

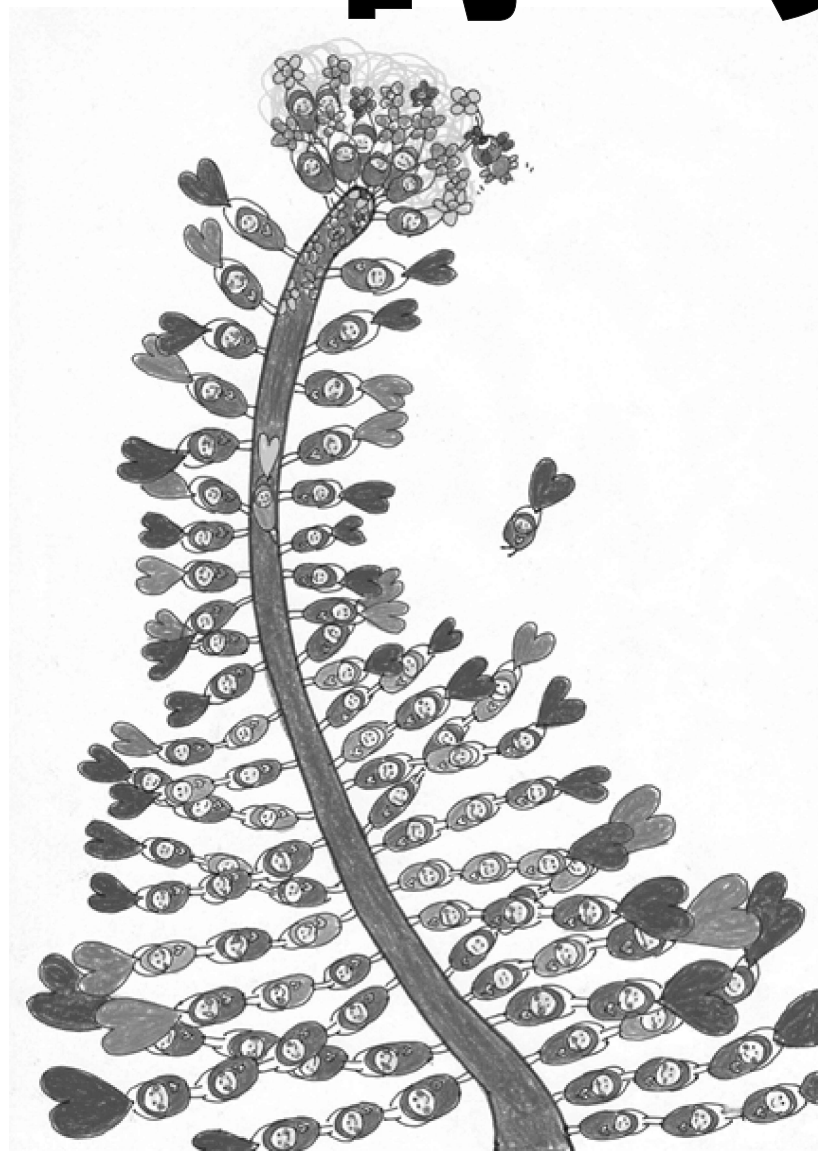
2021

海までとどけ・・・

山の都ふれあいコンサート

詩集

只今曲を募集中！



絵：岩崎けんいち



みーこ

(ふれコンイメージキャラクター)

第41回山の都ふれあいコンサート(予定)

日時：2021年11月21日(日) 場所：YCC 県民文化ホール(大ホール)

ふれコン公式 HP <http://furekon.net/>

昨年のコンサートを HP より御覧頂けます

山の都ふれあいコンサート実行委員会

info@furekon.net / 080-2055-1121



第 41 回『山の都ふれあいコンサート』（2021）の詩集をお届けします

今年のテーマは、「一歩前へ！」です。詩を応募してくださった皆様が、それぞれに今思うことや感じたことを詩に書きとめ、それがこの 1 冊の詩集という形になりました。ひとつひとつの詩からは、それぞれの『想い』が伝わってきます。そして、皆様の『想い』が糧となり、今年の『山の都ふれあいコンサート』が創られていくのです。

この詩集に掲載された作品は作曲の対象となり、審査を経て選ばれた曲は、2021 年（令和 3 年）11 月 21 日（日）に YCC 県民文化ホール（大ホール）で開催される第 41 回『山の都ふれあいコンサート』で発表される予定です。詩と曲が織りなすハーモニーとともに、これがきっかけとなって出会う人と人とのふれあいを大切にしながら、皆様とともにコンサートを成功させたいと実行委員一同考えております。ぜひ、この詩集の中の詩に、曲をつけてご応募ください。お待ちしております。

山の都ふれあいコンサート実行委員一同

☆この詩集に掲載された詩の著作権は、山の都ふれあいコンサート実行委員会に帰属します。

《 曲募集について 》

この詩集に掲載されている詩に曲をつけて応募しませんか？

♪ 応 募 方 法

- ・ 一人何曲でも OK。
- ・ ただし、詩はこの詩集に掲載されている作品を使用し（補作は可能）、未発表曲に限る。
- ・ CD-R にて送付してください。楽譜がある場合は添付してください。
- ・ 氏名、郵便番号、住所、電話番号、メールアドレス、年齢、職業（または学校名）を必ず記入の上、送付してください。
- ・ なお、採用させていただく場合は、チラシ等に氏名を掲載いたします。（ペンネーム可）

