

マジャーレ がんど

『マジャーレがんど』の情報は、山形市公式ホームページからご覧になれます
【トップページ ⇒ 暮らし・手続き ⇒ 市民活動 ⇒ コミュニティセンター】

発行【運営業務受託団体】
東沢コミュニティセンター運営協議会
〒990-0011
山形市大字妙見寺4番
TEL 622-5480 FAX 635-0982
e-mail higashizawa@mmmy.ne.jp



コミュニティセンター事業のご案内(申込は 622-5480 まで)

東沢体育振興会主催

第1回秋の地区民ウォーキング

日時 11月3日(火)
コース 9:00 唐松観音広場集合⇒釈迦堂⇒河川敷遊歩道⇒渋谷建設近く
⇒釈迦堂公園⇒唐松観音広場・芋煮会

参加費 1,000円
募集人数 先着20名(中学生以上)
持ち物 飲み物・タオル等ウォーキングに適した格好で参加してください。
申込 10月23日(金)まで
※雨天中止の場合は申込者に個別に連絡します。

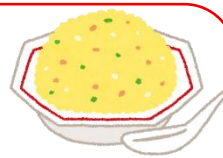
ウォーキングのあとは
山形芋煮で親睦を深め
ましょう!

自宅で簡単中華料理!

男性も参加してみませんか

日時 11月12日(木) 午前10時～
場所 東沢コミュニティセンター 調理室
定員 20名
参加費 500円
持ち物 エプロン、三角巾、筆記用具
申込 11月6日(金)まで
講師 東沢食生活改善推進協議会

炒飯
回鍋肉
蛋花湯
杏仁豆腐など
ご家庭で簡単に料理できる
メニューを考えています。



そば打ち教室

日時 11月14日(土) 午前10時～
場所 東沢コミュニティセンター 調理室
定員 先着10名
参加費 1,000円
持ち物 エプロン、三角巾、持ち帰り用の箱など
申込 11月6日(金)まで

初心者歓迎
香り豊かなそばを
味わいましょう



「これからに備えよう! 知って役立つ介護の知識と技術」

コミセン・愛らんど共催事業

SUKSK
ポイント対象

日時 11月17日(火) 10:00～
場所 東沢コミュニティセンター ホール
内容 ①介護予防と介護保険制度について
②オムツの使い方講座 車いす体験、福祉用具の展示
③介護食ってどんなもの? 介護食の試食
持ち物 筆記用具
定員 30名
申込 11月12日(木)まで

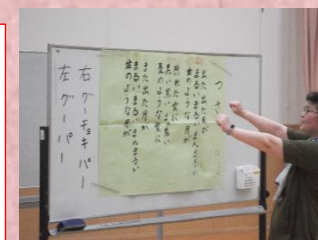
車いすや手すり等の
福祉用具の展示をします



事業報告

健康講座

開催日 8月26日(水)
音楽ケアワーカーの野村先生と手・足・頭(脳)を使
っての介護予防講座。参加者は懐かしい歌や楽器を使
いリズムに合わせて楽しい時間をすごしました。



東沢寄席

開催日 9月3日(木)
毎年好評の東沢寄席には雨のなか 40名の地
区内外の皆さんからお集り頂き大盛況となり
ました。山形落語愛好協会より3名の噺家さ
んの落語と講談で笑って健康!!



参加者の皆さん!関係者の皆さん!お疲れ様でした。

スポーツフェスティバル

開催日 9月6日(日)
モルック・ストラックアウト・輪投げ等5種
目に全10チームが競技に挑みました。参加
者71名が楽しく爽やかな汗を流しました。



防災講座

開催日 9月12日(土)
洪水・内水ハザードマップが新たに改定さ
れ、山形市からの説明会に48名の参加で行
われました。
東沢地区の防災に対す
る意識の高さが表れ、
多くの質問が寄せら
れていました。



