歌と食で
静岡を元気に!!
静岡"愛"全力応援団

ウウウ パクパク

静岡県内全35市町

ご当地 歌詞BOOK

TOKAI GROUP
TOKAIグループ

コンセプト

TOKAIグループは、地元であり、たくさんの応援をいただいてきた静岡県に恩返しをしたい、そして静岡県をもっと元気にしたいと考え、2017年11月に「ご当地ソングで静岡を元気に!!」プロジェクトを立ち上げ、ご当地デュエットソング「思い出の交差点」をテーマソングに地域活性化の一翼を担いました。そして今回、「歌と食で静岡を元気に!!」プロジェクトでより一層静岡県を盛り上げ元気にしていきます！
食のイベント開催や踊って楽しいご当地ソングなどワクワクプロジェクトです！食べて、歌って、踊って静岡をもっともっと元気に!!

「歌と食で静岡を元気に！！」プロジェクト　テーマソング『らららパクパク』

歌うことも、食べることも、クチから始まり、みんなとつながることで、元気の源が育まれていきます。静岡県内35市町の食材、食文化、名所等を歌詞で表現した新・ご当地ソング、『らららパクパク』はサンバのリズムで、世代を超えてみんなが歌って踊れる明るいダンスミュージックです。

「歌と食で静岡を元気に！！」プロジェクト　公式Instagram

静岡の情報が盛りだくさん！

こんな情報を発信しています！

アカウントはこちら！

「＃歌と食で静岡を元気に!!」
または
「＃歌と食」で検索できます！

歌と食で静岡を元気に!!全力応援団です！
歌や食、イベント情報など静岡に関する様々な魅力を発信しています。
あなたのおすすめを
＃歌と食で静岡を元気に
で投稿してください♪
静岡を一緒に盛り上げましょう！

是非フォローを
お願いします！

楽曲制作関係者プロフィール

作詞・作曲・監修

谷 真人
(Tani Masato)

静岡市出身。音楽クリエイター（作曲家、音楽プロデューサー、ピアニスト、クリエイティブ･ディレクター）、東京外国語大学卒業後ビジネスマンを経て現在に至る。CMなどのメディア音楽や舞台音楽の作曲、アーティストへの楽曲提供、ピアノ演奏活動、内外のアーティストのプロデュースを行うとともに、クリエイターとしても様々な分野の企画・制作・アートディレクションを行っている。

シンガー

今村洋一
(Imamura Youichi)

島田市出身。俳優。国際基督教大学を卒業後「ユーリンタウン」にて文化庁芸術祭新人賞にノミネート。帝国劇場や日生劇場といった舞台を中心に、数多くのミュージカルや芝居に出演している。近年は「ミス･サイゴン」「ザ・ミュージック・マン」の静岡公演にも出演。

ダンス振付

YASU
(植月 泰匡)

神奈川県鎌倉市出身。A型。成城大学法学部法律学科卒業。ジャニーズ事務所を経て「YASU」の名でフリーのダンサーとなり、現在は様々なアーティストのバックダンサーなどを務めている。

らららパクパク

作詞・作曲：　谷　真人

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

お茶　みかん　桜えび　うなぎ　まぐろ　あるじゃんね
静岡は　どこ行っても　なに食べても　うまいら
そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

わさび　しらす　メロン　いちご　キンメダイ　カツオも
静岡は　おいしい国　陽気な衆ら　集まる
グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

目　次

コンセプト……p.02
楽曲制作関係者プロフィール……p.03

西部

浜松市……p.05
湖西市……p.06
森町……p.07
掛川市……p.08
菊川市……p.09
御前崎市……p.10
磐田市……p.11
袋井市……p.12

中部

静岡市……p.13
吉田町……p.14
牧之原市……p.15
川根本町……p.16
島田市……p.17
焼津市……p.18
藤枝市……p.19

東部

三島市……p.20
富士宮市……p.21
富士市……p.22
小山町……p.23
長泉町……p.24
清水町……p.25
沼津市……p.26
裾野市……p.27
御殿場市……p.28
函南町……p.29

伊豆

河津町……p.30
南伊豆町……p.31
松崎町……p.32
西伊豆町……p.33
熱海市……p.34
伊東市……p.35
下田市……p.36
東伊豆町……p.37
伊豆市……p.38
伊豆の国市……p.39

