



梓川地区地域づくりセンターだより

7月号
2023.7.1 発行

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



◆梓川支所北側駐車場整備について

梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

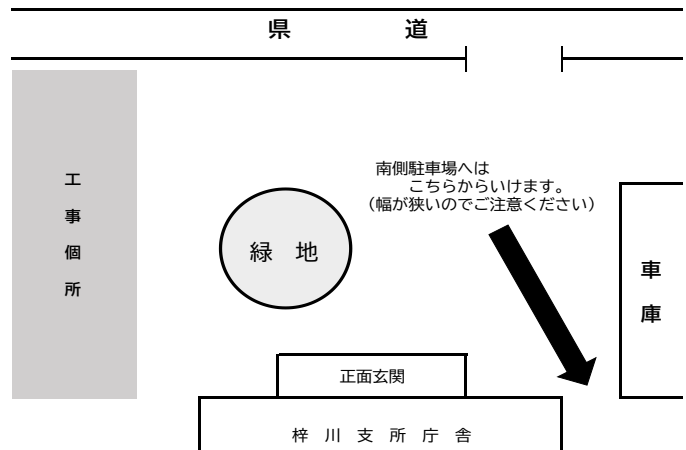
6月号でもお知らせしましたが天候等により整備期間が延期になりました。

整備期間：7月1日～7月7日（予定）

整備期間中は北側駐車場の駐車スペースが少なくなります。

梓川支所北側駐車場に駐車できない場合は梓川保健センター（梓川支所南側）駐車場をご利用ください。

大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。



◆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

★すべて予約制です。開始時刻等をご予約の際にお問合せください。

■乳がん検診(超音波)

日程：8月18日(金)

内容：超音波撮影(医師の診察なし)

対象者：今年度30歳以上

受診料：1000円

※無料クーポン対象者：今年度35歳(S63.4.2～H1.4.1)



からだチェックのお知らせ(無料)

8月18日(午前中のみ)の乳がん検診はからだチェックを一緒にできます！

からだチェックとは①高度な専門機器による筋力測定

②測定結果の説明

③個別に運動アドバイスができます。

この機会にぜひ今の体力を知ってみませんか？※からだチェックのみの受診はできません！

■乳がん検診(マンモグラフィ)

日程：8月30日(水)

内容：マンモグラフィ撮影(医師の診察なし)

対象者：今年度40歳以上(2年に1回)

受診料：1000円

※無料クーポン対象者：今年度41歳(S57.4.2～S58.4.1)

◆道路の除草にご協力を

梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

梅雨時期に入り、雑草が勢いよく伸びてくる時季となりました。

道路に生えてくる雑草は、ときに通行の妨げになります。地域の皆さまが気持ちよく利用できるよう再度ご自宅の周りを確認いただき、除草のご協力をよろしくお願いします。

除草作業の際は、安全に十分ご注意ください。



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

日時: 7月19日(水)9:30~

場所: 福祉センターホール

内容: フラダンス~ラウレアフラ~



♪♪みんなで南国気分を
楽しもう♪♪

~ALOHA~

子育てひろば おひさま



★日時: 7月6日(木)10:00~(受付 9:30~)

★場所: 梓川保健センター

★内容: ふれあい遊び、読み聞かせ、身体計測

★持ち物: 母子手帳、バスタオル

お子さんに必要なもの

頑張っているお母さん。ほっと一息にきてね!!



「男の運動ひろば」

・日時: 7月12日(水)13:30~

・場所: 梓川地区福祉ひろば

・内容: AED 救命救急講習会



一日開放日 ひろばにおいで!!

・日時: 7月13日(木)9:00~・13:30~

・場所: 梓川地区福祉ひろば

・クラフトバンドで工作をしよう!!



くらしのカレンダー 7月

日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	土			18	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
2	日			19	水	ふれあい健康教室[9:30~]	ひ
3	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ	20	木	歌ごえ公民館りんごグループ[10:00~] ビーズ教室[13:30~]	公 ひ
4	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ	21	金	百歳体操の会[13:30~]	ひ
5	水			22	土		
6	木	歌ごえ公民館あずさグループ[10:00~] おひさま[10:00~]	公 ひ	23	日		
7	金	百歳体操の会[13:30~]	ひ	24	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ
8	土			25	火	出前ふれあい健康教室(上野)[9:30~]	ひ
9	日			26	水	手編みの会[9:30~] 布遊びの会[13:30~]	ひ ひ
10	月	育児相談・健康相談[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ	27	木	出前ふれあい健康教室(氷室第2)[10:00~]	ひ
11	火	体サボ集会[13:30~]	ひ	28	金	ペタンクの会[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ
12	水	男の運動ひろば[13:00~]	ひ	29	土		
13	木	一日開放日[9:00~][13:30~]	ひ	30	日		
14	金	大人のぬり絵[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ	31	月	百歳体操の会[13:30~]	ひ
15	土			【 8 月 】			
16	日			1	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
17	月			2	水	男の運動ひろば[13:30~]	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。

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