



レザンホール

へ行こう！

■問い合わせ先
レザンホール ☎0263③5503



■休館日 3月3日(月)・10日(月)・17日(月)・21日(金)・24日(月)・31日(月)

3月23日(日)

劇団四季ファミリーミュージカル 「ガンバの大冒険」

ガンバと共に未知なる冒険の旅へ！
恐ろしい敵から仲間を救い出すために、
勇気を出し、仲間を信じて。勇敢な姿は、
私たちに強さと優しさを教えてくれます。



大ホール<全指定席>

○大人 5,000円 ○高校生以下 4,000円

※3歳以上有料、3歳未満入場不可

開場 午後3時15分 開演 午後4時

チケット発売中

5月10日(土)

高橋優 LIVE TOUR 2025 「ARE YOU HAPPY？」

1月22日(水)リリースの9thアルバム
「HAPPY」の楽曲を、直接リスナーにお
届けする全国ツアーの開催が決定！



大ホール<全指定席> 8,800円

※4歳以上有料、4歳未満入場不可

開場 午後4時半 開演 午後5時半

チケット発売日未定
※詳細は上のコード(レザンホールホー
ムページ)でご覧ください。

6月14日(土)

角松敏生 TOSHIKI KADOMATSU Performance 2025 “C.U.M” vol.3

時代や世代を超えて支持されるシンガ
ー、角松敏生2025年ライブツアーが決定！



大ホール<全指定席> 10,500円

※3歳以上はチケット必要(座席に座る
場合は、3歳未満でもチケットが必要)

※オークションによる転売禁止

開場 午後4時半 開演 午後5時半

チケット発売日 3月29日(土)
初日の窓口販売はありません。
※詳細は上のコード(レザンホールホー
ムページ)でご覧ください。

ユメックスアリーナ

YOUMEX ARENA

イベント情報

令和7年度スクール情報

バスケットボールやジュニアバドミントンなどで楽し
く汗を流しませんか。1回のみ無料で体験できます。

■期日 4月以降の月～木曜日(火曜日は隔週)

■場所 ユメックスアリーナ内

■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。

■申込期間 随時

※各スクールの詳細は、右のコード(ユ
メックスアリーナホームページ)でご覧
ください。

※対象、時間、定員(先着順)、参加費、
その他の持ち物は各スクールで異なります。

※定員になり次第、キャンセル待ちとなります。



令和7年度スタジオ有料プログラム情報

ZUMBAやヨガなどに参加して体を動かしませんか。予
約制ではないため、気軽に参加することができます。

■対象 18歳以上

■期日 4月以降の月～金曜日(火曜日を除く)

■場所 ユメックスアリーナスタジオ

■定員 各15人(先着順)

■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。

■申込期間 実施日当日の午前8時半から

※各プログラムの詳細は、左のコード(ユメックスア
リーナホームページ)でご覧ください。

※時間、参加費、その他の持ち物は各プログラムで異な
ります。

問 ユメックスアリーナ

☎0263②3800

※最新情報は、右のコード(ユメックス
アリーナホームページ)でご覧ください。





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
3月11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
3月11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
3月12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
3月6日(木)・13日(木)・27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 ☎②0871
3月27日(木) 午後1時～4時 市保健福祉センター

★求職者のための心の健康相談 ハローワーク松本 ☎⑦0111
3月21日(金) 午後1時～3時 市保健福祉センター

★若年者就労相談 商工課 ☎②0871
3月27日(木) 午後1時半～4時半 市保健福祉センター

人権なんでも相談 企画課 ☎内線1354
3月14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
3月26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
3月19日(水) 午後4時～5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
3月6日(木) 午後1時半～3時半 市保健福祉センター

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1階 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2階 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2階 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1階 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1階 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1階 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1階 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 ☎⑤2588
えんぱーく4階 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2階 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	☎
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			
3月2日(日)	緑ヶ丘青木医院	広 丘	⑤3777
3月9日(日)	赤羽医院	広 丘	⑤4864
3月16日(日)	荒井内科小児科医院	吉 田	⑤83646
3月20日(木)	今井医院	吉 田	⑤81165
3月23日(日)	ひろおか上條クリニック	広 丘	⑤3372
3月23日(日)	吉田原耳鼻咽喉科	吉 田	⑤0711
3月30日(日)	もみの木こどもクリニック	広 丘	⑤10753
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			
3月2日(日)	鴨居歯科医院	大 門	⑤0118
3月9日(日)	かわしま歯科医院	大 門	③5050
3月16日(日)	小松歯科医院	北小野	0266④3880
3月23日(日)	さいわい歯科医院	大 門	③2058
3月30日(日)	清水歯科クリニック	広 丘	⑤15160

期 日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 午前9時～午後6時			
3月2日(日)	みどりヶ丘薬局	広 丘	③8488
3月9日(日)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	⑤15311
3月16日(日)	小松薬局	大 門	⑤0430
3月20日(木)	みらい薬局	吉 田	⑧2383
3月23日(日)	立石薬局	大 門	⑤1160
3月30日(日)	西村薬局	大 門	⑤5808

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>



市外の当番医