

令和4年度 塩尻市国保特定健診 などのお知らせ

体調不良（風邪症状、発熱、倦怠感）の場合は、新型コロナウイルス感染症を疑い、受診を見合わせましょう。

健康づくり課健康推進係
☎ 0263-854 ページ ID:0002979

Ⅱ 塩尻市国保特定健診

	集団健診	医療機関健診
対象	25～74歳の市国民健康保険加入者 (昭和23年4月1日～平成10年3月31日に生まれた人)	
時期	9月～令和5年1月のうち27日間	6～9月
場所	各保健福祉センター、 各支所など	市指定医療機関（右表参照）
料金	500円	
送付時期 など	○8月上旬 ピンク色の封筒で集団健診用 の問診票を発送	○5月下旬 ピンク色の封筒で医療機関健診 用の問診票と受診券を発送
健診内容	診察、問診、身体測定、血圧測定、血液検査、検尿、心電図 ※心電図は、25～29歳の人を除きます。 ※結果に応じて、眼底検査を実施する場合があります。	
健診結果 の 返却方法	受診日から1カ月半～2カ月後を目安に、 次の方法でお伝えします。	
	○結果相談会 ○訪問 ○郵送 など	○訪問 ○郵送 など

■市指定医療機関（50音順）

必ず電話でお申し込みください。

赤羽医院
今井医院
桔梗ヶ原病院
広仁堂医院
こしはら内科クリニック
こまくさ野村クリニック
しいな医院
塩尻協立病院
塩尻病院
しおはら小児科・皮膚科ク リニック
清水外科胃腸科医院
たなべ泌尿器科クリニック
種山医院
中村病院
中山外科内科
奈良井医院
ひろおか上條クリニック
ひろおかさくらレディース ウィメンズクリニック
ふるや内科クリニック
穂苅整形外科 リウマチクリニック
松本歯科大学病院
緑ヶ丘青木医院
三村医院
百瀬医院
横山内科医院
両小野診療所(辰野町)

Ⅱ 後期高齢者健診

後期高齢者医療保険加入者を対象に、市指定医療機関で行う「医療機関健診」と各地区で行う「集団健診」を実施します。申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

人間ドックなどの受診者に補助金を交付します

- 問 ○市国民健康保険加入者 市民課国保年金係（☎ 02772）
○後期高齢者医療保険加入者 健康づくり課健康推進係（☎ 02854）

■対象および補助額

- 市国民健康保険加入者（35～74歳）
・日帰り 1万5千円 ・1泊2日 2万円 ・脳ドック 1万円
○後期高齢者医療保険加入者
・日帰り 1万円 ・1泊2日 1万円 ・脳ドック 5千円

※令和4年度に市国保特定健診または後期高齢者健診を受診した人は申請できません。令和4年4月1日(金)～5年3月31日(金)受診分は、5年3月31日(金)までに申請してください。

※申請期間間際の受診で、受診結果表がお手元に届いていない場合は、先に領収証などを持って申請いただき、後日受診結果表を提出してください。

研究のための歯科健診・唾液検査（無料）にご協力ください

問 健康づくり課保健予防係 ☎ 02858

歯周病と全身の健康状態の関連を検証するために、信州大学と共同で集団健診会場にて歯科健診と唾液検査を実施します。ぜひご協力ください。

※一部、市外医療機関でも受診可能です。詳細はお問い合わせください。

児童手当制度の変更点について

問 福祉課地域福祉係
☎内線 2165 ページID:0022186

令和4年6月から児童手当制度が変更になります。

■現況届の提出が不要になりました（一部を除く）

所得や仕事の状況については例年同様確認させていただきますが、事務の簡素化や、受給者の皆さんの利便性向上を図るため、毎年6月に提出いただいていた現況届を省略することになりました。

※DV被害などの理由で、住民票が実際の住所と違うなど、現在の状況が把握できない場合や、今までの状況に変化があった場合には、今まで通り提出していただくことがあります。