浜松市

徳川家康公が天下人となるための礎を築いた「出世の街 浜松」。繊維・楽器・輸送用機器や光・電子技術など多様な産業が集積する「ものづくりの街」でもあり、豊かな自然環境や食文化など多彩な魅力あふれる街です。

らららパクパク　浜松市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

うなぎ　みかん　とらふぐ　餃子　浜名湖が　あるじゃんね
浜松は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

はも　かき　すっぽん　馬鈴薯　ガーベラ　浜松まつり　姫様道中
浜松は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

うなぎ

みかん

餃子

浜松まつり

提供：浜松市

湖西市

緑豊かな湖西連峰や釣り・マリンスポーツを楽しむことができる浜名湖など豊かな自然が魅力のまち。東海道の宿場町としても栄えたことから、日本で唯一現存する新居関所をはじめ、貴重な文化財も多く残っています。

ららら パクパク　湖西市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

うなぎ　プリ丸　しらす　豚肉　浜名湖が　あるじゃんね
湖西は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

セルリー　みかん　キャベツ　もちがつお　うずらも　遠州灘も
湖西は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

プリ丸

浜名湖

キャベツ

もちがつお

提供：湖西市

森町

森町は、三方を小高い山々に囲まれ、中央を太田川が流れる風情豊かなまち。由緒ある神社仏閣も多く、「遠州の小京都」と呼ばれ、自転車での町内散走ができます。戦国夢街道や町民の森のハイキングもおすすめです。

ららら パクパク　森町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

甘々娘　甘太郎　小國神社　あるじゃんね
森町は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

治郎柿　お茶　レタス　メロン　椎茸　花菖蒲も
森町は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

甘々娘

小國神社

椎茸

花菖蒲

提供：森町

掛川市

掛川市は新幹線や2つの高速道路IC等交通アクセスが良く、起伏に富んだ豊かな自然が特徴です。かつての東海道交通の要衝であり、掛川城を含む3つの城が築かれました。全国有数の茶の産地でお茶と暮らすまちです。

ららら パクパク　掛川市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

深蒸し茶　緑茶スイーツ　いも汁　お城　あるじゃんね
掛川は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

メロン　トマト　いちご　ちゃんぱん　掛川花鳥園　つま恋も
掛川は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

深蒸し茶

いも汁

掛川城

掛川花鳥園

提供：掛川市

菊川市

菊川市は、田んぼアート、上倉沢棚田などの自然や横地城跡などの重要文化財、史跡など数々の歴史・遺産に触れることができる街です。また、名産のお茶をはじめとする農産物や絶品グルメなども楽しむことができます。

ららら パクパク　菊川市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

お茶　トマト　メロン　芽キャベツ　田んぼアート　あるじゃんね
菊川は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

ブルーベリー　ちゃ豆　千枚の棚田　赤レンガ倉庫　きくのんも
菊川は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

お茶

芽キャベツ

田んぼアート

赤レンガ倉庫

提供：菊川市

御前崎市

静岡県最南端の岬を有する御前崎市は、海に囲まれた自然豊かなまち。市のシンボル御前埼灯台をはじめとして雄大な海の絶景に出会えます。新鮮な海の幸や遠州夢咲牛などの特産品も魅力です！是非遊びに来てください！

らららパクパク　御前崎市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

生かつお　寒ザワラ　灯台が　あるじゃんね
御前崎は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

夢咲牛　一黒しゃも　つゆひかり　砂丘も
御前崎は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

遠州夢咲牛

一黒しゃも

つゆひかり

浜岡砂丘

提供：御前崎市

磐田市

磐田市は、サッカー・ジュビロ磐田のホームタウンであり、ラグビー・静岡ブルーレヴズのホストタウン、東京2020オリンピック卓球の金メダリスト・水谷隼さん、伊藤美誠選手の出身地で知られるスポーツのまちです。

らららパクパク　磐田市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

海老芋　パプリカ　おもろカレー　釜揚げしらす　あるじゃんね
磐田は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

裸祭　しっぺい　ヤマハスタジアム　昆虫公園　キャンプ場も
磐田は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

パプリカ

おもろカレー

釜揚げしらす

見付天神裸祭

提供：磐田市

袋井市

袋井市は、田園や茶畑に彩られた豊かな自然と、遠州三山と呼ばれる名刹や東海道五十三次のどまん中「袋井宿」などの古い歴史に恵まれたまちです。最高級マスクメロン「クラウンメロン」の産地としても有名です。