☆応募作品は返却いたしません。（審査終了後、作詩者に送らせていただきます）

♪ 締 め 切 り 2021（令和 3）年 7 月 31 日（土）

♪ 送 付 先 〒400-0858 甲府市相生 2 丁目 2-17
甲府商工会議所会館 3 階
一般社団法人甲府青年会議所内
「山の都ふれあいコンサート」実行委員会 あて

♪ 問い合わせ先 TEL: 080-2055-1121
MAIL : info@furekon.net（山の都ふれあいコンサート実行委員会）

♪ ふれコンホームページ <http://furekon.net/>

目次

● No.1	居場所(清水 仁美).....	3
● No.2	ずっと幸せ(佐藤 未来).....	4
● No.3	支えてくれた君へ(佐藤 未来).....	5
● No.4	今伝えたいこと、一生伝え続けたいこと(佐藤 未来).....	6
● No.5	この道(佐藤 未来).....	7
● No.6	ゆっくり(佐藤 未来).....	8
● No.7	明日へ～復興への願い～(佐藤 未来).....	9
● No.8	自分勝手だけど(佐藤 未来).....	10
● No.9	福島の人たちへ(佐藤 未来).....	11
● No.10	窓を開けよう(斉藤 一 TEAM-TETSU).....	12
● No.11	批判 99%(入澤 友嗣).....	13
● No.12	標星(しるべぼし)(マリナーズ母:白井 佐喜子).....	14
● No.13	桜梅桃李(鈴木 勝利).....	15
● No.14	あるいは、詩ではなくともいいのかもしれない(曽根 攻).....	16
● No.15	悲しみを薪にして(高部久 理子).....	17
● No.16	二つの岸(築島 ひとみ).....	18
● No.17	あゆみフレンズ(橋本 ゆう).....	19
● No.18	キラキラネックレス(Nekoneko).....	20
● No.19	生きる(進藤 学).....	21
● No.20	一つの道(進藤 学).....	22
● No.21	ゆきりん だーいすき(三井 亜季).....	23
● No.22	いわけんは魔法使い(三井 亜季).....	24
● No.23	happy smile days(海老すいか).....	25
● No.24	いとしき君へと(岩崎 ひとみ).....	26
● No.25	春風と共に生きるコロナ(岩崎 ひとみ).....	27
● No.26	春風ワークホームの昼休みの中で(岩崎 ひとみ).....	28
● No.27	あなたと出逢えた中で(岩崎 ひとみ).....	29
● No.28	夏色こうの坂道で(岩崎 ひとみ).....	30
● No.29	EXILE さんへ(石井 ひかり).....	31
● No.30	コロナの先に(石井 ひかり).....	32
● No.31	僕を差す光(後藤 拓也).....	33
● No.32	片思い春風夏休み(岩崎 ひとみ).....	34
● No.33	好き(かずみ).....	35
● No.34	雨(レオ).....	36
● No.35	生きる(拓海&いしはら).....	37
● No.36	楽しい場所(佐野 久美子).....	38
● No.37	お母さんと私の呼び方(佐野 久美子).....	39
● No.38	会いたい(佐野 久美子).....	40
● No.39	今を生きる(佐野 久美子).....	41
● No.40	ともろう(佐野 久美子).....	42
● No.41	かき氷(佐野 久美子).....	43
● No.42	コロナ(佐野 久美子).....	44
● No.43	母ちゃん(坂本 早百合).....	45
● No.44	家族(小林 英昭).....	45
● No.45	思い出(河野 貴).....	46
● No.46	明るい未来へ(大坪正之).....	46
● No.47	おばあちゃん(関 紀代美).....	47
● No.48	きらめき(早川 節子).....	48
● No.49	Lost Girl, Lost Boy(あさとよしや).....	49
● No.50	だいじょうぶ(秋和 さとる).....	50.51
● No.51	風雅・羽蝶々(秋和 さとる).....	52
● No.52	だいじょうぶ(坂本 和輝).....	53

NO,1

居場所

清水 仁美

支え合うこと
笑い合うこと
難しいことも
超えていける

ありのままで良いと
みんなが教えてくれた

暖かい空気にそっと気持ちほどけた
ちょっとしたことが楽しくて
もう離れたくない
みんなの居場所

探し合うこと
夢を追うこと
厳しいことも
超えていける

ありのままで良いと
みんなが教えてくれた

暖かい空気にそっと気持ちほどけた
ちょっとしたことが楽しくて
もう離れたくない
みんなの居場所

No,2

ずっと幸せ

佐藤 未来

「大人になる」ということが
わからなかったあの頃
君のとなりで描いた夢は少し小さくなった
でも
あの日君からもらった
大切な人がいつも味方でいてくれる幸せは
今も僕の毎日を支えてくれているよ

「恋をする」ということを
わかりはじめたあの頃
あなたの一生懸命な姿にあこがれていた
今は
あの時から少し大人になったけれど
あなたにももらった「人を思う気持ち」は
今も道をととてもやさしく照らしてくれているよ

あの日君と友達になれたことが
あの時あなたに恋をしたことが
離れた今でも
目には見えないけれど僕を支えてくれている
だから言い切れないほどの「ありがとう。」
僕は君にあなたに出会えたあの時からずっと幸せだよ

No,3

支えてくれた君へ

佐藤 未来

「がんばったね」
「大好きだよ」
一緒にいたあの頃
君からもらっていた言葉
当たり前のように言ってくれていた言葉

「ありがとう」
「また会えるよね」
2度目の春に
君と交わした言葉
あんなにも温かい光だと気づかずに交わした言葉

今も私は私らしく笑って過ごしているけど
あの時支えてくれた君のやさしさに
大人になった今だから気付けたよ
この広い空の下で君が幸せでいることを祈っているけど
もしも今君に会えたら言いたいな
心からの「ありがとう」

