

令和8年度の区長を紹介します

問 地域づくり課 地域づくり係 ☎内線1151

本市は66の行政区からなり、それぞれの区の区長は、住民の皆さんと行政との橋渡しの役割を担っています。8年度の各区長をご紹介します。

| 区長会 | |
|---------|--------|
| 会 長 | 小松 克人 |
| 副 会 長 | 平谷 敏彦 |
| 副会長兼会計 | 永田 光司 |
| 大門地区 | |
| ○ 大門一番町 | 伊藤 秀文 |
| 大門二番町 | 矢野口 章 |
| 大門三番町 | 米窪 健一郎 |
| 大門四番町 | 味澤 孝 |
| 大門五番町 | 郡上 典雄 |
| 大門六番町 | 羽多野 繁春 |
| 大門七番町 | 白木 久一 |
| 大門八番町 | 小池 晴夫 |
| 大門七区 | 津田 守 |
| 大門田川町 | 小林 勉 |
| 塩尻東地区 | |
| 東 山 | 増澤 勉 |
| 柿 沢 | 川上 清 |
| 金 井 | 青木 隆 |
| ○ 上 西 条 | 小松 克人 |
| 中 西 条 | 宮川 靖 |
| 下 西 条 | 青木 弘貴 |
| 堀 ノ 内 | 板橋 一水 |
| 長 畝 | 土田 啓一 |
| 棧 敷 | 中島 健二 |
| 町 区 | 金子 春雄 |
| 松 原 | 津野 作一 |
| みどり湖 | 下平 俊朗 |

| 峰 原 | 堀田 信寿 |
|---------|--------|
| 片丘地区 | |
| 南 内 田 | 未定 |
| 北 熊 井 | 白木 智昭 |
| ○ 南 熊 井 | 須澤 恵一 |
| 中 挾 | 小澤 潔 |
| 君 石 | 成田 かち子 |
| 内 田 原 | 酒井 一九 |
| 広丘地区 | |
| ○ 原 新 田 | 小野 宏 |
| 堅 石 | 西條 富雄 |
| 郷 原 | 塩原 正 |
| 野 村 | 星 英夫 |
| 高出地区 | |
| 高出一区 | 表 富雄 |
| 高出二区 | 小野 功 |
| ○ 高出三区 | 塩原 康視 |
| 高出四区 | 唐澤 哲史 |
| 高出五区 | 塩原 茂生 |
| 吉田地区 | |
| 吉田一区 | 御子柴 正道 |
| 吉田二区 | 手塚 真次 |
| 吉田三区 | 赤津 守儀 |
| ○ 吉田四区 | 吉江 正彦 |
| 吉田五区 | 岩井 雄一郎 |
| 洗馬地区 | |
| 上 組 | 大槻 直登 |
| ○ 元 町 | 吉江 智浩 |

| 芦 ノ 田 | 宮本 達視 |
|-------|-------|
| 太 田 | 塩原 俊郎 |
| 岩 垂 | 青柳 真治 |
| 下小曾部 | 北澤 稔 |
| 上小曾部 | 北沢 健司 |
| 宗賀地区 | |
| 桔梗ヶ原 | 郡上 広幸 |
| 平 出 | 平林 学 |
| ○ 床 尾 | 永田 光司 |
| 洗 馬 | 石曾根 勝 |
| 牧 野 | 古畑 千春 |
| 本 山 | 中野 泰志 |
| 日 出 塩 | 塩原 聡 |
| 小 井 戸 | 加藤 幸八 |
| 北小野地区 | |
| 古 町 | 山田 孝典 |
| 宮 前 | 古厩 猛 |
| 大 出 | 青木 透 |
| 上 田 | 定助 茂春 |
| ○ 勝 弦 | 平谷 敏彦 |
| 榑川地区 | |
| ○ 鷺 川 | 長島 優 |
| 平 沢 | 宮原 豊 |
| 奈 良 井 | 小嶋 正則 |