すっきり!ヘルシークッキング

開催日 9月17日(木)
生活習慣病予防は食生活の見直しからと、野菜たっぷり
で減塩を意識したメタボリックシンドローム予防食の献立
での料理実習でした。この献立は東沢まつり・文化祭でも
紹介しますので、是非ご覧ください。

メニュー
蒸し鶏の香味ソースがけ
いかと野菜のマリネサラダ
オクラのサンラータン風スープ
ごはん





やまがた美味しいカーニバル2026

山形の“旬”が大集合！秋の味覚と、おいしい・楽しい各種イベントが皆様のお越しをお待ちしております。

と き：11月3日（火）10：00～14：00

ところ：山形ビッグウイング（国際交流広場内）

※当日ご参加の場合は、マイバック持参のご協力をお願いします。

詳しくはやまがた美味しいカーニバル実行委員会事務局（山形市農政課内）
（☎641-1212 内線 455）まで



火災急増中！分別の徹底をお願いします！

充電式家電製品は「電池類」として、透明袋に入れ、月一回の収集日（埋立ごみと同じ日）にだしてください。



9月よりコミュニティセンター8か所
（鈴川、千歳、金井、楯山、滝山、南沼原、
南山形、村木沢）に新たに設置しました。

このほか公民館7か所（東部、西部、南部、北部、江南、
霞城、元木）と市役所10階にも設置しています。



問い合わせ先 山形市環境部循環型社会推進課 分別収集係 023-641-1212（内線 694）

東沢俳句会

露座地蔵供へ芒の影長し
牛言葉かけて下山の芒原
子等遊ぶ地蔵の周り芒原
糸薄ひたすら風を待ちあたり
蔵王嶺の古道に立つや濃竜胆
古民家の軒先ふかき杜鵑草
童謡碑日差しに金の芒かな
虫すだくけんけんぱーして遊び道
恵子 陽子 映子 隆則 周子 薫 久善 誠一

※月一回（第三火曜日）に活動しています。

敬寿園まつりのお知らせ

10月10日（土）13:30～15:30

山形敬寿園では「敬寿園まつり」を開催します。

キッチンカーや屋台の出店などを予定しております。

ぜひお越しください！！

会場：山形敬寿園（023-634-2020）



地域の話

9月4日（金）東沢観光協会主催の山形芋煮まつり試食会が、唐松観音堂前河川敷で開催されました。

いよいよ芋煮シーズンの幕開けです。参加者は今年初めての熱々の芋煮を味わいました。



9月10日（木）東沢地域づくり推進協議会（鈴木太会長）の会員でビオラの移植作業を行いました。総勢8名で850ポットを作り、来年の春に地区内の花壇にきれいな花を咲かせる予定です。



東沢地区社会福祉協議会の掲示板

会場：東沢コミュニティセンター

子育ておしゃべりサロン

日 時 10月1日・22日（木）
午後1時30分から3時30分
対 象 0～3歳くらいまでの就園前のお子さんと保護者
場 所 和室
申込み 不要。時間内であればいつでもおいでください。

参加料 無料
持ち物 赤ちゃんを寝かせるバスタオル、飲み物
その他必要なものを各自でご持参ください。
※検温はご自宅で行い、体調が優れない場合は来館をご遠慮ください。



いきいき百歳体操

日 時 毎週水曜日
（祝日・年末年始を除く）
午後1時10分～午後2時頃
（変更の場合あり）
場 所 ホール
持ち物 内ズック・飲み物・（タオル）



『友愛の会東沢』サロン

10月はお休みです。

東部児童館10月のイベント

★乳幼児★小学生対象
ハロウィーン飾りを作ろう！



会場 東部児童館 予約不要
（状況によりできない時もあります。）
問合せ ☎629-2343



東沢コミセン10月行事予定

3日（土）4日（日）
東沢大さのこ展
18日（日）第32回東沢まつり・文化祭
25日（月）東沢地区振興会幹事会
自治推進委員会
使用調整会（12月分）