ららら パクパク　袋井市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

クラウンメロン　厄除だんご　エコパが　あるじゃんね
袋井は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

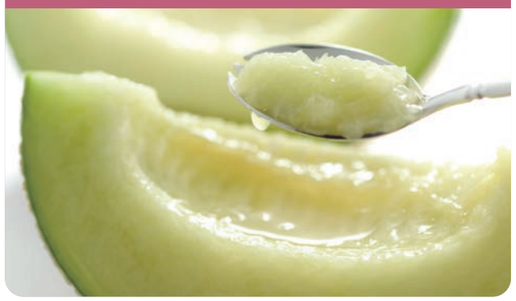
＊リピート

たまごふわふわ　フルーツトマト　遠州の花火　風鈴まつり
袋井は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

クラウンメロン



厄除だんご

ふくろい遠州の花火

遠州三山風鈴まつり

提供：袋井市

静岡市

静岡市は、北は南アルプスから南は駿河湾に至るまで豊かな自然環境を有し、今川氏や大御所時代の徳川家康公の城下町として発展を続けてきました。「お茶」などの山の幸、「マグロ」などの海の幸に恵まれており、「プラスチックモデル」などの産業が有名です。

ららら パクパク　静岡市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

わさび　まぐろ　桜えび　しずまえ　オクシズ　あるじゃんね
静岡市は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

しらす　缶詰　しぞーかおでん　石垣いちご　海山の幸
静岡市は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

桜えび

缶詰

しぞーかおでん

石垣いちご

提供：静岡市

吉田町

駿河湾を望み、東に大井川が流れる吉田町は、うなぎ・しらす・レタスなどの自慢の味や、小山城・四季の花々などの見所、凧揚げまつり・奴道中などの行事も盛りだくさんの魅力溢れるまちです。是非お越しください。

ららら パクパク　吉田町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

うなぎ　しらす　レタス　凧(たこ)あげ　花火(はなび)も　あるじゃんね
吉田(よしだ)は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

メロン　かりんとう　展望台小山城(てんぼうだいこやまじょう)　林泉寺(りんせんじ)の長藤(ながふじ)も
吉田は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

うなぎ

しらす

展望台小山城

林泉寺の長藤

提供：吉田町

牧之原市

牧之原市は、静岡県中部の南端にある海辺の町です。県内有数の大茶園や富士山静岡空港に加え、多くのサーファーが賑わう15kmもの海岸を有し、都会の喧騒から逃れてのんびりとした雰囲気の中で過ごせる街です。

ららら パクパク　牧之原市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

さがら茶　スイカ　みかん　空港(くうこう)が　あるじゃんね
牧之原(まきのはら)は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

芋切り干(いもきりぼ)し　大根(だいこん)　レタス　メロン　静波海岸(しずなみかいがん)も
牧之原は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

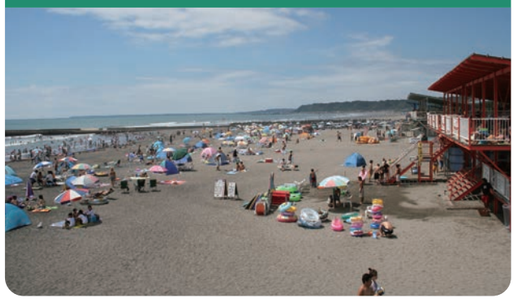
＊リピート x 2

さがら茶

芋切り干し

レタス

静波海岸



提供：牧之原市

川根本町

お茶の町、川根本町。特産の川根茶は香り高く、色・味共に深みのあるお茶です。ダム湖に浮かぶ秘境駅・エメラルドグリーンの湖上に架かる夢のつり橋など四季が織りなす山の変化と共にお楽しみください。

ららら パクパク　川根本町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

川根茶　ゆずのコーラ　つり橋が　あるじゃんね
川根本町は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

お茶スイーツ　しいたけ　やまめ　寸又峡に　機関車も
川根本町は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

川根茶

ゆずのコーラ

寸又峡

機関車

提供：川根本町

島田市

大井川流域に広がる島田市は、日本一の茶どころ静岡県の中でも有数の茶産地であり、地球上でもっとも緑茶を愛する街として、市民の緑茶愛が溢れ、自然・歴史・美味・人情がたっぷり詰まった癒しの里です。

ららら パクパク　島田市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

コンセプト緑茶　黒大奴　小饅頭　大井川鐵道が　あるじゃんね
島田は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

