

広報 塩尻

SHIOJIRI

2026

10月号

No.1221

私たちのまちには、
誇れる図書館がある

【トピックス】

- ② 特集 未来をひらく図書館
- ⑫ 森林ハブ拠点 yama-niwa
- ⑩ 里親という支援のカタチ

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 開館55周年を迎えた知の交流拠点 未来をひらく図書館

本市の知の拠点として、さまざまな取り組みをしている市立図書館。
今回は図書館が展開するさまざまなサービスや企画について紹介します。

問 市立図書館

☎0263⑨3365

FAX 0263⑨3369

✉tosho@city.shiojiri.lg.jp



ホームページ

未来へつながる「知の交流拠点」
を目指して

塩尻市立図書館は、令和8年に開館55年目の節目を迎えました。

昭和46年の本館の開館以降、大きな転機となったのは、平成22年の市民交流センター「えんぱーく」の開館です。図書館を核とした市内最大の複合施設への移転以降、進化を大きく加速させました。

これまで、「信州しおじり本の寺子屋」「子ども本の寺子屋」や、ビジネス情報相談会、10代の学生ボランティアによる「しおり部」など、図書館の枠にとられない取り組みを広げてきました。また、先進的な取り組みを行う神奈川県大和市や岐阜県岐阜市の図書館と同盟を締結したり、全国的な賞を複数受賞したりするなど、進化を続けてきました。

令和6年には第2次塩尻市立図書館サービス計画を策定し、「世界が広がり 未来がひらける 知の交流拠点」をありたい姿として掲げました。熱意ある多くの司書や読書推進アドバイザーが日々創意工夫をし、市民の皆さんにとって居心地がよく、また来たくなる場所となるよう挑戦し続けています。

「私たちのまちには、誇れる図書館がある」

今回の特集では、進化し続ける塩尻市立図書館について紹介します。

図書館55年の歩み

昭和46年

塩尻市立図書館が開館

昭和56年

塩尻総合文化センターが新築。図書館本館を3階に移転

平成15年

塩尻総合文化センター2階に「子ども読書室」を開設

平成22年

市民交流センター「えんぱーく」開館。図書館本館を移転。

平成27年

「ライブラリーオブザイヤー 2015」優秀賞受賞

令和6年

第2次塩尻市立図書館サービス計画を策定



▲開館当時の市立図書館

図書館本館利用案内

■開館時間

- 平日 10:00～20:00
- 土曜日 9:30～20:00
- 日曜日・祝日 9:30～18:00

※児童書コーナーは9:00開館です。

※水曜日は休館です。

※資料整理日などの休館日があります。

■貸し出しサービスの利用方法

①利用カードを作る

カウンターに「利用カード申込書」と住所を確認できるものを持参してください。

②借りる

1人15点まで、2週間借りられます。

※本館は、セルフ貸し出し機も利用できます。

③返す

借りた図書館以外の本館・分館でも返却できます。

■図書館で本を借りられる人

○市内、松本広域圏内の市町村、諏訪・木曽・

上伊那・大北の各広域圏内に住所がある人

○市内の事業所などに通勤または通学する人

蔵書数

596,208冊

※分館の蔵書や雑誌、視聴覚資料を含みます。

1人当たりの 貸し出し数（年間）

9.18冊

（全国平均は4.8冊）

図書館利用のQ&A

Q 図書館は無料で使えますか？

A 資料のコピーなど一部有料となる場合もありますが、図書館はどなたでも無料で使うことができます。

Q 調べものをするのですが、相談はできますか？

A 知りたいこと、調べたいことについて、本などの情報源をご案内する「レファレンスサービス」を行っています。「こんな本ありませんか？」といった質問から専門的な調査まで、お気軽に職員にご相談ください。

■申し込み方法 図書館カウンター

または電話、図書館ホームページの「お問い合わせ」で受け付けています。

※内容によっては、調査に時間がかかる場合があります。

Q 閉館時や休館日に本を返却できますか？

A 図書館が閉まっているときは、CD、DVDなどの一部資料を除き、各館の入口にあるブックポストに返すことができます。

あなたの「読みたい・知りたい」に応えたい

図書館には工夫がいっぱい

図書館本館では、気軽に本を手にとってもらえるように、また、館内で楽しく過ごしてもらえようようにさまざまな工夫をしています。職員がその一部を紹介します。

もっと使いやすく 関連資料 を集めた 棚づくり

本館では、分野ごとに関連する本やCD、DVD、雑誌をまとめて置くなど、使いやすい図書館づくりに努めています。塩尻市が誇るワインや漆器、短歌などの特別コーナーのほか、10代、働く人、子育て世代、シニア世代などに向けたコーナーを設置しています。

利用者の皆さんに
分かりやすいよう
工夫しています。



しごとと情報コーナーでは、ビジネス書のほか、就職、転職に役立つ本や求人情報、資格取得に向けた本が同じ棚に。



医療健康情報のコーナーでは、治療や病気に関する本と、闘病記などのエッセーが同じ棚に。



ワインコーナーは人通りが多い場所にあるので、見て楽しめる棚にしようと、特に工夫しています。ワインについてこれから知りたい初心者向けの資料から、醸造家の紹介などワイン好きの人向けの資料まで幅広く用意しています。ワインの空き瓶は、コンクールで入賞したものを紹介するなど、常に入れ替えているので、ぜひチェックしてください。



興味が広がる テーマ ブックス

館内の各所に、職員がテーマごとに選んだ本を集めたコーナーを常時10カ所以上設けています。季節や社会の話題など、いろんな視点で本との出会いを楽しめます。

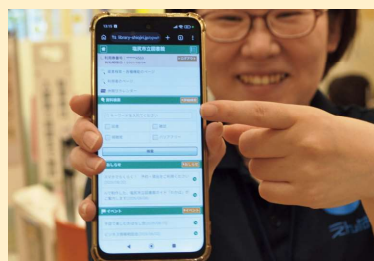
テーマは
1～2カ月ごと
に変わります。
お楽しみに。



便利
その2

スマホで借りる

利用カードが手元になくても、スマホに表示した自分の利用券番号のバーコードを提示するだけで、本やDVDなどを借りられます。



便利
その1

スマホで予約

スマホやパソコンから、本の予約や受け取る場所（本館・分館）の指定ができます。24時間ご利用いただけます。

デジタル活用で
もっと便利に

知る楽しみを感じられる

図書館では子どもの絵本を借りたり、おはなし会に参加したりしています。

少し前から、子どもがさまざまなことに「なぜ?」「どうして?」と疑問を持つようになり、レファレンスサービスを利用しています。ノートに疑問を書き留め、図書館に行った時に職員さんに教えてもらっています(11ページ写真)。

教えてもらった後は、普段は読まない本を読んだり、新しい疑問が生まれたり、知る楽しみを感じているようです。思いも寄らないことに疑問を持つこともあるので、職員さんとのやり取りを聞いていて、私も楽しいです。図書館は「知りたい」気持ちを広げてくれる場所。これからもたくさん利用していきたいですね。



山岸 知世さん
るりちゃん
(大門七区)

本に囲まれていると安心

小さい頃から図書館に通っていて、週に1回は本を借りに来ています。今は、図書館の仕事を体験する講座「目指せ! 図書館マスター」に参加しています。また、本の寺子屋に参加するのも大好きです。「100かいだてのいえ」の作者いわいとしおさんの講演がとても楽しかったので、他の人の話をもっと聞いてみたいです。



下村 琢磨さん
(桔梗小5年生)

本だけでなく、さまざまな展示物で理解を深めていただけます。



気になる雑誌があれば、館内フリースペースでゆっくり読んでいただけます。



職員が手縫いした文字のない布の絵本も増えています。



気軽に遊びにきてください!



季節の展示や原画展、写真展、本の寺子屋での講演に合わせたもの、地域の企業や市役所の各部署とコラボしたものなど、多種多様な展示をしています。

本館、分館合わせて県内最大級の約400タイトルの雑誌があります。ファッション誌やスポーツ誌、専門誌など幅広く取りそろえ、バックナンバーは貸し出しできます。

触って楽しむ絵本や、誰もがやさしく読めるように工夫されたしづつクなどの資料を紹介しています。1階森のコーナーに1カ所ずつあります。

絵本の読み聞かせをはじめ、紙芝居やパネルシアター、手遊びなどを織り交ぜた楽しいおはなし会を毎週開催しています。

開催日 毎週土曜日
時間 午前10時半〜11時

通う楽しみ 展示

約400タイトル 豊富な雑誌

特別なニーズがある人も楽しめる りんごの棚

本の世界を楽しもう おはなし会

便利
その4

SNS
で情報発信

ホームページのほか、インスタグラム、フェイスブック、エックスでイベント情報などを積極的に発信しています。



便利
その3

わかばがご案内



本館入口の大型モニターで、AIで制作した図書館ガイド「わかば」が、音声と文字・画像で案内します。日本語や、五つの外国語で対応します。

本を借りるだけじゃない 人生を豊かにする場所

図書館では、さまざまなことを「学ぶ」ために、複数のアプローチで知の拠点としての取り組みをしています。

信州しおじり

本の寺子屋

「信州しおじり本の寺子屋」は、図書館が中心となり、著者、出版社、書店と連携して本の魅力を発信する取り組みです。普段はなかなか話を聞くことのできない作家や評論家などを講師に迎え、講演会などを開催。「作者の生の声を聞ける」「講師との距離が近く熱量を感じられる」と、受講者に好評です。また、対象を子どもたちに広げた「信州しおじり子ども本の寺子屋」では、絵本作家などを招き、読み聞かせやワークショップなど、子どもに親しみやすい内容で開催しています。

これまで数多くの著名人が講演してきた本の寺子屋。今後も取り組みを続けながら、本の魅力を発信していきます。



近年の講演の一部。

【左上】文芸評論家の三宅香帆さん

【右上】絵本作家の五味太郎さん



【左下】国立科学博物館長の真鍋真さん

【右下】絵本作家のはらぺこめがねさん

参加者インタビュー



中島 祥夫さん
(飯島町)

未知の世界に興味を持つきっかけに

最初に参加したのは、絵本作家のくすのきしげのりさんの講演会でした。地元の図書館にチラシが置いてあったのがきっかけだったと思います。最初のうちは、興味のある分野の講演会を選んで来ていましたが、最近は、未知の世界に興味を持つきっかけとして、できるだけ多くの講演会に参加しています。本の寺子屋は、著者と触れ合える貴重な機会なので、これからも参加していきたいですね。



10～11月の開催予定

たしろちさと原画展「5ひきのすてきなねずみ おんがくかいのよる」

「5ひきのすてきなねずみシリーズ」などを手掛ける、絵本作家たしろちさとさんの絵本原画展です。

■期日

10月10日(土)～11月3日(火・祝)

