

30年度

塩尻市国保特定健診などのお知らせ

☎ 健康づくり課健康企画係 ☎ 0263-854

II 塩尻市国保特定健診

	集団健診	医療機関健診
対象	25～74歳の市国民健康保険加入者 (昭和18年10月1日～平成6年3月31日に生まれた人)	
時期	9月～平成31年1月	6～9月
場所	各保健福祉センター、各支所 など	市指定医療機関(右表参照) ※今年度から、市外医療機関 (右表以外)でも受診可能となり ました。詳細はお問い合わせ ください。
料金	500円	
問診票 など	○8月 ピンク色の封筒で集団健診 用の問診票を発送	○5月 ピンク色の封筒で医療機関健 診用の問診票と受診券を発送
健診内容	診察、問診、身体測定、血圧測定、血液検査、検尿、心電図 ※心電図は、25～29歳の人を除きます。 ※結果に応じて、眼底検査を実施する場合があります。	
健診結果	受診日から1カ月半～2カ月 を目安に、結果相談会を開催 し、結果をお渡しします。 ※郵送または訪問などで結果 をお渡しする場合があります。	受診日から1カ月半後を目安 に、郵送または訪問などで結果 をお渡しします。

■市指定医療機関(50音順)

赤羽医院
今井医院
桔梗ヶ原病院
広仁堂医院
こしはら内科クリニック
こまくさ野村クリニック
しいな医院
塩尻協立病院
塩尻市国民健康保険榑川診療所
塩尻病院
しおはら小児科・皮膚科クリニック
清水外科胃腸科医院
たなべ泌尿器科クリニック
種山医院
田村内科医院
中村病院
中山外科内科
奈良井医院
ひろおか上條クリニック
ひろおかさくらレディース ウィメンズクリニック
ふるや内科クリニック
穂苅整形外科 リウマチクリニック
松本歯科大学病院
三澤医院
緑ヶ丘青木医院
百瀬医院
横山内科医院
三村医院(朝日村)
両小野診療所(辰野町)

※上記医療機関に通院中の人は、その医療機関で受診できます。

II 後期高齢者健診

後期高齢者医療保険加入者を対象に、各地区で行う「集団健診」と市指定医療機関で行う「医療機関健診」を実施します。申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

人間ドック受診者に補助金を交付します

■対象 市国民健康保険加入者(35～74歳)および後期高齢者医療保険加入者

■補助額 ○日帰り 1万5千円
○1泊2日 2万円
○脳ドック 1万円

■問い合わせ先

○市国民健康保険加入者 市民課国保年金係(☎ 0263-0772)
○後期高齢者医療保険加入者 健康づくり課健康企画係(☎ 0263-854)
※30年度に、市国保特定健診または後期高齢者健診を受診した人の申請は、ご遠慮ください。

研究のための歯科健診・唾液検査(無料)にご協力ください

歯周病と全身の健康状態の関連を調査するために、信州大学と共同で集団健診会場にて歯科健診と唾液検査を実施します。受診にぜひご協力ください。

お知らせ

家族そろっていただきますの日

健康づくり課保健予防係
☎内線2148

毎月19日は「食育の日」です。この日を「家族そろっていただきますの日」として、家族や仲間、友人と一緒に食卓を囲んだり、料理をしたりしませんか。楽しい会話は豊かな心を育み、お互いの体や心の調子を知るきっかけになります。また、食事のマナーや感謝の心を学び、家庭の味や郷土の食文化を伝えることにもつながります。

国民年金保険料納付免除・納付猶予制度

市民課国保年金係
☎0772

経済的な理由などで国民年金保険料を納付することが困難な場合、申請をして承認されると保険料の全額または一部が免除または猶予されます。保険料の免除や猶予を受けずに保険料が未納の場合、障がいや死亡といった不慮の事態が発生しても、障害基礎年金や遺族基礎年金の対象にならない場合があります。納付に困ったら、まずはご相談ください。

※30年度分の申請受付は、7月から始まります。

※免除などは、申請書が受理された月から、最長2年1ヵ月まで過去にさかのぼって手続きすることができません。納付が困難な人や申請をお忘れの人は、お問い合わせください。

※学生である期間は申請できません。学生納付特例制度をご利用ください。

私立学校などの小・中学生就学援助費

教育総務課学校支援係
☎0830

市内小・中学校以外でも、私立、県立、国立小・中学生の児童・生徒がいる市内の世帯が経済的に困窮している場合、就学に関する費用を援助します（北小野地区に住む小学生は除く）。所得要件などの詳細は、ホームページをご覧ください。

