

愛犬への接種を忘れずに 狂犬病予防集合注射日程

狂犬病は、人にも感染し死亡することもある病気です。生後91日以上
の犬には予防注射の接種が義務付けられていますので、飼い主の皆
さんは、年に1回必ず予防注射を受けさせましょう。



問 生活環境課環境係 ☎ 02744 ページID:0020699

4月5日(水) 高出・広丘地区	
時間	会場
午前9時30分～10時20分	高出地区センター
午前10時45分～11時45分	中央スポーツ公園 (管理棟付近)
午後1時25分～2時15分	堅石区民センター
午後2時35分～3時25分	北部公園南側駐車場

4月6日(木) 広丘・片丘・吉田地区	
時間	会場
午前9時30分～10時20分	野村第一公民館
午前10時45分～11時35分	片丘支所
午後1時25分～2時15分	吉田西防災 コミュニティセンター
午後2時35分～3時25分	吉田支所

4月13日(木) 榑川・洗馬・宗賀地区	
時間	会場
午前9時30分～10時	榑川支所
午前10時40分～11時	本山公民館
午後1時20分～2時20分	洗馬支所
午後2時50分～3時30分	宗賀支所

4月15日(土) 大門地区	
時間	会場
午後1時30分～3時	市立体育館

※ユメックスアリーナではありません。

5月10日(水) 片丘・高出・洗馬・広丘地区	
時間	会場
午前9時30分～10時20分	片丘支所
午前10時45分～11時35分	中央スポーツ公園 (管理棟付近)
午後1時25分～2時	洗馬支所
午後2時30分～3時	北部公園南側駐車場

5月12日(金) 塩尻東・北小野地区	
時間	会場
午前9時20分～9時40分	東山公民館
午前10時～10時40分	町区公民館
午前11時～11時40分	塩尻東支所
午後1時30分～2時10分	北小野支所

5月27日(土) 大門地区	
時間	会場
午後2時～3時	市立体育館

※ユメックスアリーナではありません。

「ワンちゃんのしつけ方教室」参加者を募集

■対象

市への登録および狂犬病予防注射を済ませた犬の飼い主

■日時および内容 (雨天中止)

期日	時間	内容
4月23日(日)	午前8時30分～正午	開講式、座学、実技講習
5月7日(日)	午前8時30分 ～10時30分	実技講習
5月14日(日)		
5月21日(日)	午前8時30分～11時	実技講習、閉講式

■募集数 30頭(先着順)

■参加費 5,000円(テキスト代を含む。2頭目からは3,000円)

■申込締め切り日 4月17日(月)

※電話でお申し込みください。

予防注射の料金および注意事項

■料金 3,600円

(狂犬病予防注射3,050円と注射済票交付手数料550円の合計額)

※お釣りのないようにご協力ください。

※注射の際に犬の登録も行う場合は、登録手数料3,000円を別途お持ちください。

■注意事項

- 申し込みは不要で、どの会場でも受けられます。
- 注射の際は、犬の健康状態を把握しており、しっかりと押さえられる人が付き添ってください。
- 市外から転入した人は、事前に生活環境課で犬の転入の手続きの上、お越しください。
- 犬のふんは、必ずお持ち帰りください。

高齢者福祉サービスの申請をお忘れなく

問 長寿課高齢支援係 ☎⑤3333

市・県民税非課税の高齢者世帯および高齢者を介護する世帯の生活を支援します。

■内容

- 高齢者世帯タクシー利用料金助成券の支給（榑川地区を除く）
 - 寝台タクシー利用料金助成
 - 配食見守りサービス
 - 訪問理美容サービス
 - 介護用品券の支給
 - 介護サービス利用助成券の支給
- ※各サービスには要介護度などの条件があります。詳細はお問い合わせください。

