市民文化の創造及び住民自治の実現へ向けての実践的な力を身につけてゆくため、学習者主体の自主学習グループを構成する。
2. 構　成	年間を通じ固定人員が15名以上であり、原則として市内在住、在勤の人で構成されていること。
3. 運　営	運営委員会を編成し、自主的に行う。
4. 期　間	4月～翌年3月
5. 場　所	社会教育施設及び適当な場所
6. 時間数	年間10回程度 20時間以上を原則とする。
7. 事業委託料	各グループに対して、予算の範囲内において支給する。
8. 主　催	岸和田市教育委員会

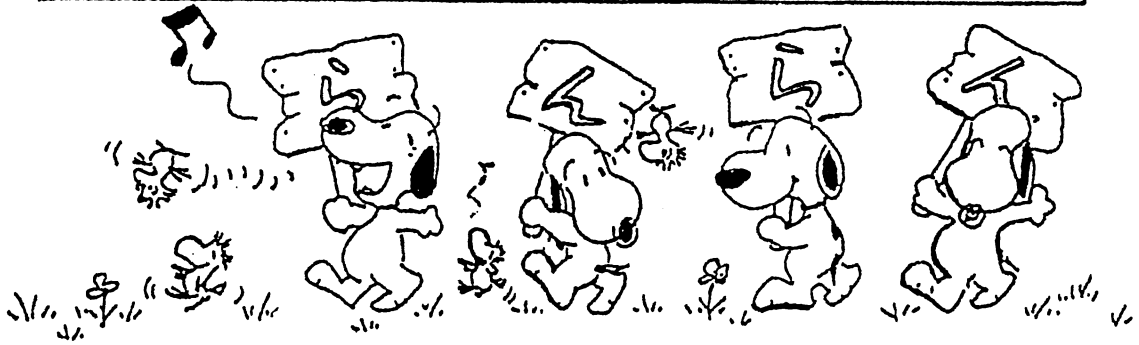
自主学習グループ 5つの原則

資料編（２）

音の記録（ＣＤ）らんらん３０年の想い出

（らんらん創作曲）

1	くちぐせおかあさん	1979	16	旅に行きたい	1993
2	ぼくらのともだち	1980	17	あんたがいるから	1994
3	左　　肩	〃	18	私の夫ハズバンド	1995
4	あじさいの匂う朝に	1981	19	おひるね	〃
5	おむすびの唄	〃	20	イアリングをピアスにかえて	1996
6	せんそうのバカタレ	1982	21	春風すって	1998
7	子どもたちに	〃	22	ああ幸福（しあわせ）	1999
8	歌うことは人生なんだと	983	23	おお太陽	2000
9	ぼくは自転車にのって	1985	24	女ともだち	2001
10	虹のリボン	1986	25	おめでとう母より	〃
11	いろなしソーセージ	1987	26	お元気ですか	2004
12	メッセージ	1988	27	いつのまに	2007
13	たいちゃんの笑顔	1990	28	一日一咲	〃
14	はんぶんのうた	1991	29	うたをうたおう	〃
15	すみれ	1992			



1. くちぐせおかあさん

1979ねん
らんらん集団創作

あ さ は　はやく はやく はやく はやく はやく「早くしなさい」
ひ る は　しごと しごと しごと しごと しごと「ガンバッテマース」
よ る は　もぐ もぐ ぺら ぺら あのね「今日ネ こんなことあったん」

f　mf　accel　a tempo

く ち ぐ せ　おかあさんー　おかあ さ　ん「いってきまーす」
は た ら く　おかあさんー　おかあ さ　ん「今、何時？」
み ん な で　かこーむー　ゆうしょく　だ「ごちそうさま」

(3)

ふりかえる　えがおに　いってらっー　しゃい
あのこは　どうして　いるかしら
あしたも　はやいよ　おやすみなさい

8

1　くちぐせおかあさん　（一九七九年）

一　朝は　早く早く　はやく　はやく　はやくー　「はやくしなさい」
くちぐせおかあさん　おかあさん　「いってきまーす」
ふりかえる笑顔に　行ってらっしゃい

二　昼は　仕事　仕事　しごと　しごと　しごとー　「頑張ってまーす」
働くおかあさん　おかあさん　「今　何時?」
あの子はどうして　いるかしら

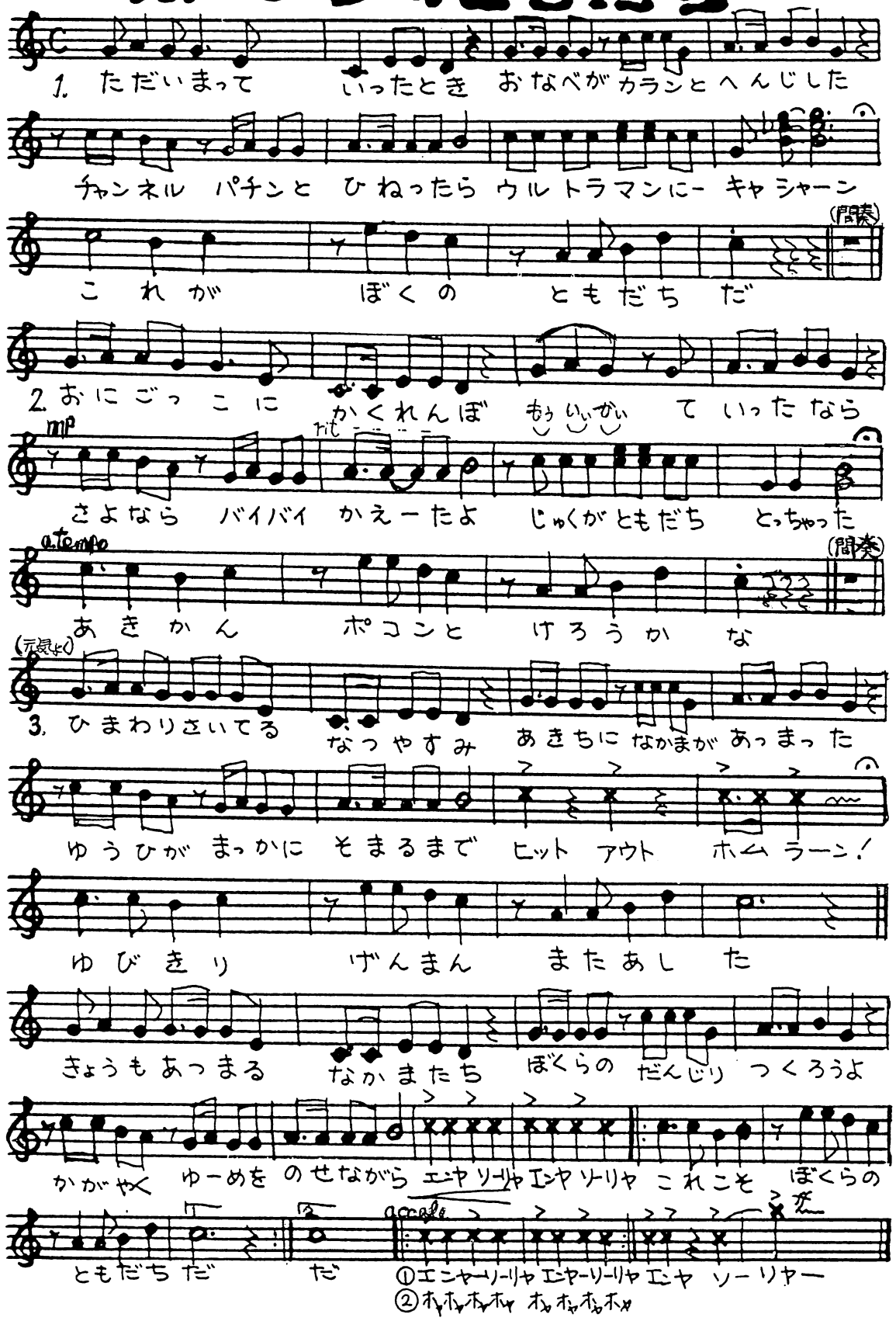
三　夜は　もぐもぐ　ぺらぺら　あのねー　「きょう　こんなことあったんよ」
みんなで囲む　夕食だ　「ごちそうさまー」
あしたも早いよ　おやすみなさい

朝は　早く早く。。。。働く母と子の１日が始まる

子育てのまっさい中で、なんとか息ぬきしたい気持ちから合宿を企画する。
初めて曲を作った驚きと感動を味わった。

らんらん集団創作の第１作目の作品：二色浜荘での作詞・作曲

2. ぼくらのともだち

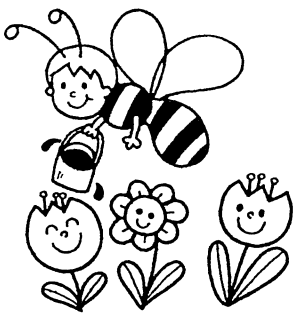
1980ねん
らんらん集団創作

2　ぼくらのともだち　（一九八〇年）

一　ただいまと　いったとき
お鍋がからんと　返事した
チャンネルパチンと　ひねったら
ウルトラマンに　キャシャーン
これがぼくの　ともだちだ

二　おにごっこに　かくれんぼ
もういいかいって　いったなら
さよなら　ばいばい帰ったよ
塾が友だち　とっちゃった
あきかんぽこんと　けろうかな

三　ひまわりさいてる　夏休み
空き地に仲間が　あつまった
夕日がまっかに　染まるまで
ヒット　アウト　ホームラーン！
ゆびきりげんまん　またあした

四　今日も集まる　仲間たち
ぼくらのだんじり　作ろうよ
かがやく夢を　のせながら
エンヤー　ソーリャ　エンヤー　ソーリャー
これこそぼくらの　ともだちだ
これこそぼくらの　ともだちだ
エンヤー　ソリャー　エンヤーソリャー
ホヤホヤホヤホヤ　ソーリャー



ただいまって帰ったら。。。留守家庭児童の放課後がテーマ
教育問題や遊びの空間など子ども達を取り巻く環境に目を向けた歌

らんらん集団創作第２作目
大阪市立郊外保育所で作詞・作曲

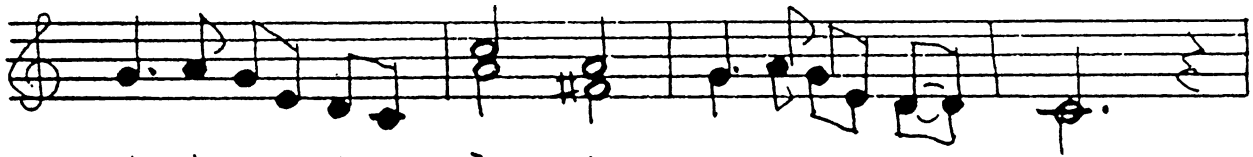
3.

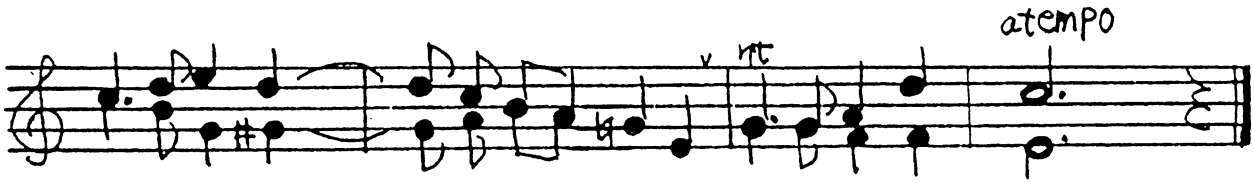
左肩

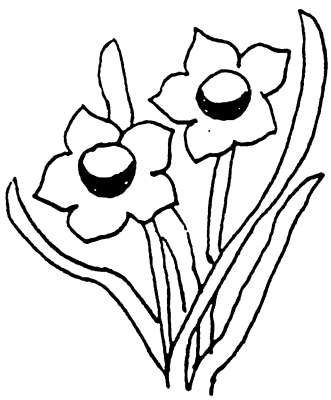
1980ねん
らんらん集団創作

しみじみと

1. ときどきうしろをふりかえりー
2. おさけをのーんだいきおいでー
3. きゅうにかるくなったりょうのてでー



わたしのまーえをあるいてゆーく
こいびとほしいとわらーったよ
わたしのみーちをさがしにゆこう

すっかりーひろくなったひだりかた
はたちのーブレザーがよくにあう
すっかりーひろくなったひだりかた



3　左　肩　（一九八〇年）

一　ときどき後ろを　振り返り
私の前を　歩いて行く
すっかり広くなった　左肩

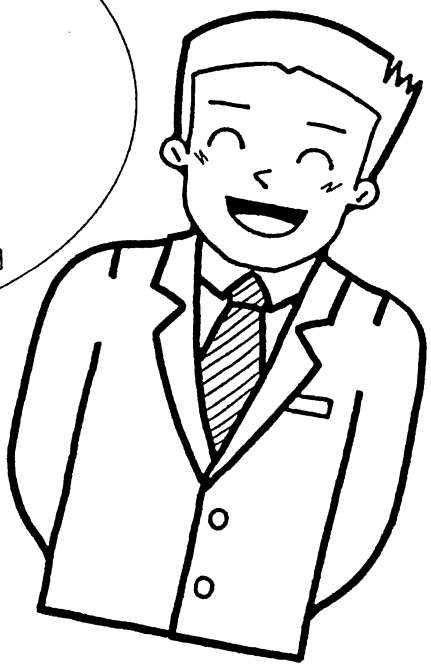
二　お酒を飲んだ　いきおいで
恋人欲しいと　笑ったよ
二十歳のブレザーが　よく似合う

