

広報 塩尻

SHIOJIRI 

2026

4 月号

No.1215

子どもたちの笑顔と
毎日の暮らしを支える
予算

【トピックス】

- ② 特集 令和8年度塩尻市予算
- ⑥ 民間保育施設のデイ保育
- ⑧ 塩尻ワイナリーフェスタ2026
- ⑨ 身近な特定外来生物

広報塩尻は、令和8年全国広報コンクールで県代表に選ばれました。

特集

令和8年度塩尻市予算

令和8年度一般会計予算の総額は334億円で、前年度比5%増の16億円の増額となります。予算の概要と、主な取り組みをお知らせします。

問 財政課 財政係 ☎0263②0280 内線1361

一般会計 334 億円

限りある資源を最適に配分

令和8年度は、本市が目指す「多彩な暮らし、叶えるまち。―田園都市しおじり―」の実現に向け、第1期中期戦略に掲げた目標を達成するための総仕上げとして、予算を編成しました。

今回の予算では、長引く物価高騰への対応や公共施設の老朽化対策といった喫緊の課題にスピード感を持って対処します。同時に、子育てや教育環境、福祉の充実、地域経済の活性化、安全な道路整備など、皆さんの毎日の暮らしに直結する事業にも重点を置きました。

過去最大の予算規模

8年度一般会計予算は334億円で、前年度比5%増の16億円増額、2年連続で過去最大となりました。

歳入では、個人の所得増や法人の業績改善を見込み、市税は前年度比2.1%増の約108億円となりました。また、国から交付される地方交付税も前年度比6.5%増の約62億円を見込んでいます。

歳出では、社会保障関連の扶助費の増加や給与改定に伴う人件費の増加などにより、義務的経費として前年度比3%増の約161億円を計上しました。また、レザンホールや広丘南保育園の大規模改修など、公共施設の安心安全を維持していくため、

一般会計の歳入

繰入金

18億9327万円(5.7%)
市の基金や他の会計からの繰入金

市債

19億5210万円(5.8%)
国や銀行などからの借入金

県支出金

19億6119万円(5.9%)
県からの補助金や負担金など

譲与税・交付金

29億5498万円(8.8%)
地方譲与税や地方消費税交付金など

その他

30億590万円(9.0%)
寄付金、分担金、負担金、使用料など

市税

108億790万円(32.4%)
固定資産税、市民税、市たばこ税など

地方交付税

62億1000万円(18.6%)
普通交付税と特別交付税

国庫支出金

46億1466万円(13.8%)
国からの補助金や負担金など

市税の内訳

科目	予算額	構成比
固定資産税	51億3876万円	47.5%
市民税	45億5240万円	42.1%
市たばこ税	4億2700万円	4.0%
都市計画税	4億1930万円	3.9%
軽自動車税	2億7030万円	2.5%
鉱産税	10万円	0.0%
入湯税	4万円	0.0%

歳入

会計別予算額

- **一般会計** 市税や国、県からの交付金などを主な財源とする会計で、事業の大部分を占めています。
- **特別会計** 特定の事業を行うための会計で、主として保険料や使用料などの収入で賄われています。
- **公営企業会計** 事業によって得る収入で支出を賄う独立採算型の会計です。

会計名		予算額	対前年度比
一般会計		334億円	5%
特別会計	国民健康保険事業	62億6154万円	0.4%
	介護保険事業	60億2758万円	0.8%
	国保榑川診療所事業	2559万円	6.4%
	後期高齢者医療事業	12億1114万円	8.8%
	小計	135億2585万円	1.3%
公営企業会計	水道事業	33億2051万円	△8.9%
	下水道事業	53億5424万円	△0.1%
	小計	86億7475万円	△3.7%
総計		556億60万円	2.7%

※端数調整のため、必ずしも合計などは一致しません。

※8年度予算の詳細は、右のコード（市ホームページ）をご覧ください。



普通建設事業費に前年度を大きく上回る前年度比32・3%増の約25億円を計上しました。

教育と暮らしを全力でサポート

8年度予算の柱として、「教育充実と暮らし応援」を掲げました。教育充実では、「教育も多彩、育つ人も多彩」という思いの下、小学校給食費の無償化や子どもの居場所づくり支援の拡充を進めます。子ども一人ひとりの個性に寄り添い、多様な学びを支える教育環境を整えます。暮らし応援では、物価高騰対策としての商品券配布事業をはじめ、福

祉の充実など、毎日の暮らしを下支えする取り組みを強化します。

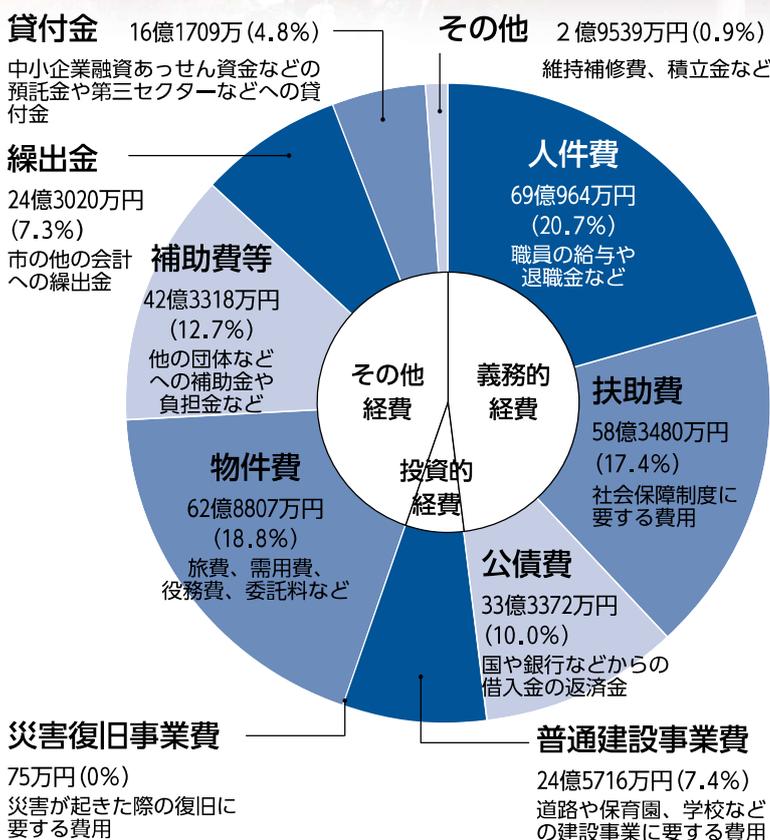
持続可能な財政運営に向けて

今後の財政運営は、人口減少に伴う税収の減少や、公共施設の老朽化対策、不透明な物価動向などにより、引き続き厳しい状況が続く見込みです。こうした状況を見据え、安定した財政運営の土台を築く実行計画として、7年度に「行財政改革アクションプラン」を策定しました。財源の確保や事業の見直し、業務の効率化などを計画的に進め、健全な財政を維持していきます。

一般会計の歳出

歳出を目的別に分類

科目	予算額	構成比
福祉の充実(民生費)	122億2270万円	36.6%
教育・文化の振興(教育費)	49億7012万円	14.9%
市の借入金返済(公債費)	33億3372万円	9.9%
市の運営・防災対策(総務費)	32億9316万円	9.9%
道路・公園などの整備(土木費)	28億4756万円	8.5%
商工・観光の振興(商工費)	26億5717万円	8.0%
健康・衛生の推進(衛生費)	18億6944万円	5.6%
消防・水害対策(消防費)	9億6277万円	2.9%
農林水産業の振興(農林水産業費)	9億6148万円	2.9%
その他(議会費など)	2億8188万円	0.8%