No,4

今伝えたいこと、一生伝え続けたいこと

佐藤 未来

パパとママはね
君を戦わせるために生んだのではない
のびのびと自分らしく過ごしてほしい
この世に生まれてきたんだよ

学校の先生はね
教科書に書いてある難しい勉強を教えたいのではない
君に友達の大切さと命の尊さを知ってほしい
先生になったんだと思うの

おじいちゃんとおばあちゃんはね
君に恐怖を与えるために戦争の話をしたのではない
君に明るく幸せな道を歩んでほしい
涙を流しながら話してくれたんだと思うの

だから
絶対に絶対に来ないでほしい
暗くて恐ろしくて生きていることが辛くなる、そんな時代
君に大好きな人と穏やかで幸せで笑い声があふれている
そんな“普通の生活”を送ってほしいから
幸せな未来を夢見てほしいから

No,5

この道

佐藤 未来

周りの景色も
物の見方も少しずつ変わっていく
自分で歩くこと
周りの人たちに支えられながら
これが大人になるということなのかな？

周りの景色も
物の考え方も少しずつ変わっていく
自分で決めること
周りの人たちに支えられながら
これが大人になるということなのかな？

私はこの道を歩いていく
悩んだ時は君にメールしてしまうけど
私はこの道を歩いていく
泣きたい時は君に抱きしめてもらいたくなるけど

君が教えてくれた
甘えていいと
弱音を吐けることの大事さ
これからもありのままの自分でいたい

No,6

ゆっくり

佐藤 未来

ゆっくり歩くことは大事なんだね
僕は弱い人間だから
焦ってつまずくこともあるんだ
でもね、でもね

こと
君が友達でいてくれるその真実だけでこれからも歩いていけるんだ

ゆっくり歩くことは大事なんだね
僕は弱い人間だから
ちょっとした段差でケガをすることもあるんだ
でもね、でもね

こと
あなたが側にいてくれるその真実だけでこれからも歩いていけるんだ

嬉しいこと、幸せなこと、いっぱいあるこの道だけど
辛いこと、悔しいこともあって
そんな時支えてくれる人がいる大切さを君から教えてもらったよ
嬉しいこと、幸せなこと、いっぱいあるこの道だけど
辛いこと、悔しいこともあって
そんな時一緒に泣いてくれる人がいる喜びをあなたからもらったよ

“一人じゃない” みんなから教えてもらったことを抱きしめて歩こう

No,7

明日へ ～復興への願い～

佐藤 未来

あの日
すべてが変わってしまったの
“明日も大好きな人と一緒にいられる”と
みんなみんな思っていたの
きっときっとみんな思っていた

あの日
すべてが壊れてしまったの
“明日も大切な人と笑っていられる”と
みんなみんな思っていたの
きっときっとみんな思っていた

それでも一歩ずつ歩いてきて、また明日からも歩いていく
もう大事な人を失いたくないから
それでも一歩ずつ歩いてきて、また明日からも歩いていく
もう大事な人が苦しむところを見たくないから

明日は明るく輝いているように
祈っているよ
君にただただただ笑っていてほしいから

No,8

自分勝手だけど・・・

佐藤 未来

あの日
何人もの人が辛くて怖い思いをした
昨日まで隣にいた大事な人が
一瞬でいなくなってしまった
もっともっと一緒に歩きたかったのに

あの日
何人もの人が絶望と暗闇を見た
昨日まで隣にいた大好きな人が
一瞬でいなくなってしまった
もっともっと一緒に生きたかったのに

自分勝手な思いだけど
今ここに君がいてくれることが嬉しくて、嬉しくて
何気ない「おはよう」が幸せに思えてくる
自分勝手な思いだけど
今ここに君がいてくれることが嬉しくて、嬉しくて
毎日の中のその笑顔が宝物に思えてくる

これからもずっと君にはたくさんたくさん幸せでいてほしい

No,9

福島の人たちへ

佐藤 未来

絶望で立ち尽くしたあの日から
君は今日まで
一歩ずつ歩いてきたのに
また悪夢のような瞬間が突然襲ってきて
君の心は、身体はふるえてないだろうか

恐怖で何もかもが変わってしまったあの日から
君は今日まで
苦しみに耐えここまで来たのに
また怖くて不安な瞬間が突然襲ってきて
君の心は、身体はおびえてないだろうか

君の悲しみは、絶望は
私が想像するよりはるかに
大きくて苦しくて
どんな言葉でもきっと表せないほど辛くて
でも
それでも私はあの時と同じことを思ってしまうんだ
「君が今日も生きていてよかった」と

No,10

窓を開けよう

齊藤 一 (TEAM-TETSU)

大人たちは教える。外の世界は危険だよ。
ありがたいけどそれはほんとうなの？

この頃空を見上げたことはあるかい
風を自分のほほに感じたことはあるかい

家じゅうの窓を全部開けよう
少しの勇気と好奇心が湧き上がってくるかも

大人たちはつぶやくここにいれば安全だよ
有難いけどそれで満足なの？

この頃大地を踏んだことがあるかい
土を自分の足で感じたことはあるかい

家じゅうの窓を全部開けよう
少しの勇気と好奇心が湧き上がってくるかも

頑張らなくていい
動けなくてもいいから
無理にとは言わないから
ちょっとだけ開けてみてよ

No,11

批判 99%

入澤 友嗣

嫌だからすぐやめる。人間関係が辛い。
こんな自分、みんな理解出来ないと思う。
理解してもらいたいと思わないけど。
でも、いろんな人とつながってきた。

批判99%。

まわりの目がこわい。鬱になった。肌荒れもした。白斑にもなった。
体重も7kg増となった。
7kg増となっても誰からも気づかれなかった。気付いてくれなかった。
マラソン大会のスタートラインで日汗が出るようになった。
人混みが苦手になった。
身内のお葬式での、自分に対する目が痛く感じるようになった。

