

令和
5年度

保育園などの入園手続きのご案内

令和5年4月以降の入園に向けた受け付けを開始します。入園を希望する人は、日程などをご確認の上、申し込み手続きをしてください。

問 こども課保育企画係
☎ ⑤0844

入園の申請について

入園の申請（24時間受付）

■期間 **10月1日**（土）
～**31日**（月） 午後7時半

9月下旬から、市ホームページ、各園、塩尻総合文化センター1階こども課で入園案内の資料を公開しますので、必ずご確認ください。

■申請方法

スマートフォン、パソコンからながの電子申請でお申し込みください。リンク先は入園案内に掲載します。

各園の住所、電話番号

■保育園

	園名	住所	電話番号
公立	塩尻東保育園	峰原173番地1	☎⑤7820
	みずほ保育園	長畝260番地	☎⑤0103
	大門保育園	大門四番町7番13号	☎⑤0485
	日の出保育園	広丘高出2073番地5	☎⑤7489
	宗賀中央保育園	宗賀2411番地1	☎⑤3380
	片丘保育園	片丘4933番地	☎⑤0486
	高出保育園	広丘高出1949番地1	☎⑤7819
	広丘野村保育園	広丘野村1788番地80	☎⑤7818
	吉田ひまわり保育園	広丘吉田1150番地6	☎⑤0607
	吉田原保育園	広丘吉田3037番地	☎⑤0608
	広丘西保育園	広丘原新田279番地5	☎⑤5430
	広丘南保育園	広丘郷原1245番地1	☎⑤0482
	妙義保育園	洗馬2535番地1	☎⑤7821
	北小野保育園	北小野2894番地1	☎0266④3602
	榎川保育園	木曽平沢1490番地	☎0264③2320
私立	よしだ保育園	広丘吉田498番地2	☎⑤4326

■認定こども園（保育園部分）

	園名	住所	電話番号
私立	サン・サンこども園 グレイスフル塩尻	大門八番町9番10号	☎⑤6214
	よしだ幼稚園	広丘吉田498番地1	☎⑤4312

■小規模保育所（3歳未満児対象）

	園名	住所	電話番号
私立	ひかりテラス保育園	広丘高出1819番地8	☎⑤8905
	みのむしのおうち	広丘吉田3198番地	☎⑧5310
	塩尻みらい保育園 ひろおかキッズ	広丘原新田147番地1	☎⑧5381
	郷原つつじ保育園	広丘郷原1765番地37	☎⑤8825

※保育園、認定こども園（保育園部分）、小規模保育所は、保護者が仕事や病気などの理由により、家庭で十分な保育ができないときに、保護者に代わってお子さんを保育する施設です。家庭で保育できるお子さんは入園ができませんので、ご注意ください。

※私立保育園、認定こども園（保育園部分）、小規模保育所における入園の要件や手続き、保育料の算定方法は公立保育園と同じです。

幼稚園などの入園受け付け

幼稚園などの入園手続きは、園によって異なりますので、各園にお問い合わせください。

■幼稚園に通うことができるお子さん

3歳児～5歳児

※満3歳児の受け入れを行っている園では、3歳の誕生日以降の入園が可能です。

※受け入れ時期は、各園にお問い合わせください。

※すべて私立園です。

※市外の幼稚園なども選択可能です。



	園名	住所	電話番号
幼稚園	塩尻幼稚園	大門七番町5番20号	☎⑤1893
	塩尻めぐみ幼稚園	大門七番町13番24号	☎⑤0748
認可外 保育所	自然ランド・バンバン	洗馬3703番地4	☎080-5143-0086
	ハートフルキッズ 広丘保育園	広丘原新田571番地5	☎⑧7102
認定 こども園	サン・サンこども園 グレイスフル塩尻 (幼稚園部分)	大門八番町9番10号	☎⑤6214
	よしだ幼稚園 (幼稚園部分)	広丘吉田498番地1	☎⑤4312

年金生活者支援給付金について

問 給付金専用ダイヤル ☎0570⑤4092

公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準以下である年金受給者の生活を支援するための制度です。