6月は土砂災害防止月間です

危機管理課危機管理係
☎0607

土石流や崖崩れ、地滑りなどの土砂災害は、時として尊い命や貴重な財産を一瞬にして奪ってしまいます。雨が降り続く時、強い雨の時、川の水や湧き水が

急に変化したり濁りだしたりした時、土地に亀裂が入った時などは非常に危険です。「危ない」と思ったら、迅速に避難するとともに、危機管理課へご連絡ください。

しあわせ信州創造プラン2・0（長野県総合5か年計画）

松本地域振興局企画振興課
☎1902

これからの県づくりの方向性を明らかにし、市町村や県民の皆さんと夢や希望の実現に取り組んでいくため、県政運営の基本となる総合計画を作成しました。



ご確認ください。詳細はこちら。

アメリカシロヒトリの防除

地域振興課地域づくり係
☎内線1151

アメリカシロヒトリが発生する季節です。幼虫は枝先などにテント状の巣を作り、ふ化後10日から12日はその中で集団生活をします。見つけたら速やかに枝を切り取って焼くか踏みつぶしてください。発見が遅れて幼虫が分散すると、庭木、果樹、街路樹などに被害を及ぼします。地域ぐるみで声を掛け合い、大切な緑を守りましょう。

※薬剤を散布する場合は、防除用噴霧器を無料で貸し出しますので、ご相談ください。

塩尻市北部交流センター愛称の市民投票を実施

都市計画課市街地活性化係
☎0689

31年春にオープン予定の塩尻市北部交流センターの愛称を決める投票を行います。

■投票資格 市内在住または市内に通学・通学している人
■投票締め切り日時 6月19日(火) 午後5時
※1人1票のみ有効です。(2票以上投票した場合は全て無効)
※投票方法などの詳細は、ホームページをご覧ください。

募集

31年度に採用する松本広域連合消防職員(上級)を募集

松本広域連合事務局総務課
☎5460

■資格 平成24年4月2日～平成29年4月1日に生まれた人で、大学卒業程度の学力を有する人
■採用人数 若干名
■第1次試験日 6月24日(日)
■内容 教養、適正、体力試験
■申し込み方法 松本広域連合

事務局、各消防署所または市役所3階企画課にある申込書に記入の上、松本広域連合事務局に本人が持参してください。
■申込期間 6月6日(水)～10日(日) (土・日曜日也可)

※試験案内、申込書の郵送を希望する人は、140円切手を貼り自分の宛名を明記した角2の返信用封筒を同封し、赤字で「試験案内希望」と明記の上、〒390-1401 松本市波田4-17番地1 松本市役所波田支所4階松本広域連合事務局総務課宛てに郵送してください。

消費生活について学習する会の会員を募集

市民課くらしの相談係
☎内線1195

消費生活や環境について、学習や実践活動を行う塩尻市消費生活の会で、一緒に活動しませんか。

■資格 市内に居住する人
■内容 学習会、視察研修、イベント参加など
■申し込み方法 電話でお申し込みいただくか、手紙に住所氏名、生年月日、職業、電話番号を明記の上、〒399-10786 大門七番町3番3号 市民課くらしの相談係宛てに郵送してください。

市外局番「0263」は省略しています。

楽しい日本語講座スタッフ募集

市民課くらしの相談係
☎内線11955

毎週日曜日に開催している「楽しい日本語講座」では、外国籍住民に日本語を教えるボランティアスタッフを募集しています。外国語による会話ができません。参加できます。
※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

桔梗ヶ原「農」学校の受講者を募集

農政課農業振興係
☎0263-4748

塩尻志学館高校で生徒と授業を受けながら、農業生産の知識と栽培技術を習得します。

- 対象 市内に在住し、農作物の栽培技術を身に付けたい人
 - 期間 6月20日(水)～12月
 - 場所 塩尻志学館高等学校
 - 内容 週2回(平日)農業関係の授業と畑で野菜づくり
 - 定員 10人
 - 参加費 実費(3000円程度)
 - 申し込み方法 市役所2階農政課または市ホームページにある申込書に記入の上、提出してください。
 - 申込締め切り日 6月14日(水)
- ※詳細はお問い合わせください。

