



令和7年7月1日 発行

【発行元】

安曇地区町会連合会

安曇地区地域づくりセンター

安曇公民館

安曇地区福祉ひろば

【連絡先】0263-94-2301

■令和7年度ウェストン祭記念山行・第79回ウェストン祭

5月31日（土）にウェストン祭の記念山行が行われ、小中学生36名、大人27名、総勢63名が参加しました。

明神から徳本峠を往復するルートを片道約3時間ほどかけて歩き、かつてウェストンが絶賛したと言われる徳本峠から見える穂高連峰を眺めることができました。

心配された天気も、山行中は雨に降られることもなく、爽やかな気候の中歩くことができました。また、1人のけが人もなく、参加者全員元気に下山することができました。

翌6月1日（日）は、第79回ウェストン祭が開催されました。

昨日とは打って変わり、小雨が降る中での開催となりましたが、多くの人が見守る中で、安曇小学校6年生の児童による記念碑への献花、また4年生から6年生が歌を披露しました。

一生懸命歌っている子どもたちの姿に、昨日の疲れも吹っ飛び、元気をもらった1日となりました！！



■安曇支所の屋根の改修工事について



安曇支所の屋根材が経年劣化により落下しているため、屋根改修工事を7月から11月中旬までの予定で実施します。

本格的な工事は今後、請負業者との契約が完了してからとなりますが、現在、島々診療所へのスロープに足場を組むなど、支所及び診療所へお越しの皆さんへの落下被害防止措置を講じています。

ご利用の皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、しばらくの間ご協力いただきますようお願いいたします。

■クマの出没について

クマの目撃情報が増えてきました。近年は、建物の中に入り込んで食べ物を探したりするケースも報告されています。なるべく危険を避けられるよう、クマの存在を意識した行動をとりましょう。

例えば

●音の出るものを身につけて歩く ●生ごみを家の外に置かない

など



あつみ保健だより



ご自宅に 届きましたか けんしんガイド

令和7年度 松本市がん検診・特定健診のご案内を順次発送しています。
松本市では、検診の有効性が高い（早期発見で死亡リスクを下げる）5つのがんに対して検診を行っており、安曇地区ではすべての検診が受診できます。

乳がん検診

（マンモグラフィ検診：40歳以上）
（超音波検診：30歳以上）
費用：医療機関 1,500円
医師会・市 1,000円

子宮頸がん検診

（20歳以上）
費用：800円

大腸がん検診

（30歳以上）
費用：500円

肺がんCT検診

（40歳以上）
費用：2,000円

胃がん（バリウム）検診

（30歳以上）
費用：840円



日程、場所については、「令和7年度松本市けんしんガイド」をご確認ください。
ご自宅に届いていない方は、郵送ができますので、下記にお問合せください。



選んで実践!!生活習慣病予防

【お問い合わせ】健康づくり課 安曇地区担当保健師 小林
TEL 0263-92-8001



安曇地区生活支援員便り



もしかしたら 認知症 かも・・・

大切な人の変化に気づいたら、相談してみましょう



1 趣味をしなくなった	2 同じものが増えている	3 日付がわからないようだ
4 同じ話をくりかえしている	5 外出せず人付き合いがなくなった	
6 身なりを気にしなくなった	7 よく探し物をしている	



思い当たることがあれば、ぜひご相談ください。関係機関へお繋ぎします。
安曇地区生活支援員 大野 ☎070-8802-5410

福祉ひろばだより

令和7年

7月

安曇地区福祉ひろば TEL0263-94-1121

☆ひろばの事業に参加してご自身の健康にお役立てください。

☆送迎をご希望の方は、前日までにご連絡ください。

ちいさな多肉植物の寄せ植えをしませんか

多肉植物は、乾燥地帯に自生しており、水分を効率的に蓄えるため毎日水をあげなくても大丈夫なので、初心者でも育てやすいです。

今回は、手のひらに収まるサイズで、明るくかわいい感じに作っていきます。



【イメージ画像】



開催日時：8月7日（木） 9：30～

場 所：安曇保健福祉センター2F 栄養指導室

講 師：関原 桂子さん

参加費：無料

定 員：12名（先着順）

持ち物：エプロン・お手拭きタオル



申込先：福祉ひろばに電話してください（8/1締め切り）

令和7年7月 安曇地区くらしのカレンダー

日		行事等	主催
1	火	山に祈る塔慰霊祭 【稲核】百歳体操＋エルダー(集落センター) 9:30～ 半夏生(はんげしょう)	福
2	水	安曇・大野川小学校登山・キャンプ(～3日)(5年生) 【稲核】百歳体操＋エルダー(集落センター) 9:30～ 健康麻雀 13:00～	学 町・福 福
3	木		
4	金	安曇・大野川小学校計画休業(5年生)	学
5	土		
6	日		
7	月	育児・健康相談(安曇保健センター) 9:30～11:00 太極拳 13:30～ 下水道使用料口座振替日 小暑(しょうしょ)	西 福 水
8	火	保健師安曇地区地域づくりセンター在所日 13:30～15:00 メンズ・ソフトストレッチ 14:00～	西 福
9	水	【島々】百歳体操＋エルダー(島々公民館) 9:30～	町・福
10	木	【橋場】百歳体操＋エルダー(やすらぎ荘) 13:30～	町・福
11	金	【大野田】百歳体操＋エルダー(保健福祉センター) 9:30～	町・福
12	土		
13	日		
14	月	女性マージャン 13:30～	福
15	火	【稲核】百歳体操＋エルダー(集落センター) 9:30～	町・福
16	水	ちょっとよっていきましょ(大野川区事務所) 【稲核】百歳体操＋エルダー(集落センター) 9:30～ 健康麻雀 13:00～	他 町・福 福
17	木	安曇保育園ひよこ広場③ カラダづくり講座 13:30～	保 福
18	金	安曇・大野川小中学校1学期終業式 ニュースポーツ 13:30～	学 福
19	土	土用入り	
20	日		
21	月	海の日	
22	火	安曇・大野川奥穂登山(～24日) 大暑(たいしょ)	他
23	水	乗鞍保育園なつの会・なかよし会② 9:20～ 【島々】百歳体操＋エルダー(島々公民館) 9:30～	保 町・福
24	木	保健師安曇地区地域づくりセンター在所日 9:00～11:00 【橋場】百歳体操＋エルダー(やすらぎ荘) 13:30～	西 福
25	金	【大野田】百歳体操＋エルダー(保健福祉センター) 9:30～	町・福
26	土		
27	日		
28	月	健康麻雀男女混合戦 9:30～	福
29	火		
30	水	【大野川】百歳体操＋エルダー(ふれあいパーク乗鞍) 14:00～	町・福
31	木	固定資産税第2期納期限 国保税第1期納期限	納 保険

町会、学校、保育園、公民館、福祉ひろば、西部保健センター、上下水道局、市民税課、納税課、保険課、その他実行委員会等

※ 行事等は、中止や延期となる場合がありますので、事前に関係機関にお問い合わせください。