

※掲載している情報は、7月19日現在のもので、各イベントは、新型コロナウイルス感染症に配慮して実施しますが、状況に応じて中止または変更となる場合があります。
 ※イベント当日のマスクの着用にご協力ください。また、発熱など体調の悪い人は参加をご遠慮ください。

くらしの情報

市外局番「0263」は省略しています。

お知らせ

**スマホやパソコンで
気軽に認知症をチェック**

問 長寿課介護予防係
☎内線 2133

「同じ話を無意識のうちに繰り返す」「物のしまい場所を忘れる」、こんな経験はありませんか。市ホームページ「シニア・福祉」↓「シニア」↓「認知症について」↓「認知症のチェックをしてみませんか?」に掲載しているサイトで、認知症のチェックが簡単にできます。

**まちづくりチャレンジ事業
相談窓口を開設**

問 市民交流センター
☎33350

市民の皆さんが主体となっていく、地域や市民の利益につながる活動を応援する「まちづくりチャレンジ事業」の二次募集に先立ち、相談窓口を開設します。制度の詳細は市ホームページ、市民交流センターにあるポスターやチラシをご覧ください。また、制度に関するご相談は、随時市民交流センターで受け付けています。

対象 塩尻市でまちづくりに携わっている、またはこれから

ら携わりたいと考えている人
日時 8月10日(火)・30日(月)
午後5時～7時

場所 市民交流センター2階
会議室203

参加費 無料

特別障害者手当等を支給

問 福祉課地域福祉係
☎内線 2164

重度の障がいにより、常時特別な介護を必要とする人に手当を支給します。

対象 次のすべてを満たす人
○身体または知的・精神に重度の障がいがあり、常に特別な介護が必要な在宅障がい児、障がい者(20歳以上であって国が定める程度の障害を重複して有する人)

○所得金額が一定以下の人
○施設への入所や、病院などに3カ月以上入院している場合は対象外です。なお、20歳未満の人は、入院していても該当になる場合がありますのでご相談ください。

支給額(月額)
○障害児福祉手当(20歳未満) 1万4880円
○特別障害者手当(20歳以上) 2万7350円

持ち物 所定の申請書および診断書、対象者本人の通帳、

印鑑、障害者手帳(お持ちの人)、マイナンバーカードまたは通知カード、本人確認書類(健康保険証など)
※年金を受給中の人は、年金証書をお持ちください。

申請場所 市保健福祉センター1階福祉課

問 福祉課地域福祉係
☎内線 2164

**福祉医療費給付金制度の
現物給付の対象に整骨・
接骨院が加わります**

従来の福祉医療費給付金制度は、整骨・接骨院の受診の際、保険分の医療費を一度支払った後、市からの口座振り込みによる給付をしていました。令和3年8月施術分からは、病院や歯科医院などでの受診と同様に、窓口で500円(上限)を支払うことで施術を受けられるようになります。

対象 市内在住で、15歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童

受診の流れ 「福祉医療費受給者証」と「健康保険証」を施術機関などの窓口提示してください。その後、1レセプトにつき500円(上限)をお支払いください。

児童扶養手当を受給している人は、毎年、8月中に現況届の提出が必要です。対象者に、現況届に係る書類を送りました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がない場合は、11月以降の手当を受けることができなくなりま

身の周りに古い消火器はありませんか? ～消防署からのお知らせ～

塩尻消防署 ☎0119
 広丘消防署 ☎03010
 木曾消防署北分署(楢川地区) ☎0264363119

消火器の使用期限は製造後5～10年で、それぞれ本体に記載されています。使用期限を確認するとともに、半年に1回は腐食、変形、傷、緩みなどが点検しましょう。

使用期限が過ぎている消火器や、使用期限内でも本体に異常がある消火器は、破裂などの危険性があるため交換をしてください。また、老朽化した消火器を処分する際に、放射や分解などは絶対にしないでください。