か、市ホームページをご覧ください。

特別養護老人ホーム桔梗荘の嘱託介護職員を募集

特別養護老人ホーム桔梗荘
☎0263-2376

資格 介護関係の資格を有する人で、夜間勤務ができる人
採用人数 若干名
採用時期 随時
申し込み方法 電話で連絡の上、履歴書(市販可)を持参してください。

催し

塩尻東地区ほたると音楽の夕べ

塩尻東支所
☎0263-4748

「塩尻東地区の緑豊かな自然と温もりのある人を育む」がテーマのイベントです。初夏の夕べを楽しみませんか。

- 期日 6月23日(土)
- 場所 塩尻東地区センター、周辺の田川および四沢川
- ※雨天の場合は、地区センター内で実施します。
- 時間および内容
○午後4時～7時
音楽イベント(塩尻東小学校金管バンドおよび塩尻中学校吹奏楽部による演奏、

保育園および児童館の子どもの合唱、地元の音楽愛好家の皆さんによる演奏、出店や図書館分館の工作教室など)

○午後7時半～9時
ホタルの鑑賞

スポーツ推進課スポーツスプレクバイアスロン大会

スポーツ推進課スポーツ推進係
☎0263-09993

※申し込み、参加費は不要です。
仲間と一緒に、ニユースポーツで楽しく汗を流しませんか。

- 日時 6月17日(日) 午前8時半から
- 場所 桔梗小学校体育館
- 種目 ファミリーバドミントン、ペタンク
- 競技方法 2種目の成績により順位を決定
- チーム編成 1チーム3～6人
- 参加費 1チーム1500円
- ※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 総合文化センター1階スポーツ推進課、各支所、市立体育館にある申込用紙に記入の上、参加費を添えてスポーツ推進課へお申し込みください。
- 申込締め切り日 6月12日(火)

塩尻の未来を語り合う会(30年度議会報告会)

議会事務局
☎0263-0706

30年度市予算概要や新体育館建設計画に係る審議の状況の報告、議員を交えたグループディスカッションを行います。

期日	時間	場所	グループディスカッションテーマ
6月28日(木)	午後7時～8時半	高出地区センター	○北部交流センター(広丘支所)の活用 ○子育てしやすいまち日本一を目指して
6月30日(土)	午後2時～3時半	市民交流センター	○新体育館の活用 ○子育てしやすいまち日本一を目指して
6月30日(土)	午後7時～8時半	市民交流センター	○塩尻ブランドの活かし方 ○子育てしやすいまち日本一を目指して

※申し込み、参加費は不要です。
※6月30日(土)午後2時からのは託児、手話通訳、要約筆記が利用できます(無料)。希望する人は、6月20日(水)までに電話またはファクス(☎0263-09993)でお申し込みください。

第47回ふるさと探訪バスツアー

松本広域連合事務局福祉・地域課ふるさと担当
☎0263-5461

今回は上高地を訪れ、歴史や自然を熟知するネイチャーガイドの案内で、大正池から河童橋までウォーキングコースを歩きます。(約2時間)

- 対象 塩尻市、松本市、安曇野市、東筑摩郡にお住まいの人
- 日時 7月20日(金) 午前8時～午後5時(雨天決行)
- 集合および解散場所 JR松本駅アルプス口
- 定員 80人(申し込み多数の場合は抽選)
- ※抽選結果は7月6日(金)に発送します。
- 参加費 1人3600円(昼食代・ガイド代)
- 申し込み方法 往復はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、〒390-1401 松本市波田4417番地1 松本広域連合「ふるさと探訪係」宛てに郵送してください。(当日消印有効)
- ※家族・友人などで申し込み場合は、同一はがきでお申し込みください。
- 申込締め切り日 6月25日(月)

上高地自然観察会

自然博物館
☎026342

上高地(明神往復コース)の初夏の動植物を観察します。
日時 6月24日(日) 午前7時
50分〜午後4時(雨天中止)

集合場所 小坂田公園駐車場(自然博物館の下)
※バスで移動します。

定員 20人(申し込み多数の場合は抽選)
持ち物 メモ用具、昼食、手袋、雨具、ループ(ある人)など

依存症家族教室

松本保健福祉事務所
☎026319308

家族の依存症でお悩みの同士が話し合える場です。精神科医からの詳しい説明やアドバイスを受けることもできます。
期日 6月7日(木)、7月5日(木)(毎月第1木曜日)

時間 午前10時〜11時半
場所 松本保健福祉事務所1階(松本合同庁舎内)
※申し込み、参加費は不要です。

朴葉巻き作り体験講座

グレートラス食育応援隊事務局(健康づくり課保健予防係)
☎内線2148

この時期しか作れない朴葉巻きを手作りしませんか。塩尻産レタスを使ったレシピ紹介やフルーツカットの実演もあります。
日時 6月13日(水)
午前9時半〜午後1時

場所 総合文化センター12階料理実習室
定員 25人(先着順)
参加費 600円(材料費)
持ち物 エプロン、三角巾、手拭きタオル
申込締め切り日 6月8日(金)
※電話でお申し込みください。

