

## 令和6年度合同総会が開催されました

4月14日(日)13時30分から大沢地域資源保全組合(齊藤文一郎組合長)、大沢農家組合(佐藤桂組合長)、大沢地域づくり推進協議会(齊藤健二会長)、大沢自治会(齊藤健二会長)の合同総会が行われました。

各事務局の説明のあと、満場一致で可決されました。

齊藤健二自治会長の挨拶は「令和6年度の総会に於いて引き続き会長の職を担うこととなりましたのでどうぞよろしくお願い致します。去年は、待望の大沢令和地域の歴史等を題材にした「地域カルタ」を完成することが出来ましたことに感謝を申し上げます。そのカルタを利用しゲーム交流会で老若男女みんなで楽しい時間を過ごすことができました。今後共に、自治会活動にご理解を戴きご協力をお願い致します。」

※なお、自治会総会資料は5月1日に配布予定になっておりますのでご覧ください。

### 退任役員紹介：長い間ご苦勞様でした。

#### ☆大沢自治会

- ・自治会副会長：佐藤美喜子さん
- ・環境衛生部長：澤村美江さん
- ・防火クラブ部長：大坪清子さん

#### ☆各組織代表

- ・消防第三分団 分団長：大坪勇一さん
- ・滝沢南中学校大沢地区PTA代表：十日市由紀子さん
- ・大沢子ども会育成会長：幸野優子さん

#### ☆市委囑員

- ・少年補導員：大坪文男さん

### 新任役員紹介：これからよろしくお願ひします。

#### ☆大沢自治会

- ・副会長：欠員
- ・環境衛生部長：高田幸男さん
- ・防火クラブ部長：澤村蘭子さん
- ・スクールガード：澤村美花子さん

#### ☆各組織代表

- ・消防第三分団 分団長：齊藤正人さん
- ・滝沢南中学校大沢地区PTA代表：高田佳奈子さん
- ・大沢子ども会育成会長：齊藤香奈絵さん

#### ☆市委囑員

- ・少年補導員：欠員

大沢自治会だより

発行責任者  
大沢自治会  
会長齊藤健二  
編集総務部



みんなで楽しい大沢に!!  
**第6回世代間交流健康ゲーム大会**

～トランプで みんな広がる 笑顔の輪～ 堰合史佳

日 時: 令和6年3月17日(日)8時30分～17時

場 所: 大沢集落センター 参加数: 105名



受付開始: 子ども会地区長



自治会長: 皆で元気に楽しみ  
ましょう



よく見て!! 読みますよ



中学生チーム、がんばって!!



「ばば」を持っているのは誰?



トランプはポーカーフェイス  
が必要です



はい、伸びて、伸びて・・・



カルタ1位の洋子さん、「えっ、  
こんなに沢山!!」



こんなにたくさんの方々が参加し「楽しく、にぎやかに」



小学生、集合。張り切って  
いくぞ!!



中学生のみなさんです。



最後はみんなで「篠木小学校  
校歌」



さて、結果は・・・ おめでとうございます

トランプ	小学低学年	小学高学年	中学生	大人
1位	堰合 零	堰合 蘭	橋 百花	齊藤洋子
2位	堰合令佳	澤村大輝	高田彩華	佐藤フヂエ
3位	澤村優奈	齊藤晃太	堰合市佳	佐々木勝子

カルタ	小学低学年	小学高学年	中学生	70～82歳	83歳以上
1位	澤村優奈	堰合史佳	堰合市佳	佐藤美喜子	澤目弘子
2位	大坪すみれ	大坪杏凧	高田徠世	齊藤洋子	佐々木勝子
3位	姉帯将臣	高田紫月	高田真心	三上羊子	澤村トシ

麻 雀	
1位	大坪富三
2位	堰合幸一郎
3位	三上一夫
平和賞	澤村和彦
B・B賞	中井慶輔
役満賞	齊藤健二



麻雀の部  
お見事、優勝カップは大坪富三さん



トランプ  
中学生の部 2位彩華さん



カルタ 小学生低学年の部  
1位優奈ちゃん 2位すみれちゃん



麻雀風景

## 年度末輪投げ交流会 大沢百寿会

1年の締めくくりである「年度末輪投げ交流会」が3月28日に行われました。皆勤賞は168回参加の佐藤フヂエさんで「自分の健康のため」にとの事、その他色々な賞がありみんな和気あいあいと楽しみました。参加者数は25名でした。

皆勤・精勤賞		年間優秀賞		スカットボール	
1位	佐藤フヂエ	1位	佐々木秀雄	1位	齋藤義見
2位	佐々木勝子	2位	澤目弘子	2位	佐々木勝子
3位	澤村君代	2位	佐々木サツ	3位	澤目弘子
3位	齊藤イマ	4位	齊藤イマ	4位	佐藤フヂエ

当日賞:

🎯 澤村トシ      🎯 佐々木サツ      🎯 三上チヨ  
4位 佐々木秀雄      5位 澤目弘子      5位 齊藤イマ



皆さん、いつまでも若々しくネ!

