

## 野ねずみ駆除に伴う薬剤配布

問 農政課農業振興係 ☎ 020818

市内農家に殺そ剤を配布しますので、薬剤を希望する農家は受け取りをお願いします。また、薬剤の使用に伴い、小さい子どもやペットがいる家庭は、誤って薬剤を口にしないようご注意ください。

■対象 10アール以上の農地の所有者および耕作者

■地区および配布日

| 地区         | 配布日      |
|------------|----------|
| 洗馬         | 3月10日(月) |
| 片丘         | 3月11日(火) |
| 北小野、大門、塩尻東 | 3月12日(水) |
| 広丘         | 3月13日(木) |
| 宗賀、楢川      | 3月14日(金) |

■時間 午前10時～午後3時

■配布場所

○洗馬地区

JA洗馬生産販売課

○その他の地区

JA松本ハイランド塩尻支所営農生活課（広丘郷原1811-4）

■配布薬剤

メリーネコりん化亜鉛（リン化亜鉛殺そ剤）

※配布薬剤は10アール当たり50g（25袋）が目安です。

※薬剤の配布に伴い、畦畔<sup>ひばん</sup>の雑草焼き払いを行う場合は、消防署に必ず届け出てください。また、実施する際は消火用具を準備し、火が消えるまで絶対に離れないでください。その場を離れる時や燃え尽きた時には、確実に消火できたかを確認しましょう。

## 塩尻市子育て世帯生活支援特別給付金（ひとり親世帯分）

問 こども未来課こども未来応援係 ☎ 027313 ページID:0049808

食料品などの価格高騰によって、特に家計への負担が大きいひとり親世帯などに対して、給付金を支給します。

なお、県内他市町村から給付金を受給している人または事実婚状態にある人は、受給できませんのでご注意ください。

■対象

18歳に達した日以降の最初の3月31日までの児童（心身に中程度以上の障がいがある児童の場合は20歳未満まで）

■支給額

養育する児童一人当たり1万円

■支給区分および申請の有無

①令和6年12月分の児童扶養手当受給者

申請は不要です。該当者には別途通知を発送しています。

②公的年金などを受給していることにより、児童扶養手当の支給を受けていない人

申請が必要です。

③①、②に該当しないひとり親などであって物価高騰などの影響により直近の家計が手当の受給者と同等の水準となった人

申請が必要です。

※申請方法などの詳細は、お問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

## お知らせ

令和6年度人間ドック補助金の申請期限は3月31日(月)～3月15日以降に人間ドックを受診する人は事前に連絡を～

問 ○国民健康保険に加入中の人  
市民課国保年金係  
☎ 020772 ページID:0003033  
○後期高齢者医療制度に加入中の人  
健康づくり課健康推進係  
☎ 020854 ページID:0003436

国民健康保険加入中で受診時に満35歳以上の人と、後期高齢者医療制度加入中の人は年度内に1回人間ドック（脳ドック含む）の補助金申請ができます。

6年度（6年4月1日～7年3月31日受診分）の人間ドック補助金申請期限は3月31日(月)です。3月15日(土)以降に人間ドックを受診する人は事前に必ず連絡してください。連絡のない時は交付を受けられない場合がありますので、ご注意ください。

■持ち物

- 医療機関発行の領収書
- 受診結果表
- 振込先の方かるもの（通帳など）
- 申請者の本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証 など）
- 資格確認書、資格情報のお知らせ、健康保険証（有効期限が7年7月31日までの間で有効なもの）のいずれか一つ

※受診結果表は、個人情報情報を厳格に管理・保管し、本市の保健指導や保健事業に関する施策検討・実施のために活用します。

※同じ年度内に市国保特定健診または後期高齢者健診を受診した人の申請は受け付けできません。

※詳細はお問い合わせください。

## 1月号新春お年玉クイズの答え

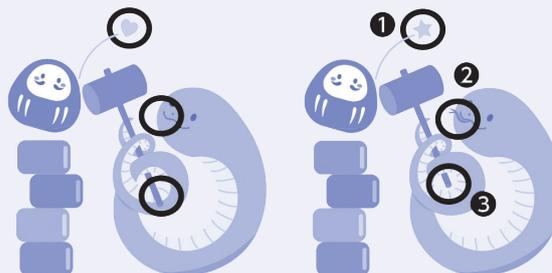
問 秘書広報課広報広聴係 ☎ 020333

広報塩尻1月号新春お年玉クイズには、134人の応募がありました。たくさんのご応募ありがとうございました。抽選で15人に、ワインまたはブドウジュースを2月18日(火)に発送しました。当選者の発表はプレゼントの発送をもって代えさせていただきます。

