



# レザンホール へ行こう!

■問い合わせ先 レザンホール

☎0263⑤5503

※レザンホール自主・共催事業は、政府自治体などによる新型コロナウイルス感染症対策のガイドラインに沿って実施します。



■休館日 7月3日(月)・10日(月)・18日(火)・24日(月)・31日(月)

## 7月30日(日)

### 仮面ライダー スーパーライブ2023 「ギーツ」

従来のキャラクターショーの枠を超え、レーザーや照明、音響機器を駆使したスペシャルアクションステージ。



## 9月2日(土)

### 南こうせつ コンサートツアー2023 ～夜明けの風～

デビューから現在までにいたる名曲の数々をユーモアたっぷりなトークとともにお贈りします。



## 10月14日(土)

### 劇団四季ミュージカル 「クレイジー・フォー・ユー」

観るだけで、幸せになれる。これぞミュージカル・コメディの決定版！ラブコールに呼んで8年ぶりに贈る、とびきりハッピーな舞台。



大ホール<全指定席>

○前売り 3,500円 ○当日 4,000円

※3歳未満膝上鑑賞無料。ただし座席の必要な場合は有料。

開場 ①午前9時45分 ②午後1時15分

開演 ①午前10時半 ②午後2時

チケット発売中

大ホール<全指定席> 6,800円

※未就学児入場不可

開場 午後4時半 開演 午後5時

チケット発売中

大ホール<全指定席>

○S席 10,000円 ○A席 8,000円

※3歳以上有料、3歳未満入場不可

開場 午後0時半 開演 午後1時

チケット発売開始日時

7月22日(土)午前10時から

初日の窓口販売はありません

## ユメックスアリーナ

# YOUNMEX ARENA

### イベント情報

#### 夏休み子ども工作教室

自分で実際に手作りしたもの（紙飛行機・フリスビーなど）を使い、走る・跳ぶなど遊び感覚で運動を行う教室です。

■対象 ○幼児クラス 年中児および年長児とその保護者

○小学生クラス 小学1～3年生

■期日 8月5日(土)

