



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



◆新型コロナワクチン接種情報

西部保健センター ☎92-8001

- ❑ 予約をキャンセルしたい場合、変更したい場合は、コールセンター（0263-78-1700）でお受けしています。
- ❑ 接種券を紛失してしまった場合は、コールセンター（0263-78-1700）にご連絡ください。接種履歴を確認し、郵送します。
- ❑ 高齢者に多い接種後の副反応として、接種部の痛み、倦怠感、頭痛、悪寒、筋肉痛などがあります。たいてい数日以内で良くなることわかっています。その他、不明な点がありましたら、西部保健センター（0263-92-8001）へご連絡ください。



ワクチンを打っても、マスク・手洗い・うがい・手指消毒等の感染予防対策は、必ず続けてください！
随時、最新情報は松本市ホームページで更新しています。



市ホームページ
「ワクチン接種に関する情報」

◆肺がんCT検診のお知らせ

西部保健センター ☎92-8001

- ❑ 対象者 40歳以上の方（S57. 4. 1以前生まれの方）
*ただし、以下の方は受診できません。
 - 〔・今年度、市の胸部レントゲン検診を受診された方
 - 〔・令和元年度・令和2年度に、市の肺がんCT検診を受診された方（クーポンの方は受診可）
- ❑ 検診日 令和3年 8月4日（水） ※次回10月27日（水）
- ❑ 会場 梓川保健センター
- ❑ 料金 2,000円
無料クーポン対象者・・・令和3年度に60歳になる方
- ❑ 申込み 平日8:30~17:15に、西部保健センター（☎92-8001）へ

◆ふれあい健康教室

梓川地区福祉ひろば ☎78-3000

- ❑ 日時 7月 21日（水） 午後13時30分 ~
(受付：午後13時15分 ~)
- ❑ 場所 梓川福祉センターホール
- ❑ 内容 健康相談・二胡の演奏会など
※健康手帳のある方はお持ちください
※マスクの着用など、感染防止策にご協力ください。





福祉ひろば

☎78-3000 (内線120)

https://www.city.matsumoto.nagano.jp/smph/kenko/fukushi_hiroba/chiku_fukushihiroba/kakutiku/azusagawahiroba.html



要予約

ふれあい健康教室

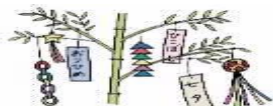
日時：7月21日(水) 午後1時半～
場所：梓川福祉センターホール
内容：二胡の演奏会(野田裕子先生)

※定員30名 締切7月13日(火)

定員になり次第締め切らせて頂きます。
問合せは梓川福祉ひろば(78-3000 内線 120)



認知症サポーター養成講座のひとつコマ



【男の運動ひろば】

日時: 7月26日(月)午後1時半～
内容: 百歳体操・セラバンドなど
先日行われた梓川遊歩道ウォーキングでは、河川敷のごみ回収にもご協力頂きありがとうございました!

子育てひろば『おひさま』

日時：7月1日(木) 10:00～
場所：梓川地区福祉ひろば
内容：ふれあい遊び・母親の情報交換など
※新型コロナウイルス感染警戒レベルが4以上の場合
は中止します。レベル3になったら再開します。
計測される方はバスタオルをご持参ください。

くらしのカレンダー 7月号

日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	木	歌ごえ公民館 Bグループ[10:00～] おひさま[10:00～]	公 ひ	18	日		
2	金			19	月	ひろばウォーキング[9:00～] 百歳体操の会[13:30～]	ひ ひ
3	土			20	火	スポーツ吹き矢[9:30～][13:30～]	ひ
4	日			21	水	ふれあい健康教室[13:30～]	ひ
5	月	ひろばウォーキング(白馬)		22	木		
6	火	スポーツ吹き矢[9:30～][13:30～]	ひ	23	金		
7	水	きれいな布で作るカルトナージュ講座[13:00～]	公	24	土		
8	木	出前ふれ健(北々条)予定[9:30～] 中止	ひ	25	日		
9	金	大人のぬり絵[9:30～]	ひ	26	月	いきいき健康ひろば[9:30～] 百歳体操の会・男の運動ひろば[13:30～]	ひ ひ
10	土			27	火	出前ふれ健(小室) 予定[13:30～]	ひ
11	日			28	水	手編み・布遊びの会[13:30～]	ひ
12	月	健康・育児相談[9:30～] 百歳体操の会[13:30～]	保 ひ	29	木	出前ふれ健(上野) 予定[9:30～] 中止	ひ
13	火			30	金		
14	水			31	土		
15	木	歌ごえ公民館 Aグループ[10:00～] ビーズ教室[13:30～]	公 ひ	【 8 月 】			
16	金			1	日		
17	土			2	月	ひろばウォーキング[9:00～] 百歳体操の会[13:30～]	ひ ひ

※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、保・保健センター、森・森林環境課、農・農政課、耕・耕地課