

# 広報 塩尻

SHIOJIRI

2025

9月号

No.1208

## 認知症の人と その家族を 支える人がいる

### 【トピックス】

- ② 特集 やすらぎ支援員
- ⑥ 全員参加の国勢調査
- ⑧ 後世に伝える平和の尊さ
- ⑩ 人事行政のお知らせ

広報塩尻は、令和7年全国広報コンクールで県代表に選ばれました。

—特集—

# やすらぎ支援員

## 認知症の人とその家族を支える

## 心の安らぎ

厚生労働省の推計によると、認知症と軽度認知障害（MCI）の有病率は約28%。4人に1人は認知機能の低下と向き合うとされています。今回は、認知症になっても安心して住み慣れた地域で暮らしていくことを支える「やすらぎ支援員」を特集します。

問

介護保険課 介護相談係

☎0263⑤0280 内線2133

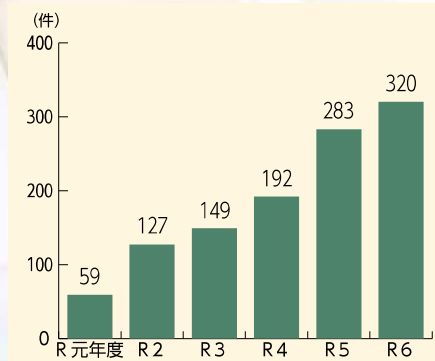
**地域包括支援センターへの相談が増加**

近年、日本では認知症の高齢者が増加しています。厚生労働省の推計によると、今年には認知症の人は約471万人、軽度認知障害の人は約564万人、合わせて約1035万人になるとされ、65歳以上の約4人に1人が認知機能の低下に向き合うこととなります。

私たちの住む本市でも例外ではありません。令和6年度の市地域包括支援センターで受けた認知症に関する相談件数は、元年度の5.4倍に増えており（左グラフ参照）、今後とも相談件数は増加する見込みです。

認知症になっても、住み慣れた場所です。安心して暮らし続けられる地域。それは、地域住民の理解と温かい支えがある場所です。そのような地域であれば、認知症の人とその家族は

市地域包括支援センターへの相談件数



出典：市地域包括支援センター

安心して暮らすことができるのではないのでしょうか。

**やすらぎ支援員と心の支え合い**

本市では、地域で認知症の人とその家族を支える体制として、「塩尻市やすらぎ支援員派遣事業」を進めています。やすらぎ支援員とは、認知症についての基礎知識や接し方を学ぶ二つの講座を修了し、訪問支援活動に意欲があり、市に登録している人です。本人や家族の話し相手となり、ひとときの安らぎの時間を持つことで、地域で安心して暮らせるような支援を行っています。

認知症の人にとっては、日々の「人との関わり」が安心や自信につながり、生活の喜びや生きがいとなります。やすらぎ支援員の支援では、「支える人」と「支えられる人」という一方通行の関係ではなく、つながり合い、支え合える関係を本人や家族と築き上げることができます。

また、本市では、認知症について学べる機会や、認知症の人とその家族が気軽に集える「オレンジカフェ」など、多くの支援の場を設けています。市民の皆さんが認知症を理解し、地域の中で声を掛け合い、つながり合うことで、認知症になっても安心して暮らせるまちになっていきます。皆さんも、やすらぎ支援員の活動を知り、できることから始めてみませんか。

# やすらぎ支援員になるには

やすらぎ支援員になるには、認知症について理解し、認知症の人との接し方を学ぶ二つの講座を受講します。二つの講座や登録手続きなどを紹介します。

## 認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かい目で見守る「支援者」を養成する講座です。毎月開催している講座のうち、1回受講してください。

■期日 9月20日(土)、10月11日(土)、11月15日(土)、12月13日(土)、8年1月10日(土)、2月21日(土)、3月7日(土)

■場所 ふれあいセンター広丘

■参加費 無料

■申込締め切り日 各開催日2日前

※デイサービスセンターつくしの郷 (☎0263-54-0294)

に電話でお申し込みください。

※開催時間などの詳細は、お問い合わせいただくか右のコード（市ホームページ）をご覧ください。



## 認知症サポーターステップアップ講座

認知症の知識をさらに深め、地域で認知症の人を支援する活動に生かしていただくための講座です。

■対象 講座を全日程受講でき、次のすべてを満たす人  
○認知症サポーター養成講座を受講したことがある  
○認知症について学び、地域でできる範囲の手助けをしたいという意欲がある

■定員 10人 ■参加費 無料

■持ち物 筆記用具

■申込締め切り日 9月12日(金)

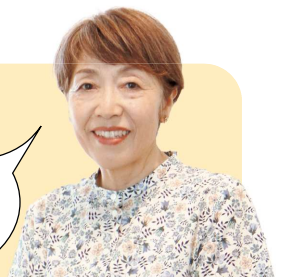
※介護保険課 (☎0263②0280 内線2132) に電話でお申し込みください。

※詳細は右のコード（市ホームページ）をご覧ください。



### 講座受講者の声

周りの受講生から良い刺激をもらえる機会だと思います！



高砂 泰子さん(大門三番町)

### 日時、内容および場所

| 講座 | 日時                      | 内容           | 場所             |
|----|-------------------------|--------------|----------------|
| 1  | 10月25日(土)<br>9:30~12:00 | 開講式、講座       | ふれあいセンター<br>広丘 |
| 2  | 講座1でお伝えします。             | オレンジカフェの参加   | 市内のオレンジカフェ     |
| 3  |                         | 認知症デイサービスの見学 | 市内のデイサービス事業所   |
| 4  | 12月6日(土)<br>13:30~16:00 | 講座、修了式       | ふれあいセンター<br>広丘 |

## やすらぎ支援員の活動希望 市に登録

訪問によるボランティア活動に意欲があり、認知症サポーターステップアップ講座を修了した人は、「やすらぎ支援員」として活動できます。やすらぎ支援員として市に登録し、自宅や外出先に派遣します。活動に合わせて報酬が出ます。

登録は、デイサービスセンターつくしの郷で受け付けています。登録の際には、履歴書の提出と面接があります。

## やすらぎ支援員の利用希望 市に申請

■対象 市内の認知症の人や介護する家族

■利用時間 おおむね週1回1時間半程度

■利用料 無料

■申請方法 市保健福祉センター1階介護保険課介護相談係、各地域包括支援センター、ケアマネジャーにご相談ください。

※派遣先や希望時間などにより、派遣に対応できない場合があります。

# 本人や家族の心を支える

認知症の人とその家族が安らげる時間を持てるよう、支えてくれる人がいます。心を支える「やすらぎ支援員」に、活動への思いを聞きました。

## 支援者の視点



やすらぎ支援員  
村石 恭子さん（野村）

### 気さくに会話できることが大切

やすらぎ支援員になろうと思っ

たきっかけは、認知症サポーター養成講座のお知らせを見つけて参加したことでした。住み慣れた地域でお手伝いがしたいという気持ちはあっても、何から始めていいのかわかりませんでした。塩尻市でできることの情報を集めようと思い講座に参加しました。講座の中でデイサービスでの体験があり、やすらぎ支援員の活動を知り、講座修了後に支援員の登録をしました。

週に1回、自宅に何って話して相手になる「話を聴く傾聴ボランティア」です。相手の話を聴くことが中心ですが、雑談する場面もあり、会話で意思疎通がうまくできなくて悩むこともありました。そんな時には気持ちを切り替えて、気さくに会話がで

きるように「心の居心地」を意識して、ご本人と向き合えるように心掛けています。気さくに話ができ、お互いを信頼した関係を築くことには、時間が必要ですから。また、自宅訪問時に普段と違う様子に気付いたら、市に報告してケアにつながるよう見守り活動をしています。

ご家族やご本人と話して、自然に笑みがこぼれる時は、支援して良かったと思うひとときです。

### まずは気軽にオレンジカフェから

こういった活動に興味がある方は、オレンジカフェの交流体験はいかがでしょう。レクリエーションがあり、参加しやすいと思います。サポーター養成講座を受講して、やすらぎ支援員としての活動を考えていただけるとうれしいです。

## 認知症のことで困った時の相談窓口

家族や自分、近隣の人などのことで「不安だな」「心配だな」と思うことがあれば、ご相談ください。

**中央地域包括支援センター（大門、塩尻東、北小野地区）**

■電話番号 ☎0263⑤0280 内線2132

■場所 市保健福祉センター

**西部地域包括支援センター（宗賀、洗馬、榎川地区）**

■電話番号 ☎0263⑧9005

■場所 デイサービスセンターすがのの郷内

**北部地域包括支援センター（片丘、高出、広丘、吉田地区）**

■電話番号 ☎0263⑧3314

■場所

地域密着型特別養護老人ホームこまくさ野村茨池内

**ふれあいセンター広丘（要予約）**

■相談時間 毎月第1土曜日・第3木曜日 13:00～15:00

■電話番号 ☎0263⑤5070

## ファイブ・コグ検査

記憶力や注意力など五つの機能の状態を知る「ファイブ・コグ検査」を受けてみませんか。

■対象 65歳以上

■場所および日時

| 場所    | ふれあいセンター広丘<br>集会室1・2    | 市保健福祉センター<br>3階市民交流室     |
|-------|-------------------------|--------------------------|
| 検査日時  | 10月7日(火)<br>14:00～15:00 | 11月28日(金)<br>10:00～11:00 |
| 結果説明会 | 11月4日(火)<br>14:00～15:00 | 12月17日(火)<br>10:00～11:00 |

■参加費 無料

■申し込み方法

市保健福祉センター1階介護保険課介護相談係または  
電話（☎0263⑤0280 内線2122）でお申し込みください。

※認知症かどうかを診断する検査ではありません。

# 安らげる時間を持てる

認知症の人とその家族と、やすらぎ支援員の交流を身近で見守るケアマネジャーに利用者の反応などを聞きました。

## 利用者の視点



居宅介護支援事業所社協ふれあい  
ケアマネジャー 笠原 裕子さん

### 本人や家族の安らぎにつながる

**私**が担当している一人暮らしの方の中にも、やすらぎ支援員の訪問を待っている方がいます。その方は、デイサービスにも通っているため、利用日が重ならないように調整し、週1回やすらぎ支援員が自宅を訪問する時間をつくっています。認知症があるため、前に話した内容などは忘れてしまうこともあります。が、ご家族からは会話の時間を楽しんでいると聞いています。週1回のこの時間は、ご本人にとってもご家族にとっても、安心できる必要な時間だと思っています。

来るので、見守りにもなっています。以前には、やすらぎ支援員がいる時に訪問営業が来て、支援員が対応してくれたことがあったと聞きました。やすらぎ支援員が定期的に来ることは、ご本人にもご家族にも安らぎにつながっています。ご本人もやすらぎ支援員も市内で生活しているので、共通の話題が見つけやすく、話しやすい関係がつかれるかもしれませんね。

### やすらぎ支援員が増えてほしい

現在、やすらぎ支援員として活動している人は多くないので、活動する人が増えてほしいですね。やすらぎ支援員は週に1回訪問してくださるので、認知症のあるその方にとって日常の一部になっていて、良い信頼関係が築けていると思います。

## 認知症について相談できるオレンジカフェ

認知症の人やその家族が安心して集える、認知症についての不安や悩みを気兼ねなく相談できる場所です。申し込みは不要です。

### オレンジカフェふれひろ

- 期日 毎月第1土曜日・第3木曜日
- 時間 13:00～15:00
- 場所 ふれあいセンター広丘
- 参加費 100円
- 問い合わせ ☎0263⑤5070

### オレンジカフェ・イースト

- 日時 毎月第3水曜日 13:30～15:30
- 場所 ふれあいセンター東部
- 参加費 200円
- 問い合わせ ☎0263⑤0280 内線2131（介護保険課）

### オレンジカフェ洗馬

- 日時 毎月第4金曜日 13:30～15:30
- 場所 ふれあいセンター洗馬
- 参加費 100円
- 問い合わせ ☎0263⑤3333（介護保険課）



5年に一度

全員参加の

## 国勢調査

5年に一度、全国すべての人を対象に実施される「国勢調査」。地域の人口や暮らしの実態を把握し、福祉・防災・まちづくりなど、さまざまな施策に活用されます。今回は、調査の目的や方法、簡単・安心・便利なインターネット回答などについてお伝えします。

問 企画課 企画係 0263-520757

# いざ、国勢調査!

インターネットで  
かんたん便利に!



