

ダンス
はぎまる DANCE 歌詞 (一部)

はがますがた はぎ はな
袴姿 秋の花
ボクのこと知っているかい?
げんき やる気 輝き
みんなのもとに届けるよ

あお うみ たか やま
青い海に高い山 うまれたこの街
だいすきだっぺ
はるなつあきふゆ たのしみ
春夏秋冬 楽しい高萩
ワン ツー スリー フォー
1. 2. 3. 4!

ボクボクボクボクはぎまる!
せんす 扇子ふりふり チャッチャッチャチャ
きょうはみんなで歌うべ
はぎまる DANCE で
Go! Go! Go!

はぎまるDANCEで Go!Go!Go!

高萩市キャラクター「はぎまる」のテーマソングがこのほど完成しました。タイトルは「はぎまるDANCE」です。曲調を変えたロックバージョンもあります。
歌詞を一般公募し、作曲を高萩大使のEiriさん(ロックバンド tokage のギターリスト)にお願いしました。
高萩市の観光名所や豊かな自然などを歌詞に盛り込み、多くの皆さんに親しみやすく、歌いやすい曲になりました。



▲ロックバンド tokage
写真左が作曲をした高萩大使の Eiri さん

歌って踊ろう!
はぎまるDANCE



先に完成していた「はぎまるDANCE」に合わせ、パピヨンジャズダンスの皆さんに、振り付けを考案していただきました。

動画サイト YouTube ではぎまるDANCEが公開されています。パソコンやスマートフォンからご覧下さい。このダンスは、はぎまるが登場するイベントなどでも使われる予定です。ダンスを覚えて、はぎまると一緒に踊りましょう!!

YouTube の HP から

はぎまるダンス

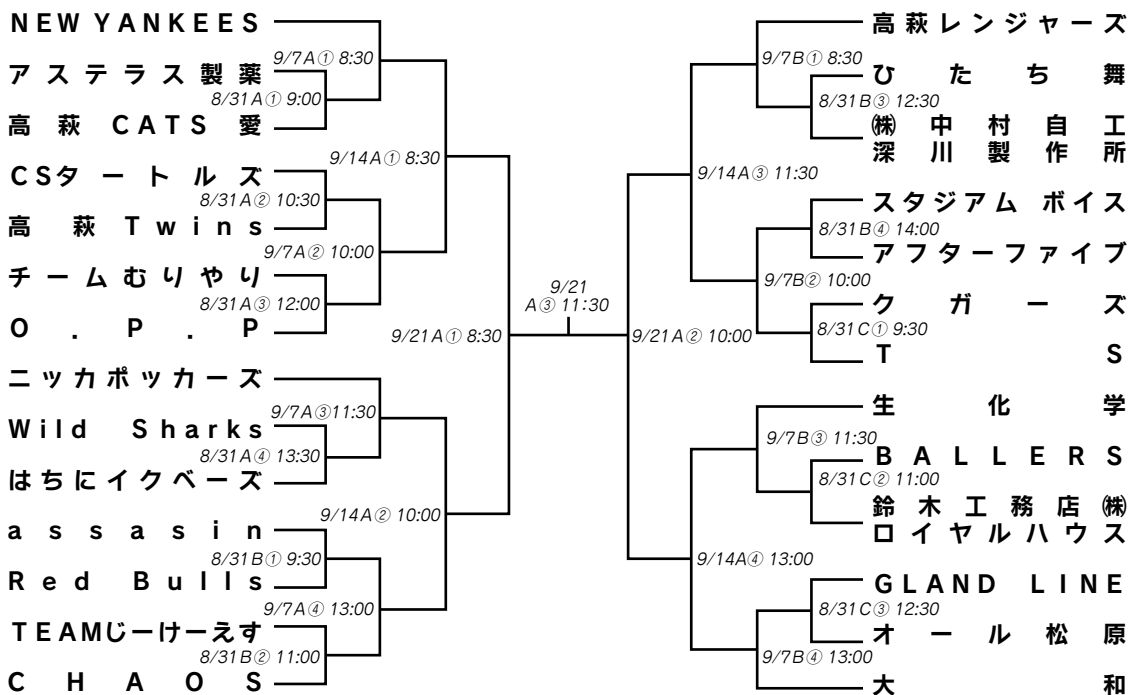


▶パピヨンジャズダンスの皆さん
第44回高萩まつりでは、元気いっぱい踊ってくれました。

第42回高萩市長杯争奪軟式野球大会組合せ表

8月31日~9月21日

いよいよ開幕!!



