

中退共制度のお知らせ

問 中小企業退職金共済事業本部
☎03-6907-1234

中小企業退職金共済制度（中退共）は、国が支援する中小企業のための退職金制度です。

■特長

- 掛け金の一部を国が助成
- 掛け金は全額非課税で手数料がかからない
- 外部積立式なので管理が簡単
- パートタイマーや家族従業員も加入可能

※詳細は中退共ホームページ（☎<https://chutaikyo.taisyokukin.go.jp>）をご覧ください。なお、市でも共済掛け金の一部を助成する制度を設けています。詳細は市ホームページをご覧ください。

建退共制度のお知らせ

問 建設業退職金共済事業本部事業推進課
☎03-6731-2867

建退共制度は、建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的に設立された退職金制度です。

■特長

- 経営事項審査で加点評価の対象
- 掛け金の一部を国が助成
- 掛け金は税法上全額非課税
- 退職金は企業間を通算して計算

※詳細は建退共ホームページ（☎<https://www.kentaikyo.taisyokukin.go.jp>）をご覧ください。

スマホやパソコンで認知機能をチェック

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」「知っている人の名前を思い出せない」「物のしまい場所を忘れる」こんなことはありませんか。質問に答えて、認知機能のチェックを行います。

右のコード（☎https://fishbowlindex.net/shiojiri/6oDjsG2BMoJp_DB4cYD0Qw/menu.pl）からチェックできます。



「令和5年住宅・土地統計調査」にご協力ください

問 企画課企画係 ☎02757

住宅・土地統計調査は、統計法に定める基幹統計調査です。住宅などが居住する建物（高齢者居住施設、社員寮など）の実態や、現住居以外の住宅や土地の保有状況などを地域別に明らかにし、住まいや生活に関する基礎資料を得ることが目的です。また、空き家の所有状況や高齢者の住まいなど重要性が高まっていることについても把握します。

■調査基準日 5年10月1日

■調査対象

総務大臣の定める方法により抽出され、本市では145調査区、約2,500世帯が調査対象の予定です。

■調査期間 9月上旬～10月下旬

■調査項目 居住室数、住宅の広さ、構造、世帯の構成、通勤時間など

■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および回収に伺います。インターネットや郵送でも回答できます。

児童扶養手当の現況届の提出をお忘れなく

問 家庭支援課家庭支援係
☎020891

児童扶養手当の認定を受けている人は、毎年8月中旬に現況届の提出が必要です。対象となる人には、現況届に関する書類を発送しました。必ず受給資格者本人が手続きをしてください。現況届の提出がないと11月分以降の手当を受けることができなくなりますので、ご注意ください。

■受付期間 8月1日(火)～31日(土・日曜日、祝日を除く)

■受付時間

午前8時半～午後5時15分

※18日(金)と28日(月)は午後8時まで受け付けます。

■受付場所 塩尻総合文化センター
1階家庭支援課

※18日(金)は午後3時～7時にハローワーク松本による就労に関する出張相談があります。希望する人は、塩尻総合文化センター2階212学習室までお越しください。

お知らせ

農業者向けインボイス制度説明会

問 農林課農業振興係 ☎内線1262

10月1日(日)から導入される「適格請求書等保存方式(インボイス制度)」について学ぶ農業者向けの説明会です。

■対象 市内農業者でインボイス制度について学びたい人

■日時 8月23日(水)
午後3時～4時半

■場所 市保健福祉センター3階市民交流室

■講師 松本税務署職員

■定員 50人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具

■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。



■申込期間 8月1日(火)～22日(火)

塩尻環境スタンダード認証・登録制度に新たな事業所が登録されました

問 生活環境課環境係
☎02744

塩尻環境スタンダード認証・登録制度は、市内事業所の環境負荷低減活動を支援するための環境管理システムです。登録事業所には、環境にやさしい事業所として、省エネ・省資源などに取り組んでいただいています。

■登録企業名

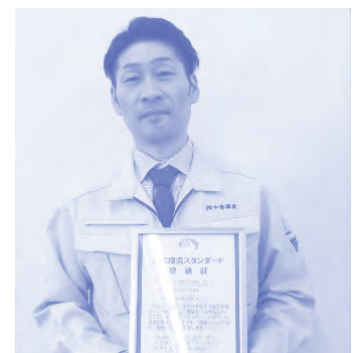
株式会社中竜興業

■業種

建設業

■企業の環境方針

第二次塩尻市環境基本計画に基づき、地球温暖化対策に貢献し、人と環境にやさしい事業所を推進します。



「2023信州ねんりんピック」の 出展作品を募集

問 長野県長寿社会開発センター
☎026-226-3741

- 出品者資格 県内在住の60歳以上でアマチュアの人
 - 募集作品 日本画、洋画、彫刻、手工芸、書、写真（出品数は1人1点、出品者により創作されたもので未発表作品のみ）
 - 展示期間 9月8日(金)～10日(日)
 - 展示場所 丸子文化会館セレスホール（上田市）
 - 申し込み方法 市保健福祉センター1階長寿課にある募集案内を確認の上、出品票に記入し、作品とともに長寿課に提出してください。
 - 申込締め切り日 8月17日(木)
- ※募集案内、実施要項は県長寿社会開発センターホームページ（URL<https://www.nicesenior.or.jp/>）からダウンロードできます。