大人の土器づくり講座

平出遺跡公園ガイダンス棟
☎02633301

実物の土器を見ながら、縄文土器を作りませんか。汚れてもよい服装でご参加ください。
対象 高校生以上
日時 6月23日(土)・24日(日)
午前10時〜午後4時

場所 平出遺跡公園ガイダンス棟
定員 10人(先着順)
参加費 500円(材料費)
持ち物 昼食
申込開始日 6月6日(水)
※電話でお申し込みください。(月曜日は休館)

食文化体験講座

木曾漆器館
☎02664③41140

「朴葉餅」を作り、木曾漆器に盛り付けて味わいます。
期日 ○第1回 6月14日(木)
○第2回 6月16日(土)
時間 午後1時〜3時
※各回とも内容は同じです。

場所 木曾漆器館
定員 各回15人(先着順)
参加費 500円(材料費)
※電話でお申し込みください。(月曜日は休館)

パソコン基礎講座

市民交流センター交流支援課 ☎02633350

講座名(★印は難易度)	日時	内容	対象者	定員	受講料*	申込期限
7月 インターネット入門 ★★★☆☆☆	7月2日(月)・3日(火) 午前10時〜正午	インターネットの基本操作を学び、生活に役立つ情報を見る	マウス操作と日本語入力ができる人	30人	800円 テキスト代200円	6月15日(金)
7月 インターネットを安全に使う ★★★★☆☆	7月9日(月) 午前10時〜正午	インターネットを安全に使うため、セキュリティー設定を体験			400円 テキスト代100円	6月22日(金)
7月 Googleマップで旅行体験 ★★★★☆☆	7月23日(月) 午前10時〜正午	Googleマップのストリートビュー機能を使って観光名所を巡る			400円 テキスト代100円	7月6日(金)
7月 デジカメ写真〜整理と加工編〜 ★★★★☆☆	7月30日(月)・31日(火) 午前10時〜正午	Windows10でデジタルカメラ画像を取り込み、画像整理と加工を学習			800円 テキスト代200円	7月13日(金)

*1 テキストをお持ちの人はテキスト代は不要です。使用テキストは受講票に記載します。
※この講座ではWindows10を使用しています。

場所 市民交流センター2階 ICTルーム
申し込み方法 はがきまたはEメールに「講座名」「郵便番号」「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」「Eメールアドレス」を記入の上、講座名に「7月」と明記し、お申し込みください。電話での申し込みはご遠慮ください。
※はがきまたはEメール1通で複数の講座

を申し込みできます。
※申し込み多数の場合は抽選とし、抽選後に受講票を送付します。
※託児(有料)を希望する場合は、事前にご相談ください。
申込先 NPO法人グループHIYOKO
〒999-0737 大門八番町4番1号
(☎)pchiyoko@ghiyoko.net

児童館まつり

子ども課子ども応援係
☎内線3175

普段は体験することが出来ない児童館ならではの遊びを、友達と楽しんでみませんか。小学生はもちろんです、未就園児が遊べるコーナーもあるので、ぜひ親子でお越しください。
日時 6月24日(日) 午前9時半〜午後0時半

場所 市立体育館
持ち物 上履き、タオル、飲み物
※申し込み、参加費は不要です。

スポーツふれあいデー

スポーツ推進課スポーツ推進係
☎02630993

今回はファミリーバドミントン、ワンバウンドふらばぐるパレー、ミニバレーを中心に楽しみます。
日時 6月30日(土)
午後1時半〜4時

場所 塩尻西小学校体育館
持ち物 上履き
※申し込み、参加費は不要です。

市外局番「0263」は省略しています。

信州アルプス大学講座 「伝統食を学ぼう」

市民交流センター交流
支援課 ☎03350

世代を超えて伝えられている
伝統食を作って学びませんか。

日時 6月28日(木)
午前9時半～午後0時半

場所 市民交流センター3階
食育室

メニュー 草もち

定員 15人(先着順)

参加費 800円(材料費など)

持ち物 エプロン、マスク、
三角巾、筆記用具

申込期間 6月7日(木)～14日(水)

※電話でお申し込みください。
(水曜日は休館)