■対象者の要件

○老齢基礎年金を受給している人

65歳以上で世帯全員の住民税が非課税であり、前年の年金収入額（非課税年金は含まない）とその他所得額の合計が88万1,200円以下であること

○障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している人

前年の所得額が472万1,000円以下であること

※扶養親族などの数に応じて変動があります。

■新たに受給対象となる人

9月1日(木)から、請求書(はがき)が日本年金機構から順次送られますので、記載されている期限までに忘れずに提出してください。

※提出期限を過ぎた場合でも手続きは可能ですが、令和5年1月4日(水)までに請求書が届かなかった場合、受給できない月が発生します。

※既に受給している人は手続きの必要はありません。

信濃川水系河川整備計画(変更原案)に対するご意見と回答

問 国土交通省千曲川事務所調査課 ☎026-227-9434

信濃川水系河川整備計画(変更原案)に対する関係住民の皆さんからいただいたご意見と回答について、信濃川水系河川整備計画ホームページ(右のコード)に掲載しています。



※市役所2階建設課窓口でも同じ資料を閲覧できます。

i 募集

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 ☎0264④3888

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

○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

※個人・法人は問いません。

■場所 道の駅木曽ならかわ(木曾くらしの工芸館)

※詳細はお問い合わせください。

夜光反射材を配布

問 都市計画課計画係 ☎⑤0689

夕暮れ時、夜間における高齢者の交通事故防止施策の一環として、65歳以上の希望者に、夜光反射材を配布します。希望者は次の配布場所の窓口へお越しください。

■対象 65歳以上の市民(4年度に65歳になる人を含む)

■配布日 9月1日(木)から

■配布場所

○市役所2階都市計画課

○各支所・地区センター

■夜光反射材 タスキ型またはリストバンド型のどちらか1個

※在庫が終了次第、配布を終了します。

ユメックスアリーナの利用調整会議

問 社会教育スポーツ課スポーツ推進係 ☎④0993 ページID:0009613

令和5年度ユメックスアリーナ(塩尻市総合体育館)の早期仮予約の利用調整会議を行います。

■日時 11月17日(木) 午後7時から

■場所 塩尻総合文化センター2階大会議室

■申込期間 9月21日(木)~10月14日(金)

※詳細は市ホームページをご覧ください。

i お知らせ

令和4年就業構造基本調査にご協力を

問 企画課企画係 ☎⑤0757 ページID:0024889

就業構造基本調査は、国が実施する基幹統計調査で、5年に一度実施されます。

就業の状況や、育児・介護と仕事の両立などの実態を捉え、国や地方公共団体の雇用政策、経済政策などの行政施策に関する基礎資料として活用されます。

■調査期間 8月下旬~10月下旬

■調査基準日 令和4年10月1日

■調査項目

男女の別、出生の年月、育児・介護の有無、仕事の内容など

■調査対象

総務大臣が定める方法によって抽出された全国で約54万世帯(本市では22調査区、約330世帯の見込み)

■調査方法

調査員が調査対象となった世帯に調査票を配布し、「インターネットで回答する方法」、「郵送により調査票を提出する方法」または「調査員に調査票を提出する方法」のいずれかにより実施します。

秋の全国交通安全運動

問 都市計画課計画係 ☎⑤0689 ページID:0002894

外出機会の増加に伴い、交通事故の危険が増える時期です。

歩行者は、「止まる」「見る」「目立つ」を、ドライバーは「安全運転」を心掛けましょう。また、自転車に乗るときは、「ヘルメット」を着用しましょう。

■期間 9月21日(木)~30日(金)

■スローガン

「信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道」

■運動の重点

○子供と高齢者を始めとする歩行者の安全確保

○夕暮れ時と夜間の歩行者事故等の防止及び飲酒運転の根絶

○自転車の交通ルール遵守の徹底

○高齢運転者の交通事故防止

i 講座・教室

ユメックスアリーナイベント

問 ユメックスアリーナ
☎②3800

ミズノ・ウォーキング教室

基本の姿勢、腕の振り方などを学び、より気持ち良く歩く為のコツを練習します。

■対象 18歳以上

■日時 9月24日(土)
午前10時～11時半

■場所 ユメックスアリーナ多目的
広場(雨天時はサブアリーナ)

■講師 ミズノスタッフ

■定員 10人(先着順)

■参加費 550円(保険代など)

