令和9年度 児童クラブ・放課後キッズクラブ利用申請のご案内

令和９年４月以降の利用申請を開始します。８年度中に利用して引き続き利用を希望する場合も、改めて申請が必要です。

問 学校教育課 学校運営係
☎㊿0280　ページID:0003261

申請手続きの流れ

①申請

■期間　11月30日(月)～12月17日(木)

11月下旬から、市ホームページ、各保育園、各児童館、塩尻総合文化センター１階学校教育課で利用案内を配布します。必ずご確認の上、手続きしてください。

■申請方法

市ホームページから電子申請でお申し込みください。

②施設見学（９年１月下旬からを予定）

新規利用申請者で希望する人は、下記のクラブへ直接お問い合わせの上、子どもと一緒に見学に行ってください。

③利用の決定

９年３月頃に利用許可通知書を郵送します。

児童クラブ・放課後キッズクラブとは？

児童クラブ・放課後キッズクラブは、市内の各小学校区にある児童館などで放課後・学校休業日に遊びや生活の場を提供しています。登録すると、放課後は学校から直接児童館などに行くことができます。

■児童クラブ

○対象　保護者が就労などで昼間家庭にいない小学１～６年生の児童

■放課後キッズクラブ

○対象　保護者が昼間家庭にいる小学１～３年生の児童

※状況により受け入れできない場合があります。

※日曜日、祝日、年末年始など休館日があります。

※対象、利用時間および料金に違いはありますが、どちらのクラブでも活動内容は同じです。

※料金などの詳細は、市ホームページをご覧ください。

児童クラブ・放課後キッズクラブ一覧

名称	通学区	住所・電話番号
塩尻児童クラブ 塩尻キッズクラブ	桔梗小学校	広丘高出2073番地５ ☎㊿7810
広丘児童クラブ 広丘キッズクラブ	広丘小学校	広丘原新田291番地２ ☎㊸2500
吉田東児童クラブ 吉田東キッズクラブ	吉田小学校	広丘吉田1568番地３ ☎㊻2942
吉田西児童クラブ 吉田西キッズクラブ	吉田小学校	広丘吉田3037番地 ☎㊺7811
塩尻東児童クラブ 塩尻東キッズクラブ	塩尻東小学校	塩尻町427番地（塩尻東小学校内） ☎㊸5083
宗賀児童クラブ 宗賀キッズクラブ	宗賀小学校	宗賀2646番地（宗賀小学校内） ☎㊿7817
大門児童クラブ 大門キッズクラブ	塩尻西小学校	大門五番町４番21号 ☎㊸2322
洗馬児童クラブ 洗馬キッズクラブ	洗馬小学校	洗馬2713番地１ ☎㊿8088
片丘児童クラブ 片丘キッズクラブ	片丘小学校	片丘5366番地（片丘小学校内） ☎㊸5486
楢川児童クラブ 楢川キッズクラブ	楢川小中学校	木曽平沢1451番地138 ☎0264㉞2001

出張一時的（デイ）保育を行います

問 保育課 保育園運営係　直 ㊿0844

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

	楢川保育園	北小野支所
12月	14日(月)・28日(月)	７日(月)・21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

11月20日(金)（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。

やまびこ国際スケートセンターの利用料を助成

問 社会教育スポーツ課 スポーツ推進係　直 ㊿0993　ページID:0066854

岡谷市の「やまびこ国際スケートセンター」シーズン券の半額を市が助成します。

■**対象**　市内在住の小・中学生

■**期間**

11月下旬～令和９年２月中旬

■**申し込み方法**

申請書に必要事項を記入の上、領収書の写しなどの必要書類を添えて、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に提出してください。

■**申込締め切り日**　９年１月31日㈰

※詳細は市ホームページをご覧ください。

灯油の流出事故にご注意ください

問 生活環境課 環境係　直 ㊿0744

灯油の小分け作業による漏えい事故が多発しています。灯油が河川に流入すると、水道水源の汚染や、農作物への大きな被害につながります。確実な取り扱いをするとともに、タンクの点検を行いましょう。

