

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もご覧になれます
【トップページ ⇒ 暮らしの情報 ⇒ 暮らし・手続き ⇒ 市民活動 ⇒ コミュニティセンター】

健康料理教室

地産地消郷土料理教室

日時 10月2日(木)
午前10時～(2時間程度)
会場 東沢コミュニティセンター 調理室
定員 10名
参加費 500円(当日お持ちください)
持ち物 エプロン・三角巾・筆記用具
申込み 9月19日(金)まで東沢コミセン TEL622-5480



SUKSK
ポイント
500pt進呈

～ Menu ～

- ・オクラごはん
- ・鶏肉のきのこソース
- ・ゼロリのポタージュ

第31回

東沢まつい・文化祭

開催日 10月19日(日)
(展示作品のみ10月18日(土)午後から公開します)

みなさんが日頃取り組んでいる成果を
この文化祭で発表してみませんか！！
出演・出品参加者を大募集します！！

対象 ①芸能発表 ②作品展示
※出展者(個人・団体)が制作したものに限りです。
申込み 9月12日(金)まで

出演・出品
参加者大募集



東沢大きの乙展



日時 10月4日(土) 午前9時から午後5時
10月5日(日) 午前9時から午後4時
会場 東沢コミュニティセンター ホール
内容 地区周辺で採取されたきのこの展示と鑑定
鑑定料 無料 ※鑑定は『山形きのこ会』に依頼しています。



昨年は、東沢地区内外から300人以上の来場がありました。
食・不食・毒を含めて172種類のきのこを展示しました。

東沢寺子屋
東沢忍術学園
開催日 7月30日(水)

山形殺陣乃会紅蓮羽による
剣劇を鑑賞し、その後忍者
体験をしました。猛暑日では
したが、子どもたちは歓声をあ
げながら思い切り体を動かし
ていました。



食育料理教室
はつらつシニアクッキング
開催日 7月31日(木)

柔らかめで、時間のかからない手
軽に作れる高齢者向けの献立で、参
加者は皆、楽しく作業をし、おいしく
いただきました。



防災意識啓発講座
開催日 8月3日(日)

昨年度発生した能登半島地震や
山形県の7月豪雨を事例に、災害か
ら学ぶ防災対策を学習するととも
に、東沢地区の土砂災害警戒箇所
とハザードマップや避難所の設営
方法を学習しました。



事業報告

健康講座
音楽療法 音楽で元気に！
開催日 8月20日(水)

四季の歌や見上げてごらん夜
の星をなど、誰もが知っている曲
をピアノや三味線に合わせてリズ
ムをとりながら歌いました。先生
の話術で参加者の笑いが絶えな
い楽しいものでした。



ホタル観賞会 俳句 入賞作品紹介

鈴木正子 選(胡桃主宰 東沢俳句会講師)

【一般の部】

特選
待ち人に逢ふ心地して螢狩

松田 恵子

入選

螢火や楽譜のように飛びまわる
堰堤の螢火映す川面かな
草陰で出番の螢気合入れ
螢火のゆつたり流る今宵かな
歓声を闇にひそめて螢狩

横山 隆則
横山 知恵子
横山 琉風
若木 映子
會田 久善

特選
東沢小学校三年生】

ヒカヒカとホタルも友だちいばいた

高橋 泰生

入選

まつらの道をてらすほたるかな
東沢ケンシイケとヒメボタル
カワチはホタルのほん大切に
ヒメボタル一秒に一回光るすばらしい
夏の夜川辺近くに光とぶ

鎌田 美莉
小林 愛優翔
佐東 愛斗
塩野 暖
鈴木 陽士

令和7年国勢調査を実施します！



国勢調査は、統計法に基づき日本に住んでいる全ての人と世帯を対象に、5年に1度行われる重要な調査です。ご協力をお願いいたします。ご回答は、できる限りインターネットでお願いいたします。ただし、郵送回答も可能です。