県営住宅の入居者を募集

問 県住宅供給公社松本事務所
☎④0240

- 募集内容 塩尻市、松本市、安曇野市内の県営住宅の入居者（10月1日付で入居）
- ※詳細は決定次第、県住宅供給公社ホームページ（URL<http://www.nagano-jkk.jp/>）に掲載します。
- 資格 次のすべてを満たす人
 - 同居または同居予定の親族がいる人で、住宅に困っている人（単身で入居可能な場合あり）
 - 収入が一定の額以下の人
 - 申込者および同居者が暴力団員でない人
 - 募集期間 8月17日(木)～30日(水)（土・日曜日を除く）
- ※詳細はお問い合わせください。

8月の納期限

- 市・県民税 8月31日(木)
- 国民健康保険税 8月31日(木)
- 後期高齢者医療保険料 8月31日(木)
- 上下水道料金 8月31日(木)

令和6年度介護サービス 相談員を募集

問 長寿課介護保険係 ☎内線2121

- 介護サービス相談員は、市長から委嘱を受けて活動します。
- 応募資格 市内在住者で、次のすべてを満たす人
 - 月3回程度相談業務に従事できる人
 - 市が指定する研修を受講できる人
 - 普通自動車免許を取得している人
 - 内容 市内介護施設を訪問し、介護サービスの利用者やその家族らからサービスに関する不安や困りごとなどを聞く
 - 採用人数 若干名
 - 報酬 相談活動など1回につき3,350円（予定）
 - 申込期間 8月1日(火)～9月29日(金)
 - 選考方法 面接
- ※電話でお申し込みください。
※詳細は市ホームページをご覧ください。
※詳細はお問い合わせください。

「寄付を体験しよう」講座 の協力団体を募集

問 市民交流センター市民活動支援係
☎③3350

- 若年層のまちづくりへの参加意識の醸成を目的に、学生たちがNPO法人や市民活動団体へ実際に寄付を体験できる講座を開催します。当日の寄付先として協力できるNPO法人や市民活動団体を募集します。
- 対象 社会問題や地域課題に取り組むNPO法人または市民活動団体で、講座当日に活動内容のプレゼンができる団体
 - 日時 10月21日(土)
午後1時～4時半
 - 場所 えんぱーく5階イベントホール
 - 定員 3団体（申し込み多数の場合は抽選）
 - 参加費 無料
 - 申込締め切り日 8月31日(木)
- ※電話でお申し込みください。（水曜日は休館）
※詳細は市ホームページをご覧ください。

募 集

令和6年度に採用する松本広 域連合消防職員（初級）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（初級）
 - 資格
 - 平成12年4月2日～18年4月1日に生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する人（4年制大学を卒業または卒業予定者は除く）
 - 採用人数 若干名
 - 第1次試験日 9月17日(日)
 - 内容 教養、適性、体力試験
 - 試験会場
 - 教養試験 松本市役所波田支所
 - 体力試験 松本市波田体育館
 - 申し込み方法 松本広域連合ホームページ（URL <https://www.m-kouiki.or.jp/>）または松本広域消防局ホームページ（URL <http://www.m-kouiki119.jp/matsu/MatsuServ>）にある申込書に記入の上、〒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に郵送してください。
 - 申込期間 8月18日(金)～25日(金)（簡易書留、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記入した角型2号の返信用封筒を同封し、赤字で「試験案内希望」と記入の上、松本広域連合事務局総務課宛てに郵送してください。

から滝の峯登山参加者を募集

問 洗馬支所 ☎⑤0053

- どなたでも登ることができ、運が良ければ、北アルプスやハケ岳などを見ることができます。
- 日時 8月26日(土)
午前8時～午後3時半
 - 集合場所 小曾部萱野林間広場
 - 参加費 無料
 - 申し込み方法 電話またはメール（✉seba@city.shiojiri.lg.jp）でお申し込みください。
 - 申込締め切り日 8月18日(金)

トリック・オア・トリートの参加者を募集

問 ハッピーハロウィーンinしおじり実行委員会（産業政策課内） ☎026-235-7112

10月に開催予定のハッピーハロウィーンinしおじり2023のトリック・オア・トリートに参加する人の事前募集を行います。



- 開催日 10月28日(土)
- 場所 大門商店街
- 参加費 1人500円(お菓子代)
- 定員 1,000人(先着順)
- 申込開始日 8月19日(土)
- 申し込み方法

右のコード(📄<https://www.happyhalween.or.jp/>)からお申し込みください。



※事前申し込みの場合でも、当日に会場での受け付けが必要です。
※詳細はお問い合わせください。

歯と笑顔のフォトコンテスト

問 県健康福祉部健康増進課 ☎026-235-7112

皆さんの歯と笑顔にまつわる写真を募集します。



- 応募対象 県内に在住または在学、在勤の人
- 応募期間 9月10日(日)まで
- 応募方法

右のコード(📄<https://forms.gle/WnYuePehXnCWcdmc9>)またはメール(✉photocontest@nagano-da.or.jp)で応募してください。



