

2024 **5**

No.1192

SHIOJIRIAN

第2子以降の保育料などの無償化がスタート!



- 特集 -

塩尻の子育で支援

-第2子以降の保育料などの無償化-

令和6年度から、第2子以降の保育料などの無償化や一時的(デイ)保育の利用クーポンの配付などを行っています。新たに始まった本市の子育て支援についてお伝えします。

問 保育課保育企画係 ■ 0263©0844

を支援しています。

て、多子世帯の経済的な負担軽本市では、市の独自施策とし

県内19市

子育て家庭の仕事と育児の両立 の保育室で安全に預かることで の回復期にある子どもを、専用 病院内の保育施設にお願いをし 事業では、これまで、松本市の 年9月から開始した病後児保育 担軽減を図りました。また、同 つの処分を開始し、保護者の負 において園児の使用済み紙おむ の確保に取り組んできました。 在5カ所)の支援など、受け皿よる地域型保育施設の開設(現 ズに対応すべく、民間事業者に 向にある3歳未満児の保育ニー た複合的施設「えんてらす」が開館 部子育て支援センターを併設し で子どもたちを支え、育てて 充実に取り組んでいます。 を創設。集団生活が心配な病気 てきた「病児保育事業」に加え くための中核的施設として、北 (、市直営の「病後児保育事業」 令和5年1月からは、保育園 令和2年4月からは、増加傾 令和元年7月には、地域全体 近年、本市では子育て支援の

6年度からの新たな支援

NEW 第2子以降の保育料などの無償化



保育園、認定こど も園 (保育園部分)、

地域型保育施設

■0~2歳児クラス

生計を一にする兄や姉がいる場合、保育料が無償になります。

3~5歳児クラス

生計を一にする兄や姉がいる場合、**副食費(おかず、おやつ代)が無償(上限あり)**になります。 ※年齢を問わず、無償化に伴う手続きはありません。

長時間保育料

生計を一にする兄や姉がいる場合、午前7時半~午後6時半は無償になります。午後6時半以降は、第2子は料金の半額(30分当たり月額350円)を負担し、第3子以降は無償になります。

副食費

生計を一にする兄や姉がいる場合、無償(上限あり)になります。

※無償化に伴う手続きはありません。

■満3歳児の預かり保育料

生計を一にする兄や姉がいて、保育の必要性の認定(確認)を受けている場合は、無償(上限あり)になります。

※無償化に伴う手続きが必要です。詳細は在籍する施設や保育課にお問い合わせください。

認可外保育施設

幼稚園(認定こど

も園の幼稚園部分

など)

保育料

生計を一にする兄や姉がいる場合、無償(上限あり)になります。

※無償化に伴う手続きが必要です。詳細は在籍する施設や保育課にお問い合わせください。

※詳細は上のコード(市ホームページ)でご覧ください。

NEW 一時的(デイ)保育利用クーポンの配付

家庭で子どもを保育している世帯を応援するため、一時的(デイ)保育に利用できる無料クーポンを配付しています。

🦚 誰がもらえるの?

6年4月1日時点で3歳未満の子どものうち、保育園などに在籍していない子どもの保護者が対象です。

ごこで使えるの? 日の出保育園、広丘野村保育園、 吉田ひまわり保育園、ひかりテラス保育園、ぱぴぃキッズ、 塩尻みらい保育園ひろおかキッズ、郷原つつじ保育園、塩 尻みらい保育園よしだキッズ、出張一時的(デイ)保育で 利用できます。

% どうやってもらえるの?

一時的 (デイ) 保育の利用を希望する施設で行う事前登録時に配付します。その際、母子健康手帳が必要になります。

🍀 クーポンの内容は?

子ども一人につき、1時間券×50枚(1セット)です。 ※有効期限は7年3月31日です。

※手続きなどの詳細は各施設にお問い合わせください。

利用者interview

デイ保育の利用、お薦めです

通院時などにデイ保育を利用し、一息つける自分の時間の大切さを 感じています。クーポンが、デイ 保育を利用したことがない人にも 利用のきっかけになればいいですね。



千国 彩乃さん さらちゃん (高出四区)



▲一時的(デイ)保育 利用クーポン

子以降 その なくて 第3子以降は無償として 2人以上入所している場合、 次内19 利用 まし 料 ħ ŧ うち、 本 0 まで保育園 生計を一 上児の副会 未満児の \dot{o} 市 元年10 0) や子ども 市 (上限 子どもだ 3 子を 部 保育無償化 1 これが 最年 は、 2人以上入所して 第2子と第3子の保 1 ポ 歳以 月から開始 あ 第2子とし、 一にしている子どもの年齢にかかわ が無償化 保育園などの同 食費 9 独自に減 長 らをさらに拡充 などに子ども 保育料に 0 上児 第2子は半 時 政者を第 配 細 0) につ の対象 を開 6年度から 0) 対 保 4 Oĺ 育料 フ 降の

地域で子育でを支える

ファミリー

本市の子育て支援の一つであるファ ミリーサポートの概要と令和6年度か らの新たな取り組みをご紹介します。

ファミリーサポートセンター事務局

- ○子育て支援センター ☎0263⑤3382 (水曜日は休館)
 - ○北部子育て支援センター ☎0263每7701(日曜日は休館)

る際に、 援センター内での預かりも可能に なりまし 会員または提供会員の自宅のみで 預かってもらう場所は 子どもの預かり場所は、 事務局に希望する場所を 6年度からは、子育て支 た。 電話で申し込みをす

お伝えください

ださい あります。

産後ゆっくり体を休めたい この他にも利用できるケースが 気軽にお問い合わせく

リフレッシュしたい

どもを預かってほしい時

があります る場面として、 (具体例 保育園、)病院に行くので子どもを預か 放課後や児童クラブ終了後、 送迎してほしい時 てほしい時 幼稚園などに子どもを 次のようなケース 子

○どんな時に使えるの?

具体的にサービスを利用でき

なげ、地域で子育てをお手伝いす るサービスです。 して登録し、援助が必要な時につ 人(依頼会員)の双方を会員と 子どもを預かることができる (提供会員) と子どもを預けた

Qファミリーサポートとは?

トが受けられます

- 対象 生後3カ月~3歳(年少に上がる前の年度)の子ども
- 利用時間(最大3時間以內)

○午前9時~正午 ○午後1時~4時

- ※開館時間内に限ります。
- 利用組数(各子育て支援センター)

午前・午後各一組

交通費

提供会員が各子育て支援センターまで移動する距離に応じ て計算した金額

注意事項

- ○病児、病後児は利用できません。
- ○提供会員がサポートを行います。
- ○ミルク、おやつなどの飲食を希望される場合は事前にご 相談ください。

より安心して利用できるように

ファミリーサポートは、依頼会員と提供会員の 両方を会員とした育児の相互援助活動です。6年 度から、預かり場所に子育て支援センターが増え、 短時間のサポートに公共施設を利用することがで きます。

<mark>まずは職員も</mark>いる中でサービスを利用し、<mark>利</mark>用 方法などを知ってから自宅でのサポートの依頼も できます。会員同士での信頼を築きやすくなり、 安心して利用できます。



ファミリーサポートセンター事務局の市職員

ファミリーサポートの利用方法

あずける 依頼会員になるには?

事務局で入会を受け付けます。会員の登録をする場合は、 住所の確認ができるものをお持ちください。

■対象 市内在住で、出産を控えた人、12歳(小学生)まで の子どもがいる保護者

■利用料金(1時間当たり)

利用日時	1人	2人
月~土曜日 午前7時~午後7時	600円	900円
日曜日、祝日および上記利用日時以外	700円	1,050円

■その他の条件		
1 時間未満の場合	1 時間当たりの利用料金	
1 時間を超えた場合	30分ごとに半額を加算	
病後児の場合	1 時間当たりの料金に100円を加算	
	前日までの取り消し	無料
取り消した場合	当日の取り消し	依頼した 料金の半額
	無断取り消し	全額
提供会員の交通費	移動手段による実	費相当額
子どもの食事代 (ミルク、おやつ含む)	原則として依頼会	員が用意

あずかる 提供会員になるには?

子育て中の家族の力になりたい人は、どなたでも受講で きます。全12回受講すると提供会員として活動できます。

対象 20歳以上の市内在住者 定員 20人 (先着順)

期日、内容および場所(全12回の受講が必要)

	期日	内容	場所
第1回	6月7日金	開講式、塩尻市における子育て支援 について、発達の道筋	えん
第2回	6月21日金	保育の心	ぱ
第3回	7月5日金	発達に応じた子どもへの関わり	
第4回	7月19日金	心の発達とその問題	
第5回	8月2日金	多様な発達への理解と援助	
第6回	8月29日(休)	子どもの生活と環境	
第7回	9月1日(日)	子どもに多い病気とその対応	=
第8回	9月24日(火)	乳幼児看護の基礎知識	えん
第9回	10月15日(火)	普通救命救急実習	7
第10回	10月25日金	子どもの栄養と食生活	てらす
第11回	11月8日金	子どもの遊び (講義と演習)	9
第12回	11月22日金	ファミリーサポート事業の概要とその内容(事例発表と演習)、閉講式	
n+oo	<i>F</i> → 0 □+	エケ/ロルトルは田が田かる)	

時間 午前9時~正午(回により時間が異なる)

申込締め切り日 5月24日金

※事務局に電話でお申し込みください。



1 会員登録

事務局で会員登録の手続きをしま す。住所の確認ができるもの(運転 免許証など)をお持ちください。



2 利用申し込み

子どもを預かってほしい日時や場 所を子育て支援センターに伝えます。 ※電話でお申し込みください。



3 事務局が提供会員を探して紹介

事務局が提供会員の中から要望に 応じられる人を探し、依頼会員に連 絡します。



6 利用料金の支払い

サポート終了時、提供会員に利用 料金を支払って終了となります。



5 サービスの提供

打ち合わせ時に決めた日時や場所 で、提供会員へ子どもを預けます。



4 依頼会員が直接提供会員へ連絡

日時や詳しいサポート内容、連絡 事項などを双方でご確認ください。 ※利用前に顔合わせが可能です。

Mmymmanm

令和6年度から新たにスタートした「第四次塩尻市 地域福祉計画」の概要や、民生委員・児童委員の活動 内容、私たち市民が実践できることなどをご紹介します。

地域共生推進課地域福祉係 0263527315

活動を重ね、 割りを超えて、 整備します。 べての世代に対応する支援体制 めるため、世代や分野、 った複雑化・複合化した困 8050問題や引きこもり 支援の届かない 誰 制度や支援、 人取り残さない」 「はざま」を 制度の縦 地域 りごと

人取り残さない

民幸福度」の高い地域をつくります。 ことで幸福度が高まる傾向がありま つくっていくことを目指します。 八は「つながること」や「笑う」 地域にゆるやかなつながり 誰もが幸せを実感できる「市 が広

