



レザンホール

へ行こう！

問 レザンホール
☎0263⑤5503



■休館日

5月7日(木)・11日(月)・18日(月)・25日(月)

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。

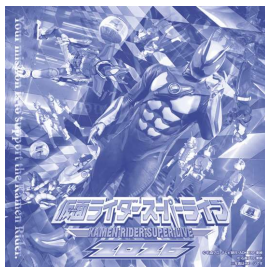
開場 17:45 開演 18:30

チケット好評発売中

7月26日(日)

仮面ライダースーパーライブ2026
「ゼツ」

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ア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

チケット好評発売中

8月23日(日)

明治大学マンドリン倶楽部演奏会

日本各地から招かれての全国公演に加え、イタリアや中国、アメリカなど数カ国で海外公演を行うなど、世界的舞台で活躍するマンドリンオーケストラです。ぜひ、伝統ある瑞々しい音色をお楽しみください。



大ホール<全席自由> 3,000円

※未就学児入場不可です。

開場 14:15 開演 15:00

チケット発売開始 5月3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



苦手克服教室【マット運動】

マット運動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。前転・後転などの回り方や動作のこつをお伝えし、鉄棒や跳び箱を行う上でも重要な動きを身に付けていきます。

■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 6月7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

※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 5月18日(月)9:00～6月6日(土)21:00



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 ☎0263②0280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198
5月12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
5月12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
5月13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
5月14日(木)・21日(木)・28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
5月21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
5月14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
5月28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
6月1日(月) 13:00~16:00 えんぱーく

★こころの健康相談 健康づくり課 ☎②0858
5月27日(水) 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
5月20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
5月14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			
5月3日(日)	ひろおか上條クリニック	広丘	⑤23372
5月4日(月)	もみの木こどもクリニック	広丘	⑤10753
5月5日(火)	桔梗ヶ原病院	宗賀	⑤40012
5月6日(水)	しいな医院	大門	⑤12933
5月10日(日)	松本歯科大学病院	広丘	⑤12300
5月10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	⑥50013
5月17日(日)	緑ヶ丘青木医院	広丘	⑤23777
5月24日(日)	たなべ泌尿器科クリニック	広丘	⑧8181
5月31日(日)	こしはら内科クリニック	吉田	⑥65480
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			
5月3日(日)	つづく歯科医院	吉田	⑥63388
5月10日(日)	歯科手塚医院	宗賀	⑤20498
5月17日(日)	青木歯科医院	高出	⑤36868
5月24日(日)	はせがわ歯科医院	吉田	⑤80089
5月31日(日)	細川歯科医院	大門	⑤20339
期日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00~18:00			
5月3日(日)	おひさま薬局	高出	⑧87964
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	⑤20532
5月10日(日)	広丘野村とをしや薬局	広丘	⑤16022
5月17日(日)	みどりヶ丘薬局	広丘	⑤38488
5月24日(日)	スギ薬局塩尻北店	高出	⑤07096
5月31日(日)	日医調剤塩尻薬局	吉田	⑤07731
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			

市外の当番医

