

# マジャーレがんど

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番地  
TEL 622-5480 FAX 635-0982  
e-mail higashizawa@mmy.ne.jp



『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 ⇒ 暮らしの情報 ⇒ 暮らしの手続き ⇒ 市民活動 ⇒ コミュニティセンター】



雁戸山登山



東沢寺子屋～チャンバラ教室～



珈琲講座



そば打ち体験教室

**令和6年度事業へのご支援・ご協力ありがとうございました！**  
昨年度に引き続き、今年度も多くの事業を開催することができました。ご参加・ご協力いただいた皆様ありがとうございました。



東沢大きのこ展



友愛の会 お茶会



ワクワクこどもクッキング



東沢まつり・文化祭



スポーツフェスティバル



スマホ教室



羽子板作り



施設見学会



適塩講座



チェアヨガ

- 【5月】雁戸山夏山開き登山 5/25
- 【6月】はつらつシニア料理教室 6/27
- 【7月】球技大会 7/7、ホテル観賞会 7/12、珈琲の楽しみ方講座 7/24、ワクワクこどもクッキング 7/27
- 【8月】防災意識啓発講座 8/2、サムライ道！チャンバラ教室 8/3、適塩講座 8/22
- 【9月】スポーツフェスティバル 9/8、すっきり！ヘルシークッキング 9/12、東のお山詣り 9/28、熊野岳へ登ろう 9/29
- 【10月】東沢大きのこ展 10/5～6、東沢まつり・文化祭 10/19～20
- 【11月】文化祭記念講演 11/3、そば打ち教室 11/6・23、茶道教室 11/8、チェアヨガ 11/12、東沢シニア教室・出前講座 11/13、施設見学会 11/26
- 【12月】羽子板のお正月アレンジ 12/3、冬休みお習字教室 12/26
- 【1月】だんごさし 1/7、新春交歓会 1/11、ボウリング大会 1/18、スマートフォン活用講座 1/22、お口若返り講座 1/29
- 【2月】珈琲の楽しみ方講座Ⅱ 2/4、和菓子作り講座 2/6

## 東沢シニア教室『生前贈与のあげ方もらい方』

【日時】 令和7年3月26日(水) 午後1時30分～(90分程度)  
【場所】 東沢コミュニティセンター 研修室  
【講師】 笠井 亮 氏、塩野 泰宏 氏 (ファイナンシャルプランナー)  
【定員】 先着10名  
【持ち物】 筆記用具  
【申込み】 東沢コミュニティセンターへ(Tel622-5480)



コミセン事業のお知らせ

### スマートフォン活用講座

開催日 1月22日(水)

基本操作からキャッシュレス決済について、その内容や方法を取得できずに困っている方もおりましたが、さらなる利活用を期待しています。



### お口若返り講座

開催日 1月29日(水)

歯科医師による口腔ケアの大切さを学習しました。口の汚れは体の健康に影響するということ、歯周病疾患、唾液の必要性などを真剣に勉強しました。



### 和菓子作り講座

開催日 2月6日(金)

桃の節句に合わせて桜もちを作りました。形を整えるのが意外と難しいのですが、どんな形でも、とってもおいしい桜もちができました。



### 珈琲の楽しみ方講座Ⅱ

開催日 2月4日(火)

珈琲の楽しみ方講座は、とても人気があります。珈琲豆を焙煎・試飲した後は、自分好みのブレンドコーヒーを作りました。世界で一つの珈琲は、味わい深かったです。

## 市役所 窓口延長・臨時開庁のお知らせ

引っ越しシーズンである3月末から4月頭にかけて、下記の通り、窓口の時間延長と臨時開庁を行います。

平日受付延長 3月24日(月)～4月4日(金) 8:30～19:00

日曜開庁 3月30日(日) 8:30～17:00

### 実施窓口

1	市民課	1～6番	2	こども家庭支援課	10番
F	国民健康保険課	7～9番	F	資産税課	23番
	保育育成課	11番		介護保険課	26番
				障がい福祉課	28番

※他市区町村等に確認を要する届出、転出証明書の代わりにマイナンバーカード等を用いた転入届、マイナンバーカードの各種電子証明書手続き及び交付は平日午前8時30分～午後5時までの取り扱いとなります。※各公民館、各地区コミュニティセンターでは、異動の届出は一切受付を行っていません。

