

8

月号

第一地区地域だより



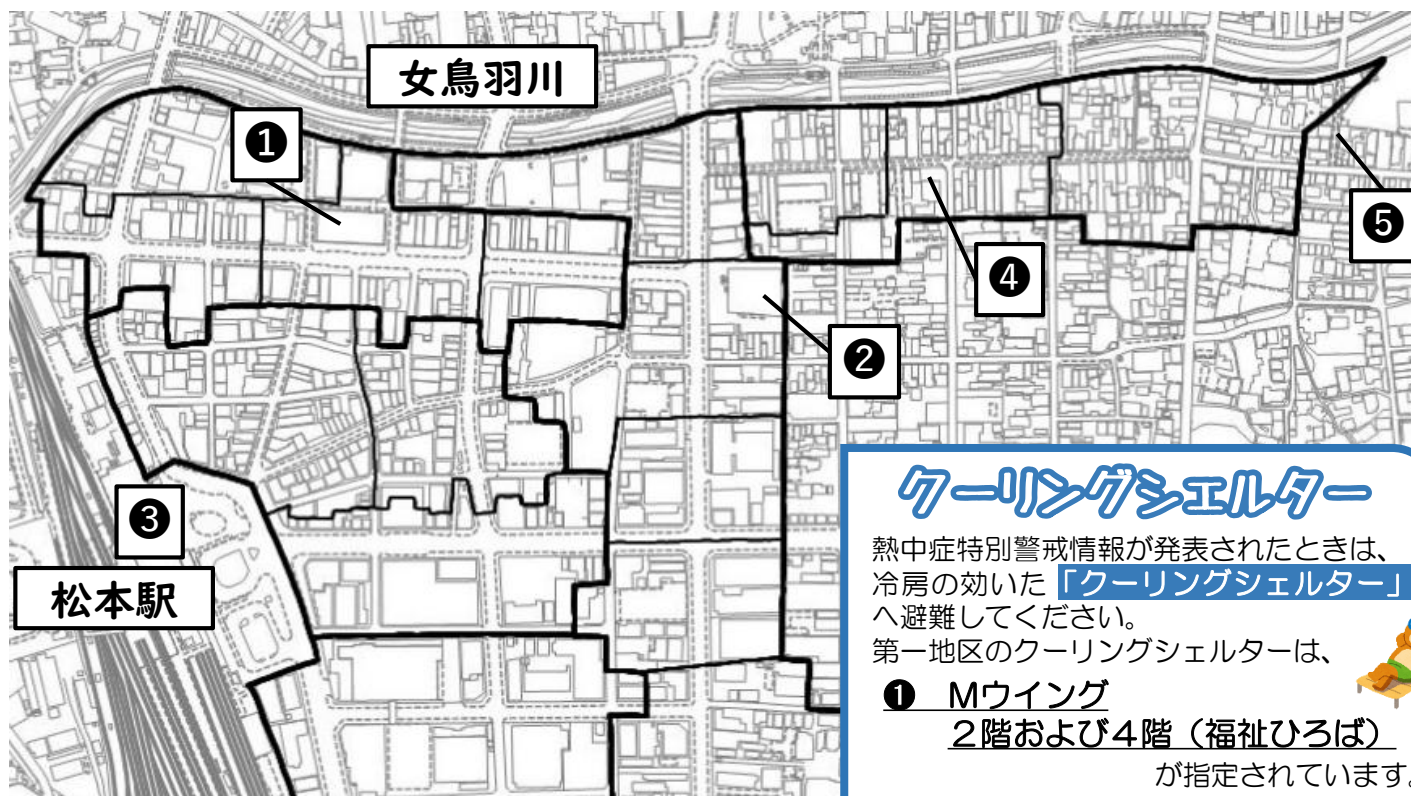
第一地区の

涼

を求めて…



～令和7年度版 第一地区給水・避暑マップ～



クーリングシェルター

熱中症特別警戒情報が発表されたときは、冷房の効いた「クーリングシェルター」へ避難してください。

第一地区のクーリングシェルターは、

- ① Mウイング
2階および4階（福祉ひろば）
が指定されています。



マイボトル給水スポット

- ① Mウイング2階
- ② 信毎メディアガーデン2階
A&Fカントリー
- ③ 松本市観光案内所
（松本駅改札前）



井戸・湧水スポット

- ④ 中町蔵の井戸
- ⑤ 伊織霊水

※ 湧水の飲用にあたっては、水質検査結果をご確認の上、各人のご判断でご利用ください。



健診・がん検診を受診しましょう！

国民健康保険の場合

特定健診受診料

1,000円

後期高齢者医療保険の場合

後期高齢者健診 無料

★下記の方を対象に、6月末に緑色の封筒で受診券をお送りしています。

- ① 国保で30～39歳の方
- ② 国保で40～74歳の方
- ③ 後期高齢者医療の方
- ④ 生活保護受給の方（40歳以上）
- ⑤ 松本市のがん検診を過去5年以内に受けた方

暑い日が続きますので、こまめな水分、塩分補給で熱中症を予防しましょう！