■クイズの正解

- ① だるまから出る形
- ② ヘビの舌
- ③ 小槌の柄の長さ

※広報塩尻では、毎月読者アンケートを実施しています。今後も裏表紙のコードからご回答をお願いします。



## 民生委員・児童委員の変更

問 地域共生推進課地域福祉係 ☎ 内線2112

民生委員・児童委員の退任に伴い、新たに民生委員・児童委員が委嘱されたのでお知らせします。

■委員名など

| 委員名   | 担当地区       | 組または常会 |
|-------|------------|--------|
| 成田 昭廣 | 宗賀地区<br>牧野 | 1～4    |

### 年度末の休日開庁のお知らせ

問 市民課市民窓口係 ☎内線1124

転入、転出が集中する時期に、市民課窓口の休日開庁を実施します。

■期日 3月23日(日)・29日(土)

■時間 午前9時～正午

■場所 市役所 1階市民課

#### ■業務内容

住民異動、印鑑登録、各種証明書交付 など

※国民健康保険、児童手当、福祉サービス、介護サービスなどの手続きは平日のみの対応となります。

※戸籍の届け出は地下の警備員室へご提出ください。

### 塩尻市友愛クラブ連合会 結婚相談部会を解散

問 塩尻市友愛クラブ連合会結婚相談部会(地域共生推進課高齢支援係) ☎内線2127 ページID:0046675

塩尻市友愛クラブ連合会結婚相談部会は、令和6年9月に休会しました。

その後の協議の結果、6年10月から塩尻市において、県が運営するインターネット上での出会いをサポートする「NAGANO ai MATCH」の登録・利用に関する相談・支援を開始したこともあり、3月31日(月)をもって同部会を解散することとなりました。ご理解いただきますようお願いいたします。

※NAGANO ai MATCHとは、市町村などの公的結婚相談所に登録して利用する結婚マッチングシステムです。登録方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

### 人権擁護委員について

問 企画課企画係 ☎内線1354

人権擁護委員は、毎月無料で「人権なんでも相談」を開催。秘密は固く守られます。また、人権に関する啓発活動も行っています。

#### ■委員名簿

| 氏名(担当地区)   |            |
|------------|------------|
| 中島 誠(大門)   | 赤羽 稔(吉田)   |
| 丸山 典子(塩尻東) | 横山 裕美(宗賀)  |
| 伊藤 広茂(片丘)  | 清水 美津(洗馬)  |
| 島田 恭子(広丘)  | 小野 計江(北小野) |
| 五味 博文(高出)  | 鎌 亮治(榎川)   |

### 令和7年度塩尻市体育施設 年間使用許可証の販売

問 社会教育スポーツ課スポーツ推進係 ☎④0993 ページID:0018191

塩尻市体育施設年間使用許可証を持っていると、施設の使用可能時間内で予約が入っていない空き時間に施設を使用することができます。

■対象 市内在住の個人

■対象施設 屋内ゲートボール場、中央スポーツ公園テニスコート、北部公園テニスコート(中央スポーツ公園テニスコートと北部公園テニスコートは共通で使用可)、弓道場、榎川屋内運動場

■申し込み方法 市ホームページにある申請書に記入の上、塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課スポーツ推進係まで提出してください。

■受付開始日 3月24日(月)

※販売価格などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

### 住民票などの取得は便利で お得なコンビニ交付サービス

問 市民課市民窓口係 ☎内線1124

#### ■利用可能時間

午前6時半～午後11時(休日可)  
※機器メンテナンス時と年末年始(12月29日～1月3日)を除きます。

■取得方法 コンビニなどに設置されているマルチコピー機の「行政サービス」ボタンから取得可能  
※マイナンバーカードと4桁の暗証番号を使用します。

■手数料 市役所や支所などの窓口より50円安く取得可能です。

#### ■取得できる証明書

- 住民票の写し
- 印鑑登録証明書
- 住民票記載事項証明書
- 戸籍(全部・個人事項)証明書
- 戸籍の附票の写し

※戸籍証明書・戸籍の附票の写しは、本籍地が本市以外の方は本籍のある市区町村にお問い合わせください。

### 児童手当の申請はお済みですか

問 福祉支援課福祉給付係 ☎④0684

令和6年10月に児童手当の制度が改正(拡充)されました。

■対象 18歳到達後の最初の3月31日までの子どもを養育している人のうち、6年10月分以降の児童手当が支給されていない人

※公務員は勤務先での手続きです。

■申請場所 市保健福祉センター1階福祉支援課福祉給付係

■申請期限 3月31日(月)