父が亡くなった。結婚もできない。
柔道、フットサル、マラソン、バドミントン、ジム、早朝ジョギング、…いろいろやってきた。
禁煙、禁酒もできた。
窮地に追い込まれると必ず、こんな自分に手を差し伸ばしてくれる人がいる。

批判99%。

理解者1%。

たった1%だけど、こんな自分を理解してくれる人がいる自信がある。
みんなはムリはするなと言うけれど、普通が一番嫌だし、つまらない。
人生楽しむなら、多少の無理をした方が楽しいし、生きてる価値を見出せる。
身体を壊してでも全力で生きていきたい。

批判99%だけど、理解者1%はいてくれる。
その1%は、尊い1%。
この1%の可能性を秘めて、ボクは前に進んでいきます

NO,12

標星（しるべぼし）

作詞作曲 マリナーズ母（白井 佐喜子）

編曲 麻里奈

私は生まれた
北の小さな星のもとで
その星は動かず 人々を導く
道に迷ったり 後戻りしたり
何の為に何を求めて歩いているのだろう
私は動かず あの星を見つめる

私は死ぬだろう いつの日にか必ず
誰もが死ぬだろう いつ日か必ず
何も成さず 何も生み出さず
道標になり続ける あの冥い星のように
私も動かず この歌を歌おう

私は生きている
陽の降りそそぐ空の下で
歌おう 歌おう 今ここで生きてると
役に立たない無駄な命だと言われても
私は私の息吹を 鼓動を止めない 決して
歌おう 歌おう この歌は永遠
歌おう 歌おう 人の想いは永遠

NO,13

桜梅桃李

鈴木 勝利

そんな遠い話じゃなく
ここで足元をみよう
散った桜か梅の花を
踏みつけても踏み切れない

ほほに延ばす指
触れた柔らかさの温もり
ちょっとだけびっくりして
指先が震えた

今だけでいい
ここにいさせて
背中なんか押さなくても
行くしかないから

そんな遠い昔じゃない
確かに痛くて、痛くて
桃の香りが少しだけ
癒してくれる

勇気なんて言葉を
信じるほど思いは無い
でも分かったんだ指先の熱さ
生きているって

今だけでいい
ここにいさせて
もう歩けるよ
行くしかないから

No,14

あるいは、詩ではなくともいいのかもしれない

曽根 攻

支冬の大三角形、夜空に大きく白いため息。僕は、おうむ返してしか言葉を返せない。

だから、ママを悲しませてしまっても、僕はただおろおろと立ち尽くすばかりさ。大好きなママが泣いていても、何もしてあげられないなんて、そんな時、僕は本当に泣きたくなるんだ。

ある時、僕は発見したのさ。僕が笑っている時、ママも一緒になって笑っているってことをね。その瞬間はとても幸せだったから、僕は決めたんだ。楽しいことを考えて、できるだけ笑っていようと。でもね、辛いことがあると、ついそんな誓いも忘れてしまうのさ。

ママ、ごめんね。ママは僕にこう言うのさ。「お前のことが大好きなんだよ」ってね。ありがとう、本当にありがとう。こういう場合にその言葉を言えればいいのかな？

ママのやさしさも、星の瞬きも、僕の心をふるわせ、揺さぶっていく。その感動を言葉にしようとしてもうまく形にはならないんだけど。

たとえ詩にならなくたっていい。とぎれとぎれになってしまうかもしれないけれど。けれど、いつも後回しにしている大切なその言葉を、今こそ大切な人に伝えてみようと思うんだ。