■持ち物 運動できる服装、運動靴、
タオル、飲み物

■申し込み方法 電話またはユメッ
クスアリーナでお申し込みください。

■申込開始日 9月8日(木)

信州ブレイブウォリアーズ バスケットボールスクール

バスケットボールスクールの令和
4年度第3期生を募集します。

■期日 9月30日(金)～12月23日(金)
(全8回)

■対象および時間

○初心者クラス(経験1年未満の
小学1～6年生)

午後6時～7時

○経験者クラス(経験1年以上の
小学4年生～中学1年生)

午後7時10分～8時40分

■場所 ユメックスアリーナサブア
リーナ

■講師 信州ブレイブウォリアーズ
アカデミーコーチ

■定員 各30人(先着順)

■参加費(1期8回分、オリジナル
Tシャツ代、保険代含む)

○初心者クラス 8,800円

○経験者クラス 1万1,000円

※初回のみ入会金3,300円を別途い
ただきます。

■持ち物

バスケットボール、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 電話確認後ユメッ
クスアリーナでお申し込みください。

■申込開始日 9月9日(金)

本洗馬歴史の里秋の企画展 「熊谷岱蔵」展

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、
祝日のみ受付) ☎⑤5520

江戸時代後期から本洗馬で代々医
者の家系だった熊谷家は、大正・昭
和前半に活躍した熊谷岱蔵を輩出し、
県で2人目となる文化勲章を受賞し
ます。岱蔵がわずかの時間差でノー
ベル医学賞を逃したといわれるイン
シュリンの発見から今年で100年。研
究者・臨床医・行政官としての3つの
面から熊谷岱蔵の業績を振り返ります。

■日時 9月2日(金)～10月30日(日)
(金～日曜日、祝日のみ開館)

■場所 本洗馬歴史の里資料館

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

誰でも手軽に楽しめるニュースポ
ーツで、日頃の運動不足を解消しま
しょう。親子での参加も大歓迎です。
今回は、ファミリーバドミントン、
ワンバウンドふらば～るバレー、ミ
ニバレーなどを中心に楽しみます。

■日時 9月10日(土)
午後1時半～4時

■場所 塩尻西小学校体育館

※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
などのお知らせはホームページをご
覧ください。

みんなの居場所MINI

問 中信子ども・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」。そんな気持ちが芽
生えたらとりあえず来てみませんか。

■対象 15歳以上

■日時 9月27日(火) 午後1時～3時

■場所 えんてらす2階203会議室

■定員 8人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 好きなマンガや自分で描
いたイラスト、カードゲーム、ボ
ードゲームなど(ある人)

■申し込み方法 前日までに電話で
お申し込みください。

i 催し

陶磁製の食器回収によるリユース およびリサイクル事業

問 衛生協議会連合会事務局
(生活環境課内) ☎②0679

循環型社会を築くための一環とし
て、家庭で不用になった陶磁製食器
を回収し、リユース(無料配布)お
よびリサイクル(原料化)を行います。

■日時 10月2日(日) 午前10時～正午
(雨天中止)

■場所 市役所北側駐車場

■食器の持ち込み条件

○陶磁製の食器のみ

○1世帯につき、段ボール2箱分
まで

○洗ってあるもので、水気を拭き
取ってあるもの(洗っていない
ものは回収不可)

○食器についているシール、ラベ
ル、ひもなどは取り除く

○市内の家庭から出たもののみ

9月9日は救急の日

問 塩尻消防署 ☎⑤0119
広丘消防署 ☎⑤3010
木曽消防署北分署(楢川地区)
☎0264③3119

9月9日は「救急の日」で
す。救急車の適正利用につい
て考えてみましょう。

本来、救急車の必要がない
人に対して救急車が出動する
ことで、本当に救急車を必要
とする人に対する救命処置が
遅れてしまいます。

救急車は大切な資源です。
救える命を守るため、ご協力
をお願いします。



自衛官などを募集しています

問 自衛隊松本地域事務所 ☎③2787

募集種目	応募資格	試験期日	申込締め切り日
自衛官候補生	18歳以上33歳未満の人	受付時または各自衛隊地方協力本部ホームページでお知らせします。	通年
防衛大学校学生（一般）	○18歳以上21歳未満の人 ○高卒者（見込み含む）または 高専3年次修了者（見込み含む）	○1次 11月5日(土)・6日(日) ○2次 12月6日(火)～10日(土)	10月26日(水)
防衛医科大学校医学科学生		○1次 10月22日(土) ○2次 12月14日(水)～16日(金)	10月12日(水)
防衛医科大学校看護学科学生 （自衛官候補看護学生）		○1次 10月15日(土) ○2次 11月26日(土)・27日(日)	10月5日(水)

