

令和8年度 第1回大沢自治会役員会および班長会議

大沢自治会だより

発行責任者
大沢自治会
会長 藤倉健吉
編集 総務部

第1回の役員・班長会議を5月13日に行いました（参加者31名）。
新自治会長より「みんなで力を合わせ楽しく、そして話しやすい会議にしたい」と挨拶がありました。

自己紹介後、総務より『班長の役割や年間行事』等の説明があり、各班長は1年間は専門部に所属し活動することになりました。

また、保健部から「胃腸のがん検診」の受診率が低く自分の健康管理のためにも検診を是非受けてほしいと説明がありました。



いきいきサロン みんなで楽しく健康体操 大沢自治会

5月1日、澤村幸子さんを迎え健康体操をしました（参加者22名）。
「リンゴの唄」や「憧れのハワイ航路」などの懐メロに合わせて、口ずさみながらワイワイと賑やかに体操をしました。

参加者からは「楽しかった、またやりたい」の声が多く聞かれました。その後のまごころ昼食会の「特別ハンバーグ」は格別に美味しくおなかいっぱい、大満足でした。



🎉 受賞おめでとうございます 🎉 大沢百寿会

令和8年度滝沢市老人クラブ連合会総会が3月22日、ふるさと交流館で行われました。その席上で長年に渡り老人福祉の向上に尽力された4名の方々が表彰されました。おめでとうございます！



受賞者名	業績	会員歴
齊藤タミ子	総務部副部長	8年
佐藤美喜子	レク部副部長・前体育部副部長	17年
澤村 亀蔵	前体育部副部長・班長	8年
藤倉 克己	社会奉仕部副部長	8年

(敬称略)

【お知らせ】

大沢自治会

1. 「熊の捕獲」情報

先月15・27日大沢地区に熊が出没した事を受けて、5月1日自治会長藤倉健吉と十日市良勝が農林課に行って熊対策や対応をお願いしました。早速、翌5月2日に農林課の担当者と猟友会の方々が大沢に来ました。大沢館の旧動物霊園下の所に所有者の三上アツ子さんの許可を得て罠を設置してもらいました。罠を掛けて2日後の4日に1頭捕獲滝沢第1号、さらに9日に1頭捕獲しました。9日の熊は、体長約1mの50kgぐらいで27日に確認された熊と思われるとの事です。引き続き罠を掛けておりますが、危険ですし、人のにおいが熊を警戒させるのでくれぐれも近づかないようお願い致します。



2. 親子広場の花壇作りと花植え及びクリーン作戦（子ども会）

日時：6月7日(日)9時から10時 子ども会9時集合 場所：大沢親子広場

持ち物：ゴム手袋、軍手、ある方は移植ベラ

※雨天実行。花植えが終了後クリーン作戦になります。

大沢保育園⇒世代間交流

☆田植え 日時：5月22日(金)9時30分から11時まで 場所：保育園横の田んぼ

さくら組のみなさんが作った苗を、百寿会有志の方々から教わりながら昔からの田植えをします。応援をお願いします！

大沢さんさ踊り保存会

☆東北絆まつりに出演

期 日：5月23日（土）パレード13時30分から16時

：5月24日（日）パレード12時30分から15時

大沢さんさ踊り保存会が出演します。

滝沢市消防第3分団

☆消防演習

期 日：6月7日（日）午前8時15分から正午まで

場 所：ビッグルーフ滝沢防災広場

※当日は一斉放水訓練、ラッパ吹奏、幼年消防クラブの演技等あります。

チャグチャグ馬コ

期 日：6月13日（土）

藤倉広美さんが籠屋敷で午前5時頃から装束付けを行う予定（10頭予定）

堰合一志さんは自宅で午前6時から装束付けを行う予定（2頭予定）

*大沢からは工藤孝徳さん、工藤光さん、齊藤政美さん、齊藤喜夫さん、三上義徳さんも出馬予定です。

国無形民俗文化財・残したい日本の音風景百選の行進です。一緒に応援しましょう。

大沢自治会 保健部だより

令和8年5月15日



〈胃がん・大腸がん検診のお知らせ〉

6月1日(月)～7月10日(金)まで
7月21日(火)～7月29日(水)まで(大腸がん検診のみ)

大沢集落センター
6月25日(木) 検診者1台

受付時間 午前6時30分～午前10時

都合の悪い方は、別日・別会場で受けられます。
詳しい日程は広報「まきわ」5月号NO1158 8Pをご覧ください。
通知書(問診表は5月下旬に発送予定です)

問い合わせ
滝沢市役所
健康づくり課
(656-6527)

早期発見・早期治療が大事です。からだへの負担・医療費の負担削減になります。40歳以上の方は、市検診の他、職場でも受けられますので、必ず受けましょう!!