第41回自然科学講座

自然博物館
☎06342

近年、県内でも生態系が変わ
りつつあります。分布を広げる
種とその背景について、画像を
交えて学びます。

日時 7月1日(日)
午後1時半～3時

場所 総合文化センター2階
大会議室

演題 「増える変わる生態系
の行方」

講師 増田 今雄さん(元信

濃毎日新聞編集委員)

定員 50人

参加費 無料

持ち物 筆記用具など

※電話でお申し込みください
(月曜日は休館)。当日参加も可
能です。

朴葉巻き作り講習会

農政課農業振興係
☎0818

榑川地域の郷土料理を作ります。

日時 6月18日(月)
午前9時半から

場所 塩尻東地区センター調
理室

講師 農村生活マイスター

定員 20人(申し込み多数の
場合は抽選)

参加費 1000円(材料費
など)

持ち物 エプロン、三角巾

申込締め切り日 6月12日(火)

※電話でお申し込みください。

普通救命講習会

スポーツ推進課スポーツ
推進係 ☎09993

運動をしたり、日常生活を送
ったりする中で、いざという時
に対処できるように、AEDを
使った救命処置を学びます。受
講後、「普通救命法講習修了証」
が発行されます。

日時 7月7日(土)
午後1時～4時

場所 塩尻消防署3階大会議室

講師 塩尻消防署職員

定員 40人

受講料 無料

申込締め切り日 6月22日(金)

※電話でお申し込みください。

子育て

子育てサポーター養成講座

子育て支援センター
☎33382

子育て中の家族に、育児の援
助を行う子育てサポーターを養
成する講座です。

対象 市内在住で健康な人

期日 6月12日(火)、7月1日

(日)・5日(木)・24日(火)、8月21
日(火)・28日(火)、9月4日(火)・

20日(木)・30日(日)、10月11日
(木)・23日(火)、11月6日(火)

時間 午前9時半～正午

場所 市民交流センター4階
会議室401

内容 ○子どもの心身の発育
と病気、栄養と健康管理、乳
幼児の事故と安全、救命救急
および遊びなどについての学習

○託児などの保育体験

定員 20人程度

申込締め切り日 6月10日(日)

※電話でお申し込みください。

台風、風水害の備えを万全に

塩尻消防署 ☎0119
広丘消防署 ☎03010
木曾消防署北分署(榑川地区) ☎026403119

台風や大雨は、時として非常に大きな災害
をもたらしますが、気象情報を入手し、事前
に台風の強さや進路を予測することで、被害
を未然に防ぎ、軽減することができます。

台風や雨などにより重大な被害が発生する
恐れがあるときは、「警報・特別警報」が発表
されます。最新の情報を入手するとともに、
「避難勧告・避難指示(緊急)」が出た場合は、
速やかに安全な場所へ避難してください。

また、台風や大雨の時に増水した河川や土
砂崩れの危険性がある場所に近づくことは、
大変危険ですので絶対にやめましょう。

普段から地域の防災訓練や防災行事に参加
し、避難場所や地域の危険箇所の把握に努め
「自分たちの地域は自分たちで守る」という意
識を持って、積極的に防災活動に取り組みま
しょう。

申込開始日 6月12日(火)

※電話でお申し込みください。

※託児(無料・要予約)を希望
する人は、ご相談ください。

乳幼児の救急法

北部子育て支援センター
☎7701

乳幼児の事故やけがに慌てな
いよう、救急法を学びませんか。

対象 乳幼児を育児中の保護者

日時 7月10日(火)
午前10時～正午

場所 吉田地区センター

講師 大倉 恵子さん(松本
赤十字乳児院看護師長)

定員 20人(先着順)

参加費 無料

持ち物 大判ハンカチ、古い
ストッキング、保冷剤2個、
飲み物、動きやすい服装

おいでおいで祭り

子育て支援センター
☎33382

子育て支援センターの夏の恒
例行事に、家族そろってお出掛
けください。

日時 7月14日(土)
午前10時～正午

場所 市民交流センター3階
会議室および市民サロン

内容 工作教室、縁日、学生
ボランティアによる出し物、
母親サークルの手作り雑貨店

※申し込み、参加費は不要です。
(一部有料)

きらめきヘルシー教室 (健康教室)