職場定着セミナー ～若年社員の離職防止～

問 若年者地域連携事業事務局
☎③3350

入社間もない社員が業務へのモチベーションを高め、スキルアップを目指せるようになるセミナーです。

同世代の人とのグループワークを通して業務上の課題・悩みを解消するヒントを得たり、自分の強みを再認識したりすることで、自信を持って業務に取り組めるようになります。

■対象 新入社員、入社3年以内の従業員、おおむね35歳未満の若年者

■日時 9月27日(火)
午後1時半～3時半

■場所 えんてらす1階101・102会議室

■定員 30人（先着順）

■参加費 無料

■申し込み方法 ファクス(☎050-3737-5875)またはメール(✉nagano-jakunen@lec.co.jp)でお申し込みください。

■申込締め切り日 定員に達し次第
※詳細は、ホームページ(URL<https://public.lec.com/jakunen-nagano>)をご覧ください。

講演会「子どもの不安をケアする」

問 県生涯学習推進センター
☎③8822

■日時 9月28日(水)
午前9時45分～午後4時

■場所および定員（先着順）

○県生涯学習推進センター 50人

○オンライン（Zoom） 100人

■内容 ○午前 講義 ○午後 演習（オンライン参加者は午前のみ）

■講師 高橋 史さん
（信州大学准教授）

■参加費 無料

※電話でお申し込みください。

はつらつスクール・しおじり秋冬

問 長寿課介護予防係 ☎内線2133

有酸素運動中心の運動教室です。楽しく運動し、元気に暮らすための運動習慣をつけましょう。

■対象 市内在住の65歳以上で、介護認定を受けていない、介護予防・日常生活支援総合事業を利用していない、および各地区のいきいき貯筋倶楽部に参加していない人

■日時 10月4日・18日、11月15日・29日、12月6日、20日、5年1月10日・31日、2月7日・21日、3月7日・28日の火曜日

■時間 午後1時半～3時

■場所 市立体育館

■講師 西山 知花さん（健康運動指導士）、永井 肇さん（健康運動指導士）

■定員 50人（申し込み多数の場合は抽選）

■参加費 500円（全12回分、保険代など）

■申し込み方法 電話または市保健福祉センター1階長寿課窓口で申し込むか、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 9月20日(火)

塩尻東地区歴史探訪講座

問 塩尻東支所 ☎⑤4748

太田南海作の永福寺仁王像、木曾義仲ゆかりの旭観音堂、南海の父鶴斎修復による舞台などを訪ねます。地区外の人でもぜひご参加ください。

■日時 9月23日(金) 午前9時～正午

■集合場所 塩尻東支所

■持ち物（各自必要に応じて）筆記用具、飲み物など

※申し込み、参加費は不要です。

ファイナンシャル・プランナー 検定3級資格取得講座

問 社会教育スポーツ課共生推進係
☎②0894 ページID:0008664

資産運用に興味がある人や仕事に活かしたい人向けの講座です。

■期間 10月7日(金)～12月20日(火)
（全14回）

■時間 午後6時半～8時半

■場所 塩尻総合文化センター2階 教養室

■講師 高島 聡さん（有限会社ナビコーポレーション）

■定員 20人（申し込み多数の場合は抽選）

■参加費 3,200円程度（教材費）

■持ち物 筆記用具

■申し込み方法

電話または右のコード（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 9月20日(火)

まちチャレセミナー「Webサービス でチラシ・広報ツールをつくらう」

問 市民交流センター市民活動支援係
☎③3350

今回は、PC・スマホ・タブレットから無料で始められる「Canva」などを中心に、導入から作成、完成までの手順方法をお伝えします。

■日時 9月19日（月・祝）
午後1時～3時

■場所 えんぱーく2階ICTルーム

■講師 山田 勇さん
（NPO 法人わおん）

■定員 20人（先着順）

■参加費 無料

■申込締め切り日 9月16日(金)

