

令和
7年度

児童クラブ・放課後キッズクラブ 利用申し込みのご案内



令和7年4月以降の利用申し込みを開始します。令和6年度中に利用して引き続き利用を希望する場合も、改めて申し込みが必要です。

問 学校教育課学校運営係
☎内線3116・3117 ページID:0003261

申し込み手続きの流れ

① 申込期間

■ 期間 **11月1日(金)～30日(土)**

10月下旬から、市ホームページ、各保育園、各児童館、塩尻総合文化センター1階学校教育課で利用案内を公開。必ずご確認の上、手続きを行ってください。

■ 申請方法

市ホームページの電子申請でお申し込みください。

② 施設見学（7年1月下旬からを予定）

新規利用申請者で希望する人は、児童館へ直接お問い合わせの上、日程調整をし、子どもと一緒に見学に行ってください。

③ 利用の決定

（7年3月頃に利用許可通知書を郵送）

児童クラブ・放課後キッズクラブとは？

児童クラブ・放課後キッズクラブは、市内の各小学校区にある児童館で放課後・学校休業日に遊びや生活の場を提供しています。登録すると、放課後は学校から直接児童館へ行くことができます。

※日曜日、祝日、年末年始、年度末の最終平日は閉館です。
※対象、利用時間および料金に違いはありますが、活動内容は同じです。料金などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

	児童クラブ	放課後キッズクラブ
対象	保護者が就労などで昼間家庭にいない小学1～6年生の児童	保護者が昼間家庭にいる小学1～3年生の児童 ※児童館の状況により受け入れできない場合があります。
利用時間	○平日 下校後～午後7時 ○学校休業日 午前8時～午後7時 ○土曜日 午前8時～午後6時	○平日 下校後～午後6時 ○学校休業日 午前8時～午後6時 ※土曜日は利用対象外です。
料金	月額1,000～3,000円など	月額2,000～3,000円など

児童クラブ・放課後キッズクラブ一覧

名称	通学区	住所・電話番号	名称	通学区	住所・電話番号
塩尻児童クラブ 塩尻キッズクラブ	桔梗小学校	広丘高出2073番地5 ☎④7810	宗賀児童クラブ 宗賀キッズクラブ	宗賀小学校	宗賀2646番地(宗賀小学校内) ☎④7817
広丘児童クラブ 広丘キッズクラブ	広丘小学校	広丘原新田291番地2 ☎③2500	大門児童クラブ 大門キッズクラブ	塩尻西小学校	大門五番町4番21号 ☎③2322
吉田東児童クラブ 吉田東キッズクラブ	吉田小学校	広丘吉田1568番地3 ☎⑥2942	洗馬児童クラブ 洗馬キッズクラブ	洗馬小学校	洗馬2713番地1 ☎②8088
吉田西児童クラブ 吉田西キッズクラブ	吉田小学校	広丘吉田3037番地 ☎⑤7811	片丘児童クラブ 片丘キッズクラブ	片丘小学校	片丘5366番地(片丘小学校内) ☎③5486
塩尻東児童クラブ 塩尻東キッズクラブ	塩尻東小学校	塩尻町427番地(塩尻東小学校内) ☎③5083	木曾榑川小学校 放課後児童教室	榑川小中学校	木曾平沢1451番地138 ☎0264④2001

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、一時的に保護者の代わりに子どもを保育します。

■ 対象 市内在住の生後6カ月～就学前の子ども

■ 実施施設および期日

	宗賀中央 保育園	北小野 保育園	榑川 保育園	片丘 支所	洗馬 支所	塩尻東 支所
11月	5日(火)・ 19日(火)	6日(水)・ 20日(水)	7日(木)・ 21日(木)	12日(火)・ 26日(火)	13日(水)・ 27日(水)	14日(木)・ 28日(木)

■ 利用料金

○3歳児未満 30分200円 ○3～5歳児 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、手拭用タオル、ティッシュ、コップ、昼食用布団、着替え 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 10月20日(日)

※申し込み多数の場合は抽選となります。

※人数に空きがある場合は、実施日の5日前まで電話で受け付けます。

※初めての人は、受付後に塩尻総合文化センター1階保育課での事前登録が必要です。

住宅用火災警報器の設置を

問 塩尻消防署 ☎⑤0119
 広丘消防署 ☎⑤3010
 木曾消防署北分署（榑川地区）
 ☎0264③3119

火災が発生したときは、目で煙や炎を見たり、鼻で焦げ臭さを感じたり、耳でパチパチという音を聞いたり…と五感によって気付くことがほとんどだと思えます。しかし、それだけでは、就寝中や、仕切られた部屋で物事に集中している時などは、火災に気付くのが遅れてしまいます。

そこで、家庭内での火災の発生をいち早くキャッチし、知らせてくれるのが、住宅用火災警報器です。

総務省消防庁の調べでは、住宅用火災警報器が設置されている場合、設置されていない場合に対して、死者数と焼損床面積は半減し、火災による損害額は40%減少しているという結果が出ています。

大切な命や、財産を守るためにも住宅用火災警報器を設置しましょう。

伊那圏域河川整備計画に関する公聴会

問 県伊那建設事務所整備課
 ☎0265⑦6848

県では、県が管理する一級河川の整備の目標や具体的な内容を定めた河川整備計画を変更するに当たり、皆さんからご意見をお聴きするため、原案を縦覧して公聴会を開催します。