※敬称略

※○は地区の区長会長です。

私立学校などの小・中学生就学援助費

問 学校教育課 児童生徒支援係
☎ 020830 ページID:0031287

私立、県立、国立の小・中学校に通う児童・生徒がいる経済的に困窮している市内の世帯に、就学に関する費用を援助します。

■ 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 5月31日(日)
※北小野地区に住む小学生は、辰野町にお問い合わせください。

松本一日合同行政相談所を開設

問 長野行政監視行政相談センター
☎ 026-235-0128

不動産の登記、年金、法律上のトラブルや相続などについて、弁護士や税理士などの専門家に相談できる合同相談所を開設します。

■ 日時 6月9日(火) 10:30~15:30
■ 場所 松本市勤労者福祉センター 1階大会議室
■ 申込期間 5月21日(木)~29日(金)
※電話でお申し込みください。

令和8年度農作業料金

問 農業委員会事務局
☎ 020810 ページID:0002579

8年度の標準農作業労賃などが決まりました。

次の表を参考に適切な金額を決めてください。

■作業種類および金額

| 作業種類 | | 金額 |
|----------|---------|----------|
| 一般作業 | 田・稲作 | 1,070円 |
| | 畑・野菜 | |
| | 果樹 | |
| 剪定作業 | 果樹 | 2,300円 |
| 機械作業(水田) | 耕運ロータリー | 7,000円 |
| | 田植え機 | 9,500円 |
| | コンバイン | 2万1,400円 |

※一般作業および剪定作業は1日8時間労働を基準とした1時間当たりの金額、機械作業は10アール当たりの金額で、すべて消費税抜きです。
※ほ場条件により割増料金とする場合は、別途協議してください。
※この表は作業料金の目安を示すもので、市、農業委員会、農協などが作業の受託を保証するものではありません。
※詳細はお問い合わせください。

お知らせ

令和8年度がん検診が始まります

問 健康づくり課 健康推進係
☎ 020854 ページID:0002980

毎年の習慣に、がん検診を取り入れましょう。申し込んだ人には5月末までに検診票を送付します。

これから申し込みをする人は、電話または右のコード（電子申請）でお申し込みください。



■肺がん・結核（レントゲン）検診

■ 対象 40歳以上
※市の肺がんCT検診を受ける人は除きます。
■ 期間 6月5日(金)~7月13日(月)のうち17日
■ 場所 市内各施設、公民館など
■ 検診料 無料
■ 乳がんエコー検診（医療機関）
■ 対象 30歳以上の女性
■ 期間 6月1日(月)~9年1月30日(土)
※医療機関により異なります。
■ 場所 市内6医療機関
■ 検診料 2,000円

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

誰でも手軽に楽しめるニュースポーツで、運動不足を解消しましょう。

■日時 5月30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。

歩いてふれあおう鳥居峠の自然

問 生活環境課 環境係 ☎02744

散策しながら動植物を観察します。

■日時 6月13日(土) 9:00~15:30

■集合場所 塩尻消防署南側駐車場

■定員 20人(先着順)

■参加費 無料

■申込期間 5月11日(月)~29日(金)

※電話でお申し込みください。

※詳細は申込者に通知を送ります。

短歌館イベントの参加者を募集

問 塩尻短歌館 ☎07171

はじめての短歌ワークショップ

短歌の楽しみ方に触れ、短歌作り挑戦し、短冊や色紙に仕上げます。

■対象 これから短歌を作りたい人

■期日 6月7日、7月26日、9月20日、10月18日、11月22日の日曜日(全5回)

ゆるり、ハーブティーと読む短歌

ハーブティーを楽しみながら、短歌館に蔵書されている歌集から好きな一首を探す、ゆるやかな読書会です。

■対象 短歌に興味がある人

■期日 6月21日、8月30日、10月25日、11月29日の日曜日(全4回)