■所得上限限度額が新たに設定されました

支給要件の見直しにより、新たに設定された所得上限限度額以上の所得がある場合は、児童手当の支給対象から外れることになりました。

■限度額

扶養親族等の数	①所得制限限度額 特例給付（児童1人5,000円）		②所得上限限度額（新） 児童手当などが支給されません	
	所得額	収入額の目安	所得額	収入額の目安
0人	622万円	833.3万円	858万円	1071万円
1人	660万円	875.6万円	896万円	1124万円
2人	698万円	917.8万円	934万円	1162万円
3人	736万円	960万円	972万円	1200万円
4人	774万円	1002万円	1010万円	1238万円
5人	812万円	1040万円	1048万円	1276万円

※扶養親族等の数は、所得税法上の同一生計配偶者および扶養親族（里親などに委託されている児童や施設に入所している児童を除きます。以下、「扶養親族等」といいます。）ならびに扶養親族等でない児童で前年の12月31日において生計を維持したものの数をいいます。扶養親族等の数に応じて、限度額（所得額ベース）は、1人につき38万円（扶養親族等が同一生計配偶者（70歳以上の者に限り）または老人扶養親族であるときは44万円）を加算した額となります。

※「収入額の目安」は、給与収入のみで計算しています。あくまで目安であり、実際は給与所得控除や医療費控除、雑損控除等を控除した後の所得額で所得制限を確認します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

6月10日（金）から所得課税証明書を発行します

問 税務課市民税係
☎内線1132 ページID:0003224

令和4年度の市・県民税の課税額や、令和3年1月～12月の所得額などが記載された所得課税証明書は、6月10日（金）から発行開始です。

■発行場所 市役所1階税務課、各支所、えんぱーく

※えんぱーくでは、一部の証明書は、本人または現在市内で同一世帯の親族のみへの発行となります。（最新年度のみ発行可能）

■発行手数料 1通300円

■持ち物 運転免許証などの本人確認書類

※市内で同一世帯の親族以外の方が証明書を請求する場合は、本人からの委任状が必要です。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。

算数検定・英語検定などの受検料を補助します

問 教育総務課学校支援係
☎②0830 ページID:0002776

市教育委員会では、算数検定・英語検定などの受検料を補助しています。

■対象 小・中学生

※北小野地区に住む小学生は、辰野町にお問い合わせください。

■対象検定 算数・数学検定、英語検定、TOEIC など

■補助金額 受検料から1,000円を引いた額（1年度に1回のみ支給）

■申請方法 市ホームページにある申請書に記入の上、領収書および受検結果証明の写しと一緒に塩尻総合文化センター1階市教育委員会に提出してください。

■申請期限 受検結果証明を受領してから最長2カ月以内

※詳細は市ホームページをご覧ください。

i お知らせ

私立学校などの小・中学生
就学援助費問 教育総務課学校支援係
☎②0830 ページID:0002883

市内小・中学校以外でも、私立、県立、国立小・中学校の児童・生徒がいる市内の世帯が経済的に困窮している場合、就学に関する費用を援助します。

■申請期限 6月17日（金）

※所得要件などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

※北小野地区に住む小学生は、辰野町にお問い合わせください。

スマホやパソコンで気軽に認知症
のチェックをしてみませんか問 長寿課介護予防係
☎内線2133 ページID:0002736

「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」「知っている人の名前を思い出せない」こんなことはありませんか。

市ホームページ「シニア・福祉」→「介護予防」→「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。右のコードからもアクセス可能です。



家族そろっていただきますの日

問 健康づくり課保健予防係
☎内線2142 ページID:0003423

毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」です。この日を「家族そろっていただきますの日」として取り組んでみませんか。

昔は当たり前だった家族そろっての食事ですが、今ではその機会が減っています。家族と食事をするこは、マナーや感謝の心を学び、家庭の味や郷土の食文化を伝える機会になります。また、お互いの体や心の調子を確認できるため、健康の維持・増進につながります。

食育の基本は家庭です。この機会に、家族と食事をする日を増やしてみませんか。

※今月号に掲載している情報は、5月20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可能性があります。