しく活躍できる地域共生社会を共に

誰もが支え・支えられ、

身近な地域で、

世代や分野を超

※8050問題:80代の親が50代の子どもの生活を支えるという問題

غ

を目指します。 求められる地域福

計画を策定し、 との解決に寄り添えるまち」 文化』で暮らしを支え合い、 本市では、 感謝が循環する『お互 「ゆるやかなつなが の実現 困りご いさま

誰もが役割と生きがいが持てる地域共生社会の実現 第四次塩尻市地域福祉



0

関係づくり

ゆるやかにつながり感謝がめぐる

○住民同士がゆるやかにつながろう

- ・身近な地域の人とのあいさつを心掛けよう
- ・ふれあいセンターや公民館などを利用してみよう

○困りごとに気付こう

・身の回りで困っている人などに気付いたら、相 談窓口につなげよう

○困りごとと担い手がつながろう

- ・ボランティア講座など地域福祉の担い手の育成 の場に参加してみよう
- ・ボランティア活動に参加してみよう

場づくり

誰もが暮らしやすい地域に向け住民が参画する

○福祉のまちづくりを考えよう

- ・地域での支え合いに関する話し合いや学習な どの場に参加してみよう
- ・福祉の学習会などで学んだことを周りの人と 共有しよう

○これからのまちづくりを考えよう

- ・地域で行われている行事や環境整備作業に参 加してみよう
- ・普段から災害に備え、避難所を把握したり、食 糧を備蓄したりするなどの準備をしよう

近くの頼れる相談相手民生委員・児童委員

民生委員・児童委員の 担当地区変更のお知らせ

令和6年度から宗賀地区(桔梗ケ 原)担当区域が変更となりました。

変更区域

委	員名	担当	する	組お	よび常	会
竹澤	千惠子	1、	7、	8、	101	
永井	栄子	4、	5、	6、	103	
西澤	頼雄	2、	3、	102		

※民生委員·児童委員、主任児童委員 に関するお問い合わせは、地域共生 推進課地域福祉係へご連絡ください。

が活動しています。民生委員・児童委 当する主任児童委員が配置されており 児童に関する相談や支援を専門的に担 り活動も行います。なお、各地域には 員には守秘義務が課せられており、 児童委員146人、主任児童委員14人) 民生委員・児童委員と連携しています も兼ねているため、子どもたちの見守 ています。また、民生委員は児童委員 係機関へのつなぎ役として日々活動し の皆さんの困りごとの相談、行政や関 非常勤特別職の地方公務員です。 現在、本市では160人(民生委員・ 民生委員・児童委員は、3年を任期 厚生労働大臣から委嘱された **重委員って何?**

いるお二人に、活動について聞きました。

しています。

外に出かける

として皆さん楽しんで参加 きっかけや、友達づくりの場

てくれています。

高砂さん 他にも一人暮らし

信頼され、頼られることがうれしい

係機関に共有することはありません。

もちろん、

退任後も本人の同意なく関

動で知り得た情報については任期中は

民生委員・児童委員として活動されて

り広場」を年に5回ほど開催 などを企画する、「元気づく 上の高齢者向けにお楽しみ会



Interview

正子 さん 髙砂 (大門二番町)

るので、

えるようになりました。

また、

人とのつながりが広が 地域のことがよく見

なことを教えてもらえます。

人生の先輩たちからいろいろ

高砂さん 民生委員の活動は

Q活動してみていかがですか

にやりがいを感じました。 通して顔見知りができ、 越してきたのですが、 髙砂さん 私を信頼し、

の一員になれたと実感した時 話をしてくれるようになった 心を開いてくれたよう 私は都内から引っ 悩み相談や 活動を 地域 ま

> Q今後取り組みたいこと などはありますか

ば参加しやすくなるのか、 えています。どのようにす 男性参加者を増やしたいと考 性の割合が多いので、 どの活動に参加される方は女 鈴木さん きたいですね。 治会と連携しながら考えて 元気づくり広場 もっと 自

どの言葉をかけられた時に、 り活動で接した方から「楽し 広場に参加した方たちや見守 鈴木さん かったよ」「ありがとう」な に感じてうれしいですね。 とてもうれしく感じます。 私は、元気づくり

り活動」なども行っています。 子を見て声かけをする「見守 の高齢者宅などへ訪問し、様

Qやりがいを感じるのは

どんな時ですか



鈴木さん

地域に住む70歳以

Qどんな活動をしていますか

鈴木 登美子 さん (大門田川町)

金井 壽子 さん (大門二番町)

Interview 地域みんなで見守ってくれる

民生委員の皆さんは、一人暮らしの私を気にかけて様子を見に来てくれます。 世間話や相談ごとなど話を聞いてくれるので、来てくれることがとても楽しみで す。以前は元気づくり広場にも欠かさず参加しており、とても楽しかったです。 最近ではご近所など周りの皆さんも気にかけてくれるようになり、とても助 かっています。困ったときなどは気軽に民生委員を頼ってみてください。

地域とつながりながら らしく暮らせる

りながら、

生きがいを持ってい

友人、地域と支え合い、つなが サービスを利用しながら家族、 必要になったとしても、必要な

きいきと自分らしく暮らせるま



塩尻市いきいき長寿計

本市では令和6~8年度の3カ年計画「塩尻市いきいき長寿計画(老 人福祉計画、第9期介護保険事業計画、第1期認知症施策推進計画)」 を策定しました。その概要をお知らせします。

考えられます。

このような状況の中で介護が

の負担は今後一層大きくなると は1・4人に減少し、支える側 和2年の2・0人から、22年に

介護保険課介護保険係、介護相談係 ☎0263⑤0280(代)

本市の年齢3区分人口の推移と将来推計



年少人口(0~14歳) ■老齢人口(65歳以上)

○生きがいづくりや社会参加

■生産年齢人口(15~64歳) -■- 高齢化率(%)

推進目標①

参考:実績/総務省「国勢調査」、推計/市企画課

域や社会で活躍できるよう支援 続できるように、また、仲間と 健康の維持と介護予防活動が継 自らつくるいきいき健 ■本市の取り組み していきます。 の交流を楽しみ、いきいきと地 市民の皆さんが自ら意識して 健康長寿 進めていきます。 地域とつながりながら、 き長寿計画の目指す姿を「人や ちを目指します。 の推進目標に沿って取り組みを 目指す姿の実現に向けて、三つ しく暮らせるまち」としました。 今回のいきい 自分ら

いきいき長寿計画 つの指標

フー参照)。その結果、

高齢者

一人を支える生産年齢人口は令

者数のピークを迎えます(グラ 増加し続け、令和22年には高齢 る一方で、老齢人口は一貫して

安心して生活できる地域 だと答える人の割合

(R4)

○元気高齢者 88.3%

(0~1歳) は共に減少す

(15~64歳) と年少

では、

生産年齢

○居宅要介護・要支援者83.1%

推進目標②

健康寿命

男性 女性 (R3) 80.8歳 85.3歳

(R8) 81.6歳 85.8歳 (R14) **82.5** 歳 86.4歳

する地域づくり

暮らしをサポ

住民・医療や介護の関係機関・

自分のことを好ましく 感じる市民の割合

(R5) 46.5%

(R8) 50.5%

ļ

(R14) 56.5%

ながり、 と資源が世代や分野を超えてつ 行政などが連携し、人と人、人 進めます。 ながる、地域共生社会の実現を 住民・関係機関・行政がつ

で支え合う体制づくりを推進し きと暮らし続けることができる 策を推進します。認知症になっ 推進計画」を策定し、認知症対 3カ年計画 よう、認知症予防から認知症の ても、住み慣れた地域でいきい 人やその家族の支援まで、 本市では、 「第1期認知症施策 令和6~8年度の

地域

を構築し、支援体制を充実して 援推進員が中心となり、日常生 活動を生かして、 る「認知症オレンジカフェ」の 日常生活圏域ごとに実施してい 活圏域ごとに「チームオレンジ」 市の 取り組みの中でも特に、 認知症地域支

○SNSなどを活用 や健康情報を配信 康教室を運営

○介護予防に取り組む自主グ)運動機能に応じた多様な健 ループの活動を支援

の機会を提供

運動

8

令和6年度からの65歳以上の人の介護保険料が決まりました

介護保険料は、制度の改正に合わせて3年に1度見直しを行っています。今回の改定では、11段階から13段階へ段階数が増加するとともに、各段階の保険料率の見直しを行いました。

段階(保険料率)		対象者		年額の介護保険料(月額)
第1段階(0.285)	○生活保護受給者○世帯全員が市民税非課税で、本人が老齢福祉年金受給者または本人の前年の合計所得金額+課税年金収入額が80万円以下の人		18,630円 (1,552円)	
第2段階(0.485)	○世帯全員が市民税非課税で、本人の前年の合計所得金額+課税年金		80万円を超え、 120万円以下の人	31,710円(2,642円)
第3段階(0.685)	収入額が	缺,水化 <u>十</u> 亚	120万円を超える人	44,790円 (3,732円)
第4段階(0.85)	○世帯員に市民税課税		▶ 80万円以下の人	55,590円 (4,632円)
第5段階(1.00)	1 7 11- 7 1 - 11- 11- 11- 11- 11- 11- 11	本人が非課税で前年の合計所得金 額+課税年金収入額が		65,400円(5,450円)
第6段階(1.15)		125万円未満の	人	75,210円 (6,267円)
第7段階(1.30)		125万円以上21	0万円未満の人	85,020円 (7,085円)
第8段階(1.50)		▶ 210万円以上32	0万円未満の人	98,100円 (8,175円)
第9段階(1.55)	○本人が市民税課税	→ 320万円以上42	0万円未満の人	101,370円(8,447円)
第10段階(1.75)	で前年の合計所得 金額が ■	→ 420万円以上52	0万円未満の人	114,450円 (9,537円)
第11段階(1.80)		520万円以上62	0万円未満の人	117,720円 (9,810円)
第12段階(1.90)		→ 620万円以上72	10万円未満の人	124,260円 (10,355円)
第13段階(2.00)		▶ 720万円以上の	人	130,800円 (10,900円)

「チームオレンジ」ってなに?

認知症の人やその家族と、認知症サポーターなどを中心とした支援者をつなぎ、安心して暮らし続けられる地域をつくる仕組みのことです。

どんなことをするの?

- ○認知症の人やその家族が外出や相談できる機 会をつくります。
- ○認知症に関わる情報提供や情報共有ができる 場とし、より多くの市民に認知症について理 解を深める機会をつくります。

べ、職員が不足していると回答2参照)では、前回の調査に比市内介護事業所調査(グラフ

な介護保険制度の運営供と将来を見据えた安定的はり良い介護サービスの提【推進目標③】

○安全の確保と介護者の負担○認知症の早期発見・早期対応の体制および連携の強化がある相談・支援体制の充実する相談・支援体制の充実

■本市の取り組

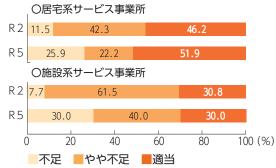
いきます。

○介護補助員養成

○介護事業所の働き方改革を

↑護保険サービスの需要が介護保険サービスの需要が 本市の取り組み 小護初任者研修、実務者研 が一きるように努めます。 一本市の取り組み 本市の取り組み 本市の取り組み の介護初任者研修、実務者研 の介護初任者研修、実務者研 の介護初任者研修、実務者研 の介護初任者研修、実務者研 ます。 供体制の確保も課題となってい は、中山間地域のサービス提 では、中山間地域のサービス提 は、中山間地域のサービス提 は、中山間地域のサービス提

■グラフ2 介護事業所の人材配置状況



参考:市内介護事業所調査/市介護保険課





³/9 $\widetilde{\mathbf{e}}$ 31 $\widetilde{\mathbf{e}}$

絵本原画展、出発進行!