■**注意のポイント**

○小分け中は絶対にその場から離れない。
○小分け後は必ずバルブの閉鎖を確認する。
○ホームタンクの固定状況を確認する。
○ホームタンクの容量が200リットル以上の場合は、防油堤を設置する。
○防油堤に水がたまったら、水抜きを行う。
○器具や配管に腐食や亀裂がないか確認する。
○灯油ポリタンクは５年を目安に交換する。

秋の火災予防運動

問 塩尻消防署　☎㊿0119
広丘消防署　☎㊿3010
木曽消防署北分署（楢川地区）
☎0264㊱3119

「火の確認　いい日を支える　いい習慣」を全国統一防火標語として、11月９日㈪から15日㈰まで、全国一斉に秋の火災予防運動が実施されます。これからの時期は空気が乾燥し、火災の発生危険が高まります。次のポイントに注意し、安心なまちづくりにご協力をお願いします。

【四つの習慣】

①寝たばこは絶対にしない、させない。
②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
③こんろを使うときは火のそばを離れない。
④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

【六つの対策】

①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
②火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防炎品を使用する。
④火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
⑤お年寄りや体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に把握し、備えておく。
⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う。

お知らせ

11月は「子ども・若者育成支援強調月間」～伸びよう伸ばそう　青少年～

問 社会教育スポーツ課 社会教育係　直 ㊿0894

■**若い世代を地域で支える社会に**

すべての子ども・若者が自己肯定感を育み、自己を確立して社会との関わりを自覚しながら健やかに成長し、自立、活躍できる社会の実現を目指します。

社会では支援を必要とする引きこもりや不登校など、社会生活を営む上での問題や、子どもが被害者となる事件事故、いじめ、児童虐待、SNSがらみの性被害といった多くの問題があります。これらの多様で複合的な問題の解決には、行政や諸団体などが垣根を越えて連携協力して取り組むとともに、地域住民のみなさん一人ひとりの意識を高める必要があります。子ども・若者を孤立させず、地域全体で支えていく社会を築くことが重要です。

塩尻市青少年育成センターでは、この月間中に次の活動を実施し、啓発活動に力を入れていきます。みなさんのご理解とご協力をお願いします。

■**月間中の啓発活動**

○市内小中学校でのあいさつ運動
○塩尻警察ボランティア協会との合同巡回
○下校時間帯の地域巡回

交通事故など相手のある傷病で受診の際は届け出を

問 市民課 国保年金係　直 ㊿0772

交通事故など第三者の行為により医療機関などで健康保険を使って受診する場合は、医療機関などへの申し出と共に、加入している健康保険に届け出が必要です。国民健康保険や後期高齢者医療制度の加入者は、市役所１階市民課国保年金係へご連絡ください。

AIを使って、オリジナルLINEスタンプを作ろう!

問 一般社団法人信州アルプス大学 ☎090-8313-0720

AIを学びながら、オリジナルのLINEスタンプを作ります。自分やペット、お気に入りのグッズなどの好きな写真を、AIを使ってイラスト化・加工して作成します。

■**期日**　11月28日㈯
■**時間**　①10:00～12:00
②13:30～15:30
■**場所**
えんぱーく３階会議室306
■**講師**
中村　剣さん（ネットワークスペシャリスト）
■**定員**　各回５人（先着順）
■**参加費**　1,000円
■**申し込み方法**　右のコード（信州アルプス大学ホームページ）からお申し込みください。
■**申込締め切り日**　11月15日㈰
■**主催**　市民交流センター
※スマートフォンを使用し作成します。スタンプにしたい画像を事前にスマートフォンに保存しておくとスムーズです。

短歌の里（ふるさと）「みてある記」

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）直 ㊿0903

「短歌の里」と呼ばれる広丘を広丘小学校の子どもたちによるガイドで巡ってみませんか。
■**期日**　11月17日㈫
■**時間**　13:45～14:20
■**集合場所**　広丘小学校校庭
■**参加費**　無料
■**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**　11月13日㈮
※雨天決行ですが、悪天候により中止とする場合は広丘小学校ホームページにてお知らせします。