※10月26日(月)、水曜日は休館です。

■場所

えんぱーく 1階

図書館展示コーナー

ギャラリートーク

■日時 10月18日(日) 14:00から

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■定員 100人

※申し込み、参加費は不要です。

落語「帰ってきた! あたまからつぱにして笑いたいひとあつまれ!!」

子ども向けの落語会です。

■対象 小学生以上

■期日 11月29日(日)

■時間 14:00～16:00

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■講師 酔亭化枝さん(社会人落語家)

■定員 100人(先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 右のコード(申し込みフォーム)でお申し込みください。

■申込開始日

10月16日(金)



みんなのがん教室

「みんなのがん教室」は、医師や看護師などの専門家や、がんを経験した人などを講師に迎えて、がんの知識や、がんになったら注意することなどを学ぶ講座です。現在は年に6回開催し、講座が終わった後には、講師と参加者が交流する「おむサポカフェ」も実施しています。図書館では、医療や健康に関する図書館サービスを企画・実施する「医療健康情報サービス推進チーム」を組織して、みんなのがん教室の運営やテーマブックスの設置などを行っています。

講師インタビュー

気兼ねなく来られる場所で「がん」について伝えたい



がん教室を図書館で開催したいと思ったのは、幅広い世代が訪れる場所であり、信頼性の高い情報が得られる場所でもあるからです。毎回のテーマは図書館職員と相談して決めています。最近は、冒頭に読み聞かせを取り入れ、参加しやすい雰囲気になっています。今後は、もっとお子さんも参加しやすいように工夫をしていきたいです。

がんサポートおむすび代表
小口 浩美さん

第3回 がん教育の授業を受けてみよう

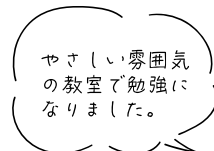
- 対象 小学4年生以上
- 日時 10月17日(土) 13:00~13:45
- 場所 えんぱーく1階太陽のコート
- 講師 小口 浩美さん(がんサポートおむすび)

※申し込み、参加費は不要です。

これまでの参加者の声



聞くだけでなく
参加しながら情
報を得られました。



やさしい雰囲気
の教室で勉強に
なりました。



ビジネス情報相談会

長野県よろず支援拠点のコーディネーターがビジネスに関する相談を無料で受け付ける相談会。よろず支援拠点は、中小企業・小規模事業者が抱えるさまざまな経営相談に対応するため、国が各都道府県に設置する公的経営相談窓口で、中信地区の相談を図書館で実施しています。相談内容に合わせて、図書館司書が必要な資料を提供するなど、図書館で実施されるからこそその利便性があります。月に3回の相談会のほか、月に1回、ミニセミナーを実施しています。

講師インタビュー

ビジネスに悩む人の助けに



若い人から仕事を定年退職して事業を始めたいという人まで、幅広い世代が相談に訪れています。最近はWebやSNSの活用についての相談も多いですね。また、「何から始めたらいいの?」という起業前の相談も受け付けています。無料で何度でも相談できるので、ぜひ活用してください。

長野県よろず支援拠点コーディネーター
飯田 諒さん



相談会

- 期日 10月15日(木)・22日(木)、11月5日(木)
- 時間 10:00~18:00(1人1回1時間)
- 場所 えんぱーく3階会議室303
- 参加費 無料
- 申し込み方法 図書館本館またはホームページにある申込用紙に記入の上、メール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

ミニセミナー「SNS集客のためのAI活用術入門」

チャットGPTを使ってキャッチコピーのたたき台をつくる方法などを解説します。

- 日時 11月26日(木) 14:00~15:00
- 場所 えんぱーく3階会議室302・303
- 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。
- 申込開始日 10月22日(木)

10代が活躍!!



しおり部イメージキャラクター
若葉おうえん隊

しおり部がつくる 楽しい図書館



しおり部公式
ホームページ

小さい子どもから高齢者まで、さまざまな年代の皆さんにご利用いただいている図書館ですが、10代の利用が少ないのが課題です。そこで、10代の学生の皆さんにとって、図書館をもっと身近に、もっと便利にしていけるため、同年代による学生ボランティアグループ「しおり部」が発足しました。今年で9年目を迎えるしおり部の活動内容をお伝えします。

今年は15人のメンバー
で活動中！来年も5月
に募集開始予定です。
興味のある人は図書館
カウンターまで！



しおり部は、毎年募集する部員の皆さんが楽しみながらつくっていくグループです。皆さんが楽しいと思うこと、やってみたいと思うことをどんどん採用してやっていきます。そのため、最初の活動は、その年に集まったメンバーみんなでの話し合い。何が好きで、どんなことをやりたいか、自由に話し合いながら、その年に取り組む企画やイベントを決めていきます。

ワークショップ

しおり部員お薦めの本やテーマに合わせた本を紹介するブックリスト「しおり書店」を、春と秋の2回発行しています。本のあらすじやお薦めポイントなど、メンバーの個性あふれる書評が楽しめます。



しおり書店の発行

10代にしか思いつかないアイデアに刺激をもらっています

発足当初からしおり部を担当しています。図書館が好きな人、本が好きな人、イベントが好きな人などいろんな部員が集まり、職員では思いつかないようなアイデアが出てくるので、とても勉強になります。その年ごとの部員のカラーで雰囲気が変わるのも楽しみです。図書館が主導して行っている部分もありましたが、回数を重ねて、部員が主体で企画を運営できるように活動をサポートしています。

図書館 北林





選書ツアー

選書とは、利用者の多様なニーズに応えるために、図書館で購入する本を選定することです。選書ツアーは、図書館の仕事を知るとい目的のほかにも、職員の目だけでは見落としてしまうような中高生向けの本を、しおり部員の感性で選書してもらうという目的があります。今年は、近隣の書店で三日間実施。部員たちは、どんな本が心に刺さるのか、手に取ってもらえるかなど想像しながら選書に挑戦。図書館に並ぶ本を決める責任感とワクワク感を体感しました。

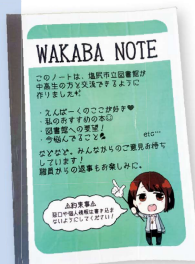
市公式
YouTubeで
も活躍中！



しおり部員が図書館の魅力を紹介する動画を公開中です。



図書館2階にある「若葉のコーナー」は、10代の皆さんのためのコーナーです。小説やライトノベルのほか、進路や勉強、部活に関する本や雑誌などが並びます。選書ツアーでしおり部員が選んだ本もこのコーナーに置かれます。勉強の息抜きに、ぜひ立ち寄ってください。



WAKABA NOTE

図書館職員が、来館してくれた中高生と交流を図るために置いたノート。職員が心を込めて返事を書いています。気軽に書き込んでください。



若葉のコーナー

インタビュー！

読書が苦手でも楽しめる図書館に

小さい頃から図書館に通っていました。本は読むと眠くなるタイプですが、塩尻の図書館はいつも楽しいイベントが開催されていて、毎回ワクワクしていたことを覚えています。高校生になり、私も楽しいことをつくり出す側になりたいと思って、しおり部に入りました。しおり部には、本好きな人ももちろんいるので、いろいろな視点から楽しい図書館をつくるための意見を出して話し合うのが楽しいです。今は美術の勉強をしているので、将来、図書館のイベントでワークショップもしてみたいです。

▼小学生の時に図書館のイベントで作った作品

島田 遥さん



しおり・ブックカバー作りや飾り付け、コーナーづくりなど、いろんな企画をやってきたよ！



身近な図書館を知っていますか？

えんぱーくの図書館本館は住んでいる所からちょっと遠いなという皆さん、お住まいの地区にも魅力的な分館があることをご存じですか。それぞれの特色がある八つの分館を紹介します。



広丘図書館 ☎0263⑤0728

広丘図書館は本館の次に蔵書数が多く、雑誌や新聞も置いてあります。JR広丘駅に近く、仕事帰りに立ち寄る人もいて、子どもから大人まで幅広い世代が利用しています。



■住所 広丘野村2069-1



片丘分館 ☎0263⑤0280 内線5321

分館の中では一番狭いですが、隠れ家的で、本を宝探しのよう探すことができます。親子でくつろげる空間で、乳幼児向けのおはなし会も実施しています。



■住所 片丘4758-7



吉田分館 ☎0263⑤0280 内線5323

絵本コーナーに低学年向けの本を置いて読書習慣の定着を進めたり、シニア・子育てなどのコーナーで本を見つけやすい工夫をしたりしています。閲覧席やじゅうたんスペースもあります。



■住所 広丘吉田2901-3



洗馬分館 ☎0263⑤0280 内線5324

野菜作りが盛んな地域なので、農業関係やガーデニングに関する本を積極的にそろえています。利用者の皆さんも顔見知りが多く、アットホームな雰囲気です。



■住所 洗馬2550-2



宗賀分館 ☎0263⑤0280 内線5325

地区内に平出遺跡があることから、遺跡に関する本を積極的にそろえています。他にトレッキング、ワイン、そばなど地区の特色を生かした資料を集めています。



■住所 宗賀2658-1



塩尻東分館 ☎0263⑤0280 内線5327

主に小学生以下を対象として、工作や季節の宝探しなどのイベントを積極的に企画しています。来ると何かイベントがある、わくわく楽しい図書館を目指しています。



■住所 塩尻町648-1



檜川分館 ☎0263⑤0280 内線5328

木曽漆器や奈良井宿など地域に関する本を多く置いています。以前は旧檜川村の図書館だったので、蔵書が充実しています。より多くの人に利用してもらいたいですね。



■住所 木曽平沢1451-138



北小野分館 ☎0263⑤0280 内線5326

じゅうたんスペースが広く、親子で楽しむ空間としてもご利用いただいています。近くに古田晁記念館があり、筑摩書房から寄贈された本などを集めたコーナーを作っています。



■住所 北小野48

利用者インタビュー



よく利用して情報を得る場所

塩尻東分館は自宅から近いので、週1回程度利用しています。市内の別の図書館にある本を予約して、分館で受け取ることもできるので便利ですね。職員の方とは気軽に話しています。調べものの相談をすると、親身になって対応してくださるのでありがたいです。本を借りるだけでなく、分館主催の手芸のイベントなどにも参加して楽しんでいます。

共通事項

- 開館日時 各分館によって異なります。詳細は電話でお問い合わせください。
- 返却について 市内の図書館で借りた本は、別の分館や本館でも返すことができます。
- 図書館印をあつめよう
全館絵柄の違う台紙に図書館印を付ける特別企画を開催中です。
○期間 12月19日(土)まで





未来をひらくヒントが、ここにあります。

えんぱーく読書週間スペシャルデー

10月27日(火)から11月9日(月)までの読書週間に合わせて、本に関するイベントを開催します。

10月27日(火)～11月9日(月)

未来につなぐ本の輪

本の修理方法や汚損本などの展示です。

■場所 えんぱーく1階森のコート周辺

松本山雅FC特製しおり配布

図書館本館・分館のカウンターで配布します。

11月3日(火・祝)まで

本が読みづらい! そんなときは

バリアフリー資料などの展示です。

■場所 えんぱーく1階森のコート東側

11月3日(火・祝)のイベント ※参加費は無料です。

ぐるぐるぶっくす

除籍した図書を無料で配布します。

■時間 9:30～15:30

■場所 えんぱーく3階市民サロン

ちびっこシェフ! あそんじゃえ～!!