※メールの場合は、応募者の「氏名」「住所」「連絡先(電話番号)」「写真タイトル」を記載の上、写真を提出してください。

※入賞の発表については、10月初旬頃、県ホームページ(📄<https://www.pref.nagano.lg.jp/kenko-choju/happyou/230529press.html>)および県歯科医師会ホームページ(📄<https://www.nagano-da.or.jp/>)で発表します。

※詳細はお問い合わせください。

市営住宅などの入居者を募集

問 県住宅供給公社塩尻管理センター ☎026-7420

市営住宅 【申込受付期間 8月17日(木)~25日(金)】

団地名	所在地	募集戸数	家賃(月額)
吉田団地	広丘吉田1245番地2	2DKY 2戸 3DKY 2戸	17,600~44,800円
小井戸団地	宗賀1642番地2	2DKY 1戸 3DKY 1戸	17,600~43,400円
宮下団地	木曾平沢2228番地3	2DKB 1戸 4DKB 1戸	4,300~17,700円

※家賃は所得に応じて決定します。

※団地により駐車場使用料が必要です。

※単身入居可能な住宅もあります。詳細はお問い合わせください。

定住促進住宅など 【申込受付期間 8月17日(木)~25日(金)】

団地名	所在地	募集戸数	家賃(月額)
北小野地区若者定住促進住宅	北小野2885番地4	2DKY 2戸	28,000円
特定公共賃貸住宅 贄川団地A	贄川2081番地2	3DKY 1戸	35,000円
特定公共賃貸住宅 贄川団地B	贄川2090番地10	2DKY 1戸(単身可)	30,000円

※団地により駐車場使用料が必要です。

共通事項

- 事前説明期間 8月1日(火)~16日(水)
- 入居可能日 10月1日(日)以降
- 抽選会日時 9月7日(木) 午後1時半から
- 抽選会場 塩尻総合文化センター2階211学習室
- 申し込み方法 塩尻総合文化センター1階県住宅供給公社塩尻管理センターにある申込書に記入の上、平日の午前8時半~午後5時15分に、必要書類を添えて直接提出してください。(申し込みは1世帯につき1戸まで)

※申し込みがなかった住宅は、9月8日(金)から随時募集に切り替えて、先着順で受け付けます。(期限は11月30日(木))

※応募資格などの詳細は、お問い合わせください。

野菜ソースづくり講習会

問 農林課農業振興係 ☎⑤0818

塩尻市農村生活マイスター会員の指導により、地元産の野菜を使った野菜ソースを作ります。

- 日時 8月21日(月)
午前9時～午後2時
 - 場所 塩尻市農産物加工所(旧上柿沢保育園)
 - 定員 5人(先着順)
 - 参加費 1,500円(材料代など)
 - 持ち物 エプロン、三角巾、マスク(調理用)
 - 申込締め切り日 8月14日(月)
- ※電話でお申し込みください。

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 ☎④0993 ページID:0001042

フロアーカーリング、モルックなどの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 8月19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。

第20回 ひらいで遺跡まつり

問 平出博物館 ☎⑤1022

ひらいで遺跡まつりを4年ぶりに開催します！5,000年に及ぶ「ムラ」平出遺跡にお出掛けください。

- 日時 9月3日(日)
午前10時～午後2時
(小雨決行)
- 場所 平出遺跡公園
- 内容
 - 遊びのひろば 火起こし、勾玉づくり、弓矢飛ばし、シャボン玉飛ばし、水ヨーヨー釣り、クイズラリーなど
 - 食のひろば 山賊焼など
 - ステージ公演 大道芸パフォーマンスなど
 - 平出博物館の無料開放

※お手伝いのボランティアも募集中です。
※ひらいで遺跡まつりの詳細は、市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・若者総合相談センター ☎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 8月22日(火) 午後1時～3時
- 場所 えんてらす2階203会議室
- 内容 自分の好きなことをしたり、みんなでボードゲームやカードゲームをしたりして過ごします。
- 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、みんなとやりたいカードゲームやボードゲームなど(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。

発掘体験会「遺跡をほってみよう！」

問 平出博物館 ☎⑤1022

平出博物館が主体となって調査を進めている平安時代の遺跡「五日市場遺跡」(栈敷)で、発掘体験をしてみませんか。



- 期日 ○第1回 8月11日(金)
○第2回 8月19日(土)
(雨天中止)
 - 時間 午前9時半から(2時間程度)
 - 集合場所 みずほ保育園
 - 定員 各回30人(先着順)
 - 申込開始日時 8月4日(金)
午前9時
 - 持ち物 帽子、汚れても良い服装、運動靴または長靴、軍手、飲み物、タオル
- ※電話でお申し込みください。申込時に希望の日をお伝えください。

塩尻市考える農業学習塾主催の夕市

問 農林課農業振興係 ☎⑤0818

塩尻市考える農業学習塾の皆さんが、新鮮な旬の野菜などを販売します。

- 日時 8月10日(木) 午後3時
- 場所 ウィングロード正面入口前

まちづくりチャレンジ事業 実施団体を募集

問 市民交流センター市民活動支援係 ☎⑤3350 ページID:0003989

市民の皆さんが主体となって行う、地域や市民の利益につながる活動を応援する「まちづくりチャレンジ事業補助制度」を活用したい団体を募集します。制度の詳細は市ホームページをご覧ください。市民交流センターで配布しているチラシをご確認ください。