■持ち物 印鑑

■申し込み方法 市保健福祉センター1階長寿課でお申し込みください。

固定資産評価証明書と固定資産課税台帳の写しがオンラインで申請可能に

問 税務課資産税係 ☎②0639

オンラインで発行申請できる税務関係証明書に、固定資産評価証明書と固定資産課税台帳の写し（名寄帳）を追加します。また、同証明書および同台帳の写しの発行における、筆棟数加算手数料（30円）および枚数加算手数料（50円）が廃止されます。

■申請方法 市ホームページから申請してください。詳細は広報塩尻2月号をご覧ください。

■申請開始日 4月1日(土)

高齢者運転免許証自主返納支援事業

問 都市計画課計画係 ☎内線1242

本市では、高齢者の運転免許証自主返納を支援する事業を行っています。5年度から「運転免許証自主返納から1年以内に申請」の要件が緩和されました。

■対象 次の全てに該当する人

- 本事業施行の平成30年4月1日以降、有効期限前にすべての運転免許証を自主返納した人
- 免許証返納時、本事業への申請時ともに塩尻市に居住している人
- すべての運転免許証自主返納時に満65歳以上の人

※すでに交付を受けている人は該当しません。

■内容 地域振興バス「すてっぴくん」や、AI活用型オンデマンドバス「のるーと塩尻」、市と協定を締結したタクシー会社で使用できる共通利用券3,300円分を本人のみ交付します。（申請は1回限り）

■持ち物

- 運転免許証返納時に交付される「申請による運転免許の取消通知書」の写し
- 取り消しを受けた運転免許証（両面の写し。運転経歴証明書、マイナンバーカードなど顔写真付きの本人確認証明書でも可）

■申請方法

市役所2階都市計画課で直接お申し込みください。（郵送不可）

※詳細は市ホームページをご覧ください。

お知らせ

塩尻グリーンセンターは祝日および振替休日が全て休業日となります

問 生活環境課廃棄物対策係 ☎②0679

塩尻グリーンセンターは月曜日が祝日の場合、営業日となっていました。令和5年度から休業日に変更します。このため、祝日および振替休日は全て休業日となります。

■5年度からの休業日

- 日曜日、祝日および振替休日
- 12月31日～1月3日

■営業時間

- 平日 午前8時半～11時45分、午後1時～4時半
- 土曜日 午前8時半～正午

芸術文化団体の節目などに行う事業を支援します

問 社会教育スポーツ課社会教育係 ☎②0902

市民の皆さんの自主的な芸術文化活動を支援し、振興を図るための補助金を交付します。

■対象団体 市内に住所または活動の拠点がある団体

■対象事業 団体の節目に行う事業で、市民を対象に市内で行う次の事業

- 音楽、舞踊、演劇などの公演または発表
- 絵画、彫刻、書、写真などの芸術作品の展示発表
- 文芸作品の出版または発表
- 芸術文化の交流（市外での活動も可）

※定期的に行われる事業や営利目的の事業、営利性の強い団体などが行う事業は、対象になりませんのでご注意ください。

■補助金額 費用の2分の1以内で、予算の範囲内（上限4万円）

※申請団体が多い場合は、補助額が少なくなります。

■申請方法 塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課または市ホームページにある申請書に記入の上、必要書類とともに提出してください。

■申込締め切り日 4月28日(金)

市役所の組織を変更します 問 企画課企画係 ☎内線1351

市民サービスを維持・向上させながら、事務の最適化を図るため、市の組織を一部変更します。

■内容 健康づくり課へ「コロナワクチン接種推進係」を設置

国において新型コロナウイルス感染症についての取り扱い変更が予定されていることから、新型コロナウイルス感染症ワクチン接種推進室を廃止して、関連事務を健康づくり課内のコロナワクチン接種推進係へ移行します。