No,15

悲しみを薪にして

高部久 理子

悲しみを薪にして
今 私の命は燃えている

さみしさを薪にして
今 私の命は燃えている

不甲斐なさを薪にして
今 私の命は燃えている

あなたへの
言い尽くせぬ感謝を薪にして
私の命は 燃えている

永遠に成就しないかもしれない
あなたへの想いを薪にして
私の命は これからも燃えていく

前を向いて生きていくことの
尊い喜びは
いつの日も 私を見放さず
私のもとに帰ってきてくれる

忘れそうになるころ
挫けそうになるころ
光の向こう側から
まっすぐに駆けよってきて

薪をくべ続けた私の火の
その揺めきを
優しい瞳で
じっと静かに見つめてくれる

No,16

二つの岸

築島 ひとみ

あちらの川のほとりに
あなたは佇む
それは彼岸という名の
月より遠い世界
どんなに生きたくても
生きられなかった
あなたの事を
わたしは忘れない

こちらの岸で暮らす
わたしはふと気づく
ここは此岸という名の
わたしの生きる場所
どんなに会いたくても
もう二度と会えない
あなたの声に心の耳を澄まそう

ほら言葉にすれば
こちらの岸とあちらの岸
そう思うと急に
もうすぐそこに
あなたがいる様

こちらの岸で
見上げる今日の月を
あちらの岸で
あなたもきっと見てる

No,17

あゆみフレンズ

橋本 ゆう

生まれてきてくれた喜びと
成長を願って 歌った
無限の可能性を信じて
みんなで踊った

5歳でふれコンデビュー
キラキラ衣装で魚になって踊り
華やかな舞台を知った
楽しいダンスを知った

牛ギター弾いて ウルトラシャウト
マイマイク持ち ソウルフルシャウト
マイク片手に プリティシャウト
いつも全力 いつも自由

可能星人抱きしめて ダンスダンス
おっとりゆったり いつもゆっくり
自分の世界 自分のリズム
おっとりゆったり マイペース

ありのままでいい
ありのママがいい
愉快的仲間 あゆみフレンズ
楽しい仲間 あゆみフレンズ

No,18

キラキラネックレス

Nekoneko

キラキラのネックレス
ひと粒ずつ ビーズに糸をとおして
ゆっくりと つないでいけば
キラキラのネックレスが できあがり

わたしたちも 輝いている
キラキラのネックレスみたいに
ひとりひとりが つながっていけば
わたしたちみんな キラキラのネックレス

キラキラ輝いて みんなつながれば
しっかりと手をつないで
みんながまあるくなれば
わたしたちみんな キラキラのネックレス

キラキラのネックレスが ハートの上で輝けば
みんなの心も 明るく輝くよ
その光は あなたを照らす
地球を 空を 宇宙を照らす

キラキラのネックレス
それは あなたのこころ
キラキラのネックレス
それは わたしのこころ

みんながまあるく ひとつになれば
みんなしあわせに なれるかな
きとしあわせに なれるかな

NO,19

生きる

進藤 学

生きていくことは凄く大変ですね
だから生きていこうと思う

辛くて苦しくてどうしようもない時がある
だから楽しくて喜ばしいことがある

時間は待っていてはくれない
だから一生懸命になれるんだよ

皆んな何かを背負い平等に生きている
不平等を感じた時は思い出して
生きている者同士なんだと

ぐるぐる回る地球の生物も太陽あつてのもの
誰かしらの恩恵を受けて私達は生きている
本当に独りきりの人なんてこの世にいるのかな？

生きていることに感謝の心を持ち沢山の光を浴びよう
それが生きる喜びだと思う

一緒に頑張って生きて行こう

NO,20

一つの道

進藤 学

人生は一本道だ
どんなに想い迷っても
一つの道だけを歩いている

No,21

ゆきりんだーすき

三井 亜季

どうしてゆきりんが事故で亡くなってしまったのー
まだ話したい事や旅行に行きたかったのにー
私がこの詩を書いているうちに胸が苦しくなる・・・
もっと一緒にいたい気持ちが強かったからだ・・・
その話はこのくらいにゆきりんの思い出を語ろう
私が3歳から障害者施設に入った時に仲良くなった
一緒にビデオをみたりおやつ食べたりした
ちょうど私が高校卒業前夏休みに再会する事ができた
キャンプで楽しい話やおもしろい話くだらない話で盛り上がった
プライベートで遊ぶ事は出来なかったけど楽しい思い出を作れた

ゆきりん！！ありがとうー！

るーるーるーるーるー
るーるーるーるーるー
るーるーるーるーるー

ゆきりん！！だーすき♪

No,22

いわけんは魔法使い。

三井 亜希

なぜだろういわけんと一緒にいると楽しくなるの？
いわけんが楽器をひくと笑顔になる
いわけんが歌をうたうと歌っている
いわけんが楽しんでいると踊りたくなる
それはねいわけんが魔法をかけたからだよ♪
ふだんなかなか会わない いわけんだが…
障害者のイベントやコンサートはもちろんふれコンで会うとなんだか
無駄にテンションMAXになってしまうのだ
そこにいても楽しくなる
だから音楽って本当に楽しい!!
いわけん だーいすき!!
これからもずっとずっと仲良くしてね♪
いつもの笑顔のいわけんでいてね!!
ふれコンがなくちゃ始まらないのだ

きっと上手くいくよ
可能星人！

いわけんサイコー！

NO,23

happy smile days

海老すいか

あの空の光を
浴びて歩こう
ゆっくりと進めばいい
切ない日は好きな歌を聴いて
皆で力を重ねて
皆で風を感じて
本当の未来を築いて行くんだ

微笑みの光の中で
君を探して見るね
涙を我慢しなくても大丈夫…
今この瞬間を大切にしたい
強い気持ちを追い風にして
世界を変えてみせるよ

あの悔（とき）の想い
心に仕舞って
木漏れ日を抱きしめた
優しい音を僕が奏でるから
皆で空を見つめて
皆で幸せを掴むよ
輝く未来は絶対来るからね

No,24

いとしき君へと

岩崎 ひとみ

ふっと空を見上げたら
太陽の光がキラキラとまぶしく
夏の海ぞいを君の長いかみがキラキラ光る
僕の胸をキューンとさせる中
何故だか遠くて手に届かない
ふしぎな夏の夜が今では
いとしくて せつなくて
僕に君に会いたくてケイタの音も
今では何故だかせつなくて
いとおしくていとおしくて
桜の花がキラキラと
夜の街をそっとそっと
ゆらりゆらりと夜の街を
夢の中へとそっとそっと
僕を君をそっと連れて行ってくれる
あの場所が今では
せつなくていとしくて
どうかこの思いよ
伝えてかなえて欲しいから
伝えてかなえて欲しいから
いとおしい君へと
いとおしい君へと
伝えたいから
伝えたいから
ラララ ラララ

