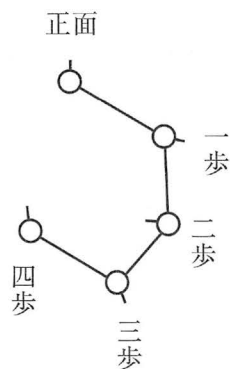


十 夜 和 讃

曾 我 晃 也 作 曲
菊 地 謙 雄 振 付

唱え奉る十夜		静かに合掌	
御和讃に		合掌のまま左足をくずして静かに立ちます（合掌はくずさない）	
歌	手	足	
き	両手両側より頭上に円を描く	右足斜右前に一歩出す	
	ようにあげ		
みょう	そのまま中央を静かにおろして合掌する	左足を右足に揃え膝をまげて低頭	
ちょ	「きーみょう」と同じ動作を繰り返す	左足を斜左前に一歩出す	
う			
ら		右足を左足に揃え膝をまげて低頭	
い			
(半拍休)	両手合掌のまま頭上高くあげ	右足を正面に一歩出す	
あ			
み			
だ	つづいて両側へ開き下す		
ぶ			
つ	両手を中心にまわし右手を右眼前に立て片手	左足を右足に揃える	
	合掌左手水平に掌を上にして体前に頂く形		
(休)			
せ	右上上に立てたまま下へおろし顔は手に向け	右足「つまさき」で一歩前の地を(やや右側の	
	る	方向)軽くたたく	
しゅ	同じ手の形のまま上にあげる	その右足に体重をかけてふみ出す	
の	顔も右手に注いで上を仰ぐ		
み	右上上から外側にまわし降し中心を上にあげて	「せつしゅ」の動作を左足に行う	
ひ	体前で水平に頂く形左手は下から外側上に回し		
か	て左体前に掌を内向きに立て(片手合掌)右手		
り	そのまま左手高く上にあげる顔は左手に注ぐ		

歌	手	足
(休)	「せっしゅのみひかり」の動作を繰り返す	
あま		
ね		
き		
て		
―		
―		
(休)		
ふ	両手右側上方に掌を上にしてすくいあげる様	右足斜後方に一步出し腰をおとし
―	にして伸す	
しゃ	そのまま両手指を結んで手首内にまわして掌	左足を右足に揃えと同時に腰を伸す
の	を上にもうけてパッと指をひらく	
す	両手左肩上方にすくいあげ	左足一步出し後方向きとなり腰をおとし
く		
―		
い	「しゃの」の要領を繰り返す	右足を左足に揃えと同時に腰を伸す
を		
(半拍休)	「ふーしゃのすくいを」の動作を繰り返す 十六呼間に右廻り四歩で後方にかえる様に 一回転する	
も		
ろ		
び		
と		
に		
―		
―		
―		



歌	手	足
(半拍休) ち	両手肩水平に両側に伸す	正面向きで右足一歩右にふみ出し
	顔は右向きにする	体重をかける
れ	両手首を組み合すように(反対合掌)	左足を更に右足前に交差するよう右に
て	指を上を開いて胸の前にくむ(顔左むき)	出し両膝を少しまげる
ち		
か	反対の動作を左方に行う	
い		
を		
(休) とげ	両手頭上から両側に開いておろし	正面向きに右足一歩後退
た		
も		
う	下からすくう様に眼前に伸して頂き	更に左足一歩後退させて左膝をついて
	低頭する	立膝となる
	(繰り返し舞う時は立って右足引いて左足に揃え両手合掌する)	
(休)		
最後に正座して合掌する		

ポイント注意

【せーしゅの】 手と顔の動き。上にあげる手の動きにあわせて顔をあげてください。

【ふーしゃの】 上げた手を開くところ。蓮の華の開花をあらわすように指を上に向けてパツと開きます。