原案の縦覧

- 期間 10月21日(月)～11月22日(金)
(土・日曜日、祝日を除く)
- 受付時間 午前8時半～午後5時
- 場所 県伊那建設事務所整備課、
県建設部河川課、市建設課（各機関ホームページにも掲載）
- 公述申出期間 10月21日(月)午前8時半～11月22日(金)午後5時

公聴会

- 日時 12月10日(火) 午後7時から
- 場所 県伊那合同庁舎5階講堂
 ※公聴会で発言を希望する人は、前もって伊那建設事務所ホームページにある公述申出書を提出してください。

お知らせ

長野県最低賃金のお知らせ

問 長野労働局労働基準部賃金室
 ☎026-223-0555

長野県内の事業場で働くすべての労働者に適用される「長野県最低賃金」が、10月1日(火)から時間額998円に改正されます。

また、中小企業・小規模事業者などに対する賃金の引き上げの環境整備、雇用の維持を図るための支援策を実施しています。ご活用ください。

マイナンバーカード、申請したままになっていませんか

問 市民課市民窓口係 ☎⑤0771

マイナンバーカードの交付予定通知書が届いている人は、受け取りにお越しください。

■場所および時間

○市民課マイナンバー窓口（予約不要）

- ・平日 午前8時半～午後5時
(第2・4木曜日は午後7時まで)
- ・休日開庁日
午前9時～正午

※10月の休日開庁日は19日(土)・27日(日)です。

○広丘支所（前日までの電話予約必須）

- ・第2・4木曜日 午前9時～午後4時20分

■持ち物

- ①はがき（マイナンバーカード交付通知書）
- ②通知カード（ご自身のマイナンバーが記載された薄緑色の紙のカード）
- ③本人確認書類

運転免許証など顔写真付きの公的なものは1点、健康保険証など顔写真のないものは2点

※①②はなくても交付が可能です。
 ※③に不足があると、カードの交付ができない場合がありますのでご注意ください。

※代理人が手続きをする場合は、事前に持ち物などをお問い合わせください。

塩尻市民秋の文化祭出店・出展者を募集

問 塩尻市民秋の文化祭実行委員会事務局（社会教育スポーツ課内） ☎⑤0902

11月2日(土)～4日(月)の午前9時～午後4時に開催される、塩尻市民秋の文化祭の出店・出展者を募集します。

フリーマーケット

- 出店日時 11月2日(土)～4日(月)
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 10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
 ※業者の出店をご遠慮ください。
- 出店料 1区画500円
 ※社会福祉協議会に全額寄付します。
- 申込期間 10月7日(月)～25日(金)
(土・日曜日、祝日は除く)
 ※出店に必要な準備品などは各自で用意ください。
 ※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、飾り付けおよび片付けができる人
- 募集作品 絵画、工芸、書道、文芸、園芸、映像、写真、華道などで、自身また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。
- 申込期間 10月7日(月)～25日(金)

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 10月27日(日)午後2時～3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 3,000円
 ○大学・専門学校生 1,000円
 ○高校生 無料
- 飾り付け日時 11月1日(金)
 午後3時から
 ※作品は厳正に審査を行い、賞を決定し、11月4日(月)に表彰を行います。

子どものインフルエンザ予防接種費助成事業

問 健康づくり課予防接種推進係 ☎ ②7311 ページID:0011750

対象年齢の子どもの予防接種費を一部助成します。

■対象 接種日に本市に住民票がある、生後6カ月～高校3年生に相当する年齢の人（平成18年4月2日～令和6年8月28日生まれのうち、接種日に生後6カ月以上の人）

■対象となる接種日

10月1日(火)～7年2月28日(金)

■助成額および助成回数

種類	助成額	助成回数	
不活化ワクチン (注射)	1,000円	13歳未満	2回まで
		13歳以上	1回
経鼻ワクチン※	2,000円	2歳以上	1回

※鼻腔内に噴霧する新ワクチンで、2歳以上の子どものみ使用できます。

■持ち物 母子健康手帳、健康保険証、接種費用

■助成方法

①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る

②実施医療機関に置いてある子どものインフルエンザ予防接種予診票を記入する

③予防接種実施後、接種料金から1,000円または2,000円を差し引いた額を、医療機関窓口で支払う

※実施医療機関以外の医療機関に定期受診または入院中で、その医療機関でしか接種できない場合は、市ホームページをご覧ください。

交通事故など相手のある傷病で受診の際は届け出を

問 市民課国保年金係 ☎ ②0772

交通事故、他人のペットによるかみつ、食中毒、傷害事故など第三者の行為により医療機関などで健康保険を使って受診する場合は、医療機関などへの申し出とともに、加入している健康保険に届け出が必要で、国民健康保険や後期高齢者医療制度の加入者は、市役所1階市民課国保年金係へご連絡ください。

新型コロナワクチン接種のお知らせ

問 健康づくり課予防接種推進係 ☎ ②7311

令和6年度以降の新型コロナワクチン接種は、予防接種法のB類疾病に位置付けられ、定期接種として実施されます。ワクチン接種をすることで、新型コロナウイルス感染症の重症化予防効果が期待できます。接種には、一部自己負担が生じます。

■対象（次のいずれかに該当する人）

○接種日に65歳以上の人（65歳の誕生日前日から対象）

○接種日に60歳以上65歳未満で、特定疾患を有する人

■接種期間

10月21日(月)～7年3月31日(月)(予定)