岡本雄司絵本原画展「いろんなでんしゃ はっしゃしまーす」

●市立図書館本館

絵本「いろんなでんしゃ はっしゃしまーす」「でんしゃ すきなのどーれ」の作者岡本雄司さんの絵本原画展が、約3週間にわたって開催されました。

3月23日(出には、図書館職員による電車のおはなし会や塩尻駅の駅員が出題する○×クイズ、岡本雄司さんのギャラリートークが行われました。参加した子どもたちは電車を見るとすぐに、「あずさ!」「ドクターイエロー!」と答え、楽しそうな声がたくさん聞こえました。



多彩な暮らし、叶えるまち。 一田園都市しおじりー

第六次塩尻市総合計画最終答申

♀塩尻市役所

令和6年度を始期とする「第六次塩尻市総合計画」の最終答申が行われました。総合計画審議会(会長・林靖人信州大学副学長)に計画内容を諮問し、さまざまな意見をいただいた他、タウンミーティングやワークショップなども行い、多くの市民が参画しました。計画最上位の指標に「市民幸福度」を設定し、幸福度を向上させながら「目指す都市像」を実現していきます。



災害廃棄物処理で連携を図る

災害廃棄物の処理等に関する協定締結式

♀塩尻市役所

産業廃棄物処理業者など県内270社が加盟する、一般社団法人長野県 資源循環保全協会と塩尻市が協定を結びました。地震などの災害時に、 災害廃棄物の撤去、収集運搬、処分、仮置場の運営などの協力を要請 することができます。これにより、災害発生時の迅速な対応が期待さ れます。





ドキドキ! ワクワク! ピカピカの一年生

小学校入学式

♥片丘小学校

この日は、市内の各小学校や義務教育 学校で入学式が行われました。

片丘小学校では、27人の新一年生が元 気に入学。校長先生や教頭先生などの先 生や、在校生のお兄さんとお姉さんに温 かく迎えられ、緊張しながらも新しい学 校生活にワクワクした様子でした。

教室では、担任の先生のお話を聞き、 元気よく返事をする頼もしい姿が見られ ました。入学した新一年生たちは、自分 の教科書やランドセルカバーなどをうれ しそうに眺め、保護者と一緒に確認して いました。小学校での新しい生活を楽し みにし、期待している児童たちの表情が 教室の中にあふれていました。おいしい 給食も楽しみですね!



一首てだ。



電子申請

IRL https://s-kantan.jp/city-shiojiri-nagano-u/

□…部署直通電話番号 市外局番「0263」は省略しています。 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。

あんしんサポートルーム

中央あんしんサポートルーム 直 ②0855

北部あんしんサポートルーム ☎520280 内線5547

ページ ID:0002871

保健師や助産師が、妊娠中の心や体の相談、出産後の子どもの身 体測定、発育・発達について相談に応じます。

- 期日 月~金曜日(年末年始·祝日、北部はえんてらす休館日を除く)
- 時間 午前9時半~11時半、午後1時半~3時半
- 場所 ○中央あんしんサポートルーム(市保健福祉センター内)
 - ○北部あんしんサポートルーム(えんてらす内)
- **持ち物** 母子健康手帳、バスタオル

出張あんしんサポートルーム

場所	期日
片丘支所、楢川支所	5月7日巛、6月4日巛
洗馬支所、北小野地区センター	5月14日(火)

- 時間 午前10時~11時半
- **持ち物** 母子健康手帳、バスタオル

健診·相談

問 健康づくり課保健予防係 直 ②0855

ページ ID:0029181

乳幼児健診・相談

健診名	期日
4カ月児健診	5月23日休)
10カ月児相談	5月28日(火)
1歳6カ月児健診	5月15日似・22日似
3 歳児健診	5月16日(休)

※グループに分けてご案内しますので、通知文に書かれた時間 にお越しください。

- 場所 市保健福祉センター
- **持ち物** 母子健康手帳、問診票、バスタオルなど
- ※母子健康手帳の「保護者の記録」、問診票を記入してお越し ください。

図書館イベント

問 市立図書館 ☎533365

イベント名	期日	時間	場所
かけか し合	毎週土曜日	午前11時~	図書館本館
おはなし会	5月11日仕)・25日仕)	11時半	広丘図書館

※申し込み、参加費は不要です。

教室・相談

問 健康づくり課保健予防係 直 ②0855

ぴよぴよ教室 (離乳食教室)

ページ ID:0002869

生後7~8カ月の離乳食や食べさせ 方、仕上げ磨きについて学びます。

- **■日時** 5月17日金
 - 午前10時~11時半
- 場所 市保健福祉センター
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、 離乳食の基本(4カ月児健診で配布 した冊子)、託児に必要なもの
- 申し込み方法

教室2月前の正午までに 右のコード(電子申請)で お申し込みください。



親子にこにこ食事相談

ページ ID:0002868

離乳食など、子どもや家族の食事に 関する相談に栄養士が応じます。

場所	期日	時間
中央	5月8日似・22日似	午前10時
北部	5月2日(H)·16日(H)、 6月6日(H)	~11時半

持ち物 母子健康手帳

口のケアと歯育相談

ページ ID:0002870

子どもの仕上げ磨き、歯や口腔機能の 不安や疑問に歯科衛生士が応じます。

場所	期日	時間
中央	5月8日(水)	午前10時
北部	5月24日惍 6月7日惍	~11時半

持ち物 母子健康手帳、自宅で使用 している歯ブラシなど



Zoomを利用して、自宅にいながら市の専門 職員にオンラインで相談ができます。上のコー ド (電子申請) でお申し込みください。

■対象 市内在住でおおむね0~3歳の子ども を育てる保護者

子育て支援センター・北部子育て支援センター・こども広場 イチオシイベント



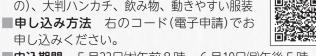
乳幼児の救急法

問 子育て支援センター ☎⑤3382

乳幼児の事故やけがで慌てないよう、救急法を学びませ んか。

- ■対象 0歳から小学校に上がる前までの子どもを育児中 の保護者
- **■日時** 6月20日休 午前9時半~11時半
- ■場所 えんぱーく3階多目的ホール(託児は2階会議室
- ■講師 大倉 恵子さん(赤十字幼児安全指導員)
- **■定員** 15組(先着順)
- ■参加費 無料

- ■持ち物 腰まである古ストッキング (サポートタイプで) はないもの)、常温の保冷剤2個(小さいも
- の)、大判ハンカチ、飲み物、動きやすい服装



- **■申込期間** 5月23日(初午前8時~6月10日(月)午後5時
- **託児** 講座当日、生後3カ月の子どもから託児(無料) ができます。希望する人は、申込時にご入力ください。 ※この講座を初めて受講する人を優先します。受講経験の ある人は5月30日休以降にお申し込みください。

子育て施設の休館日

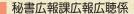
●子育て支援センター、図書館本館、こども広場…水曜日

●北部子育て支援センター…日曜日、えんてらすの全館休館日

定例イベント

イベント名	期日	時間	場所
おはなし会	5月9日休	午前11時~11時20分	こども広場
おはなしトントン	5月1日俶、6月5日俶	午前10時45分~11時	北部子育て支援センター
乳幼児向けおはなし会	5月14日(以、6月10日(月)	午前10時15分~10時半	子育て支援センター
おはなし玉手箱	5月10日惍	午前10時15分~10時半	北部子育て支援センター
のほなし玉子相	5月24日金	一一一一一一	子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	5月21日(火)	午前10時15分~11時	北部子育て支援センター
体操とふれあい遊び	5月24日 金・31日 金、6月7日 金	午前11時~11時20分	こども広場





i 2 2 0333

webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳~年長児の子どもの写真 を募集しています。

申し込み方法

「子どもの氏名(ふりがな)」「生年月日」「性 別」「メッセージ (30字まで)」「応募者

の氏名」「住所」「電話番号」 「メールアドレス」を記入の 上、メールまたは右のコー ド(電子申請)でお申し込 みください。



写真随時募集中!

※掲載させていただく際は、本市からメー ルにてご連絡させていただきます。



莉歩5ゃん(3歳) 石原 春からは初めての保育園。 元気に通ってね!



椛詩ちゃん(4カ月)

かわいい笑顔とたくさんの幸せをあ りがとう!もみはパパとママの宝物



W

石原 央介5ゃん(1歳) これからもたくさん食べて 元気に育ってね!



春原 あすかちゃん(1歳)

四人姉妹の末っ子。お姉ちゃんに 負けないように元気に育ってね!

「しおじり声のひろば」は、皆さんの声をお届けする広場です。「市長 への手紙」や市ホームページ「しおじり声のひろば」からいただいたご 意見・ご感想などをご紹介します。※紙面の都合により、内容を一部変更しています。

とな ます れする およ ぼ 進 合で 手放すことを検討 金や空き家 会社 み、 てい 7 し 空き家を持ち続)ので、 も、 は、 た、 つ ド 義 が ま び ず。 その 7 ブ 務 ワ L 周 な 利活 があり 辺住 空き家所 市 ン ッ 11 61 お 参考にしてくださ 敷地 ク内に記載し 詳 空き家は老朽 ます。 ス が じ 空き地 ŋ 委 用 Ü 民に悪影 1 のご相談 ッ 街 託 11 ŧ を 管理 有者は して ず。 適切 ける 空 プ 元気 L き 相 て 方法 彩響を 家 管 E 場 談 力 11 11 に関 補 窓 ン る て 化 理 管 住 る 合 パ株 \Box 11 は 及 が

しょうか。 りません。 産の 中 お答えし に空き家が ま

目分自身で活用する予定は Q 私 は父から相 どうすればよ あります た財 が、

で、

ぜひご相談くださ

申い

利

活

用

ポ

請

窓 た

にも

な

つ

7

11 卜

ま 制

す 度

0) \mathcal{O}

今月のテーマ

空き家の利活用方法 について

問

☎0263億0280建築住宅課建築住宅係 内線1292

株式会社しおじり街元気カンパニー

- ■場所 えんぱーく4階405号室
- ■お問い合わせ先

市政へのご意見は

しおじり声のひろば

市長への手紙から

しおじり声のひろば(市ホームペ·

- ○電話 ☎0263®8530
- ○メール 図iju.teiju@shiojiri-genki.com ※来社相談をご希望の際は事前にご連絡ください。





▲空き家・空き地バンク

空き家についてお聞きし

ご注意ください。

申

請が な

義務化されましたの

お、

4

月

か

5

相

続

登

記

市民インタ

空き家バンクを通して空き家を売却した人と空き家を購入した人にお 聞きしました。



松澤 幸子さん (松本市)

丁寧な対応で安心して家を任せられる

長年住んでいた家を手放すことを悩んでい ましたが、年齢と共に管理することが難しく なり、甥に紹介されたしおじり街元気カンパ ニーへ相談に行きました。担当者が丁寧な聞 き取りや購入者の紹介などをしてくれ、安心 して家を任せることができました。悩んでい る方は一度相談してみてはいかがでしょうか。



マリアさん 平田 (本山)

自分が理想とする家とマッチング

私は、自分の家で日本人向けの英語教室や 外国人向けの日本文化を学ぶ教室などを開き たいと思い、広い家を探していました。そこ でしおじり街元気カンパニーで相談すると、 自分が理想とする家とマッチング。水回りや ドアを改修して、教室に来る生徒たちと勉強 できる日を楽しみにしています。



お寄せいただいたご意見などには、お

おむね1週間以内に回答します。また、

各担当課へのお問い合わせも受け付けて

(URL https://www.city.shiojiri. lg.jp/site/toiawase/)

お寄せいただいたご意見などには、お おむね1週間以内に回答します。

■受付先 市役所 1 階総合案内、各支所

■投函箱の設置場所

います。

市役所1階市民ホール ※郵送の場合は、84円切手を貼って郵送 してください。

塩尻の給食で食卓に笑顔を!