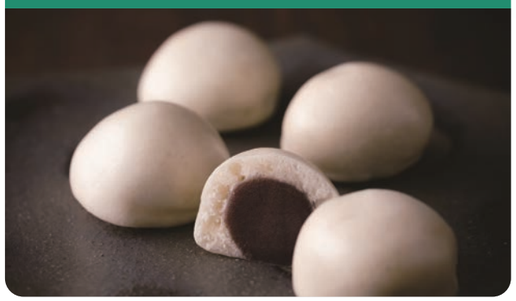
緑茶スイーツ　川根温泉　諏訪原城　蓬莱橋も
島田は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

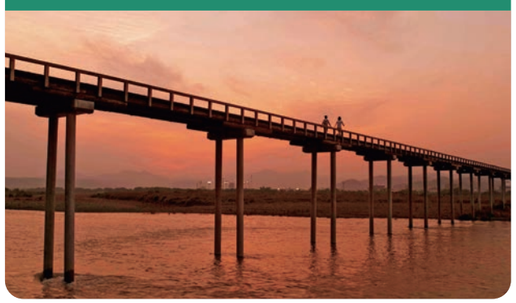
黒大奴

小饅頭



大井川鐵道

蓬萊橋



提供：島田市

焼津市

焼津市は駿河湾に面した日本有数の水産都市です。マグロやカツオなどの新鮮な海産物や、温暖な気候と大井川の豊かな水源を生かしたお米やトマトなどの農産物も豊富です。また、温泉や釣りなども楽しめるまちです。

ららら パクパク　焼津市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

ミナミマグロ　カツオ　うなぎ　しらすに焼津港　あるじゃんね
焼津は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

桜えび　サバ　黒はんぺん　焼津温泉　花沢の里
焼津は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

ミナミマグロ

カツオ

黒はんぺん

焼津温泉

提供：焼津市

藤枝市

東海道宿場町として栄えてきた歴史と文化のまち、藤枝。ＪＲ藤枝駅周辺の中心市街地の発展、また、茶の生産も盛んで、歴史と伝統あるサッカーが文化として根付きます。“幸せになるまち藤枝”の魅力あふれる歩みが続いています。

ららら パクパク　藤枝市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

朝ラーメン　玉露　ほととぎす漬け　蓮華寺池　あるじゃんね
藤枝は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

朝比奈ちまき　いちご　染飯　せとやコロッケ　柏屋　サッカーも
藤枝は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

朝ラーメン

玉露

ほととぎす漬け

蓮華寺池公園

提供：藤枝市

三島市

富士山の雪解け水が、まちのいたるところから湧き出す「水の都」三島。市街地を流れる源兵衛川は、初夏にはホタルが舞い、夏には子どもたちでにぎわう、市民の憩いの場となっています。

らららパクパク　三島市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

みしまコロッケ　甘藷スイーツ　三嶋大社　あるじゃんね
三島は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

三島うなぎ　三島馬鈴薯　源兵衛川　スカイウォークも
三島は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

甘藷スイーツ

三嶋大社

三島うなぎ

箱根西麓三島野菜

提供：三島市

富士宮市

日本一の高低差を誇るまち。豊かな自然の中で満喫できるアウトドア、富士山の湧き水に恵まれた酒造業、朝霧高原での畜産業が盛んであり、富士山本宮浅間大社や白糸の滝など観光名所が数多くあります。

らららパクパク　富士宮市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

やきそば　牛乳　ソフトクリーム　富士山が　あるじゃんね
富士宮は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

ニジマス　ヨーグル豚　お茶にいちご　白糸の滝　朝霧高原
富士宮は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

やきそば

ソフトクリーム

ヨーグル豚

白糸の滝

提供：富士宮市、朝霧ヨーグル豚販売協同組合

富士市

富士市は、海抜０メートルから富士山までを市域に持ち、その魅力を表すブランドメッセージとして「いただきへの、はじまり 富士市」を掲げています。豊かな自然環境や製紙業に代表される産業などたくさんの魅力があふれるまちです。

ららら パクパク　富士市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

ゆでらっかせい　わくわくコーン　しらす　富士山（ふじさん）　あるじゃんね
富士市（ふじし）は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

つけナポリタン　カリフラワー　甘（あま）いガンモ　工場夜景（こうじょうやけい）も
富士市は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

