



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

◆平成31年度前期梓川体育館地区優先日の予約受付について 梓川公民館 ☎ 78-3000

地区住民の利用を対象に、体育館を無料かつ優先的に使用できる日(梓)として、以下のとおり設定されておりますのでご利用ください。(照明使用料は有料です)

なお、定期利用や既に計画のある団体または個人の方は利用調整を行いますので、申込みをお願いします。

- ❑ 対象期間 4月1日(月)～10月31日(木)
- ❑ 期限 3月8日(金)まで
- ❑ 場所 梓川公民館窓口(梓川支所内) ☎ 78-3000
- ❑ 地区優先日梓

施設名	曜日	午前	午後
梓川体育館	毎週 月曜日		8時～10時
	毎週 火～金曜日		6時～10時
	毎週 土曜日	9時～11時	6時～10時

◆野ねずみ駆除剤の一斉統一散布について 西部農林課 ☎ 78-3003

野ねずみの被害から農作物を守るため、野ねずみ駆除剤の一斉散布日を年2日(春と秋)定めています。これは、個々に駆除剤を散布するよりも、地域がまとまり一斉に散布することで、駆除効果をあげることができるからです。

散布を予定されています皆様は、一斉散布日に行われますようご協力をお願いします。

- ❑ 統一実施日 3月 23日(土)
- ❑ 購入場所 JA各資材店舗 ・ 一般農薬販売店



◆インフルエンザにご注意を！ 西部保健センター ☎ 92-8001

今年は、インフルエンザが大流行しています。インフルエンザの流行は3月頃まで続きます。インフルエンザは急激に発症し、38℃以上の高熱や頭痛、関節痛、咳、喉の痛み、鼻水などの症状があります。風邪とは違い、インフルエンザウイルスによるもので感染力も大変強く、高齢者や妊婦、乳幼児、慢性的な持病をお持ちの方は、症状が重くなりやすいので特に注意が必要です。

人ごみへの外出はできるだけ控え、外出時にはマスクを着用し、外から帰ったら手洗いうがいを徹底し、適度な湿度の保持と日頃から十分な栄養と睡眠を心がけましょう。



◆ふれあい健康教室 梓川地区福祉ひろば ☎ 78-3000

- ❑ 日時 3月 20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・体力測定・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)

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



おひさま (子育てひろば)

赤ちゃんたちの遊び場、お母さんたちのおしゃべりの場、そして子育てにちょっと疲れているお母さんの「ほっと一息」の場です。お気軽にお出かけください。

対象者は、概ね1歳くらいまで

毎月第1木曜日 (4・5・1月は第2木曜日)

10時～11時30分 (受付9時30分から)

平成31年度予定

4月11日、5月9日、6月6日、7月4日、
8月1日、9月5日、10月3日、11月7日、
12月5日、1月9日、2月6日、3月5日

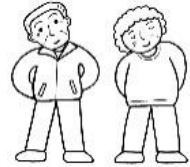


お願い

平成31年度「出前ふれあい健康教室」を予定されている町会ご担当者の皆様へ

6月～12月の間で町会にて相談し日程候補を3日程あげて5月末までにひろばまでお申し込みください

今月のふれ健は、簡単な体力測定を行います。ふるってご参加ください！



昨年度の様子



くらしのカレンダー 3月



日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	金			18	月	ひろばウォーキング[9:00～] ワイン講座[19:00～]	ひ公
2	土			19	火	スポーツ吹矢[9:30～][13:30～]	ひ
3	日			20	水	ふれあい健康教室[9:30～]	ひ
4	月	保健師相談日[9:30～11:00]	支	21	木		
5	火	スポーツ吹矢[9:30～][13:30～]	ひ	22	金	ペタンクの会[9:30～]	ひ
6	水	ひろばウォーキング[9:00～]	ひ	23	土	人権啓発コンサート[14:00～]	公
7	木	歌ごえ公民館[13:30～15:00] おひさま[10:00～]	公 ひ	24	日		
8	金	大人のぬり絵[9:30～]	ひ	25	月	いきいき健康ひろば[9:30～] 男性の健康講座[13:30～]	ひ ひ
9	土			26	火		
10	日			27	水	布遊びの会[13:30～]	ひ
11	月	健康・育児相談[9:30～11:00]	保	28	木		
12	火	手編みの会[9:30～]	ひ	29	金		
13	水	布遊びの会[13:30～]	ひ	30	土		
14	木	ビーズ教室[13:30～] 梓川中学校卒業式	ひ	31	日		
15	金	梓川小学校卒業式		【 4 月 】			
16	土			1	月		
17	日			2	火		