https://konkon.jp/ ※市ホームページからもご覧いただけます。



ワンポイントパ

ほうれん草をミキサーにかける場合 は、ゆで汁を入れペースト状にすると きれいな緑色の団子に仕上がります。

草団子

材料(4人分)

ほうれん草 ……… 1/5束 上新粉 32グラム 白玉粉 ……… 68グラム

水 ------ 適量

★きな粉 …… 大さじ 2 弱

★三温糖 …… 大さじ1弱

★塩 …… 少々

*1人分栄養量 エネルギー…111kcal、たんぱく質…3.0g、 脂質…1.2g、塩分…0g

作り方

- ●鍋でお湯を沸かし塩(スプーン1杯程度)を加え、ほうれん草をゆでる。 冷水で冷やして水気を切って、みじん切りかミキサーにかけ、細かくする。
- ②上新粉と白玉粉を混ぜ合わせ、水を少しずつ加えながらこね、さらに ●を加えて練り込んで、耳たぶくらいの硬さにし、団子状に丸めて手 のひらで軽く押さえて平らにする。
- ❸お湯を沸かし、❷を入れて浮いてきたら、さらに2~3分ゆでて水で

開

才

"

43をお皿に盛り、混ぜ合わせた★をまぶしたら出来上がり。

▼詳細は下のコー ド (IRL https://fmm. geo-itoigawa.com/ blog/30th/) をご覧 ください。





問

※詳細はお問い合わせください ☎025-553-1880

期間

6月30日田

まで

※常設展示などを観覧する場合 観覧料 場所 時半 開館時間 ジアムふるさと展示室 別途入館料がかかります。 (午後5時まで見学可) フォッサマグナミュ 無料 午前9時~午

から」 お越しください。 別展が開催されています。 軌跡をすごろく形式でたどる特 ミュージアム でたどる! ありがとう30年 と題してミュージアムの 30年の歩みとこれ フォ サマグナ すごろく ぜひ



市政レピックス

募

短歌の里 広丘夏まつり 灯籠短歌大会の投稿歌を募集

問 塩尻短歌館 ☎⑤7171

短歌の里広丘を愛する人なら誰でも投稿可能。テー マは自由です。入賞短歌は、8月上旬から8月14日(水) に行われる広丘夏まつりの日まで灯籠にして広丘駅 前に飾ります。灯籠は塩尻志学館高校書道部の皆さ んに書いていただきます。ぜひご投稿ください。

- ●投稿方法 短歌館、市ホームページ、市内各施設 にある投稿用紙に記入の上、次のいずれかの方法 で投稿してください。(一人一首)
 - ○郵送、持参の場合 〒399-0706 広丘原新田288番地 1 塩尻短歌 館宛て
 - ○メールの場合(投稿用紙を添付) ☑ hirookaomatsuri2024tanka@gmail.com
 - ○Googleフォームの場合 (投稿用紙不要) 右のコードでお申し込みください。



●投稿締め切り日時

6月14日金 午後4時(必着)

※学校、クラス、職場など団体で投稿する場合は、 投稿用紙をまとめて投稿できます。

お知らせ

新婚の世帯を応援します



地域づくり課移住定住係 ☎内線1153

新婚世帯の住宅購入費などを支援します。

- 対象(次のすべてを満たす世帯)
 - ○今年度に結婚し、市内在住の世帯
 - ○結婚した時の夫婦どちらの年齢も39歳以下
 - ○夫婦の直近の合計所得が500万円未満
 - ○塩尻市の税金などに滞納がない
- ※奨学金の年間返済額は、所得から控除されます。
- ■対象経費 住宅購入費、リフォーム費、家賃、引っ 越し費で、今年度中に支払ったもの
- 補助金額 ○婚姻時の年齢が29歳以下 60万円 ○婚姻時の年齢が39歳以下 30万円
- ※住宅購入とリフォームについては、10万円の上乗 せがあります。
- ●申し込み方法 市役所 1 階地域づくり課移住定住 係にある申請書に記入の上、必要書類を添えて、 提出してください。
- 申請期限 令和7年3月31日(月)
- ※必要書類などの詳細は、右のコード(市 ホームページ)をご覧ください。
- ※予算に達し次第終了します。



お知ら

空き家に関する補助金があります

問 建築住宅課建築住宅係 ☎内線1292

空家等対策の推進に関する特別措置法の一部を改 正する法律が令和5年12月13日から施行され、空き家 所有者などの責務がより一層強化されました。

法改正により、周辺環境に著しく悪影響を及ぼして いる特定空き家に加えてその予備軍となる「管理不全 空き家」も市からの指導・勧告の対象となり、その指 導に従わず、勧告を受けると固定資産税などの住宅用 地特例が受けられなくなります。

新たな制度を新設

市では、空き家が管理不全な状態にならないように するための相談窓口やサポート制度を整えており、今 年度から新たな制度で運用しています。

- ●空き家補助金の対象者を拡大
- ●空き家だけでなく空き家の跡地(住宅用土地)の情 報もホームページ上で広く公開

空き家・空き地バンクについては、今月号の14ペー ジで紹介しています。また、空き家に関するご相談は ワンストップ相談窓口の株式会社しおじり街元気カン パニーにお問い合わせください。

空き家整備事業

- ■対象 空き家の所有者または購入者(条件あり)
- ■対象経費 家財などの処分費、敷地内の樹木伐採な どにかかる経費
- ■補助金額 対象経費の2分の1以内(上限10万円) 空き家改修事業
- ■対象 空き家の所有者または購入者(条件あり)
- ●対象経費 改修工事費(業者への発注工事で10万円 以上のもの)
- ■補助金額 対象経費の2分の1以内(上限50万円) 空き家解体事業
- ●対象 空き家の所有者または購入者(条件あり)
- ●対象経費 解体工事費
- ■補助金額 対象経費の2分の1以内(上限50万円) ※所有者が実施する場合は、空き家・空き地バンクに登 録することが条件です。





市役所 ☎0263⑤20280 ᠓ 0263⑤21158

塩尻市ホームページ ・ https://www.city.shiojiri.lg.jp/

電子申請

https://s-kantan.jp/city-shiojiri-nagano-u/

直…部署直通電話番号 市外局番[0263]は省略しています。



塩尻市民文化祭開催!

塩尻市民文化祭実行委員会事務局

(社会教育スポーツ課内) **直** ②0905 ページID:0022584

市民の皆さんが日ごろの芸術文化活動の成果を発表します。力作や秀作の数々をご覧ください。

展示発表の部

- ●日時 6月7日 金~9日 日 午前9時~午後4時
- ■場所 塩尻総合文化センター
- ●展示内容
 - ○各種展示
 - 書道展、写真展、陶芸展、美術展、盆栽展、さ つき・山野草展、華道展、文芸展、ボタニカルアー 卜展、一般公募展
 - ○書道・ダンスパフォーマンス(雨天中止)
 - ○チャリティーバザー
- 農産物の販売
- ○体験コーナー(アクリル画、ボタニカルアート、 陶芸、書道)
- ※日程、内容が変更になる場合があります。
- ※各催しの開催時間などは市ホームページをご覧くだ さい。

舞台発表の部

- ●日時 6月9日回 午前9時~午後4時半頃
- ■場所 レザンホール大ホール・中ホール
- ●発表内容
 - ○大ホール 民謡・器楽、吟道、太鼓、日本舞踊 午前9時45分~午後2時頃
 - ○中ホール 歌謡 午前9時25分~午後4時半頃 (正午~午後1時は昼休憩)
- ※日程、内容が変更になる場合があります。
- ※詳しいプログラムは市ホームページをご覧ください。





知

5月は消費者月間です

塩尻市消費生活センター ☎520280(代)

SNS(ソーシャル・ネットワーキング・サービス)は情報収集に大変便利なサービスですが、近年悪質商法の勧 誘手段として悪用されるケースが増えています。事例を参考に消費者被害に気を付けましょう。

事例

SNSの出会い系サイトで知り合った異性の相手か ら、「落ち着いたら会いたい。会えるまでSNSでメッ セージ交換をしましょう」と連絡がきて、相手と連絡 を取りあった。間もなく相手から「暗号資産を売買 すれば簡単にもうかる。一緒に資産を増やしていこ う」と誘われた。嫌われたくなかったし、もうかる ならと思い、言われたとおりに取引サイトに登録し、 少額の元本を指定された個人名義の口座に送金した。

数日後「早速もうけが出た。もうけた分の現金を引 き出すには、手数料がかかる」と言われた。手数料が

高いと思ったが、相手から「手数料の何 倍ものお金を受け取れるから、絶対に手 数料を払った方がいい」と強く勧められ たので、数回にわたり約50万円の手数料 を送金した。しかし、お金は受け取れず、 「さらなる手数料が必要になった」と言っ てきた。

対処法

今回の事例のように、多額の現金を振り込んだ後に 相手と連絡が取れなくなったという相談が、数多く寄 せられています。面識のない相手からのもうけ話の誘 いには、情に流されることなく絶対に応じないように し、被害防止のために次のことに気を付けましょう。

- ○通常の金融取引では、取引業者が個人名義の□座に 入金させるようなことはない
- ○投資話においてリスクに関する説明が無く、簡単に もうかることを強調する場合は、詐欺を疑うこと
- ○暗号資産などの金融商品の取引を検討する際は、業 者が、暗号資産交換業・金融商品取引業の 登録業者であるかを金融庁のホームページ で必ず確認する(無登録業者は違法行為業者) ※トラブルが発生してしまった場合には一人 で悩まず、信頼できる人や、消費生活センター などの専門機関に相談しましょう。少しでも 早く相談することが、最善の解決策です。



くらしの情報介

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。

市外局番 [0263] は省略しています。

新区長を紹介します

問 地域づくり課地域づくり係 ☎内線1151

本市は66の行政区からなり、それぞれの区の区長は、住民の皆さんと行政との橋渡しの役割を担っています。6年度の各区長をご紹介します。

	びを合
^ =	区長会
会 長	
副会長	
副会長兼会	計 松尾 伸吉
	大門地区
○ 大門一番町	」 伊藤 秀文
大門二番町	」 成田 洋一郎
大門三番町	」 備前 隆
大門四番町	
大門五番町	
大門六番町	」 小山 悦次
大門七番町	
大門八番町	」 小池 晴夫
大門七区	活水 繁樹
大門田川町	」 蟻川 博之
	塩尻東地区
○ 東 山	松尾 伸吉
柿 沥	熊谷 初男
金井	小林 稔
上西条	
中西条	洞 省造
下 西 条	
堀ノ内	
長 畝	は 樋口 文男
桟 敷	
BJ 🗵	
松原	
みどり湖	

l	峰	原	岡野	文明		
片丘地区						
Oī	南 内	\Box	河野	文夫		
-	北熊	井	中野	嘉之		
	南 熊	井	上條	庸吾		
	中	挾	中村	俊一郎		
	君	石	成田	かち子		
F	为 田	原	今市	祐之		
		広丘	地区			
	京 新	\Box	野溝			
	堅	石	伊倉			
O 3	郡	原	保科	隆保		
9	野	村	星	英夫		
		高出	地区			
	高出一	区	降籏	一彦		
	高出二	区	大和	孝光		
	高出三	区	寺沢	宏芳		
Ī	高出四	区	上原			
Ī	高出五	区	塩原	茂生		
		吉田	池区			
	吉田一	区	塚原	克彦		
0 ī	吉田二	区	神澤	隆夫		
ī	吉田三	区	赤津			
	吉田四	区	吉江	正彦		
ī	吉田五	区	岩井	雄一郎		
洗馬地区						
	E	組	征矢野	清也		
5	元	B J	三溝	恒幸		

