

**優良会員表彰**  
**おめでとうございます**  
**大沢百寿会**

4月24日に行われた令和6年度滝沢市老人クラブ連合会総会において、長年に渡り老人福祉の向上に尽力された次の5名の方々が表彰されました。おめでとうございます!!

受賞者氏名	会員歴
佐々木三郎 様	16年
佐藤富喜子 様	15年
澤村 トシ 様	15年
高田 洋子 様	12年
佐々木成子 様	10年



トシさん 成子さん 富喜子さん 洋子さん

**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

**今年度最初の行事は資源回収**  
**大沢子ども会・大沢婦人会**

子ども会と婦人会の二部構成で4月14日に資源回収を行いました。早朝にもかかわらずたくさんの親子が参加して下さいありがとうございました。また婦人会では各家庭を訪問し回収を行い「待っていたよ」喜ばれました。ご協力ありがとうございました。



子ども会：今回は多いな～



子ども会：みんな頑張りました



婦人会：各家庭は準備して待っていました

**いきいきサロン**  
**大沢自治会**

「さくら、さくら、弥生の空は…」4月16日は唱歌等懐メロを歌おうの日。「ふるさと」「北国の春」ハーモニカや横笛を伴奏に約10曲。窓から満開の桜を見ながら歌いました。「花嫁さん」の紙芝居は参加者の皆さんから昔の自分を見たような感じと感想が寄せられました。ハーモニカ：吉田さん 横笛：星さん 紙芝居：高橋さん ご協力ありがとうございました

5月1日、移動販売車のみかわやさんが春を運んでくれました。「こっちはいいかな？」お互いに情報交換をしながらより自分に似合う洋服をゲット。「輪投げに着てくるから」と、楽しみがまた増えました。昼食会時にファションショーをし久々に目の保養をしました。



笛の音色に惚れ惚れしながら・・・歌いました



みんなで手に取り、いいなと思いながら決めれない



## 子どもは地域の宝 みんなで見守ろう ピカピカの1年生

1年生が入学して早や1か月、大きなランドセルに「肩が痛い」としきりに言っていました。すっかり慣れ上級生と賑やかに登校しています。瑠璃ちゃん、つくしをみて「キノコ見たい、」真白ちゃん「これつくしで食べれるんだよ。」と、つくしを逆さにし「ほんとキノコみたい!!」。微笑ましい2人の会話です。猫が大好きな子ども達、猫ちゃんにも「おはよう」と挨拶。楽しい話が聴かれます。



何の話かな?のぞいてみたい



見て、いいでしょ、指輪だよ!!



良いことがありますように・・・  
四葉のプレゼントがたくさん

## 一年生を迎える会に参加して スクールガード代表 佐藤美喜子

六年生と手をつないで体育館に入場する一年生は自信满满ニコニコと行進、六年生はさすがに堂々として貫禄十分でした。各学年はそれぞれ工夫を凝らした出し物で、校内案内や行事・ルール等を楽しく教えていました。キレイのダンスにも目を見張りました。最後は全員で校歌を歌いましたが一年生は9日に入学したばかりとは思えないほど大きく口をひらいて元気に歌う姿には感動しました。その後校長室でスクールガードの情報交換会、大沢からは3人参加しました。大沢は1つの子ども会で地域的にもまとまってお見守りやすい所だとつくづく感じました。子ども達が事故に遭わずに元気に登下校できるように、大沢の皆さんで見守って行きましょう。

## こんな素敵な夫婦

【いわて老連だより (No188) の表紙「笑顔のバトンリレー」に掲載されました。】



笑顔のバトンリレー  
滝沢市老人クラブ連合会  
大沢百寿会  
佐々木 秀雄さん  
(昭和39年生まれ 95歳)  
勝子さん  
(昭和39年生まれ 90歳)  
夫婦

令和5年4月発行  
はつらくラブ選手  
一般財団法人 岩手県老人クラブ連合会  
〒020-0831 盛岡市三ツ木4-6-1-2  
電話 019-637-6544 FAX 019-627-6661  
メール shokab@racc.jp  
url http://www.racc.jp/~www



