



レザンホール へ行こう！

■ 問い合わせ先 レザンホール
☎0263@5503

■ 休館日 9月4日(月)・11日(月)・19日(火)・25日(月)



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！ラブコールに答えて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>
○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

チケット発売中

10月28日(土)
純烈ライブ2023

なんてったってスーパー銭湯アイドル！満を持してレザンホール公演です！



大ホール<全指定席>
○S席 6,000円
○A席 (レザンホール取り扱ひなし)
※未就学児入場不可
開場 ①午後0時半 ②午後3時半
開演 ①午後1時 ②午後4時

チケット発売中

12月24日(日)
ウクライナ国立フィルハーモニー交響楽団「第九」+レザン「第九」合唱団

【プログラム】
ドヴォルザーク
／交響曲第9番「新世界より」
ベートーヴェン
／交響曲第9番「合唱付き」



歓喜の歌では、ソリストと共に公募で集まったレザン第九合唱団が高らかに歌い上げます。

大ホール<全指定席>
○前売り一般 6,000円
○前売り高校生以下 3,000円
※当日、各券500円増。未就学児入場不可。
開場 午後1時半 開演 午後2時

チケット発売開始日時
9月23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

YOUMEX ARENA

イベント情報

- 期日 10月1日(日)
- 参加費 無料(マルシェを除く)
- 持ち物 室内用シューズ
- 申し込み方法 (要予約のイベント)

電話またはユメックスアリーナ受付でお申し込みください。

- 予約開始日時 9月8日(金) 午前9時

スポーツ文化フェスタ2023
ユメックスアリーナへ行こう！

問 ユメックスアリーナ
☎0263@3800

サブアリーナ

- 書道パフォーマンス (観覧自由)
 - 塩尻志学館高校 午前10時半から
 - 東京都市大学塩尻高校 午前10時50分から
- キッズダンス 午後0時15分～0時45分
- 信州どまんなか和太鼓の祭典 午後1時から
- プログラム体験会 (対象18歳以上)
 - ZUMBA 午後2時10分～3時

事務室前

- ボルダリング体験講習会 (小学4～6年生)
 - 時間 第1回 午前10時15分～11時
 - 第2回 午前11時15分～正午
 - 定員 各回3人 (予約制、先着順)
- ボルダリング無料解放 (小学生以上) 正午～午後4時

メインアリーナ

- 障がい者スポーツ体験 (小学4年生以上)
 - 午前10時～正午 車いすバスケットボールを体験しよう
- ヘキサスロン&ニュースポーツ体験
 - 午後1時～4時 エアロケットやスラックラインで遊ぼう

会議室

- 子どものアロマキャンドル作り (年少児～小学6年生)
 - 時間 第1回 午前10時15分～10時45分
 - 第2回 午前11時15分～11時45分
 - 定員 各回15人 (予約制、先着順)
- お絵描き教室 (年少児～小学6年生とその保護者)
 - 時間 第1回 午後1時10分～1時50分
 - 第2回 午後2時10分～2時50分
 - 定員 各回親子5組 (予約制、先着順)

南側駐車場・多目的広場

- ユメックスアリーナマルシェ 午前10時～午後4時
ハンバーガー、かき氷、ケバブ、クレープ、焼き栗、ベーグル



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

9月12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

9月12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

9月13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

9月14日(木)・21日(木)・28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

9月21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

9月21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

9月28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

9月15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

9月27日(木) 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

9月20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

9月8日(金) 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

9月14日(木) 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

9月10日(日)・26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、必ず医療機関が「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。			
9月3日(日)	中山外科内科	大門	0261016
9月10日(日)	こまくさ野村クリニック	広丘	0261121
	まつだアイクリニック	大門	0260520
9月17日(日)	塩尻病院	大門	0260145
9月18日(月)	穂苅整形外科リウマチクリニック	広丘	0260333
9月23日(土)	奈良井医院	洗馬	0260695
9月24日(日)	広仁堂医院	広丘	0261520
夜間緊急医	夜間急病センター	松本市城西	0260622

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。			
9月3日(日)	あおば歯科医院	吉田	0268585
9月10日(日)	伊沢歯科医院	大門	0267617
9月17日(日)	うすい歯科医院	木曾平沢	02642856
9月24日(日)	堅石よねだ歯科医院	広丘	0265678

期日	医療機関名	所在地	☎
9月3日(日)	広丘野村とをしや薬局	広丘	026022
9月10日(日)	広丘野村とをしや薬局	広丘	026022
9月17日(日)	ふれあいの森薬局	大門	0260772
9月18日(月)	広丘野村とをしや薬局	広丘	026022
9月23日(土)	いろは堂薬局	大門	0260532
9月24日(日)	小松薬局	大門	0260430

時間等

- 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

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> ▶