芦ノ田	3	清水	秋雄			
太田	3	中島	照夫			
太 田岩 垂	É	青柳	孝			
下小曽部	3	太田	仁志			
〇上小曽部	3	大熊	陽一			
	宗賀	地区				
桔梗ヶ原	Į I	宮入	博			
平出	1	塩原	清市			
床尾	-	武居	泰弘			
〇 洗 馬	5	永田	公由			
牧 野	7	深澤	伸吾			
本 山	J	秋山	博和			
日出塩	ā	丸山	猛幸			
小井戸	ī	中村	竜也			
	北小	野地区				
〇古 町	J	熊井	保			
宮前	j	Ш⊞	富康			
大 出	1	青木	俊樹			
上田	3	赤羽	忍			
勝弦	<u> </u>	大井	毅			
楢川地区						
贄川		太田	俊靖			
平		宮原	豊			
○ 奈 良 井		小嶋	正則			
			TT-V.7			

※敬称略

※○は地区の区長会長です。

おたふくかぜ予防接種費助成事業

問 健康づくり課予防接種推進係 ■ ᡚ7311 ページID:0038477

子育て世代の経済的負担軽減と集 団感染および感染による合併症を予 防するため、子どもの予防接種費を 一部助成します。

対象

接種日に市内に住民票がある、満 1歳以上2歳未満の子ども

■助成額

3,000円 (1人当たり1回まで)

■助成を受ける方法

- ①市内実施医療機関へ予防接種の 予約の際に、本市の助成を受け る旨を伝えてください。
- ②市内実施医療機関で市おたふくかぜ予防接種予診票を記入します。 ※予診票は実施医療機関に置いてあります。
- ③予防接種実施後、接種料金から 3,000円を差し引いた額を医療 機関窓口にお支払いください。
- ■**持ち物** 母子健康手帳、健康保険 証、接種費用

※実施医療機関は市ホームページを ご覧ください。

障がい者への合理的配慮に必要 な物品の購入などへの補助

問 福祉支援課障がい福祉係 ☎内線2115 ページID:0040784

市では障がい者が暮らしやすい地域を目指し、市内事業所などが障がい者への合理的配慮をする際に必要な物品を作成、購入する経費を補助します。

■対象

- ○作成 点字のメニュー表やコ ミュニケーションボード、障が いに配慮したチラシ など
- ○購入 筆談ボード、簡易スロープ、聴覚障がい者接客用タブレット端末 など

■補助内容

作成・購入に係る経費の2分の1 (上限20万円)

■申請方法

市保健福祉センター1階福祉支援 課または市ホームページにある申 請書に記入の上、必要書類を添え て提出してください。

※令和7年3月31日 (月までに完了報告が必要となりますので、購入前に早めにご相談ください。

⋒ お知らせ

令和6年度農作業料金

問 農業委員会事務局 ②0810 ページID:0002579

6年度の標準農作業労賃などが決まりました。次の表を参考に適切な金額を決めてください。

■作業種類および金額

作	金額				
	田·稲作				
一般作業	畑・野菜	950円			
	果樹				
剪定作業	果樹	2,200円			
₩ 1 - 1 / / - 2 / 	耕運ロータリー	6,800円			
機械作業(水田)	田植え機	9,100円			
((1),(11))	コンバイン	20,600円			

※一般作業および剪定作業は1日8時間労働を基準とした1時間当たりの金額、機械作業は10アール当たりの金額で、すべて消費税抜きです。 ※ほ場条件により割増料金とする場合は、別途協議してください。 ※この表は作業料金の目安を示すもので、市、農業委員会、農協などが

作業の受託を保証するものではあり

ません。詳細はお問い合わせください。

塩尻市ホームページ 風 https://www.city.shiojiri.lg.jp/

分募集

令和6年度松本圏域障がい者 スポーツ大会参加者を募集

問 福祉支援課障がい福祉係 ☎内線2115

対象

松本市、塩尻市、安曇野市、東筑 摩郡在住の障がい者

■**日時** 6月8日仕) 午前9時半~午後0時10分

■場所

信州スカイパークやまびこドーム

■種目

- ○ニュースポーツ体験 フライン グディスク (アキュラシー)、 ポケネット、ディスクゴルフ、 スカットボール、ストラックア ウト
- ○レクリエーション ラッキー ロープ、パン取りゲーム※一部の種目が変更になる場合もあ
- りますので、ご了承ください。
- ■定員 250人程度(先着順)
- ■参加費 無料
- ■持ち物

飲み物、タオル、運動ができる服装、外用の運動靴 など

■申し込み方法

市保健福祉センター 1 階福祉支援 課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 5月15日(水)※当日は、各市村のチームに所属して参加していただきます。

学芸員に聞こう

問 平出博物館 ☎ᡚ1022

博物館の展示物を学芸員の説明を聞きながら見て回ると、普段とは違った発見があります。毎月第2土曜日にテーマを設けて定期的に開催しますので、ぜひお越しください。

- ■日時 5月11日仕) 午後1時半から(1時間程度)
- ■内容 企画展「田川流域の弥 生文化」の解説
- ■場所 平出博物館

※申し込み、入館料は不要です。 午後1時20分までに博物館ロビー へお越しください。

飼い主のいない猫対策用の保護器貸出

問 生活環境課環境係 ■ 図0744 ページID:0031096

市内に生息する飼い主のいない猫 対策として、無料で保護器を貸し出 しています。

- ■対象 市内に生息する飼い主のい ない猫に対し、次のいずれかの対 応をする人
 - ○不妊・去勢手術を受けさせる人
 - ○傷病などの治療を行う人
 - ○飼い猫として屋内飼育をする予 定の人
- ■申請方法 市役所 1 階生活環境課 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。
- ■貸出期間 貸出日を含め14日間

長野県既存住宅エネルギー 自立化補助金

問 県松本地域振興局環境·廃棄物対策課 ☎@1941

県では、既存住宅に設置する太陽 光パネルおよび蓄電池の設置費用を 補助しています。

- ■対象 次のいずれかに該当する人 ○居住する県内の住宅に対象の設
 - 備を設置する人
 ○「信州の屋根ソーラー認定事業
 者」との契約により設置する人
 - ○太陽光パネル (10kW未満) を設 置する人
 - ○蓄電池 (4kWh以上) を設置 する人
 - ○V2Hを設置する人

補助額

- ○太陽光パネルと蓄電池1戸当たり上限20万円
- ○蓄電池のみ1 戸当たり上限15万円
- ○太陽光パネルとV2H 1戸当たり上限15万円
- ○V2Hのみ1 戸当たり上限10万円

■申し込み方法

県松本地域振興局環境・ 廃棄物対策課へ書類を提 出するか、右のコード



(電子申請) でお申し込みください。 ※詳細は県ホームページ (風https:// www.pref.nagano.lg.jp/zerocarbon/ jiritsu.html) をご覧ください。

風水害に対する備え

問力

塩尻消防署 ☎級0119 広丘消防署 ☎級3010

木曽消防署北分署(楢川地区) ☎0264逾3119

小まめに気象情報や避難情報を確認し、事前に備えることが重要です。

■主な風水害に対する備え

- ○ハザードマップを確認し、お住まいの地域における災害発生リスクと避難場所を把握する。
- ※ハザードマップは市ホームページに掲載しています。
- ○テレビ、ラジオ、インターネットの他、SNS、各種防災アプリを活用し、避難行動の目安となる情報を収集する。
- ○自治体が発令する警戒レベルに 応じた「自らとるべき行動」を 確認しておく。
- ○食料、飲料水、内服薬など、非常持ち出し品を準備する。
- ○屋外に設置されている物品など が風で飛ばされないように、しっ かり固定する。
- ○用水路などに堆積物がたまると、 水の流れが悪くなり、あふれる リスクが高くなるため、家の周 りにある用水路の点検を行い、 自治体と協力して定期的に掃除する。

【国民健康保険加入の人へ】 健康保険が変わった時は届け出を

問 市民課国保年金係 🛅 🕸 0772

勤め先の健康保険への加入や扶養 認定により、新しい健康保険証がお 手元に届いた際は、すぐに国民健康 保険を脱退する届け出をしてください。

■ポイント

- ○届け出は郵送でも可能です。
- ○国民健康保険の脱退日は、勤め 先の健康保険の資格取得日(ま たは扶養認定日)となりますが、 脱退の届け出をしないと、国民 健康保険税と勤め先の健康保険 料の両方が一時的にかかる場合 があります。
- ○勤め先の健康保険の資格取得日 以降に国民健康保険証を使用すると、本市が負担した医療費 (7~8割)を後日返還していただく場合があります。

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。

結婚相談会(塩尻市友愛クラブ連合会)

問 地域共生推進課高齢支援係 ☎内線2127

結婚をお考えの人の相談を受け、 お見合い相手の紹介と紹介のための 会員登録を受け付けています。

- ■対象 未婚の男女(年齢不問)
- ■日時 6月10日(月)

午後1時半~3時

■場所 市保健福祉センター2階ス タッフ研修室

※申し込み、参加費、登録料は不要です。 ※登録される人はご自身の写真をお 持ちください。

おもちゃ工房のおもしろ科学実験

問 自然博物館 ☎536342

手作りおもちゃを使った、ちょっ と不思議で楽しい遊びの数々を体験 しませんか。

- ■対象 小学生(保護者同伴)
- **■期日** 5月18日仕・25日仕
- **■時間** 午後2時~3時
- ■場所 自然博物館
- ■講師 矢野 憲司さん(おもちゃ 作家)
- ■定員 各日10組(申し込み多数の 場合は抽選)
- ■参加費 無料
- ■申し込み方法 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 5月8日似午前9時~ 12日(日)午後4時

※抽選結果は後日郵送またはメール にてお知らせします。

しおじり優良口腔ケア表彰 よい歯の高齢者を募集

問介護保険課介護相談係 ☎内線2131

日頃から口腔ケアに熱心に取り組 んでいる高齢者を募集します。

- ■応募資格(次のすべてに該当する人)
 - ○本市に住民票がある
 - ○90歳以上の人または75歳以上の 要介護認定者
 - ○自分の歯が20本以上残っている
 - ○日頃から□腔ケアをして清潔に 保たれている
- ■申し込み方法 市保健福祉センター、 各支所、えんぱーくにある申込書 に記入の上、市保健福祉センター 1階介護保険課へ提出してください。
- ■申込締め切り日 7月19日金
- ■表彰式 10月17日(木)

6)催

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 **③ 9**0993

誰でも手軽に楽しめるニュース ポーツで体を動かしましょう。親子 での参加も大歓迎です。

- 日時 5月11日仕) 午後1時半~4時
- ■場所 市立体育館

※申し込み、参加費は不要です。 ※ふれあいデー以外でもサークルや グループでボッチャなどのニュース ポーツを楽しめます。スポーツ推進 委員が出向き、指導を受けながら楽 しむことも可能ですので、気軽にお 問い合わせください。

くらしの情報()

市外局番 [0263] は省略しています。

ちびてつ(ちびっこ哲学)2024 参加者を募集

問 市民交流センター市民活動支援係 ☎③3350

日常の身近な事柄をテーマに「考 えることは楽しい」を学びます。

- ■対象 小学5年生~中学3年生 (全日程参加できる人)
- ■期日および場所(全3回)
 - ○5月26日(日)、7月21日(日) えんぱーく
- ○9月22日(日) 塩尻総合文化センター
- ■時間 午前10時半~午後3時
- ■定員 16人(申し込み多数の場合 は抽選)
- ■講師 有路 憲一さん(信州大学 准教授)、信州大学生
- ■参加費 無料
- **■申し込み方法** 右のコー