歳出

令和8年度の主な事業

令和8年度予算に計上している事業の中から、教育充実と暮らし応援に着目して、いくつかの事業をご紹介します。



財政課 保田

～教育充実～



小学校の給食費無償化

小学校給食運営事業諸経費（4900万円）

国の「学校給食費の抜本的な負担軽減」の実施により、国の支援基準額を超過する費用は公費負担とし、保護者の負担をゼロにします。



STEAM教育の推進

小学校特色ある教育活動事業（106万円）

プログラミングやロボット制作などの体験型学習を通して、これからの社会に必要な創造力や論理的思考力を養うSTEAM教育。民間団体と連携して推進していきます。



部活動の地域展開を推進

部活動地域展開推進事業（4796万円）

地域クラブ活動に対する認定制度や認定を受けた地域クラブ活動に対する補助制度などを創設し、民間地域クラブ活動の創出や運営を伴走支援します。



こどもの居場所づくりの拡充

こどもの未来応援事業ほか（519万円）

こども食堂などへの補助の増額、民間フリースクールとの連携による市民開放DAYの設定など、子どもが安心できる居場所づくりへの支援を拡充します。



放課後児童クラブへの入退館管理システム導入

児童館・児童クラブ運営費（411万円）

アプリを通じた入退館時刻の通知や出欠席登録をできるようにすることで、子どもの安全管理の強化と保護者の利便性の向上を図ります。



外国由来児童生徒のための日本語学習塾での初期集中指導の試行

教育相談支援事業（75万円）

民間の日本語学習塾と連携し、日本語を話せない外国由来児童生徒への日本語初期集中指導を、試行的に実施します。

～暮らし応援～



市民一人当たり6千円分の商品券を配布

物価高騰対策商品券配布事業（4億2380万円）

物価高騰による家計負担の軽減と、地域経済の活性化を図るため、市内の取扱店舗で使える商品券「しおじり生活応援券」を市民の皆さんに配布します。



低所得世帯へのエアコン購入費などを補助

住民税非課税世帯エアコン設置促進事業（2160万円）

熱中症による健康被害防止のため、生活保護世帯および住民税非課税世帯のうち、居宅に稼働可能なエアコンがない世帯に、県の補助を活用して購入費などを補助します。



中学校給食費の物価高騰分を市で負担

中学校給食運営事業諸経費（2100万円）

物価高騰による食材費の上昇に対応し、学校給食費の保護者負担を軽減するため、物価高騰の差額分を公費負担とします。



介護保険事業所・障害福祉サービス事業所に支援金

物価高騰対策事業所支援金（426万円）

物価高騰の影響を受けている市内の介護保険事業所や障害福祉サービス事業所などの負担軽減を図るため、支援金を交付します。

～公共施設～

レザンホールの安全性の向上

文化会館改修事業（10億2377万円）

施設の安全性と快適性を確保するため、大・中ホールなどの吊天井の耐震化と施設や設備の長寿命化改修に関する設計を行い、工事にも着手します。



持続可能な学校の在り方を考える

学びと学校施設の最適化検討事業（698万円）

児童生徒数の減少により多様な学びの機会が縮小することを防ぐため、学校再編や通学区の見直しなどの基準を策定し、教育環境の維持・向上を目指します。



～その他～

安心安全なまちづくりを進めます

道路や歩道などのインフラ整備（8億7480万円）

自然災害への備えや安心安全な交通確保、生活の利便性向上に向け、道路や歩道、道路排水（側溝）などを整備するとともに、橋や道路の長寿命化を実施します。



女性も活躍できる消防団に

ウェルカム女性団員等応援事業など（292万円）

消防団特設サイトなどを活用して消防団の魅力発信を行い、消防団詰め所の改修（女子更衣室の設置）をして、女性団員が活動しやすい環境づくりを行います。



各施設の
特色ある

民間保育施設のデイ保育

本市では市立保育園だけでなく民間保育施設でもデイ保育を実施しています。4月から民間保育施設でのデイ保育受け入れを拡充するため、対象となる5施設を紹介します。

問 保育課 保育企画係
☎0263②0280 内線3172

未就園の子どもを一時的に保育する

保育園などに通園していない未就学の子どもを一時的に家庭で保育できない場合に、保護者に代わって保育する事業です。通院など急な用事のほか、買い物や心身のリフレッシュといった理由でも利用することができます。

特色を生かしたデイ保育

市内の民間保育施設は、0～2歳児対象の地域型保育施設や、デイ保育のみを実施する施設など、その規模や保育形態はさまざまです。現在、本市では市立2園、民間5施設でデイ保育を実施しています。民間施設でのデイ保育は、施設の雰囲気や保育内容などに違いがあり、それぞれの特色を生かした保育を行っています。デイ保育に預けることで、通園を考えている園の体験や、自分の子どもに合った施設を見つけられます。

無料クーポンで利用拡充

家庭で子どもを保育している世帯を応援するため、デイ保育の事前登録の際に、デイ保育に利用できる無料クーポンを配付しています。ぜひクーポンを使ってデイ保育をご利用ください。

複合施設「そらの木プラザ」がオープン！ ひかりテラス保育園からデイ保育が移転します。

ひかりテラス保育園 デイ保育(そらの木プラザ内)

■住所 広丘高出1855番地12
■電話番号 ☎0263②3202

- 対象 生後6カ月～2歳(4月1日時点)
 - 保育時間 9:00～16:00
 - 料金 400円(1時間)
 - 食事 給食350円、おやつ1食80円(午後のみ)
- ※給食は卵、小麦、乳不使用のものを提供しています。

ネット予約、キャッシュレス決済ができます。そらの木プラザにも遊びに来てください。



デイ保育利用の流れ

Check!

令和8年度のデイ保育実施開始日は園によって異なります。事前登録、利用したい日の予約は受け付けています。

①利用したい保育施設で事前登録

- ・電話で事前登録の予約をする
 - ・予約日に利用する子どもと一緒に保育施設へ行く
- ※複数の施設での利用を希望する場合は、それぞれ事前登録が必要です。
※年度ごとに登録が必要です。

事前登録の際に、デイ保育利用クーポンを配付します。

■配付枚数

1時間券×50枚(子ども一人につき1セット)
※母子健康手帳が必要です。



②実際に利用したい日を電話で予約する

受付時間 平日9:00～16:00
※希望日の1カ月前から予約できます。

③当日、持ち物を持参して登園

一時的保育(デイ保育)申込書を持参してください。

郷原つつじ保育園

■住所 広丘郷原1765番地37
■電話番号 ☎0263@8825

- 対象 生後6カ月～2歳(4月1日時点)
 - 保育時間 9:00～16:00
 - 料金 400円(1時間)
 - 食事 給食200円、おやつ1食50円
- ※離乳食と食物アレルギーの子どもはお弁当・おやつ持参です。

お子さんの様子を見ながら、通園しているお友だちと合流して一緒に遊んでいます。



ぱびいキッズ

■住所 大門一番町7番1号
■電話番号 ☎080-5146-7266

- 対象 生後3カ月～就学前
 - 保育時間 9:00～16:00
 - 料金 ○3歳未満児 400円(1時間)
○3歳以上児 200円(1時間)
- ※料金の年齢は利用する年度の4月1日時点です。
- 食事 お弁当・おやつ持参

お昼寝布団不要、屋内駐車場完備で悪天候時の送迎も安心です。LINE予約もできます。



塩尻みらい保育園 ひろおかキッズ

■住所 広丘原新田147番地1
■電話番号 ☎0263@5381

- 対象 生後12カ月～2歳(4月1日時点)
 - 保育時間 9:00～16:00
 - 料金 400円(1時間)
 - 食事 給食300円、おやつ1食80円
- ※1歳6カ月未満、離乳食、きざみ食、食物アレルギーの子どもはお弁当・おやつ持参です。

系列園だからこそ、どちらに預けても同じ環境で同じ保育を実施できるので、子どもたちにも安心して利用してもらえます。



塩尻みらい保育園 よしだキッズ

■住所 広丘吉田1050番地1
■電話番号 ☎0263@6607

- 対象 生後12カ月～2歳(4月1日時点)
 - 保育時間 9:00～16:00
 - 料金 400円(1時間)
 - 食事 給食300円、おやつ1食80円
- ※1歳6カ月未満、離乳食、きざみ食、食物アレルギーの子どもはお弁当・おやつ持参です。



塩尻ワイナリーフェスタ2026



今年で20回目を迎える「塩尻ワイナリーフェスタ」。市内ワイナリーが一堂に会する、市内随一のワインイベントの概要をご紹介します。

問 観光プロモーション課
☎ 0263⑤0886

5月23日(土)・24日(日)

塩尻ワイナリーフェスタってどんなイベント？

①フェスタ参加にはチケットが必要です。

楽しみ方は2種類。ゆったり飲んで楽しむか、ワイナリーを巡ってワインの知識を深めながら楽しむか。

ワインピクニック (10:00~17:00)

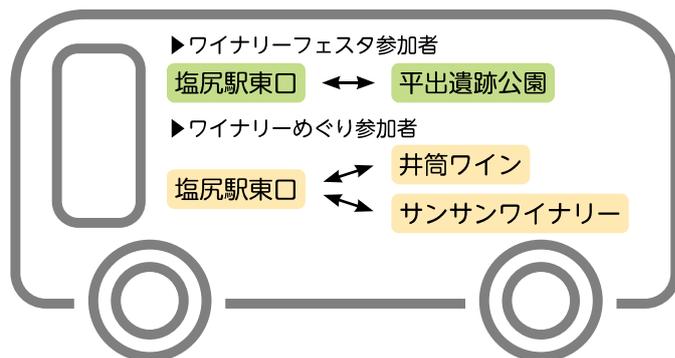
平出遺跡公園内の開放的な空間で、好きなワインとフードを楽しみながらゆったりと過ごせます。市内ワイナリーのワインを飲み比べができるのも魅力です。※前売りチケットを販売中(先着順)です。

ワイナリーめぐり (9:00~16:00)

専用の循環バスに乗って、市内にある5社のワイナリーを巡ることができます。普段見られないワイン醸造過程や貯蔵庫、ブドウ畑などを見学できます。※ワイナリーめぐりのチケットは両日完売しています。

塩尻駅から往復シャトルバスを運行！

■受付時間 8:30から ②受け付けを済ませて
■受付場所 塩尻駅前公園(東口) からご乗車ください。



ワインピクニックは 当日券の販売があります

ワインピクニックの当日券販売を行います。ギリギリまで予定が分からない人も安心してご参加ください。

■販売場所 塩尻駅前公園(東口) チケット売り場

■料金 2,000円(現金払いのみ)

■特典 ワイングラス(プラスチック製)

※前売り特典の、塩尻志学館高校「KIKYOワイン」の無料試飲は付きません。

▶前売り券や当日券などの詳細は右のコード(塩尻ワイナリーフェスタホームページ)をご覧ください。



駆除にご協力ください！

身近な特定外来生物

問 生活環境課 環境係
☎0263-0744

地域の自然環境に大きな影響を及ぼす特定外来生物が、猛威を振るう季節が訪れます。それぞれの特徴を知り、駆除にご協力ください。

オオキンケイギク



画像提供
県環境保全研究所

繁殖力がとても強く、種と根茎により広がり、1年間放っておくと、その翌年には何倍にも増加します。花の大きさは直径5～7cm、茎は30～70cm程度で、細長いへら状の葉の両面に毛があるのが特徴です。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
発芽				■	■							
伸長成長				■	■	■	■	■	■	■		
開花				■	■	■	■	■	■	■		
結実					■	■	■	■	■	■		
駆除作業					■		■		■			

オオハンゴンソウ



画像提供
県環境保全研究所

最大2mを超える大型の植物で繁殖力が強く、地下茎からは他の植物の発芽抑制物質を分泌させます。花の大きさは直径6～10cm、花びらは6～14枚、茎は0.5～2.0m程度で、葉の裂片に粗い鋸歯があるのが特徴です。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
発芽					■							
伸長成長					■	■	■	■	■	■		
開花							■	■	■	■		
結実								■	■	■		
駆除作業					■		■		■			