### 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

|    | 片丘支所             | 北小野支所            | 塩尻東支所             | 宗賀中央<br>保育園       | 榎川<br>保育園         |
|----|------------------|------------------|-------------------|-------------------|-------------------|
| 4月 | 7日(月)・<br>22日(火) | 9日(水)・<br>23日(水) | 10日(木)・<br>24日(木) | 15日(火)・<br>28日(月) | 17日(木)・<br>30日(水) |

■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7年4月1日時点での年齢です。

問 保育課保育園運営係 ☎内線3172

#### ■持ち物

昼食、おやつ、手拭き用タオル、ティッシュ、コップ、昼寝用布団、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 3月20日(木)

※申し込み多数の場合は抽選とし、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。

※申込後に保育課で事前登録が必要です。



## 考える農業学習塾 令和7年度塾生を募集

問 農政課農業振興係 ☎ 0818

市内在住で、農業に携わっている  
または携わる予定の人が対象の、仲  
間づくりや勉強の場です。

修業者部門、野菜部門、果樹部門  
に分かれ、視察研修や勉強会、道の  
駅での直売イベントなどを開催します。

■年会費 1万円

■申込締め切り日 3月28日(金)

※電話でお申し込みください。

## 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  
☎ 3350 ページID:0003989

市民の皆さんが主体で、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」の補助金交付団体を募集します。

■募集期間 4月1日(火)～14日(月)

■交付する補助金額

○体験型（トライアル事業）

10万円以内

○発展型（ステップアップ事業）

20万～40万円以内

※制度の詳細は、お問い合わせいた  
だくか市ホームページをご覧ください。

## 催し

### 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  
☎ 0993

誰でも手軽に楽しめるニュースポ  
ーツで、日頃の運動不足を解消しま  
しょう。今回は体力測定を実施します。

■日時 3月15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。

### 3月の納期限

■国民健康保険税 3月31日(月)

■後期高齢者医療保険料

3月31日(月)

■上下水道料金 3月25日(火)

## 物価高騰重点 支援給付金

問 福祉支援課物価高騰重点支援給付金窓口  
☎ 3873

エネルギー・食料品価格などの高騰による負担増を踏まえ、特に家計へ  
の影響が大きい低所得世帯に対し、その生活の安定を図る支援として、次  
のとおり給付を実施します。

■給付対象世帯

令和6年12月13日現在、本市に住民票がある住民税均等割非課税世帯

■給付額 1世帯3万円

※3月中旬頃に対象者へ順次、通知をお送りします。詳細は通知でご確認  
ください。支給開始時期は3月下旬を予定しています。

### 子育て加算分

■給付対象世帯 上記の給付対象世帯のうち、18歳以下の子どもを扶養し  
ている世帯

■給付額 児童一人当たり2万円

※4月頃に対象者へ順次、通知をお送りします。詳細は通知でご確認ください。

### 共通事項

■支給方法 □座振込

■給付の流れ 申請は基本的に不要です。ただし、5年度および6年度に  
同様の給付金の支給を受けていない世帯などは手続きが必要な場合があ  
ります。

■電話受付時間

午前9時～午後5時（土・日曜日、祝日を除く）

## 募集

### 遺跡の発掘作業員を募集

問 平出博物館 ☎ 1022

市内の遺跡発掘調査現場で作業を  
行う会計年度任用職員を募集します。

■募集要件 屋外での作業が行える  
人、遺跡や歴史に興味のある人

※資格および年齢は問いません。

■任用期間 発掘調査が予定されて  
いる4～9月の6カ月

※期間は前後することがあります。

■勤務日数 最大週4日（原則火～  
金曜日）

■勤務時間 最大週18時間

■募集人数 10人程度

■時給 1,070円

■通勤手当 有り(市の規定による)

■採用方法 提出書類による書類審  
査および面談

※面談の日程は、別途連絡します。

■提出書類 市販の履歴書に記入の  
上、〒399-6461 宗賀1011番地3  
平出博物館宛てに郵送または提出  
してください。(月曜日、3月21  
日(金)は休館)

■申込締め切り日 3月25日(火)(必着)

## 今年度最後の献血実施

問 健康づくり課健康推進係  
☎ 0854

科学が発達した今日でも、血液を  
人工的につくることはできません。  
必要な血液を確保するため、皆さん  
のご協力をお願いします。

■日時 3月21日(金) 午前9時～正午

■場所 市保健福祉センター

※申し込みは不要です。

※1年間に献血できる総採血量は男  
性1,200ml、女性800mlと定められ  
ています。献血カードなどで次回の  
採血可能日をお確かめの上、ご来場  
ください。