問 健康づくり課保健予防係 ☎内線2148

楽しく「食」を学び、自分の健康づくりを進めませんか。修了者は、地域で食生活を通じたボランティア活動を行う「食生活改善推進協議会」に入会できます。

■期日および講義内容

期日	講義内容
7月4日(水)	開講式、若さを保つバランス食生活
7月25日(水)	おいしくヘルシーな味付け術～塩分と上手に付き合う～
8月29日(水)	生活に楽しく運動を取り入れる (室内体操)
9月12日(水)	ご存知ですか? ベスト体重! カロリーダウンのテクニックを学ぶ
9月26日(水)	体の中からアンチエイジング①～高血糖予防～
10月10日(水)	体の中からアンチエイジング②～コレ捨て減る脂な食事～
10月24日(水)	野菜ソムリエから学ぶ!
11月7日(水)	閉講式、おいしく、楽しい食事を

- 時間 午前9時半～午後1時
- 場所 市保健福祉センター、ふれあいプラザ
- 定員 30人 (申し込み多数の場合は抽選)
- 参加費 500円 (食料費)
- 申込締め切り日 6月20日(水)

※電話でお申し込みください。



0歳児の集い 「にっこにっこだっこ会」

問 子育て支援センター
☎333822

赤ちゃんとお母さんたちが、ふれあい交流する会です。

- 対象 6月1日現在、3～12カ月の赤ちゃんと保護者
- 期日 7月13日(金)・20日(金)・27日(金)、8月3日(金)
- ※4日間で1コースです。

■時間 午前10時半～11時半
■場所 市民交流センター2階
会議室201

■定員 20組 (先着順)

■参加費 無料

■持ち物 バスタオル

■申込開始日 6月11日(月)

※電話でお申し込みください。
(水曜日は休館)

子育て講座「リトミック」

問 子育て支援センター
☎333822

親子でふれあいながら、音楽に合わせて体を動かしましょう。
■対象 市内在住のハイハイから歩けるようになったお子さんと保護者

■日時 6月25日(月) 午前10時20分～11時20分

■場所 榎川保育園

■講師 瀧沢 美和さん (リトミック講師)

■定員 20組程度 (先着順)

■持ち物 汗拭きタオル、飲み物、運動しやすい服装、上履き

■受付開始日 6月4日(月)

※電話でお申し込みください。
(水曜日は休館)

子育て講座「親子体操」

問 北部子育て支援センター
☎7701

親子でふれあいながら一緒に体を動かして楽しみましょう。

■期日 6月14日(水)

■時間および対象

- 午前9時半～10時15分 歩き始めのお子さんと保護者
- 午前10時半～11時15分 2歳半～3歳のお子さんと保護者

■場所 吉田地区センター

■講師 田中 理恵さん (体操教室インストラクター)

■定員 各回20組 (先着順)

■参加費 無料

■持ち物 室内用運動靴 (親子)、タオル、飲み物、運動しやすい服装

■申込開始日 6月4日(月)

※電話でお申し込みください。

相談

筆界特定・境界ADR 合同相談会

問 長野地方事務局不動産登記部門地図整備・筆界特定室
☎0261-2351-6642

土地の筆界をめぐる紛争解決手段の提示や、その手段の利用方法についての相談会です。秘密は厳守します。

■相談会場および日時

○長野地方事務局松本支局

偶数月の第4木曜日

午後2時～5時 (1時間単位)

※相談日の2日前までに、電話でお申し込みください。

図書館

図書館探偵団! 本の調べ方・探し方講座

問 市立図書館
☎333655

図書館の使い方を知り、ペアで本の探し方や本を使った調べ方を学びます。

■対象 小学生とその保護者

■期日 7月1日(日)

■時間

○第1回 午前10時～正午

○第2回 午後2時～4時

■場所 市民交流センター4階

会議室401

■定員 各回10組 (先着順)

■参加費 無料

■持ち物 筆記用具

■申込開始日 6月9日(土)

※電話または市民交流センター1階図書館カウンターでお申し込みください。(水曜日は休館)

小さな美の世界展

問 市立図書館
☎333655

広報しおじりに掲載した自然博物館の昆虫のパネル展です。

■展示期間 6月7日(水)～24日(日)

■場所 市民交流センター1階

図書館展示コーナー

※申し込み、入場料は不要です。

「世界の子ども本展2018」 国際アンデルセン賞とJBBY 推薦図書

問 市立図書館
☎333655

57の国と地域から選ばれた48言語、約200冊の子どもの本を展示します。世界の子どもたちはどんな本を読んでいるのか手に取ってご覧ください。

■展示期間

6月26日(火)～7月8日(日)

■場所 市民交流センター1階
図書館展示コーナー

※申し込み、入場料は不要です。

縦覧

都市計画道路丘丘東通線および高原通線の都市計画変更に係る原案の閲覧および公聴会

問 都市計画課計画係 ☎内線1241

原案の閲覧・公述の申し出

閲覧対象 都市計画案に関係する地域にお住まいの人またはその他利害関係を有する人

閲覧期間 6月1日(金)～22日(金)

