



**地域づくり・仲間づくり・健康  
生きがいがづくり・学びの場の相談**

- 本郷地区地域づくりセンター・本郷公民館  
☎ 46-1500
- 本郷地区福祉ひろば  
☎ 46-1168
- 本郷地区南郷福祉ひろば  
☎ 32-6270



**介護と福祉の相談 (65歳以上の方が対象)**

- 北部地域包括支援センター  
☎ 87-0231



**健康相談や各種検診  
育児相談について**

- 北部保健センター  
☎ 38-7677



**訪問販売・勧誘電話等で  
「おかしい」「困った」と思ったら**

- 松本市消費生活センター  
☎ 36-8832



**地域の交通手段**

- みんなのバス～原橋西・浅間・大村から市立博物館まで～  
みんなのバス協議会 ☎ 46-5111
- ほしみ線バス～三才山・稲倉・洞から松本駅前まで～  
南安タクシー ☎ 72-2855
- \* 福祉100円バス乗車パス券が利用できます

**高齢や障害で家事やゴミ出し  
草取りなどで困ったら**



- 有償生活支援事業「つむぎちゃんサポート」事務局  
松本市社会福祉協議会 ☎ 25-7330
- 地区生活支援員 ☎ 070-8684-8038

**電気のこと困ったら**

- 中部電力(音声案内)  
☎ 0120-984-565



**水道や下水道のこと困ったら**

- 水道局 料金については  
☎ 48-6810
- その他お問い合わせ  
☎ 48-6800

私の住所と連絡先

住所 .....  
☎ .....

ご家族などの連絡先

・ ..... ☎ .....

・ ..... ☎ .....

民生・児童委員

担当 ..... ☎ .....

**交通事故・特殊詐欺・泥棒等にあつたとき**

- 警察 ☎ 110
- 松本警察署 ☎ 25-0110
- 浅間交番 ☎ 46-1944
- 惣社交番 ☎ 32-0637



**火事や救急のとき**

- 消防 ☎ 119
- 本郷消防署 ☎ 46-2700

**大雨・地震などの災害のとき**

《避難場所》

大雨・洪水のとき：本郷公民館

大規模地震のとき：.....

町会一時集合場所：.....

《防災無線を聞き逃した時》

(無料) ☎ 0120-07-8686

(有料) ☎ 36-8686

**体調が悪くなったとき**

- かかりつけ医 ☎ .....
- かかりつけ薬局 ☎ .....
- 松本市小児科・内科夜間急病センター  
19:00～23:00 年中無休 ☎ 38-0622
- 夜間・当番医のお問い合わせ  
松本広域消防局ホームページまたはお近くの消防署

このささえあい連絡一覧は、松本市社会福祉協議会の社協会費を財源とした助成金(つむぎちゃん助成金)を活用しています。

松本市社会福祉協議会本郷支会 2024年4月