ポケモ調査?!



国勢調査 2025

調査期日 2025年10月1日

### 国勢調査の結果は まちづくりに活用される

国勢調査は、「日本に今、どのような人が、どこで、どのように暮らしているのか」を明らかにするための、大規模な統計調査です。調査は1920（大正9）年から5年ごとに行われ、今年で22回目となります。

調査の目的は、行政の基礎となる人口や世帯数を正確に把握し、男女や年齢、働いている業種、家族構成や住まいの状況などを明らかにすることです。この結果は、選挙区の区割りや地方交付税の算定根拠となる法定人口として使われます。その他にも、高齢者や子育て世帯への支援、災害時の避難計画や防災対策、公共交通や道路の整備計

画など、さまざまな分野で活用されます。

なお、国勢調査では、マイナンバーや金融機関の口座番号をお聞きすることはありません。不審な訪問や問い合わせがあった際は、市企画課にご連絡ください。

### 調査は「ふだん住んでいる場所」で行います

国勢調査では、住民票のある自治体に関わらず「ふだん住んでいる場所」で調査を行います。ふだん住んでいる場所とは、10月1日時点で3カ月以上住んでいる、または、3カ月以上住むことになっている場所です。

このような場所が無い人は、10月1日時点にいた場所で調査が行われます。

## 調査項目は全部で16

16項目すべてが大切な情報です。調査票の記載内容に誤りがあると集計結果に影響が出るため、すべての調査項目を正しく記入してください。

### 世帯について

1 世帯の種類 2 世帯員の数 3 住居の種類 4 住宅の建て方

### 世帯員全員について

5 氏名と性別 6 世帯主との続柄 7 出生の年月 8 配偶者の有無  
9 国籍 10 現在の場所に住んでいる期間 11 5年前の居住地 12 直近の就業状況 13 従業地または通学地 14 従業上の地位 15 勤め先などの名称および事業の内容 16 仕事の内容

# 調査の流れ

9月20日(土)～30日(火)

- 調査票やインターネット回答IDなどの調査書類を配布
- 調査員が使用する名簿作成のため、世帯主の氏名の聞き取り

## 訪問する調査員はどんな人？

調査員は、市が推薦し、総務大臣に任命された「非常勤の国家公務員」です。

世帯を訪問する際、調査員証（顔写真付き）を身に付けています。



調査員証



調査書類入れ



10月1日(水)～8日(水)

- 調査票の記入および提出
- 回答（方法は次の三つ）
  - ・インターネット回答
  - ・郵送で提出
  - ・調査員に提出



## インターネットでの回答が簡単・便利です

インターネット回答なら、24時間いつでも自分の都合に合わせて回答でき、入力も簡単で、**10分程度**で完了する人がほとんどです。

また、インターネットで回答することで、紙の調査票を提出する必要がなくなり、調査員との対面も不要で便利です。

**なお、インターネット回答は、調査書類が配布されたらすぐに回答ができます。**



10月8日(水)

回答または提出締切

## 余裕を持った回答にご協力ください

郵送で提出の場合は、10月8日(水)までにポストに入れてください。



### 4コマ漫画で見る国勢調査

市内の大学生が描いた4コマ漫画で、国勢調査について知ることができます。右のコード（市ホームページ）でご覧ください。



### 国勢調査の詳細はこちら

国勢調査の目的や趣旨などをお知らせするページを作成しています。詳細は右のコード（市ホームページ）でご確認ください。



### 調査についてのお問い合わせは、 国勢調査コンタクトセンター

チャット自動応答でお答えします。  
土・日曜日、祝日を含む24時間対応しています。



### 電話でのお問い合わせ

☎0570-02-5901（IP電話の場合は☎03-6628-2258）

■受付時間 9:00～21:00

※土・日曜日、祝日も利用できます。

# 後世に伝える 平和の尊さ

8月5日(火)・6日(水)に、市内中学校の生徒による広島平和教育研修を行いました。研修の様子と参加した生徒の平和への思いをお伝えします。

問 総務人事課 行政係 0263(52)0280 内線1312

## 中学生が体感する広島歴史

本市では、平和で明るく住みやすい郷土の発展を願って、昭和60年に「平和都市推進の宣言」をしました。また、平成6年度からは広島平和教育研修を行っています。

この研修は、市内の中学校の生徒が戦争の悲惨さや平和の尊さについて現地で学ぶとともに、広島市で開催される平和記念式典に参加するものです。平和のために自分にはどん

なことができるか、そして戦争や核兵器の悲惨さをどのように後世に伝えていくかなどに思いを巡らせます。

## 平和への思いを伝える

## 「平和祈念のつどい」

戦後80年が経過し、戦争を知らない世代が大多数を占めるようになりました。広島市を訪れ、原爆被爆者からの講話や資料館の見学などを通じて、平和の尊さ、戦争や核兵器の悲惨さを感じた中学生。8月11日(月・祝)に市保健福祉センターで行われた「平和祈念のつどい」では、それぞれが感じた平和への思いを発表しました。

また、長崎に投下された原爆により被爆された橋本富太郎さんを講師に迎え、戦時中の様子や平和の大切さ、戦争のひどさを伝えていただき、平和について考える一日となりました。

## 主な研修日程

### 8月5日(火)

- 中・高校生ピースクラブの皆さんによる原爆被害の説明と原爆被爆者による被爆体験の講話
- 原爆の子の像へ折り鶴の奉納
- 広島平和記念資料館の見学

### 8月6日(水)

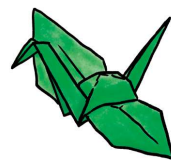
- 平和記念式典に参加
- 平和記念公園と原爆ドームの見学



- 平和記念公園内を散策し、原爆ドームを見学しました。
- 原爆で亡くなった子どもたちの霊を慰め、平和を呼び掛けるために建立された「原爆の子の像」に折り鶴をささげました。
- 広島平和記念資料館を見学。資料の一つ一つから、原爆のすさまじさ、恐ろしさを感じました。
- 「平和祈念のつどい」では、長崎平和推進協会の継承部会に所属している橋本富太郎さんによる講演と、中学生による研修報告を行いました。

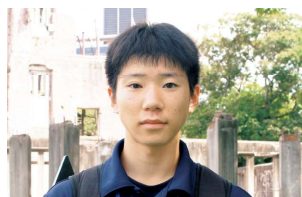
- ユース・ピース・ボランティアのメンバーから、原爆の仕組みや爆発することでのどのような被害が発生するのかなどの説明を受けました。
- 全国から小・中学生や高校生が集まり、「あなたの地元では、第二次世界大戦中にどのような被害を受けましたか」などをテーマにグループディスカッションをしました。

# 研修に参加した中学生が語る 平和への思い



広島平和教育研修に参加した12人の中学生の皆さんが、研修を通して感じた思いを紹介します。

## 塩尻中学校



本田 大樹さん

原爆が投下された当時の広島  
島の状況を学び、被爆者のお  
話から、戦争の悲惨さや、戦  
争をなくしたいという強い思  
いが伝わってきました。二度  
と同じ過ちを繰り返さないよ  
うに、被爆者や遺族の思いを  
受け継ぎ、戦争の悲惨さや恐  
ろしさを伝えていきたいです。



川口 諒恭さん

平和記念式典では、犠牲者  
への哀悼の意が込められ、黙  
とうの瞬間には深い静けさと  
ともに、戦争の悲劇を忘れな  
いことの大切さを学びました。  
この式典を通じて、平和の尊  
さを実感し、未来のために平  
和を守り続ける責任を感じま  
した。

## 丘中学校



齊藤 劉斗さん

自分だけ良ければいいとい  
う考えは良くない結果につな  
がり、相手を思いやる心や行  
動は良い結果につながると考  
えました。自分の学んだこと  
を家族や友達に話して、広島  
での出来事を忘れず日々の行  
動から相手のことを考える人  
が増えたらいいと思います。



蜜澤 有紗さん

人の嫌なところを見るので  
はなく、人の良いところに目  
を向けることや、感情のまま  
に行動する前に、自分で制御  
することが大切だと理解でき  
ました。あいさつや思いやり  
など小さいことを少しずつ積  
み上げることで、平和の実現  
につながると信じています。

## 広陵中学校



佐倉 夢さん

私はもっと多くの人に平和  
の大切さを伝えたいと思いま  
した。まずは学校や家庭で話  
し合い、平和について考える  
時間を持つこと。自分自身が  
日々の生活で相手を思いやる  
行動を積み重ねることが、未  
来の平和につながると信じて  
います。



高野 耀司さん

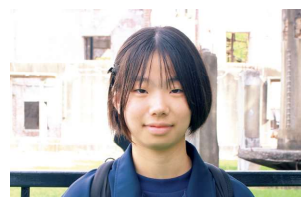
「自分の考えは正しい」「相  
手のことなどどうでもいい」  
という自己中心的な考え方が  
大きくなり、戦争を起こして  
しまう。広島で起きた出来事  
が世界各地でもう二度と起き  
ないよう、平和の尊さ、互い  
に尊重し合うことを後世に語  
り継いでいきたいと思っています。

## 塩尻西部中学校



市瀬 瑛太さん

この二日間を通して僕が平  
和のためにできると思ったこ  
とは、学んだ原爆の悲惨さを  
次世代に伝えていくこと。そ  
して、もし相手と違う考えだ  
ったとしても、それを受け入  
れ話し合うことです。そうす  
ることで、平和に近づくこと  
ができると思います。



青柳 結為さん

戦争がいかに残酷で、平和  
がどれだけ大切か知ることが  
できました。広島で起こった  
悲惨な出来事を人々に伝える  
ことや、力ではなく話し合い  
を大切にすること、お互いを  
知り理解し合うことを大切  
にし、何か一つでも平和のため  
の行動をしていきたいです。

## 両小野中学校



河西 咲世子さん

研修を通して、平和の大切  
さを強く感じました。原爆や  
戦争の悲惨さを知ることで、  
争いのない世界を作るために  
自分たちにできることを考え  
るきっかけになりました。こ  
れからも平和について学び続  
け、周りの人にも伝えていき  
たいと思います。



吉江 悠香さん

被爆者の体験談を聞くこと  
で、戦争がいかに多くの人々  
の人生を奪い、深い苦しみを  
もたらしたのか知り、深く心  
を打たれました。戦争の記憶  
を風化させることなく、平和  
な社会を守っていくために、  
自分にできることを考え、行  
動していきたいと思っています。

## 榎川小中学校



宮原 琴美さん

思いやりの心を大切にし、  
個性や意見を真っ向から否定  
するのではなく、受け入れ、  
尊重すること。仲間を思いや  
り行動することが大切だと改  
めて感じました。この研修で  
学んだことを行動に移しなが  
ら、身近なところから私なり  
の平和を広げていきたいです。



石本 真桜さん

平和を切に願う広島の人に  
触れ、互いに手を取り合って  
助け合うことの大切さと、武  
器を取らないことを伝えた先  
人たちの姿を知ることができ  
ました。身近な人に今回見聞  
きたことを伝え、武器を持  
たない平和な未来の実現につ  
ながっていきたくて思いました。



# 人事行政の

## 状況をお知らせします

市の人事行政を市民の皆さんにご理解いただくために、「塩尻市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、職員数や給与、服務などの状況について公表します。

※市ホームページ（ページID:0002242）でも公開予定です。

問 総務人事課 職員係  
直 0263-0604

### 職員数および任免の状況

#### ▼部門別職員数の状況と主な増減理由

各年4月1日現在

| 部門            | 令和7年度          | 令和6年度          | 前年比 | 増減理由       |
|---------------|----------------|----------------|-----|------------|
| 一般行政<br>(※1)  | 423人           | 417人           | 6人  | 事務事業の増加など  |
| 教育<br>(※2)    | 82人            | 82人            | —   | —          |
| 公営企業等<br>(※3) | 51人            | 52人            | △1人 | 事務事業の見直しなど |
| 合計<br>(定数)    | 556人<br>(593人) | 551人<br>(593人) | 5人  | —          |

