



**バンド結成⇒オリジナル楽曲制作⇒レコーディングまで120日!**  
**各バンド、最高の70点の作品が完成!**



ガチンコバンドクラブ...  
 2020年9月 コロナ禍の最中、バンドをやりたい大人30名が集まった。  
 あらゆる試練が始まり脱落者が出る中、残った人達で「強制的」にバンドを結成。  
 楽器を持ったことのない人、ステージに上がったことのない人、  
 見ず知らず同士、平均年齢45歳の大人達が、たった4ヶ月で曲を作り、  
 レコーディングに挑んだ!

4ヶ月、すなわち120日。  
 何もしなければ、あっ!という間に過ぎる時間である。  
 社会人や家庭持ちの限られた時間の中で、がむしゃらに前のめりに突き進んだ結果が、  
 この作品である。

さすがに100点は無理だ。  
 ただ、最高の70点の作品には仕上がった!  
 90年代バンドブーム、イカ天やホコ天で感じた「あの楽しい雰囲気」が見事に再現  
 されたと思う。

動くこと、挑戦することで、  
 人生に疲れた大人達でも、ここまで出来る!  
 ということを、今ここに証明する。

昭和96年11月10日  
 ガチンコバンドクラブプロデューサー THOGO

**2021年11月10日(水)発売!**

**バンドマン育成プロジェクト**  
**ガチンコバンドクラブ オムニバス CD**  
**「バンド秘宝館」全14曲収録**

品番: TH-334 / 定価: ¥2200(税込)

収録バンド▶平成スライム / ペペ一番 / なんちゃら診療所 / にゃんバラファイターズ  
 汚れなきティッシュ / あともどりできない (2期生バンド)  
 あめふらし / トレスニブ / みでい

Distributed by Daiki Sound ©&©2021 ROSE CREATE  
 ROSE CREATE





## 大人の影絵

作詞&作曲:THOGO  
編曲:平成スライム

想像力を鍛えよう  
大人になっても鍛えよう  
他人が伏せてることを暴く世の中  
見る人のエゴが渦巻く  
見ようとし過ぎだね  
自分を認めるオナニーが下手だね  
そんな思いで、俺はシャウトする!  
そんな思いで、俺はシャウトする!

お花にお水を与えよう  
心の声に耳をかそう  
他人が他人を殺し合う世の中  
誰かのエゴは気にしない  
君は君らしく生きようぜ  
自分を認めるオナニーがいいんだ  
そんな思いで、俺はシャウトする!  
そんな思いで、俺はシャウトする!

大人の影絵を楽しもう  
見えないものを見よう  
光あれば影もある  
それが本当の優しさだ

OK Let's imagination!  
あんたも好きねえ

言いたいことは言えませんが  
聞きたいことも聞けません  
この世は作られたニセモノさ  
そんな思いで、俺はシャウトする!  
そんな思いで、俺はシャウトする!

大人の影絵を楽しもう  
見えないものを見よう  
光あれば影もある  
それが本当の優しさだ

大人の影絵を楽しもう  
見えないものを見よう  
光あれば影もある  
それが本当の優しさだ

OK Let's imagination!  
チョットだけよ

## 肉肉肉肉肉～食の暴力～

作詞&作曲:THOGO  
編曲:平成スライム

世間は口元を隠し  
家から出てはいけなくて  
未知の菌だかウイルスに  
生活全てを握られた

誰かの死のニュースが  
街を騒がせて  
学者博士政治家は  
明日を見失った

だけど俺たちは人間だ  
隠せないぜ3大欲求  
今魅せる野生の力を  
摂るぜたくさんタンパク質

肉食べる 肉食べる  
エネルギー蓄えるために  
肉食べる 肉食べる  
未来を明るくするために

あなたが何をしたいとか  
この後どこへ行くのかも  
あたしは全て知っている  
勘がいいのがオナナの

どさくさ紛れ誘い込み  
今夜あなたと濃厚接触  
全て受け入れるつもりよ  
言わぬが華のオナナの

だから俺たちは人間だ  
必要な3大栄養  
今すぐに摂取しようか  
脂質糖質タンパク質

肉食べる 肉食べる  
エネルギー蓄えるために

肉食べる 肉食べる  
未来を明るくするために

悲しみ、涙全ての人たちへ  
日が沈んだら、次は昇るさ  
俺が私が元気になるには  
やっぱり肉を食うしかねえ

肉食べる 肉食べる  
エネルギー蓄えるために

肉食べる 肉食べる  
未来を明るくするために

肉食べろ! 肉食べろ!  
食の暴力に 耐えてみる!