ゆでらっかせい

わくわくコーン

しらす

つけナポリタン

写真提供：富士市

小山町

小山町は静岡県の最北東にある富士山の麓の緑と水に恵まれた金太郎生誕の町です。 東京２０２０オリンピック・パラリンピックの自転車競技ロードレースが開催され、サイクルタウン小山町としてもPRしています。

ららら パクパク　小山町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

コシヒカリ　水かけ菜（な）　わさび　富士山須走口（ふじさんすばしりぐち）　あるじゃんね
小山町（おやまちょう）は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

金太郎（きんたろう）トマト　金時公園（きんときこうえん）　富士山（ふじさん）まぼろしの滝（たき）　スピードウェイ
小山町は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

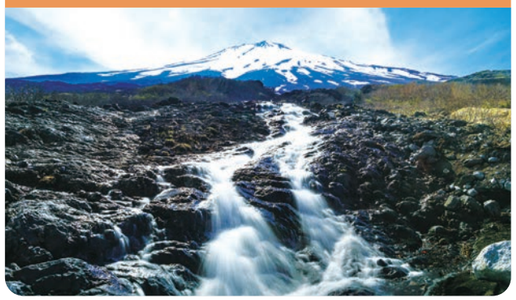
グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

金太郎トマト

金時公園

富士山まぼろしの滝



富士スピードウェイ

提供：小山町

長泉町

長泉町は豊かな自然や交通アクセスの利便性が高いことから、優良企業が多数立地するなど財政力が安定しています。恵まれた環境などの強みを活かしながら、コンパクトな町だからこそできるまちづくりを進めています。

ららら パクパク　長泉町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

あしたか牛　白葱　メロン　愛鷹山　あるじゃんね
長泉は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

大和芋　桃沢わさび　四ツ溝柿　鮎壺の滝
長泉は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

あしたか牛

白葱

四ツ溝柿

鮎壺の滝

提供：長泉町

清水町

富士山の南麓、沼津市と三島市の間に位置する清水町は、町の中心を国指定天然記念物の柿田川が流れ、狩野川と黄瀬川に囲まれた清流のまちです。交通利便性が高く、商業施設が充実しており、居住環境が良いまちです。

ららら パクパク　清水町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

緑米　糀　とうふアイス　柿田川が　あるじゃんね
清水町は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

富士山百年水　百年水豆腐　公園の湧水群
清水町は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

緑米

柿田川

富士山百年水

百年水豆腐

提供：清水町／カメヤ食品株式会社

沼津市

富士山の絶景に白砂青松が続く豊かな自然と伊豆への交通拠点としての高い利便性が調和した魅力あふれるまち、沼津市。温暖な気候から育まれる産業や豊富な食、歴史、文化、スポーツなどの地域資源により、賑わいを創出しています。

ららら パクパク　沼津市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

西浦みかん　干物　お茶　千本松原　あるじゃんね
沼津は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

深海魚　狩野川花火　沼津港　御用邸
沼津は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

西浦みかん

干物

深海魚

狩野川花火

提供：沼津市／ JA ふじ伊豆

裾野市

裾野市は富士山、愛鷹山、箱根外輪山と豊かな自然に囲まれ、グローバル企業が集積し、自然と産業が調和する街です。トヨタ自動車が建設を進める先端テクノロジーの実証都市「ウーブン・シティ」が注目されています。

ららら パクパク　裾野市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

タケノコ　いちご　ヘルシーパーク　サファリパーク　あるじゃんね
裾野は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

あしたか山麓裾野そば　すやまうどん　遊園地も
裾野は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

タケノコ

いちご

ヘルシーパーク

すやまうどん

提供：裾野市

御殿場市

富士山と箱根の間に位置する高原都市で、首都圏からのアクセスが良好です。「世界文化遺産」の富士山と四季折々の美しい景観を望めます。雄大な自然に囲まれたスポーツ環境や豊富な農作物など、魅力が盛り沢山！

ららら パクパク　御殿場市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

みくりやそば　こしひかり　富士山が　あるじゃんね
御殿場は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

わさび　金華豚　ソーセージ　ハム　水かけ菜　アウトレット
御殿場は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

みくりやそば

こしひかり

ハム

水かけ菜

提供：御殿場市

函南町

函南町は、静岡県伊豆半島の玄関口、箱根の南に位置し、都心へ約1時間と便利な地理的条件と、富士山の眺めをはじめ、風光明媚、気候温暖で、豊かな自然環境に恵まれた町です。