※1 議会、総務・企画、税務、労働、農林水産、商工、土木、民生、衛生の職員総数

※2 教育委員会に関わる職員数

※3 国民健康保険事業、介護保険事業、水道事業などの職員総数  
※合計欄の（定数）は、塩尻市職員定数条例に規定する定数

#### ▼採用および退職の状況

各年4月1日現在

| 区分   | 令和7年度 | 令和6年度 | 令和5年度 |
|------|-------|-------|-------|
| 採用者  | 27人   | 22人   | 16人   |
| 退職者  | —     | 24人   | 14人   |
| 再任用者 | 24人   | 19人   | 20人   |

※退職者は各年度末現在

### 特別職給料、議員報酬の状況

令和7年4月1日現在

| 区分  | 月額       | 期末手当支給割合     |
|-----|----------|--------------|
| 市長  | 914,000円 |              |
| 副市長 | 756,000円 |              |
| 教育長 | 631,000円 | 6月期 1.725月分  |
| 議長  | 488,000円 | 12月期 1.725月分 |
| 副議長 | 425,000円 | 計 3.45月分     |
| 議員  | 402,000円 |              |

### 職員の平均給与月額、初任給等の状況

#### ▼職員の平均年齢、平均給料・給与月額

各年4月1日現在

| 区分         | 令和7年度    | 令和6年度    |
|------------|----------|----------|
| 平均年齢       |          |          |
| 一般行政職(※3)  | 40.4歳    | 40.4歳    |
| 技能労務職(※3)  | 53.0歳    | 52.6歳    |
| 平均給料月額(※1) |          |          |
| 一般行政職      | 320,253円 | 308,480円 |
| 技能労務職      | 282,283円 | 271,930円 |
| 平均給与月額(※2) |          |          |
| 一般行政職      | 398,457円 | 392,047円 |
| 技能労務職      | 309,501円 | 300,175円 |

※1 職員の基本給の平均

※2 給料月額と毎月支払われる扶養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当など諸手当の合計額の平均

※3 自治体間の比較などのために国が定めた分類基準で、「一般行政職」は、税務職、薬剤師・医療技術職、看護・保健職、福祉職、企業職、教育職、技能労務職を除いた職員。「技能労務職」は、学校の給食調理員

#### ▼職員の初任給

令和7年4月1日現在

| 区分    | 月額           |
|-------|--------------|
| 一般行政職 |              |
| 大学卒   | 220,000円(上級) |
| 高校卒   | 188,000円(初級) |

※( )内は試験区分

#### ▼職員給与費(令和7年度普通会計(※1)予算)

| 区分      | 金額             |
|---------|----------------|
| 給料      | 1,908,184,000円 |
| 職員手当    | 451,143,000円   |
| 期末・勤勉手当 | 848,346,000円   |
| 計(A)    | 3,207,673,000円 |

○職員数(B) 551人(※2)

○一人当たり(A/B) 5,821,548円

※1 自治体間の財政比較などのための全国統一的な会計区分。本市の普通会計は、一般会計（市税などが主な財源）のみとなります。

※2 普通会計上の職員数のため、全職員数とは異なります。

## 職員の手当の状況

### ▼期末手当、勤勉手当

令和6年度

| 区分   | 支給割合                     |
|------|--------------------------|
| 期末手当 | 6月期 1.225月分 12月期 1.275月分 |
| 勤勉手当 | 6月期 1.025月分 12月期 1.075月分 |

### ▼退職手当

令和7年4月1日現在

| 区分    | 支給割合                             |
|-------|----------------------------------|
| 勤続20年 | 自己都合 19.6695月分 早期・定年 24.586875月分 |
| 勤続25年 | 自己都合 28.0395月分 早期・定年 33.27075月分  |
| 勤続35年 | 自己都合 39.7575月分 早期・定年 47.709月分    |

※この他に役職別の貢献度に応じた調整額を加算

### ▼時間外勤務手当(令和6年度普通会計決算)

| 区分            | 金額           | ※勤務1時間につき、給料月額を基本とした時間単価の125～160%を支給 |
|---------------|--------------|--------------------------------------|
| 支給実績          | 148,420,000円 |                                      |
| 職員一人当たり平均(年額) | 334,279円     |                                      |

### ▼その他の主な手当

令和7年4月1日現在

| 区分                  | 支給内容                                                                                                                                                                                      |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 扶養手当                | ○配偶者 月額3,000円 ○子 月額11,500円<br>○父母等 月額6,500円                                                                                                                                               |
| 地域手当                | 給料、管理職手当および扶養手当の月額の合計額の5%                                                                                                                                                                 |
| 寒冷地手当<br>(11月～翌年3月) | ○世帯主である職員で扶養親族のある者 月額19,800円<br>○世帯主である職員で上記以外の者 月額11,400円<br>○その他の職員 月額8,200円                                                                                                            |
| 住居手当                | 借家、間借りなどの場合 月額27,000円限度<br>(市外に居住する職員は月額13,000円限度)                                                                                                                                        |
| 通勤手当                | ○交通機関など利用者の場合 通勤に要する運賃相当額など<br>○交通用具利用者の場合 片道2km以上で月額2,000円から(60km以上は31,600円限度)<br>○上記合計の上限 月額150,000円                                                                                    |
| 管理職手当               | ○部長 月額75,000円 ○参事 月額71,000円<br>○副事業部長、次長 月額56,000円<br>○課長 月額47,000円または51,000円                                                                                                             |
| 特殊勤務手当              | ○税務事務等従事手当 日額250円<br>○防疫等作業従事手当 日額500円<br>○福祉業務手当 月額2,500円<br>○保健指導従事手当 日額250円<br>○犬猫等死体処理作業手当 1件500円<br>○行旅病人取扱手当 1件2,000円<br>○行旅死亡人等取扱手当 1体4,000円<br>○用地交渉手当 日額250円<br>○保育業務手当 月額1,500円 |

## 職員のサービスの状況

令和6年度

| 区分             | 件数  |
|----------------|-----|
| 職員の営利企業等従事許可件数 | 27件 |

※国の統計調査に伴う調査員としての従事など

## 職員の勤務時間とその他の勤務条件の状況

### ▶勤務時間(標準)

8:30～17:15(週38時間45分)

### ▶年次休暇の取得状況(令和6年中) 平均12.7日

### ▼育児休業の取得状況

令和7年4月1日現在

| 区分 | 1年未満 | 1年以上<br>2年未満 | 2年以上<br>3年未満 |
|----|------|--------------|--------------|
| 男性 | 0人   | 0人           | 0人           |
| 女性 | 20人  | 12人          | 11人          |

## 職員の福祉および利益の保護の状況

令和6年度

| 区分              | 人数など |
|-----------------|------|
| 健康診断受診者数        | 325人 |
| 人間ドック受診者数       | 200人 |
| がん検診受診者数        | 185人 |
| 公務・通勤災害の認定件数    | 4件   |
| 不利益処分に関する不服申し立て | 0件   |

## 職員の研修の状況

令和6年度

| 区分   | 研修内容          | 延べ受講者数       |
|------|---------------|--------------|
| 一般研修 | 資質向上のための集合研修  | 5コース 440人    |
| 特別研修 | 全職員や職種ごとの集合研修 | 13コース 1,004人 |
| 派遣研修 | 研修機関などへの派遣研修  | 67コース 137人   |
| その他  | 自主研修ほか        | 20コース 102人   |

## 職員の人事評価の状況

人事評価制度は、能力開発、人材育成、指導育成を目的に行われるもので、業績評価(年1回)と能力評価(年1回)で構成されています。勤務成績を客観的に評価することにより、処遇に反映しています。

## 職員の分限および懲戒処分の状況

令和6年度

| 区分       | 人数     |
|----------|--------|
| 分限処分(※1) | 2人(休職) |
| 懲戒処分(※2) | 1人     |

※1 職員が職責を十分に果たせない場合に、公務の能率維持などを目的として行う、降任、免職、休職、降給の処分

※2 職員の義務違反などがある場合に、公務における規律と秩序維持を目的として行う、戒告、減給、停職、免職の処分

## 職員の退職管理の状況

令和7年4月1日現在

| 区分  | 再就職者 |
|-----|------|
| 課長級 | 2人   |
| 副主幹 | 2人   |

7/26 土

## 節目の年も大盛況！ 塩尻の夏の風物詩

第50回塩尻玄蕃まつり

📍大門商店街



今回の開催で、節目の50回を迎えた塩尻玄蕃まつり。かき氷や串焼きなどの店で飲食を楽しむ人や、お面作りやアーバンスポーツなどを体験する人でにぎわっていました。

開会式前には、ラッパーのRジャッジさんとOZYさんがゲストで登場。移住プロモーション動画「ウェルカム塩尻」の生パフォーマンスで会場は大盛り上がり。

祭りの最後は、踊り連52連・約2050人の参加で昨年の倍の規模となった玄蕃おどり。音楽に合わせた踊りで会場に一体感が生まれ、大盛況で祭りを締めくくりました。



7/30 水

## 塩尻ワインの未来のために

塩尻志学館高等学校  
北海道ワイン研修表敬訪問

📍市役所

昭和18年以来80年以上にわたり、自校栽培したブドウを使ったワインを醸造している塩尻志学館高校。平成14年度からは国外などに生徒を派遣するワイン研修を実施しています。本市も補助制度を設け、ワイン産業に寄与する人材育成のために本研修を後押ししています。

今年度は8月24日から五泊六日の行程で6人の生徒が北海道に赴き、8カ所のワイナリーなどを見学。3年生の南山羽夏さんは、「若い視点を生かして塩尻ワインの発展に貢献したい」と意気込みを語りました。



8/1 金

## 新種に出会えるかな！？ 夢中で昆虫探し

夜の親子昆虫観察会

📍 自然博物館

夜の自然博物館の裏で、自然観察員の野溝美憲さんの指導の下、昆虫観察会を開催。参加した親子は、木やライトの光に集まる昆虫を捕まえて観察しました。「昆虫は15万種いるが、見つかっていないものがその10倍いるといわれている」と野溝さん。子どもたちは捕まえた昆虫を野溝さんに見せ、種類を確認しながら昆虫採集を楽しみました。

父親と参加した古畑杜ノ助さん（9）は、「セミやクワガタを捕まえられて楽しかった。次はオオクワガタを捕まえたい」と意気込みました。



8/7 木

## 空気砲の仕組みを大研究

夏だ！ 自由研究だ！

信大生と一緒に研究してみない？

📍 えんぱーく

夏休みの自由研究として子どもたちが、有志で集まった信州大学の学生と一緒に空気砲を作って楽しむイベントを開催。七つのチームに分かれ、大学生にアドバイスをもらいながら、的を倒すための空気砲を作りました。的が倒れるとみんなで盛り上がり、なかなか倒れないと悔しがる姿も。

倒した点数を競い合った後は、どうすればもっと的が倒せるようになるのか、友達の空気砲のどこがよかったかを考えて、みんなで意見を共有しました。「威力を上げるために風船が膨らむようにした」「空気を逃さないようにしてすごかった」などたくさんの意見や感想が出て、楽しみながら科学の原理を学ぶ時間となりました。





# 子育てだより



電子申請

<https://s-kantan.jp/city-shiojiri-nagano-u/>

☎…部署直通電話番号 市外局番「0263」は省略しています。  
ページID…市ホームページでIDを入力すると該当ページが表示されます。

## あんしんサポートルーム

問 中央あんしんサポートルーム ☎ 02855  
北部あんしんサポートルーム ☎ 0280 内線5547  
ページID:0002871

保健師や助産師が、妊娠中や子育て中の心や体の相談、出産後の子どもの身体測定、発育・発達について相談に応じます。

- 期日 月～金曜日(年末年始・祝日、北部はえんてらす休館日を除く)
- 時間 9:30～11:30、13:30～15:30
- 場所 ○中央あんしんサポートルーム(市保健福祉センター内)  
○北部あんしんサポートルーム(えんてらす内)
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

## 出張あんしんサポートルーム

| 場所             | 期日               |
|----------------|------------------|
| 片丘支所、榑川支所      | 9月2日(火)、10月7日(火) |
| 洗馬支所、北小野地区センター | 9月16日(火)         |