※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）

おでかけ支援センター 「外気にふれて遊ぼう!」

問 子育て支援センター ☎③3382
北部子育て支援センター ☎⑤7701

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）

■期日および場所（雨天中止）

○9月26日(月) 塩尻北部公園

○10月17日(月) 中央スポーツ公園

■時間 午前10時～11時

■定員 各日12組（先着順）

■参加費 無料

■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。



▲北部公園

■受付期間

○塩尻北部公園 9月4日(日)午前8時～18日(日)午後5時



▲中スポ

※参加経験のある家庭は、9月11日(日)以降にお申し込みください。

○中央スポーツ公園

9月29日(木)午前8時～10月13日(木)午後5時

※参加経験のある家庭は、10月6日(木)以降にお申し込みください。

10月は受信環境クリーン月間です

10月は、テレビ・ラジオの受信障害の防止対策を推進する「受信環境クリーン月間」です。

テレビ・ラジオの電波は、不法無線局からの強力な電波などの要因により、受信を妨害されることがあります。テレビがきれいに映らない、ラジオに雑音が入るといった電波に関することは、総務省信越総合通信局までお気軽にご相談ください。

問 総務省信越総合通信局

○テレビ・ラジオなどの放送の受信障害に関すること

受信障害対策官 ☎026-234-9991

○不法無線局に関すること

監視調査課 ☎026-234-9976

○その他、情報通信行政に関すること
総合通信相談所 ☎026-234-9961

ビジネス情報相談会

問 市立図書館 ☎③3365 ⑤③369

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。

■開催日・場所

○9月8日(木)

えんぱーく 3階会議室303

○9月15日(木)

えんぱーく 3階会議室303

○10月6日(木)

えんぱーく 3階会議室301

■時間 午前10時～午後6時

■定員 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市立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)

子育て

ファミリーサポート交流 お楽しみ会

問 子育て支援センター ☎③3382

ファミリーサポート事業は「お子さんを預かってほしい人」と「お子さんを預かることができる人」の相互援助活動です。事業に登録している人、関心のある人で集い、楽しく交流をします。

■対象 ファミリーサポート事業登録者および関心のある人

■日時 9月30日(金) 午前10時～11時

■場所 塩尻東地区センター

■内容 パンプキンの会の皆さんによるお楽しみ&交流会

■定員 12組（先着順）

■参加費 無料

■持ち物 飲み物など必要なもの

■申込期間 9月9日(金)～24日(土)

※電話でお申し込みください。(水曜日は休館)

※当日登録もできます。住所が確認できるもの(運転免許証など)をお持ちください。

しおじり森林塾(基礎編)

問 塩尻市森林公社 ☎③6733

所有林の整備を自ら行いたい人に向けて、安全に楽しみながら山づくりをする方法を、実践を通してお伝えします。

■参加要件 次の全てに該当する人
○所有林の整備を自ら行いたい人
○チェーンソーをお持ちの人
○市内在住または在勤で両日参加できる人

■期日、内容(予備日は10月29日(土)、2日で1コース)

○10月15日(土) チェーンソーの基本操作、伐木作業の基礎知識、伐倒演習(受け口切り練習)、山の現況調査

○10月22日(土) 山の選木調査、伐倒演習(立木の伐倒)、チェーンソーの整備

■時間 午前8時半～午後4時(予定)

■集合場所 塩尻市森林公社宗賀(本山)ステーション

■講師 大野 裕さん
(島崎山林塾幹事)

■定員 6人(申し込み多数の場合は書類選考により決定)

■持ち物 チェーンソー、動きやすい服装、作業用手袋、飲み物、昼食

■参加費 2,000円(保険料など)

※申し込み方法などの詳細は、森林公社ホームページ(☎<http://forest.shiojiri.com/>)をご覧ください。

図書館

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 9月27日(火)

午後1時半～3時40分

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■作品 「ローマの休日」
(1953年米映画)

■定員 40人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 市立図書館本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 9月8日(木)