肉を増せ! 米も食え!  
逆流するまで いってやる!(いっちゃって)

WE ARE EAT THE 肉  
WE ARE EAT THE 肉

## 平成スライム

Vocal:小向美奈子  
Vocal:ぴっかり高木  
Guitar:THOGO  
Bass:根本健一  
Drum:KENZI



## 汚れなきティッシュ

Vocal: 福山理子  
 Vocal & Guitar & Drum: 風間寛治  
 Vocal & Guitar & 暴言: つむごぎ  
 Vocal & Bass & Drum: アラレ王

## 02. 汚れなきR&R

作詞 & 作曲: 風間寛治  
 編曲: 汚れなきティッシュ

シャブはやらねえ  
 LSDもやんねえよ  
 ガラクタ背負って暴言baby  
 アタイら外道なバンドマン

毎日バイクで  
 曲がったことが嫌いなんだよ  
 M男は裸でお仕置きbaby  
 アタイらcoolなバンドマン

R&Rがサプリメント  
 R&Rがサプリメント  
 R&Rがステーキ焼き肉  
 刻むハートは8ビート

ココにロックじゃねえ奴はいるか?  
 食べたいなあ 食べたいなあ  
 アワビ刻んで食わせるぜ!

ビールにタバスコ  
 挿入! 挿入!  
 裸の女はフンドシbaby  
 アタイら種楽バンドマン

モルヒネ打たねえ  
 だっもねえじゃん  
 カダpowerでオッパイbaby  
 俺たちジェントル バンドマン

R&Rがサプリメント  
 R&Rがサプリメント  
 R&Rがステーキ焼き肉  
 刻むハートは8ビート

## 03. ハートのレッドゾーン

作詞 & 作曲: 関ヶ田優  
 編曲: 汚れなきティッシュ

冷たいアスファルトを走るタンデム  
 愛しい背中はまだ胸の中

三日月をなぞる指  
 星空を映す黒髪  
 誰も見てない隙に  
 私 女神になる

白い素肌で  
 オンリー・ユー 走り出したら  
 謎が解けるわ  
 ハートのレッドゾーン

私にすら私の事がわからない  
 だけど真夜中に走り出す私が本当の私  
 私が本当の女神

いつかみてた  
 そらのビー玉  
 投げたあてて  
 あなた触れた  
 私 今も欲しい

銀のタンクが  
 ドレスと踊りだせば  
 きっと追いつける  
 抱き寄せて欲しいよ

誰も素顔なんて知らなくていい  
 ほら羽羽になれば  
 雲が後ろへ飛んでくから

銀のタンクが  
 ドレスと踊りだせば  
 きっと追いつける  
 抱き寄せて欲しいよ

白い素肌で  
 オンリー・ユー 走り出したら  
 謎が解けるわ  
 ハートのレッドゾーン

『私は絶対に追いつける』  
 もう戻らない



## ぺぺ一番

Vocal & Guitar: 森見  
 Vocal & Ukulele: Suzuki  
 Chorus & : Sleigh bells: ほちみん  
 Bass: 鯖  
 Drum: 織田ドリル

## ハッピーで行こうぜ!

作詞 & 作曲: 森見  
 編曲: ペペ一番

ah~ah~ah~ah~ yeah

誰か教えてチョッカイ 出され苦しむ貴方 狭い世界さ真っ平御免  
 パパママ助けて 一体 仲良く礼儀通りに? 上手く会話も出来やしない

ここにおいてよミュージック そうさToo much fun night  
 いいことばかりじゃ無いけど Good Times Bad Times  
 ヘッドホンからも伝えるぜ! Too much fun night  
 心を燃やせよミュージック そうさ ah~ah~ah~ah~ yeah!

これからも肌にすら合わない だから辛い僕も君も  
 lonely lonely lonely lonely lonely lonely yeah!

長い長い螺旋階段 のぼるのは嫌々だけど  
 気分変えてオシャレにのぼれば

Your happiness  
 ワンシーズンみたいに  
 素敵なキミがいる  
 Your happiness

ah~ah~ah~ah~ yeah

皆んながハッピーになれる会社にするぜ!  
 握手 そんな社長は信用するな!  
 でも言ってみないなっ^\_^

ここにおいてよミュージック そうさToo much fun night  
 いいことばかりじゃ無いけど Good Times Bad Times  
 ヘッドホンからも伝えるぜ! Too much fun night  
 心を燃やせよミュージック そうさ ah~ah~ah~ah~ yeah!