なお、市民の皆様のワクチン接種については、引き続き万全の体制を整えていきますのでご安心ください。

○健康づくり課コロナワクチン接種推進係 ☎内線2148

民生児童委員の決定

問 福祉課地域福祉係 ☎内線2112

令和4年の民生児童委員の一斉改選に伴い、新たに1人の民生児童委員が委嘱されました。新たに委嘱された委員は、次のとおりです。

■担当地区および担当組

大門五番町（1～4、6～17、20～26、40～43、48）

■氏名 新家 正

※民生児童委員・主任児童委員に関するお問い合わせは、福祉課地域福祉係へご連絡ください。

産前産後期間の国民年金保険料が免除されます

問 市民課国保年金係 ☎0772
松本年金事務所 ☎315240

国民年金第1号被保険者が出産した際、出産前後の一定期間の国民年金保険料が免除されます。

■対象

国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の人

■免除期間

出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間

※双子以上の場合、出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間です。

※免除が認められた期間は、保険料を納付したものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

■申請時期

出産予定日の6カ月前から

■申請に必要な書類

- 本人確認書類
- 母子健康手帳などの出産日を確認できるもの
- 基礎年金番号通知書（年金手帳）またはマイナンバーカード（通知カード）

※妊娠期間85日以上、死産、流産、早産も、免除の対象になります。申請には、死産証明書、死胎埋火葬許可証、医療機関が発行した証明書または死産などの日および身分関係を明らかにすることができる書類などが必要です。

■申請先

市役所1階市民課国保年金係

国民年金保険料は前納割引がお得です

問 市民課国保年金係 ☎0772
松本年金事務所 ☎315240

令和5年度の国民年金保険料は月額1万6,520円で、4月初旬に1年分の納付書が届きます。保険料は、定められた月数分を前納すると割引になります。

■毎月納める場合と比較した割引額

○2年前納 1万4,830円

○1年前納 3,520円

○6カ月前納 810円

※1年前納、6カ月前納は同封されている前納用の納付書をご利用ください。2年前納を希望する場合は、松本年金事務所へご連絡ください。※保険料の納付が困難な人のための免除制度や、学生のための特例制度もあります。詳細はお問い合わせください。

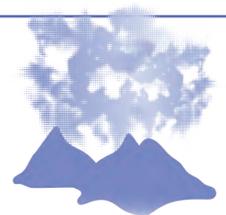
区長の身分を変更

問 地域づくり課地域づくり係 ☎内線1151

区長（自治会長）は、地方公務員法の一部改正（令和2年4月1日施行）により、地方公務員法第3条第3項第三号に規定する特別職非常勤職員として位置付けられなくなりました。

林野火災を防止しましょう

問 塩尻消防署 ☎0119
広丘消防署 ☎3010
木曾消防署北分署（樫川地区） ☎0264363119



令和5年全国山火事予防運動の統一標語は、「火の確認 山を愛するあなたのマナー」です。

4月は空気が乾燥し、風の強い日が多いため、山火事の発生しやすい季節です。たき火、火入れなどは大変危険ですので、火の取り扱いには十分注意し、次のことを必ず守りましょう。

また、たき火、火入れなどを行う際は、消防署に必ず届け出ましょう。

○枯れ草などのある火災が起こりやすい場所では、たき火をしないこと
○たき火など火気の使用中はその場を離れず、使用後は完全に消火すること

○強風時および乾燥時には、たき火、火入れをしないこと

○森林法で定められた範囲内で火入れを行う際は、市町村長の許可を必ず受けるとともに、あらかじめ必要な防火対策を講じること

○たばこは、指定された場所で喫煙し、吸いながらは必ず消すとともに、投げ捨てないこと

○火遊びはしないこと、また、させないこと

塩尻市芸術文化振興協会の 会員を募集

問 社会教育スポーツ課社会教育係
☎②0902

会員になると、市主催の芸術文化事業（芸術祭、音楽祭、文化祭、洋楽舞踊フェスティバル、演劇フェスティバル）の企画・運営・出演ができます。募集は随時行っています。

■資格 市内を中心にアマチュアとして芸術文化活動をしている個人および団体などで、会の運営に携われる人

■会費 無料

■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または市ホームページにある申請書に記入の上、提出してください。