## 自動車の登録・検査手続きはお早めに

問 松本自動車検査登録事務所  
☎ 050-5540-2043

毎年、3月下旬は自動車の検査・  
登録申請が多く、窓口が大変混み合  
います。車検は、1カ月前から受検  
できますので、手続きはお早めにお  
願いします。

また、廃車および名義・住所変更  
などの手続きは3月中旬までに行っ  
てください。

自衛官などを募集します

問 自衛隊松本地域事務所 ☎③2787

| 募集種目   | 応募資格         | 試験期日   | 申込締め切り日  |         |
|--------|--------------|--|--|---------|
| 幹部候補生  | 一般<br>大卒程度   | 22歳以上26歳未満の者<br>○20歳以上22歳未満の者は大卒見込み含む<br>○修士課程修了者など（見込み含む）は28歳未満の者 | ○1次試験 4月12日(土)・13日(日)<br>(13日(日)は海・空飛行要員のみ)<br>○2次試験 6月1日(日)～7日(土)<br>○3次試験 (海・空飛行要員のみ)<br>・海 7月3日(木)～7日(月)<br>・空 7月19日(土)～8月8日(金) | 4月4日(金) |
|        | 一般<br>院卒者    | 20歳以上28歳未満で修士課程修了者など<br>(見込み含む)                                    |  |         |
|        | 歯科・<br>薬剤科   | 専門学校の大卒(見込み含む)の20歳以上30歳未満の者(薬剤科は20歳以上28歳未満の者)                      | ○1次試験 4月12日(土)<br>○2次試験 6月1日(日)～7日(土)  |         |
| 一般曹候補生 | 18歳以上33歳未満の者 | ○1次試験 5月17日(土)～25日(日)<br>○2次試験 6月14日(土)～29日(日)                     | 5月7日(水)  |         |

※詳細は自衛隊ホームページでご確認ください。

① 図書館

ビジネス情報相談会ミニセミナー  
「令和7年度補助金準備セミナー」

問 市立図書館 ☎③3365

国の予算の流れを読み解きます。

- 日時 3月20日(木・祝) 午後2時～3時
- 場所 えんぱーく3階会議室301
- 講師 長野県よろず支援拠点コーディネーター
- 定員 (先着順) ○現地 5人  
○オンライン 10人
- 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(✉toshoc@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。(水曜日、3月3日(月)は休館)
- 申込締め切り日 3月18日(火)

えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館 ☎③3365

直木賞作家である佐木隆三さんの小説「身帳」を原案に、西川美和監督が手がけた映画を上映します。

- 日時 3月25日(火)  
午後1時半～3時45分
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール
- 作品 すばらしき世界(2021年邦画)
- 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。(水曜日は休館)
- 申込期間 3月11日(火)～24日(月)

塩尻市ふるさと納税 事業者説明会

問 観光プロモーション課 ☎②0786

塩尻市ふるさと納税の現状や取り組みなどについて勉強会を行います。

- 対象 既にふるさと納税にご協力いただいている事業者、これから参画を検討される事業者
- 日時 3月27日(木)  
午後2時～3時半
- 場所 えんぱーく5階イベントホール
- 講師 牛川 太郎さん(楽天グループ株式会社地域創生事業ふるさと納税事業部)
- 定員 40人(先着順)
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記具、スマートフォン
- 申込期間 3月5日(水)～17日(月)  
※電話でお申し込みください。

ユメックスアリーナイベント

問 ユメックスアリーナ ☎②3800

- 期日 3月29日(土)、4月20日(日)・26日(土)・29日(火・祝)
- 時間 各イベントで異なります。
- 場所 ユメックスアリーナ
- 講師 ミズノスタッフ
- 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 3月10日(月)午前9時～各イベント実施日前日の午後9時  
※対象や内容などの詳細は右のコード(ユメックスアリーナホームページ)をご覧ください。



なりきりおはなし表現講座活動発表会

問 中央公民館 ☎②0899

朗読士®の池内のりえさんの指導の下、さまざまな声の表現を1年間学んだ受講生が楽しく発表します。

- 対象 どなたでも
- 日時 3月16日(日) 午前10時～正午
- 場所 塩尻総合文化センター1階講堂
- 内容 群読各種、ドラマリーディング、パネルシアターなど発表、参加者と一緒に声表現あそび
- 入場料 無料
- 申し込み方法 中央公民館、電話またはメール(✉kouminkan@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。
- 申込締め切り日 3月12日(水)  
※当日参加も可能です。