No,25

春風と共に生きるコロナ

岩崎 ひとみ

春の桜と共に
初めて君と同じ作業場で
出逢えた時から
ふいにあなたの優しい声に
ふいにあなたの微笑みに
あなたのまぶしい笑顔が
あなたの優しい視線が
キラメク桜のコロナの中でも
いつも大丈夫って
声をあなたはかけてはくれた
あの日の作業との自動販売機の
前か作業等の中で
いつもさりげないあなたの
優しさが私の心を
そっとそっと
春の光の中で
今はマスクをして
除菌をする中でも
あなたの近くで
同じ時を刻み
同じ空気を吸って
同じ生きる事を感じて
同じ場所で
共に感じられるから
春の光の中で
共にあなたと
生きていきたいから
生きていきたいから
うらうら

No,26

春風ワークホールの昼休みの中で

岩崎 ひとみ

ふっとワークホール昼休み
1人 皆の中に入れずに
そこにはあなたがいるのに
10年間大好きな気持ちを
いつもの時が胸の痛みを
ほかの人がどうにかするって
話せずに時が今コロナで
こんなにもひとみは居たけど
今は時が二人を許してくれるかな
でも昼休みが大好きなの
ワークホールには
密かに胸をキューンとして
優しいあなたが
「どうした岩崎」っていて
何かあったって
「具合が悪いのか」って
胸のおくをやわらく
「言ってみ俺聞か」って
いつも私のことを優しく
答えてくれたあなたに
通所とにゅうしょと言う
春も夏も秋も冬も
今はあなたとならば
生きていけれそうな
春いろ昼の休み時間
大好きなあなたと
共にいられる日々を
大切にしていこう
どうかこの思いよ
伝えて叶えて
僕よ 時のシンデレラ
キラメク中で
うらうら

NO,27

あなたと出逢えた中で

岩崎 ひとみ

「あなたと出逢えた中で」
春のおだやかな中で
初めてあなた出逢えた
あの作業との時に
なぜだか私は
あなたの優しさがいつしかキューンとして
夜も眠れずにいた
あの 10 年かなぜだか
今ならば言えるの ひとこあなか
一番に大好きですと伝えたくて
でも伝えられずにいた
何げない日々の中で
今は先輩として
後輩として時 日々を
話したり同じものを一緒に
飲んだりブレスレットなど
いろいろと一緒にしていること
あなたの優しさが
私の心をそっとそっと春のおとずれと
光の中で優しく
感じられる中でほっとするんだ
あなたが あなたが一番に好きだから 好きだから
ケイタにあなたが
公衆電話 手紙も
みんな大好き ありがと
このせつない思いよ
伝えたいから
伝えたいから
うらうら

NO,28

夏色こうの坂道で

岩崎 ひとみ

ねえ キラ・キラメク
夏色の光とあなたが
いつも何故だか
ふどう中で私には
TEL の中で聞くだけで
いつも坂道へ行くと
だめだよって言うけど
ねえ あなたはメロディーは
サンタクロースのように
ポストへとふいに
送られる中で
今はコロナで
あなたの勝沼も
すべてが何故だか
何故だかいとしくて
せつなくて夜自転車で
近くまで行く中で
何故かしら いけない事は
わかって送ること TEL と
ふれコンで 話すこと
なのにもう 1 人の私が
胸の中を伝えて
伝えて素直になろって
ノックすの、ノックするけど
この想いはいけないの
ねえあなたの思いよ 伝えて
答え あなたの思いよ
とわに伝えて
夢を見せてほしいよ
この思い伝えて
欲しいから
ラララ

NO,29

EXILE さんて

石井 ひかり

EXILE さんに伝えたいことがあるんだ
あなたたちのグループのファンである
ってこと それに好きであるってこと
大人の私でも乙女心が
残っていた 恋の力ってすごいな
EXILE さんのこと考えている
だけで幸せになれた EXILE さん
本当にありがとう
一日一秒忘れたことはない
TV に映つる番組は
いつも見ています
これからもずっとずっと
好きな気持ちにさせて
くださいネ♡
EXILE さんのみんな
仕事ガンバってネ♡
応援してますよ

NO,30

コロナの先に

石井 ひかり

コロナの先に一体何が
あるのかな？
マスクを 外しみんなで
笑える日が出来たら
いいよね？
今出来る
ことからガンバってやろ！
手洗い うがい 換気
どれもみんなが出来ること
この日本を愛そう
この地球を愛そう
私この日本が一番好き
あなたは好きですか？

NO,31

僕を差す光

後藤 拓也

明日僕が笑ってられるように
悩みの種をどこかに捨てようとした長い夜
心の傷を誰かに見せられたらいいな
転んだ時には大切な意味を見つけられたらいいな
結局どこにも捨てられず抱えている長い夜
心の温度を上げて生きていることを確かめたら
希望も夢も持っていた
泣いたっていい 笑いたい
一歩前へ 凸凹な道転びながら歩く僕に
ささやかな光確かに僕を差す光
明日君が笑ってられるように
悩みの種を分けてもらおうとした長い夜
心の扉を優しくノックできたらいいな
迷惑にならない距離から支えられたらいいな
結局言葉が出なくて立ち尽くす長い夜
根拠なんかないけど「君ならできる」って分かるから
希望も夢も無くさない
止まったっていい 信じたい
一歩前へ 真っ暗な道
迷いながら歩く君にやわらかな光
確かに君を差す光
言いたいことは何だった？
言えないことは何だった？
両方が居場所を見つけたら
自分に自分に
大好きを送るんだ
心の温度を上げて生きていることを確かめたら
希望も夢も持っていた
泣いたっていい 笑いたい
一歩前へ 凸凹な道
転びながら歩く僕に
ささやかな光確かに僕を差す光君を差す光