※申込時期によっては参加できない事業もあります。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

塩尻市環境審議会委員を募集

問 生活環境課環境係 ☎②0744

市の環境保全に関する重要事項を調査審議する委員を募集します。

■資格

市内に在住する20歳以上で、平日昼間の会議（年3回程度）に出席できる人

■任期 令和5年6月1日から2年間

■募集人数 若干名

■選考方法 書類選考

■申し込み方法

任意の様式に「住所」「氏名」「生年月日」「職業」「電話番号」「応募動機」を明記し、メール（✉kankyo@city.shiojiri.lg.jp）で送付するか、市役所1階生活環境課環境係に持参または〒399-0786 大門七番町3番3号 生活環境課環境係宛てに郵送してください。

■申込締め切り日 4月28日(金)(必着)

塩嶺体験学習の家をご利用 ください

問 社会教育スポーツ課社会教育係
☎内線3136

■開館期間 5月9日(火)～11月30日(休)

■休館日

月曜日、祝日の翌日（月曜日が祝日の場合はその翌日）

■設備

宿泊室ベッドルーム(2人部屋14室)、ラウンジ、食堂、厨房、浴室、トイレ、屋外バーベキューコーナー
※食事の提供はありませんので、各自でご用意ください。厨房、屋外バーベキューコーナーはありますが、食材、鉄板、網、炭などは持ち込みとなります。

■料金（市内在住者）

○宿泊 ・高校生以下 510円

・一般 1,030円

○日帰り ・高校生以下 250円

・一般 510円

※宿泊の場合は、クリーニング代300円が別途必要です。

※屋外バーベキューコーナーのみ利用の場合は、利用料100円が別途必要です。

※市外の人も利用できますが、利用料金が異なりますのでご注意ください。

■申し込み方法

電話または塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課社会教育係でお申し込みください。

○受付時間

平日午前8時半～午後5時

※詳細は市ホームページをご覧ください。

募集

消費生活の会の会員を募集

問 消費生活センター ☎内線1195

消費生活に関する知識の普及および実践活動を通じ、市民生活の向上に寄与する会です。興味がある人はぜひご参加ください。

■活動内容 消費生活に関する学習会、視察研修、啓発活動など

※体験参加も可能です。

■会費 年300円

※詳細はお問い合わせください。

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の 年金からの仮徴収が始まります

問 市民課国保年金係 ☎②0772

令和5年4月から、令和5年度国民健康保険税（以下保険税）および後期高齢者医療保険料（以下保険料）の、年金からの仮徴収（天引き）を開始します。

仮徴収とは、4月時点でその年度の保険税・保険料額が確定していないため、前年度の額を基に4月、6月、8月の年金から保険税・保険料を徴収するものです。

また、10月以降の年金からの徴収額は、5年度保険税・保険料の確定額と合わせ、7月に改めて通知します。

※5年度保険税・保険料の確定額により、納付方法が普通徴収（口座振替または納付書による納付）に変更となる場合があります。

①前年度に引き続き年金天引きの人

2月に徴収した額と同額を、4月、6月、8月の年金から徴収します。なお、前年度の前半（4月、6月、8月）と後半（10月、12月、2月）で金額の差が大きい場合、徴収額が年間を通じてなるべく均等になるように6月、8月の金額を調整し、その旨を通知します。

(例)	4年度 徴収額		5年度 仮徴収額		
	5年2月		5年4月	6月	8月
	6,400円		6,400円	6,400円	6,400円

②今年度から新たに年金天引きになる人

前年度の保険税・保険料額を基に仮徴収額を決定し、年金から徴収します。該当する人には、「特別徴収開始通知書」をお送りします。

※今月号に掲載している情報は、3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。

☎…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。

ミズノ・ウォーキング教室

問 ユメックスアリーナ ☎⑤3800

ウォーキングをする上で、気を付けたいポイントをお伝えします。基本の姿勢や腕の振り方などを学び、より気持ちよく歩くためのコツを練習しましょう。

- 対象 18歳以上
- 日時 5月14日(日)
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 (保険料など)

