



梓川地区地域づくりセンターだより

12月号
2025.12.1 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



◆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ています。

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・土地・道路の境界問題などです。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 12月17日(水) 午後1時 ~ 午後3時 (1組 30分)
- 場 所 梓川支所 1階 会議室
- 相談員 岡田 忠興さん
- 募集定員 先着4人
- 申込み 梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000



◆特定健診のお知らせ 西部保健センター ☎92-8001

■生活習慣病予防のための健診 ※要予約

糖尿病、高血圧、脂質異常症等の生活習慣病を早期に発見するための健診です。

- 日 程 12月16日(火)、12月17日(水)
- 場 所 梓川保健センター
- 内 容 問診、診察、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図
- 対象者 松本市国民健康保険加入者で、
30~75歳(S25年7月2日~H8年3月31日生まれ)
- 受診料 1,000円 ※通常1万円程度の検査です。



Web 予約
24 時間
予約受付！

◆除雪のご協力をお願いします 維持課 ☎34-3244

市では例年どおり、市道の除融雪を行います。地区内のすべての道路を行うことは難しいため、普段皆さまが使用する道路について、除雪のご協力を下記のとおりお願いします。

- 1 市道に散布する凍結防止剤は、支所にて配布いたします。
町会単位で取りに来ていただくようお願いします。
(梓川支所 ☎78-3000 受付:平日の午前9時~午後5時まで)
- 2 除雪は重機により行うため、玄関先に雪が寄ってしまうことがありますのでご理解をお願いします。
- 3 雪による倒木は、除雪及び通行の妨げとなりますので、事前にできる限りの伐採をお願いします。
- 4 敷地内の雪を道路へ出したり、水路に流したりしないようお願いします。

◆廃棄物の野外焼却は禁止されています 環境保全課 ☎34-3267

野焼きによる苦情が多く寄せられています。

野焼きは「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」で原則禁止されています。農業、林業等を営むためにやむを得ないもの等、例外として認められるものもありますが、その際も火災には十分注意し、風向きを考慮するなど周辺の生活環境に影響を与えないようにすることが必要です。

◆臭気に関する状況報告について 環境保全課 ☎34-3267

梓川梓周辺で臭気が気になる場合は情報提供をお願いします。

メールアドレスはこちら⇒ <https://loqoform.jp/form/N7tm/1128536> QRコードはこちら⇒





福祉ひろば

☎76-1070

梓川地区福祉ひろば事業推進協議会

ひろばのホームページはこちら➡



一日開放日 ひろばにのびるDAY!!

日時：12月11日(木)10:00~13:30

場所：梓川公民館 料理実習室

内容：食改さんのお料理教室

定員：20人(※申し込みはお早めに!!)

参加費：無料

持ち物：エプロン、三角巾、手拭きタオル

タッパー(必要な方)

申込先：梓川公民館 ☎78-3001

※12月の一日開放日は、公民館と共催のお料理教室です。申込先や場所とお時間のご確認をよろしくをお願いします。また、14時からひろばを開放しています。お茶飲みに来てね～*



楽しく作ろう♪

限定メニュー

*じゃがいもあんのおやき

*みそラーメンが

食べたくなっちゃうお味噌汁

*豆腐のティラミス風のデザート



子育てひろば「おひさま」

日時：12月4日(木)10:00~(受付9:30~)

場所：梓川保健センター

内容：サンタクロースを作ろう!!、メロディーベルなど

持ち物：母子手帳、バスタオル

お子さんに必要な物

みんな遊びに来てね～♪



男の運動ひろば

日時：12月10日(水)13:30~

場所：梓川地区福祉ひろば

内容：『e スポーツを楽しもう!!』



ふれあい健康教室

日時：12月17日(水)9:30~

場所：福祉センターホール

内容：『セラバンド体操』



今年もお世話になりました。皆様お体に気をつけて良いお年をお迎えください*



くらしのカレンダー 12月



日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ	18	木	ビーズ教室[13:30~] 歌ごえ公民館 りんごグループ [10:00~]	ひ 公
2	火	スポーツ吹矢[9:30~・13:30~]	ひ	19	金		
3	水			20	土		
4	木	子育てひろば「おひさま」[10:00~] 歌ごえ公民館あずさグループ[10:00~]	ひ 公	21	日		
5	金			22	月	いきいき健康ひろば[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ
6	土			23	火		
7	日			24	水	手編みの会[9:30~] 布遊びの会[13:30~]	ひ ひ
8	月	育児相談・健康相談[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	保 ひ	25	木	出前ふれあい健康教室(上大妻)[9:30~]	ひ
9	火			26	金	ペタンクの会[9:30~]	ひ
10	水	男の運動ひろば[13:30~]	ひ	27	土		
11	木	食改さんのお料理教室[10:00~]	ひ・公	28	日		
12	金	大人のぬり絵[9:30~]	ひ	29	月		
13	土			30	火		
14	日			31	水		
15	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ	【 1 月 】			
16	火	スポーツ吹矢[9:30~・13:30~]	ひ	1	木		
17	水	ふれあい健康教室[9:30~] 福寄せしめ縄飾りと多肉植物のちいさな庭づくり講座[10:00~・13:30~] 行政相談 [13:00~]	ひ 公 支	2	金		
				3	土		
				4	日		
				5	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ ひ

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