

おむつ代の医療費控除に 必要な確認書の交付

問 長寿課介護保険係 ☎内線2118

所得税の確定申告などをする人で、おむつ代を医療費控除として申告する場合は、医師が発行する「おむつ使用証明書」の添付が必要です。

ただし、要介護認定者で次の要件全てに該当する人は、介護保険要介護認定に係る「主治医意見書」の内容を市が確認した上で発行する書類の添付でも控除できますので、ご相談ください。

■要件

- おむつ代の医療費控除の申告が2年目以降であること
- 主治医意見書で「障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)」が「B1～C2」であること
- 主治医意見書で「尿失禁の発生の可能性」が「あり」であること

※要介護認定者と別居の人が申請する場合は、対象者の委任(申請書の委任欄への記入)が必要です。申請書は、市保健福祉センター1階長寿課または市ホームページに掲載しています。

※申し込み方法などの詳細は、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。

65～74歳で一定の障がいのある人は 後期高齢者医療に加入できます

問 市民課国保年金係 ☎02772

65～74歳で一定の障がいのある人は、後期高齢者医療に加入することで、現在加入中の健康保険より医療機関などの窓口での負担割合が低くなる場合があります。ただし、世帯構成によっては保険料が高くなる場合もありますので、ご注意ください。

加入を希望する人は、市役所1階市民課国保年金係で相談の上、申請手続きをしてください。なお、加入は長野県後期高齢者医療広域連合の認定後、申請日からとなります。

■申請ができる人 65～74歳で次のいずれかに該当する人

- 身体障害者手帳の1～3級または4級の一部の人
- 精神障害者保健福祉手帳の1、2級の人
- 療育手帳「A」の人
- 国民年金などの障害年金1、2級を受給している人

■必要書類 本人確認書類(運転免許証、マイナンバーカードなど)、各種障害者手帳、障害年金証書など
※申請日より前にさかのぼっての認定はできません。

※詳細はお問い合わせください。

医療費通知を確定申告などに使用する人へ

- 問 ○国民健康保険 市民課国保年金係 ☎02772
○後期高齢者医療 長野県後期高齢者医療広域連合 ☎026-229-5320

国民健康保険および後期高齢者医療に加入している皆さんに医療費を確認していただくため、医療費通知を送付しています。

この医療費通知は、確定申告などの医療費控除に使用できる様式となっておりますが、令和4年11月および12月診療分の医療費通知は、申告期間終了後に送付を予定しています。

そのため、令和4年11月および12月診療分の医療費や医療費通知に記載のない医療費を申告する場合は、医療機関などで発行される領収書を基に、ご自身で医療費控除の明細書を作成して申告をお願いします。

■医療費通知の発送時期

加入している健康保険	記載診療月	通知発送時期
国民健康保険	令和4年1～5月診療分	令和4年9月(発送済み)
	4年6～10月診療分	5年2月上旬
後期高齢者医療	3年11月～4年10月診療分	5年1月下旬

※4年11・12月診療分については、5年1～10月診療分と併せて、6年1月下旬～2月上旬頃にそれぞれ送付します。

お知らせ

就学援助費を入学前に支給

問 教育総務課学校支援係
☎020830 ページID:0002883

5年度に小学校に入学する子どもがいる世帯のうち経済的に困窮している世帯に対して、入学用品に関する費用を援助します。

■支給予定額 5万4,060円

■申込締め切り日 1月31日(火)

※所得要件や申請方法などの詳細は、市ホームページまたは1月に発送予定の入学通知書に同封するチラシをご覧ください。

※中学生は、現在認定されている人が対象です。

指定難病(特定疾患)および 小児慢性特定疾病見舞金

問 福祉課地域福祉係
☎内線2111 ページID:0017464

指定難病(特定疾患)または小児慢性特定疾病で、市内に1年以上居住し、次の各受給者証の交付を受けている人に見舞金を支給します。

■見舞金 1人につき年1万円

■必要書類

○県が発行する次のいずれか1つの写し

- ・特定医療費(指定難病)受給者証
- ・長野県特定疾病医療受給者証
- ・特定疾患医療受給者証
- ・小児慢性特定医療費医療受給者証

○患者本人名義の振込口座が確認できる通帳(患者が未成年の場合はその保護者名義の口座)など

■申請方法

市保健福祉センター1階福祉課、各支所または市ホームページにある申請書に記入の上、福祉課へ提出してください。右のコード(ながの電子申請)から手続きが可能です。



■申請期間 1月4日(火)～2月28日(火)