ホンデリングイベント

問 塩尻警察署総務課　☎㊿0110

読み終わった本やCDなどを寄付していただき、その売却代金を、犯罪被害に遭われた人への支援活動に役立てるイベントです。あなたの読み終わった本から支援の輪を広げてみませんか。
■**日時**　11月27日㈮　10:00～15:00
■**場所**　えんてらす１階図書館前交流スペース
■**対象**　裏表紙にISBNコード（日本では1981年頃から付与）がある書籍、コミック、CD、DVD
■**取り扱いできないもの**
個人出版の本、漫画雑誌、百科事典、本体やケースがひどく傷ついたCDやDVD、海賊版など違法な物

ゆるコネカフェ

問 地域づくり課 地域づくり係 ☎㊿0280

ゆるコネカフェは、参加者同士でゆる～くつながり、地域の情報交換や新たな発見を目的とした交流イベントです。年齢に関係なく誰でも気軽に参加できます。
■**日時**　12月５日㈯　9:30～11:30
■**場所**　えんてらす１階101・102会議室
■**参加費**　100円（お茶代）
※申し込みは不要です。

募　集

事務で活かせるWeb制作科

問 県松本技術専門校 ☎㊽3158

企業事務に役立つパソコンを利用した文書作成、データ活用およびWebに関する知識・技能を習得します。
■**対象**　パソコンの基本的な操作ができる求職者
■**訓練期間**
12月11日㈮～令和９年３月10日㈬
■**時間**　9:00～14:35
■**場所**　NPO法人たけのこ淵庵村スクール（松本市）
■**定員**　13人
■**参加費**　無料
■**申込締め切り日**　11月19日㈭
※ハローワーク相談窓口でご相談ください。

催　し

企画展「東漸寺の至宝」

問 本洗馬歴史の里資料館（金～日曜日、祝日のみ開館）直 ㊿5520

東漸寺が所蔵する涅槃（ねはん）図など貴重な史料を展示し、その歴史と所蔵文化財を紹介します。
■**期間**　11月23日（月・祝）まで
■**時間**　10:00～17:00
■**場所**　本洗馬歴史の里資料館
■**入館料**　200円（高校生以下無料）

家庭介護者慰労金を支給

問 介護保険課 介護相談係　☎㊿0280
福祉支援課 福祉給付係　直 ㊿0684

重度の要介護者を家庭で常時介護している人に、家庭介護者慰労金を支給します。申請対象者には、11月中旬に申請書を送付します。
■**対象**　本市に住民票があり、令和７年11月１日～８年10月31日に、次のいずれかの人と同居し、180日以上在宅で介護した人
①要介護認定３の人
②要介護認定４・５の人または重度心身障がい者（特別障害者手当を受給している人）
■**支給額（年額）**　①４万円　②８万円
※支給はいずれか一方のみです。
※要介護者が死亡し、在宅介護期間が90日以上180日未満の場合は、①は２万円、②は４万円を支給します。
■**支給時期**　９年１月以降随時
■**申請方法**　申請書に記入の上、次の窓口へ提出してください。
○**要介護者を介護している人**　市保健福祉センター１階介護保険課
○**重度心身障がい者を介護している人**　市保健福祉センター１階福祉支援課
※申請書が届かない場合は、お問い合わせください。
■**申請期限**　９年１月22日㈭

平出博物館土曜サロン③

問 平出博物館　直 ㊿1022

「床尾中央遺跡を考える」を通年のテーマに、今回は唐草文土器に着目した講演を行います。この土器は伊那谷から諏訪盆地を中心に成立・発達した、植物のツタのような文様を施した土器で、床尾中央遺跡でも多く見つかっています。

■**日時**　11月21日㈯　13:30～15:00
■**場所**　平出博物館２階学習室
■**演題**　唐草文というけれど
■**講師**　三上　徹也さん（大昔調査会副理事長）
※申し込み、入場料は不要です。