- 時間 10:00～11:30
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル

## 健診・相談

問 健康づくり課 保健予防係 ☎ 02855 ページID:0029181

## 乳幼児健診・相談

| 健診名      | 期日                |
|----------|-------------------|
| 4カ月児健診   | 9月25日(木)          |
| 10カ月児相談  | 9月30日(火)          |
| 1歳6カ月児健診 | 9月10日(火)、10月8日(火) |
| 3歳児健診    | 9月4日(木)・18日(木)    |

※グループに分けてご案内しますので、通知文に書かれた時間にお越しください。

- 場所 市保健福祉センター
  - 持ち物 母子健康手帳、問診票、バスタオルなど
- ※母子健康手帳の「保護者の記録」、問診票を記入してお越しください。

## 教室・相談

問 健康づくり課 保健予防係 ☎ 02855

## ぴよぴよ教室(離乳食教室)

ページID:0002869  
生後7～8カ月の離乳食や食べさせ方、仕上げ磨きについて学びます。  
■ 日時 9月12日(金) 10:00～11:30  
■ 場所 市保健福祉センター  
■ 持ち物 母子健康手帳、バスタオル、離乳食の基本(4カ月児健診で配布した冊子)、託児に必要なもの

## 申し込み方法

9月10日(水)12:00までに右のコード(電子申請)でお申し込みください。



## 親子にこここ食事相談

ページID:0002868  
離乳食など、子どもや家族の食事に関する相談に栄養士が対応します。

| 場所 | 期日                           | 時間     |
|----|------------------------------|--------|
| 中央 | 9月10日(水)・24日(水)、<br>10月8日(水) | 10:00～ |
| 北部 | 9月4日(木)・18日(木)、<br>10月2日(木)  | 11:30  |

- 持ち物 母子健康手帳

## 口のケアと歯育相談

ページID:0002870  
子どもの仕上げ磨き、歯や口腔機能の不安や疑問に歯科衛生士が対応します。

| 場所 | 期日                   | 時間     |
|----|----------------------|--------|
| 中央 | 9月17日(火)             | 10:00～ |
| 北部 | 9月5日(金)、<br>10月3日(金) | 11:30  |

- 持ち物 母子健康手帳、自宅で使用している歯ブラシなど

## 図書館イベント

問 市立図書館 ☎ 03365

| イベント名 | 期日              | 時間          | 場所    |
|-------|-----------------|-------------|-------|
| おはなし会 | 毎週土曜日           | 10:30～11:00 | 図書館本館 |
|       | 9月13日(土)・27日(土) | 11:00～11:30 | 広丘図書館 |

※申し込み、参加費は不要です。

しおじり  
子育て  
つながる相談室



Zoomを利用して、自宅にしながら市の専門職員にオンラインで相談ができます。上のコード(電子申請)でお申し込みください。

- 対象 市内在住でおおむね0～3歳の子どもを育てる保護者

## 子育て支援センター・北部子育て支援センター・こども広場 イチオシイベント



### 乳幼児の救急法

問 子育て支援センター ☎ ⑤3382

乳幼児の病気や事故の時に慌てないように、救急法を学びませんか。

■対象 0歳から就学前までの子どもを育てる保護者

■日時 10月3日(金) 9:30~11:30

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■講師 大倉 恵子さん(赤十字幼児安全指導員)

■定員 15組(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 腰まである古ストッキング(サポートタイプで

ないもの)、常温の保冷剤2個(小さいもの)、大判ハンカチ、飲み物、動きやすい服装

■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。

■申し込み開始日 9月10日(火)

※この講座を初めて受講する人を優先します。受講経験のある人は9月17日(火)以降にお申し込みください。

■託児 講座当日生後3カ月以上の子どもの託児(無料)ができます。希望者は申込時に入力してください。



#### 子育て施設の休館日

●子育て支援センター、図書館本館、こども広場…水曜日 ●北部子育て支援センター…日曜日、えんてらすの全館休館日

### 定例イベント

| イベント名         | 期日               | 時間          | 場所          |
|---------------|------------------|-------------|-------------|
| おはなし会         | 9月11日(木)         | 11:00~11:20 | こども広場       |
| おはなしトントン      | 9月3日(火)、10月1日(火) | 10:45~11:00 | 北部子育て支援センター |
| 乳幼児向けおはなし会    | 9月9日(火)          | 10:15~10:30 | 子育て支援センター   |
| おはなし玉手箱       | 9月12日(金)         | 10:15~10:30 | 北部子育て支援センター |
|               | 9月22日(月)         | 10:15~10:30 | 子育て支援センター   |
| こみおぼちゃんのわらべうた | 9月18日(木)         | 10:15~11:00 | 北部子育て支援センター |
| 体操とふれあい遊び     | 毎週金曜日            | 11:00~11:20 | こども広場       |

このほかのイベントは、18~27ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係

問 ☎ ⑤0333

✉ webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳~年長児の子ども写真  
を募集しています。

#### ■申し込み方法

子どもの氏名(フリガナ)、生年月日、メッセージ(30字まで)、応募者の氏名、住所、電話番号、メールアドレスを記入の上、メールまたは下のコード(電子申請)でお申し込みください。

#### ■写真随時募集中!

※掲載させていただく際は、  
本市からメールにてご連絡させていただきます。



まつり  
村山 茉莉ちゃん(1歳)

たんきはそんき!  
ニコニコのまつちゃんが大好きだよ。



ひなぎ  
石坂 陽風ちゃん(2歳)

2歳おめでとう! ひなちゃん  
の笑顔が家族みんなの宝物だよ!



つむぎ  
小澤 紬ちゃん(5カ月)

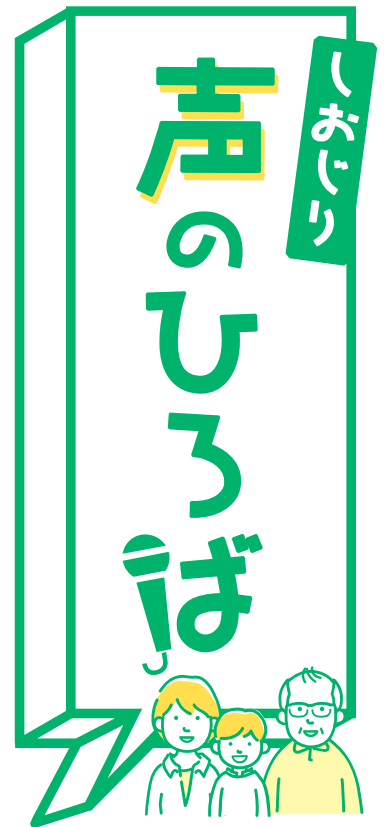
たくさん笑って、たくさん遊んで、  
すくすく成長しますように。



いちか  
大島 一華ちゃん(1歳)

元気いっぱいの一華ちゃん。みんな  
を笑顔にしてくれてありがとう。

「しおじり声のひろば」は、皆さんの声をお届けする広場です。  
「市長への手紙」や市ホームページ「しおじり声のひろば」などから頂いたご意見などをご紹介します。※紙面の都合により、内容を一部変更する場合があります。



## 今月のテーマ

図書館のデータベースについて

**Q** 図書館には、新聞記事や法律について調べられるサービスはありますか。

**A** お答えします

図書館では、ご自分の研究や学習、仕事の支援のため、簡単にさまざまな情報を調べることができるデータベースをご利用いただけます。データベースは八種類あり、図書館本館と広丘図書館で無料で使うことができます。

### ■利用可能なデータベース

信濃毎日新聞データベース、朝日新聞クロスサーチ、日経テレコン（図書館本館のみ）、第一法規法情報総合データベース、ジャパンナレッジ、ルーラル電子図書館、官報情報検索サービス、国立国会図書館デジタルコレクション

これらのデータベースでは、過去の新聞記事や法律のキーワード検索、辞典や辞書類の一括検索、農業の病害虫や農薬の情報検索などができ、調べたいことがあるときに大変便利です。特に国立国会図書館デジタルコレクションでは、国立国会図書館が所蔵する貴重書などのデジタル化資料が検索・閲覧できるので、おすすめです。

自分で調べる以外にも、「レファレンス」と呼ばれる、調べ事のお手伝いをするサービスもあります。詳細は左のコード（市立図書館ホームページ）をご覧ください。



問 市立図書館  
0263-33365

## 市政へのご意見は しおじり声のひろば 市長への手紙から

### しおじり声のひろば(市ホームページ)



(URL) <https://www.city.shiojiri.lg.jp/soshiki/>

お寄せいただいたご意見、各課への問い合わせなどには、おおむね1週間程度を目安に回答します。

### 市長への手紙

お寄せいただいたご意見などには、おおむね1週間程度を目安に回答します。

■受付先 市役所1階総合案内、各支所

■投函箱の設置場所

市役所1階市民ホール

※郵送の場合は、110円切手を貼って郵送してください。

## 図書館のデータベースについて聞きました

### 市民インタビュー



西尾 治さん  
(大門田川町)

### 使わないなんてもったいない

えんぱーく開館時から図書館に通っています。複合施設ですし、気軽に利用できますね。

図書館のデータベースはとても便利です。家庭菜園が趣味なので、ルーラル電子図書館で「トマト」と検索すると、症状別の画像が一覧で表示。チッソ過剰やカリウム欠乏などが一瞬で分かります。信頼できる専門的な情報で、インターネットのように広告も出ません。法律や新聞記事の検索などもできるので、子どもから大人まで全世代にお薦めです。

### ▶▶▶図書館でデータベースを活用しませんか◀◀◀

図書館本館と広丘図書館で閲覧できるデータベースの詳細は、下のコード（市立図書館ホームページ）をご覧ください。

■利用時間 開館～閉館5分前のうち1回1時間以内。

利用申請は閉館15分前までです。

■印刷代 白黒1枚10円、カラー1枚50円（A3は80円）

※A3サイズまで印刷可能です。





Let's Enjoy Cooking!!



防災の日スペシャル

# グレータスキッチン



グレータスが健康レシピをお届け！

塩尻市食育推進キャラクター グレータス

## ワンポイント

クリームシチューのルールを変えれば、カレーやビーフシチューにもアレンジできます。



洗い物いらずで簡単！ パッククッキング

## 野菜とツナのクリームシチュー

### 材料(1人分)

ジャガイモ ..... 50グラム  
ニンジン ..... 20グラム  
玉ネギ ..... 50グラム  
★コーン缶 ..... 20グラム  
★ツナ缶 (油漬け) ..... 20グラム  
★クリームシチュールー ..... 1個  
★水 ..... 80cc

#### \*1人分栄養量

エネルギー...171kcal、たんぱく質...5.6g、脂質...9.8g、塩分...1.7g

### 作り方

- ① ジャガイモとニンジンを小さめの乱切りにし、玉ネギは1cmの角切りにする。
- ② ポリ袋に①と★を入れ、手で袋の上からよく混ぜ、全体をなじませる。
- ③ 袋の空気を抜きながら、袋の上部できつく結ぶ。
- ④ 沸騰したお湯に③の袋を入れ、約20分間加熱する。
- ⑤ ④の袋をお湯から取り出して器に置き、袋の上部をはさみで切り取り、中身をスプーンでよくかき混ぜてとろみが出てくれば出来上がり。

## おいしく、安全に作るための三つのポイント！



加熱すると空気が膨らむため、中の空気をしっかり抜いて、袋の上の方でしっかり結びましょう。



熱が均等に通るように、中の食材を広げて平らにします。1袋で1〜2人分が最大量です。



袋が破れないように、鍋底に金ざるや耐熱皿、布巾を敷きましょう。沸騰したら中〜弱火で加熱します。



パッククッキングとは、食材を耐熱性のポリ袋に入れ、鍋などで加熱する調理方法です。一つの鍋でいろんな種類の料理ができ、ポリ袋を切って食器に乗せれば洗い物も減らせます。災害時の調理方法として最適です。

