

※今月号に掲載している情報は、3月19日現在のものです。

募集

「第38回全国短歌フォーラムin塩尻」作品募集

問 全国短歌フォーラム実行委員会(社会教育スポーツ課内) ☎ 0903

- 題詠 「食」または「食べる」
- 投稿数 自由題 1 首、題詠歌 1 首の合計 2 首まで
- 投稿方法
  - 投稿用紙を郵送 募集要項をご希望の人は事務局に電話でご連絡ください。
  - インターネットから投稿 右のコード(短歌フォーラムホームページ)から投稿してください。
- 投稿料 1,000円(高校生以下は500円)  
※ 1 首でも 2 首でも同額です。
- お支払い方法(次のいずれか)
  - ゆうちょ銀行、郵便局の「払込取扱票」でのお振り込み  
【加入者名】全国短歌フォーラム実行委員会  
【口座記号番号】00560-6-83649
  - ゆうちょ銀行の「定額小為替」を作品に同封して郵送
- 投稿締め切り日 6月14日(金)(当日消印有効)  
※ 詳細は短歌フォーラムホームページをご覧ください。



お知らせ

带状疱疹予防接種費用を一部助成

問 健康づくり課予防接種推進係 ☎ 7311 ページID:0026131

- 带状疱疹の発症および感染による合併症を予防するため、令和6年4月1日(月)から対象者の予防接種費用を一部助成します。
- 対象 接種日に本市に住民票がある満50歳以上の人
  - 助成額(次のいずれか)
    - 生ワクチン接種(1回) 3,000円(1回まで)
    - 不活化ワクチン接種(1回) 6,000円(2回まで)
  - 助成を受ける方法
    - ① かかりつけ医などに相談の上、接種するワクチンの種類(生ワクチン、不活化ワクチン)を決める。
    - ② 健康づくり課窓口または電子申請で予診票発行の申請をする。
    - ③ 予診票受け取り後、実施医療機関へ予防接種の予約をして、塩尻市の助成を受ける旨を伝える。
    - ④ 予防接種実施後、接種費用から助成額を差し引いた額を医療機関窓口を支払う。
  - 持ち物 予診票、健康保険証、接種費用  
※ 実施医療機関は、健康づくり課へお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

お知らせ

令和6年度も実施! 自転車用ヘルメット購入費用を一部補助

問 都市計画課計画係 ☎ 0689 ページID:0036172

- 自転車乗車時のヘルメット着用を促進するため、昨年度に引き続き購入費用の一部を補助します。この機会にヘルメットを購入し、万が一自転車で事故に遭っても命を守るようにしましょう。
- 対象 6年度末の年齢が16~18歳、または65歳以上の市民
  - 補助内容 6年4月1日以降に購入した、安全基準を満たした新品の自転車用ヘルメットについて、購入金額の3分の2(上限3,000円)を補助
  - 申請方法 市役所2階都市計画課または下のコード(市ホームページ)にある申請書に記入の上、次の書類を添付して提出してください。
    - 購入日が分かる領収書の写し
    - 安全基準を満たすことが分かる書類(取扱説明書の写し、本体に貼付してある適合マークの写真など)
- ※ 未成年の人は保護者が申請してください。  
※ ヘルメットの購入費用に対し、すでに別の補助金を受けている場合は対象外です。(前年度に補助を受けた人も対象外)



お知らせ

20歳・30歳も仲間入り! さわやか歯科健診

問 健康づくり課保健予防係 ☎ 内線2146 ページID:0002977

- 令和6年度から、20歳・30歳の人も歯科健診の対象になりました。「忙しいから」「気にならないから」と歯科健診から足が遠のいていませんか。ご自身のお口の健康状態を知り、早期発見・早期治療することが大切です。対象者には、受診券を送付しました。この機会に、ぜひ歯科健診を受けましょう。
- 対象 6年度中(6年4月2日~7年4月1日)に20・30・40・50・60・65・70歳になる人
  - 受診期間 6年4月1日(月)~7年3月31日(月)
  - 場所 市指定歯科医療機関
  - 内容 問診・口腔内診査・歯科保健指導 など
  - 料金 500円
  - 持ち物 さわやか歯科健診受診券、健康保険証または被保護証明書
  - 申し込み方法 市指定歯科医療機関へ電話でお申し込みください。
- ※ 市指定歯科医療機関一覧については右のコード(市ホームページ)からご確認ください。  
※ 詳細はお問い合わせください。