■時間 ○幼児クラス 午前9時半～10時半

○小学生クラス 午前11時～正午

■参加費 各550円（保険代など）

■申込開始日時 7月7日(金) 午前9時

#### 【共通事項】

■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

■持ち物 運動できる服装、室内用運動靴、飲み物、タオル  
※見学者も室内用運動靴をお持ちください。

■申し込み方法 ユメックスアリーナ受付または電話でお申し込みください。

※定員になり次第、キャンセル待ちとなります。

#### ミズノ・走り方教室

走る時の基本姿勢や足の動かし方などのコツを学び、より速く走るための練習をします。

■対象および日時

○幼児クラス（年中児および年長児）

8月20日(日)、9月2日(土) 午前9時半～10時半

※幼児クラスは両日参加可能です。

○小学校低学年クラス（小学1～3年生）

8月20日(日) 午前11時～正午

○小学校高学年クラス（小学4～6年生）

9月2日(土) 午前11時～正午

■参加費 各1,100円（保険代など）

■申込開始日時 7月20日(木) 午前9時

ユメックスアリーナ

☎0263⑤3800

最新情報は、YOUNMEX ARENAホームページ  
(☎ <https://shisetsu.mizuno.jp/7629>) を  
ご覧ください。





# ご相談はこちらへ

★印は事前に申し込みが必要です。

★相続・贈与・登記相談 市民課 ☎内線1198

7月11日(火) 午後1時～4時 塩尻総合文化センター

★公証相談 市民課 ☎内線1198

7月11日(火) 午後1時半～3時 塩尻総合文化センター

行政相談 市民課 ☎内線1198

7月12日(水) 午後1時～3時 塩尻総合文化センター

★法律相談 市民課 ☎内線1198

7月13日(木)・20日(木)・27日(木) 午後1時～4時 塩尻総合文化センター

★労働問題全般相談 産業政策課 ☎内線4461

7月20日(木) 午後1時～4時 えんぱーく

★求職者のための心の健康相談 ハローワーク松本 ☎0111

7月20日(木) 午後1時～3時 えんぱーく

★若年者就労相談 産業政策課 ☎内線4461

7月27日(木) 午後1時半～4時半 えんぱーく

★人権なんでも相談 社会教育スポーツ課 ☎内線3135

7月21日(金) 午後1時～4時 塩尻総合文化センター

★こころの健康相談 健康づくり課 ☎0858

7月26日(水) 午後2時～5時 市保健福祉センター

★精神障がい者相談 福祉課 ☎内線2116

7月19日(水) 午後4時～5時 市保健福祉センター

結婚相談 長寿課 ☎内線2127

7月10日(月) 午後1時半～3時 市保健福祉センター

★成年後見専門相談 塩尻市社会福祉協議会 ☎02795

7月14日(金) 午後1時半～3時半 市保健福祉センター

★市民活動無料相談 市民交流センター ☎03350

7月9日(日)・25日(火) 午前10時～午後2時 えんぱーく

月～金曜日(祝日を除く)に行っている相談

消費生活相談 市民課 ☎内線1129

市民課 消費生活センター

★健康・食事・歯科なんでも相談 健康づくり課 ☎0858

市保健福祉センター 健康づくり課

★メンタルヘルス相談 健康づくり課 ☎0858

市保健福祉センター 健康づくり課

身体障がい者相談 福祉課 ☎内線2115

市保健福祉センター 福祉課

子育て、ひとり親、教育相談 家庭支援課 ☎0891

塩尻総合文化センター 家庭支援課

若者サポート相談 家庭支援課 ☎0891

塩尻総合文化センター 家庭支援課

女性相談 ※女性以外も可 社会教育スポーツ課 ☎0783

塩尻総合文化センター 社会教育スポーツ課

職業相談 塩尻市ふるさとハローワーク ☎05588

えんぱーく 塩尻市ふるさとハローワーク

ボランティア相談・福祉総合相談 塩尻市社会福祉協議会 ☎02795

市保健福祉センター 塩尻市社会福祉協議会

※市外局番0263は省略しています。



## 休日の当番医等

塩筑医師会  
塩筑歯科医師会  
松本薬剤師会

※最新の情報は市ホームページをご覧ください。  
※診療科目については、医療機関に直接お問い合わせください。



期日	医療機関名	所在地	☎
発熱や咳などの症状がある場合は、必ず医療機関か「受診・相談センター(☎026-235-7278)」へ電話をして、その指示に従ってください。			
7月2日(日)	荒井内科小児科医院	吉田	☎3646
	田村眼科医院	大門	☎2229
7月9日(日)	今井医院	吉田	☎1165
7月16日(日)	ひろおか上條クリニック	広丘	☎3372
7月17日(月)	もみの木こどもクリニック	広丘	☎0753
7月23日(日)	桔梗ヶ原病院	宗賀	☎0012
7月30日(日)	しいな医院	大門	☎2933
夜間緊急医	夜間急病センター	松本市城西	☎0622

期日	医療機関名	所在地	☎
必ず電話で予約してください。予約時に担当医が緊急性の有無を判断して、必要な人のみの診療となります。			
7月2日(日)	つづく歯科医院	吉田	☎63388
7月9日(日)	歯科手塚医院	宗賀	☎0498
7月16日(日)	はせがわ歯科医院	吉田	☎80089
7月23日(日)	細川歯科医院	大門	☎0339
7月30日(日)	細川歯科第2診療所	広丘	☎9213

期日	医療機関名	所在地	☎
7月2日(日)	小松薬局(9時半～)	大門	☎0430
7月9日(日)	広丘野村とをしや薬局	広丘	☎6022
7月16日(日)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	☎5311
7月17日(月)	広丘野村とをしや薬局	広丘	☎6022
7月23日(日)	ききょう薬局	宗賀	☎0502
7月30日(日)	あい薬局	大門	☎3851


■医科 ○日曜日・祝日 午前9時～午後5時  
○夜間緊急医 午後7時～11時

■歯科 午前9時～正午

■薬局 午前9時～午後6時

時間等

ながの医療情報Net (県内の医療機関)

🌐 <https://www.qq.pref.nagano.lg.jp> ▶ 

松本市医師会 (松本市内の医療機関)

🌐 <https://www.matsu-med.or.jp> ▶ 