ポリ袋は耐熱温度130℃以上で、湯せん対応可能の高密度ポリエチレン製をご利用ください。レシピや白米の炊き方は右のコード（市ホームページ）をご覧ください。



### デザートはこちら

パッククッキングのデザート編は、市公式YouTubeで公開中！  
▼下のコードでご覧ください。



催し

## 塩尻市民音楽祭 「バンド発表」

問 塩尻市民音楽祭実行委員会事務局  
(社会教育スポーツ課内) ☎ 0902

市内で活動する団体によるバンド演奏を楽しみません。

●日時 ①9月13日(土) 13:00～17:10

②9月14日(日) 12:30～16:30

●場所 塩尻総合文化センター 1 階講堂

●出演団体

①Yoko with Friends、035、サンクスオーディー  
ズバンド、松本音楽団、musubi (ゲスト)

②ミントブリーズ、ちゅらの会三線サークル、シ  
ルバー・ヘッズ、JLストーンズ、ソーナイスオー  
ケストラ

※申し込み、入場料は不要です。



昨年の発表会の様子

募集

## 市ホームページへの バナー広告募集

問 秘書広報課 広報広聴係  
☎ 0333 ページID:0001004

財源確保と地域経済の活性化を図るため、市ホーム  
ページへのバナー広告 (有料) を募集しています。

なお、広告内容に関する責任は広告主に帰属す  
るもので、市が推奨などをするものではありません。

●掲載期間 1 カ月単位として最大 1 年 (4 月 1 日  
～翌年 3 月 31 日)

※申請と掲載は年度ごとに区切ります。

※再掲載が可能です。

●掲載場所 市ホームページのトップページ下部

●掲載料 月 1 万円

※掲載料は、一括前納での支払いになります。

●掲載画像のサイズ

縦50×横150ピクセル (16キロバイト以下)

●申請方法 市ホームページにある申請書に記入の  
上、必要書類を添えて、〒399-0786 大門七番町  
3 番 3 号 秘書広報課宛てに郵送またはメール (☞  
webmaster@city.shiojiri.lg.jp) で提出してくだ  
さい。

※申し込み方法などの詳細は、市ホームページでご  
確認ください。

催し

## 「東京2025デフリンピック」 応援イベントを開催

問 福祉支援課 障がい福祉係  
☎ 内線2116

「東京2025デフリンピック」の日本初開催に向け、  
手話言語国際デーに応援イベントを開催します。

デフリンピックとは、デフ (Deaf: 耳が聞こえない)  
+ オリンピックのことで、国際的な「聞こえない・  
聞こえにくい人のためのオリンピック」です。

県内でも早期に手話言語条例を制定した本市から  
日本代表選手に応援の声を届けるとともに、この機  
会にろう者や手話言語への理解を深めましょう。

●日時 9月23日(火・祝) 15:00～16:30

●場所 えんぱーく 3 階多目的ホール

●内容

○全日本ろうあ連盟スポーツ委員会が製作した、  
高校生がデフリンピック出場を目指す映画「み  
んなのデフリンピック」の上映

○日本代表選手のトークショー

●ゲスト

星河 真一郎さん (デフサッカー日本代表選手)

藤川 彩夏さん (デフ水泳元日本代表選手)

●コーディネーター 池内 のりえさん (朗読士®)

●定員 70 人 (先着順)

※申し込み、参加費は不要です。

### ブルーライトアップセレモニー

手話言語の国際デーである 9 月 23 日 (火・祝) に、  
世界ろう連盟のロゴの色である、「世界平和」を表す  
青色で塩尻駅のライトアップを行います。

●日時 9月23日(火・祝) 18:00～18:30

●場所 JR塩尻駅東口ロータリー



塩尻市聴覚障害者協会と塩尻桔梗ライオンズクラブな  
どが塩尻駅をブルーライトアップをした昨年の様子

## 募集

「しおじリエコ展」の  
出展者を募集

問 生活環境課 環境係  
☎ ⑤0744 ページID:0025472

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「しおじリエコ展」への出展者を募集します。

- 期日 8年1月20日(火)～2月2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、制作物の展示
- 参加費 無料
- 申し込み方法 市ホームページにある申込書に記入の上、市役所1階生活環境課に提出または右のコード（電子申請）でお申し込みください。



- 申込締め切り日 11月28日(金)
- ※詳細はお問い合わせください。



## お知らせ

## 9月の自動運転バスの運行予定

問 先端産業振興室 ☎内線5435  
ページID:0052688

本市では、5月から自動運転バスの定常運行を実施しています。9月は将来的なレベル4エリア拡大に向けて新たなルート「西回りルート」を追加し、走行します。ルート沿線の事業者と提携したキャンペーンも実施予定です。

- 期間 9月15日(月・祝)～30日(火)（土・日曜日を除く）
- 運行ルート
  - 東回りルート core塩尻→塩尻駅→カインズ・デリシア→塩尻市役所→core塩尻
  - 西回りルート core塩尻→塩尻駅→スイート→シャトレゼ→エニタイムフィットネス→八十二銀行塩尻西支店前→core塩尻
- 運行時刻 9:00～16:00 6便/日
- 運賃 無料
- 予約方法 右のコード（おでかけ塩尻ナビ）で登録し、配車予約をしてください。



※天候などの状況により運行できない場合があります。  
※詳細は市ホームページでご覧ください。

## 子育て

## ファミリーサポートお楽しみ交流会を開催

問 子育て支援センター ☎ ③3382

ファミリーサポート事業は「子どもを預かってほしい人」と「子どもを預かることができる人」との相互援助活動です。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9日(木)  
10:00～11:00
- 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 親子15組（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 電話または右のコード（電子申請）でお申し込みください。
- 申込期間 9月18日(木)～10月2日(木)



## お知らせ

歌人×お笑い芸人による短歌  
トークショー「詠み会in塩尻」

問 社会教育スポーツ課 社会教育係  
☎ ②0903

歌人の小島なおさん、お笑い芸人のフルーツポンチ・村上健志さん、みのるチャチャチャ♪さんが出演し、短歌の歌評や添削、トークライブを行います。

- 日時 10月13日(月・祝)
  - 1回目 13:00～14:30 ○ 2回目 15:00～16:30
- 場所 えんてらす1階101・102会議室
- 定員 各回80人（申し込み多数の場合は抽選）
- 参加費 無料
- 申し込み方法 電話または右のコード（Googleフォーム）でお申し込みください。
- 申込締め切り日 10月8日(火)



## 作品募集

事前に投稿した短歌を当日出演者が講評します。抽選で出演者のサイン色紙をプレゼントします。

- 申し込み方法 右のコード（Googleフォーム）またはえんてらす、塩尻総合文化センター1階にある投稿BOXへ投稿してください。
- 募集締め切り日 9月30日(火)



令和  
8年度

# 保育園などの入園手続きのご案内

令和8年4月以降の入園に向けた受け付けを開始します。入園を希望する人は、日程などをご確認の上、申し込み手続きをしてください。

問

保育課 保育企画係  
☎ ⑤0844

## 入園の申請

■期間 10月1日(水)～31日(金)17:15

9月下旬から、市ホームページ、各園、塩尻総合文化センター1階保育課で入園案内の資料を公開しますので、必ずご確認の上、手続きを行ってください。

■申請方法 スマートフォンやパソコンから電子申請でお申し込みください。詳細は入園案内に掲載します。

各園の所在地は右のコード(Googleマップ)をご覧ください。



## 各園の住所、電話番号

### 保育園

| 園名        | 住所           | 電話番号       |
|-----------|--------------|------------|
| 塩尻東保育園    | 峰原173番地1     | ☎⑤7820     |
| みずほ保育園    | 長畝260番地      | ☎⑤0103     |
| 大門保育園     | 大門四番町7番13号   | ☎⑤0485     |
| 日の出保育園    | 広丘高出2073番地5  | ☎⑤7489     |
| 宗賀中央保育園   | 宗賀2411番地1    | ☎⑤3380     |
| 片丘保育園     | 片丘4933番地     | ☎⑤0486     |
| 高出保育園     | 広丘高出1949番地1  | ☎⑤7819     |
| 広丘野村保育園   | 広丘野村1788番地80 | ☎⑤7818     |
| 吉田ひまわり保育園 | 広丘吉田1150番地6  | ☎⑤0607     |
| 吉田原保育園    | 広丘吉田3037番地   | ☎⑤0608     |
| 広丘西保育園    | 広丘原新田279番地5  | ☎⑤5430     |
| 広丘南保育園    | 広丘郷原1245番地1  | ☎⑤0482     |
| 妙義保育園     | 洗馬2535番地1    | ☎⑤7821     |
| 北小野保育園    | 北小野2894番地1   | ☎0266④3602 |
| 榎川保育園     | 木曾平沢1490番地   | ☎0264④2320 |
| 私立 よしだ保育園 | 広丘吉田498番地2   | ☎⑤4326     |

## 幼稚園などの入園受け付け

幼稚園などの入園手続きや受け入れ時期は、園によって異なりますので、各園にお問い合わせください。

| 園名(すべて私立)                                                               | 住所                       | 電話番号                     |
|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 幼稚園<br>塩尻幼稚園                                                            | 大門七番町5番20号               | ☎⑤1893                   |
| 塩尻めぐみ幼稚園                                                                | 大門七番町13番24号              | ☎⑤0748                   |
| 認可外<br>保育所<br>自然ランド・パンパン<br>ハートフルキッズ<br>広丘保育園                           | 洗馬3703番地4<br>広丘原新田571番地5 | ☎080-5143-0086<br>☎⑧7102 |
| 認定<br>こども<br>園<br>サン・サンこども園<br>グレイスフル塩尻<br>(幼稚園部分)<br>よしだ幼稚園<br>(幼稚園部分) | 大門八番町9番10号<br>広丘吉田498番地1 | ☎⑤6214<br>☎⑤4312         |

### 認定こども園 (保育園部分)

| 園名                                 | 住所                       | 電話番号             |
|------------------------------------|--------------------------|------------------|
| 私立 サン・サンこども園<br>グレイスフル塩尻<br>よしだ幼稚園 | 大門八番町9番10号<br>広丘吉田498番地1 | ☎⑤6214<br>☎⑤4312 |

### 地域型保育施設 (3歳未満児対象)

| 園名                 | 住所           | 電話番号   |
|--------------------|--------------|--------|
| 私立 ひかりテラス保育園       | 広丘高出1819番地8  | ☎⑤8905 |
| みのむしのおうち           | 広丘吉田3198番地   | ☎⑧5310 |
| 塩尻みらい保育園           | 広丘原新田147番地1  | ☎⑧5381 |
| ひろおかキッズ            | 広丘郷原1765番地37 | ☎⑤8825 |
| 郷原つつじ保育園           | 広丘郷原1765番地37 | ☎⑤8825 |
| 塩尻みらい保育園<br>よしだキッズ | 広丘吉田1050番地1  | ☎⑦6607 |

※保育園、認定こども園(保育園部分)、地域型保育施設は、保護者が仕事や病気などの理由により、家庭で十分な保育ができない場合に、保護者に代わってお子さんを保育する施設です。家庭で保育できる子どもは入園できませんので、ご注意ください。

※私立保育園、認定こども園(保育園部分)、地域型保育施設における入園の要件や手続き、保育料の算定方法は市立保育園と同じです。  
※現在就労している人、4月以降の就労が内定している人、育休から復帰する人は就労先が発行する就労証明書が必要です。発行に時間がかかる場合がありますので、お早めにご準備ください。

## 保育園ってどんなところ? ～入園に向けたお話聞いてみませんか～

問 子育て支援センター ☎ ⑤3382

### ①入園手続きについて

■対象 入園を希望する保護者

■期日および会場

○9月19日(金) えんてらす 1階101・102会議室

○9月26日(金) えんぱーく 4階会議室401

### ②市立保育園の生活の様子や準備品説明・展示

■対象 市立保育園の入園を希望する保護者

■期日および会場

○11月18日(火) えんぱーく 4階会議室401

○11月27日(木) えんてらす 1階101・102会議室

### 共通事項

■時間 10:00～11:00 ■参加費 無料

■申し込み方法 下のコード(電子申請)でお申し込みください。

■申込期間 9月10日(水)～各開催日3日前



▲①入園手続き



▲②市立保育園準備品説明

農業委員・農地利用最適化  
推進委員を募集問 農業委員会事務局 ☎⑤0810  
ページID:0026094

## 農業委員

- 対象 農業委員会の職務を適切に行うことができる人
- 任期 8年3月20日～11年3月19日
- 業務内容 農地の権利移動や転用などの許可および審議など
- 定員 2人（うち1人は農業委員会所掌事務に関して利害関係の無い人）