調査の流れ

調査書類の配布

国勢調査員が各世帯を訪問し、書類を配布します。調査員は、写真付きの調査員証を携帯しています。

9月20日～30日

問い合わせ先 令和7年国勢調査山形市実施本部 TEL023-634-9033

調査基準日
10月1日

インターネットによる回答

調査書類に記載されたログインIDとアクセスキーを使って回答してください。

回答期間 9月20日～10月8日

紙の調査票による回答

紙の調査票は、黒の鉛筆で記入してください。

回答期間 10月1日～8日

※かたり調査に注意！

個人情報等を尋ねる不審な訪問、電話・電子メールにご注意ください。
※調査員は銀行口座の暗証番号、クレジットカード暗号を聞き取ったり、金銭を要求することはありません。

紙の調査票の提出

郵送で提出してください。
※郵送が難しい場合、書類配布時等に国勢調査員にご相談または下記実施本部までご相談ください。

回答期間 10月8日まで投函または提出

“秋の交通安全県民運動” 9月21日(日)～9月30日(火)

これから日没が早まり、夕暮れから夜間にかけての重大交通事故が懸念されます。皆様ひとり一人が心にゆとりをもって安全運転をお願いします。

歩行者の安全な道路横断方法の実践
ながらスマホや飲酒運転の根絶
自転車の交通ルール理解と遵守

東沢地区交通安全会



東沢俳句会

向日葵の迷路に遊ぶ園児たち
しばらくは木陰で休む赤とんぼ
切り戸から迷ひ込んだる赤蜻蛉
砂日傘一つ残りにて浜仕舞ひ
跡継ぎの雛唄心施餓鬼経
赤とんぼ白寿の母の肩に背に
山水をたつぷり汲んで墓掃除
蔵王嶺を望む峠路月見草
夏野菜人より先に猿が食ふ
盆用意夫にも仕事振り分けむ
秋あかね分水嶺に迷ひけり
※月一回(第三火曜日)に活動しています。

正子 恵子 秀 映子 薫 登久子 久善 芳彦 周子 誠一 隆則

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 9月4日(木)・18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
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

日時 9月19日(金)
午前10時～正午
場所 研修室
芋煮会をしま～す!



9月10日(水)～16日(火)は「自殺予防週間」です

ひとりで悩んでいませんか？あなたの周りに、ひとりで悩みを抱え込んでいる人はいませんか？一人ひとりが身近な人の様子を気にかけて、こころのサインに気づくことが、こころの健康やいのちを守ることに繋がります。

【相談窓口】

・全国共通「こころの健康相談統一ダイヤル」 電話 0570-0064-556
山形県「心の健康相談ダイヤル」 電話 023-631-7060
※開設期間 9月10日(水)～16日(火)午前9時～午後5時まで(期間内は土日祝日も相談可能)
※期間以外は、午前9時～12時、午後1時～5時まで(土日祝日除く)

・その他の連絡先(山形市ホームページ)

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康についての相談窓口



『こころの体温計』でこころの健康状態をチェックしよう



パソコンやスマートフォン、携帯電話で現在のこころの健康状態を把握するチェックシステムです。自分の状態をチェックする「本人モード」や、家族の状態をチェックする「家族モード」など、6つのモードがあります。

◆山形市ホームページ

メニュー > 健康・福祉 > 健康 > こころの健康 > こころの健康チェック

お問い合わせ 山形市保健所 精神保健課 616-7275
(平日 午前8:30～午後5:15)



東部児童館 9月のイベント

- ★乳幼児対象 風船で遊ぼう
- ★小学生対象 自然に親しもう(自然観察・虫取り)

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 9月行事予定

- 4日(木) すっきりヘルシークッキング
- 7日(日) スポーツフェスティバル
- 25日(木) 使用調整会(11月分)
- 27日(土) 蔵王古道登山
- 29日(月) 東沢地区振興会幹事会
自治推進委員会



9月1日は防災の日です！

台風や地震など災害に備え、日頃からの防災対策をしっかりとっておきましょう！