三　急に軽くなった　両の手で
私の道を　探しに行こう
すっかり広くなった　左肩

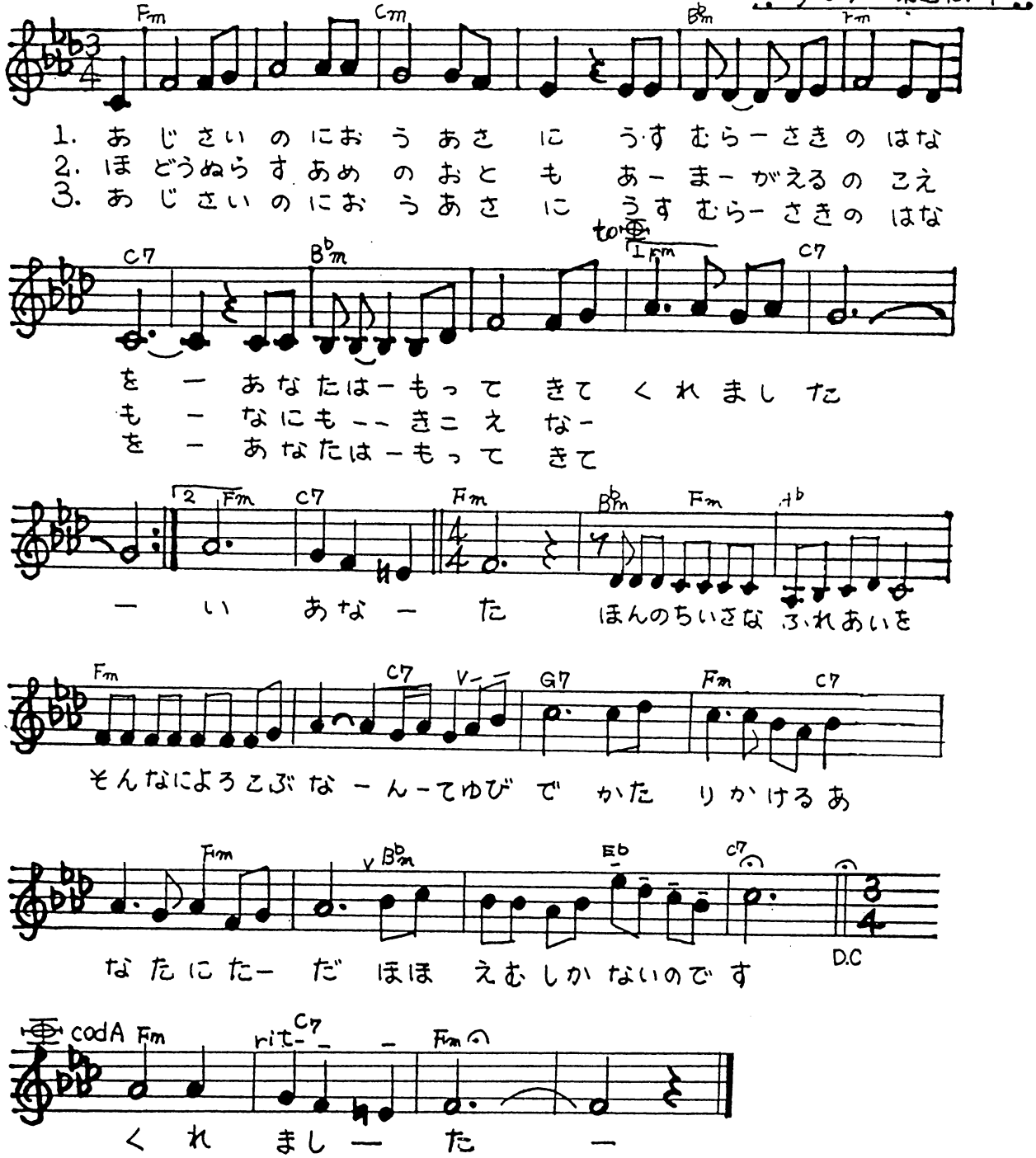
少し　左肩を下げて歩くくせの
息子が成人式を迎えた成人した

息子に想いを馳せ、
今後の自分を考えつつ。

らんらん集団創作３作目
大阪市立郊外保育所で作詞・作曲



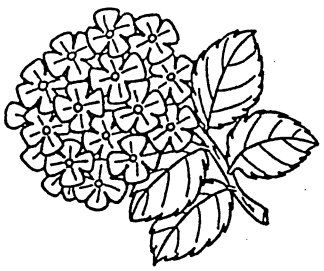
4. あじさいの匂う朝に

1981ねん
らんらん集団創作

４　あじさいの匂う朝に　（一九八一年）

一　あじさいの匂う朝に　薄紫の花を
　　あなたは　もってきてくれました

二　歩道を濡らす　雨の音も　雨蛙の声も
　　何も聞こえない　あなた
　　ほんの小さなふれあいを　そんなに喜ぶなんて
　　指で語りかけるあなたに　ただほほ笑むしかないのです

三　あじさいの匂う朝に　薄紫の花を
　　あなたは　もってきてくれました

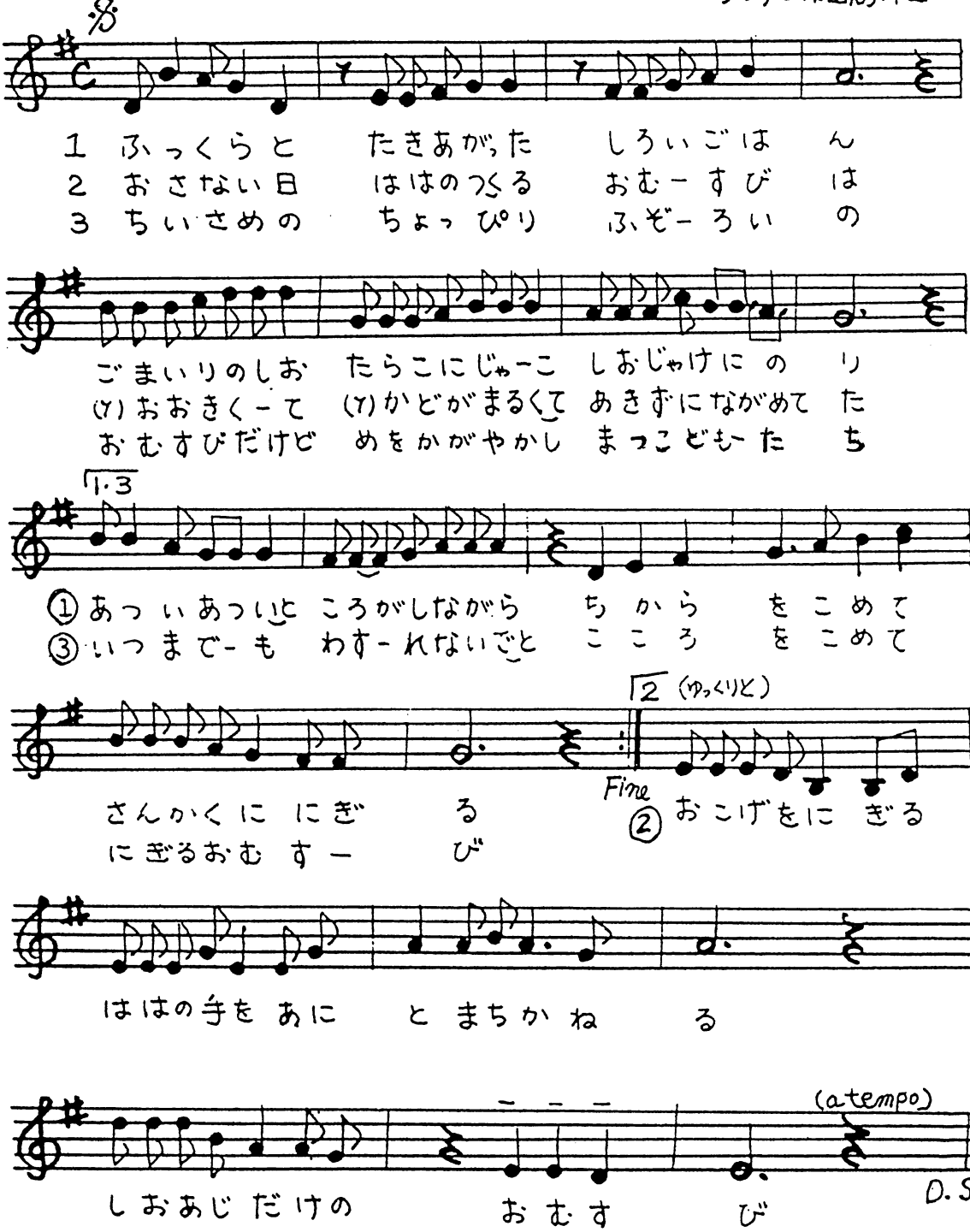


難聴の人との出会いとふれあいを歌う

国際障害者年にちなみ

らんらん集団創作の第４作目：大阪市立郊外保育所での作詞・作曲

5.

1981ねん
らんらん集団創作曲

5　おむすびの唄　（一九八一年）

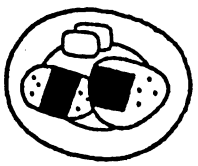
一　ふっくらと　たたきあがった　白いご飯
　　ゴマ入りの塩　　たらこにじゃこ　　塩じゃけに海苔
　　熱い熱いと　ころがしながら
　　力を込めて　三角に　にぎる

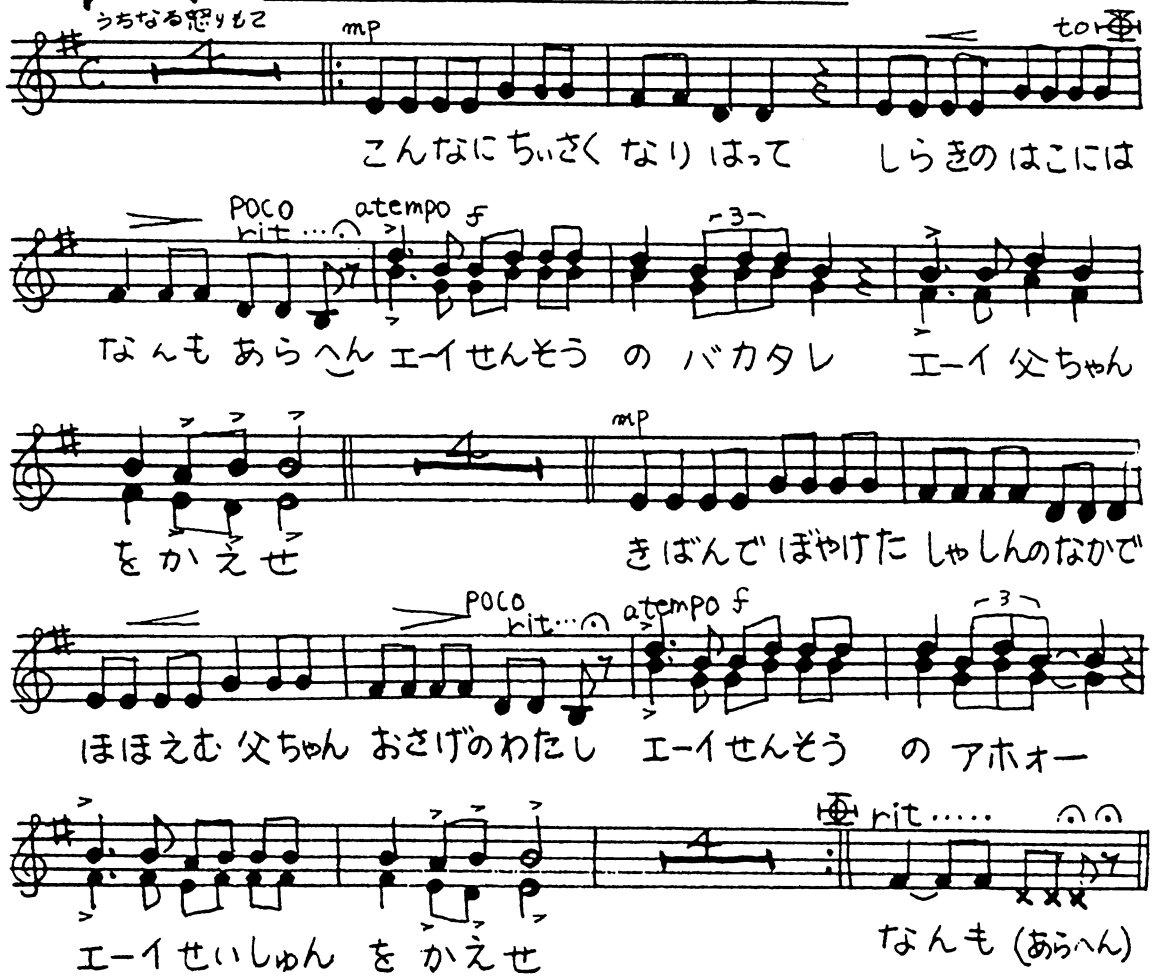
二　幼い日　母のにぎる　おむすびは
　　大きくて　角が丸くて　あきずに眺めてた
　　おこげをにぎる　母の手を　兄とまちかねる
　　塩味だけの　おむすび

三　ちいさめの　ちょっぴり不揃いの　おむすびだけど
　　目をかがやかし　待つ子どもたち
　　いつまでも　忘れないでと
　　心をこめて　にぎるおむすび

子どもたちにおむすびをにぎりながら思うこと。
戦争で、何にもなく塩味だけだったがおいしかったおむすび。
母親の広くて深い愛情を歌い上げる。

らんらん集団創作の第５作目の作品
大阪市立郊外保育所での作詞・作曲



6. センソウノバカタレ

1982ねん
らんらん集団創作

6　センソウのバカタレ　（一九八二年）

一　こんなに小さくなりはって
白木の箱にはなんもあらへん
エーイ　戦争のバカタレ
エーイ　父ちゃんを返せ

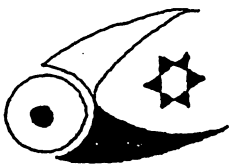
二　黄ばんでぼやけた　写真の中で
ほほ笑む父ちゃん　おさげの私
エーイ　戦争のあほう
エーイ　青春を返せ

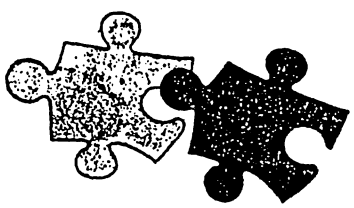
三　こんなに小さくなりはって
白木の箱にはなんもあらへん

らんらんにとって「平和」は永遠のテーマです。
戦死したお父ちゃんを返せと、戦争を経験した人の心からの叫びに、平和への思いが強く伝わる歌ができました。

国際平和年の年に、テーマを平和とし、みんなで平和について考え曲作りをする。

らんらん集団創作の第６作目の作品
小松里青年の家での作詞・作曲

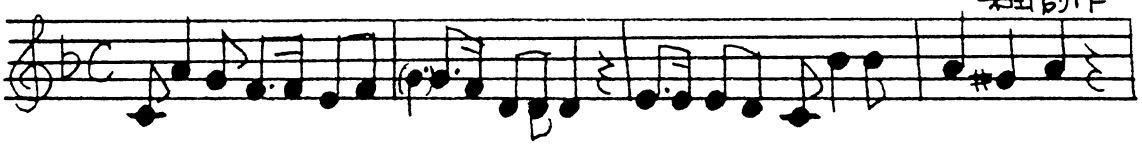
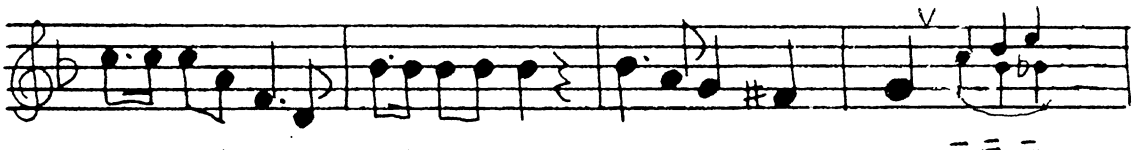


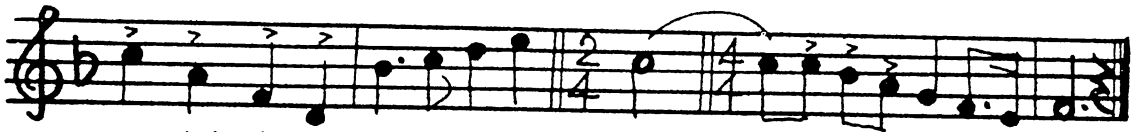


7.

子どもたちに

1982ねん

らんらん 集団創作

1. およぎのすきな しんくんは きれいなうみが ほしい
2. さんぽのすきな まーくんに こうっうじこの ないみちを
(Slow) 3. ひとごろーしの (た) めに (ふ)っか(う) 基地が あるのなら

ラララ

かぶとむしを かえらせた ひろくん は
やーっと (たこあげ) で--きた はるくん は
なんじゅうぶんの (いち) でも いいので す

たくさん たくさん 虫がすむ むしがす む ー のやまがほしい
走れる 走れる どこまでも はしれー る ー ひろばがほしい
生きてる 生きてる こどもら に こどもら に ー あげたいのです

7　子どもたちに　（一九八二年）

一　泳ぎの好きな　しんくんは　きれいな海がほしい
カブトムシを　かえらせた　ひろくんは　ラララ
たくさん　たくさん　虫がすむ　虫がすむ
野山が　欲しい

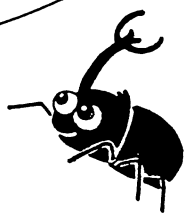
二　散歩の好きな　マー君に　交通事故の無い道を
やーっと　たこあげできた　はる君は　ラララ
走れる　走れる　どこまでも　走れる
広場が　欲しい

三　人殺しのために　使う基地が　あるのなら
何十分の一でも　いいのです
生きてる　生きてる　子どもらに　子どもらに
あげたいのです。

開発で空き地が無くなっていく様子を悲しみ、子ども達に笑顔と平和な未来を残したいと願います。

国際平和年の年に、テーマを平和とし、みんなで平和について考え曲作りをする。

らんらん集団創作の第６作目の作品
小松里青年の家での作詞・作曲



8.