NO,32

片思い春風昼休み

岩崎 ひとみ

春色の桜の花びらが
ゆうり、ゆうり春風と共に
君の初めて出逢えた
ワークホーム 作業との中で
いつもあなたは私にも皆んなにも
優しいあなたの微笑みが
優しいあなたの声が
私の心をいつしかいつしか
キューンとさせた
あの夏の 納涼祭
クリスマスあんなで
人しれず感じていた
胸のキューンとさせていた
好きと言う気持を伝えられず
いた 10 年間で分今でも胸が
痛かったけどただ伝えたいことは
いつまでも 先輩後輩
としていて欲しい
そして電話の中で写真の中の
優しい 先輩
春色の風にキラメクピンク色キラリ
キラリと咲き誇れる昼休み
キラ・キラ 恋のはじめ
この気持ちは伝えて
かなえて欲しいから
かなえて欲しいから
ララララ

NO,33

すき

かずみ

さくらがすき
可愛いところが好き
歌が上手なところが好き
背が高いところが好き
足がおそいところが好き
韓国語も日本語も上手なところが好き
ダンスが上手なところが好き
みんなにやさしいところが好き
私はさくらが大好き

ミイヒが好き
美人なところが好き
犬みたいなところが好き
歌がものすごく上手なところが好き
歌声がきれいなところが好き
年下とは思えないくらいに大人っぽいところが好き
すぐ泣くところが好き
字がきれいなところが好き
私はミイヒが大好き