共通事項

■時間 10:00~11:30

■講師 塩尻短歌館職員

■定員 10人程度(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 電話、メール(☎tanka@city.shiojiri.lg.jp)または塩尻短歌館でお申し込みください(月曜日は休館)。

■申込期間 5月10日(日)~31日(日)

※初回と最終回はできるだけ出席してください。

募集

6月からの訓練生を募集

問 県松本技術専門学校 ☎03158

事務で活かせるWeb制作科

■対象 パソコン操作が中級の求職者

■訓練期間

6月2日(火)~9月1日(火)

■場所 NPO法人たけのこ淵庵村スクール

■定員 13人(選考で決定)

■申込締め切り日 5月11日(月)

経理事務科

■対象

簿記の知識・技能が初心の求職者

■訓練期間

6月19日(金)~10月16日(金)

■場所 松本経理ビジネス専門学校

■定員 18人(選考で決定)

■申込締め切り日 5月28日(休)

※託児施設で託児ができます。

共通事項

■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。

催し

第35回スポレクバイアスロン大会

問 社会教育スポーツ課 スポーツ推進係
☎0993 ページID:0001042

仲間と一緒に、ニュースポーツで楽しく汗を流しませんか。

■日時 6月13日(土) 8:30から

■場所 市立体育館

■競技方法 2種目の成績で順位決定

■チーム編成

1チーム3、4人(男女混合可)

※小学生のみのチームは保護者の同伴が必要です。

■参加費

1チーム1,500円(保険代など)

※小学生のみのチームは500円です。

■持ち物 上履き、飲み物、タオル

■申し込み方法

各支所、市立体育館にある申込用紙に記入の上、塩尻総合文化センター1階社会教育スポーツ課スポーツ推進係へ提出してください。

■申込締め切り日 6月5日(金)

令和8年「経済センサスー活動調査」が始まります

問 企画課 企画係 ☎0757
ページID:0059914

6月1日を基準日とした「経済センサスー活動調査」を実施します。5月中旬から6月中旬にかけて、対象の事業所・企業に、活動状況の確認や調査票の配布、回答方法の説明などのため調査員が順次訪問します。調査員は必ず顔写真付き「統計調査員証」を身に付けています。不審な訪問や電話には十分ご注意ください。

インターネットで24時間いつでも回答可能ですので、ご活用ください。※調査により得られた内容は、統計法によって厳重に保護されます。統計作成の目的以外に使用されることはありません。

市内に不足する障がい福祉施設の新築、改修への補助金

問 福祉支援課 障がい福祉係
☎内線2116 ページID:0043068

市内に不足する障がい福祉サービスを行う施設の新築や改修に対し、必要経費の一部を補助します。なお、対象者は募集完了後にプロポーザル審査を実施し、決定します。

■対象

- 市内障がい福祉サービス施設(短期入所、就労継続支援、就労移行支援、生活介護、放課後デイサービス)の新築または改修
- 市内共同生活援助事業所の改修

■補助額

○新築 上限500万円

○改修 上限200万円

■申し込み方法 市保健福祉センター1階福祉支援課または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。

■申込締め切り日 6月30日(火)

※審査方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

■申込締め切り日 6月30日(火)

※審査方法などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

5月の納期限

■軽自動車税

6月1日(月)

■上下水道料金

5月29日(金)



i 子育て

パパとあそぼう！ ～ふれあい遊び～

問 子育て支援センター ☎ 3382

親子で触れ合い遊びや体を動かして、楽しい時間を過ごしましょう。

- 対象 市内在住で、講座当日1～3歳（年少に上がる前の年度）の子どもと父親
- 日時 6月27日(土) 10:00～11:00
- 場所 えんぱーく3階多目的ホール
- 定員 親子12組（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 飲み物
- 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 5月29日(金)～6月13日(土)