■接種費用 1,800円

※生活保護受給者などは、市が発行する証明書を医療機関の窓口で提示することにより、自己負担が0円（全額公費負担）となります。

※対象期間外の接種、対象者以外の接種は全額自己負担となります。

■接種券の送付

○昭和34年12月1日までに生まれた人 10月中旬頃

○昭和34年12月2日～昭和35年4月1日に生まれた人 誕生月の前月末

※5年度以前に送付した未使用の接種券は使用できません。

■実施医療機関

右のコード(市ホームページ)でご確認ください。



■持ち物 接種券、健康保険証

■接種方法

事前に実施医療機関へ直接電話予約をし、接種してください。

※詳細はお問い合わせください。

都市公園の都市計画変更に係る素案の縦覧および公聴会

問 都市計画課計画係 ☎ ②0689

都市公園である小坂田公園の区域が一部変更となるため、都市計画法第16条第2項の規定により素案を縦覧に供し、公聴会を開催します。

■素案の縦覧期間

11月5日(火)～26日(火)（土・日曜日、祝日を除く）

■公述申出期間

11月5日(火)～19日(火)（土・日曜日を除く）

■時間 午前8時半～午後5時15分

■場所 市役所2階都市計画課

■内容

小坂田公園都市計画変更の素案

■提出方法 都市計画課にある「公述申出書」に記入の上、申出期間中に〒399-0786 大門七番町3番3号 都市計画課宛てに提出または郵送してください。

公聴会

■日時 12月1日(日) 午後1時半から

■場所 市役所5階大会議室

※公述の申し出がない場合は中止となります。

※公聴会で公述をする場合は、期間内に公述申出書の提出が必要となります。

家庭介護者慰労金を支給

問 介護保険課介護相談係 ☎内線2133
福祉支援課福祉給付係 ☎内線2166

重度の要介護者を家庭で常時介護している人に、家庭介護者慰労金を支給します。申請対象者には、住民票を基に申請書を送付します。

■対象 本市に住所があり、令和5年11月1日～6年10月31日に、介護保険の要介護認定3～5の人、または重度心身障がい者（特別障害者手当を受給している人）と同居し、180日以上在宅で介護した人

■支給額（年額）

○要介護認定3の人の介護者 4万円

○要介護認定4・5の人または重度心身障がい者の介護者 8万円

※支給はいずれか一方のみです。

■申請方法

申請書に記入の上、次の申請窓口へ提出してください。

○要介護者を介護している人 市保健福祉センター1階介護保険課

○重度心身障がい者を介護している人 市保健福祉センター1階福祉支援課

※申請書が届かない場合は、お電話ください。

■申請期限 11月8日(金)

奨学金の返還を行う人に補助金を交付します

問 地域づくり課移住定住係 ☎内線1153

本市に定住し、市内または市外の企業などに就職して奨学金の返還を行う人に、補助金を交付します。

■主な対象要件

- 大学などを卒業し、市内外の企業などに新たに就職した人
- 奨学金の貸与を受け、返還予定または返還中である人
- 令和5年4月1日以降に正規雇用された人
- 勤務開始日において30歳未満の人

■対象となる奨学金

- 塩尻市貸与奨学金
- 日本学生支援機構第1種・第2種奨学金

○各都道府県・市町村が設ける貸与型奨学金

■補助対象期間 最大5年間(60カ月)

■補助率

- 市内企業へ就職 10分の10
- 市外企業へ就職 2分の1

■上限額

月額1万5,000円(年額18万円)

■申請方法

右のコード(市ホームページ)にある申請書に必要事項を記入の上、添付書類を添えて市役所1階地域づくり課に提出してください。



農業用機械購入事業補助金の所要額調査

問 農政課農業振興係 ☎②0818
ページID:0002567、0002565

令和7年度の予算編成の参考とするための調査です。7年度に農業用機械(汎用性の高いものは除く)の購入補助金の活用を希望する人は、要望書の提出をお願いします。※補助金額などは参考として6年度事業の内容を掲載しています。

新規就農者

■対象 認定新規就農者など

■補助金額 購入費の2分の1以内(上限100万円)

既に就農している人

■対象 人・農地プランに位置付けられており、経営・受託面積が5ha以上の人

■補助金額 購入費の10分の3以内(上限100万円)

共通事項

■提出方法 市ホームページにある様式に必要事項を記入の上、市役所2階農政課に提出してください。

■提出締め切り日 11月1日(金)

令和6年度農作業料金の見直し

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について、長野県最低賃金の改正により一部見直しました。

■見直し日 10月1日(火)

■作業種類および金額

作業種類		金額
一般作業	田・稲作	1,000円 (税抜き)
	畑・野菜	
	果樹	

※1日8時間労働を基準とした1時間当たりの金額です。

※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。

※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證するものではありません。

10月の納期限

■国民健康保険税 10月31日(木)

■市・県民税 10月31日(木)

■後期高齢者医療保険料 10月31日(木)

■上下水道料金 10月31日(木)

ハロウィンジャンボ宝くじの販売

問 財政課財政係 ☎内線1362

全国の宝くじ売り場で、ハロウィンジャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボミニが発売されています。収益金は、長野県の販売実績により分配され、市町村の明るいまちづくりなどのために使われます。