☎…部署直通電話番号

ページID…市ホームページでIDを入力すると該当ページが表示されます。

くらしの情報

市外局番「0263」は省略しています。

道の駅木曽ならかわに農産物を納入できる生産者を募集

問 道の駅木曽ならかわ
☎0264③3888

道の駅木曽ならかわの農産物直売スペースで販売してみませんか。

■対象（個人・法人不問）

- 道の駅木曽ならかわに農産物を納入できる生産者
 - 週末に開催しているマルシェで農産物を直接販売できる生産者
- ※詳細はお問い合わせください。

令和5年度に採用する松本広域連合消防職員（上級）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（上級）
 - 資格 平成6年4月2日～平成13年4月1日に生まれた人で、大学卒業程度の学力を有する人
 - 採用人数 若干名
 - 第1次試験 6月26日(日)
 - 試験内容 教養、適性、体力試験
 - 申し込み方法
松本広域連合および松本広域消防局ホームページにある試験申込書などに記入の上、簡易書留で郵送してください。（持参は不可）
 - 郵送先
〒390-1401 松本市波田4417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
 - 申込期間 6月3日(金)～10日(金)(必着)
- ※試験案内、申込書の郵送を希望する人は、140円切手を貼り自分の宛て名を明記した角型2号の返信用封筒を同封し、赤字で「試験案内希望」と明記の上、松本広域連合事務局総務課宛てに請求してください。

募集

塩尻市都市計画マスタープラン等策定委員会の委員を募集

問 都市計画課計画係
☎②0689 ページID:0002196

塩尻市都市計画マスタープランなどの策定に係る策定委員会の委員を募集します。

- 資格 市内に在住する18歳以上で、平日の会議（年4回程度）に出席できる人
- 任期（予定） 4年9月～6年9月
- 募集人数 1～2人（申し込み多数の場合は、書類審査により選考）
- 申し込み方法
任意の様式に「住所」「氏名」「年齢」「職業」「電話番号」を記入の上、応募動機を200字程度にまとめ、メール（✉toshi@city.shiojiri.lg.jp）または市役所2階都市計画課へ直接提出してください。
- 申込締め切り日 6月30日(木)

えんてらすに自動販売機を設置する事業者を募集

問 えんてらす
☎⑤0305 ページID:0004297

えんてらすに自動販売機を設置する事業者を募集します。

- 設置期間 令和4年8月22日(月)～7年8月31日(日)
 - 事業者決定方法
提出された応募書類を確認し、応募資格要件を満たすと認められた者による入札
 - 募集期間 6月21日(火)～7月8日(金)
- ※応募資格などの詳細は、6月1日(火)から市ホームページおよび広丘支所で募集要領を公開します。

2000-2001年ミレニアムイベントのタイムカプセルの収納品をお返ししています

問 企画課企画係
☎⑤0757

2000-2001年に実施したミレニアムイベントの一環で、塩尻情報プラザに埋設したタイムカプセルは、5月に実行委員が掘り起こしを行い、本人や家族への手紙を当時記載された住所へ5月下旬に郵送でお返ししています。当時記載した住所と現住所が違い不達となっている人は、一時保管しておりますので、次のとおり受け取りをお願いします。

- 返却期間（保管期間） 9月30日(金)まで
 - 受付時間 平日午前8時半～午後5時15分
 - 場所 市役所3階企画課
- ※本人が確認できる書類（免許証など）をご持参ください。

狩猟免許の取得費を補助

問 農林課林業振興係
☎内線1286 ページID:0003575

市では、有害鳥獣対策のため、狩猟免許（わな猟）を取得するための費用と、鉄砲所持許可取得費用を補助します。

■補助対象

市内に住所を有し、当該年度までに狩猟者登録を行い、市の有害鳥獣駆除に従事することができる人
※鉄砲所持許可取得のための補助金は、現在、第1種銃猟免許所持が対象です。

■補助対象経費

○わな猟

初心者狩猟免許試験講習費（テキスト代含む）、狩猟免許試験手数料、狩猟者登録手数料（狩猟税は除く）、猟友会会費（市猟友会を除く）、ハンター保険料

○鉄砲所持許可

医師の診断書料、射撃講習経費（弾代含む）、事故防止用具経費（帽子、ベストなど）、ハンター保険料

※詳細は市ホームページをご覧ください。

放置自転車を撤去します

問 都市計画課計画係
☎⑤0689 ページID:0002899

市内の駅前駐輪場に放置されている自転車を撤去します。自転車を置いたままの人は撤去日までに持ち帰りください。



なお、撤去日以降は放置自転車の返還には、移送や保管などに掛かった費用として条例により返還時に1,000円を徴収します。

■撤去対象自転車

撤去予定日の2週間前に取り付けた警告書が外されていない自転車

■場所

塩尻駅前駐輪場、広丘駅前駐輪場、みどり湖駅前駐輪場、洗馬駅前駐輪場、日出塩駅前駐輪場、賛川駅前駐輪場、木曽平沢駅前駐輪場、奈良井駅前駐輪場

■撤去予定日 6月30日(木)