1983ねん らんらん集団創作

歌うことは人生なんだと

♩=88

1. うたのーなかまが おしえてくれた うた
2. やまのーなかまが おしえてくれた しぜ
3. しごとのーなかまが おしえてくれた しご

のーこころを おしえてくれーた
んのーけだかさ おしえてくれーた
とのーとうとさ おしえてくれーた

ひとつひとつの ことばのなかに
あせをふきふき あるーくなかで
ひとととひとーが つながることで

ひとのいのちが いきづいているとーうた
じぶんを みつめる ちからがそだつとーやま
おおきな みらいが ひらーけることをーしご

のーなかまが おしえてくれた うた

(3) とのうたの なかまが おしえ ある
やまの
しごとの はた

うことは じんせいなんだと
くことは じんせいなんだと
らくことは じんせいなんだと

8　歌うことは人生なんだと　（一九八三年）

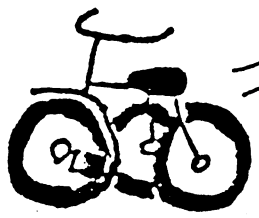
一　歌の仲間が　教えてくれた　歌の心を　教えてくれた
　一つ一つの　ことばの中に　人の命が　生きづいていると
　歌の仲間が　教えてくれた　歌うことは　人生なんだと

二　山の仲間が　教えてくれた　自然の気高さ　教えてくれた
　汗をふきふき　歩く中で　自分を見つめる　力が育つと
　山の仲間が　教えてくれた　歩くことは　人生なんだと

三　仕事の仲間が　教えてくれた　仕事の尊さ　教えてくれた
　人と人が　繋がることで　大きな未来が　開けることを
　仕事の仲間が　教えてくれた　働くことは　人生なんだと

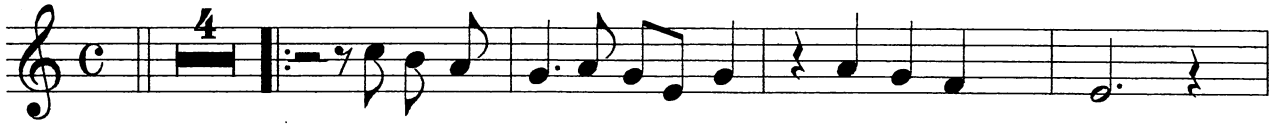
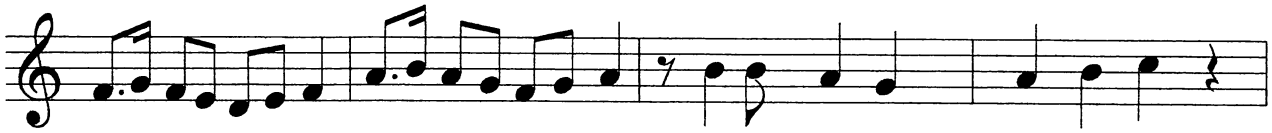
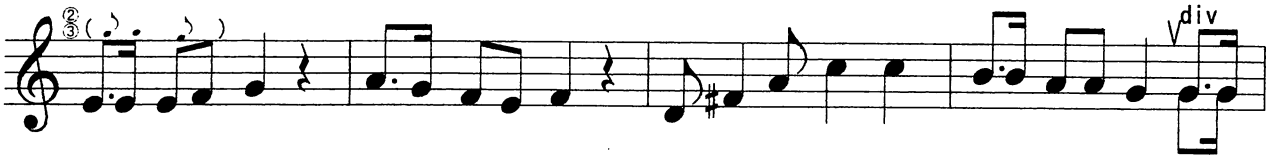
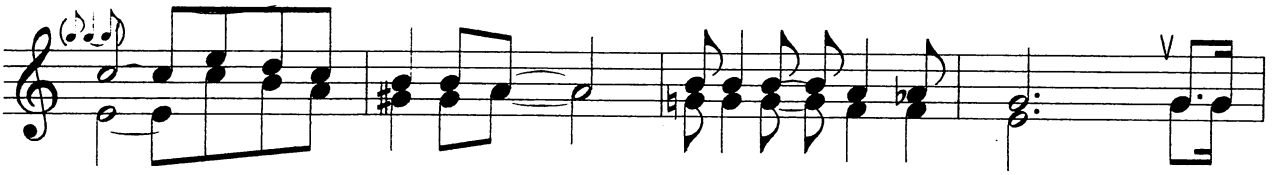
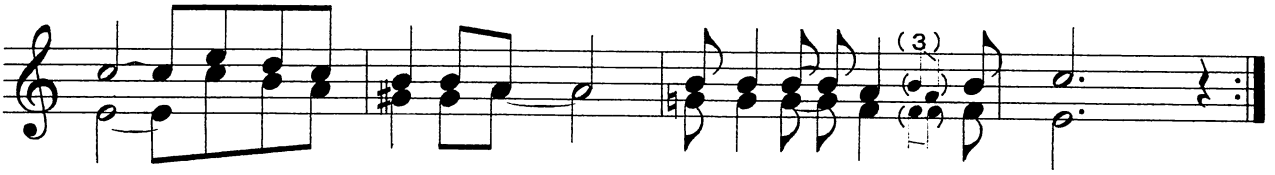
みんな　歌が　大好き
歌い　歩き　働きながら　人生を思う
奥の深い歌で、歌いながら涙がよくでる。
らんらんの自信作

らんらん集団創作の第８作目の作品
大阪市立郊外保育所での作詞・作曲

9. 

ぼくは自転車にのって

1985.

ーらんらん創作曲ー

①ぼくはじてんしゃがだいすきき
②ぼくはじてんしゃがだいすき
③ぼくはじてんしゃがだいす

キコキコいでもキコキコいでもあのかどをまがる
スピードあげてもコンコンこみちもおてのもはなしゃ
りょうてはなしでコグぼこみちもおてのもはのだよ

こいぬがねのはらでねじゃれてくるじゃれてくるおい
ぼくーのねからだはねジェッツトーーコースターそら
うみがねまっかだねいつもくるんだこのはまべあの

でよールルルおいでーついてーおいでおいら
をールルルとぶよほしをーめざしてもそら
子にールルルこの子ーだまってーいてもあの

でよールルルおいでーぼくとーいしょに
をールルルとぶよーうちゅうーひこうし(D.C)
子にールルルこの子ーともだちーきぶんさ

9　ぼくは自転車にのって　（一九八五年）

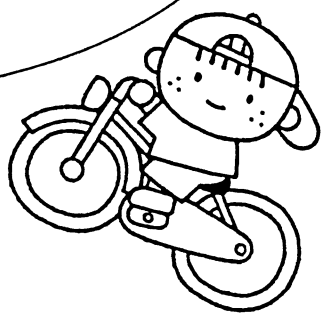
一　ぼくは　自転車が大好き
キコキコこいで　キコキコこいで　あの角曲がる
子犬がね　野原でね　じゃれてくる　じゃれてくる
おいでよ　ルルル　おいで　ついておいで
おいでよ　ルルル　おいで　ぼくと一緒に

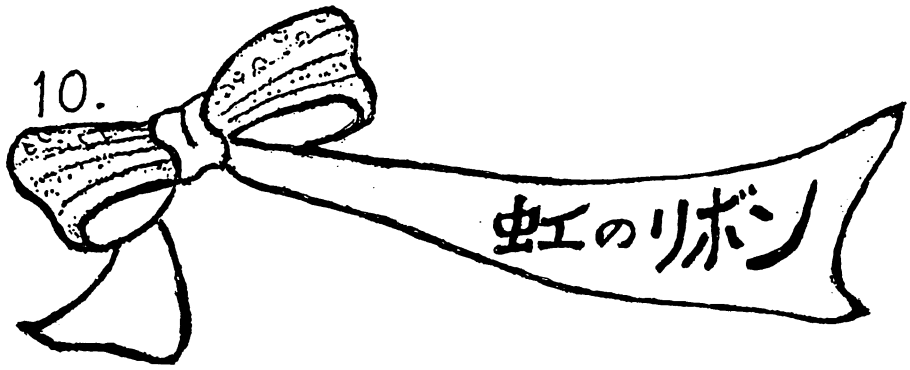
二　ぼくは　自転車が大好き
スピード上げて　ぐんぐん飛ばし　ペダルをはなしゃ
ぼくのね　からだはね　ジェットコースター
空を　ルルル　飛ぶよ　星をめざして
空を　ルルル　飛ぶよ　宇宙飛行士

三　ぼくは　自転車が大好き
両手離しも　でこぼこ道も　お手のものだよ
海がね　真っ赤だね　いつも来るんだ　この浜辺
あの子に　ルルル　この子　黙っていても
あの子に　ルルル　この子　友だち　気分さ

自転車に乗る子どもの楽しそうな様子を詩にしました。
リズムがよく、自分も自転車をこいでいる気分になります。

らんらん集団創作の第９作目の作品
春木泉町会館での作詞・作曲





1986年
らんらん倉作

C　C6　G7

よう　ここ　そそ　らん　らん　へ　　よう　ここ　そそ　らん　らん　へ
よよう　ここ　そそ　らん　らん　へ　　よよう　ここ　そそ　らん　らん　へ
よ　う　こ　そ　ら　ん　ら　ん　へ　　よ　う　こ　そ　ら　ん　ら　ん　へ

G7　C

（間　奏）　　うれ　しい　う　た
あな　たの　う　た
あ　な　た　の　手　と

G　Dm　V　div

た　の　しい　う　た　　あ　な　た　と　い　っしょに　つく　り　ましょう　う
わ　た　しの　う　た　　ひ　と　つに　ひ　ーびき　あわ　せ　ましょう　みん
み　ん　な　の　手　を　　し　りあった　ば　かり　の　あなた　と　こ

C　E7　Am　Em　C

たの　ー　はな　た　ば　つ　く　り　ましょう　を　に
なの　ー　こころ　を　む　す　び　まし　ょ　う　に
ころ　ー　あわ　せ　て　あ　くしゅ　を　し　ま　しょう　に

C　C　1.2.　3.

じの　ー　はな　た　ば　つ　く　り　まし　ょ　う　う　に
じの　ー　リボ　ン　で　む　す　び　まし　ょ　う　う　う
じの　ー　こ　こ　ろ　で　う　た　い　まし　ょ　う

じの　ー　こ　こ　ろ　を　う　た　い　まし　ょ　う

１０　虹の　リボン　（一九八六年）

一　ようこそ　らんらんへ　　ようこそ　らんらんへ
うれしい歌　たのしい歌　　あなたと一緒に作りましょ
歌の花束　作りましょう　　虹の花束　つくりましょう

二　ようこそ　らんらんへ　　ようこそ　らんらんへ
あなたの歌　わたしの歌　　一つに響き合わせましょ
歌の心を　結びましょう　　虹のリボンで　結びましょう

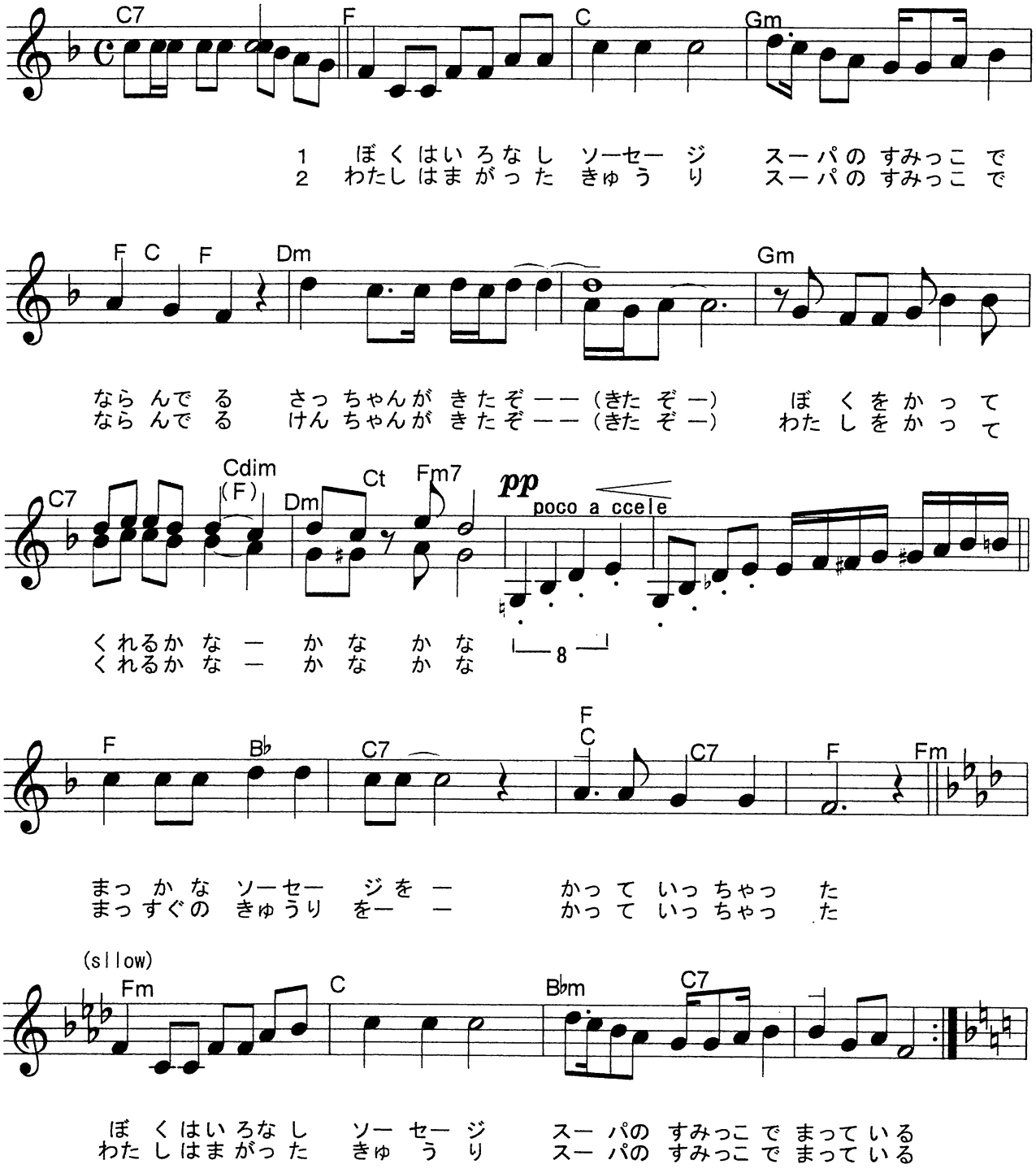
三　ようこそ　らんらんへ　　ようこそ　らんらんへ
あなたの手と　みんなの手を　　知り合ったばかりの　あなたと
心合わせて　握手をしましょう　　虹の心で　歌いましょう
虹の心で　歌いましょう

新入会員を歌で迎えようと
らんらんのみんなの気持ちを歌にしました。
その後発表会のオープニングで歌い続けられました。

らんらん集団創作の第 10 作目の作品
大阪市立郊外保育所での作詞・作曲

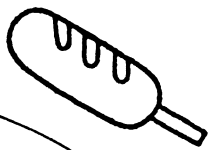
11.