※令和4年度中に対象者が市外へ転出または亡くなった場合でも、条件に該当すれば受給できますのでご相談ください。

※個別通知はしていません。

令和5年度に採用する特別養護老人ホームの職員を募集

問 松塩筑木曾老人福祉施設組合事務局 ☎⑤5000

募集職種

- 会計年度任用職員 介護職員、栄養士、事務員
- 正規職員 看護職員、生活相談員、介護支援専門員、介護職員

■勤務場所 塩尻市、松本市、東筑摩郡、木曾郡のいずれかの組合施設

■申込期間 1月6日(金)～31日(火)

※詳細は組合ホームページ(☎<https://aohato.com/>)をご覧ください。

令和5年度に採用する市職員を募集

問 総務人事課職員係 ☎内線1331

正規職員(経験者特別枠【上級】)

■募集する職種 土木、建築

■要件 40歳以下で、大学卒業程度の学力を有し、令和4年12月1日現在、土木または建築関係の設計、施工管理などの実務経験が直近5年中(平成29年12月2日～令和4年12月1日)で3年以上ある人

※日本国籍でない人も受験できます。

■採用人数 若干名

■申し込み方法 市役所3階総務人事課職員係または市ホームページにある受験案内を参照し、市ホームページからお申し込みください。

■申込締め切り日 1月16日(月)

※詳細は、受験案内をご覧ください。

会計年度任用職員

■募集する職種

区分	職種
月額制	警備員、運転業務員、保育士、浄水場管理員、子育て支援専門員、栄養士、子と親の心の支援員、森林被害防止専門員、児童厚生員、本洗馬歴史の里資料館指導員、小・中学校講師、学校施設管理員、給食調理員、外国語支援講師、特別支援講師
時間額制	福祉医療事務、図書館司書、平出遺跡公園業務、保育補助員、納税推進業務、一般事務、施設管理業務、パート厚生員、学校支援介助員、給食調理員、短歌館専門員業務

■雇用期間 5年4月1日～6年3月31日(状況により更新あり)

※詳細は、市ホームページを必ずご確認ください。

募集

高架下駐車場の利用者を募集

問 建設課総務管理係 ☎内線1252

■対象 次の全てを満たす人

- 市内に住所がある人または通勤・通学する人
- 申込者数が区画数を超えた場合に行う抽選に参加できる人(代理人可)

■駐車場の区画数及び駐車料金

○桔梗ヶ原跨線橋高架下駐車場

区画	区画数	駐車料金
A区画(13㎡)	3力所	年4,368円
B区画(25㎡)	13力所	年8,400円

・占用許可期間

5年4月1日～6年3月31日

○広丘中央陸橋高架下駐車場

区画	区画数	駐車料金
1区画(12.5㎡)	8力所	年4,500円

・占用許可期間

5年4月1日～7年3月31日

■申し込み方法 市役所2階建設課または市ホームページにある申込書に記入の上、〒399-0786 大門七番町3番3号 建設課宛てに郵送するか、直接提出してください。

■申込締め切り日 2月10日(金)(必着)
 ※希望区画が重複した場合は抽選となりますので、必ずご参加ください。個別に通知します。(代理人可)

○抽選日時

・桔梗ヶ原跨線橋高架下駐車場

2月27日(月) 午前9時半から

・広丘中央陸橋高架下駐車場

2月27日(月) 午前11時から

○抽選会場 市役所3階第5会議室

要介護者の障害者控除対象者認定書の交付

問 長寿課高齢支援係 ☎内線2127

所得税および市・県民税の申告に必要な障害者控除対象者認定書が必要な人は、市保健福祉センター1階長寿課へお申し込みください。審査の上、該当する人には認定書を発行します。なお、身体障害者手帳などで控除を受ける場合は、認定書は必要ありません。

■対象 令和4年12月31日現在、65歳以上で要介護認定1～5の人

令和4年分国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の納付済額のお知らせを発送します

問 市民課国保年金係 ☎⑤0772

令和4年1～12月に塩尻市へ納付書または口座振替(普通徴収)で納付した国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料がある人を対象に、納付済額のお知らせを1月17日(火)から順次発送します。

納付済額のお知らせは、領収証書などと照合の上、確定申告の際に社会保険料控除の資料として利用するものです。年金から天引き(特別徴収)された国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の金額は、今回のお知らせとは別に、年金の源泉徴収票に記載されています。
 ※非課税年金(遺族年金・障害者年金)から天引きされた人は、別途市からお知らせします。