がん検診が始まります

問 健康づくり課健康推進係
☎ ⑤0854

ご自身やご家族の健康な毎日のために、がん検診を受けましょう。申し込んだ人には5月末までに検診票を送付しています。これから受診を希望する人は、電話またはながの電子申請からお早めにお申し込みください。

※当日に発熱や風邪症状がある人は受診をお控えください。 ▲申請は
※詳細は市ホームページまたは案内通知書をご覧ください。 こちらから



肺レントゲン (肺がん・結核) 検診 (集団)

- 対象 40歳以上
※定期的に胸部検査をしている人、妊娠している人、市のCT検診を受診予定の人は対象外です。
- 期間 6月24日(金)～7月15日(金)のうち16日間
- 料金 無料

乳がんマンモグラフィ検診 (集団)

- 対象 40～74歳の女性で、受診日に片丘・広丘・吉田・高出に住んでいる人
- 期間 6月13日(月)～12月21日(水)のうち15日間
- 料金 2,000円



乳がんエコー検診 (医療機関)

- 対象 30歳以上の女性
- 期間 6月1日(水)～5年1月31日(火)
※医療機関によって異なります。

- 料金 2,000円
※受診可能な医療機関は、市ホームページをご覧ください。

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
☎ ⑤0993 ページID:0001042

今回はボッチャ、ファミリーバドミントン、ワンバウンドふらば～るバレーを中心に楽しめます。

■日時 6月25日(土)
午後1時半～4時

■場所 市立体育館

■持ち物 上履き

※申し込み、参加費は不要です。
※開催日前日、感染警戒レベルが5以上の場合は中止となります。
※中止などのお知らせは市ホームページをご覧ください。

「叫ぶ芸術」ポスター展

問 社会教育スポーツ課共生推進係
☎ 内線3151 ページID:0017889

男女平等や女性の権利獲得のために立ち上がった世界の女性たちの強烈なメッセージが掲載されたポスター展を開催します。

■期間および場所

○えんぱーく1階 6月23日(木)～30日(木) (水曜日は休館)

○えんてらす1階

7月1日(金)～7日(木)

スポレクバイアスロン大会

問 社会教育スポーツ課スポーツ推進係
☎ ⑤0993 ページID:0001042

■参加資格 市民

■日時 6月18日(土) 午前8時受付開始

■場所 塩尻東小学校

■種目 ファミリーバドミントン、ボッチャ

■チーム編成

1チーム3～4人 (男女混合可)

■定員 12チーム (先着順)

■参加費 1チーム1,500円 (当日集金)

■持ち物 上履き、飲み物、タオル

■申し込み方法

塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課スポーツ推進係にある申込用紙に記入の上、お申し込みください。申込用紙は、各支所、市立体育館にもあります。

■申込締め切り日 6月10日(金)



令和5年4月に採用する松塩地区広域施設組合職員(技術系職員)を募集

問 松塩地区広域施設組合総務課
☎ ④2674

■募集する職種

土木、建築、機械、化学

■受験資格

昭和57年4月2日～平成15年4月1日生まれの人で、大学・高専卒業程度の学力を有する人

■採用人数 若干名

■第1次試験 6月26日(日)

■試験内容 教養、適性、専門試験

■申し込み方法

松塩地区広域施設組合ホームページ (<http://www.mcci.or.jp/www/matukuri/>)にある受験申込書に記入の上、簡易書留で郵送してください。(持参は不可)

○郵送先

〒390-0851 松本市大字島内7576番地1 松塩地区広域施設組合総務課宛て

■申込期間

6月3日(金)～13日(月) (必着)

※試験案内、申込書の郵送を希望する人は、140円切手を貼り自分の宛て名を明記した角型2号の返信用封筒を同封し、赤字で「試験案内希望」と明記の上、松塩地区広域施設組合総務課宛てに請求してください。