いろなしソーセージ

1987.夏~秋
らんらん
集団創作

１１　色なし　ソーセージ　（一九八七年）

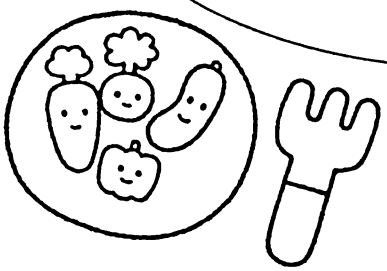
一　ぼくは　色なしソーセージ　　スーパーの隅っこで　並んでる
　さっちゃんが　来たぞー　　ぼくを　買ってくれるかな　かなー
　真っ赤なソーセージを　　買って　行っちゃった
　ぼくは　色なしソーセージ　　スーパーの隅っこで　待っている

二　わたしは　曲がったキュウリ　　スーパーの隅っこで　並んでる
　健ちゃんが　来たぞー　　わたしを　買って　くれるかなー　かなー
　真っ直ぐなキューリを　　買って行っちゃった
　わたしは　曲がったキュウリ　　スーパーの隅っこで　待っている



食品添加物が問題になった時代
安全な食べ物を見極める目が必要など
環境問題をテーマに学習会を重ねた。

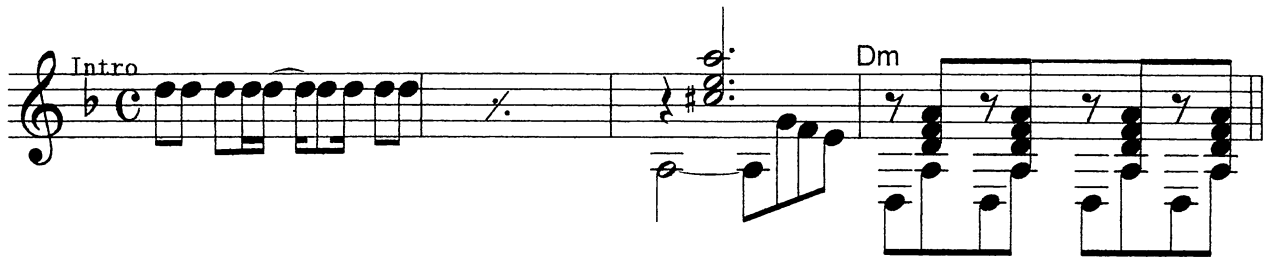
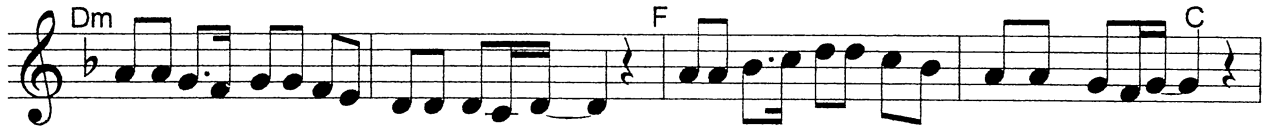
らんらん集団創作の第 11 作目の作品
葛城上地区公民館での作詞・作曲

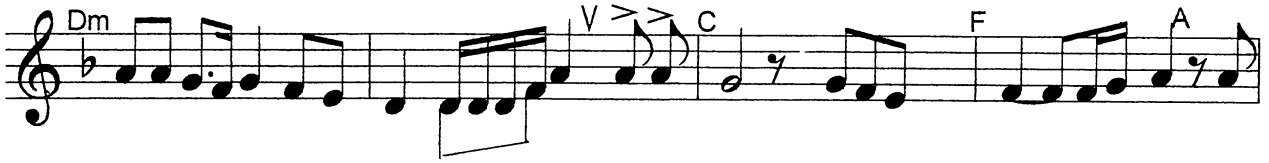
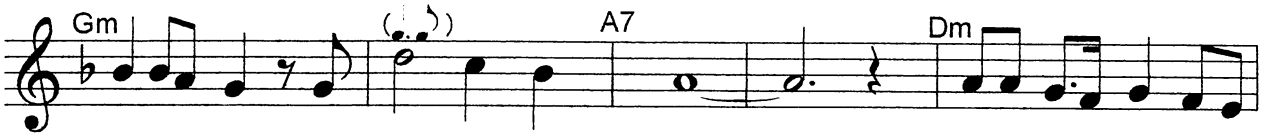
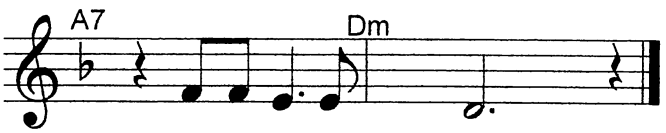


12.

メッセージ

1988
ーらんらん集団創作ー



あなたがなやんで いるのなら ー わたしにはなして みませんかー
あなたがなやんで いるのなら ー わたしもいっしょに はなしたいー
あなたがなやんで いるのなら ー わたしもあなたたかたりたいー

ことばにだして伝えてみませんか きみの ひとみ のーなかに あ
ことばにだして伝えてみたいから きみの ひとみ のーなかに や
ひーとりぼっちはつらいから きみの ひとみ のーなかに あ

おぞらがみえるまで ー となりにすわって
おさしさがもどるまま ー となりにすわって
しーたがかがやくまで ー となりにすわって

よりそって
よよりそって
よりそって

12　メッセージ　（一九八八年）

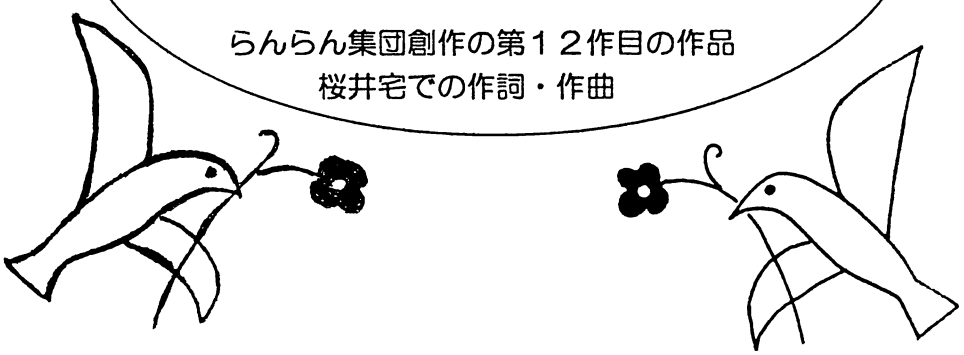
一　あなたが悩んでいるのなら　私に話してみませんか
言葉に出して　伝えてみませんか
君の　瞳の中に　青空が　見えるまで
隣に　座って　寄り添って

二　あなたが悩んでいるのなら　私も一緒に話したい
言葉に出して　伝えてみたい
君の　瞳の中に　やさしさが　もどるように
隣に　座って　寄り添って

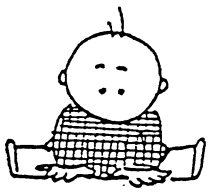
三　あなたが悩んでいるのなら　私もあなたと語りたい
ひとりぼっちは　辛いから
君の　瞳の中に　明日が　輝くまで
隣に　座って　寄り添って

子どもたちが、受験戦争に追い立てられ、十分に遊ぶことも育つこともできにくくなった時、悲惨な事件が起きました。子どもたちの悩みを一緒に考えてあげたい。そんな思いの歌ができました。

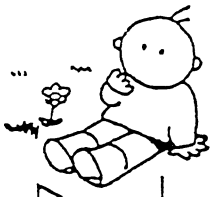
らんらん集団創作の第１２作目の作品
桜井宅での作詞・作曲



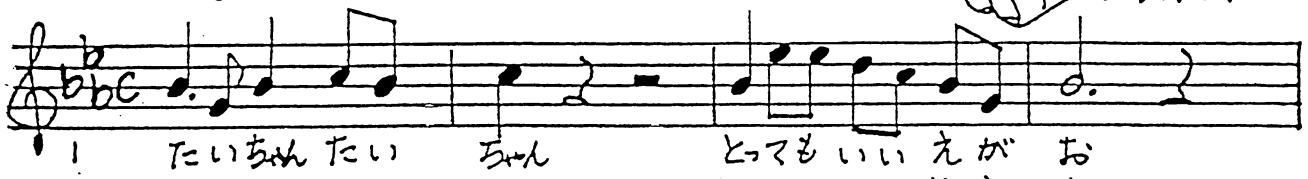
13.

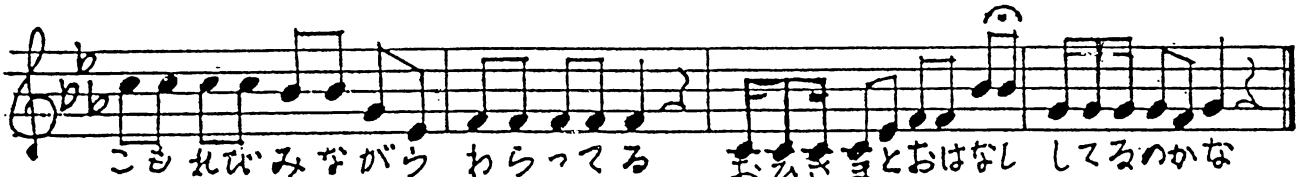


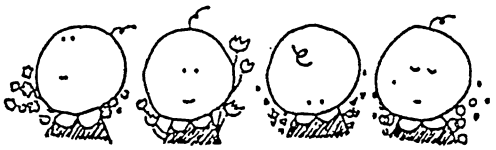
〈たいちゃんの笑顔〉



'90. 7. 15
らんらん作



1 たいちゃん たい ちゃん とってもいいえがお
2 たいちゃん たい ちゃん きょうはねむそうね
3 たいちゃん たい ちゃん かおいろよくないね
4 たいちゃん たい ちゃん きょうもいいえがお
5 たいちゃん たい ちゃん このごろげんきだね

こもれびみながら わらってる おえきまとおはなし してるのかな
おまるにすわって ウトウトと こ れーじゃおしっこ でそうもないね
ゆうべはひきつけ おおかった きょう ーはゆっくり ねとこうね
ともだちみながら わらってる なかまにいれてていっぴのかな
まいにちえがおが つづいてる かあさんもせんせもうれしいよ



重い障害を持った
たいちゃんと毎日を大切
に過ごす、教師のうたです

らんらん集団創作の第13作目
大阪市立郊外保育所での作詞・作曲

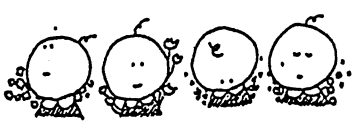
13　たいちゃんの笑顔（一九九〇年）

たいちゃんは　五歳になったある日
突然高い熱が出て、動けなくなり、
食べることも、笑うことも　できなくなりました
そんなたいちゃんが、養護学校に入学してきました

一　たいちゃん　たいちゃん　とってもいい笑顔
木もれ陽　見ながら　笑ってる
お日さまと　おはなし　してるのかな

二　たいちゃん　たいちゃん　今日はねむそうね
おまるに　座って　うとうとと
これじゃ　おしっこ　出そうにないね

三　たいちゃん　たいちゃん　顔色よくないね
夕べは　ひきつけ　多かった
今日は　ゆっくり　寝とこうね



四　たいちゃん　たいちゃん　今日もいい笑顔
友達　見ながら　笑ってる
仲間に入れてって　言ってるのかな

五　たいちゃん　たいちゃん　この頃元気だね
毎日　笑顔が　続いてる
母さんも　先生も　うれしいよ

14. 半分のうた

♩ ≒ 90

1992年
らんらん創作

mf A f E7 mp Am

1. たべる の はん

Dm G C F

Gを わける

1.

ぶん しょくひ が はん ぶん しごと も はん ぶん に なら
と なみだ が はん ぶん よろこ び わけれ

C Am 2. G E7 Am A

んかな ー2なやみ ば えがお が にば い

mf A E7 Am Dm

おとこもおんなも は た らい て しごと も はん ぶん じかん

G C F G C VE

も はん ぶん かたひ じ はらん と はた らいてはた

E7 A

らいて ー たのしくじんせい おーくりた い

E7 rit. Am f a tempo E7 Am ff A

これ が わたしのー ゆめのゆ め Wa Wa—

１４　半分　のうた　（一九九二年）

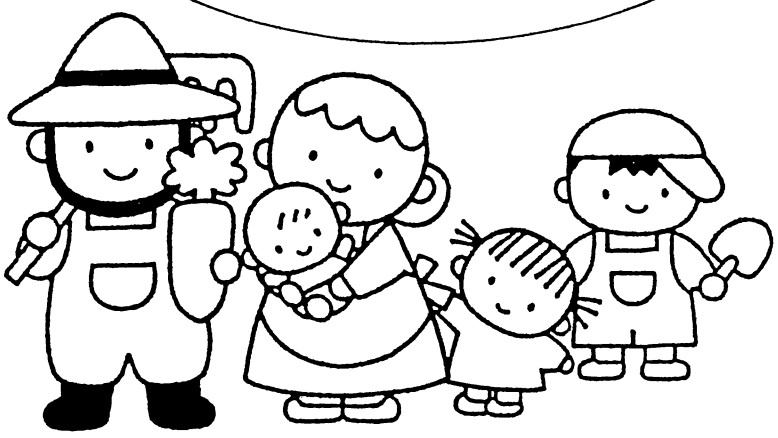
食べるの半分　食費が半分
仕事も半分にならんかな
悩みを分けると　涙が半分
喜び分ければ笑顔が二倍

男も女も働いて
仕事も半分、時間も半分
肩肘はらんと　働いて、働いて
楽しく人生おくりたい

これが私の　ゆめのゆめ

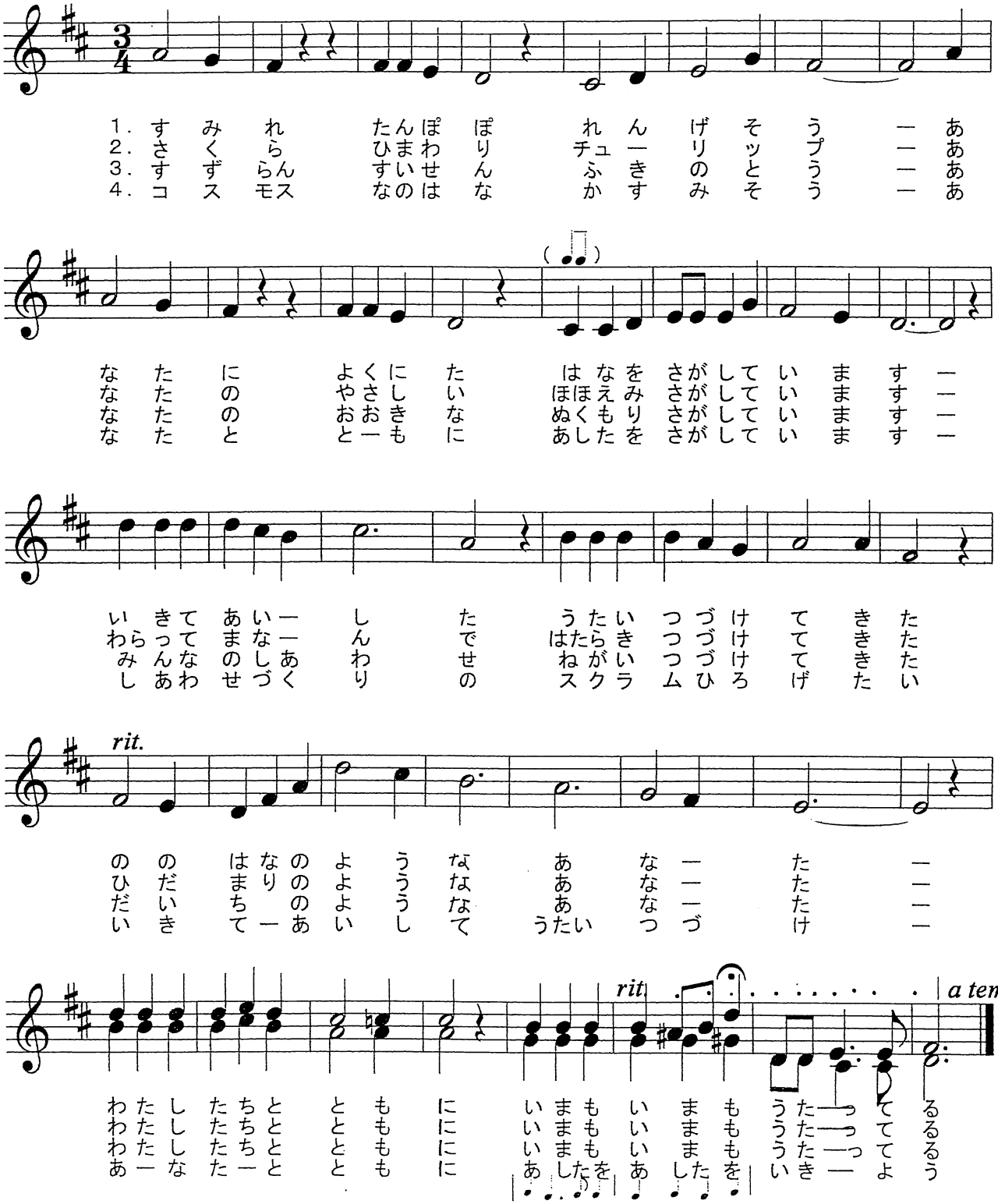
働く女性にとって
毎日の家事・育児は　手をぬけません。
夫も妻も　同じ思いで家庭責任を分担できたら
もっと　楽に生きていけるのにね。