閲覧場所 市役所2階都市計画課

閲覧内容 都市計画道路丘丘東通線および高原通線の変更

申出期間 6月1日(金)～15日(金)

※閲覧および申出期間は、土・日曜日を除く午前8時半～午後5時15分となります。

申出書の提出方法 閲覧場所にある公述申出書に記入の上、閲覧場所に提出してください。

※持参の場合は申出期間中に提出されたもの、郵送(T399-0786 大門七番町3番3号 都市計画課宛て)の場合は申出期間最終日までに到着したものに限り、ファクス、メールでの提出はできません。

公聴会

期日 6月24日(日)

時間 午後1時半から

場所 市保健福祉センター3階市民交流室(公述の申し出がない場合は中止)

※公聴会で公述をする場合は、期間内に公述申出書の提出が必要となります。

就職

外国人労働者を雇う際はご相談を

問 ハローワーク松本 ☎011-43#

事業主が外国人労働者を雇う場合は、「在留資格」を確認の上、労働者の氏名、在留資格、国籍などをハローワークに事前に届け出ることが義務付けられています。

ハローワーク松本では、仕事を探す外国人や、外国人の雇用を検討している事業主の皆さんの相談に応じるため、「外国人雇用サービスコーナー」にポルトガル語と中国語の通訳を配置していますので、ぜひご利用ください。

通訳配置日時

○ポルトガル語 毎週木曜日の午前9時～正午、毎週金曜日の午後1時～4時

○中国語 毎週月曜日の午後1時～5時

※詳細はお問い合わせください。

伝言板

介護職員初任者研修

問 ホームヘルパーステーション社協ふれあい ☎0534

対象 高齢者や障がい者の介護に携わる職場への就業を希望する人

研修期間 7月2日(月)～9月26日(水)

場所 就労支援事業所みどり丘

内容 介護職員に必要な知識などを身に付ける講義・演習・実習(合計134時間)

定員 19人(申し込み多数の場合は提出書類などで選考)

講習料 4万円(市外在住者は8万円)

申込締め切り日 6月25日(月)

※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

相澤フィットネス塩尻

問 相澤病院スポーツ障害予防治療センター ☎86000

専門家と行う、痛みがあっても安心してできる体力づくりです。

対象 60歳以上で日常生活が自立している人(医師から運動が禁止されている人は不可)

期間 7月～平成31年3月の

第1・3土曜日(祝日は除く) 時間 ○午前9時～10時半

場所 相澤地域在宅医療支援センター塩尻

定員 各回10人(先着順)

参加費 1回当たり2000円(体力測定時は3000円)

※申し込み方法などの詳細は、お問い合わせください。

フオークダンス体験講座

問 塩尻フオークダンス同好会「レボット」(前内) ☎5611

フオークダンス初心者向けの体験講座です。

期日 6月5日(火)・12日(火)・19日(火)・26日(火)、7月3日(火)

時間 午後7時～9時

場所 原新田公民館

参加費 無料

持ち物 運動のできる服装、柔らかい室内用運動靴、飲み物

※電話でお申し込みください。

バドミントンリーグ戦の出場者を募集

問 塩尻市体育協会事務局 ☎13993

参加資格 同一の事業所、学校、クラブ、サークルなどに所属する人で、監督1人、選手は男子3人・女子2人以上

で編成し、市体協バドミントン部に3人以上の登録があるチーム

日時 7月1日(日) 午前8時半から

場所 市立体育館ほか

種目 男子複、女子複、混合複2、男子単の団体戦

※同じ選手は、同一対戦中、2回まで出場できません。

参加費 1チーム2000円

持ち物 シャトル(検定合格球)

申し込み方法 塩尻市体育協会にある申込用紙に記入の上、提出してください。

申込締め切り日 6月15日(金)

第8回えんぱくチャリティーコンサート

問 チャリティーコンサートin えんぱく実行委員会(藤森) ☎0601-48291-50883

図書館の蔵書購入の補助を目的としたコンサートです。

日時 6月9日(土) 午後6時半から

場所 市民交流センター1階 図書館森のコート

曲目 あらせいとう、糸、カタリカタリ(つれない心)など

出演者 男声合唱団コルフアーター、清住 真達さん(指揮、テノールソロ)