アレチウリ



画像提供
県環境保全研究所

一年生草本で、つるを伸ばして他の植物を覆うように繁茂するため、光を遮って他の植物の成長を妨げます。荒い毛が密生したつるに巻きひげがあり、葉の直径は10～20cmで、表裏がざらざらしているのが特徴です。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
発芽					■	■	■	■	■	■		
伸長成長					■	■	■	■	■	■		
開花							■	■	■	■		
結実							■	■	■	■		
駆除作業					■		■		■			

オオカワヂシャ



画像提供
環境省

多年生草本で、冬季も流水がある場所では枯れずに越冬します。花の大きさは直径5～7mm、4深裂した花を多数咲かせ、3～7cmほどの長さの細長い葉で、草丈は0.3～1mに達し、湿地に群生するのが特徴です。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
発芽											■	
伸長成長					■	■	■	■	■	■		
開花					■	■	■	■	■	■		
結実					■	■	■	■	■	■		
駆除作業	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

駆除の方法は 根元から抜き その場で枯らして 燃えるごみ

1 根茎が残ると再生するため、根元から引き抜きましょう。



2 密閉できる袋に入れ、その場で数日間天日にさらして枯死させましょう。
※枯死させていない状態の運搬は禁止されています。



3 「もえるごみ」として出しましょう。
※「落ち葉」や「刈り草」として出さないでください。



※引き抜く方法のほかに、種をつける前に刈り払うことで、種による繁殖を防ぐことができます。ただし、残った根から再生するため、継続した実施が必要です。

駆除の方法などは、右のコード（市ホームページ）をご覧ください。





2/27 金

木のぬくもりに触れ、親子で楽しむ

木の玩具で遊ぼう
宗賀中央保育園

宗賀中央保育園、宗賀公民館、地域ボランティアが連携して企画した木育イベントに、22組の未就園児の親子が参加しました。

講師の西牧伸悟さんから木育についての説明があり、会場に入ります。木のパズルやままごとと道具などのおもちゃに大興奮の子どもたち。一人遊びに没頭する子や母親や友達と一緒に楽しむ子もいました。

市内在住の原あゆ美さん、つぐみちゃん親子は「普段はあまり木のおもちゃに触れる機会がないので、たくさん触れられてよかった」と笑顔で話していました。



3/3 火

インナーマッスルを鍛えて骨盤安定や姿勢改善を

インナーマッスル講座～小・中大殿筋編～
高出地区体育館

41人が参加したインナーマッスル講座。今回は体を動かしながら、臀部のインナーマッスルである小・中大殿筋について学びました。講師は理学療法士の大塚公規さん。筋肉がどの場所にあるか、どんな動きを支えているかを動画を用いて説明した後、自分の体を動かして見せながら筋力チェックやエクササイズなどを指導しました。

「けがをしないように無理のない範囲で動かして」と大塚さん。参加者は、姿勢改善のために普段意識しない筋肉の鍛え方を学びました。



3/7 土

春を呼ぶ心地よいアンサンブルを聴く

春を呼ぶコンサート

📍 洗馬小学校

市内から約40人が来場した、今回で5回目のコンサート。会場となった洗馬小学校の洗馬っ子ルームには、寄贈されてから多くの人の支援で修理をしながらも、当時の面影を残す91年の歴史を誇るピアノがあります。そのピアノを弾く木内栄さんとフルートの丸山貴菜さん、バイオリンの酒井和彦さんの三重奏で、クラシックや邦楽の曲を演奏しました。演奏前には、酒井さんの軽快なトークで曲の情景や歴史を紹介。来場者は目を閉じて音楽に聴き入り、アンサンブルを楽しんでいました。

聴衆の心を引きつけた心地のよい演奏は、聴く人に春を感じさせるひとときとなったことでしょう。



3/14 土

初年度最後のホコ天で笑顔

えんぱーくピクニック&大門マルシェ

📍 大門商店街

令和7年度から始まった、大門商店街を歩行者天国にする「えんぱーくピクニック」。市と(株)おじり街元気カンパニーが連携して行った「居心地が良く歩きたくなるまちなか」を目指した社会実験です。

8回目となった当日は、83種類のキッチンカーやワークショップのブースなどに約2,300人が来訪。松本市から4歳の娘と来場した鈴木瑠美(33)さんは、「前からずっと来たかったイベント。いろんな店があって楽しい」と笑顔。次回は4月11日(土)に開催します。



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

- 日時 4月14日(火) 10:00～11:30
- 場所 片丘支所、楢川支所、北小野地区センター
- 持ち物 母子健康手帳、バスタオル
- 申し込み方法
健康づくり課へ電話 (☎ 02855) でお申し込みください。
- 申込締め切り日 4月10日(金)

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	4月23日(木)
10カ月児相談	4月21日(火)
1歳6カ月児健診	4月8日(水)
3歳児健診	4月16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。

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
	4月11日(土)・25日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会	4月14日(火)	11:15～11:35	片丘分館

※申し込み、参加費は不要です。

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。

- 期日 4月17日(金)
- 時間 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 右のコード(電子申請)でお申し込みください。
- 申込締め切り日時
4月15日(水) 12:00



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応じます。

場所	期日	時間
中央	4月8日(水)・22日(水)	10:00～11:30
北部	4月16日(水)・30日(水)、5月7日(水)	

- 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応じます。

場所	期日	時間
中央	4月22日(水)	10:00～11:30
北部	4月6日(月)	

- 持ち物 母子健康手帳、自宅で使用している歯ブラシなど

しほり
子育て
つながる相談室



Zoomを利用して、自宅にい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

おでかけ支援センター～季節を感じながら、外遊びを楽しみませんか～

問 子育て支援センター ☎ 3382

親子で体を動かしたり、消防署へお散歩に行ったりしましょう。

■対象 講座当日に3歳（年少に上がる前）までの外を歩ける子どもと保護者

■日時 5月19日(火) 10:00～11:00（雨天中止）

■集合場所 桔梗小学校西側なかよし広場

■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 飲み物、帽子、着替え、動きやすい服装、履き慣れた靴

■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 4月13日(月)～24日(金)

※抽選の結果は4月28日(火)までにメールで連絡します。



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	4月9日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	4月8日(水)	10:30～10:45	北部子育て支援センター
乳幼児向けおはなし会	4月14日(火)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	4月17日(金)、5月8日(金)	10:30～10:45	北部子育て支援センター
	4月20日(月)	10:30～10:45	子育て支援センター
こみおばちゃんのわらべうた	4月23日(木)	10:15～11:00	北部子育て支援センター

このほかのイベントは、16～25ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係

問 ☎ 30333

✉ webmaster@city.shiojiri.lg.jp

市内在住の0歳～年長児の子どもの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、性別、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、本市からメールでご連絡します。



坂田 ^{せな} 聖七ちゃん（3歳）

春から保育園頑張りうね！
みんなセナちゃんが大好きだよ！



荻原 ^{れんと} 蓮叶ちゃん（2歳）

いつもみんなに笑顔をありがとう！
れんれん、だいすき！



塩島 ^{ゆうじ} 由士ちゃん（1歳）

たくさん運動して、たくさん食べて、
元気に育ってね！



小松 ^{いおり} 伊織ちゃん（4カ月）

あなたと過ごす毎日がすてきな
思い出です。元気に育ってね！

「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

交通安全活動について

Q 市で行っている交通安全活動を教えてください。

A お答えします

本市では、子どもや高齢者向けなど、多くの交通安全活動を行っています。

小・中学校の下校時刻には、市の交通指導員が交通指導パトロールを行っています。保育園、幼稚園、小・中学校などでは、交通指導員や委託のNPO法人による交通安全教室を実施。ふれあいセンターなどでは、高齢者向けの交通安全教室を実施しています。新小学1年生の希望者には、車の運転者からも目立つ「黄色い帽子」を配布。暗い道を歩く機会が増えることから、新中学1年生の希望者には夜光反射材を配布しています。また、夕方から夜にかけての

重大事故を防ぐため、高齢者の希望者にも夜光反射材を配布しています。

年4回の交通安全運動週間では、塩尻警察署や塩尻交通安全協会と協力し、商業施設などで夜光反射材を配布。JR塩尻駅・広丘駅前駐輪場では、自転車の安全利用やヘルメット着用の啓発などを実施しています。このほか、小学6年生には「我が家の交通安全課長」を委嘱し、交通安全の標語の考案を通じて、家庭での交通安全意識の高揚を図る活動も行っています。今後も交通死亡事故ゼロを目指し、関係機関などと協力して、効果的な交通安全活動を推進していきます。

問 都市計画課 計画係
0263-920689

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。

交通安全活動について 聞きました

市民インタビュー



宮澤 寛さん
(吉田三区)

「いってらっしゃい」が紡ぐ笑顔

現在71歳です。8年前、主任児童委員だった頃から吉田小の通学路に立ち続けています。毎朝1時間ほど、20人ほどの子どもたちの道路の横断を見守りながら、声を掛けています。

入学時に泣いていた子が楽しそうに登校する姿や、進級して弟や妹を率いる姿…。日々成長していく姿が頼もしいですね。卒業時に感謝の言葉を頂いたことや、お礼の手紙を頂いたこともあります。地域の宝である子どもたちを、いつまでも見守っていきたいです。

▶▶▶ 4月から自転車の交通ルールが変わります ◀◀◀

4月から、16歳以上の自転車利用者の交通違反に「交通反則通告制度(青切符)」が導入されました。信号無視や一時不停止、スマホ使用などの違反に対し、反則金が科されます。自転車は「車の仲間」。自転車事故の多くはルール違反が原因です。重大事故から自他の命を守るため、交通ルールを確認し、安全運転を徹底しましょう。詳細は右のコード(市ホームページ)をご覧ください。





塩尻の給食で食卓に笑顔を!