**あつまれ！ 1才さん
ぷくぷくほっぺの会**

問 北部子育て支援センター ☎ 57701

親子でふれあい遊びやサーキット遊びなどで、体を動かして遊びます。

- 対象 市内在住で、講座当日1歳の子どもの保護者
- 日時 5月29日(金) 10:00～11:00
- 場所 えんてらす1階101・102会議室
- 定員 親子15組（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 飲み物、汗拭きタオル
- 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 5月12日(火)～19日(火)



歯科衛生士のための「在宅訪問・口腔ケア」勉強会

問 介護保険課 介護相談係 ☎ 内線2131

隙間時間を生かして在宅訪問で活躍しませんか。在宅訪問時の口腔ケアの基本を、講話と実践的な実習で分かりやすくお伝えします。

- 対象 歯科衛生士
- 日時 6月9日(火) 19:00～20:30
- 場所 市保健福祉センター3階市民交流室
- 参加費 無料
- 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 5月20日(火)



霧ヶ峰高原自然観察会

問 自然博物館 ☎ 6342

霧ヶ峰高原一帯の自然環境を学ぶため、動植物を観察します。

- 日時 6月27日(土) 7:50～15:00（雨天中止）
- 観察地 霧ヶ峰高原八島湿原
- 集合場所 塩尻消防署南側駐車場
- 講師 青木 由親さん（自然写真家）
- 定員 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、ルーペ・双眼鏡（ある人）、昼食、飲み物、手袋、雨具 など
- 申込期間 6月2日(火)9:00～5日(金)16:00
- ※電話でお申し込みください。

ティータイムに短歌をつくろう

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

ティータイムにほっと一息つきながら、短歌を作ってみませんか。初心者も大歓迎です。

- 日時 5月27日(火) 13:30～15:30
- 場所 塩尻短歌館
- 講師 藤森 円（塩尻短歌館職員）
- 定員 15人（先着順）
- 参加費 無料
- 持ち物 筆記用具、お気に入りのティーカップ
- 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。
- 申込期間 5月11日(月)10:00～26日(火)



本洗馬歴史講演会

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館） ☎ 5520

菅江真澄の紀行文に民俗学的価値を見出した柳田國男や、この地にゆかりがあり、民俗学的国文学研究で知られる折口信夫についての講演会です。

- 日時 6月6日(土) 13:30～15:00
- 場所 洗馬支所
- 演題 柳田國男生誕150年記念 柳田國男と菅江真澄
- 講師 小川 直之さん（國學院大學名誉教授）
- 参加費 無料
- 申込開始日 5月10日(日)
- ※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

問 保育課 保育園運営係 ☎ 0844

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
 - 北小野支所 6月8日(月)・22日(月)
 - 榎川保育園 6月1日(月)・15日(月)・29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）保育利用クーポンも利用できます。

- 持ち物 昼食、おやつ、手拭きタオル、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 5月20日(火)（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。



塩尻市民文化祭出店・出展者を募集

問 塩尻市民文化祭実行委員会事務局(社会教育スポーツ課内) ☎⑤0905

フリーマーケット

■出店日時 6月12日(金)~14日(日)
10:00~15:00(雨天中止)

■場所

塩尻総合文化センター前庭

■募集数 15区画(先着順)

■品目 日用品、クラフト作品、農産物(加工していないもの)など
※業者の出店はご遠慮ください。

■出店料 1区画500円

※塩尻市社会福祉協議会に全額寄付します。

■申込締め切り日 5月29日(金)

※出店に必要な準備品などは各自でご用意ください。

※電話でお申し込みください。

一般公募展

■応募資格 市内で活動している個人または団体で、前日準備と最終日の片付けに参加できる人

■募集作品 絵画、工芸、書道、文芸、園芸、映像、写真、華道などのジャンルで、これまでに自身または団体で制作した作品

■場所 塩尻総合文化センター2階

■展示スペース 15ブース(先着順)

■出展料 無料

■申し込み方法 事務局または市ホームページにある参加申込書に記入の上、直接提出してください。

■申込締め切り日 5月29日(金)

■展示準備日 6月11日(木)