ららら パクパク　函南町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

丹那牛乳　ヨーグルトにチーズ　十国峠　あるじゃんね
函南町は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

スイカにいちご　仏の里美術館　道の駅　オラッチェも
函南町は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

丹那牛乳

函南西瓜

仏の里美術館

道の駅

提供：函南町

河津町

河津町は伊豆半島の南端に位置し、早咲きの河津桜や河津バガテル公園のバラなど、１年中花が咲き誇るほか、通年楽しめる河津七滝や家族連れに人気の今井浜海水浴場など、自然豊かな魅力あふれる町です。

ららら パクパク　河津町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

わさび　ズガニ　ブルーベリー　アユ　河津桜　あるじゃんね
河津は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

ニューサマーオレンジ　伊豆の踊子　打上げ花火も
河津は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

ズガニ

ブルーベリー

河津桜

伊豆の踊子

提供：河津町

南伊豆町

南伊豆町は、伊豆半島最南端に位置していて、三方向が海に囲まれた風光明媚な町です。年間を通して温暖な気候に恵まれ、春夏秋冬いつ訪れても美しい景色や植物、その季節ごとの農・海産物を楽しむことが出来ます。

ららら パクパク　南伊豆町バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

温泉メロン　伊勢海老　干物　石廊埼灯台　あるじゃんね
南伊豆は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

サザエ　みかん　タケノコ　キンメダイ　あいあい岬　弓ヶ浜
南伊豆は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

温泉メロン

伊勢海老

石廊埼灯台

弓ヶ浜

提供：南伊豆町

松崎町

伊豆半島南部に位置する松崎町。全国でも希少となったなまこ壁建造物、一時は廃れ消滅の危機にさらされた石部の棚田、紺碧の駿河湾と富士山を望む美しき風景など、どこか懐かしい気持ちにさせる日本の原風景にふれることができます。

らららパクパク　松崎町バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

桜葉塩漬け　川のりコロッケ　なまこ壁が　あるじゃんね
松崎は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

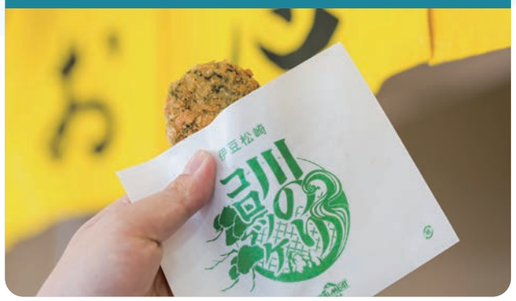
アユ　ぽんかん　自然薯　雲見海岸　想い出岬も
松崎は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

桜葉塩漬け

川のりコロッケ



なまこ壁

ぽんかん

提供：松崎町

西伊豆町

西伊豆町は平成17年に「夕陽日本一宣言」を行い、堂ヶ島と大田子海岸は「日本夕陽百選」に選定されています。「ふるさと」と言いたくなる夕陽のまち、西伊豆町の絶景をぜひご堪能ください。

らららパクパク　西伊豆町バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

潮かつお　いか様丼　海賊焼き　堂ヶ島のトンボロ　あるじゃんね
西伊豆は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

天草　わさび　ハラモのくんせい　黄金崎の馬ロック
西伊豆は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

潮かつお

いか様丼

海賊焼き

堂ヶ島のトンボロ

提供：西伊豆町

熱海市

熱海市は、温暖な気候に海、山の美しい景観と四季折々の花、豊富な温泉に加え歴史文化を感じさせる施設やお店を数多く有しており、富士箱根伊豆エリアの玄関口に位置する日本有数の温泉観光地の一つとして多くのお客様にお楽しみいただいています。

ららら パクパク　熱海市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

海の幸　だいだい　熱海サンビーチ　初島が　あるじゃんね
熱海は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

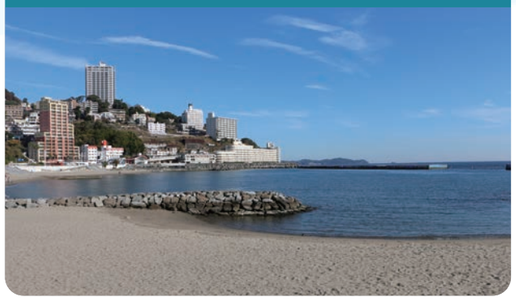
熱海海上花火大会　熱海梅園　起雲閣
熱海は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

