

6月



## 梓川地区地域づくりセンターだより

6月号  
2024.6.1 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](mailto:azusagawa-s@city.matsumoto.lg.jp)



## ◆女性の皆さまへ がん検診のお知らせ

西部保健センター ☎92-8001

★すべて予約制です。予約開始は6月下旬の通知到着後を予定しています。

開始時刻等のご予約の際にお問合せください。

## ■乳がん検診(超音波)

日程:8月20日(火)

内容:超音波撮影(医師の診察なし)

対象者:今年度30歳以上

受診料:1,000円

※無料クーポン対象者:今年度35歳(H1.4.2~H2.4.1)



からだチェックのお知らせ(無料)

8月30日(午前中のみ)の乳がん検診はからだチェックを一緒にできます!

からだチェックとは①高度な専門機器による筋力測定

②測定結果の説明

③個別に運動アドバイスができます。

この機会にぜひ今の体力を知ってみませんか? ※からだチェックのみの受診はできません!

## ■乳がん検診(マンモグラフィ)

日程:8月30日(金)

内容:マンモグラフィ撮影(医師の診察なし)

対象者:今年度40歳以上(2年に1回)

受診料:1,000円

※無料クーポン対象者:今年度41歳(S58.4.2~S59.4.1)

## ◆松本安心ネット登録案内

危機管理課 ☎33-9119

事前に利用登録した方のスマートフォン・携帯電話などに、緊急情報等をEメールで配信します。  
 緊急・災害情報、気象情報、火災情報、防犯情報等を得ることができます。  
 まだ登録されていない方は、ぜひご登録ください。

## 【登録方法】

次のQRコードからアクセスして手順に沿って登録してください。

QRコードを読み取れない方は、次のアドレスに空メールを送信してください。

[anshin.matsumoto-city@raidan2.ktaiwork.jp](mailto:anshin.matsumoto-city@raidan2.ktaiwork.jp)

※本市では、防災無線で、緊急・災害情報等をお知らせしています。防災無線の放送を聞き逃した、  
 または聞きとれなかった場合は、下記に電話して放送内容を確認してください。

☎ 0120-07-8686(無料)・ ☎ 0263-36-8686(有料)

## ◆道路の除草にご協力を

梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000

6月に入り、雑草が勢いよく伸びてくる時季となりました。

道路に生えてくる雑草は、ときに通行の妨げになります。地域の皆さまが  
 気持ちよく利用できるよう、再度ご自宅の周りを確認いただき、除草の  
 ご協力をよろしくお願いいたします。

その際は、安全に十分ご注意ください。





# 福祉ひろば

☎76-1070

ひろばのホームページはこちら➡



## ★ふれあい健康教室★

- ★日 時:6月19日(水)9:30~
- ★場 所:福祉センターホール
- ★内 容:**泉屋志ん治さんの落語**



★お待ちかね♪泉屋志ん治さんが  
ふれあい健康教室に来ます♪♪  
★落語を聞き、たくさん笑って  
健康寿命を延ばそう!!



## 子育てひろば★おひさま★

- ★日 時:6月6日(木)10:00~  
(受付9:30~)
- ★場 所:梓川保健センター
- ★内 容:ふれあい遊び、紙芝居、身体計測
- ★持ち物:母子手帳、バスタオル  
お子さんに必要なもの



## ★おひさまっこ★

- ★日 時:6月5日(木)9:40~11:00  
※現地集合、案内に従ってお入りください
- ★場 所:梓川西保育園
- ★内 容:遊戯室で遊ぶ、2歳児さんとの交流、  
保育園の先生方からのお話、等
- ★持ち物:大人用の上履き、  
お子さんに必要なもの
- ★問合せ:梓川地区福祉ひろば ☎76-1070



## ★一日開放日 ひろばにおいでDAY!!★

- ★日 時:6月13日(木)9:30~・13:30~
- ★場 所:梓川地区福祉ひろば
- ★内 容:**コーヒー焙煎**
- ★コーヒー焙煎は、  
☆1回目10:00~☆2回目14:00~の予定です。
- ★持ち物、申込みはありません♪  
香りよいコーヒーを楽しみましょう!!



## くらしのカレンダー 6月

日	曜	行事等内容等	所	日	曜	行事等内容等	所
1	土			18	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
2	日			19	水	ふれあい健康教室[9:30~]	ひ
3	月	ひろばウォーキング[9:00~]	ひ	20	木	ビーズ教室[13:30~]	ひ
		百歳体操の会[13:30~] 公民館講座「上高地ウォーキング」				公民館講座「上高地ウォーキング」	
4	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ	21	金		
5	水	おひさまっこ[9:40~]	ひ	22	土		
6	木	おひさま[10:00~]	ひ	23	日		
		歌ごえ公民館あずさグループ[10:00~]				歌ごえ公民館あずさグループ[10:00~]	
7	金			24	月	百歳体操の会[13:30~]	ひ
8	土			25	火		
9	日						
10	月	百歳体操の会[13:30~]	ひ	26	水	手編みの会[9:30~]	ひ
		育児相談・健康相談[9:30~]				布遊びの会[13:30~] 公民館講座「苔玉づくり」[10:00~][13:30~]	
11	火			27	木		
12	水	男の運動ひろば[13:30~]	ひ	28	金	ペタンクの会[9:30~]	ひ
13	木	一日開放日[9:00~][13:30~]	ひ	29	土		
14	金	大人のぬり絵[9:30~]	ひ	30	日		
15	土			【 7 月 】			
16	日			1	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ
17	月	ひろばウォーキング[9:00~]	ひ	2	火	スポーツ吹矢[9:30~][13:30~]	ひ
		百歳体操の会[13:30~]		3	水		