問 塩尻美術会事務局(井出) ☎0264④3443

美術展

■応募資格 高校生以上の前日準備と最終日の片付けに参加できる人

■募集する作品の種類(一人2点まで) 日本画、洋画、彫刻、工芸など(最近の創作で未発表の作品)

※出品要項は、塩尻総合文化センターで配布しています。

※絵画作品は10~100号で、必ず額装してください(ガラス不可)。

■搬入方法 6月7日(日)16:00~17:00に、塩尻総合文化センター2階大会議室へ作品を搬入してください。

■出品料 ○大人 3,000円

○大学・専門学校生 1,000円

○高校生 無料

■準備日時 6月11日(木)16:00から

※作品は厳正に審査を行い、賞を決定して6月14日(日)に表彰を行います。

ビジネス情報相談会ミニセミナー

問 市立図書館 ☎③3365

Googleビジネスプロフィールの設定や活用方法を、実際の画面を見ながら解説します。

■日時 6月25日(木) 14:00~15:00

■場所 えんてらす2階203会議室

■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、5月25日(月)は休館)

■申込開始日 5月14日(木)

ビジネス情報相談会

問 市立図書館 ☎③3365 FAX③3369

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

5月21日(木)・28日(木)、6月4日(木)

■時間 10:00~18:00

■場所 えんてらす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。(水曜日、5月25日(月)は休館)

■申込締め切り日 各回5日前

※一人1回1時間までです。

図書館

映画「editor.〇」上映会

問 市立図書館 ☎③3365

河出書房新社文藝の元編集長・長田洋一さんの人生を追った、ドキュメンタリー映画を上映します。

■日時 5月10日(日) 14:00~15:30

■場所

えんてらす3階多目的ホール

■定員 130人(先着順)

※申し込み、参加費は不要です。

みんなのがん教室@図書館 「その情報ほんと? うそ?」

問 市立図書館 ☎③3365

がんサポートおむすびにご協力いただき、がんなどについて易しく学ぶ講座です。

SNSなどで見掛ける情報が本当に正しいか見分けて、上手に活用する方法をお伝えします。

■対象 小学4年生以上

■日時 5月30日(土) 14:00~14:50

■場所

えんてらす1階太陽のコート

■講師 市立図書館司書

※申し込み、参加費は不要です。

高校生ボランティア「しおり部」説明会

問 市立図書館 ☎③3365

図書館で活動するしおり部の説明会とオリエンテーションを行います。

■対象 高校生~大学生

※中学生はご相談ください。

■日時 5月31日(日) 13:30~15:00

■場所 えんてらす2階ICTルーム

■参加費 無料

■申し込み方法 図書館本館カウンター、電話、メール(✉tosho@city.shiojiri.lg.jp)またはLINEアカウント(@roi3275p)でお申し込みください。メールの場合は氏名(フリガナ)、学年、電話番号をお知らせください。(水曜日、5月25日(月)は休館)

■申込締め切り日 5月30日(土)

※当日参加も可能です。

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
☎544567

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。
■時間 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
包丁や剪定はさみなどを研ぎます。
■時間 8:30～11:00
※料金などの詳細はお問い合わせください。

共通事項

■期日 5月11日(月)・25日(月)、6月8日(月)
■場所 塩尻地域シルバー人材センター

塩尻市スポーツ協会 バドミントンの大会参加者を募集

問 塩尻市スポーツ協会 ☎31393

少年少女バドミントン選手権大会
■対象 市内在住・在学の小・中学生
■日時 6月7日(日) 8:30から
■種目 小学生の部、中学生の部(各男女シングルス、ダブルス)
■参加費 一人一種目500円(保険代など)
■申込締め切り日 5月22日(金)

バドミントンリーグ戦

■対象 次のすべてを満たす人
○市内同一の事業所、学校、クラブ、サークルなどに所属
○監督1人、選手男子3人・女子2人以上で編成(塩尻市スポーツ協会バドミントン部に5人以上の登録があること)
■日時 6月21日(日) 8:30から
■種目 男子ダブルス1、女子ダブルス1、混合ダブルス2、シングルス1の団体戦