信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館 ☎③3365

矢崎節夫さん講演会

「童謡詩人・金子みすゞーよみがえりの軌跡とまなざしー」

金子みすゞ記念館館長の矢崎節夫さんの講演会です。

■日時 10月2日(日) 午後2時～4時

■場所 えんてらす 1階101・102会議室

■定員 50人(先着順) ■参加費 無料

■申し込み方法

広丘支所窓口、電話(☎②0305)、またはメール(✉hirooka@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。メールの場合は、「氏名」「電話番号」「お住まいの地区」を記載してください。

■申込開始日 9月6日(火)

めんじょう

校條剛さん講演会

「作家という生き方ー佐木隆三、津本陽、藤田宜永ら」

新潮社に在籍中、多くの文学賞の創設を主導し、雑誌「小説新潮」の編集長を務めたほか、日本大学や京都造形芸術大学で講師をされた校條剛さんの講演会です。

■日時 10月23日(日) 午後2時～4時

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■定員 60人(先着順) ■参加費 無料

■申し込み方法

図書館本館カウンター、電話、メール(✉tosho@city.shiojiri.lg.jp)のいずれかでお申し込みください。メールの場合は、「氏名」「電話番号」「お住まいの地区」を記載してください。

■申込開始日 9月11日(日)

古田晁記念館文学サロン

出版社「筑摩書房」創設者で、北小野出身の故・古田晁にちなんだ講演会です。

■日時 10月29日(土) 午後1時半～4時

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■演題および講師

○第1部 「ものがたりと小説、そのあわい」

・講師 山家 望さん(2021年太宰治賞受賞者)

○第2部 「古田晁と臼井吉見の55年6ヶ月」

・講師 臼井 高瀬さん(臼井吉見の長男)

■定員 60人(先着順) ■参加費 無料

■申し込み方法

チラシまたは市立図書館ホームページ(URL<https://www.library-shiojiri.jp/>)にある詳細をご確認の上、図書館本館カウンター、電話、またはメール(✉tosho@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。

■申込開始日 9月11日(日)

「葡萄酒忌」古田晁墓参ツアー

命日に合わせて古田晁を偲ぶ墓参ツアーを開催します。

■日時 10月30日(日) 正午～午後3時半(予定)

■集合場所 塩尻駅(古田晁記念館に現地集合も可能)

■定員 20人(先着順) ■参加費 400円(往復電車賃)

■申し込み方法

チラシまたは市立図書館ホームページ(URL<https://www.library-shiojiri.jp/>)にある詳細をご確認の上、図書館本館カウンター、電話、またはメール(✉tosho@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。

■申込開始日 9月11日(日)

みんなであ・そ・ば
「親子でふれあいあそび!」

問 こども広場 ☎③6660

体操や簡単な体を動かす遊びなど、親子で楽しくふれあいながら体を動かして遊びませんか。

■対象 こども広場に登録している親子

※利用登録は前日までに行ってください。登録には、登録料300円と本人確認ができるもの(運転免許証など)をお持ちください。

■日時 9月17日(土)
午前11時～11時半

■場所 こども広場

■持ち物 飲み物、汗拭きタオル、動きやすい服装

※申し込み、参加費は不要です。

i 相 談

ねこのニャンでも相談会

問 生活環境課環境係 ☎⑤0744

猫に関する相談に、動物愛護会員が応じます。飼い主のいない猫に対する不妊・去勢手術費用の助成のご案内もします。

■日時 9月22日(木)
午後1時半～3時

■場所 市保健福祉センター 3階第1交流室

■参加料 無料

※電話でお申し込みください。

※猫の同伴はできません。

司法書士会の無料法律相談会

問 市民課市民係 ☎内線1198

不動産の権利の登録、相続、贈与、会社や法人の登記、裁判所に提出する書類作成などの相談を、長野県司法書士会松本支部の司法書士が受けします。

■日時 10月4日(火)
午後1時～4時

■場所 塩尻総合文化センター 2階211・212会議室

■相談料 無料

※電話でお申し込みください。

※今月号に掲載している情報は、8月22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可能性があります。

