

座りバージョン

1番

良い姿勢で座る ひじを曲げる

ひじをしっかり引く
体側で両腕とめる

大きなパー

大きなパー

前奏 さくら花咲く江戸川のー
水に心をとをあらいつつ

正面を向く。ひじは肩の高さで

みんなかよくきずこう住みよいまち
てーをくんでわれらのをー

左ひじを
右ひざへ近づける

円を描きながら上に

ああかつしかにひかりありー



2番

両腕を30度ずつ左右へ広げ4回目で真横に

手首上
かかと
上げる

手首下
かかと
もどす

かかと
もどす

手首を立てて肩まわし
後から前、前から後の繰り返し

みどりもえたつこのだいちー

さちはあふれて
かぎりなしー

かかと上げる
背中を伸ばす

背中を丸める
おへそを見る

かかと上げる
背中を伸ばす

かかともどす

右足を上げてかかと着地。ひざをのぼす
左脚から繰り返す

右脚をもどす

すすむせかいにおこそわれらの
さきがけてー文化のまちをー

足の甲を外側に足首を倒す

2回くりかえす

ああーかつしかにきりぼーうあー

間奏

3番

首まわし。右から1回、左から1回

手の甲を上。
かかとを上げる

手の平を上。
かかとを上げる

のぼる朝日に富士はえて 平和かがやく朝空に ひびくサイ レン はつらつと

後から大きな円を
描くように両腕を上へ

ひじを近づけ
肩より高い位置へ

円を描きながら
下におろす

両脚を戻して
終わりの姿勢

のぼそうわれらの
明るい まちを ああ かつしかに ちから あり