■対象 未就学児

■時間 9:30～11:30、13:30～15:00

■場所 えんぱーく1階太陽のコート

点字で名刺をつくろう!

名刺サイズのカードに、自分の名前を点字で打ってみよう。

■時間 10:00～12:00、13:00～15:00

■場所 えんぱーく3階会議室302・303

えほん作家になろう!

オリジナルミニ絵本づくり

■時間 10:00～11:30、13:30～15:00

■場所 えんぱーく3階市民サロン

■定員 100人

和綴じ本風図書館印帳をつくろう!

「図書館印をあつめよう」で集めた図書館印を和綴じ風の冊子にするワークショップです。

■対象 小学5年生以上(5年生未満は保護者同伴であれば可)

■時間 10:30～11:30、14:00～15:00

■場所 えんぱーく3階会議室301

■持ち物 集めた図書館印

電車のおはなし会

塩尻駅員とのコラボ企画です。

■対象 小学生までの子どもと保護者

■時間 11:00～12:00

■場所 えんぱーく3階多目的ホール

■定員 130人



※イメージ画像です。

—特集—

2022年に閉校した旧檜川中学校の校舎を活用 して森と人をつなぐ複合施設がオープンします！

—ヤマニワ—

森林ハブ拠点

yama-niwa

2022年3月に閉校した旧檜川中学校。かつての学び舎である校舎と校庭が、民間事業者との連携により、山や森について学び・体験し・働き・楽しむ「yama-niwa（ヤマニワ）」に生まれ変わります。今回は、10月3日(土)にオープンする施設の概要をお知らせします。

問 企画課 ☎0263⑤0280 内線1352

市と民間事業者の連携 により地域経済の 活性化を目指します。

yama-niwaは、「山で遊び、山で働き、山に学ぶ。」をコンセプトに、宿泊施設、ベーカリーカフェ、アウトドアショップ、展示室、貸し工房、合板工場などを備える複合施設です。「山と都市をつなぐ森林ハブ拠点」として、地域の森林資源を暮らしや産業へ循環させ、観光と林業の活性化を目指します。

市では、2020年1月に株式会社竹中工務店と地域連携協定を締結し、森林資源の循環利用や地域経済の活性化に向けた取り組みを進めてきました。その具体的な取り組みの一つとして、奈良井宿で休眠状態にあった酒蔵を再生した宿泊施設「BYAKU Narai」が開業しています。yama-niwaは、この連携をさらに発展させ、森林資源を暮らしや産業へ循環させる拠点として整備したものです。この施設を通じ、林業・木工関連産業の育成、森林・林業教育の推進、付加価値を高めた地産合板の製造、新たな雇用の創出および地域経済の活性化に取り組めます。

施設の概要

項目	内容
施設名称	yama-niwa
所在地	奈良井1037-3 (旧市立檜川中学校)
敷地面積	31,316平方メートル
施設所有者	塩尻市
改修設計	株式会社竹中工務店
施工	北信土建株式会社
事業主体	一般社団法人塩尻市森林公社 株式会社ソルトターミナル
yama-niwa運営	株式会社やまとわ 株式会社TARP AND COMPANY
合板工場運営	株式会社ツミカサネ

interview ①

山に出会う豊かな時間を過ごしてほしい



(株)TARP AND COMPANY
代表取締役
奥田 悠史さん

檜川小中学校の「山中に学ぶ」の書が表す山との関わりの歴史・文化や、地域の豊かさを表す校舎の思い出を保存できるような施設を心掛けました。部屋からの景色をはじめ、細部まで山での時間を感じられるようこだわっています。コーヒーやパンを手に山の中を散策したりして、豊かな時間を過ごしてほしいですね。塩尻は山が身近ですが、ここでの景色や環境は、普段とは違う魅力を感じられると思います。市民の皆さんにもぜひお越しいただきたいです。

interview ②

先人が育んできた森林資源を生かしたい



(株)ツミカサネ
代表取締役
青野 裕介さん

合板工場では、オフィスや飲食店などの内装に用いる合板を製造します。丸太をかつらむきにして単板を切り出す製法により、細い丸太でも有効活用することができるため、これまで利用されなかった木材の活用が期待できます。この地域には、先人たちが大切に守り育ててきた豊かな森林があります。手触りと見た目の美しさを追求した合板の良さを世の中に広めることで、木材の利用を増やし、森林資源の循環に貢献できたらうれしいです。

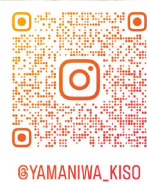


yama-niwa インフォメーション

- 営業開始日 10月3日(出)
- 営業時間
 - yama-niwa-INN (宿泊)
15:00~21:00
 - route bakery and coffee (ベーカリーカフェ)
平日 9:00~16:00
土日祝日 8:00~16:00
火曜定休
 - モンベルルーム木曽yama-niwa店 (アウトドアショップ)
平日 10:00~19:00
土日祝日 9:00~18:00
水曜定休



ホームページ



インスタグラム

② ベーカリーカフェ route bakery and coffee



地域住民や来訪者が気軽に立ち寄り、交流できるベーカリーカフェ。「山のパン時間」をコンセプトに、発酵をテーマとした自然の恵みを感じられるパンを提供します。山や森で過ごすひとときのお供として、焼きたてのパンやコーヒーはもちろん、クラフトビールもお楽しみいただけます。



※イメージ画像です。

① 宿泊施設 yama-niwa-INN

学校の空間を生かした宿泊施設で、1～3階に全12室を用意。2名用・4名用の客室のほか、最大10名で利用できる部屋もあり、企業研修や一人旅、家族・グループでトレイルを楽しむ人など、幅広い宿泊ニーズに応えます。館内にはシャワー室のほか、地元ヒノキを使った「森のログサウナ（貸し切り・予約制）」も完備。



※イメージ画像です。

新たにオープンする yama-niwa は、山を感じながら豊かな時間を過ごせる複合施設です。旧檜川中学校校舎の意匠や思い出を随所に残しながら新しく生まれ変わった施設を紹介します。

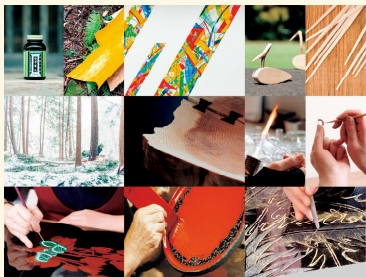


山で遊び、
山で働き、
山に学ぶ。

5 貸し工房

テシゴトテラス

旧特別教室棟を活用した全10室のもののづくり工房。漆器や木工などの伝統産業を担う作り手が入居し、仕事の様子や作り手の顔が見える「ものづくり工房ストリート」のような空間が広がります。作品展示や体験イベントなどを通じて、来訪者が地域の技術やものづくりに触れ、その魅力を知るきっかけをつくります。



テシゴトテラス

4 山の展示室

やまには、展

森林や林業、木の利用について、展示や体験を通して楽しく学べる空間です。地域の森で育った木が、どのように私たちの暮らしにつながっているのかを、見て、触れて、感じながら知ることができます。子どもから大人まで、森の魅力や大切さに気づき、森と暮らしの関わりを身近に感じられる学びの場を目指します。



3 アウトドアショップ

モンベルルーム 木曽yama-niwa店

中山道を歩く人や、登山やキャンプなどを楽しむ人に向けて、さまざまなアウトドア用品を販売。モンベルとのコラボTシャツなど、ここでしか手に入らないオリジナル商品も取りそろえます。また、地域の自然やアクティビティに関する情報発信、自然体験プログラムとの連携など、山や森へとつながる拠点を目指します。



mont-bell
kiso yama-niwa

6 合板工場（株式会社ツミカサネ）

付加価値型合板「NOITA」製造工場

旧体育館・ランチルームを活用した桧川工場では、カラマツやヒノキを使い、合板のもととなる「単板」を製造します。木曽町の旧上田小学校を活用した木曽工場と連携し、地域の木の表情や特徴を生かした多品種・高付加価値な合板「NOITA」を製造。両工場の連携により、これまで十分に活用されてこなかった小径木にも新たな価値を生み出します。



市民インタビュー



宮澤 恵理佳さん（大門五番町）

登山や山歩きが好きなので、新聞でモンベルショップができると知ったときは「お！」と思いました。学校の校舎を使っているのもいいと思います。せっかくすてきな施設ができるので、ここを拠点として、近くで山歩きやキャンプができるように整備が進むなど、山の魅力を感じてもらえるような取り組みが広がっていくといいですね。

卒業生インタビュー



藤井 義信さん（奈良井）

桧川中学校の校舎が現在の場所に移転した最初の年に、3年生の1年間を過ごしました。クラスメイトと一緒に、机と椅子を持って坂を上ったのを覚えています。きれいで広い校舎にみんなで大喜びして、隅々まで見て回りました。閉校はさみしかったですが、こうしてまた人が集まる場所になったのがうれしいですね。

森のログサウナ

家庭で育つ幸せをすべての子どもたちに



里親という支援のカタチ

親と離れて暮らす子どもたち

さまざまな事情で親と離れて暮らす子どもたちが、日本には約4万2千人、県内に約600人います。こうした子どもを一般の家庭に迎え入れ、支援機関などのサポートを受けながら養育するのが「里親制度」です。

里親家庭で生活することは、
○特定の大人との愛着関係の下で、安心感、自己肯定感、信頼感を育める。

○家庭生活を体験することで、将来、自分が家庭生活を築く上でのモデルにできる。

○家庭生活での人間関係を学ぶことで、地域社会での社会性を養える。といったことが期待できるため、国では、家庭で暮らすことのできない

さまざまな事情で親と一緒に暮らすことができない子どもを迎え入れ、家庭の温かさの中で養育する「里親制度」について紹介します。

問 こども未来課 こども家庭相談係 ☎0263⑤20891

子どもの養育は、里親への委託を優先して進めるという方針が示されています。

しかし、現状では、そうした子どもの多くは、乳児院や児童養護施設などの施設で生活しており、里親委託の割合は3割に満たない状況です。そのため、国や県では、支援体制の充実などにより、里親を増やすことを目指しています。