らんらん集団創作の第１４作目の作品
平松スタジオでの作詞・作曲



15

すみれ

1993年
らんらん集団創作

15　すみれ　（一九九三年）

一　すみれ　タンポポ　れんげそう
あなたによく似た　花をさがしています
生きて愛して　歌い続けてきた
野の花のような　あなた
私たちと共に　今も今も歌っている

二　さくら　ひまわり　チューリップ
あなたのやさしい　微笑みさがしています
笑って学んで　働き続けてきた
陽だまりのような　あなた
私たちと共に　今も今も生きている

三　すずらん　すいせん　ふきのとう
あなたの大きな　温もりさがしています
みんなの幸せ　願い続けてきた
大地のような　あなた
私たちと共に　今も今も生きている

四　コスモス　菜の花　かすみそう
あなたと共に　明日をさがしています
幸せづくりの　スクラム広げたい
生きて愛して　歌い続け
あなたと共に　明日を明日を生きよう

会員の故・根来フクエさん　を偲んで
創作したうたです。　やさしくて　賢くて
いるだけでホットする　頼りになる方でした。
目をつむると　あなたの笑顔が　浮かびます。

らんらん集団創作の第１５作目の作品
平松スタジオでの作詞・作曲

16 旅に行きたい

1993年 らんらん集団創作
(Are豊田光雄)

2番

たびに　いきたい　いますぐに　Ah-
たびに　いきたい　たったひとりで　Ah-

つかれたひびを　ふりかえるため
ゆとりをわすれた　じぶんをみつめ

たびに　いきたい　いますぐに
たびに　いきたい　たったひとりで

ちいさなはなにを　ちいさなはなにを　こころふるわせ　こころふるわせ
いきさのながれを　とどのまーでーも　しずかにかんじ　しずかにかんじ
どこまーでーも　つづくこのみち　つづくこのみち

やすらぎも　とめ　あるいて　みたいー
かがやくわたし　にで　あいー　たーいー
あいとゆとり　が　ほしいー　かーらー

１６　旅に　行きたい　（一九九三年）

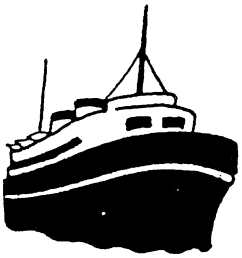
一　旅に行きたい　今すぐに
　　疲れた日々を　振り返るため
　　旅に行きたい　今すぐに
　　小さな花に　心振るわせ
　　安らぎ求め　歩いてみたい

二　旅に行きたい　たった一人で
　　ゆとりを忘れた　自分をみつめ
　　時の流れを　静かに感じ
　　輝く私に　出会いたい

　　どこまでも続く　この道
　　愛とゆとりが　欲しいから

旅に行きたい　何かを求めて
それは　元気　ゆとり　やすらぎ　それとも出会い
旅は自分を見つめるところかな。
子育てもそろそろ終わるころのうたです。

らんらん集団創作の第１６作目の作品
春木保育所創作教室での作詞・作曲



17 あんたが　いるから

1994年　らんらん創作曲
豊田光雄補作

♩=95
明るく暖かく歌いましょう

C　F　Fm　Am　Em

なが い み じかい　つきひだ　ね　これ からなんねん 一緒に　いくんや ろ
たのしい く るしい　まいにち　も　やっ ぱりつきひは ながれて いくんや ね

(♪.♪♪♪)

Am　Dm　Em

な　に　を　き い ても　うなずく　ばか　り
や　が　て　い つ かは　こどもも　すだ　ち

Am　Em　D7　G7

ちょっぴ りくやしい　と　きも　あっ　た　け　ど　そ れ
ちょっぴ りさびしい　と　きも　ある　け　れ　ど　そ れ

(♩♩)

C　Em　F　G　rit

でも ー　やっ　ぱ　り ー　あんたがい る か　ら　いいん や
でも ー　あん　た　が ー　あんたがい る か　ら　いいん や

C　a tenpo　3.　F　G7

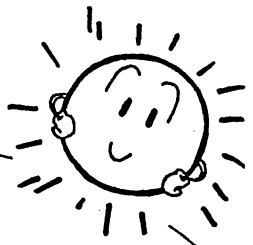
ね
ね　それ　でも　あ ん　た　が ー　あんたが ー　い る か

ら

１７　あんたがいるから　（一九九四年）

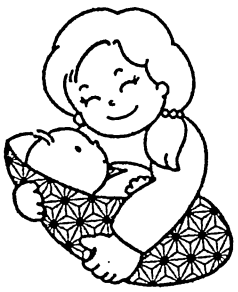
一　長い短い　月日だね
これから何年　一緒にいくんやろ
何を聞いても　うなずくばかり
ちょっぴり悔しい時も　あったけど
それでもやっぱり　あんたがいるから
いいんやね

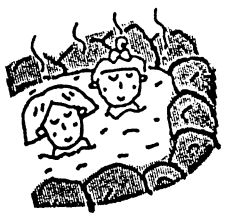
二　楽しい苦しい　毎日も
やっぱり月日は　流れていくんやね
やがて何時かは　子どもも巣立ち
ちょっぴり寂しいときも　あるけれど
それでも　あんたが　あんたがいるから
いいんやね



子どもたちもおおきくなり、
夫との事をあらためて見つめ直すことが。。。。
いつも私のわがままを聞いてくれる夫がいてくれる。
そんな幸せを　うたに。

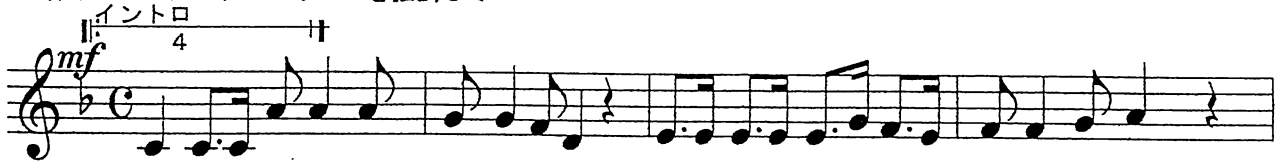
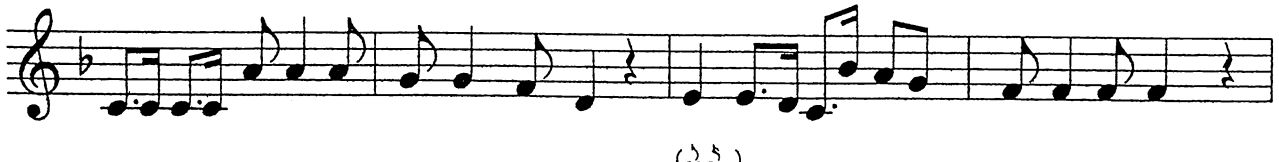
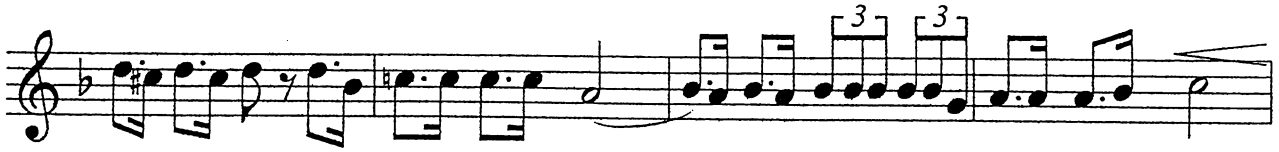
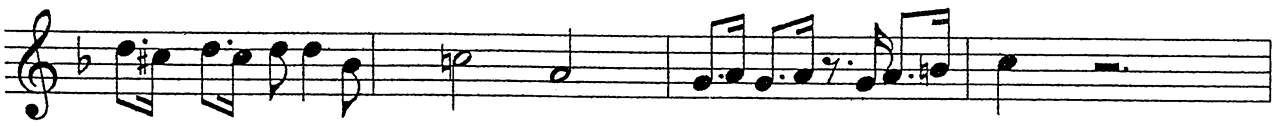
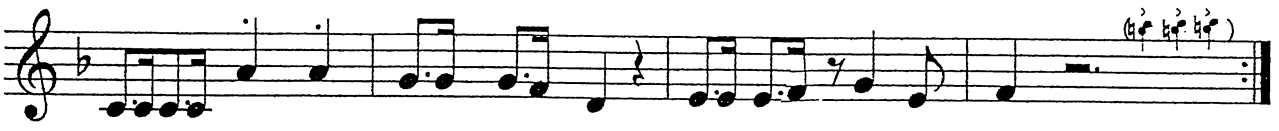
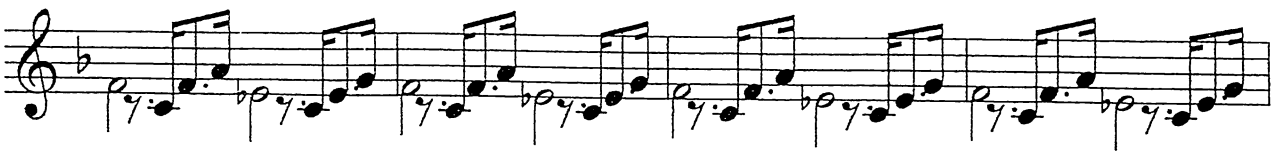
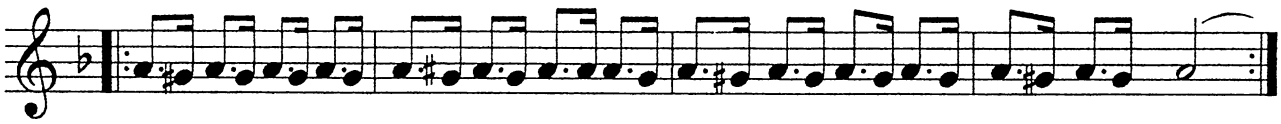
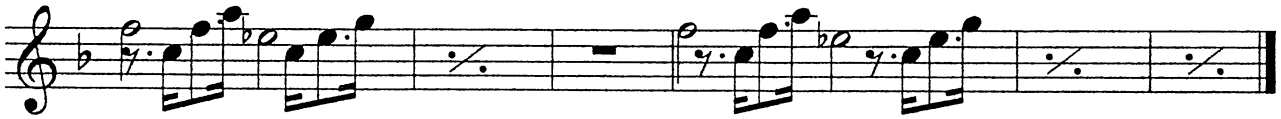
らんらん集団創作の第１７作目の作品
加守１丁目集会所　での作詞・作曲





18 私の夫ハズバンド

全体リズミカルに、♫のリズムを強調して

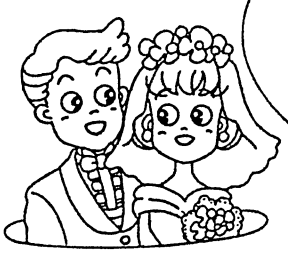
詞, 曲　らんらん　1995年

1. いっしょにまちを　あるいて　かいものおしゃべり　したいな
2. いっしょにこどものこと　かんがえて　こどもとあそんで　やりたいな

ふたりでおそうじ　せんたく　ゆうしょくづくりも　したいな
ふたりできゅうじつ　すごして　しばふにねころび　(ゃ)たいな

どうしていっしょにできないのー　どうしてわたしだけのしごとなの
どうしていっしょにできないのー　どうしていつもいつもひとりなの

いっしょにしたら　もっと　たのしくなるのに
いっしょにしたら　もっと　たのしくなるのに

わたしのおっと　ハズバンド　ふしぎなかぞく
わたしのおっと　ハズバンド　ふしぎなかぞく

<自由にリフレーンしてネ>

い ーえにいるのに い えのことなんにも しらないしらな いしらな い
い ーえにいるのに ち がういえのひとみ たい ーみたい ー みたい ー ー

18　私の夫　ハズバンド　（一九九五年）

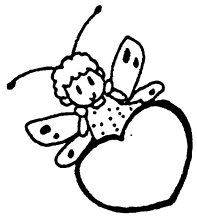
一　一緒に街を歩いて　買い物　おしゃべりしたいな
　二人でお掃除洗濯　夕食作りもしたいな
　どうして一緒にできないの
　どうして私だけの仕事なの
　　一緒にしたらもっと　楽しくなるのに
　私の夫ハズバンド　不思議な家族

二　一緒に子どものこと考えて　子どもと遊んでやりたいな
　二人で休日過ごして　芝生に寝転びたいな
　どうして一緒にできないの
　どうしていつもいつも一人なの
　　一緒にしたらもっと　楽しくなるのに
　私の夫ハズバンド　不思議な家族

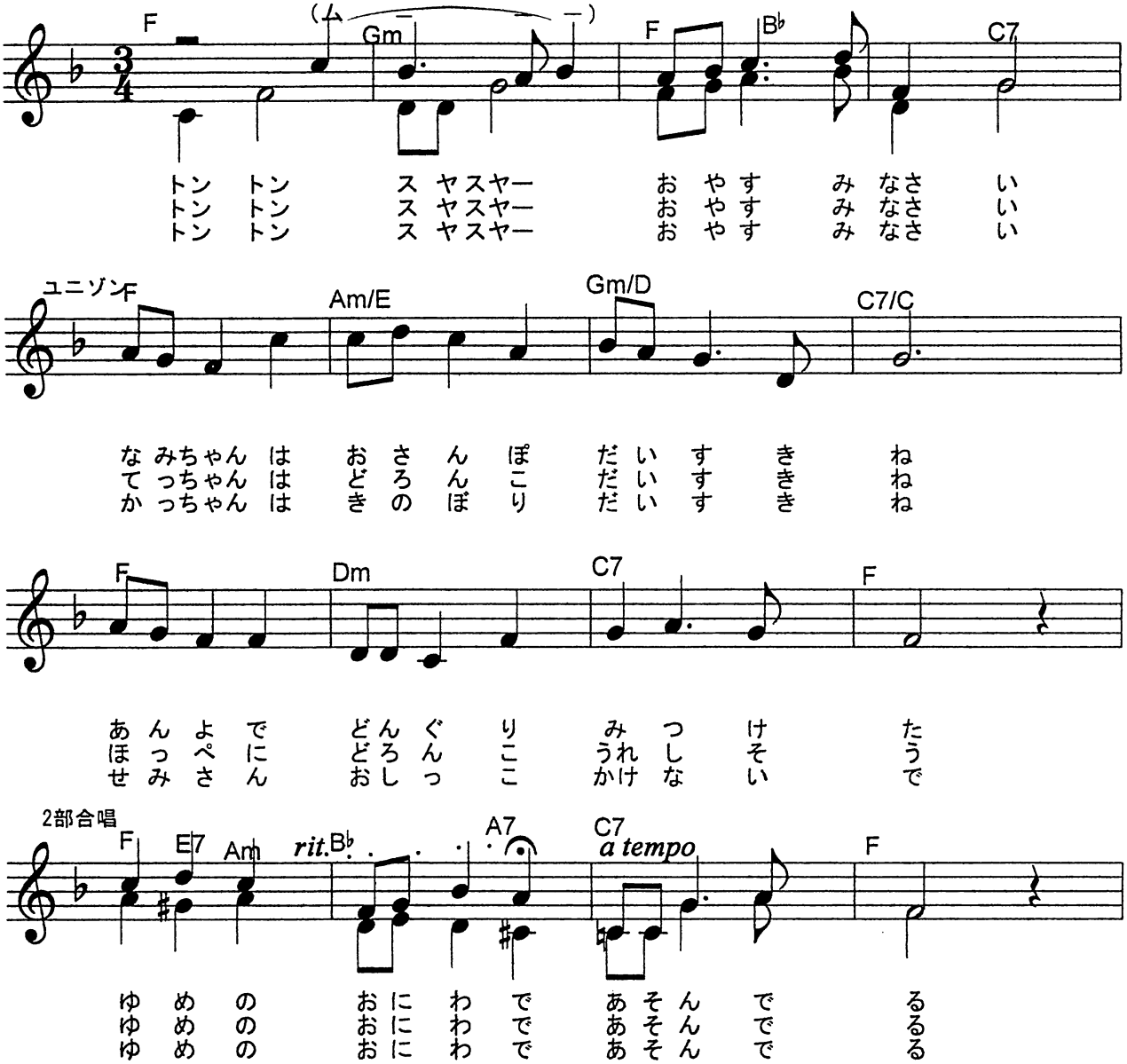
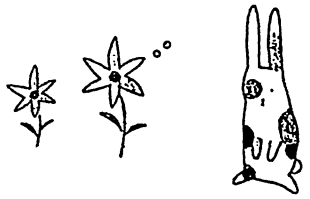
家に居るのに　家のこと、何にも知らない　知らない
家に居るのに　違う家の人みたい　みたい　みたい　・・