消火器の処分について不明なことは、消火器の販売店、(株)消火器リサイクル推進センター(☎03-5829-6773)または最寄りの消防署にお問い合わせください。

※消防署や消防団で消火器を「販売」することや「回収」することはありません。不審な訪問や電話にはご注意ください。



問 家庭支援課家庭支援係
☎0891

**児童扶養手当の現況届
をお忘れなく**

問 児童扶養手当を受給している人は、毎年、8月中に現況届の提出が必要です。対象者に、現況届に係る書類を送りました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がない場合は、11月以降の

児童扶養手当を受給している人は、毎年、8月中に現況届の提出が必要です。対象者に、現況届に係る書類を送りました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がない場合は、11月以降の

児童扶養手当を受給している人は、毎年、8月中に現況届の提出が必要です。対象者に、現況届に係る書類を送りました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がない場合は、11月以降の

児童扶養手当を受給している人は、毎年、8月中に現況届の提出が必要です。対象者に、現況届に係る書類を送りました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がない場合は、11月以降の

5時15分(土・日曜日、祝日は除く)
 ※8月11日(火)・24日(火)は午後8時まで受け付けます。

受付場所 塩尻総合文化センター1階家庭支援課

募集

自衛官候補生を募集

問 自衛隊松本地域事務所
☎2787

募集項目 自衛官候補生
資格 18歳以上33歳未満の人
受付期間 通年
 ※試験期日は受付時にお知らせします。

※詳細はお問い合わせください。

市営住宅などの入居者を募集

問 県住宅供給公社塩尻管理センター ☎⑦7420

市営住宅【申込受付期間 8月18日(水)～27日(金)】

団地名	所在地	募集戸数	家賃(月額)
吉田団地	広丘吉田 1245番地2	3DKY 4戸 2DKY 2戸	18,900～45,200円
君石団地	片丘 4874番地2	3DKY 1戸 2DKY 1戸	20,600～48,000円
牧野団地	宗賀 5280番地	3DKB 2戸 2DKB 1戸	6,200～13,700円
宮下団地	木曾平沢 2228番地3	4DKB 4戸 2DKB 2戸	4,400～17,800円

※家賃は所得に応じて決定します。
 ※高齢者専用、単身入居可能な住宅などもあります。詳細はお問い合わせください。

定住促進住宅など【申込受付期間 8月18日(水)～27日(金)】

団地名	所在地	募集戸数	家賃(月額)
定住促進住宅 奈良井宿中町団地	奈良井 342番地1	2DKY 1戸 (単身可)	35,000円 (駐車場1台分含む)

共通事項

- 抽選会・入居説明会日時 9月6日(月) 午後1時半から
- 場所 塩尻総合文化センター2階大会議室
- 申し込み方法 塩尻総合文化センター1階県住宅供給公社塩尻管理センターにある申込書に記入の上、平日午前8時半～午後5時15分に、必要書類を添えて直接提出してください。(申し込みは1世帯につき1戸まで)
 ※申し込みのなかった住宅は、9月7日(火)から随時募集に切り替え、先着順で11月30日(火)まで受け付けます。
 ※応募資格などの詳細はお問い合わせください。

問

市民交流センター
 ☎③3350

「おじりまちづくりフェスティバル2021」の参加団体を募集

市内を中心に活動している市民公益活動団体の活動を、広く皆さんにアピールするイベントです。自社製品の販売、活動内容を紹介するパネル展示、体験ブースの出展など、イベントと一緒に盛り上げていただける団体・企業を募集します。

開催日時

11月20日(土)
 午前10時～午後3時

場所 市民交流センター3階

募集締め切り日 8月31日(火)

※電話でお申し込みください。(水曜日は休館)

※参加団体には、開催前に実施する会議への出席をお願いします。

県営住宅の入居者を募集

問 県住宅供給公社松本事務所
 ☎⑦0240

■募集内容 塩尻市、松本市、安曇野市内の県営住宅の入居者(10月1日付で入居)と補欠入居者(6カ月以内に空き家が出た場合に入居)

※詳細は8月上旬に決定します。

■資格 次のすべてを満たす人がいる人で、住居・住宅に

困っている人(単身で入居可能な場合あり)
 ○収入が一定の額以下の人
 ○申込者および同居者が暴力団員でない人

募集期間 8月18日(水)～27日(金)

(土曜日は受付不可)