秀雄さんは、自治会長を20年、大沢百寿会の会長を10年ほど務められ、市老連の副会長も担っておられました。

体を動かす活動が大好きな秀雄さんの元気な秘訣は好き嫌いをせず何でも食べること。

奥様の勝子さんは、お華や野菜を育てることに夢中の働き者です。心を込めて育てた野菜の味が、ご夫婦の元気の源です。

(市老連事務局 晴山雄太氏より抜粋)

## 【お知らせ】

### 1) 親子広場の花壇作り&クリーン作戦

日 時: 令和6年6月2日(日) 大人: 8時から 子ども: 9時から

集合場所: 親子広場

持ち物 : ゴム手、軍手、移植ベラ(ある人)



芝桜ロード、今年も見事です  
(三上アイさん宅)

### 2) 滝沢市民体育祭

期 日: 令和6年6月9日(日) 9時 開会式

場 所: 滝沢市総合運動公園

大沢はグランドゴルフに出場予定です。皆さん応援にいらして下さい。

練習日: 6月3日～7日 予定

場所と時間: 親子広場で朝5時から

### チャグチャグ馬ッコ同好会滝沢支部

期 日: 令和6年6月8日(土)

装束付けの時間: 籠屋敷(藤倉広美さんほか) 5時～ 堰合一志さん宅 6時～

出発時間: 7時30分

大沢からも数頭出馬予定です。一緒に楽しみましょう。

支部長 藤倉広美さんからコメント

滝沢市からは約40頭出馬予定でビックルーフ前と大通で出馬者の紹介をします

### 大沢保育園児親子田植え

期 日: 令和6年5月24日(金)

場 所: 保育園隣の田んぼ

園児が作った苗を植えます。応援をお願いします。



水芭蕉の小川(澤村亀蔵さん宅)

### ☆総務からのお願い

#### \* 大沢便りの原稿募集

おやっ? 素敵!! みんなに伝えたい等ありましたらご一報ください。

みんなの広報にしましょう。



## 大沢保育園だより (地域版)

令和6年5月発行  
大沢保育園  
019-687-2509

お空のこいのぼりに見守られながら、子どもたちはのびのびと遊んでいます。この時期の園庭には発見や面白いものがたくさん！ダンゴムシやアリの巣などを見つけてはお友達と見せ合って楽しんでいます。

今年は気温が急に上がる日があるため、こまめに水分補給をして休息を取りながら、活動的なこの季節を健康的に過ごしましょう。

### おいしいお味噌ができるかな？！

栄養士に大豆のパワーを教えてもらい、3・4・5歳児で協力して味噌作りをしました。5kgの大豆を潰し、麴と塩を混ぜて、味噌樽に入れ、昆布で蓋をして熟成させます。今年は、5歳児の保護者の方にも参加して頂いたため、完成するまでの楽しみがまた一つ増えました。完成予定は11月頃です。

3歳児は、茹でた大豆をジップロックに入れてつぶすお手伝いをしました。



### 田植え・畑活動が始まります！

今年も藤倉恭一さんに教えて頂きながら、田植えに向けてお米の種まきをしました。5月24日には、大沢百寿会の方に教えて頂きながらいよいよ田植えをします！

粒が重ならないように丁寧に…



### 給食室から

#### ～鶏肉とじゃが芋の蜂蜜レモン焼き～

材料(4人分)

鶏もも肉 300g      新じゃが芋中 2個      玉ねぎ半玉  
ブロッコリー 1/2個      パプリカ 1/2個      にんにく 1片  
バター 10g      揚げ油適量  
☆レモン汁・蜂蜜・粒マスタード各小さじ4



作り方

- ① じゃが芋は土を洗い、乱切りにして油で揚げる。
- ② 玉ねぎ、パプリカは角切り、ブロッコリーは小房に分けて塩茹でする。
- ③ フライパンにバターを溶かし、みじん切りにしたにんにくを入れ、香りが出てきたら鶏肉を焼く。
- ④ 肉に火が通ったら玉ねぎとパプリカを入れてサッと炒める。
- ⑤ じゃが芋とブロッコリーを加え、☆で味を付けて完成。