また、制度への応募に関するご相談などは、市民交流センターで随時受け付けていますので、気軽にお問い合わせください。事前に電話でご連絡をいただければ、受付時間外でも相談を受け付けることができます。

- 募集期間 8月18日(金)～31日(木)
- 交付する補助金額
 - 体験型(トライアル事業)
10万円以内

催し

ホンデリングデー

問 社会教育スポーツ課共生推進係 ☎⑤0894

「ホンデリング」は、読まれなくなった本やCD、DVDなどを回収し、売却代金を犯罪被害者支援のために役立てようと全国で行われている取り組みです。

犯罪被害者への理解を深め、本(ホン)で支援の輪(リング)を広げましょう。読んでいない本や聞いていないCDなどがあればぜひ、持ってきてください。

- 日時 8月10日(木)
午前10時～午後3時
- 場所 えんぱーく1階水のコート
- 取り扱いできるもの
 - 古本(ISBNコード付きのもの)
 - CD/DVD(バーコード付き)
- 取り扱いできないもの

ISBNのない本、百科事典、個人出版の本、マンガ雑誌、一般雑誌、同一タイトル11点以上、シングルCD、投票権や特典付きCD、平成22年以前に出版された古い本
※犯罪被害者ご遺族の手記パネルを展示しますので、ご覧ください。

第9回サイバーセキュリティ勉強会2023夏 in塩尻

問 デジタル戦略課DX推進係
☎内線1382

- 日時 8月26日(土) 午後1時～6時
- 場所 塩尻インキュベーションプラザ1階
- 講師 サイバーセキュリティ専門家の皆さん
- 定員 ○会場参加 50人
○Zoomによるオンライン 500人
※いずれも先着順です。
- 参加費 無料
- 申し込み方法
右のコード(📄<https://shiojiri-cyber.connpass.com/event/286135/>)からお申し込みください。
- 申込締め切り日 8月25日(金)



ミズノ・ララフィット

問 ユメックスアリーナ ☎②3800

- 椅子に座り、自分の体重を利用して体を鍛える運動プログラムです。
- 対象 60歳以上の人
 - 日時 8月23日(水)～10月11日(水)の毎週水曜日 午前10時～11時
 - 場所 ユメックスアリーナ会議室
 - 講師 ミズノスタッフ
 - 定員 10人(先着順)
 - 参加費 1期4,400円(保険代など)
 - 持ち物 室内用シューズ、動きやすい服装、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 8月9日(水) 午前9時

学芸員の展示解説を聞いてみよう

問 平出博物館 ☎②1022

- 市内の遺跡から発掘された土器などを、学芸員の説明を聞きながら見てまわると違う発見があります。毎月第2土曜日にテーマを設けて定期的に開催します。8月は、開催中の企画展の説明をします。
- 日時 8月12日(土)
午後1時半から(1時間程度)
 - 場所 平出博物館
※申し込み、参加費は不要です。
※午後1時20分までに博物館ロビーへお越しください。

本洗馬歴史講演会

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ受付) ☎④5520

- 大正12年・関東大震災の時、洗馬小学校で講演をしていた島木赤彦は、すぐに東京に駆け付け、短歌結社誌「アララギ」の会員の安否を確かめ、特集を組み、会員の結束をより強くしました。どのように災害と向き合い、悲しみを乗り越えたかを話します。
- 日時 8月20日(日)
午後1時半～3時
 - 場所 洗馬支所
 - 演題 「島木赤彦と関東大震災－アララギ派の絆と短歌－」
 - 講師 石井 正己さん(東京学芸大学名誉教授)
 - 定員 60人(先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込開始日 8月4日(金)
※電話でお申し込みください。

平出遺跡公園クイズラリー アドベンチャーinひらいで2023

問 平出遺跡公園ガイダンス棟 ☎②3301

- 平出遺跡公園から平出博物館までにある九つのチェックポイントを探しながら楽しく散策してみませんか。
- 対象 中学生以下(保護者同伴)
 - 期間 8月20日(日)まで(月曜日は休館)
 - 時間 午前9時～午後3時
 - 受付場所 平出遺跡公園ガイダンス棟(参加当日随時受付)
 - 参加賞 勾玉製作キット、黒曜石、オリジナル缶バッチのうち一つ
※申し込み、参加費は不要です。
※参加者は博物館入館料が無料です。

講座・教室

陶芸教室

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ受付) ☎④5520

- 作陶のみ行い、釉掛や焼成は講師が行い、作品は後日お渡しします。
- 期日 8月19日(土)・20日(日)、9月16日(土)・17日(日)
※いずれか1日の参加です。
 - 時間 午前10時～午後4時
 - 場所 本洗馬歴史の里資料館
 - 講師 原 民雄さん(陶芸家)
 - 定員 各回8人(先着順)
 - 参加費 3,000円(材料代など)
 - 持ち物 汚れても良い服装、手拭きタオル、昼食、飲み物
 - 申込開始日 8月4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研修講座 問 県生涯学習推進センター ☎③8822