ひきこもりを支える家族交流会

問 こども未来課元気づ子・若者サポート係 ☎②0891

参加者同士の話し合いによって家族の関わり方を一緒に考えます。

- 対象 家族のひきこもりを心配している人
- 日時 3月14日(金)  
午後1時半～3時半
- 場所 塩尻総合文化センター3階302会議室
- 講師 山田 起由さん(セイムハート代表)
- 定員 20人(先着順)
- 参加費 無料
- 申込締め切り日 3月13日(木)  
※電話でお申し込みください。

## BUNちゃんのイベント

問 市立図書館 ☎ 3365

大人気の紙芝居「まんまるまんまたんたかたん」の作者であるBUNちゃんこと荒木文子さんのイベントです。

■日時 3月20日(木・祝)

■場所 えんぱーく3階多目的ホール  
BUNちゃんデショー

楽しいおはなし会です。

■対象 どなたでも

■時間 午前11時から

※申し込み、参加費は不要です。

### BUNちゃんの紙芝居講座

紙芝居の演じ方のコツを学ぶ講座です。

■対象 紙芝居を演じてみたい人

■時間 午後2時～3時半

■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。(水曜日、3月3日(月)は休館)

■申込締め切り日 3月18日(火)

## 信州しおじり本の寺子屋 なかしまじゅんこ絵本原画展「すけすけのりもの」

問 市立図書館 ☎ 3365

絵本「すけすけのりもの」作者、なかしまじゅんこさんの絵本原画展です。

■期間 3月30日(日)まで(水曜日、3月3日(月)は休館)

■場所

えんぱーく1階図書館森のコート

■入場料 無料

### ワークショップと読み聞かせ

■対象 4歳～小学生

■日時 3月15日(土)

午前10時～11時半

■場所

えんぱーく1階太陽のコート

■定員 20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。

■申込み締め切り日 3月14日(金)

※イベント終了後、本の販売とサイン会があります。

※詳細はお問い合わせください。

## ひとり親家庭などの 子どもの就学・進学費用を補助

問

子ども未来課 子ども未来応援係  
☎ 7313 ページID:0050291

本市では、ひとり親家庭(事実婚の状態にある場合は除く)などの子どもの就学・進学を応援するために各種補助金を交付しています。補助を受けるには申請手続きが必要ですので、期限までに忘れずに手続きをお願いします。詳細はお問い合わせいただくか市ホームページをご覧ください。

### 小・中学校入学祝金

■対象 4月に小・中学校に入学する子どもを養育するひとり親家庭(所得制限なし)

■補助額 子ども一人1万円

■必要書類 振込先の口座が分かるもの(通帳など)

■申請方法

塩尻総合文化センター1階子ども未来課子ども未来応援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。

※児童扶養手当の認定を受けている人は、2月に振り込み済みのため申請できません。

■申請期限 3月31日(月)

### 高校などの教材費・通学費補助

■対象

児童扶養手当の全額を受給しているひとり親家庭(生活保護受給世帯を除く)の県内の高校などに通う子ども

■補助額

○教材費

学校が指定する教材費(一人1学年につき1万5,000円まで)

○通学費 公共交通機関の定期券などの半額(一人1学年につき2万円まで)

■必要書類

○教材費または通学費を支払ったことが分かる書類(領収証の写しなど)

○教材費の内訳が分かる書類または定期券の写し

○学生証または在学証明書の写し

○振込先の口座が分かるもの

■申請方法 塩尻総合文化センター1階子ども未来課子ども未来応援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

○教材費 購入日から1年以内または教材を使用する学年の3月31日のいずれか早い日

○通学費 定期券などの有効期限日が属する年度の3月31日

### 大学などの入学試験・模擬試験の受験料補助

■対象 次のいずれかの世帯に養育される20歳未満の子ども

○児童扶養手当受給世帯

○児童扶養手当受給世帯と同等の所得水準であるひとり親世帯

○住民税非課税世帯(ふたり親世帯を含む)

■補助額

○大学などの入学試験(大学入学共通テストを含む)の受験料(一人年額5万3,000円まで)

○大学などを受験する年度に受けた模擬試験の受験料(一人年額8,000円まで)

○中学3年生の模擬試験の受験料(一人年額6,000円まで)

■必要書類

○受験料を支払ったことが分かる書類(領収証の写しなど)

○令和6年1月2日以降に本市に転入した非課税世帯の場合は、転入前の市町村が発行した世帯員全員の所得課税証明書

○振込先の口座が分かるもの

■申請方法

塩尻総合文化センター1階子ども未来課子ども未来応援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 受験料を支払った日が属する年度の3月31日

### 高卒認定のための講座受講料

■対象

20歳未満の子どもを養育するひとり親家庭の親または子ども

■補助額

高卒認定試験の合格を目指す講座の受講料の最大6割(上限30万円)

