



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 1月1日(木)～3日(土)・13日(火)・19日(月)・
26日(月)・27日(火)

1月24日(土)

しまじろうコンサート 「しまじろうの ミュージックアドベンチャー」

小さな子どもも大人も、思わず夢中になる客席参加型のステージ。0～6歳が遊べる歌・ダンス・知育クイズ満載で、成長を感じるコンサートです。



大ホール＜全指定席＞ 3,580円

※3歳以上有料です。3歳未満は保護者1人につき子ども1人まで膝上鑑賞は無料。ただし、座席が必要な場合は有料です。

開場 ①11:00 ②14:00

開演 ①11:30 ②14:30

チケット好評発売中

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！ 笑う門には福来たる。

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

3月21日(土)

劇団四季ファミリーミュージカル 「カモメに飛ぶことを教えた猫」

「カモメに飛ぶことを教えた猫」は、猫とカモメの温かい心の交流を描いた、劇団四季ファミリーミュージカルです。



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歳未満入場不可です。

開場 15:15 開演 16:00

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【鉄棒】

鉄棒を通じて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。鉄棒が初めてな人や苦手な人にぴったりの教室です。

■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 2月14日(土)

■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 1月19日(月)9:00～2月13日(金)21:00

ミズノエンジョイフットサル大会

ミズノエンジョイフットサル大会を開催します。誰でも気軽に楽しめる大会なので、友人同士での参加もお待ちしています。大会終了後には豪華景品が当たるお楽しみ抽選会も開催します。

■対象 高校生以上

■日時 2月28日(土) 12:00～17:30

■場所 ユメックスアリーナメインアリーナ

■定員 12チーム (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 11,000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 1月19日(月)9:00～2月27日(金)21:00

問 ユメックスアリーナ
☎0263③3800

※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 ☎0263⑤20280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198

1月13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

1月13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

1月14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

1月8日(木)・15日(木)・22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

1月15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 ☎②0111

1月15日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就職相談 ミニジョブカフェしおじり 商工課 ☎⑤0871

1月22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 ☎⑤0858

1月28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

1月21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

1月8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

1月8日(木)・21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 ☎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	12月28日(日)	こしはら内科クリニック	吉 田	⑥5480
	12月29日(月)	しおはら小児科・皮膚科クリニック	広 丘	⑧5265
	12月30日(火)	かもいクリニック	高 出	⑧5773
	12月31日(水)	はま内科呼吸器クリニック	高 出	⑧7313
	12月31日(水)	桔梗ヶ原病院	宗 賀	⑤40012
	1月1日(木)	しおはら小児科・皮膚科クリニック	広 丘	⑧5265
	1月2日(金)	赤羽医院	広 丘	⑤4864
	1月3日(土)	荒井内科小児科医院	吉 田	⑤83646
	1月4日(日)	今井医院	吉 田	⑤81165
	1月11日(日)	しいな医院	大 門	⑤12933
	1月12日(月)	清水外科胃腸科医院	吉 田	⑤82474
	1月18日(日)	種山医院	大 門	⑤31010
	1月25日(日)	中村病院	高 出	⑤23321
	1月25日(日)	吉田原耳鼻咽喉科	吉 田	⑥50711
	2月1日(日)	桔梗ヶ原病院	宗 賀	⑤40012
	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	12月28日(日)	松井歯科医院	洗 馬	⑤41062
	12月31日(水)	宮下歯科医院	吉 田	⑥54690
	1月1日(木)	三野歯科医院	広 丘	⑤21532
	1月2日(金)	白木歯科医院	大 門	⑤20068
	1月3日(土)	白木歯科医院	大 門	⑤20068
	1月4日(日)	渡辺歯科医院	片 丘	⑤43534
	1月11日(日)	青木歯科医院	高 出	⑤36868
	1月18日(日)	内川歯科医院	広 丘	⑤44111
	1月25日(日)	伊沢歯科医院	大 門	⑤27617
	2月1日(日)	うすい歯科医院	檜 川	0264③2856

期 日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00～18:00			

薬 局	12月28日(日)	日医調剤塩尻薬局	吉 田	⑤07731
	12月29日(月)	小松薬局	大 門	⑤20430
	12月30日(火)	おひさま薬局	高 出	⑧87964
	12月31日(水)	すみれ薬局	高 出	⑤04415
	1月1日(木)	みどりヶ丘薬局	広 丘	⑤38488
	1月2日(金)	青い鳥薬局大門口	大 門	⑤27800
	1月3日(土)	上條薬局	大 門	⑤41530
	1月4日(日)	いろは堂薬局	大 門	⑤20532
	1月11日(日)	あい薬局	大 門	③13851
	1月12日(月)	いろは堂薬局	大 門	⑤20532
	1月18日(日)	青い鳥薬局大門口	大 門	⑤27800
	1月25日(日)	上條薬局	大 門	⑤41530
	2月1日(日)	ききょう薬局	宗 賀	⑤10502

市 外 の 当 番 医	医療情報Net(県内の医療機関) 🌐 https://www.iryu.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			