講座名	日時	場所	講師	定員
発達障がいのある子の理解とかかわり方(第1部講演会、第2部演奏会)	8月27日(日) 午後1時15分～4時	○下諏訪総合文化センター ○Zoomによるオンライン参加	○胡桃 薫さん(長野県花田養護学校) ○楽団ケセラ	190人(先着順)
SDGsの学びをどう広げるか～岡山市公民館の多様な連携モデルに学ぶ～	8月30日(水) 午前9時45分～午後3時半	○県生涯学習推進センター ○Zoomによるオンライン参加	内田 光俊さん(岡山市立西大寺公民館長)	100人(先着順)

※詳細はお問い合わせください。

塩尻市中学校ビブリオバトル大会の観戦者を募集

問 市立図書館 ☎⑤3365

ビブリオバトルは、出場者が順番におすすめる本を紹介し、一番読みたくなった本を会場全員の投票で決めるものです。中学生によるビブリオバトルを観戦しませんか。

- 対象 どなたでも
- 日時 8月19日(土)
午後1時～4時半
- 場所 えんぱーく4階会議室401A・B
※申し込み、参加費は不要です。

家庭介護講座「大切な口を守るために口腔ケアを&運動不足解消～適度な運動でリフレッシュ!～」

問 長寿課高齢支援係 ☎内線2127

いつまでも楽しく食事をするために、楽しくできる口腔ケアについて考える機会にしてみませんか。また、運動不足解消のため適度な運動を行い、心と体のリフレッシュをしましょう。

- 対象 家庭で高齢者の介護をしている人、在宅介護に関心のある人
- 日時 8月22日(火)
午後1時半～3時半
- 場所 市保健福祉センター3階市民交流室
- 講師
○永井 衣香さん (市歯科衛生士)
○牛山 将太郎さん (市健康運動指導士)
- 定員 20人 (先着順)
- 持ち物 床に敷くバスタオルまたはマット、飲み物、タオル、動きやすい服装
- 参加費 無料
- 申込締め切り日 8月16日(水)
※電話でお申し込みください。
※令和5年度は、10月11日(水)、11月7日(水)、12月5日(水)にも内容の異なる講座を開催予定です。詳細は広報塩尻でお知らせします。

図書館

みんなのがん教室@図書館

問 市立図書館 ☎⑤3365

本やインターネットから信用できるがん情報を得るために、図書館司書が調べるコツや気を付けることをお伝えします。

- 対象 小学4年生～大人
- 日時 8月26日(土)
午後2時～2時50分
- 場所 えんぱーく2階ICTルーム
- 定員 20人 (先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具
- 申し込み方法
図書館本館カウンター、電話またはメール(✉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、件名に「8/26みんなのがん教室申込」、本文に「氏名(フリガナ)」「電話番号」を入力してください。
- 協力 がんサポートおむすび
- 申込開始日 8月5日(土)
(水曜日は休館)

信州しおじり子ども本の寺子屋 プラルト工場見学ツアー

問 市立図書館 ☎⑤3365

広告などの制作・印刷をする「プラルト」に行き、本の印刷工場を見学します。オリジナルノートを作るワークショップもあります。

- 対象 小学3年生～中学生
- 日時 9月2日(土)
午前8時～午後1時(予定)
- 見学場所 株式会社プラルト(松本市)
- 定員 20人 (先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 上履き、飲み物
- 申し込み方法
チラシで詳細をご確認の上、図書館本館カウンター、電話または右のコード(電子申請)でお申し込みください。
- 申込期間 8月1日(水)～20日(日)
(水曜日は休館)



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に、介護の基本的な技術を学ぶ入門講座です。

- 対象 3日間講座を受講できる市民
- 日時 9月25日(月)～27日(水)
午前9時～午後5時20分
※25日(月)は午前8時40分から開始です。
- 場所 信州介護福祉専門学校
- 内容
○介護に関する基礎知識
○介護の基本 など
- 講師 信州介護福祉専門学校専任教員
- 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階長寿課窓口でお申し込みください。
- 申込開始日 8月1日(火)
※講座終了後に介護補助員として市内介護事業所で働きたい人には、採用を希望する事業所の見学や案内もします。

令和5年度情報モラル講座

問 社会教育スポーツ課共生推進係 ☎⑤0894

スマホを使う際のルールや危険性、簡単なプログラミングを学んでみましょう。



- 対象 市内の小中学生とその保護者
- 定員 10組20人 (申し込み多数の場合は抽選)
- 参加費 無料
- 持ち物 スマートフォン
- 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。
- 協力 ソフトバンク株式会社
- 9月2日(土)開催
- 時間 午後1時半～3時半
- 場所 片丘多目的研修センター
- 申込締め切り日 8月10日(水)
- 10月14日(土)開催
- 時間 午後1時半～3時半
- 場所 吉田支所多目的ホール
- 申込締め切り日 9月15日(金)



企画展示「明日へ伝える昭和の戦争」

問 市立図書館 ☎⑤3365

戦争の悲惨さを記録し、次世代に受け継いでいくために中央公民館が市民の皆さんから募集した体験談や資料などをお借りして展示します。

■期間 8月3日(木)～22日(火)
(水曜日は休館)