NO,34

雨

レオ

あたまがいたくなるから嫌い
雨のにおいが嫌い
ぬれるから嫌い
じめじめするから嫌い
寒くなるから嫌い
かみなりがなるから嫌い
でも 雨のおとは好き

NO,35

生きる

拓海&いしはら

生きているということ

いまいきているということ

それは体を動かせる心があること

ともだちと協力したり分かちあえたりすること

コミュニケーションをとったりいろいろなことを考えたりすること

そしてあるくことはしること

生きているということ

いまいきているということ

それはガンブラや好きなゲームをすること

学校で勉強すること

家族みんなで過ごすこと

寝ること起きること食べること

笑うこと泣くこと

そしてこたつでごろごろすること

NO,36

楽しい場所

佐野 久美子

①

私が楽しい場所そこには、
笑顔溢れる仲間がいて
それを見守ってくれる人がいる
仲間と一緒にギターに合わせて
歌ったらステキなハーモニー

②

いつも笑顔にさせてくれる
私が楽しい場所や優しくしてくれる人達みんなありがとう

NO,37

お母さんと私の呼び方

佐野 久美子

お母さんは私の事をくーちゃんと呼ぶ
くーちゃんと呼ばれると幸せ
私はお母さんのことをさっちゃんと呼ぶ
これがお母さんと私の呼び方

NO,38

会いたい

佐野 久美子

①

今はなれていても心は繋がっているよ 早く会いたい

みんなの笑顔が見たい

今はなれていても忘れないよ

みんなの笑顔は大きな太陽

②

今はなれていても忘れないよ

会いたいあなたの幸せ願っている

みんなの笑顔はスマイルニコニコ

笑顔暖かい太陽みたいに

NO,39

今を生きる

佐野 久美子

①

今日も元気みんなの
パワーを貰い今を生きる
当たり前の事だけど幸せ
一歩ずつ、一歩ずつ進んで行こう

②

小さな花もいつかは大きく花開く
焦らなくていいよ
小さな花も大きな花もみんな生きている
自然の風に吹かれながら
今を生きるすべてのものを守りたい

NO,40

ともろう

佐野 久美子

①

ともろうともろう素敵な場所
みんなの笑顔が溢れてる
一人一人違うけれど、みんな違ってそれでいい

みんな笑顔素敵だね
みんなと一緒に楽しもう

②

ギターギターいい音色
みんなで楽しく歌い出す
みんなみんな踊り出す
心と体も元気になる。

NO,41

かき氷

佐野 久美子

①

かきごおり かきごおり
ふわふわの氷の上にシロップ
かけるよ私はイチゴが好き
かき氷甘くて冷たくて美味しい
夏にかき氷食べると涼しくなる

②

かきごおり、かきごおり
お祭りの屋台でも必ず買うよ
冷たくて甘いくて美味しい
いろいろな色があるね
ふわふわ氷の上でシロップが広がる

NO,42

コロナ

佐野 久美子

①

コロナが来たぞ戦うぞ

手洗い、うがいで退治しよう

コロナが来たぞ戦うぞ

いっぱい食べていっぱい寝るぞ

コロナと戦う合言葉

それは「うがい」「手洗い」「よく食べる」「よく寝る」

これを守れば大丈夫

②

コロナが来たぞ戦うぞ

毎日マスクも忘れずに

みんなで倒そうコロナの菌

みんなの幸せ守るため

No,43

母ちゃん

坂本 早百合

母ちゃんは きれいだった。
母ちゃんは やさしかった。

わたしをかわいがってくれて
ありがとう。

わたしの心の中でいつも
やさしいままの母ちゃんだよ。

母ちゃんに会いたいよ
母ちゃん見守っててね。

わたしは ちゃんと

生きていくからね。

No,44

家 族

小林英昭

家族とお母さんと僕

お母さんが僕を産んでくれた

お母さんが僕を産んでくれたことがうれしい

何を伝えたらいいかわからない

No,45

思い出

河野 貴

ある日 愛している人がいた

それは看護師さん

愛を伝えた

受け入れられなかった

今でも思っている

心が痛い

誰か助けて

No,46

明るい未来へ

大坪正之

いつもの日常とは違う生活
会いたい人はたくさんいるけど会えない寂しさ
色々出来ないことも増えて悲しくなった

1日も早く会いたい人に会ったり、
出来ないことが出来たりするようになればいいな。

なかなか元通りの生活にはならないけれど
みんなで力を合わせて、協力して一步一步歩いて行き
明るい未来を待っていたいな…。

No,47

おばあちゃん

関 紀代美

心の中にいるおばあちゃん
会いたくなかったよ
おはなししたいよ

ここに来てよ
ここに来て 一緒におはなししたいよ
出てきてよ

お顔が見たいよ
心の中だけじゃなくて 会いに来てよ

おばあちゃんのことを想うと 会いたくなっちゃうよ
おばあちゃん 大好きだよ

NO,48

きらめき

早川節子

小4の夏 友達の部屋のポスターの
あなたに恋をしてから
長い長いときが流れ
ずいぶん年を取ったけれど、

あなたに出会えたこの世界に
この日本に
この時代に生きていること
同じ時にいられることに感謝します

きらびやかなステージの
きらめくあなたを見るたび
平凡な私の心にも光がさしこんでくる
数え切れないほどの素敵な姿を私は忘れないでしょう

あなたに会えた日は
いつも帰りの電車の中で
頭に残るリズムいつまでも
そしてなんだか 少し
いい感じの私になるの

もう世界が終わっても
きらめいた時は消えない

だから いいの

らららららら～
るるるるるる～

ふふふふふふ～

NO,49

Lost Girl, Lost Boy

あさとよしや

カムチャッカのわかものが
薄氷のみずうみを渡るとき
メキシコのむすめは朝もやの中
ハンドメイドマスクを売る

ahah uhuh, 今日もありがとう ロストガール
ahah uhuh, 明日を祈ろう ロストボーイ

ニューヨークの少女が
ICU で寝返りさせられて
日射にやられたローマの少年は
あおい運河を泳ぎまわる

ahah uhuh, 今日もありがとう ロストガール
ahah uhuh, 明日を祈ろう ロストボーイ

やがて人類は滅びるね
きっと多分、核戦争か環境汚染とかで

だけど僕らは永遠に
原形を留めよう 身体は朽ちても
心は琥珀の宝石になって

ahah uhuh, 今日もありがとう ロストガール
ahah uhuh, 明日を祈ろう ロストボーイ

NO,50

だいじょうぶ

秋和 さとる

生きていると 誰でも
泣きたくなるときがあるよね
そんなときは 笑って
この言葉をいおう

だいじょうぶ だいじょうぶ
みんなキミの味方だよ
だいじょうぶ だいじょうぶ
どうにかなるのさ

生きていると 誰でも
くじけそうなきがあるよね
そんなときも 笑って
この言葉をいおう

だいじょうぶ だいじょうぶ
息を深く吸ってみよう
だいじょうぶ だいじょうぶ
あとはやるだけさ

なんでじぶんばかりと
思うこともあるけれど
こうして 生きているんだ
今度もきっと だいじょうぶ

うまくいかないことでも
急にうまくいくかもね
これからも 生きていくんだ
明日はきっと だいじょうぶ

生きていると 誰でも
うれしい瞬間があるよね
未来は いつでも

君のことを待っている

だいじょうぶ だいじょうぶ
きつとうまくいくから
だいじょうぶ だいじょうぶ
信じてみようよ

だいじょうぶ だいじょうぶ
悲しみが大きくても
だいじょうぶ だいじょうぶ
一歩前に出てみよう

だいじょうぶ だいじょうぶ
みんなキミの味方だよ
だいじょうぶ だいじょうぶ
楽しく生きようよ

NO,5 1

風雅・羽蝶々

秋和 さとる

木々の緑はより深く
花の白は美しく
岩に座り その目閉じれば
何処より鳥の声

芽吹の風に 舞う桜
葉ずれ清かな木陰
久遠の空 色づく紅葉
真白き 深雪の絹

どんなに遠くに離れても
すぐに帰れる場所
いつでも心の 寄り処
生命芽吹く 故郷

大いなる大地に包まれて
我らは時を紡ぐ
そよ風吹き 歌声が舞う
笑顔が咲く 故郷

過去を紡ぎ 爾今は錦
御空高き 故郷

No,52

だいじょうぶ

坂本 和輝

もうすぐ会えるよ みんなで乗り越えよう
今は手をつなぐことは出来ないけど
未来の時間に手をつなごう

今しかない我慢のとき みんな同じだよ
頑張ろう ファイト！ 世界のみんな
頑張ったあとには たらふくなご褒美が待ってるぜ

だいじょうぶ だいじょうぶ みんなは出来る
だいじょうぶ だいじょうぶ ぼくたちは出来る

同じ青い空の下で みんな生きている
耳をすませば聞こえるよ 心の中で聞こえるよ
みんながいるから 僕も頑張れる

待ち遠しいけど みんなで我慢しよう
今はまだ会うことは出来ないけど
また会える日を楽しみにしよう

辛いこともあるけれど みんな同じだよ
祈ろう 心から 僕らの願い
頑張ったあとには たらふくなご褒美が待ってるぜ

だいじょうぶ だいじょうぶ 夢はかなう
だいじょうぶ だいじょうぶ ぼくたちは出来る

同じ青い空の下で みんな生きている
きっと希望の花が咲く きっと未来の道は開くよ
みんながいるから 僕は頑張れる

10年後も 100年後も ずっとずっと
「人生」という名の 旅を楽しもう