催し

国営アルプスあづみの公園 自然観察会

問 自然博物館
☎ ⑤6342 ページID:0020801

■日時 7月9日(土) 午前9時～午後3時 (雨天中止)

■集合場所 塩尻消防署南側駐車場
※バスで移動します。

■観察地 国営アルプスあづみの公園 (堀金・穂高地区)

■定員 20人 (先着順)

■参加費 無料

■持ち物 メモ用具、昼食、飲み物、マスク、手袋、雨具など

■申込開始日時

6月10日(金) 午前9時

※電話でお申し込みください。(月曜日と祝日の翌日は休館)

漆塗り体験講座

問 木曽漆器館 ☎0264③1140
ページID:0003834

漆工町である木曽平沢で、木曽漆器の漆塗りを体験しませんか。

- 対象 漆塗り初心者
 - 期日 6月28日(火)～9月27日(火)
(全10回)
 - 時間 午前9時半～正午
 - 場所 木曽漆器館
 - 講師 荻村 幸稔さん
(元伝統工芸士会会長)
 - 定員 8人(先着順)
 - 参加費 5,000円(材料費)
 - 申込開始日 6月1日(火)
- ※電話でお申し込みください。(月曜日は休館)

第1回広丘学びのカフェ

問 広丘公民館 ☎内線5312
ページID:0008240

身近な社会問題やSDGsについて学べる講座です。

- 日時 7月16日(土) 午後2時から
 - 場所 えんてらす 1階101・102会議室
 - 演題 「感謝されるJICAシニア海外ボランティアの感動体験」
 - 講師 茅野 勝彦さん(JICAシニア海外ボランティア)
 - 定員 50人(先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込開始日 6月8日(水)
- ※電話でお申し込みください。

第48回自然科学講座 「おもしろい昆虫の話2」

問 自然博物館 ☎③6342 ページID:0003830

昆虫たちの面白い姿、生き方、不思議なことを楽しく語っていただきます。

- 日時 6月25日(土)
午後2時～3時半
 - 場所 塩尻総合文化センター 2階大会議室
 - 講師 藤山 静雄さん(信州大学理学部特任教授)
 - 定員 30人(先着順)
 - 申込開始日時 6月10日(金)
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)

アレコレ知りたい～ライフプラン講座～

問 市民交流センター市民活動支援係 ☎③3350

これからの自分の人生設計について考えたいけれど、どうすればいいのか分からないといった不安は、専門家から話を聞いて解消しましょう。

- 日時 6月19日(日)
 - 1回目 午前10時～11時半
 - 2回目 午後1時半～3時
 - 場所 えんぱーく 3階会議室304・305
 - 講師
 - 大沼田 正樹さん(大沼田経営会計事務所)
 - 瀧澤 重人さん(ディアパートナー行政書士・FP事務所)
 - 定員 各回15人(申し込み多数の場合は抽選)
 - 参加費 無料
 - 申し込み方法
- 右のコード(ながの電子申請)でお申し込みください。
- 申込期間 6月4日(土)～12日(日)
- ※抽選結果は、メール(✉collabo@city.shiojiri.lg.jp)でお知らせします。



山のお宝事業参加講習会(チェーンソー安全講習)

問 塩尻市森林公社 ☎③6733

山の手入れをしたい人、薪ストーブ用の薪を作りたい人などに向けて、実践を通して学べる半日の講習会を開催します。気軽に参加できるプログラムで、座学やチェーンソーの安全な使い方を一緒に学びませんか。



- 対象 市内在住の人
 - 期日 7月6日(水)(雨天時は7日(木))
 - 時間 ○第1回 午前9時～11時半 ○第2回 午後1時半～4時
 - 場所 宗賀(本山)ステーション(宗賀4567番地)
 - 内容
 - 座学 伐木作業に関する基礎知識、チェーンソーの基本操作
 - 演習 チェーンソーによる玉切(造材)の演習、チェーンソーによる伐倒演習(受け口および追い口切り練習)、チェーンソーの整備
 - 講師 森林公社職員
 - 定員 各回8人(先着順)
 - 参加費 500円(保険料および資料代)
 - 申し込み方法 ファクス(☎③6744)、メール(✉forest@shiojiri.com)または電話でお申し込みください。
- ※講習会終了後、山のお宝ステーション事業の参加登録証および受講証をお渡しします。
- ※詳細は、森林公社ホームページ(☎ http://forest.shiojiri.com/)をご覧ください。