■場所 えんぱーく 1階図書館展示コーナー

■入場料 無料

手話で楽しむおはなし会

問 市立図書館 ☎⑤3365

塩尻市手話講座運営委員会委員長の森下尚子さんと図書館職員による、手話がついたおはなし会です。どなたでも気軽にご参加ください。

■日時 9月9日(土)
午前11時～11時半

■場所 えんぱーく 1階太陽のコート
※申し込み、参加費は不要です。

ビジネス情報相談会

問 市立図書館 ☎⑤3365 ㊚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。

■場所および期日

○えんぱーく 3階会議室303
8月3日(木)・17日(木)

○えんぱーく 3階会議室302・303
8月24日(木)

■時間 午前10時～午後5時

■参加費 無料

■申し込み方法

図書館本館カウンターまたは図書館ホームページ(㊚<https://www.library-shiojiri.jp/>)にある申込用紙に記入の上、メール(✉ts1670@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)

※相談は、1人1回1時間までです。



信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館 ☎⑤3365

嶋田学さん講演会
「図書館の未来を考えるために、今、振り返っておきたいあれこれ」

瀬戸内市民図書館の館長を務められた京都橘大学文学部教授の嶋田学さんの講演会です。公共図書館員向け講座ですが、どなたでも参加できます。

■日時 8月28日(月)
午前10時～正午

■定員 80人(先着順)

高橋敏夫さん講演会
「歴史時代小説ブームの現在—新世代作家たちの冒険—」

今村翔吾、澤田瞳子ら新鋭の歴史時代小説家が描く物語をたどります。文芸評論家で早稲田大学名誉教授の高橋敏夫さんの講演会です。

■日時 9月10日(日)
午後2時～4時

■定員 130人(先着順)

共通事項

■場所

えんぱーく 3階多目的ホール

■参加費 無料

■申し込み方法

図書館本館カウンター、電話またはメール(✉tosho@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。メールの場合は、「氏名(フリガナ)」「電話番号」「お住まいの地区」を入力してください。

■申込開始日 8月6日(日)
(水曜日、8月28日(月)は休館)

信州しおじり本の寺子屋 まるやまあやこ絵本原画展

問 市立図書館 ☎⑤3365

安曇野市出身の絵本作家まるやまあやこさんのデビュー作である「たんぼぼのふね」の絵本原画展を行います。

■期間 8月4日(金)～31日(木)
(水曜日、28日(月)は休館)

■場所

えんぱーく 1階森のコート

※申し込み、参加費は不要です。



消防署からのお知らせ 電気器具の安全な 取り扱いについて

問 塩尻消防署 ☎⑤0119
広丘消防署 ☎⑤3010
木曾消防署北分署(楢川地区)
☎0264⑥3119

毎年8月は、電気使用安全月間です。電気は私たちの生活の中に広く浸透した必要不可欠なエネルギーですが、使い方を誤った場合や周囲の環境などが原因となり、時として火災を発生させてしまう恐れがあります。

電気による火災を発生させないためにも、身の回りの電気製品などの状態を確認してみましょう。

電気による火災を防ぐポイント

■プラグ、コンセント、コード

- 差し込みプラグは、コンセントと緩みがないかや、ホコリなどが付いていないか確認しましょう。
- タコ足配線をする、コンセント部分が過熱し発火する可能性があるためやめましょう。
- コードを束ねたり、ねじれたままの状態で使用しないようにしましょう。
- コンセントやコードには、使用できる電力量に制限があります。表示されている電力量を確認して使用しましょう。

■電気製品全般

- 使用する前に、取扱説明書をよく読みましょう。
- 使用していない電気製品の差し込みプラグは、コンセントから抜いておきましょう。
- 故障した場合は、自分で分解せず、専門の業者に修理を依頼しましょう。
- 周囲には、燃えやすいものを置かないようにしましょう。
- 長年使用している電気製品は、経年劣化や異音など、定期的に異常の有無を点検しましょう。

マタニティママ&パパの 応援教室

問 子育て支援センター
☎⑤3382 ページID:0002866

赤ちゃんを産
み育てるための
心構えや心の準
備などの話を聞
いて、先輩ママ
と話をします。



■対象 妊娠中の人とパートナー

■期日 ①9月9日(土)
②9月14日(木)
(2日で1コース)

■時間 午前10時～正午

■場所

- ①えんてらす 1階101・102会議室
- ②えんぱーく 3階多目的ホール

■内容

- ①「お産に臨む心構え」についての助産師のお話
- ②先輩ママとの交流

■定員 20組(先着順)

■参加費 無料

■持ち物

母子健康手帳、筆記用具、飲み物、
ママパパ学級テキスト(子育て体
験講座に出席してお持ちの人)など

■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。



■申込締め切り日

9月1日(金) 午後5時

※上のお子さんの託児が必要な場合
は合わせてお申し込みください。

子育て

みんなであ・そ・ぼ

問 こども広場 ☎⑤6660

夏の制作あそび

簡単で涼しげなスタンドカラー
シートを使ってアートをしませんか。

■日時 8月19日(土)
午前11時～11時40分

■内容

透明シートにいろいろな形のステ
ンドカラーシートを貼って楽しみ
ます。

ふれあいあそび

親子で触れ合いながら簡単な遊び
を楽しみませんか。

■日時 9月9日(土)
午前11時～11時半

■内容 ふれあい遊びや体操など

■持ち物

飲み物、汗拭きタオル、動きやす
い服装

共通事項

■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。



■場所 こども広場

※申し込み、参加費は不要です。

就 職

公共職業訓練10月生を募集

問 ポリテクセンター松本
☎⑤3392

■対象

ハローワークに求職の申し込みを
している人

■訓練期間

10月4日(水)～6年3月29日(金)