■発売期間 10月17日(木)まで

■発売金額 1枚300円

募集

「しおじりエコ展」参加団体を募集

問 生活環境課環境係 ☎②0744

個人や団体、企業などで取り組んでいる省エネ活動、環境活動、自然活動を紹介する展示会「しおじりエコ展」への出展者を募集します。

■展示期間

令和7年1月21日(火)～2月3日(月)

■場所 えんぱーく3階市民サロン

■内容 模造紙やパネル、制作物などを展示します。

■参加費 無料

■申し込み方法

右のコード(電子申請)または市役所1階生活環境課でお申し込みください。



■申込締め切り日 11月29日(金)

※詳細はお問い合わせください。

都市計画地区計画原案の縦覧および意見書の提出

問 都市計画課計画係 ☎②0689

塩嶺高原地区の地区計画案を作成するため、都市計画法第16条第2項の規定により、原案を縦覧に供し、意見書を受け付けます。

■原案の縦覧期間

10月18日(金)～31日(木)(土・日曜日を除く)

■意見書の受付期間

10月18日(金)～11月7日(木)(土・日曜日、祝日を除く)

■時間 午前8時半～午後5時15分

■場所 市役所2階都市計画課

■縦覧内容 塩嶺高原地区地区計画の原案

定額減税調整給付金

問 定額減税調整給付金コールセンター(税務課内) ☎②7616

令和6年度個人住民税・6年分所得税は、納税義務者、配偶者などの扶養親族1人につき、個人住民税所得割から1万円、所得税から3万円を減税する定額減税が行われます。

定額減税可能額が実際の税額を上回り減税しきれないと見込まれる人には、その差額分を給付する調整給付が行われます。対象者には8月に市からご案内を送付しました。忘れずに期限までに申請をお願いします。

■申請期限 10月31日(木)

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
☎ 540993

誰でも手軽に楽しめるニュースポーツで体を動かし、日ごろの運動不足を解消しましょう。

■日時 10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。

こころ・メンタルヘルス相談

問 健康づくり課保健予防係
☎ 520855

仕事や人間関係、日常生活で感じる不安や心の負担に関するお悩みについて相談してみませんか。

こころの健康相談(精神科医による相談)

■対象 市内在住者またはその家族

■日時 10月28日(月)
午後2時～5時(要予約)

■場所 市保健福祉センター2階健康づくり課

メンタルヘルス相談
(産業カウンセラーによる相談)

健康づくり課で予約後、相談員と相談の上、都合の良い日時に相談が可能です。(要予約)

共通事項

■参加費 無料
※電話でお申し込みください。

里親さんを知る日in塩尻

問 松本赤十字乳児院里親支援センター
ひまわり ☎ 5206

家庭の温かさの下で養育する里親制度についての説明会です。里親さんの体験談も聞けます。

■対象 里親制度に興味や関心がある人

■日時 10月19日(土)
午前10時～午後3時

■場所 えんてらす1階101・102会議室

■参加費 無料

■申込締め切り日時

10月18日(金) 午後5時

※電話でお申し込みください。
※当日参加も可能ですので、お気軽にご参加ください。

佐佐木頼綱さん短歌講演会

問 社会教育スポーツ課社会教育係
☎ 520903

SNSを中心に若い世代からも注目を集めている「短歌」について、歌人の佐佐木頼綱さんにご講演いただきます。お気軽にご参加ください。

■日時 11月17日(日)
午後1時半～3時半

■場所 えんてらす1階101・102会議室

■定員 100人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法

右のコード(Googleフォーム)または電話でお申し込みください。



■申込期間 10月7日(月)～11月16日(土)
推敲

講演会で短歌の推敲を行います。希望する人は、申込時に短歌を投稿してください。

■申込締め切り日 10月31日(木)
※詳細はお問い合わせください。

仁科街道(洗馬)を歩こう

問 本洗馬歴史の里資料館(金～日、祝日のみ開館) ☎ 54520

洗馬の史跡を巡りながら仁科街道・旧道を歩きます。洗馬宿、邂逅の清水、琵琶橋、阿礼坂、和兵衛窯跡、梨ノ木橋、釜井庵など見どころ満載です。

■日時 10月14日(月・祝) 午前8時半～11時半(雨天中止)

■集合場所

本洗馬歴史の里資料館

■行程

釜井庵を起点に洗馬宿で折り返し、仁科街道・旧道(洗馬)を別ルートで往復します。(6km)

■案内人

翠川 博(本洗馬歴史の里資料館指導員)

■定員 30人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 歩きやすい靴、雨具、飲み物 など

■申込期間 10月4日(金)～13日(日)

※電話でお申し込みください。
※詳細はお問い合わせください。

催し

塩尻短歌館の催し

問 塩尻短歌館 ☎ 57171

塩尻短歌館収蔵品展

塩尻短歌館で収蔵した史料を展示します。

■期間 10月2日(水)～12月27日(金)

■時間 午前9時～午後4時半

■休館日 月曜日(月曜日が祝日の場合は火曜日)、祝日の翌日

※11月6日(水)は臨時休館、11月24日(日)は開館します。

■場所 塩尻短歌館土蔵展示室

■入館料 300円(中学生以下は無料)

■主な展示内容(掛軸、色紙、短冊、書簡など)

○島木赤彦と伝田青磁(馬瀬勝子氏からの寄贈品)

○広丘ゆかりの歌人と百瀬重雄氏(百瀬篤氏からの寄贈品)