〈令和8年度 滝沢市「心の健康相談」のお知らせ〉



- 寝つきが悪く目覚めが苦しい
 - 食欲がなくなる
 - 気になる事が頭からしぼれず
 - 悲しいゆううつな気分・沈んだ気分である
 - 及ばず元気がない
 - 飲酒量が増えた
 - 人に会いたくなく話したくない・・・
 - 心の中の悩みをどうしたらいいのか困っていますか?!
- 滝沢市にお住いのご本人・ご家族を対象に、精神科医師が個別相談をお受けします。
(秘密は厳守します。相談は予約制です)

相談会場 — 滝沢市市民福祉センター
時間 — 午後2時～
予約制 — 滝沢市役所 地域福祉課
(656-6517)

日程	5月19日(火)	11月24日(火)
	7月28日(火)	令和9年1月26日(火)
	9月29日(火)	3月16日(火)

〈いきいきサロン〉

会場 大沢集落センター

まごころ昼食会
6月1日(月) 9:30～13:00
秋鮎販売「みかわせ」
買い物をする方はお金を用意して下さい

介護予防教室
5月19日(火) 10:00～12:00
「生きがい目標記入・フリール」

踊り
13:30～15:30
5月26日(火)
6月9日(火)
23日(火)
30日(火)

健康メニュー
18:00～22:00
5月25日(月)
6月8日(月)
15日(月)
22日(月)

いきいき百歳体操
輪投げ・スカットボール
9:30～12:30
5月21日(水)
28日(水)
スカットボール
6月4日(水)
11日(水)
18日(水)
スカットボール
26日(金)
29日(水)

さつぷり
6月16日(火) 10:00～15:00
おいしいお弁当を食べながら
楽しいひとときを過ごしましょう!!
(スライドショー・踊り他)
会費 1,000円
申込 6月1日(月)までに
保健部長
大坪薫子(687-2432)に
お金を添えて申し込んで
下さい
(百寿会の方は会費まで
申し込みとなります)



よしひめちゃん
ありがとー！



大沢保育園だより (地域版)

令和8年5月発行
大沢保育園
019-687-2509

風薫るさわやかな季節となり、日ごとに初夏の気配が感じられるようになりました。先日保育園にチャグチャグ馬コが来園し、子ども達は質問をしたり馬との触れ合いしたりして楽しみました。県内にクマの出没警報が発令されています。被害を未然に防げるように気を付けていきたいですね。

大豆ってすごーい！

とうふや油揚げ、もやしにだって変化
する大豆。その大豆を使って、味噌作りを
しました。

完成は11月頃☆
どんな料理にを使って食べる
のか…みんなで相談しながら
完成を楽しみにします。



今年もお米作りが始まります 🌾

4月に藤倉恭一さんに教えて頂きながら
お米の種まきを行いました。ハウスの中で
ぐんぐん育っていく様子を見て田植えを
楽しみにしている子ども達です。

田植えは5月22日に、大沢百寿会の方
に教えて頂きながら頑張ります！

消防演習に参加します 🚒

6月7日(日)、ビッグルーフ滝沢で開催
される消防演習に、大沢保育園の年長児
さくら組が演技発表で参加します！
ぜひ応援に来てください☆

カツオのごま味噌揚げ

<材料(4人分)>

- ・カツオ 四半身 1パック
- ★味噌 大さじ1
- ★みりん 小さじ2
- ★酒 小さじ1
- ◎黒粒胡麻 大さじ2
- ◎パン粉 20g
- ・油 適量
- ・サラダ菜(添え) 適量



<作り方>

- ①カツオは1cm位の厚さにスライスする。
- ②ビニール袋に★を入れてよく混ぜ、カツオの切り身を入れて、軽く揉みこんで20分程漬け込む。
- ③別のビニール袋に◎を入れてよく混ぜる。
- ④漬け込んだカツオに③の衣をまぶし、170℃~180℃の油で揚げる。
- ⑤添えのサラダ菜を敷いて盛付ける。

油で揚げずに、フライパンに
少し多めの油で揚げ焼きに
しても👍です！

子どもたちに好評だった
旬のカツオを使った
メニューです。

カツオはDHA・EPA
やビタミンB群、鉄分
などを豊富に含み、
貧血予防や疲労回復
に、胡麻はがん予防、
アルコール代謝促進、
高血圧の抑制、血栓
予防、動脈硬化予防、
血中コレステロールの
コントロールに役立ち
ます。



☆おおさわマルシェを開催します☆

まだ着られるけれどサイズが合わない服や
靴、状態の良い絵本を集め、それを必要とする
方へ提供する“マルシェ”を開催します。

☆マルシェ開催期間☆

6月1日(月)~13日(土)

マルシェ開催にあたり、子ども服等の回収
にご協力いただける方はぜひ保育園にお持ち
下さい。

【回収内容】

- ☆90cm~140cmくらいの子ども服
(春・夏用のTシャツ、ズボン、上着)
 - ☆帽子、靴、絵本
- 聞きたいこと等ありましたら、大沢保育園に
いつでもお電話ください。
お待ちしております☆