※詳細はお問い合わせください。

「2021信州ねんりん」の展覧作品を募集

問 長野県長寿社会開発センター
 ☎026-226-3741

■募集作品 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真(出品数は1人1点、未発表作品のみ)

■出品者資格 県内在住の60歳

以上でアマチュアの人

■展示期間 9月10日(金)～12日(日)

■展示場所 安曇野市穂高公民館講堂

■申し込み方法 市保健福祉センター1階長寿課にある募集案内を確認の上、出品票に記入し、作品とともに長寿課に提出してください。

■申込締め切り日 8月12日(木)

※募集案内、実施要項は県長寿開発センターホームページ(<http://www.nicesenior.or.jp/>)からダウンロードできます。

令和4年度に採用する松本広域連合消防職員を募集

問 松本広域連合事務局総務課
 ☎⑦5460

■募集する職種 消防(初級)

■資格 平成10年4月2日～平成16年4月1日に生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人(4年制大学卒業者および卒業予定者は受験不可)

■採用人数 若干名

■第1次試験 9月19日(日)

■場所 ○教養試験 松本市役所波田支所 ○体力試験 波田中学校体育館

■試験内容 教養、適正、体力試験

■申し込み方法 松本広域連合ホームページ(<http://www.m-kouiki.or.jp/>)または松本広域消防局ホームページ(<http://www.m-kouiki119.jp/>)
<http://www.m-kouiki119.jp/matsu/matsusen/>にある申込書に記入の上、〒390-1401 松本市波田4-4-17番地1 松本市役所波田支所4階松本広域連合事務局総務課宛てに郵送してください。

催し

書道連盟による書の展示

問 塩尻短歌館
 ☎③7171

塩尻書道連盟会員の皆さんによる作品や、市内書道教室の子どもたちの作品を展示しています。

■期間 8月28日(土)まで

(月曜日と祝日の翌日は休館)

8月9日(月)は開館し、10日(火)が休館

■場所 塩尻短歌館

■入館料 300円(中学生以下は無料)

※掲載している情報は、7月19日現在のものです。各イベントは、新型コロナウイルス感染症に配慮して実施しますが、状況に応じて中止または変更となる場合があります。
 ※イベント当日のマスクの着用にご協力ください。また、発熱など体調の悪い人は参加をご遠慮ください。

くらしの情報

市外局番「0263」は省略しています。

☎…部署直通電話番号

霧ヶ峰自然観察会

自然博物館
 ☎③6342

日時 8月28日(土) 午前8時
 ～午後3時半(雨天中止)

観察地 霧ヶ峰高原八島湿原
 (塩尻消防署南側駐車場に集合)

講師 ○金井 善勇さん(自然観察インストラクター)

○青木 由親さん(自然写真家)

定員 20人(先着順)

参加費 無料

持ち物 メモ用紙、ルーペ
 (ある人)、昼食、飲み物、手袋、雨具など

申込開始日 8月11日(水)
 午前9時から

※電話でお申し込みください。
 (月曜日と祝日の翌日は休館)

居場所M11

問 中文字ども・若者サポート
 ネット ☎⑤5810

「家にずっといるけれど、外に出てみようかな」。そんな気持ちが生えたらとりあえず来てみませんか。自分の好きなことや、みんなでボードゲームやカードゲームをして過ごします。

対象 15歳以上の人

期日 8月25日(水)、9月22日(水)

時間 午後1時～3時

場所 北部交流センター「え

「てらす」2023会議室
 定員 各日8人(先着順)

参加費 無料

持ち物 好きな漫画や自分で描いたイラスト、みんなとやりたいカードゲームやボードゲーム(ある人)

申込締め切り日 前日まで

※電話でお申し込みください。

スポーツふれあいデー

問 社会教育スポーツ課スポーツ推進係 ☎⑤40993

日頃の運動不足を解消しましょう。今回は、ミニバレー、ワンバウンドふらふらするバレーなどを中心に楽しめます。

日時 8月7日(土)
 午後1時半～4時

場所 吉田小学校体育館

持ち物 上履き

※申し込み、参加費は不要です。
 ※中止の場合は市ホームページでお知らせします。

日帰りバスツアー「ふるさと探訪」

問 松本広域連合事務局福祉・地域課ふるさと担当 ☎⑦5461

今回は日本を代表する山岳リゾート「上高地」。ネイチャーガイドの案内で、大正池から河童橋までのウォーキングコース

を歩きます(約2時間)。また、自由に散策や買い物などをお楽しみいただく時間もあります。

対象 松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡にお住まいの人

日時 9月17日(金) 午前8時
 ～午後5時頃(雨天決行)