特別企画「短歌愛好者のつどい」

■対象 短歌づくりをする人

■日時 11月30日(土) 午前10時～正午

■場所 塩尻短歌館いきいき学び庵

■申し込み方法

右のコード(Googleフォーム)または電話でお申し込みください。



■申込締め切り日 11月22日(金)

しおじりまちづくりフェスティバル2024の参加団体を募集

問 市民交流センター市民活動支援係
☎ 53350

市内を中心に活動する市民公益活動団体の活動を、広く市民の皆さんにアピールする催しを開催。

団体の活動内容を紹介するパネル展示、体験ブースの出展、自社製品の販売など、イベントと一緒に盛り上げていただける団体・企業を募集します。

■日時 令和7年3月1日(土)
午前10時～午後3時

■場所 えんぱーく3階

■申込締め切り日 10月24日(木)

■主催 塩尻市

■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)

※参加団体には開催前に実施する会議への出席をお願いします。

松本大北地域「出産・子育て公開講座」

問 松本大北地域出産・子育て安心ネットワーク協議会事務局 ☎④1937

- 対象 出産・子育て世帯
 - 日時 10月27日(日) 午後1時～3時(正午に開場)
 - 場所 信州安曇野イベントホール スイス村サンモリッツ
 - 演題 地域で支える出産・子育て環境
 - 講師 丸山 桂里奈さん(タレント)、三代澤 幸秀さん(信州大学医学部小児科医師)
 - 定員 200人(先着順)
- ※オンラインは人数制限がありません。
- 参加費 無料
 - 申し込み方法
右のコード(Google フォーム)でお申し込みください。
 - 申込締め切り日 10月26日(土)



あまい講座①

問 健康づくり課保健予防係 ☎②0858

- 対象 市内在住者
- 日時 10月31日(木) 午前9時半～11時半
- 場所 宗賀支所
- 演題 今日からあなたも糖尿病博士&試してみよう糖質カット食品
- 講師 一條 昌志さん(松本医療センター糖尿病・内分泌内科医)
- 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
右のコード(電子申請)または電話でお申し込みください。
- 申込締め切り日 10月25日(金)



訪問歯科衛生士の在宅口腔衛生管理講座

問 介護保険課介護相談係 ☎内線2131

- 訪問歯科の制度や介護者への口腔ケア指導などの講座を開催します。
- 対象 歯科衛生士の資格を持つ人
 - 期日 11月14日(木)・28日(木)、12月12日(木)(全3回)
 - 時間 午前10時～正午
 - 場所 市保健福祉センター
 - 講師 麻田 加代子さん(在宅療養指導・口腔機能管理認定歯科衛生士)
 - 定員 5人(先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込締め切り日 11月7日(木)
- ※電話でお申し込みください。

シニアeスポーツ教室

問 介護保険課介護相談係 ☎内線2133

- 脳の活性化や認知症予防が期待できeスポーツ体験講座です。
- 対象 市内在住の65歳以上
 - 期間 11月19日(火)～令和7年2月25日(火)(全12回)
 - 時間
○午前の部 午前10時～正午
○午後の部 午後1時～3時
 - 場所 地域DXセンター「core塩尻」
 - 講師 金井 佑輔さん(Re.road株式会社)他
 - 定員 各部25人(先着順)
 - 参加費 500円(保険代など)
 - 申し込み方法
右のコード(電子申請)または電話でお申し込みください。
 - 申込締め切り日 10月31日(木)



特別企画展「さわって遊べる木のおもちゃ展」

問 自然博物館 ☎③6342

- 中信地区で活躍する作家の藤森和義さん、西牧伸悟さん、矢野憲司さんの触って遊べる木のおもちゃを展示します。
- 期間 11月9日(土)～12月22日(日)
 - 時間 午前9時～午後4時半(入館は午後4時まで)
 - 場所 自然博物館
 - 入館料 300円(子育てパスポート提示で100円。中学生以下は無料)

講座・教室

スマホ初心者向け講座

問 (一財)塩尻市振興公社地域DXセンター「core塩尻」 ☎⑤7960

- 健康保険証がマイナンバーカードを基本とする仕組み(マイナ保険証)に移行されます。この機会に、マイナ保険証の利用方法やマイナポータルを使い方を学んでみませんか。*
- ※マイナポータルとは行政手続きのオンライン窓口です。
- 日時 10月24日(木) 午前10時～11時半
 - 場所 地域DXセンター「core塩尻」
 - 内容
○マイナポータルアプリのインストール
○マイナ保険証の登録と利用方法
○マイナポータルで健康や医療の情報を確認
- ※マイナポータルログイン時に「利用者証明用電子証明書のパスワード(数字4桁)」が必要です。
※iPhone(アイフォン)をお持ちの方は、アプリのインストール時にAppleIDのパスワードが必要です。
- 定員 6人(先着順)
 - 持ち物 お使いのスマートフォン、マイナンバーカード
 - 参加費 無料
 - 申込締め切り日 10月17日(木)
 - 主催 デジタル戦略課
- ※電話でお申し込みください。