■持ち物
運動できる服装、
運動靴、タオル、
飲み物、室内用
運動靴(雨天時)



■申込方法
ユメックスアリーナ窓口または電話でお申し込みください。

■申込開始日
4月15日(土) 午前9時

講座・教室

パソコン基礎講座 「文字入力の基本」

問 市民交流センター ☎⑤3350

マウス操作と文字入力を、基本から学習します。

- 期日 5月15日(月)・16日(火)・18日(木)
- 時間 午前10時～正午
- 場所 えんぱーく 2階ICTルーム
- 定員 30人 (申し込み多数の場合は抽選)
- 受講料 1,800円(別途テキスト代450円)

■申し込み方法 はがきまたはメールで「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、講座名には「5月」と明記してお申し込みください。

○申込先 〒399-0736 大門一番町12番2号 市民交流センター宛
(☎collabo@city.shiojiri.lg.jp)

■申込締め切り日 4月28日(金)
※託児(有料)を希望する場合は、事前にご相談ください。

きらめきヘルシー教室(健康教室)

問 健康づくり課保健予防係 ☎⑤0858

栄養についてのお話や、調理実習を通して自分や家族の食生活を見直し、健康的な生活について考えます。この教室の修了者は、地域で食生活を通じたボランティア活動を行う「食生活改善推進協議会(食改)」に入会できます。健康づくりやボランティアに関心がある人はぜひご参加ください。

期日および内容

期日	内容
4月27日(木)	開講式、若さを保つバランス食生活
5月19日(金)	体の中からアンチエイジング～コレ ^ス 捨て減 ^シ る脂 ^ン な食事～
6月2日(金)	おいしくヘルシーな味付け術～塩分と上手に付き合う～
6月16日(金)	体の中からアンチエイジング～高血糖予防～
6月30日(金)	閉講式、おいしく・楽しく食事を

- 時間 午前9時半～午後1時頃
 - 場所 塩尻総合文化センター2階211学習室、料理実習室
 - 講師 健康づくり課管理栄養士
 - 定員 15人(先着順) ■参加費 500円(食材費など)
 - 持ち物 筆記用具、電卓、参加費 ■申込締め切り日 4月26日(水)
- ※電話でお申し込みください。

催し

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体を動かし、日頃の運動不足を解消しましょう。

- 日時 4月15日(土)
午後1時半～4時
 - 場所 市立体育館
 - 持ち物 上履き、飲み物
- ※申し込み、参加費は不要です。
※ポッチャの道具の貸出数が5セット増えました。ご利用の際は市立体育館の窓口にて貸し出し手続きを行い、ご利用ください。

塩嶺小鳥の森探鳥会

問 自然博物館 ☎⑤6342

- 日時 4月29日(土)
午前9時～11時半
 - 集合場所 塩嶺閣(岡谷市)
 - 観察地 塩嶺小鳥の森(岡谷市)
 - 講師 林 正敏さん(日本野鳥の会諏訪支部名誉支部長)
 - 定員 20人(先着順)
 - 持ち物 メモ用具、双眼鏡(ある人)、飲み物、雨具など
 - 申込開始日時
4月11日(火) 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)

妙義山城を歩く

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日曜日) ☎⑤5520

戦国時代の豪族三村氏の居城であった洗馬の妙義山城を案内を聞きながら登ります。

- 日時 4月30日(日) 午前9時半～正午(雨天中止)
 - 集合場所 本洗馬歴史の里資料館
 - 講師 中原 文彦さん(信濃史学会会員)
 - 定員 30人(先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込開始日時
4月7日(金) 午前10時
- ※電話でお申し込みください。