# 子どもは地域の宝 入園・入学おめでとうございます 大沢自治会

みなさん見守りをよろしく申し上げます。

大沢保育園 5名入園

篠木小学校(入学式:4月9日) 佐々木瑠璃ちゃん、高田真白ちゃん

滝沢市南中学校(入学式:4月8日) 幸野彩吹さん、澤村大輝君



地域で一番早い桜  
堰合和徳さんの庭

## 歓迎メッセージ

□ 大沢子ども会育成会長 齊藤香奈絵さん

入学おめでとうございます。楽しい毎日が送れますよう祈ってます。

□ 滝沢市南中学校 大沢地区会長 高田佳奈子さん

入学おめでとうございます。勉強と部活が両立でき楽しい学校生活が送れますように

□ 新スクールガード 澤村美花子さん

スクールガードの恰好に子ども達から「えっ、どうしたの?」と言われました。

子どもの安全を守るため心機一転がんばります。

(美花子さんは昨年から見守り活動を行っており子ども達とも顔見知りです)

## 伝承 マイほうきづくりに挑戦 JA女性部有志

「箒を作りたい」いう熱望もあり、2月28日、集落センターに於いて箒作りの講習会がありました。参加者は7名で講師は大坪薫子さん。今年は小箒に挑戦、何回もやり直しをし箒草もよれよれ、少々不格好でしたがマイ箒にみな満足顔。盛岡から初参加の小野さんは「早速玄関に飾った。貴重な体験をした」と大喜びでした。



ズレてしまった、なかなか難しいなあ



薫子さんの手を借りようやく出来上がりました!!



# 大沢さんさ踊り保存会20周年

3月20日、ビックルーフ滝沢に於いて武田哲市長ご出席のもと滝沢市指定無形民俗文化財認定 大沢さんさ踊り保存会20周年記念式典・祝賀会が華やかに開催されました。現在の会員数は60名（内大沢は16名）で幅ひろく活躍されています。



## 子どもと高齢者の交流会 子ども支援ボランティア

3月21日（木）AM世代間交流スカットボール PM卓球、風船、折り紙など

（参加者 大人23名、子ども7名）

3月26日（火）同上 AMパステルアート昼食会 PMポッチャ（社協）

（参加者 大人18名、子ども14名）

3月28日（木）PM ピンポン・お手玉など（参加者 大人3名、子ども9名）

4月 4日（木）世代間交流輪投げ昼食会PMスクールガード主催スライドショー、

卓球など（高齢者25名、ママ5名、ボランティア2名、子ども14名）

### \*子ども達から

すみれちゃん、弘汰朗君：カレーがおいしく、みんなで遊んだ風船が楽しかった。

史佳ちゃん：みんなであつまりカレーを食べた事、お年寄りと交流（スカットボールやへっちょこ団子作り等）がとれたことが楽しかった。またやりたい。

### \*婦人会ボランティア 澤村由美子

お年寄りとの交流が楽しみと子ども。よそから来ても同じく声掛け接する環境が嬉しいとお母さん。家に子どもがいないので子どもの面倒は大変、できることは見守りだけとボランティア。同じ空間で生き生きと過ごせました。



世代間交流ポッチャ



世代間交流輪投げ



子ども達が作った「カマキリ神殿」「基地」

### \*主催者代表 齊藤とも絵

今回は昨年夏休みに続き2度目の解放、いきいきサロンの皆様とも交流ができ、とても嬉しく思いました。子ども達の様子は、宿題を教えあったり遊んだり、子どもは子どもの中でも成長していく瞬間をたくさん見ることができました。最終日には一緒に遊びに来て下さる保護者も増え、私のいつかの目標「お父さん、お母さん同士の交流」も達成できた?!と感じる時間でした。子ども達とは熊野神社のお祭りについての作戦会議も・・・今年のお祭りはますます盛り上がりそうな予感です！開催にあたりご協力下さりました皆様、ありがとうございました。これからも子ども達へのサポートをよろしくお願ひします。

# 『ストックヤード(資源集積所)回収について』

## 令和5年度1年間の資源回収

月	金額(収入)	摘要
5	4,394	照井商事(回収業者)
6	4,952	照井商事
6	5,001	滝沢零石組合(市より奨励金)
7	5,216	照井商事
7	3,248	滝沢零石組合
8	1	貯金利息
9	5,264	照井商事
10	4,889	照井商事
11	7,560	滝沢零石組合
12	4,354	滝沢零石組合
12	11,239	照井商事
1	4,860	照井商事
2	1	貯金利息
2	11,291	滝沢零石組合
3	9,906	照井商事
3	3,638	照井商事
合計	85,814	

- 1年間 《85,814円》 累計《329,105円》
- 市からの奨励金も含まれています。

段ボール・新聞・雑誌・その他の紙・牛乳パック・アルミ缶・スチール缶・ビール瓶・一升瓶の資源は貴重な収入源になりますので、ストックヤードに出していただくよう よろしくお願ひ致します。

☆《特にアルミ缶・スチール缶はゴミ集積所には出さずに分別してストックヤードに》



◎ 春の不調改善!! 自律神経を整えよう ◎

暖かい日差しが気持ちよい季節になりました。  
 過ごしやすいと感じる一方で「春はなぜかからだがだるい」「日中だるいと眠い」という方もいるのではありませんか?!