冬のうんどう講座

問 健康づくり課 保健予防係
直 ㊿0858

ゆるやかコースとしっかりコース、二つの強度から選べます。運動が苦手な人も、運動不足を解消したい人も大歓迎です。

■**対象**　市内在住者
■**期日および場所**
○ゆるやかコース
12月１日㈫、令和９年３月１日㈰
保健福祉センター３階市民交流室
○しっかりコース
12月17日㈭、令和９年１月27日㈬
ユメックスサブアリーナ
■**時間**　10:00～11:30
■**講師**
NPO法人CFM実行委員会所属の健康運動指導士
■**定員**　各回30人（先着順）
■**参加費**　無料
■**持ち物**
ヨガマット（貸出あり）、上履き（ユメックス会場のみ）、動きやすい服装、飲み物、タオル
■**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**
各開催日の２日前まで

塩尻市消防団「秋の火の用心コンサート」

問 危機管理課 消防係　直 ㊿0607

塩尻市消防団の音楽隊とラッパ隊が、幅広い年代の人が楽しめる曲を演奏します。今回は、塩尻中学校吹奏楽部と合同演奏する曲もあります。

■**日時**　11月28日㈯　15:00～17:00
（14:30受け付け開始）
■**場所**　レザンホール大ホール
■**曲目**
ノアの方舟、星に願いを、雨にぬれても　ほか
※申し込み、入場料は不要です。

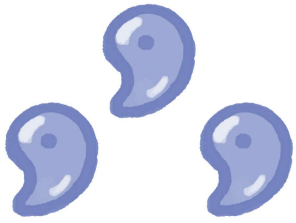
講座・教室

勾玉（まがたま）ストラップ編み講座

問 平出遺跡公園ガイダンス棟
直 ㊿3301

パワーストーン製の勾玉に付けるオリジナルストラップを編んでみませんか。ローズクオーツ、タイガーアイ、アメジスト、ヒスイなど、たくさんの種類の勾玉を用意します。

■**対象**　小学生以上
■**期日**　12月６日㈰
■**時間**　10:00～11:30
■**場所**
平出遺跡公園ガイダンス棟
■**講師**　平出遺跡サポートどんぐりの会会員
■**定員**　８人（先着順）
■**参加費**　800円（材料費）
■**申込開始日時**
11月25日㈬　９:00
※電話でお申し込みください。



尿中塩分測定で食生活を見直しませんか

問 健康づくり課 保健予防係
直 ㊿0858

尿から、１日の食塩摂取量の目安を知ることができます。この機会に尿中塩分測定を受けてみませんか。日ごろの食生活や生活習慣の見直しに役立てることができます。

■**対象**　市内在住者
■**回収場所および日時**
○市保健福祉センター１階ホール
12月２日㈬・17日㈭
９:00～13:00
○えんてらす１階101・102会議室
12月３日㈭・16日㈬
９:00～12:00
■**参加費**　無料
■**測定までの流れ**
○測定を希望する人に事前に測定キットとアンケートを郵送
○測定当日、郵送された試験管に採尿して会場で提出
○測定から１～２カ月で結果を郵送
■**申し込み方法**
電話または右のコード（電子申請）で測定会当日の２週間前までに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」で一緒に心地よい時間を過ごしましょう。今回は、「ハローアニマル＆ボードゲーム」です。

■**対象**　15歳以上
※未成年者は保護者の同伴が必要です。
■**期日**　11月17日㈫
■**時間**　13:00～15:00
■**場所**　NPO法人ジョイフル
■**参加費**　無料
■**申込締め切り日**　11月16日㈪
※電話でお申し込みください。

11月の納期限

■上下水道料金　11月30日㈪
■国民健康保険税　11月30日㈪
■後期高齢者医療保険料
11月30日㈪

干し芋作り体験会

問 農政課　直 ㊿0818

考える農業学習塾塾生が育てたサツマイモを使って干し芋を作ります。

■**日時**　11月24日㈫　9:00～12:00
■**場所**　塩尻東地区センター
■**定員**　10人（先着順）
■**参加費**　1,000円
■**持ち物**　エプロン、マスク、三角巾、持ち帰り用容器
■**申込開始日**　11月10日㈫
※電話でお申し込みください。
※火気を使用するため小学生以下はご遠慮ください。

