



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 11月4日(火)・10日(月)・17日(月)・25日(火)

12月20日(土)

五条院凌 Raw Fabulous Sound
-Noël at Raisin Hall-

東京オペラシティで話題を呼んだ“Raw Fabulous Sound”が、クリスマス前の長野に、クラシックの名曲と“GOJOSIC”を柱に、聖なる夜を祝う麗しき音世界を広げます。



大ホール<全指定席>

○前売り 5,000円 ○当日 5,500円

※3歳以下入場不可、4歳以上チケット必要

開場 16:00 開演 17:00

チケット好評発売中

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

チケット好評発売中

令和8年1月31日(土)

第二十四回れざん亭
～新春特選会～

新春恒例、れざん亭で初笑い！ 笑う門には福来る。

■出演者

- 五街道雲助
- 立川談笑
- 古今亭文菊
- 江戸家猫八



中ホール<全指定席> 3,500円

開場 13:15 開演 14:00

チケット好評発売中

ユメックスアリーナ

YUMEX ARENA

イベント情報

苦手克服教室 【マット運動】

マット運動では、前転・後転などの技やコツ（回り方・動作）をお伝えし、鉄棒や跳び箱を行う上で重要な動きを身に付けていきます。体を動かすことの楽しさ、できるようになったときの達成感などを得て苦手克服を目指します。

■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 12月21日(日)

■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

■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 11月17日(月)9:00～12月20日(土)21:00



問 ユメックスアリーナ

☎0263⑤23800

※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
11月20日(木) 10:00～15:00 塩尻総合文化センター

★公証相談 市民課 ☎内線1198
11月20日(木) 10:00～15:00 塩尻総合文化センター

行政相談 市民課 ☎内線1198
11月20日(木) 10:00～15:00 塩尻総合文化センター

★法律相談 市民課 ☎内線1198
11月20日(木) 10:00～15:00 塩尻総合文化センター

★労働問題全般相談 商工課 ☎520871
11月20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 ☎520111
11月20日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就労相談 商工課 ☎520871
11月27日(木) 13:30～16:30 えんぱーく

女性のための人権相談 企画課 ☎内線1354
11月21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 ☎520858
11月26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
11月19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
11月13日(木) 13:30～15:30 市保健福祉センター

★初心者向けスマホ相談 塩尻市振興公社 ☎507960
11月13日(木) 10:00～11:30 地域DXセンターcore塩尻

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 科	11月2日(日)	塩尻病院	大 門	520145
	11月3日(月)	百瀬医院	大 門	520286
	11月9日(日)	奈良井医院	洗 馬	520695
	11月16日(日)	広仁堂医院	広 丘	521520
	11月23日(日)	塩尻協立病院	塩尻東	535353
	11月24日(月)	松本歯科大学病院 内科・整形外科	広 丘	52300
	11月30日(日)	ふるや内科クリニック	大 門	872280
夜間緊急医		夜間急病センター (19:00～22:00)	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	11月2日(日)	塚越歯科医院	大 門	541088
	11月9日(日)	ツカハラ歯科医院	大 門	542300
	11月16日(日)	つづく歯科医院	吉 田	863388
	11月23日(日)	にこり歯科	広 丘	876966
	11月30日(日)	歯科手塚医院	宗 賀	520498

期 日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00～18:00			

薬 局	11月2日(日)	立石薬局	大 門	521160
	11月3日(月)	しらかばのみち薬局	大 門	536360
	11月9日(日)	青い鳥薬局大門口	大 門	527800
	11月16日(日)	広丘野村とをしや薬局	広 丘	516022
	11月23日(日)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	515311
	11月24日(月)	あい薬局	大 門	313851
11月30日(日)		いずみ薬局	大 門	872533

市外の当番医

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>