農地相談会を開催します

問 農業委員会事務局 ☎内線1271

農地全般について、農業委員会による地区ごとの相談会を開催します。

■日程

地区	期日	時間	場所
塩尻東	1月18日(火)、2月15日(火)	午後1時半～3時半	塩尻東支所
片丘	1月24日(火)、2月7日(火)	午後1時半～3時半	片丘支所
広丘	1月20日(金)、2月17日(金)	午後1時半～3時半	えんてらす
洗馬	1月16日(月)、2月13日(月)	午後1時半～3時半	洗馬支所
宗賀・楢川	1月16日(月)、2月20日(月)	午前10時～正午	宗賀支所
北小野	1月25日(火)、2月10日(金)	午後3時～5時	北小野支所

※貸し付けまたは売却希望の農地がある場合は、事前にご相談ください。

※今月号に掲載している情報は、12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。

農ある暮らし山村まゆ先生講演会

問 農林課農業振興係 ☎②0818

長野県農ある暮らしアドバイザーの山村まゆさんに、自身のスイスでの生活や、移住者から見た塩尻市の魅力をお話していただきます。

■日時 1月24日(火) 午後1時半から

■場所 レザンホール中ホール

■定員 300人程度 (先着順)

※申し込み、参加費は不要です。

※正午から物品販売を行います。

元気っ子講演会「発達特性のある子どもが安心して大人になっていくために～学校の中の発達障がい～」

問 家庭支援課元気っ子・若者サポート係 ☎②0891

子ども一人ひとりの個性や発達特性に合わせた関わり方を学びます。

■日時 1月29日(日)

午後1時半～3時半

■場所および定員(いずれも先着順)

○Zoomでのオンライン 200人

○市保健福祉センター 50人

(市内在住者のみ)

■講師 本田 秀夫さん (信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授)



▲Zoom

■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。



▲会場参加

■申込期間 1月6日(金)～17日(火)

みんなの居場所 MINI

問 中信子ども・若者サポートネット ☎⑤05810

「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 1月31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

※ボードゲーム、塗り絵などはこちらで用意しますが、必要なものは各自持参してください。

※前日までに電話でお申し込みください。

講座・教室

まちチャレセミナー「事務力をアップし、信頼される団体になろう」

問 市民交流センター ☎③3350

信頼される任意団体になるために、必要な会計や広報、報告、データ管理などについて、団体運営の事務の基本を学びます。

■日時 2月4日(土)

午後1時半～4時

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■講師 加藤 彰子さん (特定非営利活動法人岡山NPOセンター)

■定員 20人 (先着順)

■参加費 無料

※電話でお申し込みください。(水曜日は休館)

催し

第28回短歌の里百人一首大会

問 塩尻短歌館 ☎③7171

■対象および定員(いずれも先着順)

○競技かるたの部(34人)

競技かるたの経験者(高校生以上の有段者は参加不可)

○ちらし取りの部(14人)

小・中学生で、競技かるたの未経験者または初心者

■日時 2月5日(日) 午前9時～午後4時半 (ちらし取りの部は午前11時40分まで。午前8時半受付開始)

■場所 原新田公民館(ちらし取りの部は、塩尻短歌館の場合あり)

■参加費 無料

■持ち物 昼食(競技かるたの部のみ)

■申し込み方法 塩尻短歌館、市内各施設または市ホームページにある申込書に記入の上、ファクス(☎③3506)またはメール(✉tanka@city.shiojiri.lg.jp)で送付するか、塩尻短歌館に持参または〒399-0706 広丘原新田288番地1 塩尻短歌館宛てに郵送してください。

※電話での申し込みは受け付けません。

■申込期間 1月4日(火)～15日(日)(必着)

令和5年塩尻市消防出初式

問 危機管理課消防係 ☎②0607

■期日 1月8日(日)

■時間および場所

○観閲式(午前9時から) 大門中央通り(ウイングロード前)

○式典(午前10時から) レザンホール大ホール

※観閲式の間、市役所周辺および大門中央通りは交通規制をします。

崖の湯の仙人 川越虎之進展

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ開館) ☎⑤5520

川越虎之進の崖の湯時代の作品を中心に、色紙に描いた俳句と俳画を多数展示します。

■期間 1月13日(金)～3月中旬

■場所 本洗馬歴史の里資料館

■入館料 150円(中学生以下は無料)