図書館

えんぱーくDVD鑑賞会

問 市立図書館　直 ㊸3365

フランク・キャプラ監督作品、「素晴らしき哉、人生！」（1946年アメリカ映画）の鑑賞会です。

■**日時**　11月24日㈫　13:30～15:45
■**場所**
えんぱーく３階多目的ホール
■**定員**　100人
※申し込み、入場料は不要です。

ウインターコンサート～響け希望のハーモニー～

問 市立図書館片丘分館　☎㊿0280

塩尻や松本を中心に活動するゴスペルグループ「HiBiKi」によるコンサートです。ゴスペルに限らずさまざまな歌を演奏していただきます。迫力ある歌声に包まれて、心温まるひとときをお過ごしください。

■**日時**　11月28日㈯　10:30～11:30
■**場所**　片丘支所２階ホール
■**演目**
きよしこの夜、Amazing Grace、天使にラブソングをメドレー　ほか
※申し込み、入場料は不要です。

塩尻市赤十字奉仕団研修会 市民公開講座

問 塩尻市赤十字奉仕団事務局（地域共生推進課）直 ㊿7315

「災害に備えるために～東日本大震災・能登半島地震の体験から学ぶ～」をテーマとした市民公開講座です。シンポジウムでは、東日本大震災や能登半島地震において、ご自身やご家族が被災された３人の登壇者から、当時の壮絶な体験や、被災後の過酷な避難生活、そして今だからこそ伝えたい思いをお話しいただきます。災害を自分事として捉え、私たちが今できる備えについて一緒に考えてみませんか。

■**日時**　11月14日㈯　14:00～16:00（13:40 受け付け開始）
※13:45から、日本赤十字社の令和７年度の活動をまとめた「赤十字この１年　令和７年度」を放映します。
■**場所**
塩尻総合文化センター１階講堂
■**内容**　シンポジウム、ハイゼックス（炊飯袋）紹介・試食、日本赤十字社および塩尻市赤十字奉仕団の活動紹介（パネル展示）
※申し込み、参加費は不要です。

元気っ子講演会

問 こども未来課 元気っ子・若者サポート係　直 ㊿0891

気軽に子育て情報を得ることができる今の時代だからこそ、子どもと接する中で最も大切にしたい「関わりの根っこ」について一緒に考えてみませんか。

■**対象**　０～18歳の子どもの保護者、子どもの支援に携わる人
■**日時**　12月17日㈬　13:30～15:30
■**場所**　えんぱーく３階多目的ホール
■**演題**　発達がわかれば子どもが見える！　子どもの行動には理由がある～あそび・からだ・こころへの関わり～
■**講師**　光保　恵さん（作業療法士）
■**定員**　80人（先着順）
■**参加費**　無料
■**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**　11月10日㈪～12月９日㈫
■**託児**　講座当日、生後３カ月以上の子どもの託児（無料）ができます。市内在住で託児を希望する人は、申し込み時に入力してください。

栄養教室「高血糖ってなにが悪い？気になる“今”が変わるチャンス！」

問 塩尻市ヘルスアップ委員会事務局（健康づくり課内）　直 ㊿0858

近年増加傾向の高血糖についての講座を開催します。高血糖は自覚症状がほとんど無く、放置すると将来大きな病気につながる可能性があります。自分の体の状態を確認しながら、どうしたら高血糖を防げるか、講話や調理実習を交えて探してみませんか。

■**献立**
鮭の野菜たっぷりカレー風味蒸し、ごぼうとツナのマヨ炒め、アーモンドミルクのココアプリン
■**日時、場所、定員および申込締め切り日**

日時	場所	定員（抽選）	申込締め切り日
11月27日㈭ 10:00～13:00	えんてらす ２階調理室	12人	11月19日㈬
12月17日㈬ 10:00～13:00	塩尻総合文化センター ２階料理実習室	20人	12月９日㈫