※申し込み、参加費は不要です。

おはなしリトミック

問 おひさまの会(五味)
☎090-2564-1834

絵本の世界を身体と心で感じませんか。

期日および申込締め切り日など

期日	申込締め切り日	共通事項
6月14日(木)	6月6日(木)	【第1部】 ■対象 首すわり～1歳児の親子 ■時間 午前10時から(午前9時45分受付開始)
7月12日(木)	7月4日(木)	【第2部】 ■対象 2・3歳児の親子 ■時間 午前11時から(午前10時45分受付開始)

■定員 各回15組程度(先着順)
■場所 ふれあいセンター広丘
※駐車場は道路側をご利用ください。

■参加費 5000円(資料代など)
※2人目からは1000円です。

■持ち物 飲み物
※動きやすい服装でお越しください。(上履きは不要)

※申し込み・お問い合わせは、申し込みフォームからお願いします。



▲申し込みフォームはこちらです。

塩尻ジュニアテニス教室

問 塩尻テニス協会(木下)
☎02012

市内在住の小・中学生を対象とした硬式テニス教室です。

日時 11月までの毎週土曜日
午前6時20分～8時

■場所 中央スポーツ公園テニスコート

■定員 100人(随時受付)

■参加費
○年度登録費 3000円
○月謝 1500円

※詳細は、塩尻テニス協会ホームページ(☎http://www.naganotennis.jp/shiojiri/junior/sub2.html)をご覧ください。

外あそびのススメ、子どもの成長につながる外あそびの工夫

問 NPO法人わおん
☎03005

外遊びを勧める三つの理由や、親子で外遊びをするときに気を付けたいことなどを学びます。

日時 6月24日(日)
午後1時半～3時半

■場所 市民交流センター3階
会議室304、305

■講師 渡邊 真也さん(公益財団法人身体教育医学研究所)

■定員 20人(先着順)

参加費 2000円(お茶代・資料代)

※託児(無料)もあります。詳細はお問い合わせください。

世界のフォークダンス体験教室

問 塩尻フォークダンスクラブ(千國)
☎090-9664-9897

期日 6月14日(木)・21日(木)・28日(木)

■時間 午後1時～3時半

■場所 総合文化センター3階

■講師 公益財団法人日本フォークダンス連盟公認指導者

■持ち物 上履き、運動できる服装

※申し込み、参加費は不要です。

岳間のすずめ、信州の山に学ぶ

問 読売新聞長野支局
☎026-234-4311

信州の山の魅力を学ぶ講座の第2回です。(全3回)

日時 6月23日(日)
午後1時半～3時

■場所 信州大学理学部C棟2階大会議室

■演題 「酒沢ヒユッテとともに」

■講師 ○山口 孝さん(酒沢ヒユッテ社長) ○小林 剛さん(酒沢ヒユッテ支配人)

※申し込み、参加費は不要です。

悲しみをいやす会

問 ひとり親おじり寡婦部(村山)
☎080-5142-0691

パートナーを亡くされた女性(年齢不問)が対象の、心が晴れない気持ちを少しでも楽にする会です。

日時 6月14日(木)
午後1時半～3時半

■場所 市民交流センター2階
会議室202

■参加費 100円(お茶代)

※電話でお申し込みください。当日参加も可能です。

信州介護福祉専門学校公開講座

問 信州介護福祉専門学校
☎0015

日時 6月15日(金)
午後2時～4時

■場所 市民交流センター3階

■演題 「食を通して健康作り」

多目的ホール

世界も注目！身近な食材がスーパーフードとして健康作り(大活躍)

講師 水野 尚子さん(松本大学人間健康学部健康栄養学科助手)

※申し込み、参加費は不要です。

薬物依存症からつながりなオス

問 レザンプランナーズ
☎55503

日時 6月17日(日) 午後1時半から(午後1時開場)

■場所 レザンホール中ホール

■内容 ○竹内剛さん(長野タルク施設長)による講演会

○杉田あきひろさん(NHK「おかあさんといっしょ」9代目つたのおにいさん)による体験談とミニコンサート

■参加費
○一般 500円
○高校生以下 無料

※詳細はお問い合わせください。

30年5月22日現在

えこ・えこリサイクル

問 市民課くらしの相談係 ☎内線1198

ゆずります

歩行器		
介護用電動折りたたみベッド	中古	無料
大工道具(金槌、のこぎり、曲尺、他)		
ゆずってください		
CDプレーヤー		格安
広陵中学校女子制服(170以上)	中古	無料

※品物の契約は先着順とさせていただきます。市ホームページで情報を随時更新しています。トップページ「くらし・手続き」「消費生活」のページからご覧ください。