



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 6月2日(月)・9日(月)・16日(月)・23日(月)・30日(月)

7月23日(水)・24日(木) れざんカラオケ歌謡祭2025

二日間連続でお送りする、カラオケ愛好家140人による大歌謡祭。4人のゲスト歌手が花を添えます(ゲスト歌手出演日、時間は未定)。



川野 夏美



花咲 ゆき美



津吹 みゆ



こおり 健太

中ホール<全席自由>

開場 9:00 開演 9:30

入場無料(両日)

7月27日(日) 仮面ライダースーパーライブ2025 「ガヴ」

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



大ホール<全指定席>

○前売り 3,800円 ○当日 4,000円

※3歳未満は膝上での鑑賞無料(座席に座る場合は3歳未満でもチケットが必要)

開場 ①9:45 ②13:15

開演 ①10:30 ②14:00

チケット発売中

8月30日(土) 玉川奈々福 第一回塩尻独演会

浪曲…それは古くて新しい、一人語りのミュージカル！ 聴る！ 語る！ ソウルフル！ 必聴必見です。



中ホール<全指定席> 3,000円

※未就学児入場不可

開場 13:15 開演 14:00

チケット発売中

ユメックスアリーナ

YUMEX ARENA

イベント情報

ミズノ・スポーツ塾【第2期】参加者募集

運動や体を動かすことを好きになるきっかけづくりや、運動発達に必要な基本動作(投げる、走る、跳ぶなど)を身に付けていきます。

■対象 ○幼児クラス 年中児および年長児
○小学生クラス 小学1～3年生

■期日 7月8日(火)・22日(火)・29日(火)、8月26日(火)、9月9日(火)(全5回)

■時間 ○幼児クラス 16:30～17:30
○小学生クラス 17:45～18:45

■場所 ユメックスアリーナサブアリーナA

■講師 ミズノスタッフ

■定員 各クラス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 5,500円(保険代など)

※一回のみ無料体験会を実施中です。

■持ち物

運動できる服装、室内用靴、飲み物、タオル
※見学者も室内用靴をお持ちください。

■申し込み方法 ユメックスアリーナ受付で、随時申し込みができます。

アリーナの個人利用ができます

予約不要で、家族や友人と気軽にバドミントンや卓球を楽しみませんか。一部、利用不可の日があります。

■日時 祝日を除く月～金曜日 9:00～15:00

■場所 ユメックスアリーナメインアリーナA

■種目 バドミントン、卓球

※二人以上でご利用ください。

■料金

○市内在住・在勤の人 200円(一人1時間)

○市外在住の人 250円(一人1時間)

○バドミントン器具貸出 100円(一組)

○卓球器具貸出 100円(1台)

※ラケットは無料、ボール、シャトルは有料です。

■持ち物 市内在住または市内在勤が分かるもの

■申し込み方法 ユメックスアリーナ受付で、随時申し込みができます。

※来館された時間順で、1時間単位でご利用できます。

問 ユメックスアリーナ
☎0263⑤3800

※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。
市役所 ☎0263⑤0280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198

6月17日(火) 13:00～16:00 塩尻総合文化センター

★公証相談 市民課 ☎内線1198

6月17日(火) 13:30～15:00 塩尻総合文化センター

行政相談 市民課 ☎内線1198

6月11日(水) 13:00～15:00 塩尻総合文化センター

★法律相談 市民課 ☎内線1198

6月12日(木)・19日(木)・26日(木) 13:00～16:00 塩尻総合文化センター

★労働問題全般相談 商工課 ☎⑤0871

6月19日(木) 13:00～16:00 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 ☎⑦0111

6月19日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就労相談 商工課 ☎⑤0871

6月26日(木) 13:30～16:30 えんぱーく

人権なんでも相談 企画課 ☎内線1354

6月1日(日)・13日(金) 13:00～16:00 塩尻総合文化センター

★こころの健康相談 健康づくり課 ☎⑤0858

6月30日(月) 14:00～17:00 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

6月18日(水) 15:30～16:30 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

6月12日(木) 13:30～15:30 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 ☎⑤0858

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 ☎⑤0858

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 ☎⑤0891

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 ☎⑤7313

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 ☎⑤5588

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 9:00～17:00			

医 科	6月1日(日)	塩尻病院	大 門	⑤0145
	6月1日(日)	上條医院耳鼻咽喉科	大 門	⑤8722
	6月8日(日)	横山内科医院	大 門	⑤3181
	6月15日(日)	広仁堂医院	広 丘	⑤1520
	6月22日(日)	百瀬医院	大 門	⑤0286
	6月29日(日)	塩尻協立病院	塩尻東	⑤5353
	夜間緊急医	夜間急病センター (19:00～22:00) ※時間が変わりました。	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 9:00～12:00			

歯 科	6月1日(日)	にこり歯科医院	広 丘	⑧7696
	6月8日(日)	松井歯科医院	洗 馬	⑤41062
	6月15日(日)	細川歯科第2診療所	広 丘	⑤9213
	6月22日(日)	細川歯科医院	大 門	⑤0339
	6月29日(日)	三野歯科医院	広 丘	⑤1532

	期 日	医療機関名	所在地	☎
薬 局	開局時間 9:00～18:00			
	6月1日📅	上條薬局	大 門	⑤41530
	6月8日📅	青い鳥薬局大門口	大 門	⑤7800
	6月15日📅	広丘駅前とをしや薬局	広 丘	⑤48864
	6月22日📅	しらかばのみち薬局	大 門	⑤6360
	6月29日📅	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	⑤5311

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