■**講師**　市管理栄養士
■**参加費**　無料
■**持ち物**　エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、健康診断の結果
※電話でお申し込みください。
※全日程講座内容は同じです。

信州しおじり本の寺子屋

問 市立図書館　直 ㊿3365

「zoologique 谷口智則の世界 絵本原画展」

「100にんのサンタクロース」など、数々の絵本を手がける絵本作家・谷口智則さんの絵本原画展です。

■**期間**　11月14日㈯～12月25日㈫
※水曜日、11月30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

谷口智則さんによるギャラリートークを開催します。本の販売とサイン会もあります。

■**日時**　12月19日㈯
10:00～12:00

■**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。

ビジネス情報相談会

問 市立図書館
直 ㊿3365　FAX ㊿3369

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。

■**期日および場所**
○11月19日㈭・26日㈭
えんぱーく３階会議室303
○12月３日㈭
えんてらす２階203会議室

■**時間**　10:00～18:00

■**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。

ビジネス情報相談会ミニセミナー「1年を振り返り、来年の事業計画を立てよう」

問 市立図書館　直 ㊿3365

今年の事業の成果を振り返り、来年の事業の成果をどのように目指すか考える時間をとってみませんか。

■**日時**　12月24日㈭　14:00～15:00

■**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

■**持ち物**　筆記用具、事前記入したワークシート

■**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。

■**申込開始日**　11月26日㈭

人間ドックなどの費用を補助します

問 市民課 国保年金係　直 ㊿0772
健康づくり課 健康推進係　直 ㊿0854
ページID:0003033、0003436

申請により後日補助金を交付します。受診する医療機関の指定はありません。人間ドックの受診日が令和９年３月15日㈰～31日㈬の人は、事前に下記申請先へ連絡してください。連絡のない時は交付を受けられない場合があります。申請回数は年度内に１回です。

■**対象、補助額および申請先**

対象者	８年度補助額			申請先
	日帰り	一泊二日	脳ドック	
国保加入者（35～74歳の人）	１万5,000円	２万円	１万円	市民課 国保年金係
後期高齢者医療加入者	１万円	１万円	5,000円	健康づくり課 健康推進係

■**持ち物**　資格確認書・資格情報のお知らせ、領収証（原本）、受診結果表（原本）、振込口座の分かる物、本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）

■**個人情報について**
提出していただいた受診結果は、個人情報の保護に関する法律に基づき適正に管理し、健診内容の確認および必要な保健指導、保健事業の目的範囲内において厳格に取り扱い、他の目的には利用しません。

※受診結果はデータベース化し、将来の医療費増加の抑制および生活習慣病の重症化の予防や改善のため、塩尻市の健康に関する各種統計業務、健康づくり計画など施策の策定・実施や保健指導などに活用します。

※受診結果表の提出がない場合は、申請ができません。

※保健指導の必要な人には、市保健師などが連絡をする場合があります。

みんなのがん教室@図書館 第4回「がんと生活」

問 市立図書館　直 ㊿3365

がんについてわかりやすく学ぶ講座です。入院中の勉強や生活について、お話をお聞きします。

■**対象**　小学４年生以上

■**日時**　11月28日㈯　14:00～14:50

■**場所**
えんぱーく１階太陽のコート

■**講師**　盛田　大介さん（小児科医）

■**協力**　がんサポートおむすび

※申し込み、参加費は不要です。

大人が楽しむおはなし会

問 市立図書館　直 ㊿3365

塩尻市民読書の会のみなさんによる、昔話や落語絵本、素ばなしなど大人が楽しめるおはなし会です。

■**日時**　11月28日㈯　10:30～11:45

■**場所**
えんぱーく４階会議室401

■**定員**　50人

※申し込み、参加費は不要です。

コース料理とワインを楽しむ会

問 塩尻ワインクラブ（塚原）☎090-8086-9908

コース料理とワインのマリアージュで、ワインの知識も深めながらクリスマスを楽しみましょう。

■**対象**　20歳以上
■**日時**　12月18日㈮　19:00～21:00（18:30開場）
■**場所**　フェリスクレール
■**参加費**　1万2000円（料理代など）
■**定員**　60人（先着順）
■**申し込み方法**
代表者の氏名、電話番号、参加者全員の氏名を明記の上、メール（wine.club.wine@gmail.com）でお申し込みください。
■**申込締め切り日**　12月1日㈫

