

編集・発行 梓川地区地域づくりセンター 〒390-1792 松本市梓川梓 2288 番地 3  
電話(代表) 0263-78-3000 FAX 0263-78-3942  
E-Mail [azusagawa-s@city.matsumoto.lg.jp](mailto:azusagawa-s@city.matsumoto.lg.jp)



## ◆梓川地区一斉防災訓練 中止のお知らせ 梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

8月29日(日)に予定していた「梓川地区一斉防災訓練」は、梓川地区町会連合会等で協議した結果、新型コロナウイルス感染防止のため今年度は「中止」します。


## ◆「梓川地区の公共交通に関するアンケート」ご回答のお願い

梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

アンケート用紙は、今月の配布物と一緒にお届けしました。  
この調査は、梓川地区の公共交通に関する課題の原因分析と、改善策や補完策を検討するために地区住民の皆様のご意見を伺うものです。  
梓川地区地域づくりセンターと梓川地区まちづくり協議会の共催により、各町会と隣組のご協力をいただき、全世帯を対象に実施しますので、皆様のご回答をお願いします。


- 調査対象者 全世帯(特に、60歳以上の方がいる場合はその内1人、高校生以上の学生がいる場合はその内1人の方が回答してください。)
- 回答方法 次のいずれかの方法をお願いします。
  - ① アンケート用紙を回答用封筒に入れて隣組長さんへ提出
  - ② インターネットによる回答(下記QRコードを読み取るか、URLを入力して、専用サイトから回答してください。インターネット回答の際、利用者登録は不要です。)

<一般の皆さま対象>



[https://s-kantan.jp/city-matsumoto-nagano-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=13924](https://s-kantan.jp/city-matsumoto-nagano-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=13924)

<学生の皆さま対象>



[https://s-kantan.jp/city-matsumoto-nagano-s-u/offer/offerList\\_detail.action?tempSeq=13925](https://s-kantan.jp/city-matsumoto-nagano-s-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=13925)

- 回答期限 8月20日(金)までに隣組長さんまで  
(該当する全ての頁をインターネット回答された場合は、隣組長さんへの提出は不要)

## ◆女性の皆さまへ がん検診のお知らせ 西部保健センター ☎92-8001

### ■乳がん(マンモグラフィ)検診

- 検診日 8月31日(火)・10月8日(金)・11月2日(火)※午前のみ
- 対象者 40歳以上(昭和57年4月1日以前の生まれ)の女性
- 料金 1,000円 ※無料クーポン対象者…今年度41歳になる方

### ■乳がん(超音波)検診

- 検診日 8月20日(金)・11月10日(水)※午前のみ・12月8日(水)
- 対象者 30歳以上(平成4年4月1日以前の生まれ)の方
- 料金 1,000円 ※無料クーポン対象者…今年度35歳になる方

### ■子宮頸がん検診

- 検診日 8月18日(水)・10月1日(金)・10月29日(金)
- 対象者 20歳以上(平成14年4月1日以前の生まれ)の女性  
※30歳以上の方は、HPV検査を追加できます(追加料金500円)
- 料金 500円 ※無料クーポン対象者…今年度21歳になる方





# 福祉ひろば

☎78-3000 (内線120)



ひろばのホームページはこちら➡



## ふれあい健康教室 「指ヨガ健康法」

日時：8月18日(水) 9:30~  
場所：梓川福祉センターホール

※保健師の健康相談もあります。  
※手のひら・指などに刺激を与え、  
体のバランスを整える健康法です。  
お誘いあわせの上、ぜひお出掛け下さい。

6月ふれあい健康教室より



ひろばウォーキング  
バスハイク  
(白馬五竜)

初心者大歓迎!



※大人のぬり絵・ビーズ教室等のサークル活動も  
行っております。まずは体験だけでもして  
みませんか?お待ちしております!!

## 子育てひろば「おひさま」

日時：8月5日(木) 10:00~  
場所：梓川地区福祉ひろば  
内容：ふれあい遊び・母親達の  
体操や情報交換等  
※新型コロナウイルス感染警戒レベル4以上  
の場合は中止します  
※計測される方、バスタオルご持参下さい



## 🦀🦀🦀🦀🦀 カレンダー 8月号 🦀🦀🦀🦀🦀

日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	日			18	水	ふれあい健康教室[9:30~] 子宮頸がん検診	ひ保
2	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~] 健康相談(歯科相談)[9:30~]	ひひ保	19	木	歌ごえ公民館 Aグループ[10:00~] ビーズ教室[13:30~]	公ひ
3	火	スポーツ吹き矢[9:30~][13:30~]	ひ	20	金	乳がん(超音波)検診	保
4	水	肺がんCT検診	保	21	土		
5	木	歌ごえ公民館 Bグループ[10:00~] おひさま[10:00~]	公ひ	22	日		
6	金	大人のぬり絵[9:30~]	ひ	23	月	いきいき健康ひろば[9:30~] 男の運動ひろば[13:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひひひ
7	土			24	火		
8	日			25	水	手編み・布遊びの会[13:30~]	ひ
9	月			26	木		
10	火			27	金	ペタンクの会[9:30~]	ひ
11	水	乗鞍岳登山	公	28	土		
12	木			29	日		
13	金			30	月	百歳体操の会[13:30~]	ひ
14	土			31	火	乳がん(マンモグラフィ)検診	保
15	日			【 9 月 】			
16	月						
17	火	スポーツ吹き矢[9:30~][13:30~]	ひ	1	水		

※新型コロナウイルスの状況により、開催を見合わせる場合があります。

※「歌ごえ公民館」は、新型コロナウイルス感染警戒レベルが4以上になった場合は休止します。

ひ・福祉ひろば、支・支所、公・公民館、ま・まちづくり協議会、西・西部農林課、保・保健センター