10月は受信環境クリーン月間

総務省信越総合通信局では10月の「受信環境クリーン月間」に、テレビ・ラジオの受信障害防止に向けた活動を集中的に取り組んでいます。

テレビがきれいに映らない、ラジオに雑音が入って聞けない場合には、ご近所でも同じことが起こっていないか確認し、信越総合通信局にご相談ください。

■問い合わせ先 信越総合通信局

○放送の受信障害に関すること 受信障害対策官 ☎026-234-9991

○不法無線局に関すること 監視調査課 ☎026-234-9976

※相談は無料です。

みんなであ・そ・ぼ 「ハロウィーンを楽しもう」

問 こども広場 ☎ 06660

子どもと一緒にハロウィーンを楽しみませんか。

■対象

こども広場に登録している親子
※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。

■日時 10月19日(土)
午前10時40分～11時45分

■場所 こども広場

■内容 衣装作り、ハロウィーンダンス など

■定員 40人（先着順）

※申し込み、参加費は不要です。

i 図書館

広丘図書館 おはなし会

問 広丘図書館 ☎ 0728

手話で楽しむおはなし会

絵本や手遊びを手話で楽しんでみませんか。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、手話が付いたおはなし会です。

■対象 どなたでも

■日時 11月9日(土)
午前11時～11時半

■場所

広丘図書館前交流スペース
※申し込み、参加費は不要です。

大人が楽しむおはなし会 (塩尻市民読書の会主催)

昔話や童話、落語絵本、素ばなしなど大人が楽しめるおはなし会です。

■日時 10月26日(土)
午前10時半～11時45分

■場所

えんてらす 1階101・102会議室
■定員 50人（先着順）

■参加費 無料

■申し込み方法
広丘図書館カウンター
または電話でお申し込みください。(10月21日(月)は休館)

■申込締め切り日 10月25日(金)



ファミリーサポートお楽しみ交流会

問 北部子育て支援センター ☎ 07701

ファミリーサポート事業に登録している人、関心のある人で集い、楽しく交流します。当日はファミリーサポートの登録もできます。

■対象 ファミリーサポート事業登録者および関心のある人

■日時 10月29日(火) 午前10時～11時

■場所 塩尻東地区センター多目的ホール

■内容 タッチケア&交流会

■講師 香川 知未さん(デイリータッチケア協会会員)

■定員 15人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 飲み物、バスタオル

■申し込み方法

右のコード(電子申請)または電話でお申し込みください。



■申込期間 10月8日(火)午前8時～22日(火)午後5時

第3回 ふたごちゃん会 「制作&おしゃべり交流会」

問 北部子育て支援センター ☎ 07701

双子(多胎児)の子どもがいる家庭や、双子を妊娠している人たちで、制作を楽しんだり、情報交換をしたりします。

■対象 双子(多胎児)の子ども(就園している双子の子どもも参加可)とその保護者、双子を妊娠している人

■日時 11月23日(土)
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 着替え、飲み物 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 10月21日(月)午前8時～11月11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。

公開シンポジウム「『遠野物語』共同幻想論』と日本の基層文化」

問 社会教育スポーツ課社会教育係 ☎ 0905

柳田國男・吉本隆明の著作から日本の基層文化を学びませんか。

■日時 10月26日(土)
午後1時～3時

■場所 塩尻総合文化センター
※会場は当日掲示します。

■講師

○高木 史人さん(武庫川女子大学教授)

○石井 正己さん(東京学芸大学名誉教授)

○ヨース・ジョエルさん(高知県立大学教授)

○永井 聖剛さん(愛知淑徳大学教授)

○東原 伸明さん(高知県立大学名誉教授)

■定員 90人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法

上のコード(Googleフォーム)または電話でお申し込みください。

■申込締め切り日 10月25日(金)



i 子育て

パパ講座「パパとあそぼう! ～絵本の世界～」

問 北部子育て支援センター ☎ 07701

父親向けの講座です。

■対象 講座当日、1歳から3歳(年少にあがる前)までの子どもとその父親

■日時 11月16日(土)
午前10時～11時

■場所 えんてらす 1階101・102会議室

■内容 絵本の読み聞かせ、おはなし遊び、親子ふれあい遊び など

■参加費 無料

■定員 親子15組(先着順)

■持ち物 動きやすい服装、飲み物、着替え 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 10月25日(金)午前8時～11月8日(金)午後5時

相続・贈与・成年後見ワンストップ無料相談会

問 長野県司法書士会 ☎026-232-7492

■日時 11月21日(木)
午後1時半～4時半

■場所 松本商工会議所

■申し込み方法

右のコード(予約フォーム)または電話でお申し込みください。



■申込期間 10月23日(水)午前9時～11月20日(水)午後4時

借金問題に関する無料相談会

問 県中消費生活センター ☎403660

借金に関するトラブルを抱えてお困りの方を対象に、弁護士・司法書士による相談会を開催します。

■日時 11月12日(火)
午前10時～午後5時

■場所 県松本合同庁舎4階中消費生活センター

■申込期間 10月11日(金)～11月11日(月)

■受付時間 午前8時半～午後5時

※電話でお申し込みください。



信州しおじり本の寺子屋 関川夏央さん講演会

問 市立図書館 ☎3365

坂の上の雲にひそむ「謎」を斬新な視点で解き明かす、作家の関川夏央さんの講演会です。

■日時 11月10日(日) 午後2時～4時

■場所 市保健福祉センター3階市民交流室

■演題 司馬遼太郎「坂の上の雲」の方法と、それが書かれた時代

■定員 130人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 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、お住まいの地区をお知らせください。

■申込期間 10月6日(日)～11月9日(土)