## 農業利用最適化推進委員

- 対象 農地の利用最適化の推進に熱意と識見を持つ人
- 任期 委嘱日から11年3月19日まで
- 業務内容 農地の集積と集約化など
- 定員 12人

## 共通事項

- 申し込み方法 市役所2階農業委員会事務局または市ホームページにある申込書に記入の上、〒399-0786 大門七番町3番3号 農業委員会事務局宛てに郵送または直接持参してください。
- 募集期間 10月3日(金)～30日(木)

## 催し

## 仁科街道（洗馬）を歩こう

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館） ☎⑤5520

釜井庵を起点に洗馬宿で折り返し、仁科街道・旧道（洗馬）を別ルートで往復する6kmの行程です。洗馬宿、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13日(月・祝)  
8:30～11:30（雨天中止）
  - 集合場所 本洗馬歴史の里資料館
  - 定員 20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
  - 申込開始日 9月12日(金)
- ※電話でお申し込みください。

## 9月の納期限

- 国民健康保険税 9月30日(火)
- 後期高齢者医療保険料 9月30日(火)
- 上下水道料金 9月30日(火)

農業用機械導入事業補助金  
の所要額調査を実施します問 農政課 農業振興係 ☎⑤0818  
ページID:0002565、0002567

令和8年度の予算編成の参考とするための調査です。来年度に農業用機械（汎用性の高いものは除く）の導入補助金の活用をしたい人は、要望書の提出をお願いします。

※参考のため、7年度事業内容を掲載します。



## 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 地域計画に位置付けられ、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 9月26日(金)

## 募集

## 介護サービス相談員を募集

問 介護保険課 介護保険係 ☎⑤0285 ページID:0033901

市内介護施設を訪問し、介護サービス利用者などからサービスに関するさまざまな要望や思いを聞く、介護サービス相談員を募集します。

- 応募資格 市内在住で、次のすべてを満たす人
    - 月3回程度相談活動に従事できる
    - 市が指定する研修を受講できる
    - 普通自動車免許を取得している
  - 任期 8年4月から2年間
  - 採用人数 若干名
  - 報酬 相談活動など1回につき3,350円（予定）
  - 申込締め切り日 10月15日(水)
  - 選考方法 面接
- ※電話でお申し込みください。  
※詳細は市ホームページをご覧ください。

## お知らせ

レザンホールの令和8年6～10  
月利用分の予約を受け付けます

問 社会教育スポーツ課 社会教育係 ☎⑤0902 ページID:0053347

大規模改修工事の工期変更により、予約受け付けを停止していた8年6月～10月利用分の予約を開放します。

## ■予約受付開始日時

- 6月分 9月6日(土)9:00
- 7月分 9月6日(土)13:00
- 8月分 9月7日(日)9:00
- 9月分 9月7日(日)13:00
- 10月分 10月1日(水)9:00

※8年11月以降利用分も予約開放できる場合は、広報塩尻や市ホームページ、レザンホールホームページでお知らせします。

訪問理美容サービス補助対象  
事業者認定の申請

問 介護保険課 介護相談係 ☎内線2133 ページID:0055127

訪問理美容サービス事業の補助を、理容組合または美容組合に未加入の事業所も受けられるようになりました。希望する事業所は申請してください。

## ■認定要件

次の全てを満たす事業所

- 年1回以上、長野県理容生活衛生同業組合または長野県美容業生活衛生同業組合が開催する衛生講習会、衛生消毒講習会、またはこれに相当する講習会を受講した事業者である

- 県松本保健所長から理美容師出張業務承認証の交付を受けている
- 総合賠償責任保険に加入している

## ■認定期間 10月1日～9年3月31日

## ■必要書類

- 市ホームページにある塩尻市訪問理美容サービス補助対象事業者認定申請書
- 衛生講習会等受講証明書の写し
- 理美容師出張業務承認証の写し
- 総合賠償責任保険加入者証の写し

## ■申請締め切り日 9月30日(火)

## ■申請方法

市保健福祉センター1階介護保険課介護相談係へ提出してください。

## 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 ページID:0001042

日頃の運動不足を解消しましょう。

■日時 9月27日(土) 19:00～21:00

■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。

## i 講座・教室

### ブドウ栽培者に学ぶ！！ 「ブドウ」を知ろう講座

問 グレータス食育応援隊（健康づくり課内） ☎ 0858

ブドウの話聞きながらの試食と、種なしブドウを使った大福作りです。親子での参加も大歓迎です。

■日時 10月5日(日) 13:30～15:30

■場所 塩尻総合文化センター 2階 料理実習室

■講師 グレータス食育応援隊

■参加費 300円

■持ち物 エプロン、三角巾、マスク

■申し込み方法

電話または右のコード（電子申請）でお申し込みください。



■申込締め切り日 9月30日(火)

### 和兵衛窯で大物を焼こう 「大人の陶芸教室」

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館） ☎ 5520

洗馬焼きの体験をしませんか。

■対象 高校生以上

■期日

○作陶（2日で1コース）

10月25日(土)・26日(日)

※作品によって日程の調整ができます。ご相談ください。

○釉薬掛け 12月6日(土)

○本焼き 8年3月中旬頃

■時間 10:00～16:00

■場所 本洗馬歴史の里資料館

■講師 小林 研一さん（洗馬焼保存会）

■定員 20人（先着順）

■参加費 2,000円（材料費など）

■申込開始日 9月12日(金)

※電話でお申し込みください。

### 大門ウォークvol. 4～まちなかクイズラリー～を開催

問 大門ウォーク実行委員会（市民交流センター内） ☎ 3350

家族や友達と一緒に大門周辺を歩いてクイズラリーに挑戦しよう。

■期日 9月27日(土)（雨天中止、小雨決行）

■時間 10:00～13:00（10:30受け付け終了）

■受付場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■定員 30組（申し込み多数の場合は抽選。1組6人まで）

※小学生以下は必ず保護者が同伴してください。

■参加費 1組1,000円（保険代など）

■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 9月14日(日)

### 哲学対話イベント「wacco2025 てつがくたいわ」を開催

問 市民交流センター ☎ 3350

「人はなぜ生きるの」など正解のない疑問について、信州大学の大学生と一緒に「てつがくたいわ」してみませんか。

■対象 小学3年生～中学3年生

■期日 9月21日(日)、11月9日(日)、8年3月1日(日)

■時間 10:00～12:00

■場所 えんぱーく 1階太陽のコート

■定員 各日20人（申し込み多数の場合は抽選）

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具、飲み物

■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 9月14日(日)

※できるだけ3回通してご参加ください。

■企画・運営

信州大学生waccoサークル

■協力

行田 太樹さん（信州まつもと心理オフィス代表）

## ねこのニャンでも相談会

問 生活環境課 環境係 ☎ 02744

猫に関する相談会を実施します。飼い主のいない猫に対する不妊・去勢手術費用の助成や、保護器貸し出しのご案内をします。

■日時 9月24日(水) 13:30～15:00

■場所 市保健福祉センター 3階第3交流室

■参加費 無料

■申込締め切り日 9月18日(木)

※電話でお申し込みください。

※猫の同伴はできません。

## 企画展「映像でたどる、ふるさとの記憶」

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館） ☎ 5520

昭和以降のふるさとの祭りや風景などを記録した貴重な映像を、複数のモニター画面やプロジェクターで再現。関連する写真も展示します。

■期間

9月12日(金)～11月24日(月・祝)

■時間 10:00～17:00

■場所 本洗馬歴史の里資料館

■入館料 150円（中学生以下は無料）

## 秋の全国交通安全運動

問 都市計画課 計画係 ☎ 02689

歩行者は「止まる」「見る」「目立つ」を心掛け、ドライバーは「指差し確認」「早めの点灯」「シートベルト着用」を徹底しましょう。

■期間 9月21日(日)～30日(火)

■運動の重点

○歩行者の安全な道路横断方法などの実践と、反射材用品や明るい目立つ色の衣服などの着用促進

○ながらスマホや飲酒運転などの根絶と、夕暮れ時の早めのライト点灯やハイビームの活用促進

○自転車・特定小型原動機付自転車の交通ルールの理解・遵守の徹底とヘルメットの着用促進

○高齢者の交通事故防止

## 信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館 ☎③3365

## 「滄茫忌」古田晃墓参ツアー

古田氏をしのぶ墓参と古田晃記念館の見学会を開催します。

■日時 10月30日(木) 11:45～12:40

■集合場所および集合時間

○市役所正面玄関 11:15

※無料送迎バスが出ます。

○古田晃記念館 11:45

■定員 20人(先着順)

## 古田晃記念館文学サロン

■日時 10月30日(木) 13:30～16:00

■場所 北小野地区センター多目的ホール

■講師および演題

○市街地 ギャオさん(作家)

だるいことにこそ、生きる意味が詰まっている

○菊池 明郎さん(筑摩書房元社長)

どうなる? これからの出版界

■定員 60人(先着順)

## 共通事項

■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(☎tosho@city.shiojiri.lg.jp)でお申し込みください。

■申込開始日 9月12日(金)

## えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館 ☎③3365

ジャッキー・チェン主演の映画、「ライド・オン」(2023年中国映画)の鑑賞会です。

■日時 9月30日(火) 13:30～15:30

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■定員 100人(先着順)

※申し込み、参加費は不要です。

## 図書館

## みんなのがん教室@図書館第3回「がんの治療はどうするの?」

問 市立図書館 ☎③3365

がん治療について、がん看護専門看護師から教えてもらいます。

■対象 小学4年生以上

■日時 9月20日(土) 14:00～14:50

■場所

えんぱーく1階太陽のコート

■講師 伊藤 紗弥香さん(ながのトータル看護ケア)、小口 浩美さん(がんサポートおむすび)

■協力 がんサポートおむすび

※申し込み、参加費は不要です。

## ビジネス情報相談会ミニセミナー

問 市立図書館 ☎③3365

Canvaによるテンプレート活用・色配置・文字バランスのコツや、最適なサイズ、配信タイミングも分かりやすく解説します。

■日時 10月30日(木) 14:00～15:00

■場所 えんぱーく3階会議室301

■演題 初心者でも"魅せる"SNS投稿が作れる! Canvaデザイン実践セミナー

■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

図書館本館カウンター、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。

■申込開始日 9月25日(木)

## 平出歴史大学

問 平出博物館 ☎⑤1022

今年度の平出歴史大学の総合テーマは「博物館を考える」です。

■日時 9月28日(日) 13:30～15:00

■場所 平出博物館2階学習室

■演題

博物館とつながるまちづくり

■講師 津村 泰範さん(長岡造形大学建築・環境デザイン学科准教授)

■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。

■申込開始日時

9月5日(金) 9:00



## 塩尻市ヘルスアップ委員会市民公開講座うんどう講座を開催

問 健康づくり課 保健予防係 ☎⑤0858

体を動かすことで、世代を超えて笑顔になります。

■日時 9月27日(土) 10:00～11:30

■場所

ユメックスアリーナサブアリーナ

■演題 家族で楽しく健康に! 世代まるごと運動教室

■講師 小林 美穂さん(NPO法人CFM実行委員会)

■参加費 無料

■持ち物 室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット(貸し出しあり)

■申し込み方法

電話または右のコード(電子申請)でお申し込みください。

■申込締め切り日 9月25日(木)



## 県生涯学習推進センター講座

問 県生涯学習推進センター ☎③8822

| 講座名                                         | 日時                     | 場所            | 講師                     | 定員                         |
|---------------------------------------------|------------------------|---------------|------------------------|----------------------------|
|                                             |                        |               |                        | 申込締め切り日                    |
| 地域共生社会に向けた学びと福祉の地域づくり～学びとつながりをベースに地域連携を考える～ | 9月24日(火)<br>9:45～15:30 | 県生涯学習推進センター講堂 | 尻無浜 博幸さん(松本大学総合経営学部教授) | 会場40人、オンライン40人<br>9月18日(木) |
| 古くて新しい「おしゃれ田舎」～でかけたくなる街「小諸」を歩く～             | 10月3日(金)<br>9:45～16:00 | 小諸市役所および街中    | 小林 秀行さん(小諸市企画課長)       | 30人<br>9月26日(金)            |