集合・解散場所 松本駅アルプス口

定員 40人(申し込み多数の場合は抽選。抽選結果は8月27日(金)に発送)

参加費 1人4400円(ネイチャーガイド料、昼食代)

申し込み方法 往復ハガキに「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」を明記し、〒390-1401 松本市波田4417番地1 松本広域連合「ふるさと探訪係」宛てに郵送してください。(当日消印有効)

※家族・友人などで申し込む場合は、同一ハガキで必要事項を明記してお申し込みください。

申込締め切り日 8月20日(金)

講座・教室

まちチャレセミナー「地域の活動は楽しく、みんなで一緒に！」

問 市民交流センター ☎③3350

地域課題や社会問題の解決に向けて活動を始めようと考えて

問 市民交流センター ☎③3350

パソコン基礎講座

講座名(★印は難易度)	日時	内容	対象	定員	受講料 ^{※1}	申込期限
9月 インターネットにチャレンジ ★★★★☆☆	9月6日(月)・7日(火) 午前10時～正午	パソコンを使ってインターネットの基本操作を学び、生活に役立つ情報を見よう	マウス操作と日本語入力ができる人	15人	1,200円 テキスト代300円	8月20日(金)
9月 インターネットを安全に使う ★★★★☆☆	9月13日(月) 午前10時～正午	インターネットを安全に利用するために、実際にセキュリティ設定を体験			600円 テキスト代150円	8月27日(金)

※1 テキストをお持ちの方はテキスト代は不要です。使用テキストは受講票に記載します。
 ※この講座ではWindows10を使用しています。
 ※新型コロナウイルス感染症対策のため、中止になる場合があります。

■場所 市民交流センター2階ICTルーム
 ■申し込み方法 はがきまたはEメールに「講座名」「郵便番号」「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」「Eメールアドレス」を記入の上、講座名に「9月」と明記し、お申し込みください。電話での申し込みはご遠慮ください。
 ※はがきまたはEメール1通で複数の講座を申し込みできます。
 ※申し込み多数の場合は抽選とし、抽選後に受講票を送付します。
 ※託児(有料)を希望する場合は、事前にご相談ください。
 ■申込先 NPO法人グループHIYOKO
 〒399-0737 大門八番町4番1号
 (☎pchiyoko@ghiyoko.net)

※市民交流センター2階ICTルームでの受講も可能です。
 (定員先着20人)

■講師 西川 正さん(NPO法人ハンスオン! 埼玉1常務理事)

■参加費 無料
 ※電話でお申し込みください。
 (水曜日は休館)

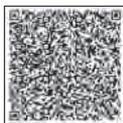
■日時 8月29日(日)
 午後1時～3時

■場所 ZOOMでのオンライン開催

胃大腸がん検診・肺CT検診が始まります

問 健康づくり課健康推進係 ☎520854

8月末から、胃・大腸がん検診、肺がんCT検診が始まります。申し込んだ人には8月中旬までに検診票を送付します。これから受診を希望する人はお早めに電話または電子申請でお申し込みください。



▲電子申請

■場所 市保健福祉センター、各支所

胃・大腸がん検診 (集団)

- 対象 40歳以上
- 期間 8月23日(月)～11月17日(水)のうち31日間(胃は29日間)
- 料金 ○胃 1,000円 ○大腸 500円

肺CT検診 (集団)

- 対象 40～79歳の3歳刻み年齢
 - 期間 8月31日(火)～10月25日(月)のうち8日間
 - 料金 2,000円
- ※日程は変更になる場合があります。
※検診の詳細は、市ホームページまたは対象者に送付する案内通知書をご覧ください。