魚のおかず



konkon.jp

<https://konkon.jp/>

※市ホームページからもご覧いただけます。



ワンポイント //

春と秋の年2回、旬の時期があるカツオ。旬の魚を使っておいしく食べられるメニューです。

かつおの甘辛丼

材料(4人分、使用順)

ショウガ ----- 1 かけ	揚げ油 ----- 適量
ニンジン ----- 中1/2本	★酒 ----- 大さじ1と2/3
長ネギ ----- 中2/3本	★濃口しょうゆ -- 大さじ1と1/3
酒 ----- 大さじ1	★みりん ----- 大さじ1と1/3
カツオ(角切り) ----- 240グラム	★砂糖 ----- 大さじ1と1/3
枝豆(むき身) ----- 大さじ2	★みそ ----- 小さじ1
炒め油 ----- 小さじ1/2	白いりごま ----- 小さじ2
片栗粉 ----- 大さじ4	ご飯 ----- 4杯

*1人分栄養量

エネルギー…534kcal、たんぱく質…23.2g、脂質…6.8g、塩分…0.9g

作り方

- 1 ショウガはみじん切り、ニンジンは乱切り、長ネギは2cm幅に切る。
- 2 ショウガのみじん切りと酒を混ぜ合わせ、カツオを漬けておく。
- 3 ニンジンと枝豆をゆで、水気を切っておく。
- 4 フライパンに炒め油を熱し、長ネギを焼き目が付くまで焼く。
- 5 2のカツオの水気を切って片栗粉をまぶし、170℃に熱した揚げ油で中に火が通るまで揚げる。
- 6 鍋に★を入れ、ひと煮立ちさせ、タレを作る。
- 7 6に345を混ぜ合わせ、白いりごまを振り、ご飯の上に盛り付けたら出来上がり。



昨年のタウンミーティングでは、市民生活に関わる多くの声を頂きました。

就任後、四度目の春を迎えました
令和4年10月に市民の皆さんの負託を受けて塩尻市長に就任し、約3年半が過ぎました。私にとってはあっという間の3年半でした。
これまで「徹底した対話と現場主義」を第一に掲げ、市民や団体、企業などの皆様との対話を通じて多くの声を聴くことや、弱い立場の方々への配慮を優先してきました。
今年度の予算は、「教育充

実と暮らし応援」と名付けました。第六次塩尻市総合計画第1期中期戦略の最終年となる、重要な一年です。中期戦略に掲げた目標の達成と、本市が目指す都市像「多様な暮らし、叶えるまち。―田園都市しおじり―」の実現に向けて、限られた経営資源の最適配分を行い、中期戦略の総仕上げを図る予算です。
物価高騰や公共施設の老朽化対策といった喫緊の課題への的確な対応のほか、子育てや教育環境、福祉の充実、地域経済の活性化、道路などの社会基盤整備など、市民生活に直結する事業にも十分に配慮した予算配分としました。
迅速な予算執行に努め、所期の目的達成に向け、市民の皆様のご理解とご協力もいただきながら、「ともに支えあえる心豊かな塩尻市」のために着実に取り組んでまいります。

市長が
投げる
球
Part7



※今月号に掲載している情報は、3月19日現在のものです。

お知らせ

既存住宅に太陽光パネル・蓄電池を設置する費用を補助

問 生活環境課 環境係
☎ 0744 ページID:0051133

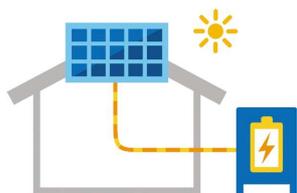
自らが居住する築1年以上の住宅に、太陽光パネルや蓄電池を設置する人に補助金を交付します。

- 対象 令和9年3月末までに設置が完了し、実績報告書を提出できる人
- 対象設備および補助金額
 - 太陽光発電設備（10kW未満）
出力1kW当たり2万5,000円（上限10万円）
 - 定置型蓄電池（4kWh以上）一律10万円
- 申請場所 市役所1階生活環境課
- 申請方法
市ホームページまたは生活環境課にある申請書に記入の上、必要書類を添えて提出してください。
※郵送での提出はできません。

●申請開始日 4月14日(火)

※申請は受け付け順とし、予算に達し次第終了します。

※詳細は市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。



お知らせ

妊婦への「RSウイルスワクチン」が定期接種になります

問 健康づくり課 予防接種推進係
☎ 07311 ページID:0061957

妊婦を対象とした「RSウイルス感染症予防接種」が、予防接種法に基づく定期接種となりました。

- 対象 接種日に妊娠28週0日から36週6日までの妊婦（出産予定日が4月23日(木)以降）
※過去の妊娠時に組換えRSウイルスワクチン（母子免疫ワクチン）を接種したことのある人も対象です。
- 接種場所 県内の指定医療機関（主に産婦人科）
※詳細はお問い合わせください。

- 費用 無料
- 予診票兼接種券の送付

- これから妊娠届を提出する人
妊娠届の提出時に、窓口でお渡しします。
- 3月31日(火)までに妊娠届を提出済みの人
3月から順次、対象者へ郵送しています。
- 転入した人、出産予定日が変更になった人など
市保健福祉センター2階健康づくり課または下のコード（電子申請）でお申し込みください。

※里帰り出産などで県外での接種を希望する場合は、事前に手続きが必要です。
※詳細は市ホームページをご覧ください。



募集

「第40回全国短歌フォーラム in塩尻」作品を募集

問 全国短歌フォーラムin塩尻実行委員会
(社会教育スポーツ課内) ☎ 0903

7年ぶりに会場で開催する「全国短歌フォーラム in塩尻」の短歌を募集します。

- 募集内容 ○題詠「道」 ○自由題
※題詠は「道」の字を必ず歌に詠み込んでください。
- 投稿方法
 - 投稿用紙を郵送 募集要項が必要な人は事務局にご連絡ください。
 - インターネットで投稿
右のコード（短歌フォーラムホームページ）で投稿してください。
- 投稿料 1,000円（高校生以下は500円）
※1首でも2首でも同額です。
- 投稿締め切り日 6月12日(金)（当日消印有効）
※支払い方法などの詳細は、募集要項または短歌フォーラムホームページをご覧ください。



第40回全国短歌フォーラムin塩尻

- 期日 11月14日(土)
- 場所 レザンホール大ホール

お知らせ

しおじり健康応援ポイント事業が始まります

問 健康づくり課 健康推進係
☎ 0854 ページID:0012998

市民の皆さんの健康づくりを応援する「しおじり健康応援ポイント事業」を実施しています。健康診断の受診、日々の運動やボランティアなどの体を動かす活動をポイントに換算。ポイントがたまると景品がもらえます。楽しみながら健康習慣を身に付けませんか。

- 対象 市内在住の25歳以上
- 交換場所 市保健福祉センター2階健康づくり課、広丘・北小野・榎川・洗馬支所またはえんぱーく2階総合案内
- 景品
市内の加盟店18カ所で使える1,000円分の割引券
※さらに抽選で、本市の特産品や松本山雅FCのユニフォームなどがもらえます。

- 応募方法
交換場所に設置または広報塩尻4月号に折り込んでいる台紙に記入し、100ポイントたまったら健診結果を添えて交換場所に提出してください。
- 応募期限 令和9年3月15日(月)
※景品の交換は、年度内に一人1回までです。



募集

榑川小中学校「学びの参観日」参加者を募集

問 榑川小中学校 ☎0264④2004

榑川小中学校は、市内全域から通学できる小規模特認校です。学校説明や授業見学、給食の試食を通して学びの様子をご覧いただける「学びの参観日」を開催します。

少人数学級ならではのきめ細やかな本校の学びを体感してみませんか。

●対象 児童・生徒、保護者、祖父母 など

●期日

5月15日(金)、6月17日(水)、7月17日(金)、9月17日(水)、10月9日(金)

●時間

11:30～13:30 (11:20までに集合)

●場所 榑川小中学校

●定員 各日10人

●参加費 無料

※各開催日の10日前までに、榑川小中学校へ電話でお申し込みください。(受付時間9:00～16:00)

※当日の給食の食物アレルギー対応はありません。

※学校まで各自でお越しください。

※詳細は学校へお問い合わせください。

お知らせ

令和8年度^{ほうしん}带状疱疹ワクチン定期予防接種

問 健康づくり課 予防接種推進係
☎ ⑤7311 ページID:0051270

●対象 次のいずれかに該当する人

①年度内に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる

②ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがあり、「身体障害者手帳1種1級」を持っている満60～64歳

※過去に带状疱疹ワクチンの接種を完了した人は対象外ですが、医師が接種を必要と認めた人は対象です。

※①の該当者には3月下旬に予診票を送付しています。②の該当者は、障害者手帳を持参の上、市保健福祉センター2階健康づくり課にお越しください。

●接種期間 9年3月31日(水)まで

●実施医療機関 市内および県内指定医療機関

●ワクチンの種類、自己負担額など

ワクチン(効果の持続期間)	接種回数	自己負担額
生ワクチン(5年程度)	1回	2,600円/回
不活化ワクチン(10年程度)	2回	6,600円/回

※任意接種助成事業もあります。

※詳細はお問い合わせください。

子育て

こども^誰でも通園制度を4月から本格実施します

問 保育課 保育園運営係
☎ ⑤0844

保育園などに通っていない子どもを対象に、保護者の就労要件にかかわらず、月一定時間の枠内の時間単位で保育が利用できる制度です。

同じ年頃の子どもたちが触れ合いながら、家庭とは異なる経験や家族以外の人と関わる機会を持ち、成長を促します。

●対象

保育所や認定こども園、企業主導型保育所に在籍していない、市内在住の生後6カ月～3歳未満(誕生日の前々日)の子ども

●場所 吉田ひまわり保育園

●利用可能日 火曜日～金曜日(祝日は除く)

●時間 9:00～11:00

●利用料金 1時間300円(月10時間を上限)

●持ち物

着替え一式、おむつ交換一式、手拭きタオル、ティッシュ など

●申し込み方法 塩尻総合文化センター1階保育課でお申し込みください。

※詳細は申込時にお伝えします。



お知らせ

子ども・子育て支援金制度が始まります

問 市民課 国保年金係
☎ ⑤0772 ページID:0003184

子ども・子育て支援金制度は、公的医療保険(被用者保険、国民健康保険、後期高齢者医療など)の保険料と併せて、「子ども・子育て支援金」を拠出していただき、社会全体で子どもや子育て世帯を応援する制度です。令和8年度から支援金の納付が始まります。