里親の輪を広げましょう

県内では267世帯（令和8年3月末時点）、市内では8世帯の皆さんが里親として登録いただいています。より多くの子どもたちに家庭と同じ環境を提供し、家庭の温かさの中で幸せに育つことができるよう、地域に里親の輪を広げましょう。

里親さんを知る日 in 塩尻

問 松本赤十字乳児院 里親支援センターひまわり
☎0263⑤206（平日9:00～17:00）

里親制度説明会

里親に関心がある人ならどなたでも参加できます。

- 日時 10月24日(土) 10:00～15:00
- 場所 えんぱーく 3階会議室302・303
- 参加費 無料
- 申込締め切り日 10月23日(金)

※電話でお申し込みください。

パネル展

里親制度のことや里親家庭の暮らしを紹介するパネル展です。

- 期間 10月8日(木)～29日(木)
- 場所 えんぱーく 3階 市民サロン



里親についてもっと詳しく

Q 里親とは養子縁組のことですか？

A いいえ、必ずしも養子縁組をするわけではありません。里親には主に次の2種類があります。

①養育里親 親と離れて暮らす子どもを、親の元に戻るまで、または自立するまでの一定の期間養育します。親子関係を結ぶわけではありませんが、実際の親が養育できない間、子どもの成長を支える大切な存在です。

②養子縁組里親 特別養子縁組を結ぶことを前提に、縁組が成立するまでの間、里親として養育します。成立後は、法律上の親子関係になります。

Q 子どもを迎えるまでのステップは？

A 基本的には、①相談 ②研修・家庭訪問 ③登録 ④交流 の4ステップになります。なお、それぞれのステップにかかる時間は、希望する人の状況などにより異なります。

Q 里親の年齢要件はありますか？

A 一律の年齢要件はありません。県内でも60歳以上の里親が活躍しています。養子縁組里親の場合は、原則25歳以上で、子どもが成人して自立するまで養育できる見通しが望まれます。

Q 共働きや、実子がいても里親になりますか？

A 子どもの養育が可能であれば里親になれます。共働きの場合は、保育園

特別なことはしなくても大丈夫。 子どもたちが必要としているのは「当たり前の日常」なんです。



松本赤十字乳児院
里親支援センターひまわり
センター長
鎌倉 美枝さん

一 どんな人が里親に？

「ニュースで困難な状況にある子どもの存在を知り、何か力になりたい」「子育てが一段落して社会貢献をしたい」「子どもと一緒に暮らしたい」など、里親になるきっかけはさまざまです。

「里親になれるのは特別なスキルや経済的に余裕がある人」というイメージをお持ちの人もいるかもしれませんが、そんなことはありません。子どもたちに必要なのは、家族と一緒に温かいご飯を食べられる、「おかえり」と迎えてもらえる、話を聞いてもらえる、安心して眠れるという当たり前の日常なん

です。今のご家庭の状況に合わせてマッチングをしますので、普段どおりのまま受け入れてもらえれば大丈夫です。

やりたいという気持ちも大事ですが、子どもの権利や気持ちを第一に、子どもの声を聴くことが大切です。

一 地域に里親は足りていますか？

当センターでは27件の里親登録があり、さまざまな形で活動いただいています。ただ、子どもの性格や生い立ちに合わせてマッチングすることを考えると、選択肢が多い方が理想的なので、まだまだ足りないのが現状です。少しでも関心がありましたらぜひご相談ください。

大変なこともあるけれど、喜びもいっぱい。 子どもたちから教わることも、助けられることもたくさんあります。



高橋 浩太郎さん・理栄さん
(郷原)

一 いつから里親の活動を？

浩太郎さん 活動を始めて18年です。夫婦と一緒にできる社会貢献を考える中で里親に行きつきました。期間の長短はありますが、これまでいろんな年代の子どもたちを受け入れてきました。

理栄さん 私の姉が先に里親をしていたんです。大変そうだけど、子どもの成長を見ることができて、やりがいがありそうだなと思っていました。

一 不安はありましたか？

浩太郎さん 初めての時は不安だらけでした。でも、里子も実子も徐々に打ち解けていく姿を見て、心配しなくて

も何とかなるものだなと感じました。

理栄さん 一緒に暮らしていれば自然となじんできますね。困ったときはすぐに里親支援センターや児童相談所に相談して、抱え込まないようにしています。

一 やってよかったと思うことは？

浩太郎さん 感謝の言葉や成長を感じるとやってよかったと感じますし、こちらもたくさん教えられ、助けられています。実子が大きくなり、今では活動を支えてくれるのもうれしいですね。

理栄さん 心を開いてくれた時など、小さな喜びをたくさんもらえます。地域にもっと里親が増えてほしいですね。



右のコード（県ホームページ）で里親の声や制度の詳細をご覧ください。



☎ 02633 ⑨ 3370

○ 松本児童相談所

たけ ☎ 0263 ⑧ 5296

○ 松本児童園フオスティング機関

ひまわり ☎ 0263 ③ 5206

■ 松本地域のフオスティング機関

○ 松本赤十字乳児院里親支援センター

制で総合的にサポートします。

後のアフターフォローまで、チーム体制で総合的にサポートします。

ます。里親の検討段階から、研修、迎え入れの調整、養育の支援、養育終了

A 児童相談所と連携して里親制度を支える「フオスティング機関」があります。

程度）、教育費、医療費などが支給されます。また、養育里親の場合、里親

手当（月額9万円）が支給されます。

Q 里親についての相談先は？

A 子どもを育てるのに必要な生活費（月額5万9千円（乳児は6万8千円）

Q 経済的な支援はありますか？

A 子どもを育てるのに必要な生活費（月額5万9千円（乳児は6万8千円）

程度）、教育費、医療費などが支給されます。また、養育里親の場合、里親

手当（月額9万円）が支給されます。

Q 里親についての相談先は？

A 子どもを育てるのに必要な生活費（月額5万9千円（乳児は6万8千円）

程度）、教育費、医療費などが支給されます。また、養育里親の場合、里親

手当（月額9万円）が支給されます。

Q 里親についての相談先は？

A 子どもを育てるのに必要な生活費（月額5万9千円（乳児は6万8千円）



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 10月6日(火) 10:00～11:30
- 場所 片丘支所、榑川支所、北小野支所
- 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 10月2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	10月22日(木)
10カ月児相談	10月27日(火)
1歳6カ月児健診	10月7日(水)
3歳児健診	10月8日(木)・15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
	10月10日(土)・24日(土)	11:00～11:30	広丘図書館
すくすくおはなし会	10月6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 10月16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
10月14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	10月7日(水)・21日(水)	10:00～11:30
北部	10月1日(木)・15日(木)、11月5日(木)	

- 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	10月21日(水)	10:00～11:30
北部	10月5日(月)、11月9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



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



ふたごちゃん会「制作・リフレッシュ&おしゃべり交流会」

問 子育て支援センター ☎ 3382

双子（多胎児）の子どもがいる家庭や双子を妊娠している人たちが集まり、子どもと離れて簡単な制作をしたり、リフレッシュしたりしましょう。

■対象

双子の子どもの保護者、双子を妊娠している人

■日時 11月10日(火) 10:00～11:30

■場所 えんぱーく 3階多目的ホール

■参加費 無料

■持ち物 託児に必要な物

■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 10月5日(月)～27日(火)

■託児 講座当日、生後3カ月～3歳（年少に上がる前まで）の子どもを託児（無料）ができます。希望する人は申込時に入力してください。

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	10月8日(木)	11:00～11:20	こども広場
おはなしトントン	10月7日(水)、11月4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	10月6日(火)	10:15～10:30	子育て支援センター
おはなし玉手箱	10月2日(金)、11月6日(金)	10:30～10:45	北部子育て支援センター
	10月19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	10月22日(木)	10:15～11:00	北部子育て支援センター
体操とふれあい遊び	毎週金曜日	11:00～11:20	こども広場

このほかのイベントは、20～29ページをご覧ください。



秘書広報課 広報広聴係

問 ☎ 0333

✉ 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、担当からメールでご連絡します。



つばら 赤羽 円ちゃん（8カ月）

かわいいつぶらちゃん、元気にビッグに育ってね！！



こはる 荒瀬 心春ちゃん（6カ月）

家族みんなを幸せにしてくれてありがとう。大好きだよ！



ひおり 上條 陽央利ちゃん（1歳）

これからも元気いっぱい大きくなってね！！



れんと 荻原 蓮叶ちゃん（3歳）

3歳のお誕生日おめでとう！楽しいことたくさんしようね！

※今月号に掲載している情報は、9月16日現在のものです。

お知らせ

令和8年度長寿祝賀訪問 をしました

問 地域共生推進課 高齢支援係
☎内線2127

多年にわたり社会の発展に尽くしてこられた皆さんに敬意を表し、その長寿を祝福するため、市長、副市長および市職員が、今年度100歳を迎える人および市内最高齢男女のご自宅などを訪問しています。今年度は、9月12日に35人を訪問し、長寿をお祝いしました。

- 今年度中に100歳以上になる人
90人（男性15人、女性75人）
- 上記90人のうち、今年度中に100歳になる人
38人（男性8人、女性30人）
- 市内の最高齢（9月1日時点）
○女性 107歳 ○男性 104歳



今年度で100歳を迎える滝澤茂さんを、百瀬市長が訪問しました。滝澤さんは笑顔で記念品を受け取り、家族で長寿を喜びました。

催し

塩尻短歌館企画展 全国短歌 フォーラムin塩尻40年の軌跡展

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) ☎②0903

短歌がつないだ「全国短歌フォーラムin塩尻」の40年にわたる歩みを、写真や歴代の入賞作品と共に振り返ります。

- 期間 10月6日(火)～12月13日(日)
※月曜日（祝日の場合翌平日）および11月3日(火)～5日(木)は休館です。
- 時間 9:00～16:30
- 場所 塩尻短歌館
- 入場料 400円（高校生以下は無料）
※詳細は右のコード（公式ホームページ）をご覧ください。



お知らせ

高齢者のインフルエンザと新 型コロナウイルスの予防接種

問 健康づくり課 予防接種推進係
☎②7311 ページID:0010530

- 対象 次のいずれかに該当する市民
○接種日に65歳以上（65歳の誕生日前日から対象）
○接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫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級を持っている

