区民の皆さんに、地域への愛着を
一層持ってもらいたいという思いを込めて、
中央区みらい協働プロジェクトでは
「中央区の歌」にあわせた「さくら体操」を
創りました。一緒に体を動かして、
仲間づくりや健康づくりに活かしましょう。

さくら体操

SAKURA TAISOU

「中央区の歌」にあわせた
さくら体操ができました

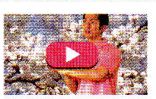
振付・監修 平岡亮一，伊東泰子 先生（日本体操研究所）

毎月3日
と、桜まつりの日

「中央区民がさくら色でつながる日」

中央区みらい協働プロジェクトでは、区民が地域への関心や愛着を持ち、「住んでみたい」「住み続けたい」と思ってもらえるよう、「毎月3日」と「市民桜まつりの日」を「中央区民がさくら色でつながる日」と定めて、取り組んでいます。

お問い合わせ
中央区みらい協働プロジェクト実行委員会
事務局 中央区役所地域振興課 TEL：042-769-9801



さくら体操
映像はコチラから！

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/1009499/1013890.html

中央区民が
さくら色でつながる日

SAKURA TAISOU

みんな一緒にさくら体操！

さくら体操の特徴

1 「さくら」を意味する手話表現を取り入れました。

2 中央区を象徴する「JAXA」、「こいのぼり」などを動きで表現しました。

3 老若男女みんなが楽しめる体操です。

中央区の歌

作詞：神谷 由紀子　作曲：河本 須美

1 あかるい町に花あふれ　桜まつりの楽しさよ
誰もが笑顔で信じあう　陽だまりの町　中央区

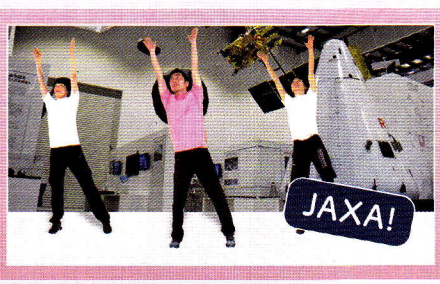
2 はやぶさの町星あふれ　宇宙(そら)とつながる夢をみる
誰もが銀河のひとつ星　希望またたく　中央区

3 水面が光る相模川　鳥もみどりも満ち満ちて
誰もの生命かがやいて　未来ひろがる　中央区

ココが一押し 体操のポイント！

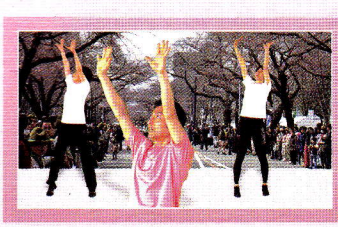
振付・監修 平岡亮一，伊東泰子 先生（日本体操研究所）
協力 岩崎ちとみ，佐々木映子（立位ver.）　高橋由香子，岩崎真澄（椅子ver.）

手を交差して拍手、合掌して拍手、逆の手が上になるよう交差して拍手。「さくら」の手話



両手で拍手をしながらのびる「JAXA」のイメージ

相模川のイメージを、よさこい風の動きで表現！！



元気よくワッショイワッショイ！

キラキラしながら輝く銀河をイメージ！

手を繋いで笑顔であいさつ

笑顔で挨拶をしてから
「C」の形をつくって「ちゅうおうく〜♡」

中央区みらい協働プロジェクトとは？

中央区内の様々な地域の声などをもとに、地域課題について、広く区民が参画しその解決や活性化に向けた取り組みを推進するものです。現在、「愛着を高める」「担い手を増やす」をテーマに、各団体から選出された方など２６名の実行委員が活動しています。

さくら体操
映像はコチラから！

http://www.city.sagamihara.kanagawa.jp/chuoku/1009499/1013890.html