全世代や企業から拠出していただいた支援金は、児童手当の拡充や育児期間中の国民年金保険料免除など、子育て世帯に対する給付などの財源となります。

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の8年度の保険料率は次のとおりです。保険料率を基に計算した具体的な金額については、7月にお送りする納入通知書でご確認ください。

●8年度子ども・子育て支援金の保険料率

区分	国民健康保険税	後期高齢者医療保険料
所得割率	0.29%	0.25%
均等割額	1,000円	1,339円
18歳以上均等割額	100円	—
平等割額	1,000円	—

愛犬への接種を忘れずに 狂犬病予防集合注射日程

狂犬病は、人にも感染し死亡することもある病気です。生後91日以上の子犬には予防注射の接種が義務付けられていますので、飼い主の皆さんは、年に1回は必ず予防注射を受けさせましょう。

4月9日(木)

時間	場所
9:30~10:20	高出地区センター
10:45~11:45	中央スポーツ公園
13:25~14:15	堅石区民センター
14:35~15:25	北部公園南側駐車場

4月10日(金)

時間	場所
9:30~10:20	野村第一公民館
10:45~11:35	片丘支所
13:25~14:15	吉田西防災コミュニティセンター
14:35~15:25	吉田支所

4月17日(金)

時間	場所
9:30~10:00	榑川支所
10:40~11:00	本山公民館
13:20~14:20	洗馬支所
14:50~15:30	宗賀支所

4月18日(土)

時間	場所
13:30~15:00	市立体育館

※ユメックスアリーナではありません。

5月7日(木)

時間	場所
9:30~10:20	片丘支所
10:45~11:35	中央スポーツ公園
13:25~14:00	洗馬支所
14:30~15:00	北部公園南側駐車場

5月15日(金)

時間	場所
9:20~9:40	東山公民館
10:00~10:40	町区公民館
11:00~11:40	塩尻東支所
13:30~14:10	北小野支所

5月23日(土)

時間	場所
14:00~15:00	市立体育館

※ユメックスアリーナではありません。

「ワンちゃんのしつけ方教室」参加者を募集

- 対象 市への登録および狂犬病予防注射を済ませた犬の飼い主
- 参加費 5,000円(テキスト代を含む。2頭目からは3,000円)
- 募集数 30頭(申し込み多数の場合は抽選)
- 申込締め切り日 4月14日(火)
- 日時、内容および場所(雨天中止)
- ※電話でお申し込みください。

期日	時間	内容	場所
4月19日(日)	8:00~11:30	開講式、座学、実技講習	リバーサイドパーク堅石
4月26日(日)	8:00~10:00	実技講習	
5月10日(日)			
5月17日(日)	8:00~11:00	実技講習、閉講式	

予防注射の料金および注意事項

- 料金 3,600円(狂犬病予防注射料3,050円と注射済票交付手数料550円の合計額)
- ※お釣りのないようにご協力ください。
- ※注射の際に犬の登録も行う場合は、登録手数料3,000円を別途お持ちください。

■注意事項

- 申し込みは不要で、どの場所でも受けられます。
- 注射の際は、犬の健康状態を把握して、しっかりと押さえられる人が付き添ってください。
- 市外から転入した人は、事前に生活環境課で犬の転入の手続きをした上、お越しください。
- 犬のふんは、必ずお持ち帰りください。

ミニ勾玉制作キットを無料配布

問 平出遺跡公園ガイダンス棟
☎ ②3301

- 対象 高校生以下
- 期間 5月3日(日)~6日(水)
- 時間 9:00~16:30
- 場所 平出遺跡公園ガイダンス棟
- 配布数量 1日40セット(先着順)
- ※作った勾玉を5月中にガイダンス棟に見せに来てくれた人に、黒曜石をプレゼントします。

民生委員・児童委員の委嘱

問 地域共生推進課 地域福祉係
☎ ②7315 ページID:0036192

新たに委嘱された民生委員・児童委員をお知らせします。

- 委員および担当地区(組または常会)
宮澤 建雄 内田原(全区)

飼い主のいない猫の不妊・去勢手術費用を一部助成

問 生活環境課 環境係
☎ ②0744 ページID:0022081

- 対象 市内在住の人または市内で活動する団体で、市内に生息する飼い主のいない猫の不妊・去勢手術を受けさせる人
- 助成額(一匹当たり)
○メス 5,000円
○オス 2,000円
- 申請方法 市役所1階生活環境課環境係または市ホームページにある申請書に記入の上、必要書類を添えて提出してください。
※予算に達し次第終了となります。
※助成には条件があります。詳細はお問い合わせください。

お知らせ

飲用井戸などの水質検査項目が追加されました

問 生活環境課 環境係
☎ ②0744 ページID:0003592

飲用井戸などの水質検査の項目に、ペルフルオロオクタンルスルホン酸(PFOS)およびペルフルオロオクタン酸(PFOA)が追加されました。地下水などを飲用に用いる場合は、一部の個人住宅を除き、水質検査を1年に1回以上実施する必要があります。また、安全な飲用水として利用できるよう、日ごろから適正な衛生管理をお願いします。詳細は市ホームページをご覧ください。



令和8年度の年金天引きが始まります (国民健康保険税・後期高齢者医療保険料)

問 市民課 国保年金係
 ☎②0772

4月から、8年度国民健康保険税(以下保険税)および後期高齢者医療保険料(以下保険料)の、年金からの天引き(仮徴収)を開始します。

仮徴収とは、4月時点でその年度の保険税・保険料額が確定していないため、前年度の額を基にした仮徴収額を、4月、6月、8月の年金から天引きするものです。また、10月以降の年金からの徴収額は、8年度保険税・保険料の確定額と合わせ、7月に改めて通知します。

※8年度保険税・保険料の確定額により、納付方法が普通徴収(口座振替または納付書による納付)に変更となる場合があります。

①前年度に引き続き年金天引きの人

2月に徴収した額と同額を、4月、6月、8月の年金から天引きします。なお、前年度の前半(4月、6月、8月)と後半(10月、12月、2月)で金額の差が大きい場合、徴収額が年間を通じてなるべく均等になるように6月、8月の金額を調整し、その旨を通知します。

(例)	7年度 徴収額	8年度 仮徴収額		
	8年2月	8年4月	6月	8月
	6,400円	6,400円	6,400円	6,400円

②今年度から新たに年金天引きになる人

前年度の保険税・保険料額を基にした仮徴収額を決定し、年金から天引きします。該当する人には、「特別徴収開始通知書」を送付します。

歴史公文書室の開室

問 総務人事課 行政係 ☎内線1311

本市で収集し、整理をしてきた歴史公文書など(歴史資料として重要な公文書)を市民の皆さんに公開するため、歴史公文書室を開室しました。

■開室日 水曜日と金曜日

■開室時間 9:00~16:00

■場所 塩尻総合文化センター3階

■写しの交付費用 1枚10円

■利用方法 歴史公文書などの閲覧や写しの交付を希望する人は、右のコード(電子申請)または電話でお申し込みください。該当するものの有無を調査し、日程などを連絡します。



自動車税は6月1日までに納付を

問 県税務課 ☎026-235-7051
 中信県税事務所 ☎④1905

■納税通知書発送日 4月30日(木)

■納付方法 スマートフォン決済アプリ、クレジットカード、ペイジー、金融機関、コンビニ、県税事務所の窓口

※詳細は県ホームページをご覧ください。

国民年金保険料は前納割引がお得

問 市民課 国保年金係 ☎②0772
 松本年金事務所 ☎⑤8100

令和8年度の国民年金保険料は月額1万7,920円で、4月初旬に1年分の納付書が届きます。保険料は、定められた月数分を前納すると割引になります。

■毎月納める場合と比較した割引額(現金納付の場合)

○2年前納 1万6,010円

○1年前納 3,820円

○6カ月前納 870円

■前納の方法

1年前納、6カ月前納は前納用納付書をご利用ください。2年前納を希望する場合は松本年金事務所へご連絡ください。

※納付書による納付よりも、口座振替の方が割引額が大きくお得です。口座振替やクレジットカード納付に変更する場合は、申請が必要

です。※保険料の納付が困難な人のための免除制度や、学生のための特例制度もあります。

※詳細はお問い合わせください。



春の全国交通安全運動

問 都市計画課 計画係 ☎②0689

新学期が始まる春は子どもの交通事故が多発します。交通ルールを守り、交通事故をゼロにしましょう。

■期間 4月6日(月)~15日(水)

■スローガン しあわせをつなぐ 信濃路 ゆずり合い

■運動の重点

○通学路・生活道路における子どもをはじめとする歩行者の安全確保

○「ながらスマホ」の根絶や歩行者優先などの安全運転意識の向上

○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

○高齢者の交通事故防止

芸術文化団体の節目などに行う事業を支援します

問 社会教育スポーツ課 社会教育係
 ☎②0902 ページID:0003857

自主的な芸術文化活動を支援し、振興を図るための補助金を交付します。

■対象 市内に住所または活動の拠点がある団体

■対象事業 団体の節目に行う事業で、市民を対象として市内で行う次の事業

○音楽、舞踊、演劇などの公演または発表

○絵画、彫刻、書、写真などの芸術作品の展示発表

○文芸作品の出版または発表

○芸術文化の交流(市外での活動も可)

※定期的に行われる事業や営利目的の事業、営利性の強い団体などが行う事業は対象になりません。

■補助金額 費用の2分の1以内で、予算の範囲内(上限4万円)

※申請団体が多い場合は、補助額が少なくなります。

■申請方法

塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課社会教育係または市ホームページにある申請書に記入の上、必要書類を添えて提出してください。

■申請締め切り日 4月28日(火)