1月26日は文化財防火デー

文化財を火災から守りましょう

塩尻消防署 ☎④0119

問 広丘消防署 ☎④3010

木曾消防署北分署(楢川地区) ☎0264③3119



毎年1月26日は、「文化財防火デー」です。

昭和24年1月26日に、現存する世界最古の木造建造物である法隆寺(奈良県)の金堂で火災が発生し、国宝の壁画が焼損してしまいました。これを契機に、昭和30年に「文化財防火デー」が定められ、以降毎年この日を中心に、全国各地で防災訓練などの文化財防火運動が実施されています。

1月～2月は、火災が最も発生しやすい時期です。市内の貴重な文化財を後世に継承するために、文化財防火への関心を高め、皆さん一体となって火災から守っていきましょう。

パソコン基礎講座

問 市民交流センター ☎⑤3350

講座名(★印は難易度)	日時	内容	対象者	受講料*	申込期限
2月 Excel2019前半 ★★★★☆☆	2月6日(月)・7日(火)・ 9日(水)・10日(木) 午前10時～正午	Excel2019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	2,400円 テキスト代 2,200円	1月 20日(金)
2月 Excel2019後半 ★★★★☆☆	2月13日(月)・14日(火)・ 16日(木)・17日(金) 午前10時～正午	「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	Excel 経験が ある人	2,400円 テキスト代 2,200円	1月 27日(金)
2月 役員さんお助け 講座～会計報告編～ ★★★★☆☆	2月20日(月)・21日(火) 午前10時～正午	Excel2019を使って、会 計報告を作成		1,200円 テキスト代 300円	2月 3日(金)
2月 暮らしの文書 ～カレンダー編～ ★★★★☆☆	2月27日(月) 午前10時～正午	PowerPointのテンプレート を利用して、簡単に見栄え の良いカレンダーを作成	マウス操作と 日本語入力 ができる人	600円 テキスト代 150円	2月 10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 えんぱーく2階ICTルーム
 ■定員 15人(申し込み多数の場合は抽選)
 ■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「2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。
 ※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)

IT基礎講座 「RPA基礎・実践コース」

問 塩尻情報プラザ ☎⑤1000

RPA(WinActor)基礎知識から実践まで幅広く学習できます。

■対象 RPAの推進を主導したいと思う人、または導入を検討していて体験してみたい人

■日時 1月28日(土)
午前9時半～午後3時

■場所 塩尻情報プラザ

■定員 5人(先着順)

■受講料 500円(講師代)

■申込締め切り日 1月24日(火)

※電話でお申し込みください。

シニア向け講座

「大人のための絵本講座」

問 広丘図書館 ☎⑤0728

絵本の楽しみ方をお伝えします。

- 日時 2月10日(金)
午前10時半～11時50分
- 場所 えんてらす2階201・202会議室
- 講師 北原 まりさん(市読書推進アドバイザー)
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 広丘図書館カウンターまたは電話でお申し込みください。(月曜日は休館)
- 申込開始日 1月12日(木)

冬の夜のこわ～いおはなし会

問 市立図書館 ☎⑤3365

- 対象 小学生とその保護者
- 日時 1月28日(土)
午後6時～6時45分
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール
- 定員 70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、電話または右のコード(ながの電子申請)でお申し込みください。(水曜日は休館)
- 申込開始日 1月6日(金)



図書館協議会の委員を募集

問 市立図書館 ☎⑤3365

図書館の運営に関する審議に参加できる人を募集します。

- 資格 平日の会議(年3回程度)に出席できる人
- 任期 5年5月1日～7年4月30日
- 募集人員 若干名
- 申し込み方法 任意の様式に「住所」「氏名」「年齢」「職業」「電話番号」を明記し、応募動機を200字程度にまとめ、図書館本館カウンターに提出してください(水曜日は休館)。メール(☎tosh@city.shiojiri.lg.jp)でも受け付けています。
- 申込締め切り日 2月28日(火)

介護補助員養成講座

問 長寿課介護保険係 ☎内線2121

これから介護の勉強をしたい人や介護分野で働きたい人を対象とした、介護の基本的な技術を学ぶ講座です。

- 対象 市民で3日間受講できる人
 - 日時 2月15日(水)～17日(金) 午前9時～午後5時半(15日は午前8時40分から)
 - 場所 信州介護福祉専門学校
 - 講師 信州介護福祉専門学校教員
 - 定員 10人(先着順)
 - 参加費 1,000円
 - 申し込み方法 電話または市保健福祉センター1階長寿課介護保険係でお申し込みください。
 - 申込開始日 1月4日(水)
- ※講座終了後、介護補助員として働きたい人に事業所見学・案内をします。