パソコン基礎講座

問 市民交流センター市民活動支援係
☎⑤3350

7月 Excel2019後半【★★★★☆☆】★印は難易度です。

- 対象 Excelの経験がある人
- 期日 7月4日(月)・5日(火)・7日(木)・8日(金)
- 内容 「Excel2019前半」と同じテキストの後半部分(印刷、グラフ、データベース)を学習
- 受講料 2,400円(別途テキスト代2,200円)
- 申込締め切り日 6月17日(金)

7月 暮らしの文書～パワーポイントアルバム編～【★★★★☆☆】

- 対象 マウス操作と日本語入力ができる人
- 期日 7月25日(月)
- 内容 Powerpoint2019を使ってアルバムを作成しよう
- 受講料 600円(別途テキスト代150円)
- 申込締め切り日 7月8日(金)

共通事項

- 時間 午前10時～正午
- 場所 えんぱーく2階ICTルーム
- 定員 各回15人(先着順)
- 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」をご記入の上、講座名に「7月」と明記してお申し込みください。電話でのお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

初心者対象陶芸教室

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ受付) ☎⑤5520

地元の陶芸家、原民雄先生をお迎えし、初心者用の陶芸教室を開催します。

粘土の練り方から作陶の基本を習います。今回は作陶のみで、釉薬掛けは先生にお願いします。

- 期日 6月25日(土)・26日(日)
- ※2日間で1コースです。
- 時間 午前10時～午後4時
- 場所 本洗馬歴史の里資料館
- 定員 8人(先着順)
- 参加費 3,000円(材料費。釉薬掛け本焼まで含む)
- 申込開始日 6月3日(金)
- ※電話でお申し込みください。
- ※完成品のお渡しは、7月末頃を予定しています。

釜井庵寺子屋塾 「熊谷岱蔵博士と洗馬」

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ受付) ☎⑤5520

インシュリンを発見した熊谷岱蔵博士は、結核の神様、文化勲章受章者として知られていますが、代々続いた本洗馬村熊谷医家の五代目でもあります。博士の洗馬との関わりを中心に話しし、「熊谷イズム」の源についても考えてみます。

- 日時 6月19日(日)
午後1時半～3時
- 場所 洗馬支所
- 講師 中原 文彦さん(前本洗馬歴史の里資料館学芸員)
- 定員 40人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込開始日 6月3日(金)
- ※電話でお申し込みください。

県生涯学習推進センター講座

問 県生涯学習推進センター
☎⑤8822

子どもが見るネット端末の世界

- 日時 6月17日(金)
午後1時15分～4時10分
- 講師 塩田 真吾さん(静岡大学教育学部准教授)
- ※講師はオンラインで参加します。
- 定員 200人(先着順)

公民館・社会教育・生涯学習入門

- 日時 6月27日(月)
午前9時45分～午後4時
- 講師 松田 武雄さん(松本大学総合経営学部教授)
- 定員 150人(先着順)

共通事項

- 場所 県生涯学習推進センター、Zoomによるオンライン参加
- ※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

ミズノスポーツ塾

問 ユメックスアリーナ
☎⑤3800

楽しく体を動かしながら鉄棒の前回り、逆上がりの苦手克服を目指す教室です。



- 対象
○幼児クラス 年中～年長児
○児童クラス 小学1～3年生
- 期日
○無料体験会 6月14日(火)・28日(火)
○第1クール 7月12日(火)～9月27日(火)(全6回)
- 時間
○幼児クラス 午後4時半～5時半
○児童クラス 午後5時45分～6時45分
- 場所 ユメックスアリーナサブアリーナ
- 講師 ミズノスタッフ
- 定員 各15人(先着順)
- 参加費 各クラス5,500円(保険代など全6回分)
- 持ち物 室内用の運動靴、運動できる服装、タオル、飲み物
- 申し込み方法 ユメックスアリーナ受付でお申し込みください。
- 申込開始日 6月5日(日)