「平出遺跡サポート どんぐりの会」の会員を募集

問 平出遺跡公園ガイダンス棟
☎ ②3301

平出遺跡公園ガイダンス棟で、体験学習などの手伝いをさせていただく「平出遺跡サポート どんぐりの会」の会員を募集します。

■対象

月1～3回程度の都合のつく日の昼間、1回2～3時間程度の活動ができる人

■活動内容

- 小学校などの団体で体験希望があったときの体験（火起こし、勾玉づくりなど）指導補助や遺跡公園事業（ひらいで遺跡まつりなど）への協力
- 年2回県内、近隣県外の遺跡、博物館などの研修視察

■申し込み方法

電話または平出遺跡公園ガイダンス棟でお申し込みください。（月曜日は休館）

※特典として、平出博物館年間パスポートを差し上げます。



キノコ山の入札参加者を募集

問 北小野支所 ☎ 0266④2029

■入札するキノコ山

北小野財産区有林のキノコ山

■権利期間

4月～令和9年11月

■入札日時

4月22日(水) 13:00から

■入札場所

北小野支所

※詳細はお問い合わせください。

塩尻市芸術文化振興協会を募集

問 社会教育スポーツ課 社会教育係
☎ ②0902 ページID:0003733

会員になると、市主催の芸術文化事業（文化祭、音楽祭、秋の文化祭、洋楽舞踊フェスティバル、演劇フェスティバル）の企画、運営、出演ができます。募集は随時行っています。

■対象 市内を中心にアマチュアとして芸術文化活動をし、会の運営に携われる個人や団体など

■会費 無料

■申し込み方法 塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課社会教育係や市ホームページにある申請書に記入の上、提出してください。

※申込時期によっては参加できない事業もあります。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

募集

しおじり優良口腔ケア表彰よい歯の高齢者を募集

問 介護保険課 介護相談係
☎ 内線2131

日頃、口腔ケアに熱心に取り組んでいられる高齢者を募集します。



■応募資格

次のすべてを満たす市民

- 90歳以上、または75歳以上の要介護認定者
- 自分の歯が20本以上残っている
- 日頃から口腔ケアをして口の中を清潔に保っている
- 過去にこの表彰を受けていない

■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、各支所、えんてらす、えんぱーくにある申込書に記入の上、介護保険課介護相談係へ提出してください。

■申込期間 4月6日(月)～7月10日(金)

■表彰式 10月15日(木)

塩尻市総合計画審議会委員を募集

問 企画課 企画係 ☎ 内線1352

「第六次塩尻市総合計画」第2期中期戦略の策定に関する、審議会委員を募集します。

■対象

市内在住の20歳以上で、年4回程度の平日の会議に出席できる人

■任期 5月～令和9年3月

■募集人数 1人（書類選考）

■申し込み方法 任意の様式に住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入の上、応募動機を200字程度にまとめ、市役所3階企画課またはメール（☎ kikaku@city.shiojiri.lg.jp）で提出してください。

■申込締切日 4月22日(水)

令和8年度人間ドックなどの補助金交付

問 ○国民健康保険加入者 市民課 国保年金係 ☎ ②0772
○後期高齢者医療制度加入者 健康づくり課 健康推進係 ☎ ②0854

■対象 ○受診時に満35～74歳の国民健康保険加入者
○後期高齢者医療制度加入者

■受診期間 4月～9年3月

■補助額（受診した年度内で1回のみ申請可能）

○国民健康保険加入者
・日帰り 1万5,000円 ・1泊2日 2万円 ・脳ドック(併用可) 1万円

○後期高齢者医療制度加入者
・日帰り 1万円 ・1泊2日 1万円 ・脳ドック(併用可) 5,000円

■申請先

○国民健康保険加入者 市役所1階市民課国保年金係または各支所

○後期高齢者医療制度加入者 市保健福祉センター2階健康づくり課健康推進係または各支所

■持ち物 ○資格確認書または資格情報のお知らせ ○医療機関発行の領収書
○受診結果表 ○振込先が分かるもの（預金通帳など） ○本人確認書類（マイナンバーカードなど）

※受診結果表は、個人情報厳格に管理し、保健指導や保健事業に関する施策検討・実施のために活用させていただきます。

※8年度に市国保特定健診または後期高齢者健診を受診する場合、脳ドック補助金のみ申請できます。

4月の納期限

■固定資産税 4月30日(木)

■上下水道料金 4月30日(木)

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） ☎④5520

洗馬の史跡を巡りながら、釜井庵を起点に洗馬宿で折り返し、仁科街道（約6km）を別ルートで往復します。

洗馬宿、邂逅の清水、琵琶橋、長興寺庭園、和兵衛窯跡、釜井庵など見どころ満載です。

■期日 4月29日（水・祝）

※雨天の場合は、中止です。

■時間 8:30～11:30

■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 4月10日（金）

※電話でお申し込みください。



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 ☎④0993 ページID:0001042

手軽に楽しめるニュースポーツで体を動かし、日頃の運動不足を解消しましょう。親子参加も大歓迎です。

■日時 4月18日（土）

13:30～16:00

■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。

「信州・四季のほとりー花鳥風月ー」大槻憲吾 写真展

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館） ☎④5520

信州の自然の美しさを、フォトグラファーの大槻憲吾さんが独自の視点で写し撮った、約80点の作品を展示します。

■期間 4月24日（金）～6月28日（日）

■時間 10:00～17:00

■場所 本洗馬歴史の里資料館

■入館料 200円（高校生以下は無料）

職業訓練生を募集

問 県松本技術専門学校 ☎⑥3158

介護・PC科

■対象

介護職員初任者研修課程修了資格を取得し、介護現場への就職を目指す人

■訓練期間

5月12日（火）～8月10日（月）

■時間 9:00～16:00

■場所

大北高等職業訓練校（大田市）

■定員 12人（選考で決定）

■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 4月13日（月）

歯科・医科・医療事務科

■対象

医療機関への就職を目指す人

■訓練期間

5月19日（火）～8月18日（火）

■時間 9:30～16:15

■場所 ㈱ニチイ学館松本支店

■定員 15人（選考で決定）

■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 4月20日（月）

i 催し

塩嶺小鳥の森探鳥会

問 自然博物館 ☎③6342

■日時 4月25日（土）（雨天中止）
9:00～11:30

■集合場所 岡谷市塩嶺閣

■観察地 岡谷市塩嶺野鳥の森一帯

■講師 西 教生さん（都留文科大学非常勤講師）

■定員 20人（先着順）

■参加費 無料

■持ち物 メモ用具、双眼鏡（ある人）、飲み物、雨具 など

■申込期間

4月10日（金）9:00～17日（金）16:00

※電話でお申し込みください。（月曜日、祝日の翌日は休館）

地域介護予防活動支援事業補助金を交付

問 地域共生推進課 高齢支援係 ☎内線2127 ページID:0039948

健康づくりや介護予防、地域の支え合いを目的に、運動機能向上の活動を行う市内の団体に活動費を補助します。

■対象 次のすべてを満たす団体

- 団体運営の規約などがあり、団体名と代表者が定められている
- 団体名義の金融機関口座を持っている
- 代表者が本市に住所を有し、65歳以上の市民が5人以上登録されている
- 市内で主に65歳以上を対象に、運動機能の向上を目的として月1回以上、1回1時間以上（うち30分以上は運動機能向上のための運動）の活動を実施している
- 地域住民が参加可能
- 他の地方公共団体から補助金の交付を受けていない
- 地域貢献活動や市の研修会などへの参加に努めることができる

■補助金額および補助率

活動頻度	補助金額（年額）	補助率
月1回	上限5万円	次の経費の2分の1以内
月2回以上	上限10万円	・運動機能向上の活動のための講師謝礼 ・会場使用料

■補助期間 1団体につき最大3年間まで

■補助団体数 新規申請の3団体

■申請方法 市ホームページまたは市保健福祉センター1階地域共生推進課にある申請書に記入の上、必要書類を添えて提出してください。

■申請期間 4月10日（金）～30日（休）

※詳細はお問い合わせください。

i 図書館

ビジネス情報相談会ミニセミナー「2時間で完成!! 簡単ホームページ作成講座」

問 市立図書館 ☎ 3365

ジンドゥ jimdoというシステムを使い、無料で簡単にホームページを作成します。

■日時 5月14日(木) 14:00~16:00

■場所

えんぱーく 3階会議室302・303

■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。(水曜日は休館)

■申込開始日 4月10日(金)

春のわくわくおはなし会

問 市立図書館 ☎ 3365

「こどもの読書週間」に合わせたスペシャルおはなし会です。

■対象 どなたでも

■日時 5月2日(土) 10:30~11:00

■場所 えんぱーく 1階太陽のコート

※申し込み、参加費は不要です。

親子のためのストレスマネジメント教室

問 こども未来課 元気っ子・若者サポート係 ☎ 20891

子どもの適切な行動を増やすための対応や、ストレスマネジメント方法を身に付け、親も子ども笑顔で過ごすための方法などを学びます。

■対象

年中以上の子どもの保護者

■期日

6月2日(火)、7月14日(火)、9月15日(火)

※1回のみでの参加も可能です。

■時間 10:00~12:00

■場所 塩尻総合文化センター 2階

※場所の詳細は、申込時にご連絡します。

■講師

高山 恵子さん(NPO法人えじそんくらぶ代表)

■定員

40人程度(先着順)

■参加費 600円(資料代)

■持ち物 筆記用具

■申し込み方法

右のコード(電子申請)または電話でお申し込みください。



■申込期間

4月10日(金)~各期日の1週間前

■託児

生後3か月以上の子どもの託児(無料)ができます。希望する人は、申込時にご入力ください。

i 講座・教室

きらめきヘルシー教室(健康教室)

問 健康づくり課 保健予防係 ☎ 20858

栄養についてのお話や調理実習を通して、自分や家族の食生活を見直し、健康的な生活を考えます。

健康づくりやボランティアに関心がある人は、ぜひご参加ください。

■期日および内容

期日	内容
5月12日(火)	開講式、若さを保つバランス食生活
5月29日(金)	体の中からアンチエイジング ~コレステロールを減らす食事~
6月19日(金)	おいしくヘルシーな味付け術 ~塩分と上手に付き合う~
7月10日(金)	体の中からアンチエイジング ~高血糖予防~
7月24日(金)	閉講式、おいしく・楽しく食事を