相談

行政書士会の無料相談会

問 長野県行政書士会 中信支部 ☎3798

遺言・相続関係、外国人在留資格、各種申請などの相談を行政書士がお受けします。

■日時 10月14日(月・祝)
午前10時～午後3時

■場所 えんてらす2階201・202・203会議室

※電話予約も可能です。

ビジネス情報相談会ミニセミナー「Canva使い方セミナー」

問 市立図書館 ☎3365

実際の画面を見ながらCanvaの使い方を解説します。

■日時 10月24日(水) 午後2時～3時

■場所 えんてらす1階101・102会議室

■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

広丘図書館カウンター、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)、電話番号をお知らせください。

■申込締め切り日 10月23日(水)

ビジネス情報相談会

問 市立図書館 ☎3365 FAX3369

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

○10月17日(木)、11月7日(木)
えんてらす2階203会議室

○10月24日(木)
えんてらす1階101・102会議室

■時間 午前10時～午後6時

■参加費 無料

■申し込み方法 広丘図書館カウンターまたは図書館ホームページにある申込用紙に記入の上、メール(☎ay1631@city.shiojiri.lg.jp)またはファクスでお申し込みください。

■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 いわさきちひろ複製原画展

問 えんてらす ☎0305

信州にゆかりのあるの絵本作家、いわさきちひろさんの複製原画展です。

■期間 10月16日(水)～27日(日)(10月21日(月)は休館)

■場所 広丘図書館前スペース他

※申し込み、入場料は不要です。

自衛官などを募集しています

問 自衛隊松本地域事務所 ☎362787

募集種目		応募資格	試験期日	申込締め切り日
一般 曹候補生	男女	18歳以上33歳未満の人(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	○1次 12月7日(土)～12日(木) ○2次 7年1月6日(月)～13日(月) ※いずれか1日を指定されます。	11月28日(木)
自衛官 候補生	男女	18歳以上33歳未満の人(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人)	受付時にお知らせします。	年間を通じて行っていきます。

※詳細は自衛隊長野地方協力本部ホームページをご覧ください。

野菜花き試験場を一般公開

問 野菜花き試験場 ☎01148

■日時 10月19日(土) 午前9時半～正午(雨天決行)

■場所 野菜花き試験場

■内容 研究展示、クイズラリー、加工体験(そば作り、フラワーアレンジメントなど)、農業技術相談、生産物販売(野菜、花、きのこなど)

※申し込み、参加費は不要です。

山本美樹子&佐藤茜デュオ・リサイタル

問 リサイタル実行委員会(佐藤) ☎080-9692-0407

バイオリンとピアノによる演奏会です。

■日時 10月12日(土) 午後2時から(午後1時半開場)

■場所 レザンホール中ホール

■参加費 3,000円(会場使用料など)

※小学生～大学生は2,000円です。

■出演

- 佐藤 茜さん(ピアニスト)
- 山本 美樹子さん(バイオリニスト)

■申請方法 電話またはメール(✉cuore.music556@gmail.com)でお申し込みください。

■申込締め切り日 10月11日(金)

※当日参加もできます。

ビジネス向けドローン活用事例セミナー

問 塩尻情報プラザ ☎01000

自治体、企業での活用事例を動画視聴を交えてご紹介。実機による飛行・映像配信、シミュレーターによる疑似体験を行います。

■対象 ドローンについての基礎知識や今後の動向を知りたい人

■日時 10月26日(土) 午前10時～11時

■場所 塩尻情報プラザ

■講師 NTT東日本

■定員 30人(先着順)

■受講料 無料

■申込締め切り日 10月23日(水)

※電話でお申し込みください。

伝言板

シルバー人材センターからのお知らせ

問 塩尻地域シルバー人材センター ☎04567

入会説明会

健康で働く意欲のある人(原則60歳以上)を対象とした説明会です。

■日時 10月15日(火) 午後1時半から

■場所 塩尻地域シルバー人材センター2階

※申し込み、参加費は不要です。

シルバー刃物研ぎ屋さん

包丁や剪定はさみなどを研ぎます。

■期日

①10月15日(火)・28日(月)

②10月20日(日)

■時間 ①午前8時半～11時

②午前10時～午後2時

■場所 ①塩尻地域シルバー人材センター前 ②塩尻東支所

※料金などの詳細はお問い合わせください。

嘱託職員を募集

■職種 事務担当(嘱託職員)

■応募資格

○OAでの事務処理経験があり、普通自動車運転免許証(AT限定は不可)のある人

○会員と発注者との就業マッチングおよび就業拡大業務など

○塩尻地域エリア(塩尻市・朝日村)に詳しい人

■採用人数 若干名

■申し込み方法 市販の履歴書に必要事項を記入の上、塩尻地域シルバー人材センターに持参してください。

■申込期間 10月1日(火)～15日(火)

※勤務条件などの詳細は、お問い合わせください。

スポーツの日施設無料開放

問 ヘル斯巴塩尻 ☎03939

■期日 10月14日(月・祝)

■対象施設および営業時間

○ジムトレーニングルーム、体育館 午前9時～午後6時

○温水プール 午前11時～午後7時

※当日は、ミニ緑日や体力測定会を開催します。

職業訓練

職業訓練生を募集

問 松本技術専門学校 ☎03158

介護・パソコン基礎科

■対象 介護の職場へ就職を目指す人

■訓練期間

11月15日(金)～7年2月14日(金)

■場所 日建学院松本校

■定員 15人(選考にて決定)

■申込締め切り日 10月25日(金)

調剤事務・医療事務科

■対象 医療機関・薬局に就職を希望する人

■訓練期間

11月19日(火)～7年1月17日(金)