平和・愛　をテーマに
詩を書き２編を選んだうちの一つです。
働き過ぎの夫。単身赴任の夫。子どもも妻も父親に夫に、もっともっと家にいて欲しい。
らんらん集団創作の第１８作目の作品
春木保育所創作教室での作詞・作曲





１９　おひるね

作詞作曲　らんらん　1995年
補作編曲　豊田光雄



19 おひるね　（一九九五年）

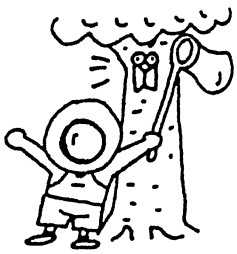
一　トントン　スヤスヤ
　　おやすみなさい
なみちゃんは　お散歩大好きね
あんよで　どんぐり　見つけた
夢のお庭で　遊んでる

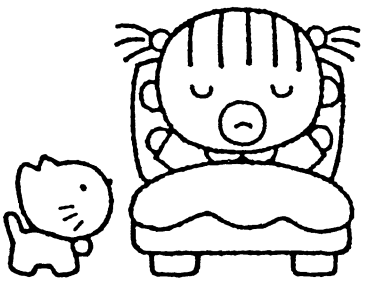
二　トントン　スヤスヤ
　　おやすみなさい
てっちゃんは　お砂場大好きね
ほっぺに泥んこ　うれしそう
夢のお庭で　遊んでいる

三　トントン　スヤスヤ
　　おやすみなさい
かっちゃんは　木のぼり大好きね
せみさんおしっこかけないで
夢のお庭で遊んでいる

忙しい日々のなかで
ちょっと　仕事の手を止めて　可愛いわが子の
寝顔を　じっと見る。楽しい夢でも見ているのかな。
そっと元気で大きくなーれとささやく。

らんらん集団創作の第１９作目の作品
春木保育所創作教室での作詞・作曲





20 イヤリングをピアスにかえて

作詞　自主学習G　らんらん
作曲　〃　1996年12月29日

♩ = 130

B♭ A♭ F7 B♭

B♭ E♭ F+9

しみにこじわに　めのかすみ　むねのどうきが　きにかかる
かたこりイライラ　へんずつう　ときどきひとりで　しずんじゃう

B♭ Gm F7 B♭

あ　あ　こ　れが　一　これがこうねん　き
あ　あ　こ　れが　一　これがこうねん　き

E♭ F7

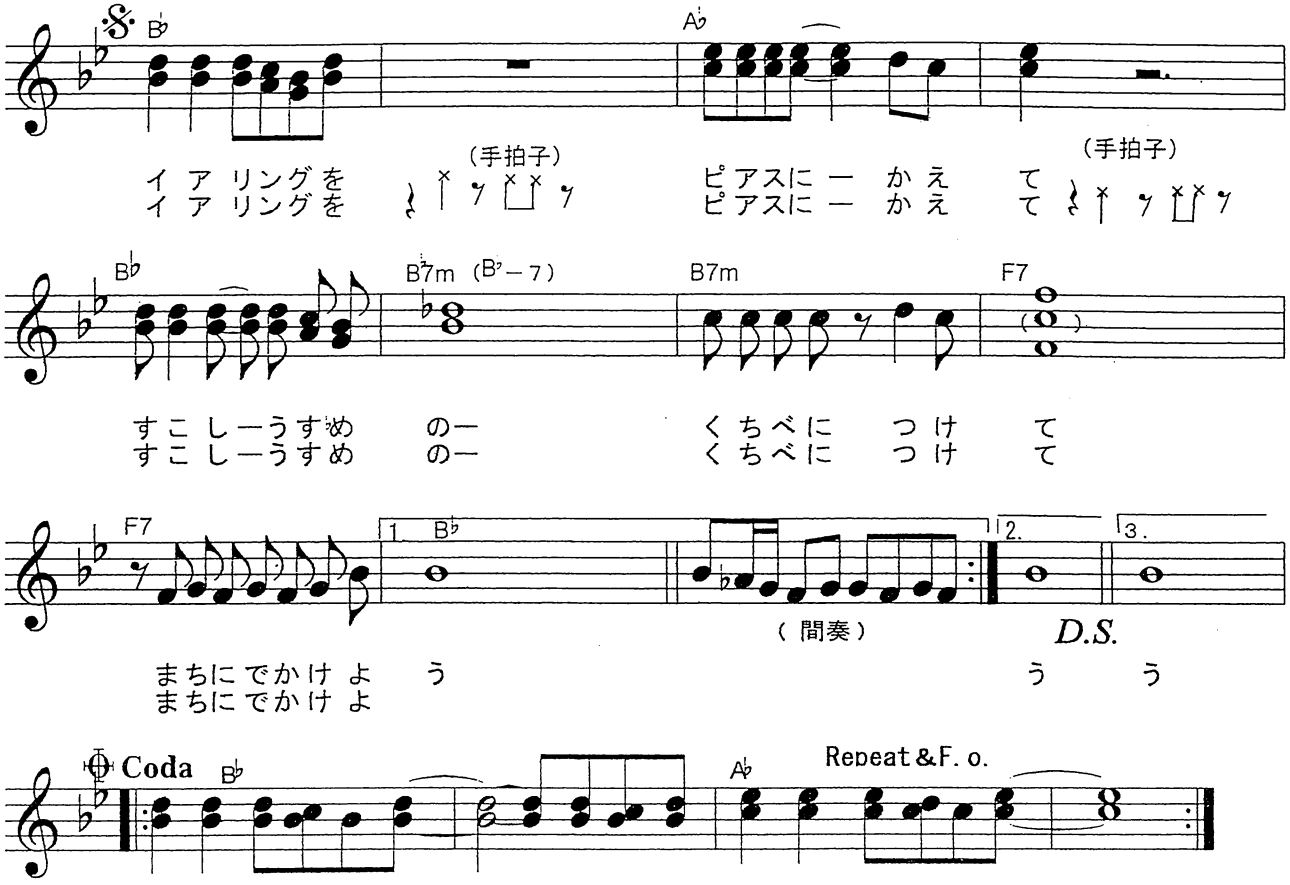
あっは　は　は　おっほっほ　で　ふ　き　と　ば　し
あっは　は　は　おっほっほ　で　ふ　き　と　ば　し

B♭ F7 B♭

あ　え　ば　た　の　し　い　かいわが一は　ず　む
あ　え　ば　こ　こ　ろ　が　か一一る　く一　な　る

B♭ Gm E♭ F7

そ　ん　な　と　も　だ　ち　が　たくさんたくさん　ほ　し　い
そ　ん　な　と　も　だ　ち　が　たくさんたくさん　は　し　い



20 イヤリングをピアスにかえて （一九九六年）

一

しみに 小じわに 目のかすみ
胸の動悸が気にかかる
あーあ これが これが更年期
あっはは おほっほで 吹き飛ばし
会えば楽しい 会話がはずむ
そんな友だちが たくさんたくさん欲しい
イアリングを ピアスに変えて
少し薄めの口紅つけて 街に出かけよう

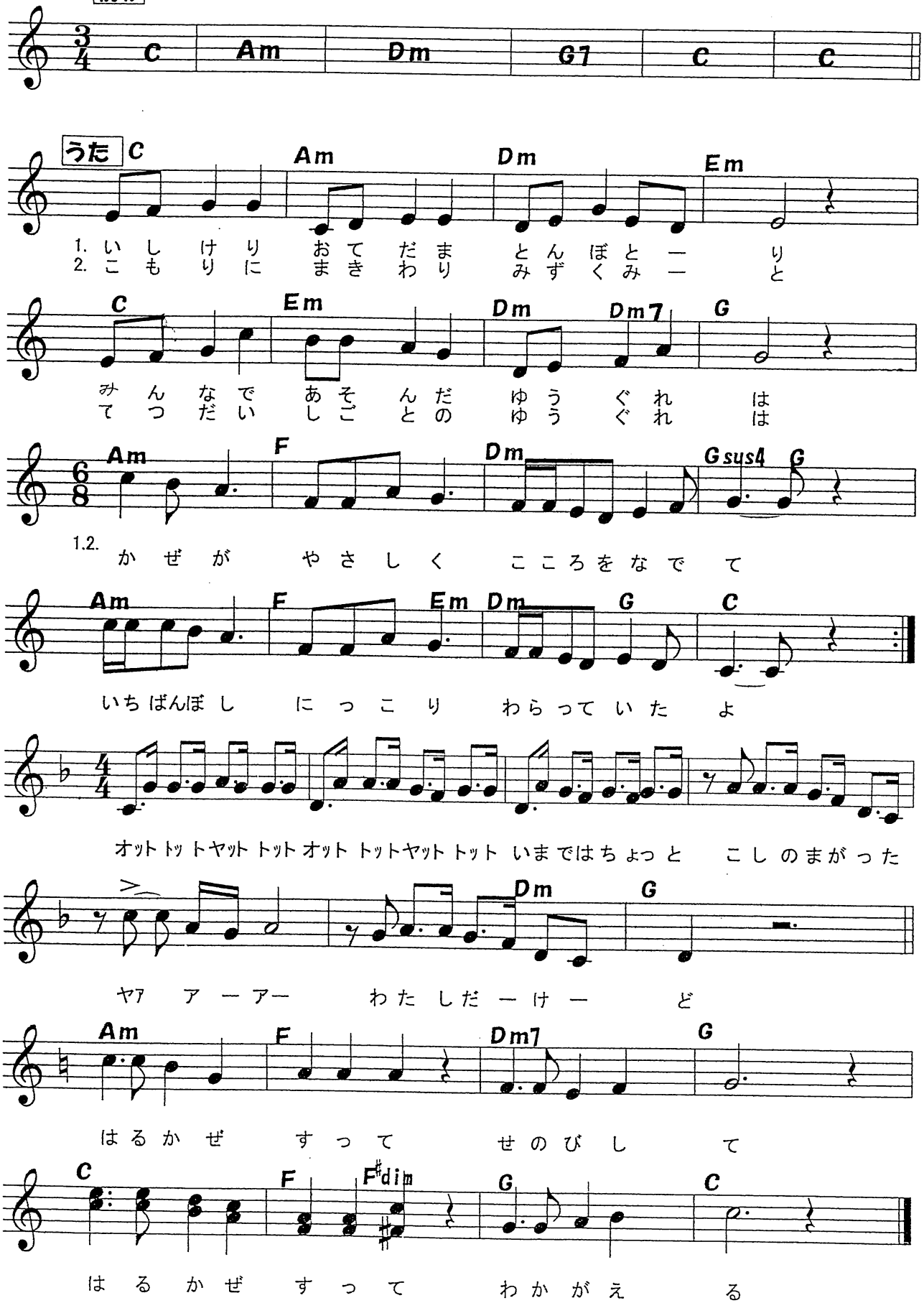
二

肩こり イライラ 片頭痛
時々一人で沈んじゃう
あーあ これが これが更年期
あっはは おほっほで 吹き飛ばし
会えば心が 軽くなる
そんな友だちが たくさんたくさん欲しい
イアリングを ピアスに変えて
少し薄めの口紅つけて 街に出かけよう

らんらんらんらら らんらんらんらら
らんらんらんらら らんらんらんらら

会員の平均年齢が００歳になった頃の作品
更年期に負けないようお互いを励まして。。ちょっぴりおしゃれをして、
いやな事は吹っ飛ばして らんらん らんらん とおしゃれに歩く。。
らんらん集団創作の第２０作目の作品
加守１丁目集会所・春木保育所での作詞作曲

21 春風すって

らんらん創作曲
1997～98年

21　春風すって　（一九九七年）

一　石けり　お手玉　トンボとり
　みんなで遊んだ　夕暮れは
　風がやさしく　心をなでて
　一番星　にっこり　笑っていたよ

二　子守に　まき割り　水くみと
　手伝い仕事の　夕暮れは
　風がやさしく　心をなでて
　一番星　にっこり　笑っていたよ

三　オットットト　ヤットットト
　オットットト　ヤットットト
　いまではちょっと　腰の曲がった　私だけど
　春風すって　背伸びして
　春風すって　若返る

施設訪問でたくさんのお年寄りに会いました。
人のくらしが　ゆったりと流れていた時代を振り返り、
ゆったりと自然を感じて生きていきたい。

らんらん集団創作の第２１作目の作品
加守町１丁目集会所で作詞・１年後作曲

22 ああ幸福(しあわせ)