試合会場: A: はぎまる球場 B: サンスポーツランド高萩 C: 高萩高校グラウンド

いしまでも元気で過ごすために

「元氣アップ運動教室」に参加しませんか？

元氣アップ運動教室とは？

元氣アップ運動教室は、介護予防を目的とした「シルバリーハビリ体操」を行う教室です。器具を使わないストレッチや筋力強化の運動のため、「いつでも、どこでも、1人でも」行えるのが特徴です。体調に合わせて「立って」「腰かけて」「床に座って」「寝て」と4パターンで体を動かす。一つひとつの動作をゆっくり行えるため、高齢者には安全で効果的な体操です。

定期的に参加している皆さんから「体力がついてきた」「みんなと一緒に話をしたり体操するのが楽しい」「喜びの声が届いています」。



まずは体験してみましよう！

左の会場で実施しています。65歳以上の人なら誰でも参加できます。申し込み、詳しい日時などは、高齢福祉課までお問い合わせください。

元氣アップ運動教室会場

- ①有明集会所 ②和野集会所 ③安良川やすらぎドーム ④総合福祉センター ⑤小島団地集会所 ⑥島名多目的研修会館 ⑦石滄上の台集会所 ⑧高浜住宅集会所 ⑨山手集落センター ⑩秋山南集会所 ⑪駒木原集会所 ⑫松岡地区公民館 ⑬竹内公民館

○問合せ・申込み
高齢福祉課 ☎22・0080

高萩市消防本部に 14人目の救急救命士が誕生

救急救命士とは、突然の病気や事故などの現場へ駆けつけ、重篤な場合には、医師の指示のもとに高度な救急救命処置を行うことができる消防中の「医療従事者」です。情報、時間等が限られている中で、的確な観察力、判断力、及び処置力が求められます。



佐川 喜之
救急救命士

佐川喜之救急救命士は、平成26年3月9日に行われた救急救命士国家試験に合格。6月13日に就業前病院実習を終え、現在、救急救命士として救急車に乗務しています。

「傷病者の立場に立った、思いやりのある活動ができる救急救命士でありたい」と話しています。

「傷病者の立場に立った、思いやりのある活動ができる救急救命士でありたい」と話しています。

防災コーナー

原子力災害から

身を守るために①

■問合せ

危機対策課
☎23-2215

国は、原子力施設から30km圏内を「緊急時防護措置を準備する区域（UPZ）」と定めており、東海原子力発電所から30kmの範囲にある高萩市域の一部がこれに該当しています。

原子力災害が発生したときは

原子力災害が発生した場合は、防災行政無線、緊急速報メール、ラジオ、ホームページ、広報車など様々な手段を活用してお知らせいたします。

原子力災害は、事態が進展するまでに一定の時間を要します。国・県・市から出される情報を正確に入手し、落ち着いた行動をとるようにしてください。

- (1) テレビやラジオをつけて正確な情報を得る。
- (2) 国・県・市からの情報に基づいて行動する。
- (3) となり近所の人と情報を確認しあい、お年寄りや体の不自由な人を援助する。

屋内退避の指示がでたときは

原子力発電所の事故により放出される放射性物質の量と気象条件に応じて国・県・市から指示が出されます。放射性物質による健康被害を受ける可能性が高い状態になると被ばくを避けるための屋内退避指示が出ます。

- (1) 屋外にいる時はなるべく早く自宅などの建物に入る。
- (2) 外から帰ったら手や顔を洗い、うがいをする。
- (3) 屋内では窓を閉め切る、換気扇を止めるなど外気を遮断する。
- (4) テレビ、ラジオ、緊急速報メールなどで新しい情報の取得に努める。
- (5) 緊急活動の妨げになるため、電話の使用は控える。