※申し込み多数の場合は抽選です。

## 調剤事務・医療事務科の訓練生を募集

問 松本技術専門学校 ☎03158

- 対象 医療機関、薬局への就職を希望する求職者
- 訓練期間 10月22日(水)～12月19日(金)
- 場所 (株)ニチイ学館松本支店
- 募集コース 調剤事務・医療事務科
- 定員 18人(選考にて決定)
- 受講料 無料(教科書代などは自己負担)
- 申し込み方法 ハローワークでお申し込みください。
- 申込締め切り日 10月1日(水)

## 高次脳機能障害研修会

問 桔梗ヶ原病院地域医療連携室 ☎6510

- 対象 高次脳機能障害の当事者やその家族、関心のある人 など
- 日時 10月7日(火) 14:30～16:00(14:00から受け付け)
- 場所 レザンホール中ホール
- 内容 精神科から見た高次脳機能障害について
- 講師 西川 隆さん(大阪府立大学名誉教授)
- 参加費 無料
- 申し込み方法 上のコード(Googleフォーム)、電話またはメール(☎kohjinohreha@gmail.com)でお申し込みください。
- 申込締め切り日 10月3日(金)



## おでかけ支援センター「外気にふれてあそぼう」

問 子育て支援センター ☎3382

- 親子で外遊びを楽しんでみませんか。
- 対象 市内在住で、講座当日3歳(年少に上がる前)までの外を歩ける子どもと保護者
- ※きょうだいで参加希望の場合はご相談ください。
- 日時 10月18日(土) 10:00～11:00
- 場所 平出遺跡公園
- 定員 親子15組(申し込み多数の場合は抽選)
- 参加費 無料
- 持ち物 帽子、飲み物、着替え
- 申し込み方法 上のコード(電子申請)でお申し込みください。
- 申込期間 9月11日(木)～25日(木)
- ※参加の可否については、必ずメールをご確認ください。



## 伝言板

### 体験型親子で遊ぼうおひさまマルシェ

問 おひさまの会(五味) ☎090-3564-1834

- 日時 9月28日(日) 10:00～14:00
- 内容 おはなしリトミック、ダンス、バルーンアート など
- 場所 ふれあいセンター広丘
- ※申し込み、参加費は不要です。
- ※出店ブースは有料です。

## ビジネス情報相談会

問 市立図書館 ☎3365 FAX 3369

- ビジネスの悩みを相談してみませんか。
- 日時 9月18日(水)・25日(水)、10月9日(水)・16日(水) 10:00～18:00
- 場所 えんぱーく3階会議室303
- 参加費 無料
- 申し込み方法 図書館本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(☎tosho@city.shiojiri.lg.jp)またはファクスでお申し込みください。(水曜日は休館)
- 申込開始日 9月10日(水)
- ※1人1回1時間までです。

## 手話で楽しむおはなし会

問 広丘図書館 ☎0728

- 塩尻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。
- 日時 9月13日(土) 11:00～11:30
- 場所 えんてらす1階広丘図書館前交流スペース
- ※申し込み、参加費は不要です。

## 子育て

### 子育てリフレッシュ講座「親子であそぼう! お楽しみ会」

問 北部子育て支援センター ☎57701

- 対象 0～3歳(年少に上がる前まで)の子どもと保護者
- 日時 10月14日(火)
- 第1部 9:40～10:20
- 第2部 10:50～11:30
- 場所 えんてらす1階101・102会議室
- 講師 豊嶋 さおりさん(絵本専門士)
- 定員 各部親子12組(先着順)
- 参加費 無料
- 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 9月25日(木)～10月10日(金)



## 9月9日は救急の日

全国的に救急車の出動件数は増加していて、昨年は松本広域消防局管内で年間2万1,500件を超えました。心肺停止などの重症な人へ少しでも早く救急車が到着できるように、救急車の適正な利用にご協力をお願いします。

急な病気やケガなどで、救急車を呼ぶが病院に行くか迷ったときは、長野県救急安心センター「☎#7119」にお問い合わせしていただくか、最寄りの消防署へ相談してください。

消防署では、応急手当の講習会を開催しています。身近な人の緊急事態に備えて、ぜひ受講しましょう。

| 内容               | 期日              | 場所    |
|------------------|-----------------|-------|
| 【上級救命講習】(8時間)    | 11月1日(土)        | 塩尻消防署 |
| 【応急手当普及員講習】(3日間) | 8年1月7日(水)～9日(金) | 塩尻消防署 |
| 【普通救命講習】(3時間)    | 8年3月8日(日)       | 広丘消防署 |

※お近くの消防署に電話でお申し込みください。



## 年金生活者支援給付金

問 給付金専用ダイヤル  
☎0570-05-4092

収入やその他の所得額が一定基準以下の年金受給者に対して、年金に上乗せして支給する制度です。

## ■10月からの対象者の要件

- 老齢基礎年金を受給している人  
65歳以上で世帯全員の住民税が非課税であり、前年の年金収入額（非課税年金は除く）とその他の所得額の合計が次の基準額以下であること

- ・昭和31年4月1日以前に生まれた人 90万6,700円
- ・昭和31年4月2日以後に生まれた人 90万9,000円

- 障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している人 前年の所得額が479万4,000円以下であること

※扶養親族の数などに応じて変動があります。

## ■新たな受給対象者の請求手続き

9月上旬に、日本年金機構から送付される請求書に記入の上、提出してください。8年1月5日までに請求手続きが完了すると、10月分からさかのぼって受け取れます。

## 卓球(硬式)クラブ会員を募集

問 卓球クラブ「こだま」(千野)  
☎090-5800-5710

一緒に卓球を楽しみませんか。

■期日 毎週火・金曜日

■時間 13:00～15:00

■場所 広丘体育館

■会費 年5,000円(場所代など)

※電話でお申し込みください。

## ねっこぼっこ しおじり文化講座

問 読み語りボランティアねっこぼっこ  
(霜田) ☎③6036

八剣神社宮司の宮坂清さんの講演と、泉秀登さん(クラリネット)と福留亜紀さん(ピアノ)によるミニコンサートです。

■日時 9月25日(木) 9:30～12:00

■場所 塩尻短歌館

■演題 諏訪湖の御渡りと温暖化

■定員 50人(先着順)

■参加費 500円(資料代など)

■申込開始日 9月10日(火)

※電話でお申し込みください。(不在時は留守番電話に)

## まき 新の予約販売を開始します

問 塩尻市森林公社  
☎③6733 FAX ③6744

■予約条件 1軒あたりの予約上限

○薪 軽トラック2台まで

○短材 農業用コンテナ10箱まで

○焚付材 農業用コンテナ5箱まで

■予約開始日 9月10日(火)

■販売開始日 9月16日(火)

■販売日時 火・木曜日(祝日を除く)  
9:00～16:00(12:00～13:00を除く)

※11月16日(日)までは日曜日の9:00～12:00も対応可能です。

■申し込み方法

電話、メール(✉  
forest@shiojiri.

com)、ファクス、

または右のコード(Googleフォー  
ム)でお申し込みください。

※在庫がなくなり次第終了します。

※詳細は塩尻市森林公社ホームページをご覧ください。



## カムカムメニュー写真コンテスト

問 松本歯科大学社会貢献・地域連携推進  
センター(庶務課内) ☎⑤2163

「よく噛んでおいしく健康に」をテーマにカムカムメニューの普及を推進しています。かみ応えがある料理のメニュー写真を応募してください。

■応募方法 メール(✉info\_cscrc@mdu.ac.jp)、Instagram・X(@kamukamumenu)、〒399-0781 広丘郷原1780番地 松本歯科大学庶務課宛てに郵送でご応募ください。

■募集締め切り日 10月13日(月・祝)  
※詳細は松本歯科大学ホームページをご覧ください。

## 入賞作品発表会

■日時 11月8日(土)

○講演会 11:00～11:45

○表彰式 12:00～12:30

■場所 松本歯科大学北棟ラウンジ  
※申し込み、参加費は不要です。

## バドミントン体験教室

問 塩尻市スポーツ協会事務局  
☎⑤1393

バドミントンを体験してみませんか。

■日時

○9月18日(木)・19日(金)  
13:00～15:00○9月25日(木)、10月2日(木)  
17:00～19:00

■場所 市立体育館

■定員 20人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 ラケット(貸し出し有り)、  
室内用運動靴

■申込開始日 9月10日(火)

※電話でお申し込みください。

## 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

| 宗賀中央<br>保育園         | 榑川<br>保育園        | 片丘<br>支所          | 北小野<br>支所         | 塩尻東<br>支所        |
|---------------------|------------------|-------------------|-------------------|------------------|
| 10月7日(火)・<br>21日(火) | 9日(木)・<br>23日(木) | 14日(火)・<br>28日(火) | 15日(水)・<br>29日(水) | 6日(月)・<br>27日(月) |

■時間 9:00～16:00

■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3176

※一時的(デイ)保育利用クーポンも利用できます。

■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 9月20日(土)(申し込み多数の場合は抽選)

※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、申込後に保育課で事前登録が必要です。



## 信州オレンジリボンフェスファミリア

ファミリア実行委員会  
orange.shinsyu@gmail.com

体験型マルシェなど、親子で楽しめる児童虐待防止イベントです。

日時 9月27日(土) 10:00～15:00

場所 ユメックスアリーナ

持ち物 上履き

※申し込み、参加費は不要です。

## 塩尻地域シルバー人材センターからのお知らせ

塩尻地域シルバー人材センター  
☎54567

シルバー人材センター入会説明会

日時 9月16日(火) 13:30から

※申し込み、参加費は不要です。

シルバー刃物研ぎ屋さん

日時 9月22日(月) 8:30～11:00

共通事項

場所

塩尻地域シルバー人材センター

※詳細はお問い合わせください。

## 専任弁護士による特別無料相談会

NPO法人ユニオンサポートセンター  
☎990021

土地・住宅・金銭・労働問題などについて弁護士が相談を受けます。

期日 ①10月18日(土)

②11月15日(土)

③12月20日(土)

時間 10:00～12:00

場所 松本市勤労会館 1 階

定員 各月 8 人 (先着順)

相談時間 1 人30分

申込期間

① 9月22日(月)～10月17日(金)

② 10月20日(月)～11月14日(金)

③ 11月17日(月)～12月19日(金)

## 日本土真ん中ウォーク参加者を募集

塩尻市スポーツ協会事務局  
☎51393

紅葉の美しい塩嶺王城県立自然公園周辺を歩きましょう。

日時 11月1日(土) 8:30から

場所 チロルの森

募集コース 1.5km (ファミリー向け)・3.5km・5km・8km

定員 400人 (先着順)

参加費

1人1,000円(保険代など)

※中学生以下は無料です。

申し込み方法 塩尻市スポーツ協会事務局または各支所にある申込書に記入の上、郵便局へ提出してください。

申し込み開始日 9月10日(水)

※詳細は塩尻市スポーツ協会ホームページをご覧ください。

## ふれフェスを開催

ふれあいセンター洗馬 ☎55337  
ふれあいセンター広丘 ☎55070  
ふれあいセンター東部 ☎572931

ふれあいセンターを知り、世代や立場を超えた交流を楽しみませんか。

日時 10月5日(日) 10:00～14:00

場所および内容

○ふれあいセンター洗馬

塩尻西部中学校学生共催イベント、ラーメン販売 など

○ふれあいセンター広丘 演奏会、

のど自慢、eスポーツ体験 など

○ふれあいセンター東部

手話、おさがり服会 など

※3センターをつなぐ無料巡回バスがあります。

※申し込み、参加費は不要です。

※地域まるごと推進員コーナーもあります。

## ハッピーハロウィーン!! トリック・オア・トリートの事前申し込み

ハッピーハロウィーンinおじり実行委員会事務局(商工課内) ☎50871

トリック・オア・トリートとは、仮装した参加者が大門商店街のお店を回り、「トリック・オア・トリート!」と言ってお菓子をもらうイベントです。

日時 10月25日(土) 12:00～15:00

場所 大門商店街

定員 2,000人(先着順)

参加費 1人500円(お菓子代)