作詞・作曲 らんらん
1999年

♩=120

F Dm F

1234 ゆふきこ ぶとの一 ねん合ん のののうな なうとち 一一もっ かえとちゃ でででのな みだおし をい一あ ゆのしゃわ だじべせ ねにりを

F Dm F C

こ手たこ こあが一 ろしいわ もののすす かうおや らんもつ だどいら もうをは リいっぶ ラちつっ ッにけと クいあば スさんいせ

F Am/E Dm C

きききき 一一一一 ぶぶぶぶ んんんん すすすす っっっっ ききき りりりり

F Dm C7 B♭ F

ああああ 一一一一 あああああ 一一一一 ししししご あああく わわわら せせせく

4th

22 ああ 幸福（しあわせ）（一九九九年）

一 湯船のなかに 身をゆだね
心も体もリラックス
気分 すっきり あーあー 幸福

二 布団の上で 大の字に
手足の運動 一、二、三
気分 すっきり あーあー 幸福

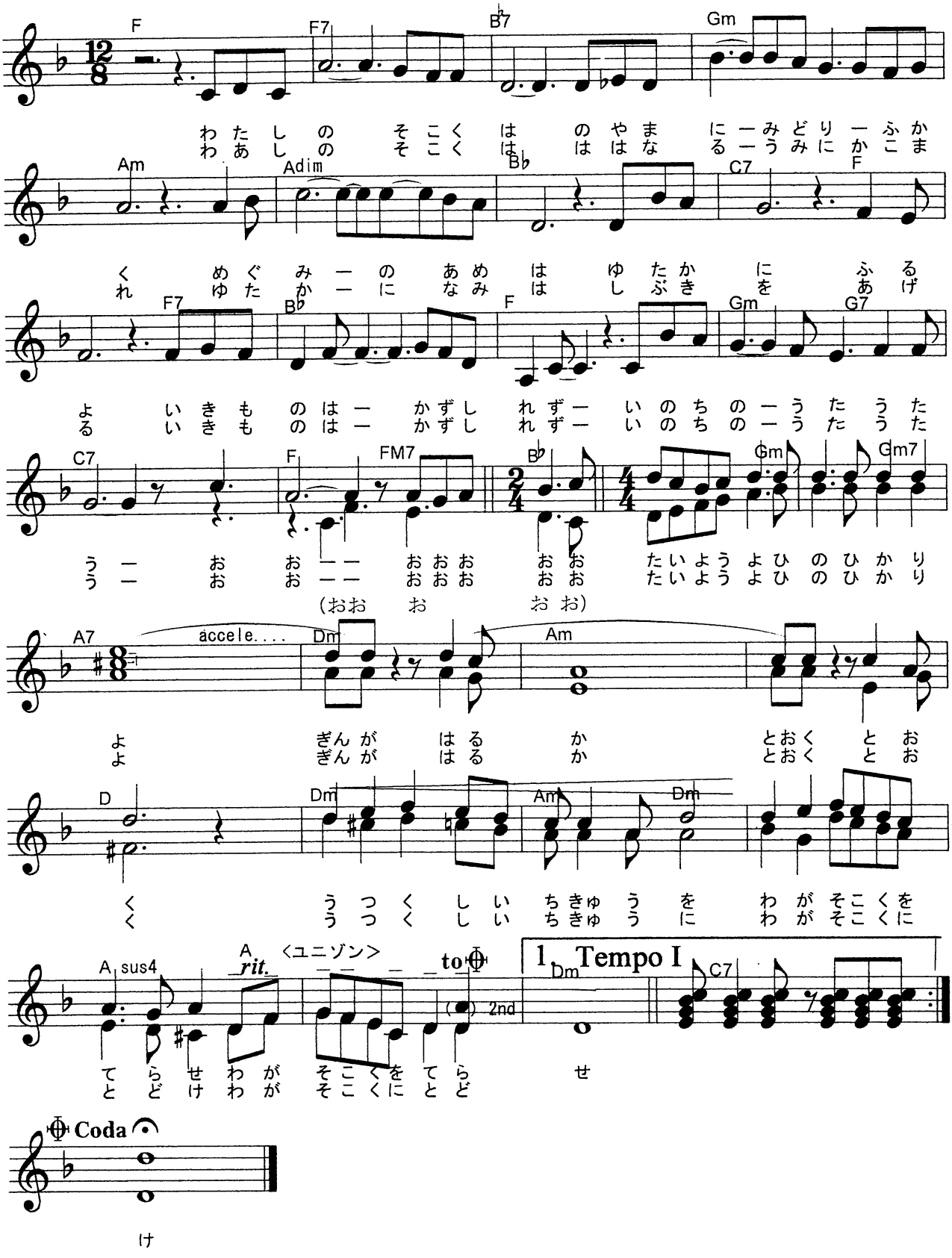
三 気の合う友との おしゃべり
互いの思いを ぶつけ合い
気分 すっきり あーあー 幸福

四 こんなちっちゃな 幸せを
壊すやつらは ぶっ飛ばせ
気分 すっきり あーあー 幸福

日頃の あわただしさから離れ
ゆっくりお風呂に入って、わいわいおしゃべり。
らんらんの創作合宿 そのものの風景がうたに。
これがあるかららんらんは３０年続いたともいえる。

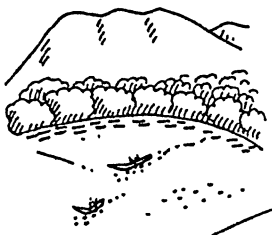
らんらん集団創作の第２２作目の作品
加太ペンション「しおじ」での作詞・作曲

23　おお太陽

女たちのくにうた(国歌)　　作詞作曲　音楽サークルらんらん
2000. 2. 12訂正

23　おお　太陽　（二〇〇〇年）

一　私の祖国は　野山に緑深く
恵みの雨は　豊かに降るよ
生き物は数知れず　命の歌うたう
おお　太陽よ　日の光よ
銀河はるか　遠く　遠く
美しい地球を　わが祖国を照らせ

二　私の祖国は　母なる海に囲まれ
豊かに波は　しぶきをあげる
生き物は数知れず　命の歌うたう
おお　太陽よ　日の光よ
銀河はるか　遠く　遠く
美しい地球に　わが祖国に届け



人間はほんの偶然で地球に生を受けた。
その生命の源は太陽。こんな素晴らしい地球を
美しいままで次世代に受け渡したい。
らんらんでは、別名「女たちの国歌（くにうた）」

らんらん集団創作の第２３作目の作品
加太・ペンション「しおじ」での作詞・作曲

24 女ともだち

イントロ ‖: 3 :‖

2001年9月
音楽サークルらんらん創作曲

D G G(F♯) G(E) G(F♯) C(G) C(F♯)

ネエ ちょっと きいてきいて

① わたしふとりすぎーなのー
② わたしおこっていーるのー
③ わたしこのごろうれしいの

C(E) C(F♯) Am(G) Am(F♯) Am(E) D7 G C(G)

これがあなたのー くちぐせね
これがあなたのー くちぐせね
これがあなたのー くちぐせね

G B7 Em Em7 3番 Am D7

でもわたしはあなたのー まるいかたがすきー
(でも)わたしはあなたのー しんけんさがすきー
だからわたしはひとをしーんじるあなたーがすきー

G Gm7 Am A7 C D7 SUS4 D7

- プクッと(♪)ふくーれたー あーしがすきー
- どーこか(♪)れいせいなー とーこがすきー
- ひーとをしんぱいするー あなたがすきー

G Bm(F♯) Bm'(F♯) E Am

ともだちー だからって おせじじゃないの

Am (1番)Am(G♯) Am(G♯) (2番) D(F♯) Em Bm7(D) C♯ dim

(2.3) (1.3)

まえむきー で—(♪)くろう をケラケラわらいーとばすー
かんきょうのこと(♪)せいじのーこと(♪)きょういくのことー
ひととーひとのぬくもりをー (𝄽)やーさーしさをー

C Bm E 1.2 Am Am(D) Gm7 間奏3小節

D.S.

あなたのまるいー (𝄽)かおがすき
ほんきでおこるー あなたがすき
おしえてくれるー あ

3 Am Am(D) G G7 rit. Am Am(D) Gm7 a tempo

なたがすき あなた がすき

24 女ともだち （二〇〇一年）

一　ネエちょっと　聞いて聞いて
私太りすぎなの　これがあなたの　口癖ね
でも私は　あなたの丸い肩が好き
ぷくっとふくれた　足が好き
友だちだからって　お世辞じゃないの
前向きで　苦労をけらけら笑い飛ばす
あなたの丸い　顔が好き

二　ネエちょっと　聞いて聞いて
私怒っているの　これがあなたの　口癖ね
でも私は　あなたの真剣さが好き
どこか冷静な　とこが好き
友だちだからって　お世辞じゃないの
環境のこと　政治のこと、教育のこと
本気で怒る　あなたが好き

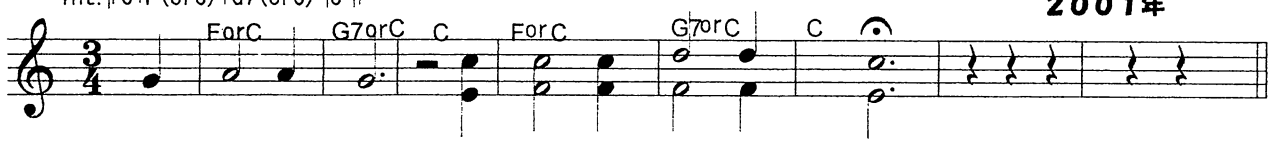
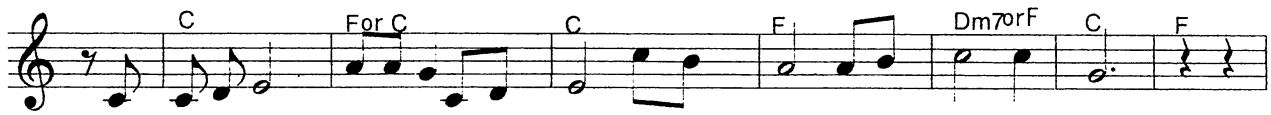
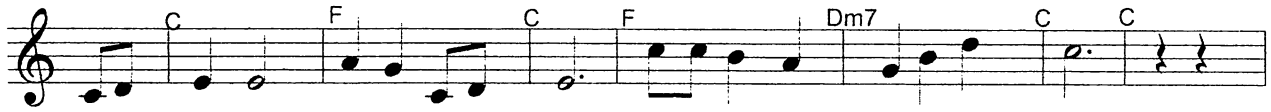
三　ネエちょっと　聞いて聞いて
私この頃　うれしいの
だから私は　人を信じるあなたが好き
人を心配する　あなたが好き
友だちだからって　お世辞じゃないの
人と人との温もりを　やさしさを
教えてくれる　あなたが好き

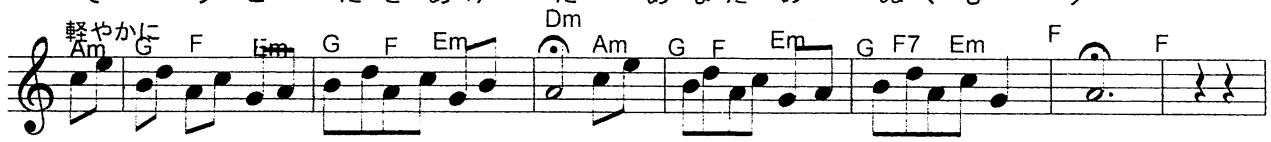
らんらんは　らんらんの仲間が大好き
そんな　仲間を持っている人は
きっとたくさんいるでしう
仲間って　友だちって　本当にありがたいものです

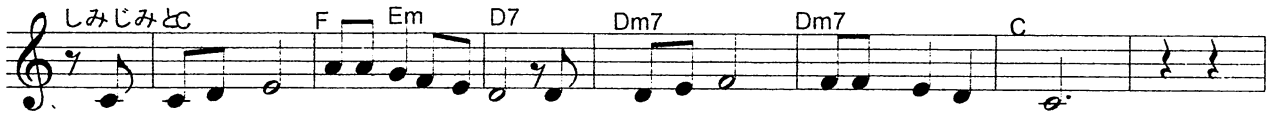
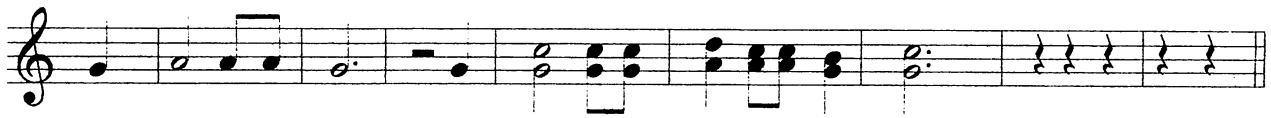
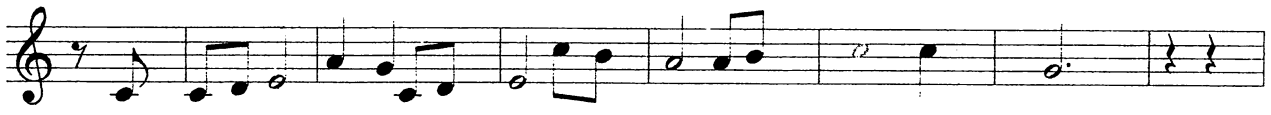
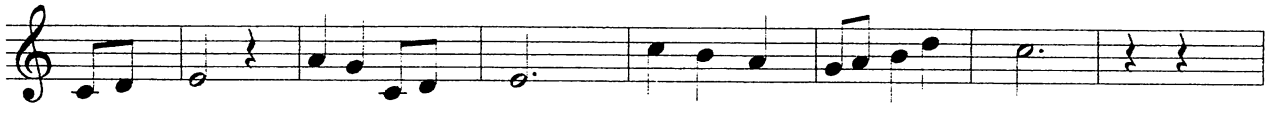
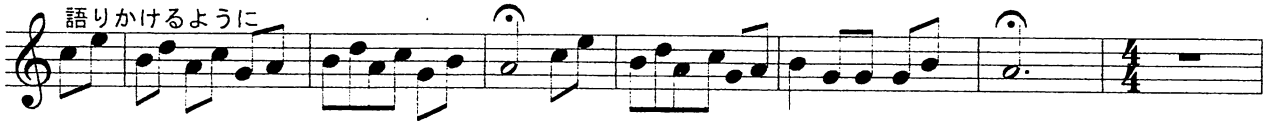
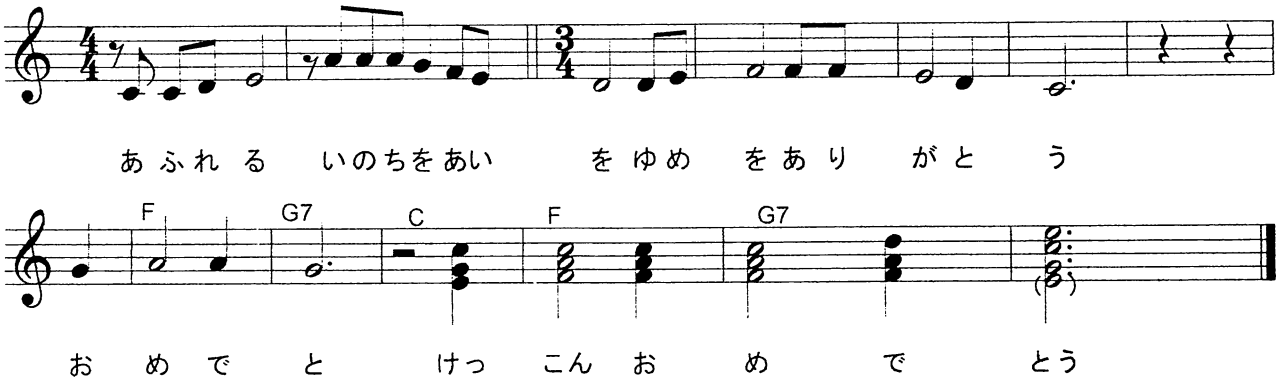
らんらん集団創作の第２４作目の作品
春木公民館にて　作詞・作曲