縄文土器づくり講座

問 平出遺跡公園ガイダンス棟 ☎33301

実物の縄文土器とその図面を見ながら、土器づくりにチャレンジしてみませんか。専門家の解説・指導が受けられます。

- 対象 高校生以上
- 日時 9月11日(土)・12日(日) 午前10時～午後4時
- 場所 平出遺跡公園ガイダンス棟
- 定員 6人(先着順)
- 参加費 500円(材料費)
- 持ち物 昼食、汚れてもよい服装

ミズノ・スポーツ塾 「走り方教室」

問 ユメックスアリーナ ☎33800

基本的な姿勢や走り方を学び、体を動かす事の楽しさを感じてもらおう教室です。

- 対象 年中～小学3年生
- 期日 8月28日(土)
- 時間 ○年中～小学1年生 午前9時半～10時半 ○小学1～3年生 午前11時～正午
- 場所 ユメックスアリーナ

■申込期間 8月17日(火)～31日(火)
※電話でお申し込みください。(月曜日は休館)

市民公開講座 「子育てサポーター養成講座」

問 子育て支援センター ☎33382

子育て中の家族の力になりたい皆さんが受講している「子育てサポーター養成講座」の5講座を公開します。

- 日時 8月30日(月) 午前9時半～11時半
- 場所 市民交流センター4階 会議室401A・B
- 内容 子どもの生活と環境
- 講師 関 裕子さん(上田女子短期大学専任講師)
- 定員 15人(先着順)
- 持ち物 筆記用具
- 申込締め切り日 8月24日(火)
- ※電話でお申し込みください。(水曜日は休館)
- ※生徒後6カ月から年少に上がる前の年度のお子さんの託児がで

地域づくり推進講座「ともに生きる」を目指して

問 県生涯学習推進センター ☎8822

日本福祉大学教授の原田正樹さんをお迎えし、共に生きる力を育むための「福祉教育」の推進について考えます。(手話通訳、要約筆記あり)

- 日時 8月24日(火) 午前9時45分～午後4時
- 場所 県生涯学習推進センター
- ※オンライン受講も可能です。
- 定員 120人(会場40人、オンライン80人)
- ※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

図書館

信州おじり本の寺子屋 「えんぱーくDVD鑑賞会」

問 北部交流センター ☎520305

ふじ内科クリニック院長の内藤いづみさんを講師に迎え、「自分の生きる意味」について皆さんとともに考えます。

- 日時 9月19日(日) 午後2時から

■場所 北部交流センター「えんぱーく」1階101・102会議室

■演題 「あなたらしく生きぬくために準備すること」いづみ先生の令和養生訓」

- 定員 50人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 広丘支所窓口または電話で申し込むか、「氏名」「電話番号」「住居地」を明記の上、ファクス(☎33769)またはメール(hiroka@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。
- 申込開始日 8月17日(火)

えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館 ☎33365

大画面で映画を鑑賞しませんか。

- 日時 8月26日(木) 午後1時半～3時半
- 場所 市民交流センター3階 多目的ホール
- 作品 「英国王のスピーチ」(2010年英・豪・米映画)
- 出演 コリン・ファースほか
- 定員 40人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 図書館本館力ウンターまたは電話でお申し込みください。(水曜日は休館)
- 申込開始日 8月8日(日)

※掲載している情報は、7月19日現在のもので、各イベントは、新型コロナウイルス感染症に配慮して実施しますが、状況に応じて中止または変更となる場合があります。
 ※イベント当日のマスクの着用にご協力ください。また、発熱など体調の悪い人は参加をご遠慮ください。

くらしの情報

☎…部署直通電話番号

市外局番「0263」は省略しています。

出版という観点から戦時中を

問 市立図書館
 ☎33365

展示「戦時中の出版を知る」

信州しおじり子どもの寺子屋
 「ペーパーわたこ&ペーパーかんづをくむむ」

問 市立図書館
 ☎33365

「おもいでず」などで人気の絵本作家、いしかわこうじさんの工作ワークショップです。

対象 3歳～小学6年生（未就学児は保護者同伴）

日時 9月12日(日)
 午前10時半～11時50分

場所 市民交流センター3階多目的ホール

定員 36組（申し込み多数の場合は抽選。抽選結果は9月5日(日)までに通知）

参加費 無料

持ち物 はさみ、のり、色が塗れるもの（絵の具不可）

申し込み方法 図書館本館力ウンター、電話またはながの電子申請でお申し込みください。（水曜日～は休館）

申込期間 8月1日(日)～22日(日)