ド(電子申請)でお申し込みください。

- ■申込期間 5月11日(土)~19日(日)
- ■抽選結果通知日 5月20日(月)

太陽光パネル・蓄電池の共 同購入への参加者を募集

問 長野県みんなのおうちに太陽光事務局 ☎0120-698-300

多くの人が安心して一緒に太陽光 パネルや蓄電池を購入、設置できる 共同購入への参加者を募集します。

- ■対象 住宅用および事業用太陽光 パネル(10kW未満)もしくは蓄電 池またはその両方の設置希望者
- ■申し込み方法 右のコー「圓器器/回 ド(風https://groupbuy.jp/solar/nagano/



home) でお申し込みください。

出張一時的(デイ)保育を行います

保育できない時や、子育ての疲れを解消しリフレッシュ したい時など、一時的にお子さんを保育します。

■対象 市内在住の生後6カ月~就学前の子ども

	宗賀中央	كالمنافئ بالمناقل	横川	片丘	洗馬	塩尻東	
	保育園	保育園	保育園	支所	支所	支所	
6日	4 ⊟(火)・ 18⊟(火)	5 ⊟(水)・ 19⊟(水)	6 ⊟(木)・20⊟(木)	11日(火)· 25日(火)	12日(水)· 26日(水)	13日(木)・27日(木)	

- ■時間 午前9時~午後4時
- ■利用料金 ○3歳未満 30分200円

○3~5歳 30分100円

※令和6年4月1日時点での年齢です。

※一時的(デイ)保育利用クーポンも利用できます。

問 保育課保育園運営係 ☎内線3172

持ち物

昼食、おやつ、食事用エプロン、おしぼり、使い慣れ た箸(フォーク・スプーン) など

- ※子どもの年齢、預ける時間によって持ち物が異なります。
- ■申し込み方法 右のコード (電子申請) で お申し込みください。
- **■申込締め切り日** 5月15日(水)

※申し込み多数の場合は抽選とし、結果をメールで通知し

※7月以降の申し込み方法などの詳細はお問い合わせくだ さい。

塩尻市ホームページ 風 https://www.city.shiojiri.lg.jp/

f 講座·教室

SDGsを地域で実践するた めのヒント集

問 県生涯学習推進センター ☎38822

■日時 5月30日(木)

午前9時45分~午後4時

- 場所 県生涯学習推進センター講堂
- ■内容 SDGsを実践するためにヒ ントとなるカードゲーム、辰野高 校の皆さんによる事例発表
- ■講師 佐藤 利春さん(信州大学 農学部JICA草の根技術協力事業 サブプロジェクトマネージャー)
- ■定員(先着順) ○会場 40人 ○オンライン(午前のみ) 40人
- ■参加費 無料
- ■申込締め切り日 5月16日(木)
- ※電話でお申し込みください。
- ※手話通訳、託児もあります。

効果的な運動方法を学び、 いつまでも元気な体に!

問 介護保険課介護相談係 ☎内線2133

効果的な運動方法が学べる講座で す。松本大学の学生が運動のサポー トを行います。

- ■対象 65歳以上の人
- ■期日 5月28日(火)、6月18日(火)、 7月9日(火)
- ■時間 午後3時~4時半
- ■場所 市立体育館
- ■内容
 - ○第1回 ウォーキングの基本姿 勢と効果的な歩き方
 - ○第2回 医師から学ぶ日常セル フケア〜ずっと笑顔で過ごすた めの運動~
 - ○第3回 椅子を使ったお家でで きる筋力トレーニング&ストレッ チング
- ■講師 住吉 愛里さん(松本大学 講師)、内田 晃司さん (株式会 社MedSciSportLab代表)
- ■定員 30人 (先着順)
- ■参加費 無料
- ■持ち物 運動のできる服装、体育 館シューズ、飲み物、タオル
- ■申込締め切り日 5月17日金
- ※電話でお申し込みください。

■ ぱそこん基礎講座

問 市民交流センター ☎533350

講座名 (★印は難易度)	日時	内容	対象者	定員	受講料	申込期限
 6月 Word2019前半 ★★☆☆☆☆	6月6日休・7日金・ 10日月・11日火 午前10時~正午	Word2019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	5月23日休
6月 Word2019後半 ★★☆☆☆☆	6月20日休・21日金・ 24日用・25日似 午前10時~正午	Word2019前半と同 じテキストの後半 部分(表現力をアッ プする機能、段組 みなど)を学習	Word 経験が	30人	テキスト代 2,200円	

※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
- ■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「6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。
- ※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。
- ■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
- ■託児(有料) 希望する場合は、事前に ご相談ください。

春の企画展「今起きている短 歌ブームとは~令和に繋げ! 短歌の里しおじりの未来~」

問 塩尻短歌館 ☎⑤7171

- ■期間 5月3日(金·祝)~7月7 日田 (5月6日) 以外の月曜日、 5月7日(火)は休館)
- ■時間 午前9時~午後4時半
- ■場所 塩尻短歌館いきいき学び庵
- ■入館料 300円(中学生以下は無料)

∮の企画展「未来につなごう 短歌交流会in短歌館」

問 塩尻短歌館 ☎537171

短歌愛好者のつどい①、②

- ■対象 短歌作りをしている人など
- **期日** ①5月26日(日) ②7月6日(土)
- ■時間 午前10時~正午

短歌をやってみたい人たち、集まれ! ~目指せエモい歌! 短歌で楽しもう~

- ■対象 短歌作り初心者
- ■日時 6月15日(土)

午後1時半~3時半

共通事項

- ■場所 塩尻短歌館いきいき学び庵
- ■定員 各30人程度(先着順)
- ■参加費 無料
- ■申し込み方法 電話ま たは右のGoogleフォー ムでお申し込みください。
- 鳳編
- ■申込締め切り日 各開催日1週間前

ティータイムに短歌をつくろう

問 社会教育スポーツ課社会教育係 ■ ②0903

■日時 5月22日(水)

午後1時半~3時半

- ■場所 塩尻短歌館
- ■定員 15人(先着順)
- **■参加費** 無料
- ■持ち物 筆記用具、お気に入りの ティーカップ
- ■申し込み方法 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 5月7日火~21日火

第1回文芸サロン

問 広丘公民館 ☎500157

■日時 6月13日(株)

午前9時半~正午

■場所 えんてらす 1 階101・102会議室

演題 知らない自分に会いに行こう

■講師 合木 こずえさん (映画コ ラムニスト)

■演奏 はざま ゆかさん(鍵盤ハー モニカ)、星井 彰美さん (ピアノ)

- ■定員 80人(先着順)
- ■参加費 無料
- ■申し込み方法 広丘支所、電話ま たはメール (Shirooka@city.shiojiri. lg.jp)でお申し込みください。
- ■申込締め切り日 6月12日(水)

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。

中央公民館・商工課連携講座(第1回)

若手漆器職人と考える「木曽漆器の"カタチ"」

問 中央公民館 直 520899

400年以上の歴史を誇る伝統的工芸品「木曽漆器」の若手職人3人をお招きし、「カタチ」をテーマに、現代のライフスタイルに合わせた若手目線のカタチづくりや木曽漆器の未来のカタチについて、参加者も交えたトークショー形式でお話を伺います。

■**日時** 5月25日仕) 午後2時~4時 ■場所 えんぱーく1階森のコート

登壇者

- ○岩原 裕右さん (未空うるし工芸 代表)
- ○小坂 玲央さん (丸嘉小坂漆器 店代表)
- ○手塚 希望さん(ちきりや手塚万 右衛門商店)
- ※申し込み、参加費は不要です。

ビジネス情報相談会ミニセミナー 「2時間で完成ホームページ作成講座」

問 市立図書館 ☎⑤33365

- ■**日時** 5月30日休 午後2時~4時
- ■場所

えんぱーく 4 階会議室401AB

- ■講師 長野県よろず支援拠点 コー ディネーター
- ■定員 10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、メール (図 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、氏名 (フリガナ)、電話番号をお知らせください。(水曜日、5月27日側は休館)
- **■申込締め切り日** 5月29日(水)

えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館 ☎⑤33365

4月23日巛に上映したフランス映画「天井棧敷の人々」の第二部を上映します。

- ■**日時** 5月28日似 午後1時半~3時15分
- ■場所 えんぱーく3階多目的ホール
- ■作品 天井棧敷の人々 第二部 「白い男」(1945年フランス映画)
- ■定員 50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。
- ■**申込期間** 5月14日(火午前9時~26日(日) (水曜日は休館)

信州しおじり子ども本の寺子屋

問 市立図書館 ☎⑤33365

マジックと音楽と絵本のコンサート

- ■対象 未就学児~中学生(親子での参加も可)
- ※大人だけの参加はご遠慮ください。
- **■日時** 6月2日(日) 午後2時~4時
- ■講師 大友 剛さん (ミュージシャン)
- **■定員** 120人 (先着順)
- **■申込期間** 5月2日休~6月1日出
- 目指せ! 図書館マスター(第9期生) 図書館や本について学び、仕事を 体験します。全講座修了者には「認
- 定証」を発行します。
 ■対象 受講が初めての小学5年生
 ~中学生(全日程参加できる人)
- ■期日 6月1日出午前・9日日 日・23日日午前・30日日 月6日出午前・15日(月・祝)午前
- ■時間 ○午前 午前10時~正午○午後 午後1時~3時
- ■定員 15人 (申し込み多数の場合は抽選。市民優先)
- ■持ち物 筆記用具、飲み物、一日 講義の日は昼食
- ■申込期間 5月2日(木)~19日(日)※抽選結果は5月26日(日)までに連絡します。

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、電話または下のコード(電子申請)でお申し込みください。 (水曜日、5月27日(月)は休館)



⊲コン サート



✓図書館マスター

まちチャレセミナー「地域活動のスタートに向けてのヒント〜想いを伝える、仲間を集める、資金はどうする〜」

- 問 市民交流センター市民活動支援係 ☎33350
- ■対象 地域活動を実践している人 や関心のある人、活動を発展させ たいと考える人 など
- ■日時および場所
 - ○基本編

5月18日(土) 午後2時~5時 えんぱーく3階多目的ホール

○応用編

5月19日(日) 午前10時~午後1時 えんぱーく4階会議室401

- ※どちらか1日のみの受講もできます。
- ■講師 徳永 洋子さん (ファンド レイジング・ラボ代表)
- ■定員 30人程度(先着順)
- ■参加費 無料
- ■申込締め切り日 5月17日金
- ■企画・運営 NPO法人えんのわ ※電話でお申し込みください。(水 曜日は休館)

f 図書館

高校生ボランティア「しおり部」説明会

問 市立図書館 ☎\$33365

図書館で活動する高校生ボラン ティア「しおり部」の説明会とオリ エンテーションを行います。

- **■対象** 高校生~大学生
- ■**日時** 5月25日仕) 午後1時半~3時
- ■場所 えんぱーく 3 階会議室305
- **■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(図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、氏名(フリガナ)、学年、電話番号をお知らせください。また、しおり部公式LINE(@roi3275p)でも申し込みができます。
- **■申込期間** 5月2日休~24日金