こどものチカラを信じたまちづくりの成果とこれから

問 NPO 法人わおん (山田)
☎③3005

子どもを主体としたまちづくりに関して、先進事例に触れるとともに、現在の課題や今後の展望について学びます。

- 日時 10月1日(土)
午前9時半～正午
- 場所 えんぱーく 5階イベントホール
- 講師 畠中 洋行さん
(プロセスデザイナー)
- 定員 20人 (先着順)
- 参加費 1,000円
(会場代、資料代)
- 申し込み方法 電話またはメール
(☐ waon@npowaon.com)で
申し込みください。
- 申込締め切り日 9月29日(木)

敬老の日施設無料開放

問 ヘルスパ塩尻 ☎④3939

- 期日 9月19日(月)
 - 対象施設および営業時間
 - ジムトレーニングルーム 午前
9時～午後8時
 - 体育館 午前9時～午後8時
 - 温水プール 午前11時～午後7時
 - 風呂 (65歳以上のみ) 午前10
時～午後8時
- ※詳細はお問い合わせください。

職業訓練

障がい者向け職業訓練 「就労準備とPC基礎科」

問 長野県松本技術専門学校
☎⑤3158

- 就職に必要なビジネスマナーやコミュニケーションスキルを集中的に学び、パソコン操作の基礎を取得し、早期就職を目指します。
- 対象 パソコン初心者で、就職を希望する障がいがある人
 - 訓練期間 10月18日(火)～12月16日(金)
 - 場所 (株)コミュニケーションズ・アイ
 - 定員 6人 (入校選考あり)
 - 受講料 無料(教科書代は自己負担)
 - 申し込み方法 ハローワーク松本
(☎②0111)へお申し込みください。
 - 申込締め切り日 9月26日(月)
- ※詳細はお問い合わせください。

伝言板

少林寺拳法教室

問 少林寺拳法教室 (堀内)
☎090-9665-3516

- 少林寺拳法の基本と護身の方法を身に付けませんか。
- 期日 9月2日～30日の水・金曜日
 - 時間 午後7時から
 - 場所 市立体育館柔道場
- ※申し込み、参加費は不要です。ご都合の良い日に運動できる格好でお願いします。

中小企業・小規模事業所の「働き方改革」を無料で支援します

問 長野働き方改革推進支援センター
☎0120-088-703

- 長野働き方改革推進支援センターでは、働き方改革に係る相談を無料で行っています。
- 社会保険労務士や中小企業診断士などの専門家がさまざまなお困りごとの解決を支援します。まずはお気軽にご相談ください。
- 相談例
 - 生産性をあげて労働時間を減らしたい
 - 就業規則を見直したい
 - 人材採用を強化したい
 - 使える助成金がないか聞いてみたい など

全国一斉子どものための養育費相談会

問 長野県司法書士会
☎026-232-7492

- 養育費に関する悩みに司法書士が応じる、無料電話相談会です。
- 日時 9月25日(日)
午前10時～午後4時
 - 電話番号 ☎0120-567-301
(フリーダイヤル)
 - 相談料 無料
 - 相談例 養育費の話し合いをしながら離婚したけど、今から払ってもらえるのか、養育費を減額・増額してほしい など

パソコン基礎講座

問 市民交流センター ☎③3350

講座名(★印は難易度)	日時	内容	対象者	定員	受講料 ^{※1}	申込期限
10月 Powerpoint2019基礎 ★★★★☆☆	10月3日(月)・ 4日(火)・6日(水) 午前10時～正午	Powerpoint2019を使って基本的な操作を学習	マウス操作と日本語入力ができる人	15人	1,800円 テキスト代 1,320円	9月16日(金)
10月 速習 Excel2019前半・土曜 ★★★★☆☆	10月22日(土) 午前10時～午後3時	Excel2019を使って基本的な操作を速習			1,200円 テキスト代 2,200円	10月7日(金)

※1 テキストをお持ちの人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。

- 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」をご記入の上、講座名に「10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

