



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

◆無料行政相談をご利用ください！ 梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

梓川地区地域づくりセンターでは、行政相談員による「無料行政相談」を実施します。相談内容は、国・県・市の業務に関する要望・苦情・意見、不動産・法人の登記、相続問題、農地・道路・土地境界問題などです。お気軽にご相談ください。プライバシーは厳守します。

- 日 時 11月21日 (火) 午後1時 ~ 午後3時 (1名 30分)
- 場 所 梓川支所 1階 第2相談室
- 相 談 員 土屋 真一さん
- 募集定員 先着4名
- 申 込 み 梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000



◆胃がん検診のお知らせ 西部保健センター ☎92-8001

日本人に多い胃がんは、40歳頃から急速に増えてくると言われています。胃がんは、早く見つければ、完全に治すことが出来る病気です。1年に1度の健診をお勧めします。

- 日 時 11月15日(水)・11月16日(木) 午前8時~
- 場 所 梓川保健センター
- 対 象 者 30歳以上
- 料 金 840円
- 申 込 み 西部保健センター ☎92-8001

※ 大腸がん検診は、申込みなしで受診できます。料金は、540円です。
8:00~10:00までに直接会場にお越しください。

◆子宮頸がん検診のお知らせ 西部保健センター ☎92-8001

子宮頸がんは、女性なら誰でもかかる可能性のある病気です。25歳頃から増え始め、40歳前後でピークになり、再度70歳以上で増加する傾向にあります。また、20歳~30歳代の若い女性に、乳がんに近い多い病気です。ぜひこの機会に検診を受けましょう。

- 日 時 11月27日(月) 午後1時~
- 場 所 梓川保健センター
- 対 象 者 20歳以上の女性
- 料 金 500円
- 申 込 み 西部保健センター ☎92-8001



※ 30歳以上の方は、HPV検査を追加できます。料金は、500円です。

◆特定健診のお知らせ 西部保健センター ☎92-8001

- 日 時 11月1日(水)・11月2日(木)・12月8日(金) 午前9時~
- 場 所 梓川保健センター
- 対 象 者 40歳~74歳の、松本市国民健康保険加入者
- 料 金 1000円
- 申 込 み 西部保健センター ☎92-8001

◆ふれあい健康教室 梓川地区福祉ひろば ☎78-3000

- 日 時 11月15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 歌・レクリエーション・茶話会など





福祉ひろば

☎78-3000 (内線120)

http://fukushihiroba.com/azusagawa_1/

★カレー会食会のお誘い★

一緒に作って、みんなでお昼をたべましょう!

日時: 11月17日(金)

10時集合

材料費: 200円

15日までに、お金を添えてお申込みください。

定員: 20名

持ち物: エプロン・頭を被う物・手拭き

阿寺(あてら) 溪谷ウォーキング

終日雨でしたが、エメラルドグリーンの清流や淵・滝に癒されました。



10月ふれ健の様子 : 脳トレ・干支ビンゴ



☆ お仲間募集 ☆

「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、仲間と一緒にでもどなたでも参加できます。

※ひろば事業に興味のある方は、お問合せください。



くらしのカレンダー 11月



1	水	ひろばウォーキング[9:00~] 特定健診	ひ保	18	土		
2	木	子育てひろば[10:00~] 歌ごえ公民館[13:30~] 特定健診	ひ公保	19	日		
3	金			20	月	ひろばウォーキング[9:00~] 下立田町会出前ふれ健[13:30~]	ひ
4	土			21	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~] 保健師相談日[9:30~11:00]	ひ支
5	日			22	水	布遊びの会[13:30~]	ひ
6	月	保健師相談日[9:30~11:00]	支	23	木		
7	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ	24	金	ペタンクの会[9:30~]	ひ
8	水	布遊びの会[13:30~]	ひ	25	土		
9	木	第33回梓川文化祭・美術展		26	日		
10	金	大人のぬり絵[9:30~] 第33回梓川文化祭・美術展	ひニ	27	月	いきいき健康ひろば[9:30~] 子宮頸がん検診	ひ保
11	土	第33回梓川文化祭・美術展		28	火		
12	日	第33回梓川文化祭・美術展・芸能祭・音楽祭		29	水	上大妻町会出前ふれ健[13:30~]	ひ
13	月	保健師相談・子育て相談[9:30~11:00]	保	30	木		
14	火	手編みの会[9:30~]	ひ	【 12 月 】			
15	水	ふれあい健康教室[9:30~] 胃がん・大腸がん検診	ひ保	1	金		
16	木	ビーズ教室[13:30~] 胃がん・大腸がん検診	ひ保	2	土		
17	金	カレー会食会[10:00~]	ひ	3	日		
				4	月	氷室町会出前ふれ健[13:30~]	ひ