5月の納期限

- ■**軽自動車税(種別割)** 5月31日金
- ■上下水道料金 5月31日金

♂ 子育て

ぷくぷくほっぺの会 ~あつまれ! 1才さん~

問 子育て支援センター ☎③3382

親子でふれあい遊びやサーキット 遊び、情報交換などをします。

- ■対象 講座当日1歳の子どもとそ の母親
- **■日時** 5月31日金 午前10時~11時
- ■場所 えんぱーく3階多目的ホール
- ■定員 親子12組程度(申し込み多 数の場合は抽選。月齢の大きいお 子さんを優先)
- ※初めて受講する人限定です。
- ■参加費 無料
- ■持ち物 飲み物、汗拭き用タオル
- ■申し込み方法

右のコード (電子申請) でお申し込みください。



■申込期間 5月2日休午前8時 16日休午後5時

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。

- ■期日および場所
 - ○5月23日(木)、6月13日(木) えんぱーく3階会議室303
 - ○5月30日(木)

えんぱーく 4 階会議室401AB

- ■時間 午前10時~午後6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. ip/) にある申込用紙に記入の上、 メール (图 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、5月27日月) は休館)
- ■申込締め切り日 各回5日前 ※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 ☎⑤33365

山本一力さん講演会「生き方雑記帖2024」 時代小説を多数執筆されている作 家の山本一力さんの講演会です。

- ■日時 6月16日(日) 午後2時~4時
- ■定員 130人(先着順)
- ■申込期間 5月5日回~6月15日出

【公共図書館職員向け講座】是住久美 子さん講演会「人口減少時代の図書館 サービス―協働によるまちづくり―」

田原市図書館長の是住久美子さん の講演会です。公共図書館職員向け ですが、どなたでも参加できます。

- 日時 5月27日(月)
 - 午後2時~4時
- ■定員 80人 (先着順)
- **■申込期間** 5月5日(□)~26日(□)

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 (図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、 氏名(フリガナ)、電話番号、お 住まいの地区をお知らせください。 (水曜日、5月27日(月)は休館)

塩尻市民文化祭出店・出展者を募集

問 塩尻市民文化祭実行委員会事務局(社会教育スポーツ課内) 直 220905

フリーマーケット

- ■出店日時 6月7日金~9日日 午前10時~午後3時(雨天中止)
- ■場所 塩尻総合文化センター前庭
- **■募集数** 15区画(先着順)
- ■品目 日用品、クラフト作品、農産 物(加工していないもの) など
- ※業者の出店はご遠慮ください。
- ■出店料 1区画 500円
- ※社会福祉協議会に全額寄付します。
- ■申込締め切り日 5月24日金
- ※出店に必要な準備品などは各自でご 用意ください。
- ※電話でお申し込みください。



一般公募展

- ■応募資格 市内で活動している個人 または団体で、前日の飾り付けおよ び最終日の片付けに参加できる人
- **■募集作品** 絵画、工芸、書道、文芸、 園芸、映像、写真、華道 などのジャ ンルで、これまでに自身もしくは団 体で制作した作品
- 展示会場
 - 塩尻総合文化センター2階
- ■展示スペース 15ブース (先着順)
- **出展料** 無料
- ■申し込み方法 事務局または市ホー ムページにある参加申込書に記入の 上、直接提出してください。
- ■申込締め切り日 5月24日金
- ■展示準備日 6月6日休

作家の落合恵子さんの講演会です。

信州しおじり本の寺子屋

落合恵子さん講演会

問 えんてらす ☎520305

- ■日時 5月26円(日) 午後2時~4時
- ■場所 えんてらす 1 階101・102会 議室
- ■演題 自分を生きる……いまから、 ここから、あなたから
- ■定員 100人(先着順)
- ■参加費 無料
- ■申し込み方法

広丘支所、電話、またはメール (Thirooka@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、お住まいの地区をお知らせく ださい。

■申込期間 5月7日似午前9時~ 24日 金午後5時

美術展

問 塩尻美術会事務局(井出) ☎090-4181-6621

- ■応募資格 高校生以上で、前日の飾 り付けおよび最終日の片付けに参加 できる人
- ■募集する作品の種類(1人2点まで) 日本画、洋画、彫刻、工芸など(最 近の創作で未発表の作品)
- ※絵画作品は10~100号で、必ず額装 してください。(ガラス不可)
- ※出品要項は、塩尻総合文化センター で配布しています。
- ■搬入方法 6月1日出午後4時~ 5時に、塩尻総合文化センター2階 大会議室へ作品を搬入してください。
- ■出品料 ○大人 2,000円
 - ○大学・専門学校生 1,000円
 - ○高校生 無料
- 飾り付け日時 6月6日(株)

し、6月9日(日)に表彰を行います。

午後5時から ※作品は厳正に審査を行い、賞を決定 **直 …部署直通電話番号** ※今月号に掲載している情報は、4月18日現在のものです。

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。

くらしの情報介

市外局番 [0263] は省略しています。

長野県障がい者スポーツ大会の参加者を募集

問 福祉支援課障がい福祉係 ☎内線2115

長野県障がい者スポーツ大会に参加しませんか。

■対象 県内在住で障がいのある12歳以上(令和6年4月1日時点)の人

■種目、期日および場所

種目	期日	場所
ボッチャ (身)	9月7日(土)	ことぶきアリーナ(千曲市)
水泳(身・知)	9月8日(日)	ゆめひろば庄内(松本市)
アーチェリー (身)	9月14日(土)	県障がい者福祉センター(長野市)
陸上競技(身・知)	9月15日(日)	長野運動公園(長野市)
ボウリング (知)	9月16日 (月·祝)	ヤングファラオ (長野市)
ソフトバレーボール (精)	9月28日(土)	
ツインバスケットボール (身)	9月29日(日)	
卓球(身・知・精)	9月29日(日)	· ANCアリーナ(安曇野市)
サウンドテーブルテニス(身)	9月29日(日)	
フライングディスク (身・知)	9月29日(日)	やまびこドーム (松本市)

- ※ (身) 身体障がい者 (知) 知的障がい者 (精) 精神障がい者
- **■参加費** 無料
- ■申込締め切り日 6月3日(月)
- ※電話でお申し込みください。
- ※詳細は県ホームページ (風 https://www.pref.nagano.lg.jp) をご覧ください。

f 伝言板

マレットゴルフ、グラウンド ゴルフ会員を募集

問 塩尻市マレットゴルフ協会、塩尻市グラウンドゴルフ協会(小野) ☎080-1112-8844

小坂田公園でマレットゴルフとグ ラウンド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)

※別途大会参加費として、マレット ゴルフは500円、グラウンドゴルフ は300円かかります。

※電話でお申し込みください。

事業承継相談会

問 長野県事業承継・引継ぎ支援センター ☎026-219-3825

後継者不在や事業継承の方法など でお悩みの事業者を対象とした事業 継承に関する無料相談会を開催します。

■日時 6月21日金

午前10時~午後3時

- ■場所 えんぱーく 3 階会議室306
- ■申込時間

平日午前8時半~午後5時

■申込締め切り日 6月14日金
※電話でお申し込みください。

① 職業訓練

訓練生を募集

問 長野県松本技術専門校 ☎ 893158

歯科・医科 医療事務科

- ■対象 医療期間への就職を希望する求職者
- **■訓練期間** 6月21日金~9月20日金
- **■時間** 午前9時半~午後4時15分
- ■場所 株式会社ニチイ学館松本支店
- ■申込締め切り日 6月3日(月)

ビジネスDX育成科

■対象

パソコン技術が中級で、各種ソフ トのダウンロードなどができる人

■訓練期間

6月26日(水)~9月25日(水)

一時間

午前9時~午後2時35分

■場所

NPO法人たけのこ淵庵村スクー ル(松本市)

■申込締め切り日 6月6日休

共通事項

- **■定員** 20人(選考にて決定)
- **■受講料** 無料
- ■申し込み方法

ハローワーク松本の相談窓口でお 申し込みください。

マタニティママ&パパの応援教室

問 子育て支援センター ☎\$3382

- ■対象 妊娠中の人とパートナー
- ■期日および場所
 - ①6月15日(土)

えんぱーく3階多目的ホール

②6月22日(土)

えんてらす 1 階101・102会議室

- ※2日で1コースです。
- ■時間 午前10時~正午
- ■内容
 - ①お産に臨む心構えについて助産 師のお話
 - ②先輩ママと交流
- ■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、ひざ掛け、ママパパ学級 テキスト(お持ちの人) など
- ■申し込み方法

右コード(電子申請)でお申し込みください。



■申込締め切り日時6月7日金 午後5時

■託児

上の子どもの託児が必要な場合は 併せてお申し込みください。

おでかけ支援センター 「外気にふれて遊ぼう!」

問 子育て支援センター ☎33382

季節の風を感じながら親子で外遊びを楽しんでみませんか。

■対象

市内在住の3歳(年少に上がる前) までの外を歩ける子どもとその保 護者(きょうだい参加は要相談)

■日時 6月1日仕)

午前10時~11時(雨天中止)

- **■場所** 平出遺跡公園(現地集合)
- ■定員 15組(先着順)
- ■参加費 無料
- ■持ち物

帽子、飲み物、着替え、動きやす い服装 など

■申し込み方法

右のコード(電子申請)でお申し込みください。



■**申込期間** 5月5日(日)午前8時~19日(日)午後5時

, 姉妹都市塩尻市民限定!

神とカニに出会うバスツア-

問 (一社) 糸魚川市観光協会 ☎025-555-7344(午前9時~午後5時)

- ■**日時** 6月22日仕)午前8時発~ 午後6時半帰着(予定)
- ■集合場所 塩尻消防署南側駐車場 (全行程バスでご案内)
- ■内容 紅ズワイガニ食べ放題、神 社見学、弁天岩見学、マリンド リーム能生でのお買い物 など
- ■定員 30人(申し込み多数の場合は抽選。最少催行人員15人)
- ■参加費 14,300円 (バス代など、 支払いは銀行振り込みのみ)
- ※電話でお申し込みください。

こり・痛み・冷え・疲れ改善コンディショニング講座

問 たかいで総合型地域スポーツクラブ ☎080-6934-3884

- **■日時** 5月25日仕) 午前10時~11時
- ■場所 高出地区センター多目的ホール
- ■講師 永井 肇さん (整体師)
- **■定員** 12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(貸し出しあり)
- ■申し込み方法 電話またはメール (図 takaide.huratto@gmail.com) でお申し込みください。
- ■申込締め切り日 5月17日金
- ※高出地区以外からも参加できます。

6年4月18日現在



えこ・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

パナソニック掃除機 (MC-PK20G-N)

中古 8,000円

ゆずってください

おんぶだっこひも

中古無料

※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。

[座]太極拳

問 アイリス(池田) ☎090-4596-6579

腰痛、膝痛が改善されます。呼吸 法と骨格を再認識しながら、椅子に 座って行う太極拳をしてみませんか。

- ■活動日 毎月第2、第4木曜日
- ■時間 午後1時半~3時
- ■場所 塩尻総合文化センター ※電話でお申し込みください。

SUNABA DAY

問 シビック・イノベーション拠点スナバ ☆〒〒分割 20735 (午前10時~午後7時)

「大人も子どももあつまれ! 来て見て感じて、まちと楽しむ1日」マルシェやトークイベントを実施します。

■日時 5月25日(土)