▲電子申請

ひも解きます。県立長野図書館の協力で、当時の発禁本などを展示します。

期間 8月5日(木)～22日(日)

場所 市民交流センター1階 図書館展示コーナー

※申し込みは不要です。

上野千鶴子さん講演会
 「女の子はどう生きるか ついでに男の子もどう生きるか」

社会学者で「ナシヨナリズムとジェンダー」「おひとりさまの老後」など著書多数の、上野千鶴子さんの講演会です。

日時 9月5日(日)
 午後2時～4時

場所 市民交流センター3階多目的ホール

定員 60人（先着順）

申込開始日 8月8日(日)

いしかわこうじさん講演会
 「子どもと絵本 本好きの子どもをそだてるには」

日時 9月12日(日)
 午後2時～4時

場所 市民交流センター3階多目的ホール

定員 60人（先着順）

申込開始日 8月8日(日)

ビジネス情報相談会

問 市立図書館
 ☎33365

長野県よろず支援拠点のコーディネーターにビジネスの悩みを相談してみませんか。

場所および日時
 ○市民交流センター
 ・8月19日(木) 午後2時～5時 3階多目的ホール
 ・8月26日(木) 午後5時～8時 3階会議室303
 ・9月9日(木) 午後2時～5時 3階会議室303

定員 各回3人（先着順）

参加費 無料

申し込み方法 市立図書館力

表紙の写真

7月9日 釜井庵七夕飾り 釜井庵

毎年行われる釜井庵七夕飾りを、今年も開催しました。江戸時代中期の文人、菅江真澄が民俗絵図に描いた七夕飾りを再現しています。この日は、妙義保育園の園児が訪れ、願いごとを書いた短冊を笹に飾り、釜井庵を彩りました。その後、願いが届くようみんなで歌を歌いました。七夕飾りは、8月8日(日)までの金～日曜日に公開しています。



地域文化サロン

問 市立図書館
 ☎33365

「堀井正子さん講演会」

ラジオパーソナリティで文学研究家の、堀井正子さんの講演会です。

日時 9月12日(日)
 午後2時～4時

場所 市民交流センター3階多目的ホール

定員 60人（先着順）

申込開始日 8月8日(日)

日時 9月12日(日)
 午後2時～4時

場所 市民交流センター3階多目的ホール

定員 60人（先着順）

申込開始日 8月8日(日)

日時 9月26日(日)
 午後2時～4時

場所 市民交流センター3階多目的ホール

演題 「芥川龍之介と洗馬 小説『庭』と井岡と場所」

定員 60人（先着順）

申込開始日 8月22日(日)

共通事項
 参加費 無料

※展示「戦時中の出版を知る」以外のイベントは、申し込みが必要です。電話、メール ☎Toshio@city.shiojiri.gijp または図書館本館力ウンターでお申し込みください。（水曜日は休館）

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

子育て

問 子育て支援センター
 ☎33382

赤ちゃんを産み育てるための心構え、心の準備など大切なお話です。ご家族も一緒に参加いただけます。

ママニティママ&パパの応援教室

問 子育て支援センター
 ☎33382

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

日時 9月11日(土) ① 9月16日(木)（2日で1コース）

時間 午前10時～正午

場所 ①市民交流センター3階多目的ホール ②北部交流センター「えんてらす」1階101、102会議室

内容 ①妊娠・出産前後の心と体について助産師の話 ②先輩ママとの交流会

定員 20組（先着順）

持ち物 母子手帳、筆記用具、飲み物、ひざ掛け（必要に応じて）

申込締め切り日 9月4日(土)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

※託児（無料）を希望する人は、申込時にお伝えください。

0歳児のじょうじ「はらひん」だっこの会

問 北部子育て支援センター
☎7701

赤ちゃんとのお母さんとの関わり方を学び、お母さん同士が交流する会です。
対象 令和3年9月1日現在、3〜12カ月の赤ちゃんと保護者
期日 9月2日(木)・9日(木)・13日(月)(全3回)
時間 ○第1部 午前10時〜10時40分
 ○第2部 午前11時〜11時40分
場所 北部交流センター「えんてらす」1階101・102会議室
内容 ふれあい遊び、簡単な手作りおもちゃの制作など
定員 各回10組(先着順)
参加費 無料
持ち物 バスタオル
申し込み方法 次のコードからお申し込みください。