接種期間および自己負担額

	インフルエンザ	新型コロナウイルス
接種期間	令和9年1月31日(日)まで	10月1日(休)～令和9年3月31日(火)
自己負担額	1,200円	3,800円

※生活保護受給者は、市が発行する証明書を医療機関の窓口で提示すると、自己負担が0円となります。
※対象者以外の接種は、全額自己負担となります。

- 実施医療機関 市ホームページや9月に送付した通知書でご確認ください。

- 持ち物 予診票（対象者に送付）、マイナ保険証（資格確認書）、接種費用

※実施医療機関に電話で予約して接種してください。
※最新の情報は、市ホームページでご確認ください。

お知らせ

子どものインフルエンザ予防 接種費を助成します

問 健康づくり課 予防接種推進係
☎②7311 ページID:0011750

- 対象 平成20年4月2日～令和8年8月28日に生まれた、接種日に生後6カ月以上の市民
- 対象期間 令和9年2月28日(日)まで
- 助成額および助成回数

ワクチンの種類	助成額	助成回数	
インフルエンザHAワクチン（注射）	1,000円	13歳未満	2回まで
		13歳以上	1回
経鼻弱毒性インフルエンザワクチン	2,000円	2歳以上	1回

- 持ち物 母子健康手帳、マイナ保険証（資格確認書）、接種費用、住所が確認できるもの（福祉医療受給者証など）

助成を受ける方法

- ①実施医療機関の予約時に、塩尻市の助成を受ける旨を伝える
 - ②実施医療機関に設置の予診票を記入
 - ③接種後、接種料金から助成額を引いた額を支払う
- ※実施医療機関や最新の情報は、市ホームページでご確認ください。

催し

塩尻市民秋の文化祭

問

塩尻市民秋の文化祭実行委員会事務局
(社会教育スポーツ課内)

☎ ⑤0902 ページID:0014841

市民の皆さんが日ごろの芸術文化活動の成果を発表します。力作や秀作の数々をご覧ください。

展示発表の部

- 期間 11月1日(日)～3日(火・祝)
- 時間 9:00～16:00
- 場所 塩尻総合文化センター、市立体育館
- 展示内容
華道展、書道展、食生活改善展、学校給食展、塩尻地区伝統文化いけばな親子教室展、写真展、児童展、友愛クラブ展、陶芸展、美術展、中央公民館絵画教室作品展、盆栽展、さつき・山野草展、文芸展、特別支援学級作品展、福祉展、ボタニカルアート展、シルバー人材センター展、漆ゆう会作品展、野村生涯教育センター長野支部展

その他の催し

- 書道・ダンスパフォーマンス
 - フリーマーケット
 - 飲食物の販売
 - 陶芸作品の販売
 - 農産物の販売
 - 体験コーナー（華道、アクリル画、書道、ボタニカルアート、陶芸、給食の試食、みそ汁の試食）
- ※日程や内容が変更になる場合があります。各催しの開催日時など詳細は、市ホームページをご覧ください。
※出展などの募集は、24ページをご覧ください。

舞台発表の部

- 日時 11月3日(火・祝)
9:25～16:45(12:30～13:30は昼休憩)
- 場所 レザンホール大ホール
- 内容 ○午前 太鼓、歌謡
○午後 民謡・器楽、吟道、日本舞踊



昨年の様子

催し

第11回こどもだけの街「こどもしおじり」参加者を募集

問

市民交流センター

☎ ⑤3350 ページID:0065540

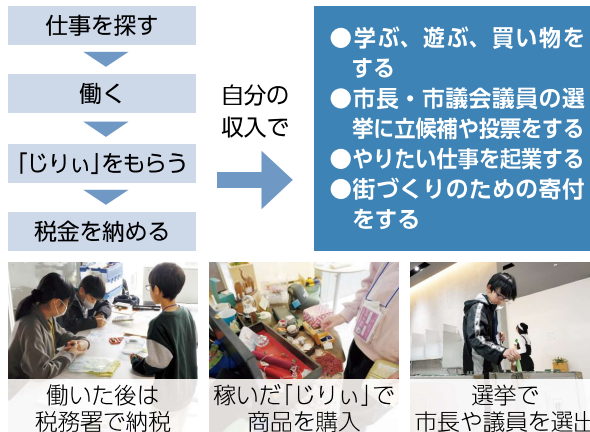
「こどもしおじり」は、子どもたちが主役のまちづくり体験イベントです。仕事をしてお金（専用通貨「じりい」）をもらったり、買い物や選挙を体験したりしながら、お金の流れや社会の仕組みを楽しく学びます。

参加者を募集

- 対象 二日間参加できる小学3年生～中学3年生
 - 期間 12月12日(土)・13日(日)
 - 時間 10:00～16:00
 - 場所 えんぱーく3階
 - 定員 150人程度(抽選)
 - 参加費 1,000円(材料費など)
 - 申し込み方法 右のコード(申し込みフォーム)またはえんぱーく2階総合受付でお申し込みください。(水曜日は休館)
 - 申込締め切り日 11月15日(日)
- ※抽選結果や当日の案内は、11月下旬に発送します。



こどもしおじりの仕組み



高校生以上のボランティアスタッフを募集

子どもたちの充実した体験のため、サポートしていただけるスタッフを募集します。1日のみの参加も大歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

雇用のトラブル解決をお手伝いします

問 中信労政事務所 ☎01936

長野県労働委員会では、労働者と事業主との間に生じたトラブル（解雇、賃金、パワハラなど）について、労働問題の専門家が中立・公正な立場で両者から丁寧にお話を伺い、円満な解決をお手伝いする「あっせん」を行っています。手続きは簡単・無料で、秘密は厳守されます。

募集

家庭や企業に眠っている食品の寄付をお願いします

問 県資源循環推進課 ☎026-235-7181

10月は「食品ロス削減月間」です。全国での食品ロスは年間約461万tで、一人当たり毎日おにぎり1個分の食品を捨てています（令和6年度農林水産省）。貴重な食品を無駄にしないために、県では関係団体と連携して「食品ロス削減月間フードドライブ統一キャンペーン」を開催し、食品の寄付を募集します。食品は、生活に困っている家庭や、「信州こどもカフェ」などの子ども・子育て支援を行う団体へ提供します。
※募集する食品や受付場所などの詳細は、県ホームページをご覧ください。

家庭介護者慰労金の申請・支給時期が変わります

問 介護保険課 介護相談係 ☎内線2133
福祉支援課 福祉給付係 ☎内線2165
ページID:0045975

家庭介護者慰労金は、重度の要介護者を在宅で日々介護されているご家族の労苦に報いるため、慰労金を支給する制度です。

例年広報塩尻10月号でお知らせしていましたが、今年度から申請および支給の時期を変更します。詳細は広報塩尻11月号および市ホームページでお知らせします。

日本赤十字社活動資金募集へのご協力のお礼

問 日本赤十字社長野県支部塩尻市地区事務局（地域共生推進課内） ☎027315

6～7月に実施した日本赤十字社（日赤）活動資金募集については、総額555万8,037円（9月16日時点で、日赤長野県支部塩尻市地区において受け付けたものに限る）が集まり、日赤長野県支部へ送金しました。多くの皆さまにご協力いただき、誠にありがとうございました。

皆さまからいただいた活動資金は、災害時の被災者救護や防災・減災の普及啓発、ボランティアの育成など、日赤のいのちを救うさまざまな活動に活用させていただきます。

新婚世帯を応援します

問 地域づくり課 移住定住係 ☎内線1153

新婚世帯の住宅購入費や家賃などを支援します。

■対象 次のすべてを満たす世帯

- 今年度に婚姻し、市内に夫婦で在住している
- 婚姻した時の年齢が、夫婦どちらも39歳以下
- 塩尻市の税金などに滞納がない
- 夫婦の直近の合計所得が500万円未満

※所得から奨学金の年間返還額を控除することができます。

■対象経費 住宅購入費（土地は除く）、リフォーム費、家賃、引っ越し費で、今年度中に支払ったもの

■補助金額 ○婚姻時の年齢が夫婦ともに29歳以下 最大70万円
○婚姻時の年齢が夫婦ともに39歳以下 最大40万円

■申請方法 市役所1階地域づくり課移住定住係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。

■申請期限 令和9年3月31日(水)

※必要書類などの詳細は、右のコード（市ホームページ）をご覧ください。

※予算に達し次第終了します。



お知らせ

ハロウィンジャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボミニ販売中

問 財政課 財政係 ☎内線1362

収益金は、長野県の販売実績により分配され、市町村の明るいまちづくりなどのために使われますので、県内の宝くじ売り場でお買い求めください。

■販売期間 10月16日(金)まで

■販売金額 1枚300円

令和8年度農作業料金の見直し

問 農業委員会事務局 ☎02810
ページID:0002579

今年度の標準農作業労賃を、長野県最低賃金の改正により見直しました。

■見直し日 10月2日(金)

■作業種類および金額

作業種類		金額
一般作業	田・稲作	1,120円 (税抜き)
	畑・野菜	
	果樹	

※1日8時間労働を基準とした1時間当たりの金額です。

※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。

※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。

野焼きは禁止されています

問 生活環境課 廃棄物対策係 ☎02679

家庭や事務所などから生じた廃棄物を自ら焼却することは、法律で原則禁止されています。家庭から出たごみは分別して、収集場所や処理施設に出してください。例外となる焼却であっても、風向きや風の強さ、時間帯を考慮し、近隣住民の皆さんの生活に配慮するようお願いいたします。

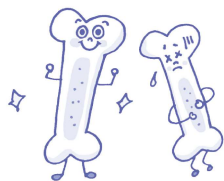
■例外として認められたもの

- 三九郎などの慣習上の行事や宗教上の行事によるもの
- 農業や林業を営むためやむを得ないもの
- たき火（落ち葉などのみで家庭ごみを含まない）で軽微なもの

10月は「骨髄バンク推進月間」です

問 県疾病・感染症対策課
☎026-235-7150

骨髄バンクは、白血病をはじめとする血液疾患のため「骨髄移植」などが必要な患者さんと、それを提供するドナーをつなぐ公的事業です。



ドナーが見つかる確率は、血のつながりがなければ数百から数万分の一といわれています。移植を希望するすべての患者さんがチャンスを得るためには、一人でも多くのドナー登録が必要です。

登録の要件

- 18～54歳で健康である
- 体重が45kg以上の男性または40kg以上の女性 など

登録方法

次のいずれかの窓口で採血を行い、登録してください。

- 長野県赤十字血液センター長野献血ルーム・松本献血ルーム
- 長野・松本を除く保健福祉事務所

○移動献血車によるドナー登録会

※各窓口の受付日時、骨髄バンク事業の概要などは、右のコード（県ホームページ）でご覧ください。



パソコン基礎科の訓練生を募集

問 県松本技術専門学校
☎583158

対象

パソコン操作が初級の求職者

訓練期間

12月1日(火)～令和9年2月26日(金)

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

ハローワークにご相談ください。

申込締め切り日

11月6日(金)