■参加費 1チーム3,000円(保険代など)
■持ち物 検定合格格水鳥シャトル
■申込締め切り日 6月5日(金)

共通事項

■場所 ユメックスアリーナ
■申し込み方法 市立体育館1階塩尻市スポーツ協会にある申込書に記入の上、提出してください。

伝言板

塩尻ジュニアテニス教室の参加者を募集

問 塩尻テニススポーツ少年団(石井)
☎080-5109-5918

■対象 市内在住の小・中学生
■日時 毎週土曜日 6:20～8:00
■場所 中央スポーツ公園テニスコート
■定員 50人(随時受け付け)
■会費
○月謝 1,500円(保険料など)
○年度登録費 3,000円
■申し込み方法
右のコード(塩尻テニス協会ホームページ)にある申込書に記入の上、メール(☎hisky0910@ymail.ne.jp)でお申し込みください。



健康マージャン交流大会in塩尻

問 健康麻将サークル「縁ジョイ」(岡田) ☎090-7171-1227

世代を超えて楽しく交流しましょう。
■対象 マージャンのルールが分かる人
■日時 5月31日(日) 10:15～16:30
■場所 塩尻総合文化センター
■種目 個人戦(50分4回戦)
■定員 100人(申し込み多数の場合は抽選)
■参加費 3,000円(会場費など。中・高校生は1,000円、小学生は無料)
■申し込み方法 電話または右のコード(申し込みフォーム)でお申し込みください。
■申込締め切り日 5月22日(金)



えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館 ☎33365

直木賞作家の佐藤愛子さんのエッセイ集を原作にした、草笛光子主演の映画を鑑賞します。
■日時 5月26日(火) 13:30～15:50
■場所 えんぱーく3階多目的ホール
■作品 九十歳。何がめでたい(2024年邦画)
■定員 100人(先着順)
※申し込み、参加費は不要です。

信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館 ☎33365

一にシナリオ 二に役者
映画監督の神山征二郎さんの講演会です。
■期日 6月21日(日)
■定員 130人(先着順)
■AI時代の知の拠点としての図書館
文筆家の猪谷千香さんの講演会です。
■期日 6月29日(月)
■定員 80人(先着順)
■共通事項
■時間 14:00～16:00
■場所 えんぱーく3階多目的ホール
■参加費 無料
■申し込み方法 電話またはメール(☎tosh@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、5月25日(月)は休館)
■申込開始日 5月15日(金)

松本圏域障がい者ニュースポーツ交流会

問 福祉支援課 障がい福祉係 ☎内線2115

ニュースポーツを通じて障がいのある人とない人が交流を深め、心身ともに充実できる交流会です。
■対象 松本圏域在住の障がい者とその家族・支援者
■日時 6月13日(土) 9:30～12:00
■場所 信州スカイパークアイネットやまびこドーム(松本市)

■種目 ニュースポーツ体験、レクリエーション
■定員 250人程度(先着順)
■参加費 無料
■持ち物 飲み物、タオル、運動靴
■申し込み方法 市保健福祉センター1階福祉支援課にある申込用紙に記入の上、提出してください。
■申込期間 5月11日(月)～20日(水)

令和8年度塩尻短歌大学の受講生を募集

問 塩尻短歌館 ☎③7171 ページID:0062231

短歌大学では、毎年現代の一流歌人を招いて講義を行います。短歌についてより深く学びませんか。

■期日および内容

- 7月5日(日) 米川千嘉子さんによる投稿歌の歌評
- 8月9日(日) 永田紅さん講義「短歌のある暮らし」
- 9月6日(日) 木村雅子さん講義「歌と人生ー太田水穂・太田青丘」

■時間 13:30~15:20

■場所 塩尻短歌館

■参加費 各講座1,000円(講師代など)

■定員 各講座80人(申し込み多数の場合は抽選)