お知らせ

## しおじり健康応援ポイント 事業が始まります

問 健康づくり課健康推進係 ☎⑤0854  
ページID:0012998

健康診断と自分にあった運動などを行い、景色を  
ゲットしながら自身の健康づくりにお役立てください。

- 対象 市内に住所を有する25歳以上の人
- 応募方法 市保健福祉センター2階健康づくり課  
や各支所などに設置しているチャレンジシートを  
使用し、100ポイントが貯まったら健診結果と一  
緒に交換場所に提出してください。  
※チャレンジシートは市ホームページでダウンロー  
ドできる他、今月号にも折り込まれています。
- 交換場所 健康づくり課、広丘支所、北小野支所、  
楢川支所
- ※割引券の交換は、1人1回限りとなります。
- 応募期限 令和7年2月28日(金)

### 応募して景品と交換しよう！

- 景品 市内指定店舗6カ所で使用で  
きる1,000円分の割引券
- ▶▶▶さらに抽選で、本市の特産品や松本山雅FC  
のユニフォームなどがもらえるダブルチャンスが  
あります。



お知らせ

## 介護予防の運動に取り組む 団体へ最大10万円を補助

問 地域共生推進課高齢支援係  
☎内線2127

高齢者の介護予防および健康づくり  
を推進するため、運動機能向上の活動  
を行う市内の団体に対し、活動費を補助します。



- 対象 次のすべてを満たす団体
  - 代表者が本市に住所を有し、65歳以上の市民が  
5人以上登録された団体であること
  - 活動を月1回以上の頻度で実施し、1回につき  
1時間以上実施していること
  - 運動機能向上に資する活動(体操、ウォーキング、  
ヨガなど)を当該活動1回につき毎回30分以  
上実施していること
  - 地域住民が参加可能な団体であること
  - 他の補助金の交付を受けていないこと
- 補助金額 講師謝礼や会場使用料の2分の1以内  
(月1回実施の団体は上限5万円/年。月2回以  
上実施の団体は上限10万円/年)
- 申請方法 市ホームページまたは市保健福祉セン  
ター1階地域共生推進課にある申請書に記入の上、  
必要書類を添えて提出してください。  
※詳細はお問い合わせください。

催し

## 歩いてふれあおう鳥居峠の 自然

問 生活環境課環境係 ☎⑤0744  
ページID:0039041

鳥居峠(鎮神社→鳥居峠→木曾消防署分署前)を  
散策しながら初夏の動植物を観察します。

- 日時 6月8日(土)  
午前9時~午後3時半(小雨決行)
- 集合場所 塩尻消防署南側駐車場  
※大型バスで会場まで移動します。
- 講師 自然保護ボランティアの皆さん
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込締め切り日 5月17日(金)  
※電話でお申し込みください。  
※持ち物などの詳細は、申込者に通知します。



お知らせ

## 既存住宅に太陽光パネル を設置する費用を補助

問 生活環境課環境係 ☎⑤0744

自らが居住する築1年以上の住宅の屋根などに、  
太陽光パネルを設置する人に、補助金を交付します。

- 対象 次のすべてに当てはまる人
  - 7年3月末までに設置が完了し、実績報告書を  
提出できること
  - 電力会社との電灯契約および余剰電力の販売契  
約を締結すること
- 対象設備 太陽光パネル(10kW未満)
- 補助金額 太陽光パネルの出力1kW当たり2万  
5,000円(上限10万円)
- 申請場所 市役所1階生活環境課
- 申請方法 右のコード(市ホームペー  
ジ)または生活環境課にある申請書に  
記入の上、必要書類を添えて提出して  
ください。(郵送での提出は不可)
- 申請開始日 4月17日(水)



※申請は受け付け順とします。ただし、書類に不備  
のあるものは受け付けできません。なお、予算に達  
し次第終了します。詳細はお問い合わせいただくか、  
市ホームページをご覧ください。