子育て

おでかけ支援センター 「外気にふれて遊ぼう!」

問 北部子育て支援センター
☎07701

季節の風を感じながら、親子で外遊びを楽しんでみませんか。

■対象 市内在住の3歳まで（平成31年4月2日以降の生まれ）の外を歩けるお子さんとその保護者（兄弟で参加希望の場合は要相談）

■日時 6月27日(月) 午前10時～11時（雨天中止）

■場所 塩尻北部公園（松林に集合）

■定員 12組（申し込み多数の場合は抽選）

■持ち物 動きやすい服装、帽子、飲み物、着替え

申し込み方法

右のコード（ながの電子申請）からお申し込みください。



■申込期間 6月2日(休)午前8時～23日(休)午後5時

0歳児の集い「にこにこだっこの会」

問 北部子育て支援センター
☎07701

赤ちゃ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4年6月1日現在、3～12カ月の赤ちゃんと保護者

■期日 6月21日(火)・30日(休)、7月8日(金)（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 えんてらす 1階101・102会議室

■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

右のコード（ながの電子申請）からお申し込みください。



▲第1部



▲第2部

■申込期間 6月5日(日)午前8時～19日(日)午後5時

※初めて受講する人を優先します。受講経験のある人は6月13日(月)以降にお申し込みください。

大人向けワークショップ 「自分だけの和綴じ本を作ろう」

問 市立図書館 ☎03365

■対象 小学4年生以上

■期日 7月9日(出)

■時間 ○午前の部 午前9時半～午後0時半 ○午後の部 午後1時半～4時半

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■講師 鈴木 信さん

■定員 各回15人（先着順）

■参加費 500円（材料費）

■申し込み方法 市立図書館本館カウンターまたは電話で申し込むか、「氏名(フリガナ)」「電話番号」「お住まいの地区」を記入の上、メール（☎ tosho@city.shiojiri.lg.jp）でお申し込みください。（水曜日は休館）

■申込開始日 6月5日(日)

シニア向け図書館活用講座

問 市立図書館 ☎03365

新しくなった図書館ホームページの便利な機能を知って、図書館を使いこなしてみませんか。

■日時 6月14日(火)
午後1時半～3時

■場所 えんぱーく 2階 ICT ルーム

■定員 15人（先着順）

■参加費 無料

■申し込み方法 市立図書館カ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 6月2日(休)

台風、風水害の 備えを万全に

台風、風水害は気象情報などにより、ある程度の予測が可能です。情報を基に対応することで、被害を未然に防いだり、軽減することができます。

局地的な集中豪雨などは、予測が難しく短い時間で大きな被害が出るため、素早く判断して行動をしなければなりません。重大な被害が発生する恐れがあるときは、「警報」や「特別警報」が発表さ

図書館

ビジネス情報相談会

問 市立図書館
☎03365 ☎03369

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。

■期日 6月2日(休)・9日(休)・23日(休)

■時間 午前10時～午後6時

■場所 えんぱーく 3階会議室303

■定員 受付時間内で1人1回1時間（先着順）

■参加費 無料

■申し込み方法 市立図書館カウンターまたは図書館ホームページ（☎ <https://www.library-shiojiri.jp/>）にある申込用紙を記入の上、メール（☎ ay1631@city.shiojiri.lg.jp）またはファクスでお申し込みください。（水曜日は休館）

企画展示「工芸の五月 子ども椅子展 2022～かわいい椅子には旅をさせよ～」

問 市立図書館 ☎03365

工芸の五月との共催企画です。木工作家が作った子ども椅子約50脚を図書館内に設置します。見てかわいい、座って楽しい椅子の展示をお楽しみください。

■期間 6月2日(休)～26日(日)
（水曜日は休館）

■場所 えんぱーく 1階図書館太陽のコート

■入場料 無料

問 塩尻消防署 ☎0119
広丘消防署 ☎03010
木曾消防署北分署（樺川地区）
☎026403119

れます。最新の情報を入手するとともに、「高齢者等避難」や「避難指示」が発表された場合は、速やかに安全な場所へ避難してください。

また、台風や大雨のときに河川や用水路に近づくことは、大変危険ですので絶対にやめましょう。避難場所や地域の危険箇所の把握に努め、日ごろから、風水害への備えを心掛けましょう。

同時開催

「叫ぶ芸術ポスターに見る世界の女たち」

■期間 7月8日(金)～17日(日)
(月曜日は休館)