申し込み方法

右のコード(公式ホームページ)で詳細を確認の上、お申し込みください。

申込締め切り日時

10月25日(土) 14:00



## 司法書士による空き家・空き地問題相談会

長野県司法書士会  
☎026-232-7492

電話相談

相談先 ☎0120-448-788

※当日のみの専用電話番号です。

面談相談

場所 長野市生涯学習センター3階第5・6学習室

申込締め切り日 9月22日(月)

※電話でお申し込みください。

共通事項

日時 9月23日(火・祝)

10:00～16:00

相談料 無料

相談例 実家が空き家になって困っているなど

## スマホ初心者のための講座と相談会

(一財)塩尻市振興公社地域DXセンターcore塩尻 ☎507960

講座①スマホで便利に公共交通を利用しよう  
「のーと塩尻」やLINEミニアプリ「おでかけ塩尻ナビ」の使い方を学びます。

日時 10月1日(水) 10:00～11:30

定員 6人(先着順)

講座②SNSを見てみよう

InstagramやFacebook、Xなどで行政情報や趣味に関する写真や動画を見てみましょう。

日時 11月5日(水) 10:00～11:30

定員 6人(先着順)

お困りごと相談会

「たまったお知らせを消したい」「写真を整理したい」など、スマホの使い方に関する困りごとの相談をお受けします。

期日 10月9日(木)

時間

○10:00～10:30

○10:30～11:00

○11:00～11:30

定員 各回2人(先着順)

※10月以降は毎月第2木曜日に定期開催します。

共通事項

場所 地域DXセンターcore塩尻

申込開始日 9月10日(水)

主催 市デジタル戦略課

※電話でお申し込みください。

## 松本歯科大学市民公開講座

問 松本歯科大学社会貢献・地域連携推進センター(庶務課内) ☎⑤2163

- 日時 10月4日(土)  
10:00～11:10
- 会場 えんぱーく 4階会議室401
- 演題 よく眠れない…その原因は睡眠時無呼吸症? ～歯科からできる対策をお話しします～
- 講師 樋口 大輔さん(歯科補綴学講座教授)、吉田 裕哉さん(歯科補綴学講座准教授)
- ※申し込み、参加費は不要です。
- ※受講した人には景品を進呈します。
- ※市営大門駐車場をご利用ください。

## 世界のフォークダンス(民族舞踊)初心者教室参加者を募集

問 塩尻フォークダンスクラブ(野澤) ☎090-3565-9157

気軽にリズムに乗って、心も体も楽しくリフレッシュしませんか。

■期日 9月18日・25日、10月2日・9日の木曜日

■時間 13:00～15:00

■場所 塩尻総合文化センター1階 軽運動室

■講師 社団法人日本フォークダンス連盟公認指導者

■持ち物 室内用シューズ、飲み物  
※申し込み、参加費は不要です。  
※1回のみ、途中からの参加も可能です。



## 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

心理学などの知識がなくても参加できます。

■対象 中学生以上

■期日および内容

- 9月21日(日) 遺伝的性格
- 10月26日(日) ストレス感受性
- 11月23日(日・祝) 自分の常識
- 12月21日(日) 聴き方の癖
- 8年1月18日(日) 伝え方の癖
- 8年2月15日(日) 本当の自分

■時間 13:15～16:30

■場所 えんぱーく 2階会議室202

■参加費 2,000円(資料代など)

■定員 15人(先着順)

■申し込み方法 電話、メール(☎koto@brain-tanaka.com)

または右のコード(ブレインホームページ)でお申し込みください。

■申込開始日 9月10日(水)



## 調停手続き相談会の開催

問 長野地方・家庭裁判所松本支部 ☎③3043

裁判所の調停委員が調停手続きの相談に応じます。

■日時 9月27日(土) 10:00～15:00  
(14:30受け付け終了)

■場所 松本市勤労者福祉センター

※申し込み、参加費は不要です。  
※紛争解決を図るものではありません。  
※現在調停や裁判を行っている事件のご相談は受けられません。

## しおじり森林塾(基礎編)

問 塩尻市森林公社 ☎③6733 FAX ③6744

山づくりの楽しさや魅力と一緒に学びませんか。安全に楽しみながら山づくりをする方法を、実践を通してお伝えします。

■対象 次のすべてに該当する人

- 所有林の整備を自ら行う
- チェーンソーを持っている
- 市内在住または在勤で両日参加できる

■期日および内容(2日で1コース)

- 10月4日(土) チェーンソーの基本操作、伐木作業の基礎知識・演習、森林調査
- 10月11日(土) 森林づくりの方針決め、立木の伐倒、チェーンソー整備

※予備日は10月25日(土)です。

■時間 8:30～16:00

■集合場所

塩尻市森林公社

■講師 大野 裕さん(島崎山林塾幹事)

■定員 6人(先着順)

■持ち物 チェーンソー、動きやすい服装、飲み物、タオル、汚れてもいい靴

■参加費 2,000円(保険料など)

■申し込み方法

電話、メール(☎forest@shiojiri.com)またはファクスでお申し込みください。

■申込期間 9月10日(水)～19日(金)

※詳細は塩尻市森林公社ホームページをご覧ください。

## えんてらすコレクション2025「災害に備える」

問 えんてらす ☎⑤0305

いつ起こるか分からない災害への備えについて考えてみませんか。どなたでもご参加いただけますので、お気軽にご参加ください。

■期日 9月13日(土) ■場所 えんてらす

※申し込み、参加費は不要です。  
※駐車場に限りがあるため、できる限り公共交通機関でお越しください。

防災講話「災害に備えて、準備しておくこと」

■時間 9:30～10:00

■講師 矢花 光博(市防災専門官)

講演会「避難所での健康管理について」

■時間 14:00～15:30

■講師 北村 千草さん(減災ナースながの代表)

## 広丘消防署・塩尻市消防団 消防防災フェスタ

消防の仕事に対する理解と、防火・防災に関する意識の啓発を目的に、消防防災フェスタを開催します。「体験、記憶、ふれあい」をコンセプトに、子どもたちや若い世代、子育て世代の皆さんに、消防・防災への関心を深めていただけるような、放水体験やバーチャルリアリティなどができる体験型のイベントです。

■時間 9:30～12:00

※詳細は広丘消防署に電話(☎④3010)でお問い合わせください。





# 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 9月1日(月)・8日(月)・16日(火)・22日(月)・24日(水)・29日(月)

**11月2日(日)**

### 神田伯山 第五回塩尻独演会

2年ぶりに神田伯山独演会開催決定！  
完売必至です。1階席のみの販売となります。  
ます。



大ホール<全指定席> 3,800円  
※未就学児入場不可

開場 13:15 開演 14:00

チケット発売中

**12月6日(土)**

### 八神純子 キミの街へ 2025 ～Share the moment with you～

今も変わらぬキーで聴く人の心を揺さぶる歌声と、圧倒的な歌唱力をぜひご堪能ください。



大ホール<全指定席>  
○前売り 7,000円 ○当日 7,500円  
※未就学児入場不可

開場 15:30 開演 16:00

チケット発売日 9月14日(日) 10:00  
初日の窓口販売はありません。

**令和8年1月25日(日)**

### 75周年記念 渡辺貞夫カルテット2026

2026年に活動75周年を迎え、ジャズの枠に留まらない独自のスタイルで世界を舞台に活躍しています。



大ホール<全指定席> 8,500円  
※未就学児入場不可

開場 15:30 開演 16:00

チケット発売日 9月21日(日) 10:00  
初日の窓口販売はありません。  
U-25チケットについてはお問い合わせください。

ユメックスアリーナ

## YUMEX ARENA

イベント情報

### 苦手克服教室 【縄跳び】

縄跳びを通じて体を動かすことを好きになってもらう教室です。縄跳びに苦手意識がある子どもやさきいに跳べるようになりたい子どもに、ジャンプや回し方などのコツをお伝えします。

■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 10月13日(月・祝)

■時間 ○幼児クラス 9:30～10:30  
○小学生クラス 11:00～12:00

■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 1,100円(保険代など)

■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または電話でお申し込みください。

■申込期間 9月12日(金)9:00～10月12日(日)21:00



※当日は室内での開催となります。

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 ☎0263-520280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198  
9月9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  
9月9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  
9月10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  
9月11日(木)・18日(木)・25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 ☎520871  
9月18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 ☎0111  
9月18日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就労相談 商工課 ☎520871  
9月25日(木) 13:30～16:30 えんぱーく

★こころの健康相談 健康づくり課 ☎520858  
9月24日(水) 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  
9月17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  
9月4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 ☎520858  
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 ☎520858  
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 ☎520891  
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 ☎527313  
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 ☎540783  
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 ☎525588  
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

塩尻医師会  
塩尻歯科医師会  
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<br>科 | 9月7日(日)  | 今井医院                   | 吉 田    | ☎1165 |
|        | 9月14日(日) | ひろおか上條クリニック            | 広 丘    | ☎3372 |
|        | 9月15日(月) | もみの木こどもクリニック           | 広 丘    | ☎0753 |
|        | 9月21日(日) | 桔梗ヶ原病院                 | 宗 賀    | ☎0012 |
|        | 9月23日(火) | しいな医院                  | 大 門    | ☎2933 |
|        | 9月28日(日) | 清水外科胃腸科医院              | 吉 田    | ☎2474 |
|        | 9月28日(日) | ひろおかさくらレディースウィメンズクリニック | 吉 田    | ☎0013 |
|        | 夜間緊急医    | 夜間急病センター (19:00～22:00) | 松本市 城西 | ☎0622 |

| 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<br>科 | 9月7日(日)  | 清水歯科クリニック | 広 丘 | ☎5160       |
|        | 9月14日(日) | 小松歯科医院    | 北小野 | 0266-463880 |
|        | 9月21日(日) | さいわい歯科医院  | 大 門 | ☎2058       |
|        | 9月28日(日) | かわしま歯科医院  | 大 門 | ☎5050       |

| 期 日             | 医療機関名 | 所在地 | ☎ |
|-----------------|-------|-----|---|
| 開局時間 9:00～18:00 |       |     |   |

|        |          |            |     |       |
|--------|----------|------------|-----|-------|
| 薬<br>局 | 9月7日(日)  | 広丘野村とをしや薬局 | 広 丘 | ☎6022 |
|        | 9月14日(日) | すみれ薬局      | 高 出 | ☎4415 |
|        | 9月15日(月) | いろは堂薬局     | 大 門 | ☎0532 |
|        | 9月21日(日) | ききょう薬局     | 宗 賀 | ☎0502 |
|        | 9月23日(火) | あい薬局       | 大 門 | ☎3851 |
|        | 9月28日(日) | 青い鳥薬局大門口   | 大 門 | ☎7800 |

医療情報Net（県内の医療機関）

<https://www.iryuu.teikyouseido.mhlw.go.jp/zkn-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

# みんなのひろば



## あふれんばかりの熱量で、地域の心を照らす

ローカルナイトピクニック実行委員会

今年で3回目の開催となるイベント、LOCAL NIGHT PICNIC（ローカルナイトピクニック）。会場の平出遺跡公園では、マーケットのほか、地元グルメを味わいながら音楽に身を委ね、芝生の上でのんびりとしたひとときを過ごせます。多彩なアクティビティも楽しめ、フィナーレにはランタンが夜空を彩ります。

主催は、地元出身者や移住者で構成された実行委員会。発起人は、生まれ育った北小野地区に東京都からUターンした川口純さん（写真中央）です。このイベントを通じて、地域の文化や人と触れ合う機会を生み出し、「塩尻がもっと滞在したくなるまちへと変わっていくきっかけになれば」との思いを込めたそうです。今では市内外から約2,000人が訪れ、ボランティアも100人以上集まるなど、地域を巻き込んだ一大イベントに成長しました。

特徴は、木曾漆器の技術やブドウの枝などを用いた会場装飾品を桔梗小学校や塩尻中学校などの子どもたちと作り、地元企業の協賛を得るなど、徹底して地域を巻き込んでいる点。川口さんは「市民限定の割引もあるので、ぜひ市民の皆さんに来てほしい」と呼び掛けています。



◀チケットなどの詳細は、左のコード（ローカルナイトピクニックホームページ）でご覧ください。



9月1日は防災の日。災害に備えて公式ラインの友だちに！

マンガでまなぼ



作画：松本歯科大学3年生 ユティコさん