♪便秘・がん予防、ストレス緩和、胃・十二指腸潰瘍防止

♪じゃが芋の皮には全体の20%分の栄養が含まれています。また、貯蔵期間の短い新じゃが芋は貯蔵期間の長い物よりビタミンCが豊富です。今が旬の新じゃが芋でぜひ作ってみてください！

堰合さんにお借りしている畑で、野菜作りも始めていきます。近所の方の力もお借りしながら畝づくりまで完成！子ども達が、育てる楽しさ、食べる喜び等、収穫までの様々な経験ができるようにしていきたいと思います。

### 曲り家見学

篠木小学校3年生の授業「まちたんけん」に、参加させて頂き、大沢保育園の職員も曲り屋の事を学ばせて頂きました。

昔からあるよさや歴史について主演恵悦さんから教えて頂いた事を、子ども達にも伝えていきたいと思っています。



## 〈がん検診・各検診〉

◎ 胃がん・大腸がん検診 6月3日(月)～7月12日(金)

大沢集落センター 6月27日(木) 受付時間 午前6時半～午前10時

(都合のつかない方は他の会場で受診して下さい)  
(検診日程は受診券、または滝沢市広報5月号(No 1110)をご覧ください。)

## ◎ 各検診

- 特定健康診査(国保加入者で40歳～74歳の人) 6月～10月
- 若年者健康診査(国保加入者で19歳～39歳の人) 6月～R7年2月(自前申請)
- 長寿健康診査(後期高齢者医療被保険者証を所持の人) 6月～10月
- 基本健康診査(40歳以上で生活保護を受けている方) 6月～10月
- 歯周疾患検診(40歳 50歳 60歳 70歳) 6月～R7年1月
- 前立腺がん検診(50歳以上の男性) 6月～10月
- 肝臓ウイルス検査(40歳以上で検査を受けたい人) 6月～10月(自前申請)
- 人間ドック(40歳以上で希望する人)

※ 市が指定する医療機関で実施

詳細は受診券または滝沢市広報5月号(No 1110)の「滝沢市検診だより」をご覧ください。

## 〈令和5年度胃がん・大腸がん検診結果〉

大沢地区の胃がん・大腸がん検診の受診者が年々 **減少** しています。

胃がん検診 対象者175人中 受診者37人 受診率21.1% 32自治会中21位

大腸がん検診 対象者246人中 受診者83人 受診率33.7% 32自治会中13位

胃がん・大腸がんともに、死亡率の高いがんです

早期発見、早期治療が、大切です。自分と家族のために

必ず検診を受けましょう!!



ウラも見て下さい!!

# < 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3日(月) 9:30~16:00  
 日帰り温泉旅行  
 「道の駅 栗石あね」  
 < わしは下記をご覧ください >

踊り  
 13:30~15:30  
 5月28日(火)  
 6月11日(火)  
 25日(火)

いきいき百歳体操  
 輪っけ・スカートボイル  
 9:00~12:00  
 5月23日(木)  
 30日(木) スカートボイル  
 6月6日(木)  
 13日(木)  
 20日(木)  
 26日(木) スカートボイル

卓球バレー  
 6月11日(火) 10:00~12:00  
 スポーツ推進員の方が  
 指導に来ます

健康マージャン  
 18:00~21:30  
 5月20日(月)  
 6月10日(月)  
 24日(月)

ボッチャ  
 6月25日(火) 10:00~12:00



## < 日帰り温泉旅行 >

今年度も日帰り温泉旅行を企画しました。

日頃の疲れを温泉でいやし、美味しい物を食べましょう。

5類には対応しますが、マスク着用で感染対策をLTFから実施しますので、皆様どうぞご参加下さい。



1. 日時 令和5年6月3日(月) 午前9時30分~午後4時
2. 集合場所 大沢集落センター
3. 場所 道の駅 栗石あね
4. 参加費 1,500円 (昼食代、入浴料、タオル、保健代他)
5. 申込 5月26日(日)までに保健部長 大坪薫子(687-2432)へ申し込んで下さい。  
(保険加入のため、住所、電話番号が必要です)

※ 百寿会の方は百寿会で取りまとめるので、5月25日(土)までに百寿会会長にお金を添えてお申し込み下さい