ボッチャ・モルック・フロアカーリング体験教室

問 塩尻市スポーツ協会事務局 ☎㊸1393

ボッチャ、モルック、フロアカーリングを体験してみませんか。

■**日時**
○11月13日㈮・18日㈬
13:30～15:00
○11月27日㈮
10:00～11:30
■**場所**　市立体育館
■**参加費**　無料
■**持ち物**　室内用運動靴
■**申込締め切り日**　11月11日㈬
※電話でお申し込みください。

ソフトボール投げ込み道場

問 塩尻市スポーツ協会ソフトボール部（小澤）☎090-9231-9973

■**期日**　12月6日㈰～令和9年3月28日㈰の日曜日（12月27日㈰、9年1月3日㈰は除く）
■**時間**　19:00～21:00
■**場所**　市立体育館
■**参加費**　1,000円
■**持ち物**
上履き、ボール、グローブ
■**申し込み方法**
市立体育館1階スポーツ協会にある申込用紙に記入の上、提出してください。

みんなであ・そ・ぼ

問 こども広場　直 ㊸6660

■**対象**
こども広場に登録している親子
※登録は当日でもできます。登録料300円をお持ちください。

クリスマス飾りを作ろう

ゆらゆらゆれるかわいい飾りを親子で作ってみませんか。

■**期日**　11月16日㈪・17日㈫・19日㈭
■**時間**　11:00～11:40
■**場所**　こども広場
■**定員**　各日親子10組（先着順）
※申し込み、参加費は不要です。

クリスマスコンサート

親子でバイオリンの音色を楽しみませんか。

■**期日**　12月12日㈯
■**時間**　11:00～11:40
■**場所**　こども広場
■**演奏者**　牛山　孝介さん（バイオリニスト）
※申し込み、参加費は不要です。

伝言板

塩尻市民吹奏楽団第29回定期演奏会

問 塩尻市民吹奏楽団（神戸）☎090-4132-3020

■**日時**　11月23日（月・祝）
13:30開演（13:00開場）
■**場所**　レザンホール大ホール
■**曲目**　序曲「春の猟犬」　ほか
※申し込み、入場料は不要です。

子育て

子育てリフレッシュ講座

問 北部子育て支援センター 直 ㊹7701

自分の体も大切にする時間を作ってみませんか。

■**対象**　0～3歳（年少に上がる前）の子どもの保護者
■**日時**　12月7日㈪　10:00～11:00
■**演題**　子育て中もできる！　だっこおんぶに負けないからだ♪のびのびストレッチ
■**場所**
えんてらす1階101・102会議室
■**講師**
永井　肇さん（健康運動指導士）
■**定員（先着順）**
①託児希望の人（子ども18人まで）
②託児希望のない人（40人まで）
※保護者は各家庭2人まで申し込むことができます。
■**参加費**　無料
■**持ち物**　飲み物
※動きやすい服装でお越しください。
■**申し込み方法**
下のコード（電子申請）でお申し込みください。

託児あり　託児なし

■**申込期間**
11月12日㈫～23日（月・祝）

特設合同相談会を開催します

問 市民課 くらしの相談係　☎㊷0280

日常生活におけるさまざまな問題について、相談をお受けします。相談は無料で、秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください。

■**日時**　11月19日㈭　10:00～15:00
■**場所**　塩尻総合文化センター
■**相談内容**

区分	内容	担当
法律相談	離婚、金銭問題など	弁護士
相続・贈与・登記相談	相続、贈与、登記など	司法書士
公証相談	遺言、契約の公正証書作成など	公証人
行政相談	国の行政に対する苦情、要望など	行政相談委員