■場所 (株)ニチイ学館松本支店

■定員 20人(選考にて決定)

■申込締め切り日 11月1日(金)

パソコン基礎科

■対象 パソコン操作が初級で事務職を希望する人

■訓練期間

11月29日(金)～7年2月28日(金)

■場所 大北高等職業訓練校(大町市)

■定員 15人(選考にて決定)

■申込締め切り日 11月8日(金)

共通事項

■受講料 無料(教科書代などは自己負担)

■申し込み方法 ハローワークで申込締め切り日の前日までに相談し、お申し込みください。

公共職業訓練12月生を募集

問 ポリテクセンター松本 ☎03392

■対象 ハローワークの求職申込者

■訓練期間 12月3日(火)～令和7年6月27日(金)

■場所 ポリテクセンター松本

■募集コースおよび定員

○CAD/NC技術科 10人

○シートメタルクラフト科 10人

○電気設備技術科 10人

※選考にて決定します。

■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 11月15日(金)

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(先着順)
高校生が小学生と初めて取り組んだ通学宿舎6日間の記録	10月15日(火) 午後0時20分～3時	県生涯学習推進センター マナビステーション	須坂東高校の生徒および教師	30人
広げる！ 深める！ 地域学校協働活動を核とした地域づくり	10月17日(木) 午前9時45分～午後3時15分	県生涯学習推進センター 講堂	猿渡 智衛さん(榎葉町地域学校協働センター長)	会場、オンライン 各50人
水害を乗り越え、長野市豊野・長沼でつくったつながり	10月22日(火) 午前9時45分～午後3時40分	長野市豊野防災交流センター・千曲川決壊現場	小野 貴規さん(長野市社会福祉協議会)	25人
秋のスターウォッチング～楽しく星座を学ぼう～	10月26日(土) 午後4時20分～8時	県生涯学習推進センター 講堂、4階天体測定室、屋上	県総合教育センター専門主事、塩尻星の会	60人

※詳細はお問い合わせください。

太鼓の達人スコアアタック

問 (一財)塩尻市振興公社地域DXセンター [core塩尻] ☎⑨7960

子どもからシニアまでみんなが楽しめる大人気リズムゲーム「太鼓の達人」。高得点を目指してスコアを競おう！

上位の人には素敵なプレゼントもありますので、ぜひご参加ください。

■日時 10月12日(土)
午前10時～正午

■場所 地域DXセンター[core塩尻]

■内容

- 太鼓の達人スコアアタック大会
- その他eスポーツ体験
- ねんりんピックeスポーツ種目
出場者core塩尻壮行会

※詳細は、右のコード(core塩尻ホームページ)をご覧ください。

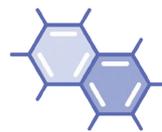


※申し込み、参加費は不要です。

労働安全衛生総合研究所からのお知らせ

問 事業者のための化学物質管理無料相談窓口 ☎050-5577-4862

労働安全衛生法関係法令の改正により、令和6年4月1日から職場における化学物質規制が、大きく見直しとなっています。



■変更(改正)のポイント

- ①化学物質の製造事業者およびそれを取り扱う事業者における危険性・有害性に関する情報の伝達が強化されます。
- ②事業者は、その情報に基づいてリスクアセスメントを行い、化学物質によるばく露防止対策を実行する必要があります。
- ③今後、数年かけてSDS(※1)やラベル(※2)の交付対象物質が約900物質から約2,300物質に拡大します。
- ④事業場によっては、新たに「化学物質管理者」の選任義務が発生します。

※1 事業者が化学物質および化学物質を含んだ製品を、他の事業者に譲渡・提供する際に交付する、化学物質の危険有害性情報を記載した文書のことです。

※2 SDS情報を簡略化し、化学品の危険有害性の種類や程度に関する情報を、容器や包装に貼り付けたもののことです。

※詳細は右のコード(労働安全衛生総合研究所ホームページ)をご覧ください。



高齢者パソコン講座「年賀状の作成」

問 IT100(渡部) ☎⑤2326

11月はWordで簡単な年賀状や、写真を取り込んだ年賀状などを作成。12月はExcelの住所録とWordの差し込み印刷で宛名印刷を学習します。

■期日 11月7日・21日、12月5日・19日の木曜日

■時間 午後1時半～3時半

■場所 塩尻情報プラザ研修室

■参加費 2,000円(全4回分、会場使用料など)

■申し込み方法 電話またはメール(✉wthr7829@gmail.com)でお申し込みください。メールの場合は、講座名、氏名、住所、電話番号をお知らせください。

■申込締め切り日 10月30日(水)

満タン&灯油プラス1缶運動

問 長野県石油商業組合 ☎026-217-6740

「満タンで安心、灯油1缶で安心」をキャッチフレーズに、「車の燃料タンクは日ごろから満タンにしておく」、「灯油はホームタンクなどに1缶余分に保管しておく」ことを消費者の皆さんに呼びかけています。



万が一の事態にも混乱しないよう、日ごろから備えましょう。

■実施期間 令和7年3月31日(月)まで

■参加ガソリンスタンド

- 全国 2万55カ所
- 県内 507カ所

6年9月18日現在

ECO

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

陶芸用窯(プロ用で使用可・灯油窯)	中古	無料
ゆずってください		
掃除機		無料
大人用自転車(空気がすぐ抜けないもの)	中古	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。