



令和6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

■ウェストン祭記念山行・第78回ウェストン祭



6月1日（土）に記念山行が行われ、子ども28名、大人24名、計52名が参加しました。

明神から徳本峠を往復するルートで、片道約2時間半かけて峠まで歩き、かつてウェストンが絶賛したという徳本峠から見える穂高連峰を眺めることができました。

徳本峠小屋では、^ウェストン汁を振舞っていただき、ゆっくり休むことができました。

お陰様で登りの疲れも吹き飛び、元気に下山することができました。



翌日の6月2日（日）は、第78回ウェストン祭に参加しました。

今年は雨の中の開催となりましたが、多くの人が見守る中で、安曇小学校の子どもたちによる記念碑への献花や歌が披露されました。

頑張っている子どもたちの姿や歌に深く感動し、元気をもらうことができました。



1日目の晴天とは打って変わり、2日目は肌寒い雨降りとなり自然の厳しさを教えられた2日目でした。

■クマの出没について

5月下旬から、クマの目撃情報が相次いで報告されています。民家の近くにも出没しているため、いつ鉢合わせになってもおかしくない状況です。

外出する際には、音の鳴るものを身に着けるなどして、こちらの存在を早めに知らせることが重要です。

クマの目撃情報・ご相談等

松本市役所 森林環境課（梓川支所内）

☎ 0263-78-3003

すぐ近くにいるかも知れない…
と意識しながら行動しましょう！



安曇地区の食生活改善推進員さんにご協力いただき、乗鞍地域に伝わる郷土料理「ぶどう葉寿司」を作りました。ぶどう葉寿司の歴史や作り方などを学び、調理したぶどう葉寿司は、ご飯が甘く優しい味わいで、参加された皆さんは「おいしい！」と喜んでいました。



今後も皆さんの健康づくりや育児のお手伝い
ができるように、健康相談日や安曇支所在所日
を利用し、ぜひお話を聞かせてください。

安曇地区生活支援員便り

災害は家族が揃っているときに発生するとは限りません。
事前に避難場所や連絡方法などを話し合っておきましょう。

【災害警戒レベル】 とるべき避難行動



警戒レベル	避難行動等	避難情報	気象情報
5	命の危険 直ちに安全確保	緊急安全確保	大雨特別警報 氾濫発生情報
■ ■ ■ 警戒レベル4までに必ず避難 ■ ■ ■			
4	速やかに避難	避難指示	土砂災害警戒情報 氾濫危険情報
3	避難に時間を要する 人(高齢者等)は避難	高齢者等避難	大雨・洪水警報 氾濫警戒情報
2	自らの避難行動を確認	—————	大雨・洪水注意報 氾濫注意報
1	避難の心構え	—————	早期注意情報

福祉ひろばだよ！

令和6年



安曇地区福祉ひろばTEL 94-1121

福祉ひろばは、安曇保健福祉センターの2階にあります。

☆送迎をご希望の方は、前日までにご連絡ください。

エレベーターの故障により、当分の間階段の利用をお願いします。ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。



7月・8月は、熱中症予防強化月間です！

熱中症は夏場に多く発生しますが、梅雨が明けて蒸し暑い日が続く7月は体が暑さに慣れていないため、発生件数が増加しやすい時期なのです！今年の7月は、全国で3万6千人の方が救急搬送されています。場所は家の中が最も多いのです。

もはや他人事じゃない！！でも、予防の仕方がわからない・・・(+_+) そんなあなたに朗報です☆7月のふれあい健康教室は「熱中症対策について」の講座を開催します！この機会にお話を聞きに来ませんか？

開催日時： 7月10日（水） 13：30～

場所： 福祉ひろば

講師： 大塚製薬(株) 稲葉様

持ち物： お茶等の飲み物

講座内容： 熱中症になるしくみ

熱中症の症状

日常生活での対策 等々



令和6年7月 安曇地区くらしのカレンダー

日		行事等	主催
1	月	安曇小中学校地区懇談会 育児・健康相談(保健福祉センター) 9:30~11:00 太極拳(会費100円) 13:30~ 市県民税第1期納期限 半夏生	学 西 税 福
2	火	【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~	町・福
3	水	安曇・大野川小学校登山・キャンプ(~4日)(5年生) まつもとお山ですくすく子育てサロン(ふれあいパーク乗鞍) 10:00~ 【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~ 健康麻雀(会費100円) 13:00~	学 他 町・福 福
4	木		
5	金	安曇・大野川小学校計画休業(5年生)	学
6	土	小暑	
7	日		
8	月	女性マージャン 13:30~ 下水道使用料口座振替日	福 水
9	火	安曇・大野川中学校松崎町訪問(~11日)(1.2年生) メンズ・ソフトストレッチ 14:00~	学・他 福
10	水	【島々】百歳体操+エルダー(島々公民館) 9:30~ ふれあい健康教室(熱中症対策) 13:30~	町・福 福
11	木	【橋場】百歳体操+エルダー(やすらぎ荘) 13:30~	町・福
12	金	安曇・大野川中学校計画休業(1.2年生) 【大野田】百歳体操+エルダー(保健福祉センター) 9:30~	学 町・福
13	土		
14	日		
15	月	海の日	
16	火	【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~ 太極拳(会費100円) 9:30~	町・福 福
17	水	安曇保育園ひよこ広場③ 10:00~ 保健師安曇地区地域づくりセンター在席日 13:30~15:30 【稲核】百歳体操+エルダー(集落センター) 9:30~ 健康麻雀(会費100円) 13:00~	保 西 町・福 福
18	木	カラダづくり講座 13:30~	福
19	金	土用入り	
20	土		
21	日	初めての沢歩き	他・公
22	月	女性マージャン 13:30~ 大暑	福
23	火	安曇・大野川小中学校1学期終業式	学
24	水	乗鞍保育園なつの会・なかよし会② 9:30~ 【島々】百歳体操+エルダー(島々公民館) 9:30~	保 町・福
25	木	【橋場】百歳体操+エルダー(やすらぎ荘) 13:30~	町・福
26	金	子宮がん検診(安曇基幹集落センター) 12:45~14:20 【大野田】百歳体操+エルダー(保健福祉センター) 9:30~	西 町・福
27	土		
28	日		
29	月	保健師安曇地区地域づくりセンター在席日 9:30~11:30	西
30	火		
31	水	【大野川区】百歳体操+エルダー(ふれあいパーク乗鞍) 14:00~ 固定資産税第2期納期限 国保税第1期納期限	町・福 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。