■申し込み方法 塩尻短歌館、市ホームページ、市内各施設にある申込書に記入の上、次の方法でお申し込みください。

- 郵送、持参 〒399-0706 広丘原新田288番地1 塩尻短歌館宛て
- ファクス FAX③3506
- メール(申込書の画像を添付) tanka@city.shiojiri.lg.jp
- Googleフォーム 右のコードでお申し込みください。

■申込締め切り日時 5月31日(日) 16:00

※詳細はホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。



第5回チャリティコンサート エバグリーンフェスティバル

問 NPO法人えんしょく(中村) ☎080-6649-9922

子ども食堂の食材費調達のために、吹奏楽や和太鼓のチャリティーコンサートを開きます。

■日時 5月23日(土) 10:00~13:00

■場所 ユメックスアリーナメインアリーナ

■持ち物 室内用靴

※申し込み、参加費は不要です。

社交ダンス講習会参加者を募集

問 長野県ダンススポーツ連盟中信支部(山岸) ☎090-4707-7259

音楽に合わせて心と体をリフレッシュしませんか。基本から始めるので、初めての人はもちろん、ブランクのある人でも気軽に参加できます。

■期日 5月12日(火)・19日(火)・26日(火)

■時間 13:30~15:30

■場所

塩尻総合文化センター1階講堂

■参加費 1回500円(会場代)

■持ち物 動きやすい服装、室内用靴、飲み物

※申し込みは不要です。直接会場にお越しください。

塩尻市の自然を守る活動のボランティア会員を募集

問 塩尻市自然保護ボランティア takabotchi1995@gmail.com

高ボッチ高原の清掃や草刈りなどの保護活動や、市内の植生活動を行うなど、塩尻市の美しい自然を将来に残す活動を一緒に行いませんか。

■活動期間 主に5~10月

■申し込み方法

メールまたは右のコード(インスタグラム)をフォローの上、メッセージでお申し込みください。



塩尻市民スポーツ祭 陸上競技の出場者を募集

問 塩尻市スポーツ協会 ☎③1393

■対象 市内在住・在学・通勤の小3年生以上

■日時 6月27日(土) 9:00から

■場所 松本平広域公園補助競技場

■種目 トラック・フィールド競技

■申込締め切り日 6月10日(水)

※申し込み方法などの詳細は、塩尻市スポーツ協会ホームページをご覧くださいか、お問い合わせください。

「座」太極拳 アイリス

問 アイリス(高橋) ☎080-6936-4482

椅子に座って行う体操と初歩の太極拳を行います。

■期日 毎月第2・4木曜日

■時間 13:30~15:00

■場所 塩尻総合文化センター

■参加費 月2,000円(講師代など)

※初回は無料です。

※電話でお申し込みください。

正しい発声でイキイキ元気! ~歌って解放 声も心も晴れやかに~

問 (株)信濃毎日新聞 松本専売所 ☎③1110

誤嚥や認知症の予防にもつながる、歌とボイストレーニング講座です。

■対象 おおむね50歳以上

■場所および期日

○えんぱーく3階多目的ホール

6月18日(木)、8月20日(木)、10月8日(木)

○上土劇場(松本市)

7月15日(水)、9月16日(水)

■時間 10:00~12:00

■内容 ウォーミングアップ、喉の体操、歌 など

■講師 三谷 乃子さん(ボイストレーナー)、永澤 静香さん(音楽健康指導士)

■定員 各回70人程度(先着順)

■参加費 1回1,500円(講師代など)

※5回分まとめて予約の場合は1回分無料になります。

■持ち物 飲み物

■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 5月11日(月)

■主催 市民交流センター



居場所が欲しい人のための交流会

問 のぞみカウンセリング(上村) ☎080-4736-6661

情報共有と分かち合いの場所です。

■日時 毎月第4土曜日 13:30から

■場所 イベLabココカラ

■参加費 200円(会場代)

※申し込みは不要です。