塩尻駅×市立図書館共同企画 図書館電車デー

問 市立図書館 ☎⑤3365

駅員のお仕事紹介や、電車絵本のおはなし会などを楽しみます。

- 対象 小学生低学年くらいまでの子どもとその保護者
 - 日時 1月21日(土)
午前10時～正午、午後1時～3時
 - 場所 えんぱーく1階図書館太陽のコート
- ※申し込み、参加費は不要です。
 ※来場者には電車の塗り絵や缶バッジの配布があります。(先着順)

図書館

信州おじり本の寺子屋企画展 石川直樹展「HIMALAYAN POSTER」

問 市立図書館 ☎⑤3365

写真家石川直樹さんのヒマラヤを題材にしたポスター作品の展示です。

- 期間 1月5日(木)～31日(火)
(水曜日、30日は休館)
- 場所 えんぱーく1階図書館森のコート
- 入場料 無料

子育て

子育て講座 「親子であそぼうらべうた」

問 子育て支援センター ☎03382

親子で絵本を見たり、わらべうたあそびを楽しみます。

■対象 市内在住で0～3歳（年少に上がる前の年度まで）の子どもとその保護者

■日時 2月21日(火)

○第1部 午前9時半～10時10分

○第2部 午前10時半～11時10分

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■講師 ○伊藤 深雪さん
(ねっこだっこ)

○古川 奈保子さん
(ねっこだっこ)

■定員 各回親子15組
(先着順)

■参加費 無料

■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 1月24日(火)午前8時～
2月10日(金)午後5時



▲第1部



▲第2部

パパ講座「パパとあそぼ！ 第3弾 ～手作りおもちゃ遊び～」

問 子育て支援センター ☎03382

お子さんと一緒に手作りおもちゃやふれあい遊びで楽しみましょう。

■対象 1～3歳(平成31年4月2日以降の生まれ)のお子さんとその父親

■日時 2月11日(土)

○第1部 午前9時半～10時10分

○第2部 午前10時半～11時10分

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■定員 各回10組(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 動きやすい服装、飲み物、着替えなど

■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 1月19日(木)午前8時～
2月2日(木)午後5時



▲第1部



▲第2部

信州しおじり子ども本の寺子屋 講演会「図書館マスターステップ アップ講座」

問 市立図書館 ☎03365

図書館内の本や図書館マスターで身に着けた知識、情報検索ツールを使って、図書館の課題を考える図書館マスター認定者向け連続講座です。

図書館の課題解決に向け、講義、グループディスカッション、発表を行います。

■対象 1～7期の図書館マスター認定者で、3回の日程すべてに参加できる人

■期日 2月5日(日)・12日(日)・19日(日)

■時間 午前10時～正午

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■定員 15人(先着順。3人に満たない場合は開催見送り)

■参加費 無料

■申し込み方法 図書館本館カウンター、電話で申し込むか、下のコード（ながの電子申請）からお申し込みください。
(水曜日、1月1日～4日は休館)



■申込締め切り日 1月29日(日)

※「目指せ！ 図書館マスター」8期の募集は5月頃を予定しています。

1月の納期限

■市・県民税 1月31日(火)

■上下水道料金 1月31日(火)

■国民健康保険税 1月31日(火)

■後期高齢者医療保険料
1月31日(火)

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。

■期日および場所

○1月12日(木) えんぱーく3階会議室303

○1月19日(木) えんてらす1階101会議室

○2月2日(木) えんぱーく3階会議室303

■時間 午前10時～午後5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)

松本山雅FC写真展 ～2022シーズンを振り返って～

問 市立図書館 ☎03365

松本山雅FCの2022年シーズンの熱い戦いを、パネル写真とユニフォームなどの展示で振り返ります。

■期間 1月6日(金)～31日(火)

(水曜日、30日は休館)

■場所 えんぱーく1階図書館展示コーナー

■入場料 無料

第8回サイバーセキュリティ勉強会2023in塩尻

問 デジタル戦略課 ☎内線1382

最新のサイバーセキュリティについて学ぶイベントです。現地とオンラインでの同時開催です。

■日時 2月4日(土) 午後1時～3時

■場所 塩尻インキュベーションプラザ1階

■内容 長野県警察本部サイバー犯罪捜査課のお話など6セッション

■定員 ○会場参加 20人(先着順)