令和5年度人間ドック等補助金交付について

問

- 国民健康保険加入者 市民課国保年金係 ☎⑤0772
- 後期高齢者医療制度加入者 健康づくり課健康推進係 ☎⑤0854

- 対象 ○国民健康保険加入者で受診時に満35～74歳の人
○後期高齢者医療制度加入者
※同じ年度内に市国保特定健診または後期高齢者健診を受診した人の申請はできません。
- 受診期間 4月～6年3月
- 補助額（受診した年度内で1回のみ申請可能）
 - 国民健康保険加入者 ・日帰り 1万5,000円
・1泊2日 2万円 ・脳ドック(併用可) 1万円
 - 後期高齢者医療制度加入者 ・日帰り 1万円
・1泊2日 1万円 ・脳ドック(併用可) 5,000円
- 申請先
 - 国民健康保険加入者 市役所1階市民課国保年金係または各支所
 - 後期高齢者医療制度加入者 市保健福祉センター2階健康づくり課健康推進係または各支所
- 持ち物 健康保険証、医療機関発行の領収書、受診結果表、振込先が分かるもの（預金通帳など）、本人確認書類（マイナンバーカードなど）
※提出された受診結果表は、個人情報厳格に管理・保管し、医療費増大の主たる要因である生活習慣病の予防・重症化予防・改善のための保健指導や保健事業に関する施策検討・実施のために活用します。

職業訓練

障がい者対象の職業訓練「在宅就労を目指したITスキル習得科」

問 長野県松本技術専門学校 ☎③3158

障がいがあり、通所が困難または集合訓練での受講が困難などの事情のある人が対象の職業訓練です。在宅就労を目標に、ビジネス文書やホームページ制作など基礎技術の習得を目指します。この訓練は、自宅での受講となります。

- 資格 ハローワークに求職登録をしている障がい者
- 訓練期間 5月10日(水)～7月27日(木)
- 時間 午前10時～午後4時
- 定員 5人
- 受講料 無料
- 申し込み方法 ハローワーク松本の障がい者担当にお申し込みください。
- 申込締め切り日 4月20日(木)



第1回ふたごちゃん会「親子で楽しみ&おしゃべり交流会」

問 子育て支援センター ☎③3382

双子(多胎児)のお子さんがある家庭や、双子を妊娠している人たちが、楽しく遊んだり情報交換をしたりします。

- 対象 双子(多胎児)のお子さんたちとその保護者、または双子を妊娠している人(就園・就学している双子のお子さんたちも参加可)
- 日時 5月13日(土) 午前10時～11時半
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール
- 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(電子申請)からお申し込みください。
- 受付期間 4月1日(土)午前8時～5月5日(金)午後5時
※お問い合わせは電話で受け付けています。(水曜日は休館日)



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 4月25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 「パリのアメリカ人」(1951年米映画)
- 定員 40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 4月11日(火)

子育て

子ども広場をご利用ください

問 子ども広場 ☎③6660

子ども広場は、0～6歳(未就学)のお子さんと保護者が遊べる屋内公園です。利用には登録が必要です。令和5年度に利用を希望する人は、4月1日以降に登録の手続きをしてください。

- 対象 0～6歳(未就学)のお子さんとその保護者
- 登録料 300円
※お釣りが出ないようご協力をお願いします。
- 登録手続きに必要なもの
 - 本人確認ができるもの(運転免許証など)
 - 利用登録証(現在登録している人のみ)
- 登録方法 子ども広場で令和5年度利用登録申請書に記入し、お申し込みください。
※登録にはお時間をいただきます。ご理解とご協力をよろしくお願い致します。
※同一世帯の人のみ登録ができます。登録する人の「住所」「電話番号」「生年月日」など、あらかじめご確認の上お越しください。なお、同居していない祖父母・叔父・叔母などの人は、利用のたびに「当日受付票」への記入が必要となります。

※今月号に掲載している情報は、3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。

☎…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。

第17回塩尻知る知りゼミナール

問 シリゼミの会
☎shirizemi@gmail.com

「シリゼミ」は、お店の店主・従業員が講師となりプロならではの専門的な技術やコツを紹介する、少人数制のゼミです。学びになるものから、お子さんも楽しめる体験講座まで開催します。5月中に、実施店舗それぞれでご参加いただけます。

