



レザンホール へ行こう！

問 レザンホール
☎0263⑤5503



■休館日

9月7日(月)・14日(月)・24日(休)・28日(月)

9月13日(日)

奈々福第二回塩尻独演会

奈々福、浪曲で「シンデレラ」をうな
る。老若男女誰でもわかって笑える浪曲です。



中ホール<全指定席> 3,000円

※未就学児は入場不可です。

開場 13:15 開演 14:00

チケット好評発売中

10月18日(日)

名探偵プリキュア！
ドリームステージ

歌って踊ってキュアット解決！ 大き
な声や歌で応援してね！



大ホール<全席指定>

○前売り 4,000円 ○当日 4,500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 ①10:30 ②14:00

開演 ①11:00 ②14:30

チケット好評発売中

11月15日(日)

野口五郎 GORO NOGUCHI
CONCERT TOUR 2026
「I sing songs!!～歌がある限り～」

野口五郎デビュー56周年を迎えた2026
年。半世紀を越えるキャリアと歌へのス
トイックな思いを込めたステージをお楽
しみください。



大ホール<全指定席> 8,800円

※未就学児は入場不可です。

開場 15:00 開演 15:30

チケット好評発売中

ユメックスアリーナ

YOUNMEX ARENA

イベント情報

苦手克服教室【縄跳び】

縄跳びを通じて体を動かすことの楽しさや達成感
を得て、苦手克服を目指す教室です。縄跳びに苦手意識
がある子どもやきれいに跳べるようになりたい子ども
に、ジャンプや回し方などのコツをお伝えします。

■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 10月12日(月・祝)

■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 9月14日(月)9:00～10月11日(日)21:00



※当日は室内での開催となります。

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 ☎0263⑤20280

★司法書士による不動産登記相談 市民課 ☎内線1198

9月8日(火)・10月6日(火) 13:00～16:00 塩尻総合文化センター

※3週間前から申し込みできます。

★公証相談 市民課 ☎内線1198

9月8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

9月9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

9月10日(木)・17日(木)・24日(木)・10月8日(木) 13:00～16:00 塩尻総合文化センター

※3週間前から申し込みできます。

★労働問題全般相談 商工課 ☎⑤20871

9月17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 ☎⑦0111

9月17日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就職相談 ミニジョブカフェおじり 商工課 ☎⑤20871

9月24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 ☎⑤20858

9月30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

9月16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

9月8日(火) 13:30～15:30 市保健福祉センター

市民活動のお悩み無料相談 NPO法人えんのわ ☎⑤3320

9月29日(火) 19:30～20:30 オンライン(Zoom)
ミーティング ID:869 9994 4788 パスコード:698417

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 ☎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			

9月6日(日)	清水外科胃腸科医院	吉 田	⑤82474
9月13日(日)	種山医院	大 門	⑤31010
9月20日(日)	中山外科内科	大 門	⑤31016
9月21日(月)	奈良井医院	洗 馬	⑤20695
9月22日(火)	こまくさ野村クリニック	広 丘	⑤11121
9月23日(水)	塩尻病院	大 門	⑤20145
9月27日(日)	中村病院	高 出	⑤23321
9月27日(日)	まつだアイクリニック	大 門	⑤20520
10月4日(日)	百瀬医院	大 門	⑤20286
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			
9月6日(日)	たいら歯科クリニック	大 門	⑧6096
9月13日(日)	田中歯科医院	大 門	⑤41120
9月20日(日)	滝歯科医院	吉 田	⑤70648
9月27日(日)	塚越歯科医院	大 門	⑤41088
10月4日(日)	ツカハラ歯科医院	大 門	⑤42300

期 日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00～18:00			
9月6日(日)	スギ薬局塩尻北店	高 出	⑤07096
9月13日(日)	西村薬局	大 門	⑤25808
9月20日(日)	いろは堂薬局	大 門	⑤20532
9月21日(月)	青い鳥薬局大門口	大 門	⑤27800
9月22日(火)	上條薬局	大 門	⑤41530
9月23日(水)	ききょう薬局	宗 賀	⑤10502
9月27日(日)	くすりの志水	宗 賀	⑤36001
10月4日(日)	しらかばのみち薬局	大 門	⑤16360

市外の当番医	医療情報Net(県内の医療機関) URL 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) URL https://www.matsu-med.or.jp	