■場所 ポリテクセンター松本
(松本市寿北7-17-1)

■募集コース

- CAD/NC技術科
- 電気設備技術科
- 金属加工科

■定員 各コース15人
(金属加工科は12人)

■受講料 無料(テキスト代および
作業服代などは自己負担)

■申し込み方法

ハローワーク松本でお申し込みく
ださい。

■申込締め切り日 9月14日(木)

※毎週火曜日の午後1時半から施設
見学会を行っています。気軽にご参
加ください。

※詳細はお問い合わせください。



自衛官などを募集します

問 自衛隊松本地域事務所 ☎③2787

募集項目	資 格	募集締め切り日	試験期日
一般曹候補生	18歳以上33歳未満の人	9月5日(火)	○1次 9月15日(金)～24日(日) ○2次 10月14日(土)～11月5日(日) ※いずれか1日を指定されます。
防衛大学校学生(一般)	○18歳以上21歳未満の人(自衛官は23歳未満) ○高卒者または高専3年次修了者(いずれも見込み含む)	10月18日(水)	○1次 10月28日(土) ○2次 11月28日(火)～12月2日(土)
防衛医科大学校医学科学生	○18歳以上21歳未満の人 ○高卒者または高専3年次修了者(いずれも見込み含む)	10月11日(水)	○1次 10月21日(土) ○2次 12月13日(水)～15日(金)
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)	○18歳以上21歳未満の人 ○高卒者または高専3年次修了者(いずれも見込み含む)	10月4日(水)	○1次 10月14日(土) ○2次 11月25日(土)・26日(日)

※詳細は自衛隊ホームページ(<https://www.mod.go.jp/pco/nagano/boshu/>)をご覧ください。

伝言板

塩尻市バドミントン選手権大会の参加者募集

問 塩尻市体育協会事務局
☎0263-1393

- 対象 市内に在住または通勤・通学している人および市内のクラブに所属して体協バドミントン部に部員登録している高校生以上の人
- 日時 9月3日(日) 午前8時半から
- 場所 市立体育館
- 種目 一般男子・女子の各ダブルス、シングルス、混合ダブルス、40歳以上混合ダブルス
- 参加費 1人1種目800円(シャトル代など。市体協バドミントン部に部員登録している人は無料)
- 申し込み方法 塩尻市体育協会にある申込用紙に記入の上、提出してください。
- 申込締め切り日 8月18日(金)
※詳細はお問い合わせください。

献血およびフードドライブにご協力をお願いします

問 塩尻ライオンズクラブ
☎0263-5510

- 日時 8月23日(火) 午前9時半～11時半、午後1時～3時半
- 場所 ウイングロード正面入り口
- 献血の種類 全血(400ミリリットル)

相続登記の申請が義務化されます

問 長野地方法務局不動産登記部門
☎026-235-6611

令和6年4月1日から相続などや遺産分割により不動産を取得した相続人は、3年以内に相続登記の申請をすることが義務となります。6年4月1日より前に開始した相続で未登記の場合も対象です。申請を怠った時は、過料の適用対象になります。身の回りの不動産を確認し、速やかに相続登記を行えるよう、備えましょう。※詳細は法務省ホームページ(https://www.moj.go.jp/MINJI/minji05_00343.html)をご覧ください。

パソコン基礎講座

問 市民交流センター ☎0263-3350

講座名 (★印は難易度)	日時	内容	対象	定員	受講料 ^{※1}	申込期限
9月 Excel2019前半 ★★★★☆☆	9月21日(木)・22日(金)・25日(月)・26日(火) 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	30人	2,400円 テキスト代2,200円	9月7日(木)

※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。

- 場所 えんぱーく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」を記入の上、講座名に「9月」と明記し、お申し込みください。電話での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
(jpchiyoko@ghiyoko.net)

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
☎0263-7701 ページID:0002861

- 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 初回の講座当日に3～12カ月の赤ちゃんとそのお母さん
- 期日 9月5日(火)・12日(火)・21日(木)(3日で1コース)
- 時間
○1部 午前10時～10時40分
○2部 午前11時～11時40分
- 場所 えんてらす1階101・102会議室
- 内容 ふれあい遊び、簡単な手作りおもちゃの制作、おすすめ絵本の紹介など
- 定員 各10組(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 バスタオル、飲み物
- 申し込み方法 下のコード(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 8月10日(木)午前8時～24日(木)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8月17日(木)以降にお申し込みください。