■申請方法

受講開始前に、子ども未来課の母子・父子自立支援員と面談を行い、将来の就職などに向けた計画を作成することが必要です。受講をお考えの人は早めにお問い合わせください。

## 手話で楽しむおはなし会

問 市立図書館 ☎③3365

絵本や手遊びを手話で楽しんでみませんか。塩尻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、手話付きのおはなし会です。

■日時 3月22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。

## 相談

### 債務整理二次被害無料相談会

問 長野県司法書士会  
☎026-232-7492

■日時 3月29日(土)

午前10時～午後4時

■相談番号 ☎0120-448-788

※当日のみの専用番号です。

■相談例 減額診断のサイトから依頼した事務所が信用できない など

## 伝言板

### 塩尻文芸の会 短歌を楽しむ会

問 塩尻文芸の会 (青木)  
☎②6069

■期日など

| 期日  | 期日               | 詠草<br>締め切り日     | 場所                     |
|-----|------------------|-----------------|------------------------|
| 第1回 | 4月10日(木)         | 4月3日(木)         | 塩尻<br>総合<br>文化<br>センター |
| 第2回 | 6月12日(木)         | 6月5日(木)         |                        |
| 第3回 | 8月7日(木)          | 7月31日(木)        |                        |
| 第4回 | 10月9日(木)         | 10月2日(木)        |                        |
| 第5回 | 12月11日(木)        | 12月4日(木)        |                        |
| 第6回 | 令和8年<br>2月12日(木) | 令和8年<br>2月5日(木) |                        |

■時間 午後1時～3時半

■内容 投稿歌の意見交換をします。

■参加費 各回100円(資料代など)

■持ち物 筆記用具、飲み物

■申し込み方法 上記問い合わせ先に電話でお申し込みください。また、自作短歌一首を次のいずれかの方法で提出してください。

○郵送 〒399-0701 広丘吉田  
502番地8 細萱麻美子宛て

○ファクス FAX②4135(細萱)

○ショートメール

☎090-3907-2349(細萱)

## 建築基準法などの改正により、4月から建築確認の手続きが変わります

問 建築住宅課建築住宅係  
☎内線1293、1294

建築物の省エネ化推進に伴い、改正建築基準法などが4月から施行されます。主な改正内容は、次のとおりです。

○原則全ての新築住宅・非住宅に省エネ基準適合を義務付け

これまで省エネ基準の適合義務がなかった小規模建築物についても、新築する場合は、外壁や窓など省エネ基準に適合させる必要があります。

○全ての地域において、階数2以上または延べ面積200㎡超の建築物は建築確認・検査が必要

これまで建築確認・検査が不要であった都市計画区域外(※1)においても建築基準法による手続きが必要になります。

○大規模なりフォーム工事(※2)も建築確認・検査の対象に

平屋建てで延べ面積200㎡以下の建物以外は、大規模なりフォーム工事をする際は建築確認・検査が必要になります。

※1 都市計画区域外は、宗賀の一部、洗馬、北小野、檜川です。

※2 大規模なりフォーム工事とは、壁、柱、床、はり、屋根、階段の一種以上について行う過半以上の修繕・模様替えに該当する工事です。

## 児童劇映画「蜂の子」鑑賞会

問 市立図書館 ☎③3365

山田洋次監督が脚本を手がけ、旧片丘村北内田(現松本市内田)で撮影された映画の鑑賞会です。

■日時 3月9日(日)

午後1時半～3時

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■作品 蜂の子(1957年邦画)

■定員 100人(当日先着順)

※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  
☎③3365 FAX③3369

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。

■日時 3月20日(木・祝)

午前10時～午後6時

■場所 えんぱーく3階会議室301

■参加費 無料

■申し込み方法 図書館本館カウンターまたは市立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 3月15日(土)

※1人1回1時間までです。

## 春休み! えんぱーくまるごと親子がん教室

問 市立図書館 ☎③3365

身近な人とがんや健康について楽しく学び、一緒に考えてみませんか。

■日時 3月16日(日)

午前10時～午後3時半

■場所 えんぱーく3階多目的ホール、市民サロン ほか

■内容 講演会、スタンプラリー、クイズ、展示 など

※申し込み、参加費は不要です。

### 講演会

■演題および時間

①こどもに伝えたいがんのこと  
午前10時～正午

②小学生からわかる! 最新ゲノム治療 午後2時～3時

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■講師 ①岸田 徹さん(NPO法人がんノート代表理事) ②進士 明宏さん(諏訪赤十字病院がん診療推進室室長)

■定員 各100人(先着順)

■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。(水曜日、3月3日(月)は休館)

