



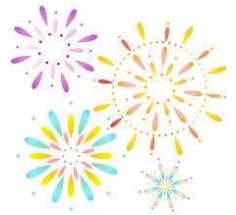
編集・発行 梓川地区地域づくりセンター 〒390-1792 松本市梓川梓 2288 番地 3
電話(代表) 0263-78-3000 FAX 0263-78-3942
E-Mail azusagawa-s@city.matsumoto.lg.jp

◆骨粗しょう症集団検診のお知らせ

西部保健センター ☎ 92-8001

骨粗しょう症は、骨の密度が粗くなり、骨折しやすくなる病気です。背骨や腰骨に症状がでやすく、骨量は男性の場合70歳以上、女性は閉経前後の数年に急速に減少します。
この機会に、ぜひ骨密度検診をして健康づくりに役立ててください。
当日は管理栄養士による栄養相談も実施しています。

- 検診日 **8月10日(金)**
午前9時 ~ 午前11時30分、午後1時 ~ 午後3時30分
- 会場 梓川保健センター
- 料金 840円
- 対象者 30歳以上(平成1年4月1日以前の生まれ)の方
- 申込み 西部保健センターへ電話で申込みください。
午前8時30分 ~ 午後5時15分 (平日のみ) ☎ 92-8001



◆乳がん(超音波)集団検診・大腸がん検診のお知らせ

西部保健センター ☎ 92-8001

乳がんは、早期発見・早期治療すれば、完治する割合が高いがんです。
ぜひ、乳がん検診を受けましょう!!

■乳がん(超音波)検診

- 検診日 **8月24日(金)**
午前9時 ~ 午前11時30分、午後1時 ~ 午後2時30分
- 会場 梓川保健センター
- 料金 1,000円
- 対象者 30歳以上(平成1年4月1日以前の生まれ)の方
- 対象外 自覚症状のある方、妊娠している方、授乳中の方、乳房の病気ですでに受診中の方
※乳房前摘出手術をして10年以上経過し、医療機関での定期受診が終了した方は、受診できる場合があります。申込み時にお問い合わせください。
- 検査内容 超音波検診
- 申込み 西部保健センターへ8月17日までに電話で申込みください。
午前8時30分 ~ 午後5時15分 (平日のみ) ☎ 92-8001



■大腸がん検診

※上記の乳がん(超音波)検診と一緒に受けられます。
※大腸がん検診のみ希望の方は、下記の受付時間内にお越しください。(申込み不要です)

- 検診日 **8月24日(金)**
午前9時 ~ 午前11時30分、午後1時 ~ 午後2時30分
- 会場 梓川保健センター
- 料金 530円
- 対象者 30歳以上(平成1年4月1日以前の生まれ)の方
- 対象外 現在、胃腸の病気治療中の方
- 検査内容 検便による便潜血反応検査(検査容器をお渡しします)

◆ふれあい健康教室

梓川地区福祉ひろば ☎ 78-3000

- 日時 8月22日(水) 午前9時30分 ~ 午前11時30分
(受付 午前9時15分~)
- 場所 梓川地区福祉ひろば
- 内容 健康相談・歌・レクリエーション・茶話会など
※健康手帳のある方は、お持ちください。





福祉ひろば

☎78-3000 (内線120)

※今月のふれあい健康教室は
第4週の22日水曜日です

http://www.city.matsumoto.nagano.jp/kenko/fukushi_hiroba/kakutiku/azusagawa.html



町会出前ふれあい健康教室の様子
暑い中でのご参加ありがとうございました



7月ふれあい健康教室：
歌・体操・手遊び・玉入れ・
メロディーベル・茶話会など



☆お仲間募集中☆
「手編みの会・布遊びの会・ビーズ教室」
各会・教室はお一人でも、仲間と一緒にでも
なたでも参加できます。
※ひろば事業に興味のある方お問い合わせ
ください！



暮らしのカレンダー

8月号



1	水	ひろばウォーキング[9:00~]	ひ	20	月	白馬・八方バスハイク 健康育児相談[9:30~11:00]	ひ保
2	木	おひさま[10:00~] 歌ごえ公民館[13:30~15:00]	ひ公	21	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
3	金	上野町会出前ふれ健[9:30~]	ひ	22	水	ふれあい健康教室[9:30~]	ひ
4	土	松本ぼんぼん 梓川りんご連	ま	23	木	ビーズ教室[13:30~]	ひ
5	日			24	金	ペタンクの会[9:30~] 乳がん(超音波)検診[9:00~]	ひ保
6	月			25	土		
7	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ	26	日		
8	水	布遊びの会[13:30~]	ひ	27	月	いきいき健康ひろば[9:30~] 保健師相談日[9:30~11:00] 男性の健康講座[13:30~]	ひ支ひ
9	木	保健師相談日[9:30~11:00]	支	28	火		
10	金	大人のぬり絵[9:30~] 骨粗しょう症検診[9:00~]	ひ保	29	水		
11	土			30	木		
12	日			31	金		
13	月			【 9 月 】			
14	火			1	土		
15	水			2	日		
16	木			3	月	八景山町会出前ふれ健[13:30~]	ひ
17	金			4	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
18	土						
19	日						

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