春は気温の変化が激しい日々が続く、からだのコントロールをしている自律神経のバランスを崩したり、新生活がスタートし、ストレスを感じる機会が多くなり自律神経が乱れやすくなり、不調を感じるようになってしまうのです。

自律神経とは、からだを元気にする「交感神経」とリラックスさせる「副交感神経」がバランスをとりながら働いているものです。自律神経の乱れによる不調は心とからだの両方からケアしてあげることが大切です。

● 春に感じやすい不調ランキング ●

- |            |          |
|------------|----------|
| 1. 昼間だるい   | 6. 中うつ感  |
| 2. からだのだるい | 7. 倦怠感   |
| 3. けいれん    | 8. 目玉が重い |
| 4. 肩がこる    | 9. 不安感   |
| 5. 気分が落ち込む | 10. 腰痛   |

< 自律神経を整えるには >

- ① 腸内環境を整える食品を取り入れよう  
腸内善玉菌を増やす食品(発酵食品等)
- ② 1日3食のリズムを大切にしよう  
朝食をしっかりと、できるだけ規則的に3食食べよう。
- ③ 入浴は40度位のぬるま湯に入りリラックスしよう
- ④ ゆっくり筋肉を伸ばすようストレッチをしよう

< いそいそサロン >

会場 大沢集落センター

○ まごころ昼食会  
5月1日(水) 9:30~13:00  
「移動販売みかわけ」

△ 令和6年度も  
元気に活動  
しましょう!!  
←←←←←

○ 介護予防教室 ①  
5月14日(火) 10:00~12:00  
「いそいそ生活の秘訣とは!」



○ 踊り  
13:30~15:30  
4月23日(火)  
5月14日(火)  
28日(火)

○ 健康マージャン  
18:00~21:30  
4月22日(月)  
5月6日(月)  
20日(月)

○ いそいそ百歳体操  
輪投げ・スカットボール  
9:30~12:30  
4月18日(水)  
25日(水) スカットボール  
9:00~12:00  
5月2日(水)  
9日(水)  
16日(水)  
23日(水)  
30日(水) スカットボール



## 大沢保育園だより (地域版)

令和6年4月発行  
大沢保育園



ワクワクいっぱい春。新年度となり、新入園児を5名迎え、園児49名で令和6年度がスタートしました。また、3名の転入職員を迎えましたので、大沢地域の自然や文化を楽しく学び、大自然のもと、子ども達がのびのびと過ごせるようにしていきたいと思っております。

地域の皆様にとりましても、実り多き1年となります様お祈り申し上げます。どうぞよろしくお願い致します。

### 令和6年度 大沢保育園 職員紹介

園長	竹田 美千代	(一本木保育園より転任)
主任	水石 友美	
副主任	小河原 史子	
保育士	鎌田 友里	(一本木保育園より転任)
	菊池 美香	
	菊池 美七海	
	馬淵 智美	
	工藤 真実	(鶴飼保育園より転任)
	内澤 恵	
	矢羽々 佳穂	
栄養士	佐藤 史菜	
調理員	川向 美咲	



よろしくお願い致します！

### 園庭開放・絵本を借りに ぜひ、いらしてください！

☆園庭で遊ぶときは…

- ・動きやすい服装、スニーカーを履いて、日よけの帽子もかぶって来てください
- ・水分補給用のお茶や水も準備があるといいです。

☆絵本を借りに来的时候は…

- ・地域の方どなたでもOKです。
- ・月曜～土曜日の10時～16時にどうぞ！

※園内行事を行なっている場合もありますので、電話で確認してからいらして下さい。

おまちしております!!

### 給食室から

#### ～山菜のキムチチャーハン～

材料(4人分)

ごはん600g	牛こま肉300g	お好みの山菜250g
キムチ200g	にら80g	★酒大さじ4
★醤油大さじ2・1/2	★はちみつ小さじ2	★おろしにんにく小さじ2
ごま油適量	お好みで目玉焼きや温泉卵、韓国のみ	

作り方

- ① 山菜とにらは1cm幅に切っておく。
- ② ★を混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにごま油をひき、肉を炒める。
- ④ 肉に火が通ったら①を入れてサッと炒める。
- ⑤ ごはん、キムチ、②を入れてよく混ぜるように炒める。
- ⑥ 全体に味がなじんだら盛り付け。
- ⑦ お好みで卵や韓国のみをのせて完成。



### 今年の交流予定行事です

#### ☆いきいきサロン

- ・七夕交流
- ・輪投げ交流

#### ☆大沢百寿会交流

- ・田植え、稲刈り体験
- ・ちびっこ運動会
- ・プレ発表会
- ・水木団子作り

その他、地域の方との交流として“おおさわマルシェ”子どもの森主催の“いのちのおはなしキャラバン事業”を予定しています。後日、詳しい日時をお知らせします。