■申込締め切り日時 講演会開始1時間前まで

■共同実施機関 がんサポートおむすび、市健康づくり課

## あしなが第10回記念 チャリティコンサート

問 夢音マンドリーノ(笠原)  
☎090-4180-7083

プロのマンドリン奏者の折井清純さんと夢音マンドリーノの演奏会です。

■日時 4月6日(日) 午後2時開演  
(午後1時半開場)

■場所 レザンホール中ホール

■プログラム ポールモーリア特集、  
帰れソレントへ、北の旅人、津軽  
のふるさと など

※申し込み、入場料は不要です。

※当日、会場に募金箱を設置し、あ  
しなが育英会に寄付します。

## よっしゃやろうぜ!! みんなでゲームフェス2025

問 (一財)塩尻市振興公社 地域DX  
センター「core塩尻」 ☎027960

東京都市大学塩尻高校eスポーツ  
部と共催で、「大乱闘スマッシュブ  
ラザーズ SPECIAL」の大会を開催。

■対象 ○大会 小学4年生～高校  
3年生 ○フリー対戦 どなたでも

■日時 3月15日(土)  
午前10時～午後3時頃

■場所 地域DXセンター「core塩尻」

■大会の定員 24人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 大会参  
加は申し込みが必要です。  
右のコード(core塩尻ホームペ  
ージ)でお申し込みください。

■申込締め切り日時  
3月15日(土) 午前9時

■許諾番号  
NJ25-AAABA-F02144

## 体験型親子で遊ぼう! おひさまマルシェ

問 おひさまの会 みつばちJapanコ  
ポ企画(五味) ☎090-3564-1834

おはなしリトミック、バルーンア  
ート、クリスタルボウルの音浴など  
を行います。ワークショップは子ど  
もから大人まで楽しめます。

■日時 3月23日(日)  
午前10時～午後2時

■場所 ふれあいセンター広丘  
※申し込み、参加費は不要です。(出  
店ブースは有料)

## 自己分析セミナーin塩尻

問 メンタルカウンセリング・ブレイン  
(田中) ☎070-2643-2516

■対象 中学生以上

■期日および内容

- 3月23日(日) 遺伝的性格
- 4月27日(日) ストレス感受性
- 5月25日(日) 自分の常識
- 6月29日(日) 聴き方の癖
- 7月27日(日) 伝え方の癖
- 8月24日(日) 本当の自分

■時間(2部制)

- 理論コース 午後1時～2時40分
- 実践コース 午後3時～4時40分

■場所 えんぱーく2階会議室

■参加費 各コース1,000円(資料  
代など)

■申し込み方法 右のコ  
ード(ブレインホーム  
ページ)、電話または  
メール(✉koto@brain-tanaka.  
com)でお申し込みください。



■申込締め切り日 各回前日まで

## バドミントン体験教室

問 塩尻市スポーツ協会事務局  
☎0271393

■期日 3月11日(火)・14日(金)・18日  
(火)・21日(金)・25日(火)

■時間 午前9時半～11時

■場所 市立体育館

■定員 各日10人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 ラケット(貸し出し有  
り)、上履き用の運動靴

■申込締め切り日 3月11日(火)

※電話でお申し込みください。

## フレイル予防の学校フレスク

問 フレイル予防の学校フレスク(永井)  
☎050-6873-2123

■対象 フレイル予防に興味がある人

■期日 3月10日(月)・31日(月)

■時間 午後1時半～3時半

■場所 えんてらす

■講師 永井 肇さん(健康運動指  
導士)

■定員 40人

■参加費 500円(運営費)

■持ち物 動きやすい服装、飲み物  
※申し込みは不要です。

## 令和7年度手話奉仕員養成講座

問 塩尻市社会福祉協議会地域福祉推進  
センター ☎02795 ☎025058

■対象 手話を初めて学ぶ人(市内  
在住または在勤の人が優先)

■コースおよび日時

○夜コース 4月16日～8年2月  
4日の毎週水曜日 午後7時～  
9時

○昼コース 4月17日～8年2月  
5日の毎週木曜日 午前10時～  
正午

■場所 市保健福祉センター2階ボ  
ランティア支援室

■講師 塩尻手話講座運営委員会の  
皆さん

■定員 各コース20人(先着順)

■受講料 6,300円(テキスト代を  
含む。別途、動画機材を利用する  
クラウド使用料年間1,760円)

■申し込み方法 電話またはファク  
スでお申し込みください。

■申込締め切り日 4月9日(水)