レザンカンタービレ VOL. 1

問 レザンカンタービレ実行委員会
(藤森) ☎090-4829-5383

- 日時 10月1日(土) 午後2時開演
(午後1時半開場)
- 場所 レザンホール中ホール
- 料金
 - 一般 2,000円(前売り1,500円)
 - 高校生以下 500円
- ゲスト
 - 倉科 京子さん(ソプラノ)
 - 佐藤 茜さん(ピアノ)
 - 米窪 怜さん(フルート)
 - 平山 百合子さん(ピアノ)
 - 金子 春雄さん(テノール)
 - 田岡 将平さん(ピアノ)
- 出演者
 - 石井 知美さん(ソプラノ)
 - 本沢 淑子さん(ソプラノ)
 - 藤森 茂樹さん(バリトン・テノール)
- 申し込み方法 電話またはメール
(☎yb6p85@bma.biglobe.ne.jp)
でお申し込みください。

9月の納期限

- 国民健康保険税 9月30日(金)
- 後期高齢者医療保険料
9月30日(金)
- 上下水道料金 9月30日(金)

4年8月22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

ドレッサー椅子付 (高さ約140cm)	中古	無料
ソファ(長さ130cm、 藤製品)		

ゆずってください

紡毛機、糸車(実際に 紡げる状態のもの)	中古	無料 ・ 格安
流し台(幅1m以下、 シンク右寄りで物入 が下段のもの)		

※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。

出張スマホ教室

問 ドコモショップ塩尻吉田SS店
☎⑧7122

- 期日 9月12日(月)
- 場所 ウイングロード1階東側特設会場
- 時間および内容
 - 午前10時～11時 スマートフォンを体験してみよう
 - 午前11時～正午 スマートフォンの基本操作を覚えよう
 - 正午～午後1時 スマートフォンをあんしん安全に使うために
- 定員 各回6人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 電話または店頭でお申し込みください。
※他社スマートフォンの人もご参加できます。

からだチェック講座

問 相澤健康スポーツ医科学センター
☎070-4106-7717

- 「痛みがあるから運動が続けられない」「出歩くことが減って体力低下が気になる」など不安を抱えている皆さん! 理学療法士と一緒に自分の身体のバランスや柔軟性をチェックしながら体操を行いますか。
- 対象 60歳以上で日常生活が自立している人
 - 日時 9月18日(日) 午後2時～3時
 - 場所 相澤地域在宅医療支援センター塩尻
 - 定員 10人(先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込締め切り日時
9月14日(水) 午後4時
※電話でお申し込みください。

剣道を始めてみませんか

問 野村剣道部(清水)
☎080-1098-7686

- 保育園児～社会人で剣道に興味がある人を募集しています。
- 日時 毎週日曜日
午後6時～7時半
 - 場所 丘中学校体育館
 - 入会金 無料
 - 月謝 1,000円(未就学児は無料)
※詳細はお問い合わせください。

日本土真ん中ウォーク

問 塩尻市体育協会事務局
☎③1393

- 紅く染まる5千本のモミジ、ハケ岳、南北アルプスを眺めながら、日本の土真ん中・塩嶺王城県立自然公園周辺を歩きませんか。
- 日時 10月29日(土) 午前8時半から
 - 場所 旧チロルの森
 - 募集コース 3.5km・5km・12km
 - 定員 各50人(先着順)
 - 参加費 1人300円(中学生以下無料)
 - 申し込み方法
電話で申し込むか、塩尻市体育協会事務局、体育協会ホームページ(<https://shiojiri-taikyo.sakura.ne.jp/top/>)にある申込書に記入し提出してください。
 - 申込締め切り日 10月7日(金)

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
☎④4567

シルバー人材センター入会説明会

- 健康で働く意欲のある人(原則60歳以上)を対象とした説明会です。センターの仕組みと就業について、担当者と直接面談ができます。
- 日時 9月15日(木) 午後1時半から
 - 場所 塩尻地域シルバー人材センター
 - 持ち物 筆記用具
- ※申し込み、参加費は不要です。
※駐車場が離れているため、時間に余裕を持ってお越しください。

シルバー刃物研屋さん

家庭の包丁や剪定はさみなどを研ぎます。

- 期日 9月12日(月)・26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

パソコン教室「文書作成初級講座」

- 期間 10月12日(水)～12月の水曜日(全9回)
- 場所 塩尻地域シルバー人材センター
- 定員 5人程度
- 受講料 9,200円(別途教材費)
- 持ち物 ノートパソコン
- 申込締め切り日 9月26日(月)
※詳細はお問い合わせください。