これからも肌にすら合わない世界 だから辛い僕も君も  
 lonely lonely lonely lonely lonely lonely yeah!

長い長い螺旋階段 のぼるのは嫌々だけど  
 気分変えてオシャレにのぼれば

Your happiness  
 ワンシーズンみたいに  
 素敵なキミがいる  
 Your happiness

## 空飛ぶトナカイ

作詞 & 作曲: Suzuki  
 編曲: ペペ一番

夢見ながら静まる頃、あなたがソリに荷物を載せていく  
 鳥みたいに羽根はないけど、誰もが僕を許してくれる  
 だって みんな知っている番。見ぬふりのパパとママ  
 嗚呼、思い出一つだけ「優しい君にはこれをあげる」

今夜だけ、空に舞い上がる。背中の重みを誇りに思い  
 朝になって笑顔は見れないけど、聞こえる寝息を胸の光に

道半ばであなたは呟く、「こんな幸せ、いつまでできるかな?」  
 そんな悲しい事を言わないでよ、僕はあなたと共に  
 だって、みんな求めている。二人だけにある希望  
 さあ、早くもって沢山の「優しい君にはこれをあげる」

今夜だけ、空に舞い上がる。背中の重みを誇りに思い  
 朝になって笑顔は見れないけど、聞こえる寝息を胸の光にして

今夜だけ、空に舞い上がる。背中の重みを誇りに思い  
 朝になって笑顔は見れないけど、聞こえる寝息を胸の光に

今夜だけ、空に舞い上がる。背中の重みを誇りに思い  
 朝になって笑顔は見れないけど、暖かい部屋で素敵な夢の続きを

君に



## にゃんバラファイターズ

Vocal:まりりん姫  
 Vocal:チャンチン  
 Vocal & Guitar:伊織涼子  
 Vocal & Bass:ユキハナ  
 Vocal & Drum:若林美保

## 夢見る世界

作詞:まりりん姫  
 作曲:ユキハナ  
 編曲:THOGO

今、君に送る歌  
 ほら、聴こえてくるメロディー

さぁ、溢れる気持ちのせて  
 君に届け...この歌より

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 ファイターズ

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんバラファイターズ  
 Yeah!

みんなの心をひとつに束ねて行こう!!  
 悲しい時でも歌う歌があるから Oh  
 同じ夢だと信じて前へ進もう  
 今、ここから始めていこう

ふと見上げた夜空に  
 夢の星たちが輝く

あの1番星 目指して  
 願い届け...この歌より

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 ファイターズ

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんバラファイターズ  
 Yeah!

みんなのドラマは、それぞれ違っていても  
 出会った この時、歌う歌があるから Ah  
 憧れ続けた希望と夢に向かって  
 今、みんなで歩いていこう

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 ファイターズ

にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんにゃんバラバラ  
 にゃんバラファイターズ  
 Yeah!

みんなの心をひとつに束ねて行こう!!  
 悲しい時でも歌う歌があるから Oh  
 同じ夢だと信じて前へ進もう

今ここから  
 今ここから  
 今、ここから始めていこう

## addiction.v.f~本気を見せなさい~

作詞&作曲:ユキハナ  
 編曲:THOGO

今夜のごほうび選ばせてあげる ソフト?ハード?  
 which one do you like? chose destiny.  
 どちらにしようかいくとは同じ 望むままに  
 It's up to you baby, how you take it.

欲しいならば兼直でなきゃあずけぬ いいの?  
 すべて捨てていい覚悟があるのなら

wow...  
 すがられても  
 つまらない理性を保たせはしない  
 その先が見たいなら  
 本気できて

真実求めて瞳潤ませる いじらしいけど  
 wipe your teary eyes, don't cry, hey you.  
 ほとばしる汗と熱に嘘はない これぞ満足?  
 It's up to you baby, how you take it.