問い合わせ先:山形市役所 市民課 641-1212 内線 345

## 山形市豪雪対策本部が設置されました。

令和7年2月7日、山形市の積雪深が50センチを超えたため豪雪対策本部が設置されました。豪雪に対する対策等については、12月15日の広報やまがた及び山形市ホームページ等でご確認ください。尚、不明な時は、各課にお問い合わせください。

豪雪対策本部	防災対策課	内線 216
1. 道路の除排雪	道路維持課	内線 489
2. 山形市排雪場	道路維持課	内線 489
3. 自治組織一斉除・排雪作業に対する報償金	広報課	内線 230
4. 高齢者・障がい者・母子世帯の雪下ろし等補助	長寿支援課	内線 566
5. 高齢者・障がい者の雪かき相談	長寿支援課 障がい福祉課	内線 566 内線 549
6. 農道除雪	農政課	内線 429 432
7. 雪下ろし実施組合の紹介	防災対策課	内線 216
8. 間口処理等協力業者の紹介	防災対策課	内線 216
9. 空き家からの落雪対策等	住宅政策課	内線 470



## 食のボランティア養成講座～食生活改善推進員養成講座～

健康づくりのために望ましい食生活を学び、地域に広めていただくボランティア(食生活改善推進員)を養成する講座です。食と健康に興味がある方、新たな仲間を作りたい方、ボランティア活動に興味のある方、どなたでも参加いただけます。

### 受講生募集中！5月中旬に説明会を開催予定

対象：山形市内在住の方40名 ※年齢・性別は問いません  
 期間：令和7年5月から計9回の講座(1回4時間程度)  
 内容：医師や管理栄養士の話、調理実習など  
 会場：山形市保健所(霞城セントラル内)  
 費用：1,700円程度(テキスト代)  
 申込先：電話で山形市健康増進課(TEL:616-7273)へ



問合せ：山形市健康増進課健康栄養係  
TEL:616-7273

## ～運動普及推進員養成講座 受講生募集中！～

健康づくりについて学び、誰でもできる「運動」を広めていただくボランティアを養成する講座です。講座修了後は、運動普及推進員として、仲間と楽しく「運動」を主とした健康づくりを実践していくことができます。

対象：山形市内在住の方40名 ※年齢・性別は問いません  
 期間：令和7年5月から1月にかけて計8回の講座  
 (月1回、3時間程度)

内容：健康づくりに必要な講話や運動実技(ストレッチ体操やウォーキング等)  
 講師：医師や大学の先生、健康運動指導士、保健師、管理栄養士等  
 会場：山形市保健所(霞城セントラル内)  
 費用：無料  
 申込先：電話で山形市健康増進課(TEL:616-7271)へ



問合せ：山形市健康増進課 SUKSK推進係 TEL:616-7271

## 東沢俳句会

※月一回(第三火曜日)に活動しています。

閉店の知らず貼り紙鳥帰る  
 春立つやカレーに妻の隠し味  
 湯の宿のその一瞬の雪崩かな  
 かまくらに集ふ幼の童歌  
 樽漬の発酵すすむ二月尽  
 二月や読経高々修行僧  
 春めて下校賑は小女学生  
 荒波に岩海苔摘みの媪かな  
 神木に鴉の群れや二月尽  
 木の芽風決意新たに万歩計  
 輪標蔵王古道の半ばまで

周子 芳彦 薫 映子 久善 秀 恵子 隆則 誠一 登久子 正子

## 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：3月6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お保護者  
 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  
 午後1時15分～午後2時  
 (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

日時：3月21日(金)  
 午前10時～正午  
 場所：研修室

### 東部児童館 3月のイベント

★ 乳幼児対象  
 大型ブロックのお家で遊ぼう  
 ★ 小学生対象  
 大縄跳びをしよう  
 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

### 東沢コミュニティセンター 3月の行事予定

24日(月) 東沢地区振興会幹事会  
 自治推進委員会  
 25日(火) 使用調整会(R7.5月分)  
 26日(水) 東沢シニア教室  
 『生前贈与のあげ方もらい方』