



梓川地区地域づくりセンターだより

7月号
2024.7.1 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 7月22日(月) 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名
- 申込み 梓川地区地域づくりセンター ☎78-3000



◆梓川地区の皆さまへ がん検診のお知らせ 西部保健センター☎92-8001

早い段階で見つけることができれば体や経済的な負担も少なく済みます。

★すべて予約制です。開始時刻等をご予約の際にお問合せください。

■胃がん検診

日程:9月6日(金)

内容:バリウムを使ったレントゲン撮影

対象者:今年度30歳以上

受診料:840円

※大腸がん検診も 500 円で受けられます。

■肺CTがん検診

日程:9月25日(水)

内容:X線を用いて肺全体を1cm 間隔で 29~35 枚撮影する検査

対象者:今年度 40 歳以上(3年に 1 回)

受診料:2,000円

※無料クーポン対象者:今年度60歳になる方

(昭和39年4月2日~昭和40年4月1日生まれ)

Web予約
24時間いつでも
予約OK!



◆「電話でお金詐欺」に注意を！ 梓川地区地域づくりセンター☎78-3000

令和4年度から、長野県警は、振り込み詐欺などを総称した「特殊詐欺」という名称から、「電話でお金詐欺」という名称に改めています。振り込み詐欺などのほとんどが電話を使用して金銭を要求する手口であることから、名称自体を変え、啓発効果の向上を目指したものです。

毎年多くの方が「電話でお金詐欺」の被害に遭っています。自分は大丈夫と思わず、振り込む前に、まず家族や警察に相談するなど、被害に遭わないよう十分に注意してください。



不審な電話があったら、一旦切って、ご家族等に電話、または下記へご相談ください。

松本警察署 ☎25-0110 警察相談専用窓口 ☎#9110 松本消費生活センター ☎36-8832



福祉ひろば

☎76-1070

ひろばのホームページはこちら➡



出前ふれあい健康教室

★上野町会 日時:7月3日(水)AM9:30~
 場所:上野構造改善センター

★氷室町会 日時:7月23日(火)AM9:30~
 場所:氷室公民館

男の運動ひろば

*日時:7月10日(水) PM1:30~
 *場所:梓川地区福祉ひろば
 *内容:セラバンドトレーニング
 ~講師 高橋 優喜さん~

※新規の参加者募集中!!お気軽にご参加ください。

子育てひろば「おひさま」

☆日時:7月4日(木)AM10:00~
 (受付 AM9:30~)

☆場所:梓川保健センター

☆内容:ふれあい遊び、身体計測など

☆持ち物:母子手帳、バスタオル
 お子さんに必要な物

ふれあい健康教室

♪日時:7月17日(水) AM9:30~
 ♪場所:福祉センターホール
 ♪内容:『エルダー』を使った体操

~講師 第一興商 藤崎 優子さん~
 ※音楽に合わせて、身体を動かしましょう!!

くらしのカレンダー7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~] 人権視察研修	ひ 公	18	木	歌ごえ公民館りんごグループ[10:00~] ビーズ教室[13:30~]	公 ひ
2	火	スポーツ吹矢[9:30~・13:30~]	ひ	19	金		
3	水	出前ふれあい健康教室(上野)[9:30~]	ひ	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~] 行政相談[13:30~]	ひ 支
6	土			23	火	出前ふれあい健康教室(氷室)[9:30~]	ひ
7	日			24	水	手編みの会[9:30~] 布遊びの会[13:30~]	ひ
8	月	健康・育児相談[9:30~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ	25	木		
9	火	体サボ集会[13:30~]	ひ	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	一日開放日[9:00~・13:30~]	ひ	28	日		
12	金	大人のぬり絵[9:30~]	ひ	29	月	ひろばウォーキング[9:00~] 百歳体操の会[13:30~]	ひ
13	土			30	火		
14	日			31	水		
15	月			【 8 月 】			
16	火	スポーツ吹矢[9:30~・13:30~]	ひ	1	木	子育てひろば おひさま[10:00~]	ひ
17	水	ふれあい健康教室[9:30~]	ひ				