■時間 9:30~13:00ごろ(初回のみ9:30~11:30)

■場所 塩尻総合文化センター 2階 211学習室・料理実習室

■講師 市管理栄養士

■定員 15人(先着順)

■参加費 500円(食材費など)

■持ち物 筆記用具、電卓

■申込開始日 4月10日(金)

※電話でお申し込みください。

※この教室は、地域で食生活を通じたボランティア活動を行う「食生活改善推進協議会」の会員養成講座も兼ねています。

**エアコンが無い生活困窮世帯へ
エアコン設置補助金を交付します**

問 福祉支援課 エアコン設置促進事業補助金コールセンター ☎ 23873

近年の猛暑による熱中症リスク増加を踏まえ、生活保護世帯および住民税非課税世帯で、居住する住宅に稼働可能なエアコンが無い世帯にエアコン設置の補助金を交付します。

■対象 次のいずれかの世帯

○申請日において生活保護世帯

○申請日において世帯員全員が住民税非課税である世帯

■補助率 ○生活保護世帯 10分の10(上限7万3,000円)

○住民税非課税世帯 3分の2(上限4万8,000円)

■申請方法 エアコンを設置・購入する前に、市保健福祉センター1階福祉支援課で必ず申請してください。

■申請期間 5月1日(金)~9月30日(水)

■コールセンター受付時間 9:00~17:00(土・日曜日、祝日を除く)

※事前相談をすることができます。

※詳細は右のコード(市ホームページ)でご覧ください。



子育て

乳幼児の救急法

問 北部子育て支援センター
☎ ⑤7701

乳幼児の病気や事故のときに慌て
ないよう、救急法を学びませんか。

- 対象 就学前の子どもを育てる保護者
- 日時 5月26日(火) 9:30~11:30
- 場所 えんてらす1階101・102会議室
- 講師 大倉 恵子さん(赤十字幼
児安全法指導員)
- 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。



- 申込開始日 4月14日(火)
※初めて受講する人を優先します。
受講経験のある人は4月21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~3歳(年
少に上がる前まで)の子どもの託
児(無料)ができます。希望する
人は、申込時にご入力ください。

国民健康保険の脱退手続きはスマホからできます

問 市民課 国保年金係 ☎ ⑤0772

就職などに伴う国民健康保険(国
保)の脱退手続きは、スマホからい
つでも手続きができます。右のコー
ド(市ホームページ)で、ご利用く
ださい。



▲電子申請・郵送による
国民健康保険の脱退手続き

- 国保の脱退手続きが必要な場合
国保以外の健康保険に加入した場合には、国保の脱退手続きが必要で
す。脱退手続きを行わないと国民健康保険税が課税され続けてしま
います。
- 国保以外の健康保険に加入したら、国保の資格確認書などは使えませ
ん
国保以外の健康保険に加入した日から、国保では医療機関等を受診で
きません。医療機関などを受診する場合は、国保以外の健康保険に加
入した旨を伝えてください。

ビジネス情報相談会

問 市立図書館
☎ ⑤3365 FAX ⑤3369

長野県よろず支援拠点のコーディ
ネーターに、ビジネスの悩みを相談
してみませんか。

- 期日 4月16日(木)・23日(木)、5月14日(木)
- 時間 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市立
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。
- 申込締め切り日 各回5日前
※一人1回1時間までです。

**【企画展示】ビジネス支援
図書館活用PR展**

問 市立図書館 ☎ ⑤3365

雑誌カバーに広告を掲載する雑誌
広告掲載制度を利用している企業や、
ビジネス情報相談会など図書館をビ
ジネスで活用するPR展です。

- 期間 4月26日(日)まで
- 場所 えんぱーく 1階図書館展示
コーナー
※申し込み、入場料は不要です。

読み聞かせ・おはなし会講座

問 市立図書館 ☎ ⑤3365

読み聞かせやおはなし会に興味の
ある人、スキルアップを目指す人に
向けた講座です。

- 期日および内容
○5月16日(土) 読み聞かせのコツ
お薦めの本を紹介
○5月23日(土) おはなし会のコツ
紙芝居や小道具の紹介と実演
- 時間 10:30~12:00
- 場所 えんぱーく 2階ICTルーム
- 講師 北原 まり(市読書推進ア
ドバイザー)
- 定員 15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、希望の講座を
お知らせください。(水曜日は休館)
- 申込開始日 4月10日(金)

信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館 ☎ ⑤3365

「寺子屋」かまど化計画について一素
材を集め煮炊きし味わう場となれー

市立図書館の主要事業の一つであ
る「本の寺子屋」研究会を発足し、
関連書籍を執筆された高橋龍介さん
の講演会です。

- 日時 5月17日(日) 14:00~16:00
- 申込開始日 4月17日(金)
- 翻訳家も知らない、わからない、手
に負えない言葉
翻訳家である金原瑞人さんの講演
会です。
- 日時 6月7日(日) 14:00~16:00
- 申込開始日 5月8日(金)

共通事項

- 場所 えんぱーく 3階多目的ホール
- 定員 130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。(水曜日は休館)

認知症サポーター養成講座

問 デイサービスセンターつくしの郷 ☎0294

「認知症サポーター」とは、何か特別なことをする人ではなく、認知症の人やその家族を温かい目で見守る応援者のことです。認知症のことや接し方を学び、理解を深めましょう。

日時

- 4月18日(土) 13:30～15:00
- 5月16日(土) 13:30～15:00
- 6月13日(土) 13:30～15:00
- 7月25日(土) 9:30～11:00
- 8月8日(土) 17:00～18:30
- 9月12日(土) 17:00～18:30

※同一内容のため、参加できる1日をお選びください。

場所

ふれあいセンター広丘第1集会室

■定員 各回20人程度(申し込み多数の場合は抽選)

■参加費 無料

■申込締め切り日 各回2日前

※電話でお申し込みください。



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

心理学などの専門知識をグループワークで楽しく学べます。

■対象 中学生以上

期日および内容

- 4月19日(日) 遺伝的性格
- 5月17日(日) ストレス感受性
- 6月14日(日) 自分の常識
- 7月12日(日) 聴き方の癖
- 8月9日(日) 伝え方の癖
- 9月13日(日) 自分の可能性

■時間 13:15～16:30

■場所 えんぱーく

■参加費 各回3,000円(資料代など。高校生以下は無料)

申し込み方法

右のコード(ブレインホームページ)、電話またはメール(☎ koto@brain-tanaka.com)でお申し込みください。



■申込締め切り日 各回前日

塩尻市スポーツ協会のイベント

問 塩尻市スポーツ協会 ☎1393

バドミントンルール講習会

正しいルールを覚えて、バドミントンを楽しみませんか。

■日時 5月10日(日) 8:30～12:30

■場所 市立体育館

■定員 60人(先着順)

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具、ラケット、室内用運動靴

■申し込み方法 市立体育館1階塩尻市スポーツ協会事務局にある申込書に記入の上、提出してください。

■申込開始日 4月10日(金)

元気っ子教室の参加者を募集

スポーツで体力・仲間づくりをします。

■対象 小学生

■期日 5月16日～令和9年2月13日の土曜日(年10回)

■時間 9:30～11:30

■場所 市立体育館ほか

■内容 かけっこ教室、スラックライン、バドミントン、バスケットボール、吹き矢、野外活動 など

■定員 50人(先着順)

年会費

300円(別途、傷害保険料800円(任意)、野外活動バス代など)

■申込開始日 4月10日(金)

※電話でお申し込みください。

伝言板

親のこと、自分のこと。今から始める老後・介護セミナー

問 (株)信濃毎日新聞 松本専売所 ☎1759

これからの安心して過ごすために、今できる備えを一緒に考えたり個別相談したりしてみませんか。

老後資金の考え方や、認知症による不動産トラブルと対策方法、介護保険を活用した住まいの整え方など、知っておきたいポイントを専門家がわかりやすく解説します。

■対象 おおむね40歳以上

■期日 5月17日(日)

■時間 ○10:00～11:30
○13:30～15:00

■場所 えんぱーく 4階会議室401

■定員 各回50人(先着順)

■参加費 無料

講師

○伴 拓弥さん、丸山 周一さん
(株)信濃毎日新聞松本専売所(不動産部)

○奥原 清さん(あずさ税理士法人)

申し込み方法

右のコード(申し込みフォーム)または電話でお申し込みください。



■申込開始日 4月10日(金)

■主催 市民交流センター

出張一時的(デイ)保育を行います

問 保育課 保育園運営係 ☎内線3176

保育できない時や、子育ての疲れを解消して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

○榎川保育園 5月18日(月)

○北小野支所
5月11日(月)・25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8年4月1日時点での年齢です。

※一時的(デイ)保育利用クロー

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 4月20日(月)(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。

奨学金を返還している人に、補助金を交付します

問 地域づくり課 移住定住係 ☎内線1153

本市に住民票があり、市内または市外の企業などに就職して奨学金を返還している人に、補助金を交付します。

対象

- 大学などを卒業し、市内または市外の企業などに新たに就職した人
- 奨学金の貸与を受け、返還予定又は返還中である人
- 令和5年4月1日以降に正規雇用された人
- 勤務開始日において30歳未満の人

※大学などには、大学、大学院、短期大学、専門職大学、高等専門学校、専修学校を含みます。

※企業などには、中小企業、社会福祉法人、特定非営利活動法人、学校法人を含みます。

対象となる奨学金 ○日本学生支援機構第1種・第2種奨学金

- 塩尻市貸与奨学金
- 各都道府県・市町村が設ける貸与型奨学金

補助対象期間 最大5年間(60カ月)

補助率 ○市内企業へ就職 10分の10

○市外企業へ就職 2分の1

上限額 月額1万5,000円(年額18万円)

申し込み方法 市ホームページで添付書類を確認の上、右のコード(市ホームページ)でお申し込みください。



☆じぶん力アップ合気道教室☆

問 塩尻市スポーツ協会合気道部(中島) ☎080-6995-9190

子どもから大人まで初心者大歓迎。

期日 4月18日(土)~26日(日)(全3回)

