



レザンホール へ行こう！

問い合わせ先
レザンホール ☎0263⑤5503



■休館日 7月1日(月)・8日(月)・16日(火)・22日(月)・29日(月)

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ベ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

チケット発売中

10月19日(土)

DRUM TAO 2024 [FUTURE]

世界観客動員数
1,000万人！

2024年新作舞台
[FUTURE]開幕！

未来への挑戦！
～まだ見ぬ、創造
の彼方へ～



大ホール<全指定席> 8,000円

※6歳未満入場不可。

開場 午後5時45分 開演 午後6時半

チケット発売日時
7月7日(日) 午前10時から
初日の窓口販売はありません。

11月30日(土)

野村万作・野村萬斎 第五回塩尻狂言会

- 小舞 田植 野村裕基ほか
- 文荷 野村万作、岡聡史、高野和憲ほか
- 千切木 野村萬斎、深田博治、月崎晴夫、中村修一、内藤連、飯田豪、野村太一郎ほか



大ホール<全指定席> 4,000円

※未就学児入場不可。

開場 午後1時15分 開演 午後2時

チケット発売日時
8月4日(日) 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

YOU MEX ARENA

イベント情報

ミズノ・走り方教室

体を動かす楽しさを知り、走ることを好きになってもらう教室です。運動会前にかっこいい走り方を目指して頑張りましょう。

■対象および時間

○幼児クラス(年中児および年長児) 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

■期日および内容

○8月31日(土) 腕の振り方&走る際の基本姿勢

○9月1日(日) 脚の動かし方&スタート練習

■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20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 ○両日 1,650円 ○1日のみ 1,100円

※両日参加する人は、8月31日(土)にお支払いください。

※参加費には、保険代などを含みます。

■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 7月8日(月)午前9時～8月30日(金)午後9時

スタジオ有料プログラム

ヨガやZUMBAなど多数のプログラムがあります。各プログラムの詳細は、右のコードでご確認ください。

■対象 18歳以上

■期間 月・水・木・金曜日

■場所 ユメックスアリーナスタジオ

■定員 各プログラム15人(先着順)

※定員になり次第、キャンセル待ちとなります。

■持ち物 運動できる服装、室内用シューズ、飲み物、タオル

■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。

■申込開始日時 実施日当日の午前8時半から



問 ユメックスアリーナ
☎0263⑤3800

※最新情報は、YOU MEX 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。

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198
7月9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9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10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11日(木)・18日(木)・25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
7月18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
7月18日(木) 午後1時～3時 えんぱーく

★若年者就労相談 商工課 ☎内線4461
7月25日(木) 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
7月19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 ☎②0858
7月24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
7月17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
7月8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 ☎⑤2795
7月11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 ☎③3350
7月14日(日)・23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 ☎②0858
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 ☎②0858
市保健福祉センター 健康づくり課

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 ☎②0891
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 ☎②7313
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 ☎⑤0783
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 ☎⑤5588
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。



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	☎
医 科	受診を希望される場合は、必ず当番医療機関へ電話連絡後、医療機関の指示により受診してください。診療内容によっては、二次救急医療機関等を案内させていただく場合があります。 診療時間 午前9時～午後5時			
	7月7日(日)	ひろおか上條クリニック	広 丘	⑤3372
	7月14日(日)	中村病院	広 丘	⑤3321
	7月15日(月)	中山外科内科	大 門	⑤31016
	7月21日(日)	奈良井医院	洗 馬	⑤0695
	7月21日(日)	まつだアイクリニック	大 門	⑤0520
	7月28日(日)	こまくさ野村クリニック	広 丘	⑤1121
	夜間緊急医	夜間急病センター (午後7時～11時)	松本市 城西	③80622
	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。 診療時間 午前9時～正午			
歯 科	7月7日(日)	細川歯科医院	大 門	⑤0339
	7月14日(日)	松井歯科医院	洗 馬	⑤41062
	7月21日(日)	三野歯科医院	広 丘	⑤21532
	7月28日(日)	青木歯科医院	高 出	⑤36868
薬 局	期 日	医療機関名	所在地	☎
	開局時間 午前9時～午後6時			
	7月7日(日)	小松薬局	大 門	⑤20430
	7月14日(日)	塩尻大小屋とをしや薬局	塩尻東	⑤49730
	7月15日(月)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	⑤5311
	7月21日(日)	小松薬局	大 門	⑤20430
市 外 の 当 番 医	7月28日(日)	ダイリン薬局	広 丘	⑤34709
	医療情報Net（県内の医療機関） 🌐 https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/znk-web/juminkanja/S2310/initialize?pref=20 			
	松本市医師会（松本市内の医療機関） 🌐 https://www.matsu-med.or.jp 			