だいだい

熱海サンビーチ



熱海海上花火大会

熱海梅園

提供：熱海市

伊東市

東京から南西へ120km。海と山に囲まれた自然豊かな伊東市。豊富な温泉や美しい景勝地はもちろん、豊かな自然が生み出すグルメ、ゴルフやダイビングといったレジャー等、様々な魅力があふれる、世代を問わず楽しめる観光地です。

ららら パクパク　伊東市バージョン

＊オレオレ　ららら パクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

干物　まんじゅう　キンメダイ　城ヶ崎　あるじゃんね
伊東は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

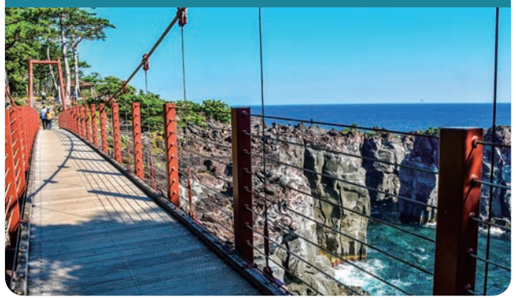
＊リピート

うずわめし　ちんちん揚げ　大室山　小室山
伊東は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　ららら パクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

城ヶ崎



うずわめし

ちんちん揚げ

大室山

提供：伊東市

下田市

山と海に囲まれ自然溢れる美しいまち「下田市」。世界屈指の美しい海はこの街を代表づける美しい景観です。
日本最初の開港場として幕末期の文化や史跡も数多く残され、開国のまちとしても知られています。

らららパクパク　下田市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

伊勢海老　サザエ　キンメダイ　ビーチもたくさん　あるじゃんね
下田は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

ところてん　アカイカ　干物　アジサイに　黒船祭も
下田は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

ビーチ

ところてん

アカイカ

干物

提供：下田市

東伊豆町

地域ブランドの稲取キンメやイセエビ、サザエ、テングサを特産とした漁業とニューサマーオレンジなどの柑橘類、カーネーションなどの花卉類を中心とした農業をベースに、美しい自然環境と豊富な温泉、海の幸・山の幸に恵まれた観光産業が主幹産業となり、例年80万人を超える方が宿泊しています。

らららパクパク　東伊豆町バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

肉チャーハン　キンメダイ　温泉郷も　あるじゃんね
東伊豆は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

ニューサマーオレンジ　みかんワイン　１１８段雛飾りも
東伊豆は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

肉チャーハン

キンメダイ

ニューサマーオレンジ

118段雛飾り

提供：東伊豆町

伊豆市

歴史文化が薫る風光明媚なまち伊豆市。登山や海水浴などのアクティビティや、癒しの温泉に恋人岬や浄蓮の滝など、一度は訪れたい数々の名スポットがあります。またわさびやイズシカといった品々は、豊かな自然が育むほんものの美味しさです。

らららパクパク　伊豆市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

わさびグルメ　イズシカ　浄蓮の滝も　あるじゃんね
伊豆市は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

イズシシ　アユ　伊勢海老　アマゴ　恋人岬　修善寺も
伊豆市は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

わさび飯

イズシカ

イズシシ

恋人岬

提供：伊豆市

伊豆の国市

温泉と歴史のまち、伊豆の国市。温暖な気候、雄大な自然に恵まれ、さまざまなアウトドアアクティビティを楽しむことも出来ます。温泉街の歴史とともに歩んできた芸妓など、自然とともに、歴史・文化・温泉等をご堪能ください。

らららパクパク　伊豆の国市バージョン

＊オレオレ　らららパクパク　オレオレ　静岡サンバ
　オレオレ　みんなつながろう　オレオレ　静岡いいところしょ

田中山スイカ　たくあん　いちご　反射炉が　あるじゃんね
伊豆の国は　どこ行っても　なに食べても　うまいら

そう合言葉は　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　歌え　踊れ　そして　みんなつながれ

＊リピート

温泉まんじゅう　ミニトマト　天野柿　アユ　狩野川も
伊豆の国は　楽しい国　陽気な衆ら　集まる

グルメとミュージックで　らららパクパク
だもんで　いっぱい食べたら
さあ　お口　開けて　そして　みんな笑って

＊リピート x 2

田中山スイカ

いちご

反射炉

温泉まんじゅう

提供：伊豆の国市

歌と食で
静岡を元気に!!
静岡"愛"全力応援団