25 おめでとう 母より

作詞作曲らんらん
2001年

Int. ‖ C | F (or C) | G7 (or C) | C ‖

お め で と けっ こん お め で と

あ なた が うまれた の は わ か ば しげ る は る

そー う と だき あげ た あ な た の ぬく も り



はじめて あるいた あ のひ のえが お どしゃ ぶりのあめ の にゅうが くし き

い ま で は なつかしい い き のう の こと のよ う

ア ル バ ム の ペ ジの ひと つ ひと つ の

あ な た の え がお ー が は る を よん で い る

きょう の あ た ら し い じんせい の スタ ー ト に

こ こ ろふるえる あ なたにおく ー る こと ばはた だひと つ あ り がと

25 おめでとう 母より （二〇〇一年）

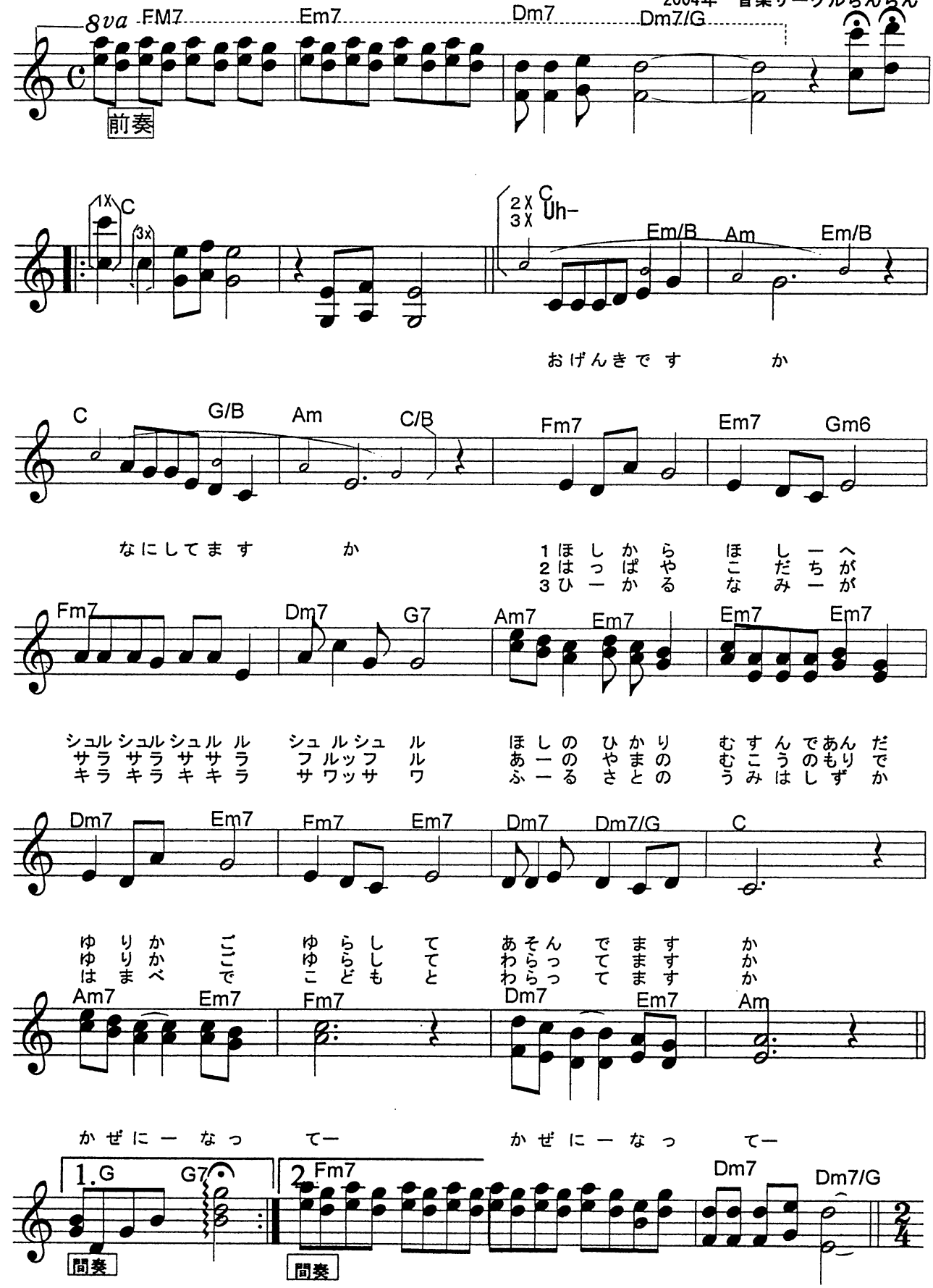
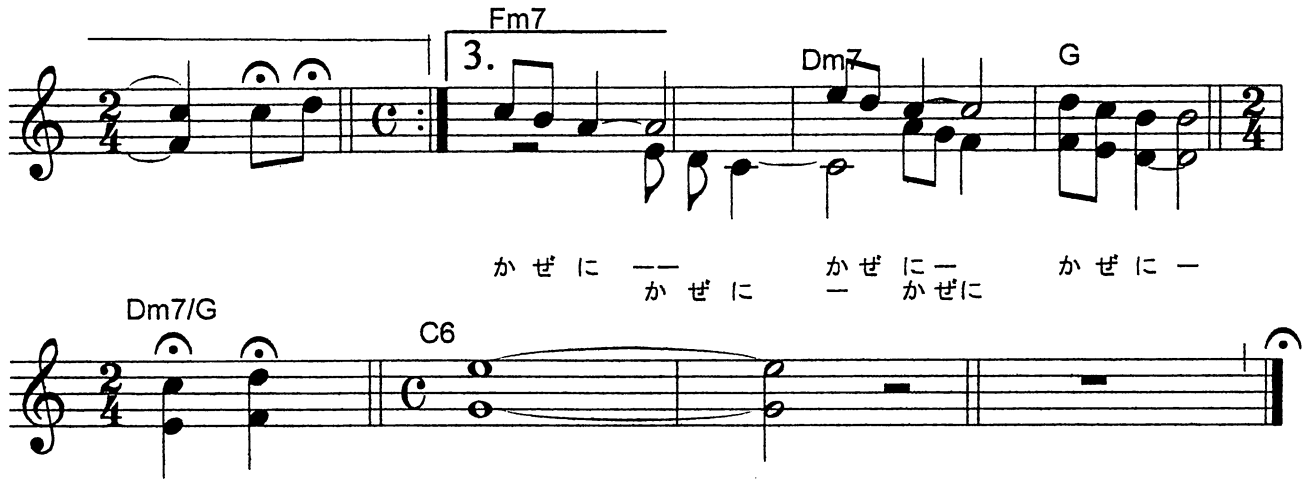
一 おめでとう 結婚おめでとう
あなたの生まれたのは 若葉茂る春
そっと抱き上げた あなたのぬくもり
初めて歩いた あの日の笑顔
土砂降りの 雨の入学式
今では懐かしい 昨日の事のよう

二 アルバムの ページの一つ一つの
あなたの笑顔が 春を呼んでいる
今日の新しい 人生のスタートに
心ふるえるあなたに 送る言葉は一つ ありがとう
あふれる命を愛を 夢を ありがとう

おめでとう 結婚おめでとう

結婚する息子へ贈るメッセージ
らんらん集団創作の第２５作目の作品
春木公民館と会員宅　作詞・作曲

26　元気ですか・・・

故・大脇妙子さんに捧ぐ
2004年　音楽サークルらんらん



26 お元気ですか （二〇〇4年）

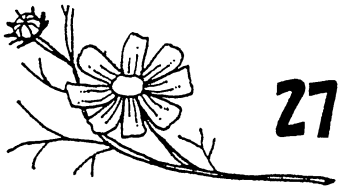
一
お元気ですか なにしてますか
星から星へ シュルシュル シュルル
シュルッ シュル
星の光 むすんで編んだ
ゆりかご揺らして 遊んでますか
風になって 風になって

二
お元気ですか なにしてますか
葉っぱや 木立が さらさら ささら
ふるっ ふる
あの山の 向こうの森で
ゆりかご揺らして 笑ってますか
風になって 風になって

三
お元気ですか なにしてますか
光る波が きらきら きらら
さわっさわ
故郷の海は静か
浜辺で子どもと 笑っていますか
風になって 風になって

故大脇妙子さんへの追悼メッセージ
らんらんのみでなく岸和田市の保母集団にとって大きな存在だった妙子さん。風の中にあなたを感じます。ちょっと一休み、ゆっくりしてて下さい。

らんらん集団創作の第２５作目の作品
春木保育所と会員宅での作詞・作曲



27 いつのまに

作詞・作曲　らんらん
2007・6「ほの字の里」にて

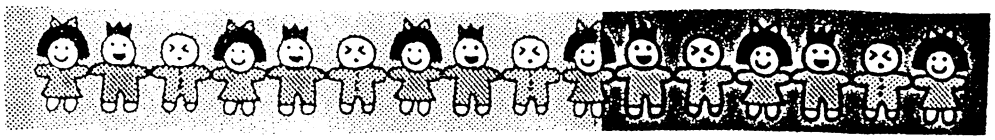
1 ーがののの　いいたたまま　いいんえ　ざでへぐ　がのわ　いいきす　たがれ　いいねる
2 こかっひ　したとと　いいふな　ひうめよす
3 おひ
4

せせらわ　いいしり
ののばが　とうい　ばばばば　一一一一　よよよよ　ちちちち　ももももととととと
ししさつ　あい　ばば　れれれれ　だだだだ

びーご　のおの　ならま　わじ　しいん　にのに　(D.S)
たおま

ななな　ななな　ななな　ななな　ささく　くくく
はは　がが

いつ　の　ま　に



27　いつのまに　（二〇〇七年）

一　腰が痛い　ひざが痛い　友だち寄れば　年のせい
　　それなのに　それなのに　旅の話に　旅の話に
　　花が咲く

二　肩が痛い　うでが痛い　友だち寄れば　年のせい
　　それなのに　それなのに　大笑いの　大笑いの
　　花が咲く

三　夫の不満　嫁への気兼ね　友だち寄れば　うさばらし
　　それなのに　それなのに　孫の自慢に　孫の自慢に
　　花が咲く

四　人の名前　すぐ忘れる　友だち寄れば　あいさつ代わり
　　いつのまに　いつのまに　いつのまに

年を重ねるにしたがって
感じる身体的なひずみや感情を、
お互いに笑いとばして　前に進むバイタリティー
元気になる歌

らんらん集団創作の第２７作目の作品
貝塚市　ほの字の里での作詞・作曲

28 一日一咲

作詞・作曲 らんらん
2007年

𝄋

① あなたのゆめ　は　と一　きかれ　た　ら

② こんな生きにく　い　よのなかだ　け　ど

① いまさらねーと　おもうけど　わた　しと　いう　いきかたを　はな

② ちいさなゆめでも　いいのです　わた　しと　いう　いきかたを　もち

さかせた　い　きょう　は　やさしく
つづけた　い　あめや　かーぜに

あしたは　しな　やかに　いちにちーひとさ　き
ときどき　まけ　てーも　いちにちーひとさ　き

to 𝄋

そんないきーかた　が　わた　し　の　ゆめ
そんないきーかた　が　わた　し

𝄋 Coda　3

D.S.

ーゆめ　のわた3し　の　ゆめーー

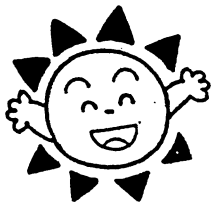
28　一日　一咲き　（二〇〇七年）

一　あなたの夢はと　聞かれたら
いまさらねと　思うけど
私という生き方を　花咲かせたい
今日はやさしく　明日はしなやかに
一日一咲き　そんな生き方が
私の夢　夢

二　こんな生きにくい　世の中だけど
小さな夢でも　良いのです
私という生き方を　持ち続けたい
雨や風に　時々負けても
一日一咲き　そんな生き方が
私の夢　夢

一生懸命　走り続けて生きてきて
「そろそろのんびりしてもいいのかなっと。。」
そう思うと　とっても心が落ち着いた。
これからは一日一日　自分を大切に生きていこう

らんらん集団創作の第２８作目の作品
貝塚市　ほの字の里にて作詞・作曲



29 うたをうたおう

作詞・作曲　らんらん
2007年・6・2～3
ほの字の里にて

Moderato

mp

うたをうた　お　　う　　あたまでこころで　ささ　やくように
うたをうた　お　　う　　あかるくたのしく　ともだちになろう

S　A

ちいさなこえで　ちいさなこえで　うたをうた　え　　ば
げんきなこえで　げんきなこえで　うたをうた　え　　ば

mf

1　2

つらいことも　かなしいことも　わすれられる　よ
こころとここが　つながることで　えがおになれる　よ　うた

おさえて

を　うた　おう　　おきなこえで　やま

f

に　－　ひびく　よう　に　　こころにひびく　よう　に
（や　ま　に）ひ　びく

Ar-　　Ar-

29　うたを　うたおう　（二〇〇七年）

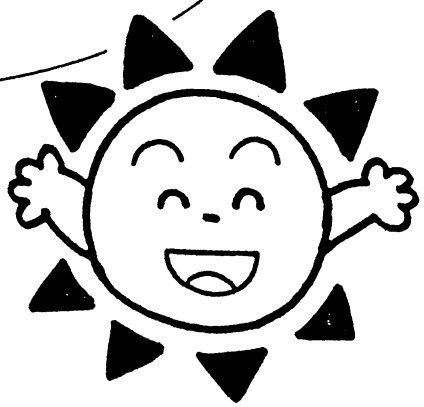
一　うたをうたおう　頭でこころで　囁くように
　小さな声で　小さな声で　うたをうたえば
　つらいことも　悲しいことも　忘れられるよ

二　うたをうたおう　明るく楽しく　友だちになろう
　元気な声で　元気な声で　うたをうたえば
　こころとこころが　繋がることで　笑顔になれるよ

三　うたをうたおう　大きな声で
　山に響くように　こころに響くように

らんらんの　こころそのものの　うた
元気がでるうたです

らんらん集団創作の第２９作目の作品
貝塚市ほの字の里での作詞・作曲



あとがき

みんなで楽しくおしゃべりしながら
10年間をふりかえり、思い出話に花が咲き、
作業がなかなか進みません。お茶とお菓子はどんどん進みます。あーでもないこーでもないと言いながらみんなで手分けして力を合わせ、少しずつ出来上がってきました。

10年をふりかえり、成長をはっきり感じました。仲間との絆はかけがえの無いものとなりました。この冊子を見てらんらんの『ふんいき』を感じていただければうれしいです。

らんらんは不滅です。
40周年に向かってファイトファイト

発行　音楽サークルらんらん
代表　坂東　桂子
住所　岸和田市春木泉町１１－７
発行日　２００９年3月
領価　５００円

音の記録CD:らんらん30年の想い出

1　<第1回発表会の雰囲気>　1979年（録音年、以下同じ）
2「くちぐせおかあさん」（創作曲①NHKラジオより）1980年
3「ぼくらのともだち」（創作曲②）　1981年
4「左　肩」（創作曲③）　1981年
5「あじさいの匂う朝に」（創作曲④）　1989年
6「おむすびの唄」（創作曲⑤）　1982年
7「せんそうのバカタレ」（創作曲⑥）　1983年
8「子どもたちに」（創作曲⑦）　1999年
9「歌うことは人生なんだと」（創作曲⑧）　1984年
・・・・・*サロンコンサートより、専門音楽家の演奏*・・・・・
10 ヴァイオリン・尾花清光（京都市交響楽団コンサートマスター：当時）1979年
「Vin&Pfによる大阪の子守唄」豊田作曲、第1回サロンコンサート
11　ソプラノ・瀬野光子（声楽家。大阪芸術大学教授）1982年
「あじさいの匂う朝に」（創作曲④）第3回サロンコンサート
12　バリトン・橘　茂（関西二期会、声楽家。）1985年
「蚤の歌」ムソルグスキー作曲　第5回サロンコンサート
13「ぼくは自転車にのって」（創作曲9）1986年
14「虹のリボン」（創作曲10）　1986年
15「はんぶんのうた」（創作曲14）　1999年
16「すみれ」（創作曲15）　1999年
17「私の夫ハズバンド」（創作曲18）　1999年
18「イアリングをピアスにかえて」（創作曲20）1999年
19「春風すって」（創作曲21）　1999年
20「女ともだち」（創作曲24）　2003年
21「一日一咲」（創作曲28）　2008年
22「かあさんおはよう」（岸田衿子作詞坂田晃一作曲）　1982年
（<母をたずねて三千里>のテーマソング）
23「糸引き唄」（長野県諏訪地方民謡から、編詞編曲・豊田）1982年
24「わすれて、しかられた」　1981年
（1981年春木チビッコサマースクールの子らによる集団創作）
25「そんな町を」（きたがわ　てつ作詞作曲）　1983年
26「赤い花　白い花」（中林ミエ作詞作曲）　1989年
27　クラリネット・中井啓子（らんらん。現姓・池田）　1981年
「ソルヴェイグの歌」グリーグ作曲（Pf：谷　みき）
28　ピアノ・武田和子（らんらんピアノ伴奏者ー当時）　1982年
「乙女の祈り」バダジェフスカ　作曲　※一部省略
29　<うたものがたり“月のしずく”>から　1999年
「米の花が咲けば」（藤田保平作、佐伯洋作詞、豊田作曲）
30「男はつらいよ」（歌：井上隆志、らんらん）　1982年
（星野哲郎作詞　山本直純作曲）
31「青い山脈～高校三年生メドレー」　1982年
（西条八十作詞、服部良一作曲　～　丘灯至夫作詞、遠藤　実作曲）