第2回ふたごちゃん会「セルフマッサージ&おしゃべり交流会」

問 北部子育て支援センター
☎0263-7701 ページID:0002861

- 双子(多胎児)のお子さんの保護者や双子を妊娠している皆さん、日頃の疲れを癒してリフレッシュしませんか。首や腕、足のセルフマッサージを体験します。
- 対象 双子(多胎児)のお子さんの保護者、双子を妊娠している人
- 日時 9月1日(金) 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 フェイスタオル、飲み物
※マッサージを行うため、Uネックのシャツなど首元が開いた服、裾が簡単にまくれるズボンでお越しください。
- 託児 無料
※事前予約が必要です。
- 託児持ち物 飲み物、オムツ、お尻拭き、着替え、ビニール袋(汚れ物を入れる)などをバッグにまとめて入れてください。

- 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。
- 申込期間 8月1日(火)午前8時～24日(木)午後5時



頭と体の健康体操教室

問 相澤通所リハビリテーション塩尻
(平日午前9時～午後5時)
☎③8627

おうちでできる体操を中心に、ポイントを交えて説明します。

■**対象** 自宅で、または仲間と楽しく運動をしたい人、認知症予防の体操をしたい人 など

■**日時** 9月2日(土)
午前10時～11時半

■**場所** 相澤通所リハビリテーション塩尻

■**内容** 音楽に合わせて棒を使った体操、認知症予防体操など

■**定員** 20人 (先着順)

■**参加費** 無料

■**持ち物** 動きやすい服装

■**申込締め切り日** 8月25日(金)

※電話でお申し込みください。

アイヌの人々からのさまざま まなご相談をお受けします

問 公益財団法人人権教育啓発推進センター ☎0120-771-208

アイヌの人々の相談用フリーダイヤルを開設しています。相談は無料で、秘密は厳守します。

■**受付日時** 平日の午前9時～午後5時 (年末年始を除く)

5年7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

子ども用自転車 (24インチ)	中古	無料
ベビーダンス (幅70cm×奥行30cm×高さ150cm)		

ゆずってください

コンクリートブロック (花壇づくり用)	中古	無料
子ども用自転車 (20インチ～24インチ)		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。

塩尻子ども劇場40周年記念特別例会 人形劇団ひとみ座公演

問 塩尻子ども劇場事務局 (古屋)
☎090-2157-5672

■**日時** 9月3日(日)
午後2時開演

■**場所** レザンホール中ホール

■**演題** 人形劇「ふしぎ駄菓子屋銭天堂」

■**チケット代**
○前売り 2,500円
○当日 2,800円

※3歳以下膝上鑑賞無料です。ただし、座席が必要な場合は有料です。

全国一斉子どものための 養育費相談会

問 県司法書士会 ☎026-232-7492

養育費の取り決めや支払いを法的に支援をするため、司法書士による無料の電話相談です。

■**日時** 9月2日(土) 午前10時～午後9時

■**電話番号** ☎0120-567-301

※当日のみの専用番号です。

■**相談例**

- 養育費の話し合いをしなかったけど、今から払ってもらえるか
- 養育費を減額・増額してほしいなど

※秘密は厳守します。

森の中でストレッチヨガを してみませんか

問 今泉森の仲間 (小沢)
☎090-4060-1043

■**対象** 市内在住者

■**日時** 8月20日(日) 午前10時～11時半 (雨天中止)

■**集合場所** 今泉南テクノヒルズ産業団地内創成工業株式会社

※午前9時半までに集合してください。

■**定員** 10人 (先着順)

■**参加費** 500円 (保険代など)

■**持ち物** 飲み物、タオル、ヨガマット (ある人)

■**申込締め切り日** 8月16日(水)

※詳細は申し込みをした人に連絡します。

スマホ教室受講者を募集

問 塩尻地域シルバー人材センター
☎④4567

スマートフォンの初級者向け講座の受講者を募集します。

■**期日** 9月13日(水)・20日(水)・27日(水)
(全3回)

■**時間** 午後1時半から

■**場所** 塩尻地域シルバー人材センター

■**内容** スマホ基礎(電話帳)、LINEの使い方、写真の利用

■**定員** 10人 (先着順。5人以上で開催)

■**受講料** 3,000円 (資料代など)

■**持ち物** スマートフォン

■**申込締め切り日** 8月22日(火)

※詳細はお問い合わせください。

放送大学入学生募集

問 放送大学長野学習センター
☎0266-58-2332

放送大学はテレビ・インターネットで授業を行う通信制の大学です。働きながら大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で、幅広い世代の人が学んでいます。

■**募集学生の種類**

○**教養学部** 科目履修生、選科履修生、全科履修生

○**大学院** 修士科目生、修士選科生

■**出願期間**

○**第1回** 8月31日(木)まで

○**第2回** 9月1日(金)～12日(火)

※インターネットでの出願が可能です。

※資料の無料送付を行っています。

詳細はお問い合わせいただくか、放送大学ホームページ (URL <https://www.ouj.ac.jp/>) をご覧ください。

ピラティスサークルメンバー大募集!

問 ピラティスサークルコア (長村)
☎080-2553-8337

■**対象** 産後、運動不足、体力低下などでお悩みの女性

■**日時** 8月25日(金)・31日(木) (毎月2回開催) 午前10時半～正午

■**場所** 塩尻総合文化センター

■**参加費** 1回1,000円 (会場代など。体験は500円)

■**持ち物** 動きやすい服装

※託児希望の人はご相談ください。