■託児 昼コースのみ市内在住者は  
無料、市外在住者は1回1,000円  
で託児ができます。

※昼・夜コース共に学習内容は同じ  
ため、同じ週内であれば振り替え受  
講ができます。

## 令和6年度塩尻市自発的活動 支援事業 飯野雄治氏講演会

問 うつりカバリーエンジン(長谷川)  
☎090-4823-7494

■対象 精神疾患の当事者、ご家族、  
支援者、関心のある人 など

■日時 3月15日(土)  
午後1時～4時

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■演題

語り合いがもたらす精神疾患から  
のリカバリー

■講師 飯野 雄治さん(東京都稲  
城市役所職員)

■定員 100人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法  
メール(✉contact@u2recovery.  
org)または右のコー  
ド(Googleフォーム)  
でお申し込みください。

■申込締め切り日 3月14日(金)

## 高齢者生活支援サービスのご案内 ページID:0002746

**問** 介護保険課介護相談係  
☎内線2135、2133

### 配食見守りサービス

栄養改善が必要な高齢者の自宅に食事をお届けし、安否確認をするサービスです。

■対象

住民税非課税世帯かつ世帯員が全員65歳以上

■助成内容 一食当たり200円

### 訪問理美容サービス

理美容院に向くのが困難な高齢者が訪問理美容サービスを利用したときの料金を一部助成します。

■対象

要介護3以上の認定を受けている人

※助成内容などの詳細は、お問い合わせください。

### 介護用品券

おむつなどの介護用品が購入できる介護用品券を支給します。

■対象

要介護4以上の認定を受けている人を介護しているご家族のうち、住民税非課税世帯で市内に住所のある人

■助成内容

1枚2,500円の介護用品券を1カ月当たり3枚支給

### 介護サービス利用助成券

居宅サービスなどの利用料の一部を助成します。

■対象 要介護・要支援認定などを受けている住民税非課税世帯の人

■助成内容

1枚300円の助成券を1カ月当たり6枚支給

### 共通事項

■持ち物 印鑑

■申請方法

市保健福祉センター1階介護保険課または右のコード(市ホームページ)にある申請書に記入の上、申請してください。



**問** 地域共生推進課高齢支援係 ☎内線2127

### 高齢者世帯タクシー利用料金助成券

対象の高齢者世帯の世帯員に対し、通院や買い物などに利用できるタクシー利用料金助成券を交付します。

■対象

自動車などの交通手段を持たない高齢者世帯かつ住民税非課税世帯で次のいずれかに該当する人

○75歳以上で構成される世帯の世帯員

○70歳以上で構成される世帯において、要介護1以上の認定を受けている世帯員

■助成内容

市内の普通車タクシーに利用できる1枚500円の助成券を年間最大30枚交付

※年度途中の申請の場合は、3月までの月割の枚数を交付します。

■持ち物 印鑑

### 寝台タクシー利用料金助成

自宅と医療機関などの間の送迎に、車椅子または寝たまま乗車できるタクシーを利用する場合、助成を受けることができます。※あらかじめ利用者登録の申請が必要です。

■対象

在宅で介護を受けている要介護認定3～5の人

■助成内容

片道料金の半額を年間最大24回まで助成。ただし、1回8,000円を限度とします。

※申請日により最大回数が変わります。

### 共通事項

■申請方法

市保健福祉センター1階地域共生推進課または右のコード(市ホームページ)にある申請書に記入の上、申請してください。



## 第50期塩尻囲碁基本因坊戦

**問** 日本棋院塩尻支部(赤須)  
☎090-3440-5859

■日時 3月23日(日) 午前9時45分から(午前9時受け付け開始)

■場所 塩尻総合文化センター2階大会議室

■内容 ハンディ戦(1組6人のリーグ戦)

■参加費 2,000円(賞品代など。小・中学生は1,000円)

※申し込みは不要です。

## シルバー人材センター入会説明会

**問** 塩尻地域シルバー人材センター  
☎⑤4567

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。センターの仕組みや就業などについて担当者と直接面談ができます。

■日時 3月17日(月) 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。

## 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) ☎⑤8627

■対象 自宅で運動をしたい人、仲間と楽しく運動をしたい人 など

■日時 3月29日(土)  
午前10時～11時45分

■場所 相澤通所リハビリテーション塩尻

■定員 20人(先着順)

■参加費 無料

■申込締め切り日 3月25日(火)

※電話でお申し込みください。

## 社協出前講座 認知症サポーター養成講座

**問** むつみの郷塩尻 ☎③5013  
ふれあいセンター東部 ☎⑦2931

講座に参加して、認知症について正しく理解してみませんか。

■日時 3月20日(木・祝)  
午後1時半～3時

■場所 むつみの郷塩尻1階

■講師 塩尻市社会福祉協議会職員  
※申し込み、参加費は不要です。