- 期間 5月1日(月)～31日(水)
- ※開催日は各店舗により異なります。
- 場所 市内各店舗
- 内容 手作り体験、セミナーなど
- 参加費 無料（一部材料費などが掛かる場合あり）

第5回シリゼミマルシェinえんてらす

シリゼミがえんてらすに登場する「シリゼミマルシェ」を開催します。プロならではの生活に役立つ学びや体を整える体験、食品の出店販売などがあります。ぜひお越しください。

- 期日 4月23日(日)
- 場所 えんてらす
- 内容 体験ブース、出店販売など
- 入場料 無料（一部参加費が掛かるブースあり）

共通事項

※申し込み方法などの詳細は、シリゼミの会ホームページまたはFacebookをご覧ください。



▲シリゼミの会
ホームページ



▲シリゼミの会
Facebook

塩尻学びサポート

問 塩尻学びサポート（三浦）
☎090-9667-1641

元教員や大学生などが、個別学習をサポートします。

- 対象 小学校高学年～高校生
- 日時 毎週火曜日 午後5時～7時半（出入り自由）
- 場所 えんぱーく2階フリーコミュニティ
- 参加費 無料
- 持ち物 問題集、宿題など
- 申し込み方法 電話で申し込むか、直接会場へお越しください。
- ※スタッフ（ボランティア）も随時募集しています。

バドミントンルール講習会

問 塩尻市体育協会
☎01393

- 日時 5月7日(日)
午前8時半～正午
- 場所 市立体育館
- 講師 公認審判員
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具、ラケット、室内用運動靴
- 申し込み方法 市立体育館1階塩尻市体育協会事務局にある申込書に記入の上、提出してください。
- 申込締め切り日 4月27日(木)

マレットゴルフ会員を募集

問 塩尻市マレットゴルフ協会(小野)
☎080-1112-8844

小坂田マレットゴルフ場で一緒にマレットゴルフを楽しみませんか。随時会員を募集しています。

- 会費 年1,000円（8月以降の入会は500円）
- ※電話でお申し込みください。

伝言板

こどもの日施設無料開放

問 ヘルスパ塩尻 ☎0263-3939

- 期日 5月5日(金・祝)
- 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
- ※詳細はお問い合わせください。

完コピ! K-POPダンス無料体験

問 キッズダンススクール(松岡)
☎080-6185-6873

みんなで楽しく、K-POPダンスを踊りましょう!

- 対象 小学1年生～中学生
- 期日 4月6日・13日・20日・27日の木曜日(全4回)
- 時間 午後6時から
- 場所 堅石区民センター
- ※電話でお申し込みください。

国民健康保険・後期高齢者医療制度加入の人へ傷病手当金制度のご案内

問 市民課国保年金係 ☎0263-0772 ページID:0003027、0002699

国民健康保険または後期高齢者医療制度加入者のうち、次の要件を満たした人に、傷病手当金を支給します。

■支給要件（次の全てに該当する人）

- 勤め先から給与の支払いを受けており、国民健康保険または後期高齢者医療制度の加入者で、新型コロナウイルス感染症に感染、または発熱などにより感染が疑われる人
- 新型コロナウイルス感染症に感染、または感染の疑いにより、その療養のために労務に服することができずその期間が3日間を超える人
- 労務に服することができない期間に対する給与の支払いを受けられない人（期間中に給与の一部の支払いを受けられる場合は、傷病手当金との差額が生じる場合にその差額分を支給）

■支給対象期間

令和2年1月1日～5年5月7日の間に感染した新型コロナウイルス感染症の療養のために労務に服することができない期間（ただし、入院が継続される場合などは最長1年6カ月まで）

- ※5年5月7日をもって、傷病手当金制度は終了となります。
- ※5年5月7日以前に感染し、5年5月8日以降も療養のために労務に服することができない期間については、傷病手当金の対象となります。
- ※支給を受けるためには申請が必要です。また、申請には2年の時効がありますので、事前に電話でお問い合わせください。