クラス、曜日および時間

クラス	曜日	時間
子ども	土曜日	13:30~14:30
	日曜日	9:30~10:30
大人	土曜日	15:00~16:30
	日曜日	11:00~12:30

場所 市立体育館柔道場ほか

定員 各クラス5人(先着順)

参加費 1,500円(会場使用料など。別途スポーツ保険料)

申込開始日 4月10日(金)

※電話でお申し込みください。

夏休み海外研修の参加者を募集

問 (公財)国際青少年研修協会(KSKK) ☎03-6825-3130

現地での生活や異文化交流を通じて、語学力だけでなく積極性や自立心を育むプログラムです。

対象 小学3年生~大学生

期間 7月30日(木)~8月20日(木)

研修国 イギリス、カナダ など

定員 各研修15人(先着順)

参加費 30万~80万円(航空券、宿泊費、活動費など)

※申し込み方法など研修の詳細は、KSKKホームページをご覧ください。

シルバー人材センターからのお知らせ

問 塩尻地域シルバー人材センター ☎④4567

シルバー人材センター入会説明会

健康で働く意欲のある人(原則60歳以上)を対象とした説明会です。

期日 4月13日(月)・27日(月)

時間 13:30から

場所 塩尻地域シルバー人材センター事務所2階

※申し込み、参加費は不要です。

※詳細はお問い合わせください。

シルバー刃物研ぎ屋さん

包丁や剪定はさみなどを研ぎます。

期日および場所

○4月13日(月)・27日(月) 塩尻地域シルバー人材センター事務所前

○4月21日(火) えんてらす

時間 8:30~11:00

※料金などの詳細は、お問い合わせください。

自動車事故の被害に遭われた人へナスバの被害者援護

問 (独)自動車事故対策機構長野支所 ☎026-480-0521

自動車事故対策機構(ナスバ)は、自動車事故による被害者援護のために、さまざまな支援を行っています。詳細は右のコード(NASVAホームページ)をご覧ください。



子どもの日 施設無料開放

問 ヘルスパ塩尻 ☎⑤3939

家族や仲間と運動しよう。

期日 5月5日(火・祝)

対象施設および時間

○ジムトレーニングルーム(中学生以上)、体育館 9:00~18:00

○温水プール 11:00~18:00

Bee mama Marche

問 チロルの森 ☎⑧9034

関西大人気イベントが初上陸。お化け屋敷に縁日、飲食や物販、モノづくり体験にレース、ふわふわ遊具もあります。抽選会や謎解きなどステージも充実して、子供も大人も楽しめる2日間。無料プレゼントも多数あります。

期日 4月25日(土)・26日(日)

時間 10:00~16:00

場所 チロルの森

入園料 500円(小学生以下は無料)

無料送迎バス

○行き(塩尻駅発)

9:00、10:45、12:15

○帰り(チロルの森発)

14:00、15:30、17:15

※詳細は右のコード(インスタグラム)をご覧ください。





レザンホール へ行こう！

問い合わせ先
レザンホール ☎0263③5503



■休館日 4月6日(月)・13日(月)・20日(月)・
27日(月)・30日(木)

5月4日(月・祝)

野村万作・野村萬斎
第六回塩尻狂言会

- 小舞 海人 中村修一ほか
- 佐渡狐 野村万作、高野和憲、深田博治 ほか
- 小傘 野村萬斎、内藤連、月崎晴夫、中村修一、岡聡史、石田淡朗、石田幸雄 ほか



大ホール<全指定席> 4,000円
※未就学児入場不可です。

開場 13:15 開演 14:00

チケット好評発売中

7月11日(土)

DRUM TAO 2026
最新作舞台「THE HUMAN」

このデジタル時代に人間の力を全力で表現する舞台を創造する！ 結成33年目となるDRUM TAOの現在を担う、メンバーの表現力がすべての最高傑作！！



大ホール<全指定席> 8,000円
※6歳未満入場不可です。

開場 17:45 開演 18:30

チケット発売開始 4月12日(日) 10:00
初日の窓口販売はありません。

7月26日(日)

仮面ライダースーパーライブ2026
「ゼッツ」

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 3,800円 ○当日 4,000円

※3歳未満の膝上鑑賞は無料。ただし、座席が必要な場合は有料です。

開場 ①9:45 ②13:15

開演 ①10:30 ②14:00

チケット発売開始 4月26日(日) 10:00
初日の窓口販売はありません。

ユメックスアリーナ

YUMEX ARENA



青空ヨガ教室

朝の心地よい風を感じて心と体をリラックスさせませんか。ヨガが初めての人でも気軽に行えます。

- 対象 18歳以上
- 日時 5月23日(土) 9:00~10:00
- 場所 ユメックスアリーナ多目的広場（雨天時はサブアリーナ）
- 講師 ミズノスタッフ
- 定員 25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 550円（保険代など）

■持ち物

ヨガマット、運動できる服装、飲み物、タオル

※ヨガマットの貸し出しもあります。

■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 4月13日(月)9:00~5月22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）をご覧ください。





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 ☎0263②0280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198
4月7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
4月7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
4月8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
4月9日(木)・16日(金)・23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 ☎②0871
4月16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
4月16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 ☎②0871
4月23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
4月10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 ☎②0858
4月27日(月) 14:00~17:00 市保健福祉センター

★精神障がい者家族相談 福祉支援課 ☎内線2116
4月15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 ☎②2795
4月9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 ☎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 ☎④0783
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 ☎②5588
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 ☎②2795
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			
4月5日(日)	塩尻病院	大門	②0145
4月12日(日)	百瀬医院	大門	②0286
4月19日(日)	上條医院耳鼻咽喉科	大門	②8722
4月19日(日)	広仁堂医院	広丘	②1520
4月26日(日)	横山内科医院	大門	②3181
4月29日(水)	塩尻協立病院	塩尻東	③5353
5月3日(日)	ひろおか上條クリニック	広丘	②3372
5月4日(月)	もみの木こどもクリニック	広丘	①0753
5月5日(火)	桔梗ヶ原病院	宗賀	④0012
5月6日(水)	しいな医院	大門	⑤12933
夜間緊急医	夜間急病センター (19:00~22:00)	松本市城西	⑧0622

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			
4月5日(日)	たいら歯科クリニック	大門	⑧6096
4月12日(日)	田中歯科医院	大門	④1120
4月19日(日)	塚越歯科医院	大門	④1088
4月26日(日)	ツカハラ歯科医院	大門	④2300
5月3日(日)	つづく歯科医院	吉田	⑥3388

期日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00~18:00			
4月5日(日)	上條薬局	大門	④1530
4月12日(日)	しらかばのみち薬局	大門	⑤16360
4月19日(日)	くすりの志水	宗賀	③6001
4月26日(日)	青い鳥薬局大門口	大門	②7800
4月29日(水)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	⑤15311
5月3日(日)	おひさま薬局	高出	⑧7964
5月4日(月)	すみれ薬局	高出	⑤04415
5月5日(火)	ききょう薬局	宗賀	⑤10502
5月6日(水)	いろは堂薬局	大門	②0532

医療情報Net(県内の医療機関)
🌐 <https://www.iryou.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

みんなのひろば



釉薬のゆらぎに宿る美に魅せられ、一筋の光をつなぐ洗馬焼

寺西 尚子さん



◀本焼きの様子は動画でご覧いただけます。

洗馬焼の湯飲みでお茶を飲む。驚くのは唇に吸い付くような滑らかさ。角が取れ、まろやかな滴となって喉の奥へ流れ込みます。寺西尚子さんは、この洗馬焼を40有余年にわたり作り続けてきました。洗馬焼の特徴は、窯の中で溶けて筋のように流れる釉薬の豊かな表情。暮らしになじむ実用性と炎が生む美が共存しています。

洗馬焼は江戸から明治時代にかけて隆盛を極めました。時代の変化と共に衰退。昭和後期に復活させたのが、寺西さんの師の太田寛さん（故人）。太田さんには10人の弟子がいましたが、共に学んだ仲間は他界などで一人、また一人と去り、今では寺西さんだけになりました。

本焼きの前に素焼きをし、釉薬をかけて乾燥させます。本焼きの日は朝5時に火を入れ、14時間かけて窯の温度を1230度まで上げます。真っ赤に染まる窯の中で釉薬が溶け、ゆっくりと宿る命。火を消して4日目、温度が50度まで下がると、ようやく窯出しの瞬間を迎えます。

26年使っている窯は、刻一刻と役目を全うする時が近づきます。「弟子はいませんが、体力が続く限り作陶を続け、洗馬焼の魅力を後世に伝えていければ」。そう語る寺西さんの目には、情熱が静かにともっていました。

皆さんもSNSで塩尻市の情報通に

公式LINE、公式X、公式YouTubeをご覧ください

問 秘書広報課 広報広聴係 ☎ 0263@0333

新年度になり、塩尻市での新生活をスタートさせた人も多いと思います。公式SNSをご紹介しますので、この機会にぜひフォローなどをお願いします。

公式LINEの特徴

- 主に市民向けの情報を発信。画面上でAIに質問できます。
- のるーとの予約やオンライン申請など、塩尻市での暮らしに便利なボタンが常時表示されています。



公式Xの特徴

- 市民向けのほか、市外向けの情報も多く発信しています。塩尻市から転出した家族や知人にもぜひお勧めください。
- 直近のイベントや話題はもちろん、閲覧数などが一目で分かるため、職場や家庭などでの話題づくりにも役立ちます。



公式YouTubeの特徴

- 気軽に視聴できるショート動画やイベント映像、市長の記者会見など、さまざまなジャンルの動画を見ることができます。
- 昭和時代の塩尻市など、懐かしい動画も充実しています。



広報塩尻の感想をお聞かせください

頂いた感想は、広報紙の参考とさせていただきます。



ご当地キャラシールを
プレゼント!

▶アンケートは、右のコード(Googleフォーム)からご回答ください。