午前10時~午後4時

■場所 シビック・イノベーション 拠点スナバ、えんぱーく 他 ※申し込み、参加費は不要です。

夏休み海外研修交流事業参加者を募集

- 問 (公財) 国際青少年研修協会 ☎03-6825-3130
- **■対象** 小学3年生~高校3年生
- ■期間 7月27日仕~8月14日依 (7~17日間)
- ■研修先 イギリス、ハワイ など
- ■参加費 30万8,000円~78万9,000円
- ■申込締め切り日 5月23日(株) ※申し込み方法などの詳細はお問い合わせください。

令和6年度日本画講習会参加者を募集

問 塩尻美術会事務局(井出) ☎090-4181-6621

- ■期日 5月26日、6月30日、7月 28日、8月25日、9月15日、10月
 - 6日、11月10日の日曜日
- **■時間** 午後1時~4時
- ■場所 塩尻総合文化センター2階 陶芸絵画室
- ■講師 久保尻 恵さん(美術教師)
- **■定員** 15人(先着順)
- **■参加費** 500円 (講師代)
- ■持ち物 鉛筆、消しゴム、雑巾 など
- **■申込締め切り日** 5月19日(日)
- ※電話でお申し込みください。

すみれの丘 創作講座

問 塩尻市社会福祉協議会すみれの丘 ☎級3114

障がいがある人の仲間や生きがい づくりの場として開催しています。

- ■対象 市内在住で、各種障害者手 帳をお持ちの18歳以上の人
- ■講座内容および日時 ○音楽講座 月2回火曜日 午後1時15分~3時 15分 ○クラフトバンド手芸 月 2回月曜日 午後1時~2時半 ○料理A(料理のレパートリーを 増やしたい人) 月2回木曜日午 前10時半~午後1時半 ○料理B (料理の基本を学びたい人) 月1 回木曜日 午前10時半~午後1時半 ※電話でお申し込みください。

少年少女バドミントン選手権大会

- 問 塩尻市スポーツ協会 ☎⑤1393
- **■日時** 6月2日(日) 午前8時半から
- ■場所 市立体育館
- ■種目 小学生の部、中学生の部(男 女シングルス、ダブルス)
- ■参加資格 市内に在住・在学する 小・中学生
- ■参加費 1人1種目500円(保険代など)
- ■申し込み方法 塩尻市スポーツ協会事務局またはホームページ(風https://shiojiri-taikyo.sakura.ne.jp/top/) 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 5月17日金

チャリティーコンサート 「エバーグリーンフェスティバル」

問 NPO法人えんしょく (中村) ☎080-6649-9922

市内中学生などによる演奏とキッ チンカーなどの出店もあります。

- ■**日時** 5月26日(日) 午前10時~午後2時
- ■場所 ユメックスアリーナメイン アリーナ
- ■主催 エバーグリーンフェスティバル実行委員会
- ■共催 高ボッチFM
- **■協力** 有限会社早川実業
- ※申し込み、参加費は不要です。



AL 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 5月7日以・13日(月)・20日(月)・27日(月)

7月28日(日)

仮面ライダー スーパーライブ2024 「ガッチャード」

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。



8月3日生

劇団四季ミュージカル 「ジーザス・クライスト = スーパースター」

創立70周年に贈る、 劇団四季ミュージカルの原点。時を経ても輝き続ける、魂の 舞台をあなたに。



8月24日(土)

BABY SHARK LIVE! The Hidden Treasure

YouTube動画再生回数歴代1位を記録し、子どもが大好きなベイビーシャークの世界観を最大限再現した舞台が日本上陸!



大ホール<全指定席>

○前売り 3,500円 ○当日 3,700円 ※3歳以上有料。2歳以下の子どもは保護 者1人に対し1人まで膝の上での鑑賞可。

開場 ①午前10時 ②午後0時45分

開演 ①午前10時45分 ②午後1時半

チケット発売開始日時 5月26日(3)午前10時から 初日の窓口販売はありません。

大ホール<全指定席>

○前売り 3,800円 ○当日 4,000円※3歳未満膝上鑑賞無料。ただし座席が必要な場合は有料。

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

※3歳以上有料、3歳未満入場不可。

○S席 10,000円 ○A席 8,000円

大ホール<全指定席>

開場 午後 0 時15分 開演 午後 1 時

チケット発売中

ユメックスアリーナ

YOUMEX ARENA



苦手克服教室 【マット運動】

マット運動を通じて体を動かす事の楽しさ、できるようになった時の達成感などを得て苦手克服を目指します。マット運動が初めての子や苦手な子にぴったりの教室。前転や後転などの技やコツ(回り方・動作)をお教えします。

- ■対象および時間
 - ○幼児クラス(年中~年長児) 午前9時半~10時半○小学生クラス(小学1~3年生) 午前11時~正午
- **期日** 5月26日(日)
- ■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(先着順)
- ※定員になり次第、キャンセル 待ちとなります。
- ■参加費 各1,100円 (保険代など)
- ■持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物、 タオル
- ※見学者も室内用シューズをお持ちください。
- ■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。
- ■申込期間 5月8日似午前9時~25日出午後9時

キッズダンススクールがリニューアル

キッズダンススクールが、実施曜日と講師を変えてリニューアルしました。いろいろな曲に合わせて元気に楽しく体を動かす子ども向けのダンススクールです。

- ■対象 年長児~小学3年生
- ■日時 毎週月曜日 午後5時半~6時20分
- ■場所 ユメックスアリーナスタジオ
- ■講師 ダンスラボラトリー講師
- **■定員** 15人 (先着順)
- ■参加費 月4,400円 (保険代など)
- ■持ち物 動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、 飲み物
- ■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。
- ※随時募集しています。





ユメックスアリーナ

☎0263ൊ3800

※最新情報は、YOUMEX ARENAホームページ (囮 https://shisetsu.mizuno.jp/7629) をご覧ください。



★印は事前に申し込みが必要です。

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198 5月7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

5月7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

5月8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

5月16日(水・23日(水・30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 商工課 ☎内線4461

5月16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 ☎②0111

5月16日休 午後1時~3時 えんぱーく

★若年者就労相談 商工課 ☎内線4461

5月23日休) 午後1時半~4時半 えんぱーく

★人権なんでも相談 企画課 ☎内線1354

5月17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

5月29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 福祉支援課 ☎内線2116

5月22日(水) 午後4時~5時 市保健福祉センター

結婚相談会 地域共生推進課 ☎内線2127

5月8日(水) 午後1時半~3時 市保健福祉センター 5月19日 午後1時半~3時 塩尻総合文化センター

★成年後見専門相談 塩尻市社会福祉協議会 ☎⑤2795

5月10円金 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 ☎533350

5月12日(日・28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

市役所 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 ■ 520858

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 福祉支援課 ☎内線2115

市保健福祉センター 福祉支援課

こども・若者、子育て相談 こども未来課 □ © 0891

塩尻総合文化センター こども未来課

ひとり親相談 こども未来課 📵 🗊 7313

塩尻総合文化センター こども未来課

女性相談 社会教育スポーツ課 ■ 540783

塩尻総合文化センター 社会教育スポーツ課

塩尻市ふるさとハローワーク ☎525588

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 ☎⑤2795

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。



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		E地	2	
	療機関の指示	れる場合は、必ず当番医療機 により受診してください。 機関等を案内させていただく	診療	内容(こよっては、	
	5月3日⊕	赤羽医院	広	丘	544864	
	5月4日⊕	荒井内科小児科医院	吉	⊞	583646	
医	5月5日	今井医院	吉	⊞	581165	
T VI	5月6日	ひろおか上條クリニック	広	丘	523372	
科	5月12日 🖹	しいな医院	大	門	51)2933	
	3 H 12 🕒	田村眼科医院	大	門	522229	
	5月19日(3)	清水外科胃腸科医院	吉	⊞	582474	
	5月26日(1)	種山医院	大	門	531010	
	夜間緊急医	夜間急病センター	松本市城西		380622	
	期日	医療機関名	所在	E地	Ø	
	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。					
歯	5月5日	滝歯科医院	吉	⊞	570648	
科	5月12日(1)	さいわい歯科医院	大	門	532058	
	5月19日(3)	塚越歯科医院	大	門	541088	
	5月26日(3)	白木歯科医院	大	門	520068	
	期日	医療機関名	所在	E地	2	
	5月3日金	広丘野村とをしや薬局	広	丘	516022	
	5月4日❶	広丘野村とをしや薬局	広	丘	516022	
薬	5月5日	みらい薬局	吉	⊞	882383	
局	5月6日	広丘野村とをしや薬局	広	丘	516022	
	5月12日	あい薬局	大	門	③13851	
	5月19日	クスリのアオキ桔梗ケ原薬局	大	門	509791	
	5月26日(3)	西村薬局	大	門	525808	

■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) 舑

間

IRL https://www. qq.pref.nagano.lg.jp ▶



松本市医師会(松本市内の医療機関)

III https://www. matsu-med.or.jp ▶





気軽に参加でき、テニスを心から楽しめる場所

塩尻ジュニアテニス教室



塩尻ジュニアテニス教室は、地域の大人がコーチを 務め、小・中学生の約25人が活動している硬式テニス の教室です。早朝練習を行っているため、日中に予定 があっても参加しやすいのが特徴です。

「この教室に参加して、テニスを続けるきっかけになってほしい」と語るのは、代表の石井さん。「技術を高める練習を教えているのではなく、とにかく楽しんでテニスを好きになってほしいですね」とほぼ笑みます。また、いろいろな地区の子どもが集まるため、地域を越えて友達をつくれる場所にもなっています。

取材したこの日は、コーチからラケットの振り方を 丁寧に教えてもらいながら、楽しそうに練習に励む子 どもたちの姿が見られました。

新規メンバーを随時募集中です!

- ■活動日時 毎週土曜日 午前6時20分~8時
- ■場所 中央スポーツ公園テニスコート
- ■問い合わせ先 石井さん ☎080-5109-5918
 - ➡ hisky0910@go.tvm.ne.jp

令和6年度

塩尻短歌大学の受講生を募集

問 塩尻短歌館 ☎0263⑤37171 ページID:0040571

塩尻短歌大学では、毎年現代の一流 歌人を招いて講義を行っており、短歌 をより深く学ぶことができます。興味 がある人は、気軽にお申し込みください。

■日時および内容

- ○7月7日(1) 午後1時半~3時20分 米川千嘉子さんによる投稿歌の歌評
- ○8月4日(日) 午後1時半~3時20分 小池光さんによる講義「こういう歌 がいい」
- ○9月8日(日) 午後1時半~3時20分 大辻隆弘さんによる講義「言葉の 細部を読む」
- **場所** えんてらす101・102会議室
- ■**受講料** 各講座1,000円(講師代など。 当日現金払い)

- ■定員 各講座100人(申し込み多数の場合は抽選)
- ■申し込み方法 短歌館、市ホームページ、市内各施設にある申込書に記入の上、次の方法でお申し込みください。
 - ○郵送、持参の場合〒399-0706 広丘原新田288番地 1塩尻短歌館宛て
 - ○ファクスの場合 0263⑤3506
 - ○メールの場合 (申込書を添付)

 図 tanka@city.shiojiri.lg.jp
 - ○Googleフォームの場合(申込書不要) 右のコードでお申し込み ください。

■申込締め切り日時

6月7日金 午後4時(必着)

広報塩尻の感想をお聞かせください

問 秘書広報課広報広聴係 ■ 0263©0333

TOPICS -

広報塩尻は令和5年全国広報 コンクールに入選しました!

いただいた感想は、より良い 広報紙づくりの参考とさせてい ただきます。ご協力よろしくお 願いします。

▶アンケートは、右 のコード (Google フォーム) からご回 答ください。