令和9年度入校生を募集

問 県松本技術専門学校
☎583158

募集科および定員

- 電気工事科（1年制） 15人
- 冷凍空調設備科（1年制） 15人
- 自動車整備科（2年制） 25人
- 建築科（1年制） 5人
- 建築科（2年制） 15人

申込期間

○第1回

10月19日(月)～11月12日(木)

○第2回 12月7日(月)～令和9年1月6日(水)

※詳細は県ホームページをご覧ください。

高校生短期海外学習応援事業の参加者を募集

問 学校教育課 教育企画係
☎内線3112 ページID:0066518

イギリスの立教英国学院で、短期海外学習や寮生活に挑戦する高校生などを募集します。

■対象 応募時点および短期海外学習期間中に高校などに在籍する見込みで、市内在住などの要件を満たす人

■学習期間 原則令和9年4～7月

■募集人数 1人

■補助内容 授業料、寮費および往復航空券代を予算の範囲内で市が補助

※パスポート取得費、海外旅行保険料、個人的経費などは自己負担です。

■選考方法 書類および面接

申し込み方法

市ホームページにある募集要項を確認の上、必要書類を〒399-0738 大門七番町4番3号 学校教育課宛てに郵送または提出してください。

申込締め切り日

11月6日(金)（必着）

※詳細は市ホームページをご覧ください。



若手社会人の奨学金返還を支援します

問 地域づくり課 移住定住係 ☎内線1153 ページID:0021928

本市に住民票があり、地域の中小企業などに就職して奨学金の返還を行う人に、補助金を交付します。

主な対象要件

- 本市に住民票がある
- 大学などを卒業し、市内外の企業などに就職した人
- 奨学金の貸与を受けて、返還予定または返還中である人
- 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

対象となる奨学金

- 塩尻市貸与奨学金
- 日本学生支援機構第1種・第2種奨学金
- 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

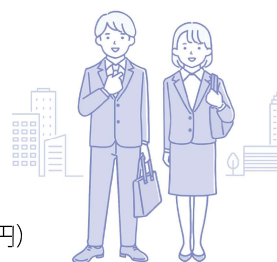
- 市内企業へ就職 全額
- 市外企業へ就職 2分の1

上限額

月額1万5,000円（年額18万円）

申請方法

右のコード（市ホームページ）で詳細を確認の上、ページ内の申請フォームでお申し込みください。



みんなの居場所MINI

問 中信子ども・若者総合相談センター ☎505810

家でも学校でもない「第3の居場所」で一緒に心地良い時間を過ごしましょう。今回のテーマは「推し活」です。あなたの推しについてお話ししませんか。

■対象 15歳以上

※未成年者は、保護者の同伴が必要です。

■日時 10月20日(火) 13:00～15:00

■場所 えんてらす

■参加費 無料

■申込締め切り日 10月19日(月)

※電話でお申し込みください。

催し

平出博物館土曜サロン②

問 平出博物館 ☎21022

「床尾中央遺跡を考える」を通年のテーマに、今回は出土した古墳時代前期の遺物などから当時の松本平の様相についての講演を行います。

■日時 10月24日(土) 13:30～15:00

■場所 平出博物館 2階学習室

■演題 古墳時代前期の松本平―床尾中央遺跡での発見から考える―

■講師 直井 雅尚さん(松本市教育委員会)

※申し込み、参加費は不要です。

自衛官などを募集します

問 自衛隊松本地域事務所 ☎302787

一般曹候補生

■対象 18歳以上33歳未満

試験日

○1次 11月28日(土)～12月6日(日)

○2次

令和9年1月7日(休)～13日(休)

※いずれか1日を指定されます。

■申込締め切り日 11月20日(金)

2等陸・海・空士(任期制自衛官)

■対象 18歳以上33歳未満

※年間を通じて募集しています。

※詳細は自衛隊ホームページをご覧ください。

塩尻市民秋の文化祭出店・出展者を募集

問 塩尻市民秋の文化祭実行委員会事務局(社会教育スポーツ課内) ☎0902 ページID:0014771

11月1日(日)～3日(火・祝)に開催される、塩尻市民秋の文化祭の出店・出展者を募集します。

フリーマーケット

■出店日時 11月1日(日)～3日(火・祝) 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 10月23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、前日の飾り付け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、華道などで、自身または団体で制作した作品

■展示会場 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 10月23日(金)



美術展

問 塩尻美術会事務局(井出) ☎02643443

■応募資格 前日の飾り付けと最終日の片付けに参加できる高校生以上

■募集する作品の種類(1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)

※絵画作品は10～100号で、必ず額装してください。(ガラス不可)

※出品要項は、塩尻総合文化センターで配布しています。

■搬入方法 10月24日(土)14:00～15:00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

■飾り付け日時 10月31日(土) 15:00から

※作品は厳正に審査を行い、賞を決定し、11月3日(火・祝)に表彰を行います。

※塩尻美術会が今年で設立60年のため、今回は60周年記念賞があります。

音楽にのせてリフレッシュ
有酸素運動！問 健康づくり課 保健予防係
☎ ⑤0855

楽しく無理なく有酸素運動を行います。一人でも、近所のお友達同士でもお気軽にご参加ください。

- 対象 市内在住者
 - 日時 11月16日(月) 14:00～15:00
(13:30受け付け開始)
 - 場所 塩尻東地区センター多目的ホール
 - 講師 百瀬 みどりさん (CFM 実行委員会)
 - 定員 20人 (先着順)
 - 参加費 無料
 - 申込開始日 10月16日(金)
- ※電話でお申し込みください。

ポッチャで交流大会

問 健康づくり課 保健予防係
☎ ⑤0855

ポッチャのルールは簡単。みんなで楽しく体を動かしませんか。

- 対象 市内在住者
 - 日時 11月20日(金) 19:00～21:00
 - 場所 市立体育館
 - 講師 塩尻市スポーツ推進委員
 - 参加費 無料
 - 持ち物 上履き、運動がしやすい服装
 - 申込期間 11月4日(水)～18日(水)
- ※電話でお申し込みください。

塩尻短歌館企画展

問 塩尻短歌館 ☎ ⑤7171

歌人・島木赤彦は、明治42年に現広丘小学校に校長として赴任し、広丘の地での2年間で大きな変革期を迎えます。歌人や教育者として成長していった足跡を見つめていきます。

- 期間 12月25日(金)まで
- 時間 9:00～16:30
- 休館日 月曜日(祝日の場合は火曜日)、祝日の翌日
- 場所 塩尻短歌館土蔵展示室
- テーマ 心の炎を燃やし続けた教育者 妥協なき信州歌人 赤彦～生誕150年・没後100年 広丘で覚醒した教育者・歌人 島木赤彦～
- 入館料 400円(高校生以下は無料)

靖国神社特別昇殿参拝バスツアー

問 塩尻市遺族会連合会事務局(地域共生推進課内) ☎ ⑤7315

英霊への追悼を捧げる靖国神社特別昇殿参拝を中心に、浜離宮恩賜庭園や豊洲千客万来も巡るバスツアー。遺族会員以外の人も参加できます。

- 日時 11月2日(月) 6:30～18:00
 - 発着場所 塩尻消防署南側駐車場
 - 定員 45人(抽選)
 - 参加費 1万7,000円(交通費、昼食、入場料など)
 - 申込締め切り日 10月15日(休)
- ※電話でお申し込みください。

第14回ワンバウンドふらば～
るバレーボール大会問 社会教育スポーツ課 スポーツ推進係
☎ ⑤0993 ページID:0001042

- 日時 11月15日(日)
8:15から
- 場所 市立体育館
- 募集数 16チーム(抽選)
※1チーム5～6人で女性2人以上の登録が必要です。
- 参加費 1チーム500円(保険代など)
- 持ち物 上履き
- 申し込み方法 市ホームページや各支所、市立体育館など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へ提出またはファクス(FAX) ⑤7604でお申し込みください。
- 申込締め切り日 10月26日(月)

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
☎ ⑤0993 ページID:0001042

手軽に楽しめるニュースポーツで、日ごろの運動不足を解消しましょう。

- 期日および場所
○10月17日(土) 塩尻総合文化センター1階講堂
○11月7日(土) 市立体育館
 - 時間 13:30～16:00
 - 持ち物 上履き(11月のみ)
- ※申し込み、参加費は不要です。

えんぱーくクリスマス2026の出店者を募集

問 ○クリスマスマーケット 市民交流センター 直 ☎ ⑤3350
○一箱古本市 市立図書館 直 ☎ ⑤3365

毎年多くの人が訪れるえんぱーくクリスマスで、雑貨やお菓子、本などを販売する人を募集します。

クリスマスマーケット

- 対象 手作り雑貨やお菓子の販売、ワークショップをしたい個人や団体
 - 出店数 20ブース程度(1ブース当たり縦2m×横2m)
- ※加工食品の販売は、営業許可証の提出が必要です。
※希望者には、数量限定で机やいすを貸し出します。

一箱古本市

- 対象 古本の販売や本を通して交流したい個人や団体
 - 出店数 12ブース程度(1ブース当たり縦1.2m×横1.2m)
- ※各ブースに、ワイン木箱(縦33cm×横50cm×高さ18cm)を貸し出します。



共通事項

- 期日 12月19日(土)
 - 出店料 無料
 - 申し込み方法 右のコード(申し込みフォーム)でお申し込みください。
 - 申込期間 10月1日(休)～20日(火)
- ※10月末頃に、出店決定通知をメールでお知らせします。



知って納得！ 今日から始める血圧にやさしい生活

問 健康づくり課 保健予防係
☎ 020855

血圧や減塩を一緒に学んでみませんか。減塩菓子のお土産もあります。

- 対象 市内在住者
- 日時 11月4日(水) 15:00～16:00
- 場所 宗賀支所大会議室
- 講師 市保健師、市管理栄養士
- 参加費 無料
- 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 10月5日(月)～30日(金)



創業スクールの参加者を募集

問 塩尻商工会議所 ☎ 020258

事業を始めたい・始めた人を対象に、事業計画書の作成などを説明します。規定回数以上の出席で、優遇措置を受けられる証明書を発行します。

- 期日 10月19日(月)、11月9日(月)・16日(月)、12月7日(月)
- 時間 18:00～21:00
- 場所 えんぱーく 4階会議室401
- 講師 瀬畑 一茂さん（合同会社 ReConnect 代表社員）
- 定員 30人（抽選）
- 参加費 4,000円（全4回分）
- 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。
- 申込締め切り日 10月13日(火)



特別企画展「さわって遊べる木のおもちゃ展」

問 自然博物館 ☎ 036342

中信地区で活躍する作家の木のおもちゃを展示します。

- 期間 10月3日(土)～11月29日(日)（月曜と祝日の翌日、10月9日(金)・23日(金)、11月13日(金)は休館）
- 時間 9:00～16:30（入館は16:00まで）
- 場所 自然博物館
- 出展作家 藤森和義さん、西牧伸悟さん、矢野憲司さん
- 入館料 大人400円（高校生以下は無料）※子育て支援パスポート提示で半額になります。