▲第1部



▲第2部

申込期間 8月9日(月)午前8時〜27日(金)

※初めて受講する人を優先します。受講経験のある人は8月23日(月)以降にお申し込みください。

親子であそぼ「親子体操」

問 こども広場
☎6660

親子で楽しく触れ合いながら、さまざまな運動用具を使って親子体操を楽しみます。
対象 こども広場に登録している親子(3歳〜6歳)
 ※登録は当日もできます。免許証など本人確認ができるものと登録料300円をお持ちください。
期日 8月28日(土)
時間 ○第1部 午前10時半〜11時
 ○第2部 午前11時〜15分
 ○第3部 午前11時45分〜15分(内容は同じ)

秋のシリゼミ出店者募集

問 シリゼミの会(草野)
☎070-3139-6194

シリゼミは、毎年春・秋に行う市内中小零細個人事業主の有志によるイベントです。販売や体験を通して、店と街の活性化を目指しています。

開催日

○シリゼミマルシェ
10月17日(日)

○秋のシリゼミ 11月中

※詳細は塩尻商工会議所ホームページをご覧ください。



塩尻商工会議所ホームページ



場所 こども広場

内容 サークット親子体操(マット・平均台・トンネルなど)、ビニール袋で親子体操(しっぽとり、風船バレー、つな引きなど)

講師 徳原 聡さん(健康運動士)

定員 各回親子10組(先着順)

参加費 無料

持ち物 飲み物、汗拭きタオル

申し込み方法 左のコードからお申し込みください。



▲第1部



▲第2部

申込期間 8月9日(月)午前10時〜26日(木)

伝言板

問 きましょー! たのめの里

たのめの里を広め隊(梅田)
☎0800-119571-9996

地域の魅力を楽しめるマルシェと謎解きゲームを開催します。マルシェは無料で参加可能です。

日時 9月11日(土) 午前10時半〜午後3時半

場所 北小野支所

謎解きゲーム
対象 30分以上歩ける子どもとその保護者(1チーム5人まで)
参加費 1チーム1000円

(保険料、地図代など)

申し込み方法 QRコードからお申し込みください。



申込締め切り日 8月31日(火)

問 塩尻ライオンズクラブ
☎5510

期日 8月25日(水)

時間 ○午前9時半〜11時半
 ○午後1時〜3時半

場所 ウィンブロード正面入口

献血の種類 全血(400ミリリットル)

シルバー人材センターからのお知らせ

問 塩尻地域シルバー人材センター
☎544567

シルバー人材センター入会説明会

60歳以上の健康で働く意欲のある人を対象とした説明会です。
期日 8月17日(火)

時間 午後1時半から

場所 塩尻地域シルバー人材センター

※申し込み、参加費は不要です。シルバー刃物研ぎ屋さん

家庭にある包丁、鎌、剪定ばさみなどを研ぎます。

期日 8月10日(火)・17日(火)・23日(月)

時間 午前8時半〜11時

場所 塩尻地域シルバー人材センター(17日(火)のみ吉田支所)

※申し込み、参加費は不要です。スマートフォン初級者向け講座

期間 9月〜11月の水曜日(月3回、全9回開催)

時間 午前9時半〜正午

場所 塩尻地域シルバー人材センター

定員 10人(最少催行人数5人)

受講料 9000円(別途教材費1000円)

申込締め切り日 8月19日(木)

※品物の契約は先着順とさせていただきます。市ホームページで情報を随時更新しています。トップページ「組織から探す」[市民生活事業部][生活環境課]のページからご覧ください。