■場所 レザンホールプロムナード

家族みんなでわくわく多言語
～自然に育むことばと心～

問 ヒップファミリークラブ塩尻 (金子)
☎080-3240-7787

多言語が自然に育つ環境づくりを、40年に渡り実践してきたヒップファミリークラブの経験と、最新の脳科学の視点から「自然に育むことばと心」についてお伝えします。

■日時 6月19日(日) 午前10時～正午

■場所 Zoomによるオンライン開催

■講師 酒井 邦嘉さん

(東京大学大学院教授)

■申し込み方法

右のコードからお申し込みください。



■申込締め切り日時

6月17日(金) 午後5時半

※オンライン講演会が初めての人は、事前に接続方法をサポートしますので、申込時にお知らせください。

■市・県民税納期限 6月30日(木)

■上下水道料金納期限 6月30日(木)

4年5月20日現在



エコ・エコリサイクル

問 生活環境課廃棄物対策係 ☎内線1111

ゆずります

ベビーカー(コンビ)	中古	無料
セミダブルベッドフレームとマットレス(シモンズ製)		
ゴルフアイアンセット、バッグ、ボール(30個)		

ゆずってください

草刈り機(可能ならバッテリー式)	中古	無料・格安
耕運機		
広丘小学校体育着(140サイズ上下)		

※品物の契約は先着順です。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「くらし・手続き」「ごみ・衛生」「ごみ・リサイクル」のページからご覧ください。

作ってあ・そ・ぼ「手形・足形アート」

問 こども広場 ☎③6660

色紙にお子さんの手形や足形をとり、動物に見立てたり、周りを飾ったりして手形・足形アートを作ります。

■対象

こども広場に登録している親子
※当日登録もできます。登録料300円と本人確認ができる物(運転免許証など)をお持ちください。
※初めて受講する親子を対象とします。

■日時 6月25日(土)

○第1部 午前10時15分～11時

○第2部 午前11時15分～正午

■場所 こども広場木育コーナー

■講師 井出 敏江さん
(ペタペタアートアドバイザー)

■定員 各回親子10組(先着順)

■参加費 子ども1人につき
500円(材料費)

■持ち物 タオル

■申し込み方法 下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 6月2日(木)午前8時～10日(金)午後5時

① 相談

「インボイス発行事業者への登録申請」相談会

問 松本税務署個人課税第一部門
☎⑨3261

個人事業者のうち、主に消費税の課税事業者を対象とした相談会です。

■日時 6月22日(水)

午前10時～正午、午後2時～4時

■場所 松本市勤労者福祉センター
3-3会議室

■定員 各回60人(先着順)

※詳細はお問い合わせください。

① 伝言板

沢知恵弾き語りコンサート
「ありのままの私を愛して」

レザンプランナーズ(塚原)
☎⑧8721
問 女と男21ワーキンググループ(中野)
☎090-7200-8511

■日時 7月16日(土) 午後2時から
(午後1時開場)

■場所 レザンホール中ホール

■内容 アメイジンググレイス、ありのままの私を愛して ほか

■チケット(全席自由)

○前売り 2,000円

○当日券 2,500円

※電話でお申し込みください。

乳幼児の救急法

問 北部子育て支援センター
☎④7701

乳幼児の事故やけがに慌てないよう、救急法を学びませんか。

■対象 0歳から小学校に上がる前までのお子さんを育児中の保護者

■日時 6月18日(土)

午前9時半～11時半

■場所 えんてらす1階101・102会議室(託児は201・202会議室)

■講師 大倉 恵子さん(松本赤十字乳児院看護師長)

■定員 12人(先着順)

※1家族1人の参加にご協力ください。

■参加費 無料

■持ち物 大判ハンカチ、古ストッキング(腰まであるもの)、常温の保冷剤2個、飲み物、動きやすい服装

■申し込み方法

右のコード(ながの電子申請)からお申し込みください。



■申込締め切り日時 6月10日(金) 午後5時

※生後3カ月から小学校に上がる前の年度のお子さんの託児(無料)ができます。希望する人は、申込時に入力してください。

※初めて受講する人を優先します。受講経験がある人は、6月6日(月)以降にお申し込みください。