こころ講座

問 健康づくり課 保健予防係
☎ 020858

マインドフルネスを通して、「自分らしく生きる」について考えます。

- 対象 市内在住者
- 日時 11月10日(火) 14:00～15:30
- 場所 市保健福祉センター3階市民交流室
- 講師 伊藤 かおるさん（公認心理士）
- 定員 100人（抽選）
- 参加費 無料
- 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。
- 申込締め切り日 11月9日(月)



こころ・メンタルヘルス相談

問 健康づくり課 保健予防係
☎ 020855

仕事や人間関係、日常生活で感じる不安や心の負担に関するお悩みについて相談してみませんか。

こころの健康相談

精神科医との個別相談です。精神科や心療内科にかかっている人は、主治医とご相談の上、お申し込みください。

- 期日 10月26日(月)、11月25日(水)
- 時間 14:00～17:00（1枠1時間）
- 場所 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

産業カウンセラーとの個別相談です。都合の良い日を予約して相談できます。

共通事項

- 対象 市内在住者またはその家族
- 参加費 無料
- ※電話でお申し込みください。

障害者就職面接会

問 ハローワーク松本 ☎ 020111

障がいのある人の受け入れを考える事業主や就職を希望する障がい者の皆さんのご参加をお待ちしています。

- 日時 10月26日(月) 14:00～16:00（13:00受け付け開始）
- 場所 ホテルブエナビスタ3階グランデ
- ※申し込み、参加費は不要です。

県生涯学習推進センターの講座

問 県生涯学習推進センター ☎ 038822

講座	日時	場所	講師	定員（抽選）	申込締め切り日
飯綱町の未来をつなぐ場所～廃校活用と地域交流～	10月16日(金) 9:45～15:30	いいづなコネクトWEST・EAST	原田 大さん（飯綱町役場教育委員会総務教育係係長）	20人	10月13日(火)
公民館的な手法で進めるまちづくり、地域づくり2～学校との連携と地域人教育～	10月26日(月) 9:45～15:30	県生涯学習推進センター研修室	白戸 洋さん（松本大学総合経営学部観光ホスピタリティ学科教授）	○会場 30人 ○オンライン 30人	10月22日(木)
AI時代の人や地域のあり方～みんなで考えよう長野県の可能性～	11月5日(木) 9:45～15:45	県生涯学習推進センター研修室	早坂 淳さん（長野大学社会学部福祉学部教授）	○会場 30人 ○オンライン 30人	10月30日(金)

■参加費 無料

※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

シニアeスポーツ教室

問 介護保険課 介護相談係
☎内線2133

介護予防や認知症予防、生きがいづくりにつながるeスポーツを始めませんか。パソコンやテレビゲームに触れたことがない人も、ぜひご参加ください。

■対象 要介護認定を受けていない
市内在住の65歳以上

■期日 11月24日(火)～令和9年2月
9日(火) (全11回)

■時間

○午前の部 10:00～12:00

○午後の部 13:00～15:00

■場所

地域DXセンターcore塩尻

■講師 Re.road(株)

■定員 25人 (抽選)

■参加費

500円 (保険代など。全11回分)

■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 10月13日(火)～30日(金)

子育て

みんなであ・そ・ぼ
「ハロウィーンを楽しもう」

問 こども広場 ☎③6660

衣装作りやハロウィーンダンスなどで、子どもと一緒にハロウィーンを楽しみませんか。



■対象

こども広場に登録している親子
※当日も登録できます。登録料300
円を持参してください。

■日時 10月17日(土) 10:40～11:45

■場所 こども広場

■定員 40人 (先着順)

※申し込み、参加費は不要です。

10月の納期限

- 市・県民税 11月2日(月)
- 国民健康保険税 11月2日(月)
- 後期高齢者医療保険料
11月2日(月)
- 上下水道料金 10月30日(金)

大人の陶芸教室

問 本洗馬歴史の里資料館 (金～日曜
日、祝日のみ開館) ☎⑤5520

そばちょこ、コーヒーカップを電
動ろくろで作ります。

■対象 高校生以上

■期日

○作陶 (2日で1コース)

10月24日(土)・25日(日)

※作品によっては日程調整可能です。

○釉薬掛け 11月29日(日)

■時間 10:00～16:00

■場所 本洗馬歴史の里資料館

■講師

小林 研一さん (洗馬焼保存会)

■定員 6人 (先着順)

■参加費 2,000円 (材料費など)

■申込開始日 10月10日(土)

※電話でお申し込みください。

2026年はウォーキングイヤー！
ヘルスアップウォーキング講座問 健康づくり課 保健予防係
☎②0858

塩尻短歌館周辺の、短歌のふるさと
と広丘原新田コース (2.5km) を歩
きます。塩尻の魅力を再発見なが
ら、体を動かしましょう。

■対象 市内在住者

■日時 11月5日(木) 13:30～15:00

■集合場所 塩尻北部公園駐車場

■講師

藤森 円 (塩尻短歌館職員)

■定員 30人 (先着順)

■参加費 無料

■持ち物 動きやすい服装

■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。



■申込開始日 10月13日(火)

文芸サロン

問 中央公民館 ☎②0899

亡き父・和田登さん (児童文学作
家) との制作の思い出や、日展入賞
作品のことなどをお話しいたします。

■日時 11月5日(木) 9:30～12:00

■場所 塩尻短歌館

■演題 カメとカタツムリの青い空

■講師 和田 春奈さん (画家)

■演奏者 小倉 智映さん (フルー
ト)、星井 彰美さん (ピアノ)

■定員 70人 (先着順)

■参加費 無料

■申し込み方法 塩尻総合文化セン
ター1階中央公民館、電話または
メール (✉ kouminkan@city.shiojiri.lg.jp)
でお申し込みください。メ
ールの場合は、氏名、電話番号、
お住まいの地区をお知らせください。

■申込開始日 10月13日(火)

■協力 なっこぼっこ

講座・教室

釜井庵寺子屋塾「洗馬の遺跡」

問 本洗馬歴史の里資料館 (金～日曜
日、祝日のみ開館) ☎⑤5520

洗馬地区は奈良井川と小曾部川の
河岸段丘で山に囲まれ、岩垂原や芦
ノ田台地は水が乏しく人が住むには
適さないのに、遺跡があります。そ
の秘密を解き明かしていただきます。

■日時 11月1日(日) 13:30～15:00

■場所 洗馬支所

■講師 熊谷 康治さん (洗馬地区
誌編集委員会副委員長)

■定員 40人 (先着順)

■参加費 無料

■申込開始日 10月10日(土)

※電話でお申し込みください。

10月は受信環境クリーン月間

10月の「受信環境クリーン月間」に、テレビ・ラジオの受信障害防止に
向けた活動を集中的に取り組んでいます。テレビがきれいに映らないなど
の場合には、ご近所でも同じことが起こっていないか確認し、ご相談くだ
さい。(相談は無料)

■問い合わせ先 信越総合通信局

○放送の受信障害に関すること 受信障害対策官 ☎026-234-9991

○不法無線局に関すること 監視調査課 ☎026-234-9976

出張一時的(デイ)保育を行います

問 保育課 保育園運営係 ☎ 02844

保育できない時や、子育ての疲れを解消し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 11月2日(月)・16日(月)

○樺川保育園 11月9日(月)・30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 10月20日(火)(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。



最新エビデンスでわかる！ 今日から始める認知症予防

問 信州大学医学部保健学科学務第2係 ☎ 2356

最新の研究では、認知症は生活習慣の見直しや社会参加、運動、食事などで予防や発症を遅らせる可能性が示されています。

最新のエビデンスを基に、今日から無理なく始められる認知症予防の具体的な方法を分かりやすくご紹介します。

■日時 10月20日(火) 18:00～19:30
(17:20受け付け開始)

■場所

信州大学松本キャンパス旭総合研究棟9階講義室A・B

■講師 武井 洋一さん(まつもと医療センター院長)

※申し込み、参加費は不要です。

松本歯科大学 市民公開講座

問 松本歯科大学 社会貢献・地域連携推進センター ☎ 2163

歯医者に行ったら歯石を取りましようと言われたことはありませんか。なぜ必要なのか、その理由をお話します。

■日時 11月7日(土)
10:00～11:10

■場所 えんぱーく4階会議室401

■演題

歯のクリーニングって必要？ 歯周病を予防して健康長寿に

■講師 尾崎 友輝さん(歯科保存学講座准教授)、西窪 結香さん(歯科衛生士室歯科衛生士)

※申し込み、参加費は不要です。

※受講した人には粗品を進呈します。

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

○10月11日(日) 遺伝的性格

○11月15日(日) ストレス感受性

○12月20日(日) 自分の常識

○令和9年1月24日(日) 聴き方の癖

○2月28日(日) 伝え方の癖

○3月28日(日) 本当の自分

■時間 13:30～16:30

■場所 えんぱーく

■参加費 1回3,000円(資料代など。高校生以下は無料)

※申し込み方法などの詳細は、右のコード(ブレインホームページ)でご覧いただくか、お問い合わせください。



体験型おひさまマルシェ

問 おひさまの会&みつばちJapan(五味) ☎ 090-3564-1834

好きなこと、得意なことを見つけるに親子で体験しに来てください。

■日時 11月1日(日) 10:00～14:00

■場所 ふれあいセンター広丘

■内容 おはなしリトミック、合唱、フラダンス、バルーンアート、クリスタルボウルの音浴

※申し込み、入場料は不要です。

※この他に、もの作り体験ブース(有料)もあります。詳細は右のコード(おひさまの会LINE)をご覧ください。



図書館

古田晁周年記念展示

問 市立図書館 ☎ 3365

塩尻市出身の出版人・古田晁の生誕120周年を記念した特別展示を開催します。

■期間

11月3日(火・祝)まで(10月26日(月)、水曜日は休館)

■場所

えんぱーく1階図書館森のコート

※申し込み、参加費は不要です。

伝言板

スポーツの日施設無料開放

問 ヘルスパ塩尻 ☎ 3939

■期日 10月12日(月・祝)

■対象施設および営業時間

○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

グラウンドゴルフ初心者講習会・交流会

問 塩尻市グラウンドゴルフ協会(小野) ☎ 080-1112-8844

■日時 10月18日(日)
8:30～11:00

■場所 小坂田グラウンドゴルフ場

■参加費 無料

■持ち物 クラブ、ボール

※用具のない人はご相談ください。

■申込締め切り日 10月10日(土)