○Zoomでオンライン参加 200人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 右のコード(専用の申し込みサイト)からお申し込みください。

■申込期間 1月4日(水)～2月4日(土)



新春バドミントン大会

問 塩尻市体育協会事務局
☎⑤1393

- 資格 市内に在住、通勤、通学する人または体協バドミントン部部員
- 日時 2月12日(日) 午前8時半から
- 場所 ユメックスアリーナ
- 種目(リーグ戦方式) 男子、女子、混合(一般の部、40歳以上の部)、親子(小学生以下)の各ダブルス(1人1種目のみ)
- 参加費 1人1種目800円、中学生以下1人1種目500円(体協バドミントン部登録者は無料)
- 持ち物 検定合格水鳥シャトル
- 申し込み方法 市立体育館1階塩尻市体育協会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 1月27日(金)

こども若者ワークショップ 「10代が描く、この街の未来図」

問 信州ファンドレイジングチーム(吉國)
☎090-8597-2875

- 対象 小学生～高校生
 - 日時 1月29日(日) 午後2時～4時
 - 場所 えんぱーく5階イベントホール
 - 定員 10人程度(先着順)
 - 参加費 無料
- ※電話でお申し込みください。

訂正

広報塩尻11月号に折込配布した「共に」の記事に誤りがありました。お詫びして訂正します。

- 誤 NPO法人えんしょく代表
- 正 えんしょく(NPO申請中)

4年12月19日現在



エコ・えこリサイクル

問 生活環境課廃棄物対策係 ☎内線1111

ゆずります

ソファー(長さ130cm、藤製品) 中古 無料

ゆずってください

紡毛機、糸車 中古 無料・格安

※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。

第4回ふたごちゃん会「親子で遊ぼう&おしゃべり交流会」

問 北部子育て支援センター
☎⑤7701

- 親子で体を動かして遊んだり、子育てについての情報交換をしませんか。
- 対象 双子(多胎児)のお子さんとその保護者、双子を妊娠している人(就園している双子のお子さんたちも参加可能)
 - 日時 2月18日(土) 午前10時～11時半
 - 場所 えんてらす1階101・102会議室
 - 参加費 無料
 - 持ち物 着替え、飲み物、オムツなど必要なもの
 - 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 1月18日(水)午前8時～2月11日(土)午後5時



伝言板

里カフェぽっかぽか

問 NPO法人わおん♪ ☎⑦3005

- たき火をしながら、お茶などをしてのんびりと過ごしませんか。
- 対象 未就園児とその保護者
 - 日時 1月23日(月) 午前10時～午後3時(入退場自由)
 - 場所 げんすけの森柏茂交流会館
 - 参加費 1組600円(暖房費など。食材費は実費分を別途割り勘)
- ※前日までに電話でお申し込みください。

塩尻子ども劇場鑑賞例会

問 塩尻子ども劇場(古屋)
☎090-2157-5672

- 日時 1月29日(日) 午前11時開演
 - 場所 塩尻総合文化センター講堂
 - 内容 劇団うりんこによる舞台劇「かえるのそらとぶけんきゅうじょ」
 - 参加費 ○入会金 1人400円 ○会費 1人月1,000円(4歳以上)
- ※鑑賞には子ども劇場への入会が必要です。事前にご連絡ください。

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
☎⑤7701

- 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5年2月1日現在、3～12カ月の赤ちゃんと保護者
 - 期日 2月2日(木)・9日(木)・16日(木)(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。
 - 申込期間 1月10日(水)午前8時～24日(火)午後5時



▲第1部



▲第2部

ぶくぶくほっぺの会 ～あつまれ!1才さん～

問 北部子育て支援センター
☎⑤7701

- 親子でふれあい遊びやサーキット遊びなど体を動かして遊んだり、お母さん同士で情報交換をしたりします。
- 対象 令和3年2月8日～4年2月7日に生まれたお子さんとお母さん(初めて受講する人限定)
 - 日時 2月7日(火) 午前10時～11時
 - 場所 えんてらす1階101・102会議室
 - 定員 12組(申し込み多数の場合、月齢の大きい人を優先)
 - 参加費 無料
 - 持ち物 飲み物など
 - 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 1月20日(金)午前8時～28日(土)午後5時