■**申し込み方法**
電話または市役所1階市民課くらしの相談窓口でお申し込みください。

自分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

自分力をアップしましょう。子どもから大人まで初心者大歓迎です。

■**期間**
11月14日㈯～28日㈯　全４回

■**クラスおよび時間**
○土曜日　子ども13:30～14:30
大人　15:00～16:30
○日曜日　子ども9:30～10:30
大人　11:00～12:30

■**場所**　市立体育館柔道場他

■**定員**　子ども、大人　各クラス５人

■**参加費**　2,000円（別途スポーツ保険代）

■**申込締め切り日**　各回前日まで

※電話でお申し込みください。

塩尻フォークダンス同好会ピポットクリスマスパーティー

問 塩尻フォークダンス同好会ピポット（前内）☎090-1868-6957

クリスマスにちなんだ曲、レクダンスやカップルダンスなど楽しく踊りましょう。見学だけでも大丈夫です。

■**日時**　12月10日㈭　13:30～16:30

■**場所**　広丘公民館

■**参加費**　500円（飲食代）

■**持ち物**　柔らかい靴底の室内用運動靴、飲み物

※マスクの着用をお願いします。

■**申し込み方法**
ショートメール（✉090-1868-6957）でお申し込みください。

■**申込締め切り日**　12月２日㈫

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 ☎㊿4567

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。就業について直接面談できます。入会するとサークル、互助会活動などさまざまな楽しみが見つかります。

■**日時**　11月24日㈫　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（せんてい）はさみなどを研ぎます。令和８年度最終日です。

■**日時**　11月30日㈪　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

■**場所**
塩尻地域シルバー人材センター

バドミントン体験教室

問 塩尻市スポーツ協会事務局 ☎㊿1393

バドミントンを体験してみませんか。

■**日時**
○11月13日㈭・27日㈭
19:00～20:30
○12月４日㈭・９日㈫・11日㈭
17:30～19:00

■**場所**　市立体育館

■**参加費**　無料

■**持ち物**　ラケット（貸出あり）、室内用運動靴

■**申込締め切り日**　11月11日㈫

※電話でお申し込みください。

第6回信州バスまつり

問 長野県バス協会 ☎026-226-3288

長野県内のバスが大集合します。普段はあまり見ることのできない特別な車両も来るかもしれません

■**日時**　11月29日㈰　10:00～15:00

■**場所**　中南信運転免許センター

■**参加費**　無料

※会場には駐車場がありませんので、ご来場の際は、公共交通機関の利用をお願いいたします。

養育さとおや制度個別説明&相談会in塩尻

問 松本赤十字乳児院 里親支援センター ひまわり　☎㉛5206

さまざまな事情で自分の家族と暮らせない子どもを迎え入れ、家庭の温かさの元で養育する養育里親についての説明会です。

■**対象**　養育里親に関心がある人

■**日時**　11月28日㈯　10:00～15:00

■**場所**
塩尻総合文化センター２階201・204会議室

■**参加費**　無料

■**申込締め切り日時**
11月27日㈭　17:00

※電話でお申し込みください。

※当日参加もできます。

パネル展示

■**期間**　11月13日㈭～11月28日㈯

■**場所**
塩尻総合文化センター１階市民ホールゆとりの広場

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　☎㊿8822

講座	日時	場所	講師	定員（抽選）	申込締め切り日
子どもと大人の対話による地域学校協働活動の推進	11月19日㈭ 13:15～16:30	丘中学校	横山　暁一さん（NPO法人MEGURU代表理事）	30人	11月12日㈭
若者と社会教育～信州の事例から見える課題と展望～	12月３日㈭ 9:45～15:30	県生涯学習推進センター研修室	青山　鉄兵さん（文教大学人間科学部教授）	○会場　30人 ○オンライン　30人	11月27日㈭
多世代がつながり利用する公民館～つながる学びと憩いの場～	12月７日㈰ 9:45～15:00	松川村公民館（すずの音ホール）	山田　渡さん（松川村公民館長）	20人	11月30日㈰

■**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。