※電話でお申し込みください。

令和8年度議会報告会

問 議会事務局

☎⑤0706 ページID:0001118

市民に開かれた、親しみある議会活動推進のため、議会報告会を開催します。日ごろの議会活動の報告や私たちのまちについての意見交換を行います。地区に関わらずご参加いただけます。

■日時 11月7日(土) 14:00～15:30

■場所 ○A会場 えんぱーく4階会議室401

○B会場 えんてらす1階101・102会議室

■報告内容 令和7年度決算からみた将来の財政見通し～どうなる・どうしたい? 塩尻の未来～
※申し込み、参加費は不要です。



シニアeスポーツサミット2026

問 塩尻市振興公社地域DXセンター
core塩尻 ☎⑤7960

10月24日(土)に開催する「シニアeスポーツサミット2026」に出場する選手を募集します。初心者やブランクのある人も大歓迎です。

観覧は、申し込み不要でどなたでもご自由にできます。白熱の対戦を間近でお楽しみください。

■対象 市内在住の60歳以上

■期日

○eスポーツ大会 10月24日(土)

○市内観光ツアー 10月25日(日)

■場所 地域DXセンターcore塩尻

■種目 太鼓の達人ドンダフルフェスティバル

■定員 若干名(先着順)

■参加費 無料

※申し込み方法などの詳細は、右のコード(core塩尻ホームページ)でご覧ください。



上伊那医師会附属准看護学院の入学生を募集

問 上伊那医師会附属准看護学院
☎0265⑨9550

■試験日 11月7日(土)

■試験科目 国語、数学、面接

■募集人数 30人

■受験料 1万円

■申し込み方法 住所、氏名を明記して110円切手を貼った返信用封筒(長形3号)を同封の上、「募集要項希望」と記載し、〒396-0025 伊那市荒井4575番地 上伊那医師会附属准看護学院宛てに郵便で資料請求するか、直接お越しください。

■申込締め切り日 10月30日(金)

アイヌの方々からのさまざまなご相談をお受けします

問 人権教育啓発推進センター
☎0120-771-208

日常生活でお困りのこと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。

■期日 月～金曜日(祝日、12月29日～翌年1月3日を除く)

■時間 9:00～17:00

■相談料 無料

※匿名可、秘密厳守です。

行政書士の無料相談会

問 長野県行政書士会中信支部
☎③3798

遺言・相続関係、外国人在留資格、各種申請などの相談ができます。

■日時 10月10日(土) 10:00～15:00

■場所 えんぱーく3階会議室301

※申し込み不要ですが、電話予約も可能です。

司法書士・税理士による「相続・贈与・成年後見ワンストップ無料相談会」

問 長野県司法書士会
☎026-232-7492

■日時 11月18日(水) 13:30～16:30

■場所 松本商工会議所

■相談例

生前に土地を整理したい、生前贈与と相続税について知りたい、相続登記の申請、遺産分割協議

■相談料 無料

■申し込み方法 右のコード(予約フォーム)または電話でお申し込みください。

■申込期間

10月21日(水)～11月17日(水)16:00



第13回カムカムメニュー写真コンテスト

問 松本歯科大学 社会貢献・地域連携推進センター ☎⑤2163

「よく噛んでおいしく健康に」をテーマに「カムカムメニュー」の普及を推進しています。食感や噛み応えがあるおいしそうなメニューの写真を撮ってご応募ください。

作品募集

■募集テーマ よく噛んで食べよう～カムカムメニュー～

■応募方法 メール(☎ info_cscrc@mdu.ac.jp)または〒399-0781 広丘郷原1780 松本歯科大学 社会貢献・地域連携推進センターに郵送で応募してください。

※SNSでも応募できます。詳細は松本歯科大学ホームページでご覧ください。

■応募締め切り日 10月25日(日)

入賞作品発表会

■日時 11月28日(土) 11:00～12:30

■場所

松本歯科大学北棟1階ラウンジ

※申し込み、参加費は不要です。

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
☎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、センターの仕組みと就業についての説明会です。入会するとサークルや同好会、互助会活動などの楽しみも見つかります。

■期日

10月13日(火)・26日(月)、11月9日(月)

■時間 13:30から

■場所

塩尻地域シルバー人材センター

※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。

■期日 ①10月13日(火)・26日(月)、11月9日(月) ②10月17日(土)

■時間 ①8:30～11:00

②9:30～14:00

■場所 ①塩尻地域シルバー人材センター ②塩尻東地区センター

※料金などの詳細はお問合わせください。



レザンホール へ行こう！

問 レザンホール
☎0263⑤5503



■休館日

10月5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

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

12月5日(土)

年忘れ 春風亭小朝とナイツの
おもしろ寄席

落語界の巨匠・春風亭小朝と、爆笑漫談・漫才で圧倒的な人気を誇るナイツがタッグを組んだ大人気のおもしろ寄席です。



大ホール<全席指定>

○前売り 4,500円 ○当日 5,000円

※未就学児は入場不可です。

開場 16:30 開演 17:00

チケット好評発売中

12月19日(土)

海援隊トーク&ライブ2026

心温まる名曲の数々と、武田鉄矢さんらの楽しいトークをお楽しみください。



大ホール<全指定席>

○前売り 6,500円 ○当日 7,000円

※未就学児は入場不可です。

開場 14:00 開演 14:30

チケット好評発売中

ユメックスアリーナ

YUUMEX ARENA

イベント情報

スポーツ文化フェスタ2026
ユメックスアリーナへ行こう！

■期日 11月3日(火・祝)

■内容 さまざまなスポーツ体験、ダンス・バレエ・楽器演奏などのパフォーマンス、キャンドル&ものづくり体験、マッサージ、マルシェ など

※各催しの詳細は右のコード(ユメックスアリーナホームページ)でご覧ください。

■参加費 無料(一部を除く)

■持ち物 上履き

■申し込み方法(要予約のイベント)

電話またはユメックスアリーナ受付でお申し込みください。

■申込期間 10月5日(月)9:00~11月2日(月)20:00



ユメックスアリーナ
利用調整会議の開催

令和9年度ユメックスアリーナの利用調整会議を行います。

■日時 12月8日(火) 19:00から

■場所 ユメックスアリーナ会議室

■申し込み方法 ユメックスアリーナへ使用計画書を提出してください。

■申込期間 10月25日(日)~11月15日(日)

※詳細は右のコード(ユメックスアリーナホームページ)でご覧ください。



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

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

10月6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

10月7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

10月8日(木)・15日(木)・22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 ☎⑤0871

10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 ☎⑦0111

10月15日(木) 13:00～15:00 えんぱーく

★若年者就職相談 ミニジョブカフェおじり 商工課 ☎⑤0871

10月22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

10月9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 ☎⑤0858

10月26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

10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

10月7日(水) 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

10月27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 ☎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			

医 科	10月4日(日)	百瀬医院	大 門	⑤0286
	10月11日(日)	広仁堂医院	広 丘	⑤1520
	10月12日(月)	塩尻協立病院	塩尻東	③5353
	10月18日(日)	松本歯科大学病院	広 丘	⑤12300
	10月25日(日)	塩尻病院	大 門	⑤0145
	10月25日(日)	上條医院耳鼻咽喉科	大 門	⑤28722
	11月1日(日)	ふるや内科クリニック	大 門	⑧72280
	11月3日(火)	たなべ泌尿器科クリニック	広 丘	⑧8181
	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	10月4日(日)	ツカハラ歯科医院	大 門	⑤42300
	10月11日(日)	つづく歯科医院	吉 田	⑧63388
	10月18日(日)	歯科手塚医院	宗 賀	⑤20498
	10月25日(日)	細川歯科医院	大 門	⑤20339
	11月1日(日)	はせがわ歯科医院	吉 田	⑤80089

	期 日	医療機関名	所在地	☎
開局時間 9:00～18:00				
薬 局	10月4日(日)	しらかばのみち薬局	大 門	⑤16360
	10月11日(日)	ダイリン薬局	広 丘	③4709
	10月12日(月)	塩尻ひまわり薬局	塩尻東	⑤15311
	10月18日(日)	ダイリン薬局	広 丘	③4709
	10月25日(日)	立石薬局	大 門	⑤21160
	11月1日(日)	西村薬局	大 門	⑤25808
	11月3日(火)	広丘野村とをしや薬局	広 丘	⑤16022

市 外 の 当 番 医	医療情報Net (県内の医療機関)			
	松本市医師会 (松本市内の医療機関)			

急 病 電 話 相 談	休日・夜間のケガや急病等で、医療機関を受診すべきかどうか判断が難しいときに、応急対処の方法や受診の要否等について電話で助言を受けられます。		
	長野県救急安心センター(15歳以上) ☎ #7119		
	長野県小児救急電話相談(15歳未満) ☎ #8000		

みんなのひろば



思いを込めた声で、必要な情報を届ける

塩尻朗読ボランティアグループ



視覚に障害のある人や文字を読むことが困難な人のために、本や雑誌、新聞などの文字情報を音声にして伝えるボランティアグループです。現在は、50～90代の24人が活動し、広報塩尻の音声化も担当。発音やアクセント、抑揚などの読む技術を学び、聞いた人が内容を理解できるように心掛けています。

代表の中村直美さんは、「録音する際には、誤読がないようみんなで確認しています。分からない読み方は調べて、正確に伝えています。私たちの声で、一人でも多くの人に必要な情報が伝わるといいですね」と話します。また、利用者の自宅や地区センターなどで対面朗読を行っていて、「対面朗読を楽しみにしてくれている人がいることにも、やりがいを感じています」と、人の役に立つために行っているグループ活動への思いを語ってくれました。

取材したこの日も、どうしたら聴く人にとって分かりやすくなるのか、読み方などを話し合っていました。

メンバーを随時募集中です！

■対象 毎年6～8月に市が開催する音訳奉仕員養成講座を受講した人

■問い合わせ 塩尻市社会福祉協議会 ☎0263②2795

Happy Halloween in Shiojiri 2026

問 ハッピーハロウィーンinしおじり実行委員会 (商工課内) ☎0263②0871

トリック・オア・トリートやワークショップ、ハロウィーンキッチンその他、30周年記念として「スプーキーとガチンコじゃんけんだ!」「ハロウィーン仮装コンテスト」を開催します。

トリック・オア・トリート (事前申し込みが必要)

- 時間 12:00～15:00 (11:00受け付け開始)

ワークショップ (当日受け付け、参加費が必要)

- 時間 11:00～15:00

ハロウィーン仮装コンテスト (先着25人)

- 時間 12:30から (12:00受け付け開始)

※詳細は左のコード (公式ホームページ) でご確認ください。

10/31土 大門商店街 (歩行者天国) 10:00～16:00

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。



ご当地キャラクターを
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。