ピラティスサークルのメンバーを募集

問 ピラティスサークルコア(長村)
☎080-2553-8337

体の体幹を鍛えるピラティスをやりませんか。産後や運動不足、体力が低下している人におすすめです。

■対象 女性

■期日 4月7日(金)・20日(木)
(以降月2回開催)

■時間 午前10時半～正午

■参加費 1回1,000円(講師代など)

※電話でお申し込みください。

※体験入部も実施しています。(1回500円)

※託児(有料)を希望する人は、申込時にお伝えください。

訂正

広報塩尻3月号20ページに掲載した「考える農業学習塾令和5年度塾生を募集」の問い合わせ先に誤りがありました。お詫びして訂正します。

詳細は、農林課農業振興係 ☎⑤0818)までお問い合わせください。

4月の納期限

■上下水道料金 4月28日(金)

5年3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

ハイローチェア(白×グレー)		
エレクトーン YAMAHA	中古	無料
洗濯機 Panasonic2016年製		
ゆずってください		
子ども用自転車 20インチ～24インチ	中古	無料 ・ 格安
大人用自転車26インチ		
広陵中体操着		

※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。

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
☎⑤4567

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。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 4月17日(月)・28日(金)、5月15日(月) 午後1時半～2時半

■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ので、時間に余裕をもってお越しください。

シルバー刃物研ぎ屋さん

家庭にある包丁や剪定ばさみなどを研ぎます。

期日および場所

○4月10日(月)・24日(月)、5月8日(月)・22日(月)

塩尻地域シルバー人材センター

○4月18日(火) えんてらす

■時間 午前8時半～11時

※申し込み、参加費は不要です。

あしなが第8回チャリティコンサート

問 夢音マンドリーノ(笠原)
☎090-4180-7083

プロのマンドリン奏者、折井清純さんと、夢音マンドリーノによる演奏会です。

■日時 5月13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

プログラム

- ひまわり
- シェルブールの雨傘
- 童謡メドレー
- サンダルチア
- ドミノ
- ラ・クンパルシータ
- アイネ・クライネ・ナハト・ムジーク など

※申し込み、入場料は不要です。

※当日、会場に募金箱を設置し、経費を除いた全額をあしなが育英会へ寄付します。皆さんのご協力をよろしくお願いします。

不登校と引きこもりの子を持つ親御さんへの相談会

問 学習支援センター実帰舎(家田)
☎⑤6203

不登校や引きこもりは、当事者だけでなく親御さんの悩みでもありません。不登校や引きこもりの子を持つ親御さんへの相談会を開催します。

■日時 4月11日(火)・18日(火) 午後1時～5時(以降第2、第4火曜日に定期開催)

■場所 えんぱーく2階フリーコミュニティ

■応対者 家田 典和さん(実帰舎理事長)

■定員 1日あたり2組(当事者の参加も可)

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具

※電話でお申し込みください。

☆カラコロ元気合気道教室☆

問 塩尻市体育協会合気道部(中島)
☎080-6995-9190

合気でカラダとココロを元気にしよう! 子どもから大人まで、初心者大歓迎です。

■期日 4月1日(土)～23日(日)(全5回)

時間

○土曜日

- ・子ども 午後1時半～2時半
- ・大人 午後3時～4時半

○日曜日

- ・子ども 午前9時半～10時半
- ・大人 午前11時～午後0時半

■場所 市立体育館柔道場ほか

■定員 各クラス5人(先着順)

■参加費 2,000円(会場使用料など。別途スポーツ保険料あり)

スカイライン>R大集合スーパーエキシビジョン

問 ARC実行委員会(倉品)
☎080-4166-5363

スカイラインやGTRなどの展示会です。シークレットゲストのトークショーやじゃんけん大会も行います。

■日時 5月3日(水・祝)
午前10時～午後3時

■場所 やまびこドーム(松本市)

■入場料 無料