"安い言葉撒き散らして誇らしげな笑み"  
 そんなやつと同じ舞台(ステージ)乗る気はない

wow...  
 揺るぎのない  
 心を魅せよう 誰にも奪えない  
 譲りなどしないから  
 戦い抜け

wow...  
 すがられても  
 つまらない理性を保たせはしない  
 その先が見たいなら  
 本気できて



## 戦え!! 内臓脂肪

作詞: syo-ji & ぎんちゃん & 音戯創師 & まゆむめ  
 作曲: syo-ji & ぎんちゃん & まゆむめ  
 編曲: なんちゃら診療所

トウキ センキョウ シャクヤク レンギョウ  
 ショウキョウ ハッカ サンジシ ケイガイ

ラーメン 焼肉 お寿司に 天ぷら  
 今日も食べ過ぎた  
 油と糖と炭水化物 油と糖と炭水化物  
 30過ぎたらお腹がぼこり  
 誰にも見せれない  
 油と糖と炭水化物 油と糖と炭水化物

スリムでキレイになって芸能人みたいになりたいぞ

ナイトール!! ナイトール!!  
 内臓脂肪  
 燃焼 分解  
 脂肪を燃やす  
 ナイトール!! ナイトール!!  
 手遅れになる前に  
 ナイトール!! ナイトール!!  
 小林製薬

マオウ ダイオウ オウゴン キキョウ  
 ビャクジュツ セッキョウ カッセキ セッコウ

『誕生日だから』『クリスマスだから』  
 自分にご褒美  
 油と糖と炭水化物 油と糖と炭水化物  
 0時を過ぎたらカロリーゼロなの  
 明日は本気出す  
 油と糖と炭水化物 油と糖と炭水化物

snowが無いとマトモに自撮りが盛れないのヤバイよ

ナイトール!! ナイトール!!  
 内臓脂肪  
 燃焼 分解  
 脂肪を燃やす  
 ナイトール!! ナイトール!!  
 手遅れになる前に  
 ナイトール!! ナイトール!!  
 小林製薬

もしも生まれつきスレンダーだったなら  
 どんなにどんなにどんなにどんなに  
 薬だったでしょう 嗚呼  
 リバウンドがこわい

ナイトール!! ナイトール!!  
 お通じ良くなる  
 整腸 快便  
 トイレが楽しい  
 ナイトール!! ナイトール!!  
 鼻詰まりも良くなるよ  
 ありがとう!! ありがとう!!  
 小林製薬

ただど!!  
 肉が食べたい! 肉が食べたい!  
 だけど痩せたい! だけど痩せたい!  
 肉が食べたい! 肉が食べたい!  
 だけど痩せたい!  
 肉が食べたい! 肉が食べたい!  
 だけど痩せたい! だけど痩せたい!  
 肉が食べたい! 肉が食べたい!  
 だけど痩せたい!

## 元気の診察

作詞: まゆむめ & 音戯創師  
 作曲: まゆむめ

この広い広い世界を真っ白にするよ  
 みんな元気にするよ

清潔な白衣と使い込んだ聴診器  
 今日は何な具合かい?  
 お熱はないですか? 痛いとはないですか?  
 診察をしましょう

熱を測って 胸の音聞いて  
 血圧を測って 採血をして  
 カンファレンスして 方針決めて  
 さあ治療の始まりだ

広い広い世界を真っ白にするよ  
 元気のビタミン補給をしよう  
 笑顔は万能薬だよ  
 みんな元気にするよ

当直明けの空 眠い目こすって  
 ちょっと一休みさ  
 明日からの日々も笑顔届けよう  
 元気の診察を

「医者様は神様」と言うけど  
 神も仏もない  
 君の神様は君自身だ

広い広い世界を真っ白にするよ  
 元気のビタミン補給をしよう  
 笑顔は万能薬だよ  
 みんな元気にするよ

この広い広い世界のすみっこにいる  
 僕のわたしの 声を届けよう  
 光のある方へ行こう  
 自分自身の力で

この広い広い世界を真っ白にするよ  
 元気のビタミン補給をしよう  
 笑顔は万能薬だよ  
 みんな元気にするよ

「どうして人は脆く、儂いの?」  
 「生と死は表裏一体、死を考へる  
 ことは生を考へること。  
 限りある故に真剣になって行ける。  
 自身も、取り巻く人々も... 南無。」

## なんちゃら診療所

Vocal & Guitar: まゆむめ  
 Vocal & お経 & 木魚: 音戯創師  
 Keyboard & Chorus: risa  
 Guitar: syo-ji  
 Bass: ぎんちゃん  
 Drum: ガッチャン