

広報まつもと 3月

2025 No. 1430



若者の未来をつなぐ



チャレンジが始まる!





徹底解説

部活動から地域クラブへ

●問い合わせ 教育政策課 (☎33-3980 ☎33-3934)

「中学に入っても、やりたい部活がない」「部員が少なくて大会に出られない」…。
学校で部活動を存続させるのが困難な今、中学生の活動場所を、学校から地域へ移行する
取り組みが始まっています。

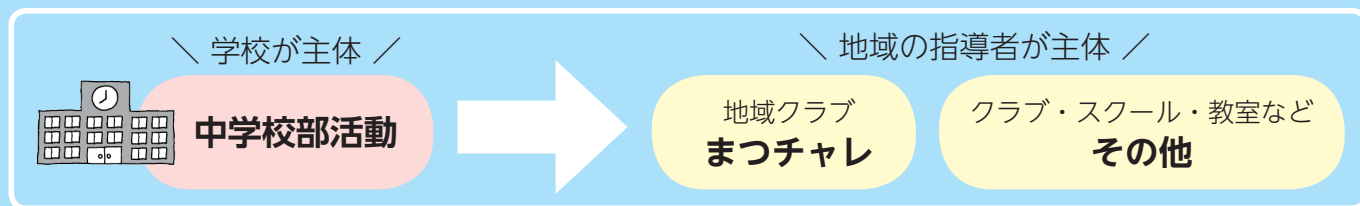
松本市では、ガイドラインに沿って活動する地域クラブを「**まつもと子どもチャレンジ
クラブ**」=通称「**まつチャレ**」と名づけ、子どもと地域のチャレンジを支援します。

What?

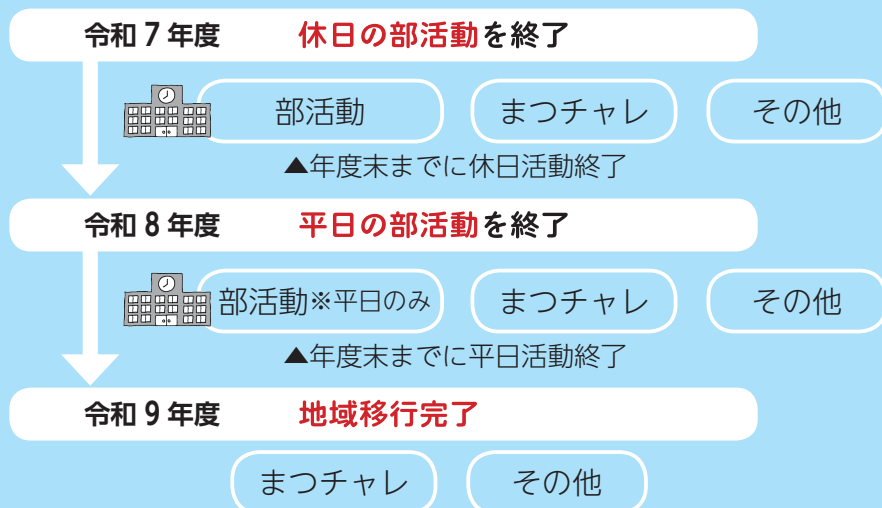
部活動を地域に移行ってどういうこと？

▶ 中学生の活動の場を、学校から地域に移行します

松本市内の「**〇〇中学校〇〇部**」は、**令和8年度末までに終了**します。中学生は学校部活動ではなく、
ガイドラインに沿って活動する**地域クラブ「まつチャレ」**や、**その他（まつチャレ以外のクラブ・スクール・
教室など）**の活動に参加します。



— も く じ —	
部活動から地域クラブへ	2
アーバンスポーツ体験会、 スポーツ指導者研修、 松本山雅FC	6
情報チャンネル	7
4月の相談日	14
博物館分館の休館日と観覧料、 野焼きは原則禁止	16



Why?

どうして地域移行するの？

▶ 現在の「学校部活動」は、継続することが困難

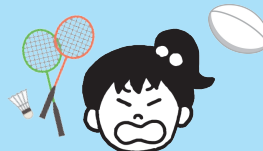
困難ポイント① 子どもが減り、学校だけで活動できない

松本市の中学生生徒数は、**10年で約800人減**っています。

学校だけでは活動が成り立たず、生徒のやりたいことができない状況になってきています。



人数が少なくて
チームが作れない



通う学校に
やりたい部活がない

困難ポイント② 教員の負担が大きい

部活動の顧問を務める教員は、授業や学級指導などの仕事に加え、部活動に関係する業務を行っています。

希望しない専門外の部活の顧問をやることもあり、教員・生徒ともに望ましくない状況になることも。

とある教員の1日

平日

8：45～16：00 授業

16：30～18：30 部活動

18：30～ 授業の準備など



休日

9：00～12：00 部活動

または

6：00～18：00 大会



What?

まつチャレって一体なに？

▶ 多様な団体や民間事業者が運営し、中学生が参加するクラブ

国・県のガイドラインでは、**中学生の心身の成長に配慮した活動時間**や、**適切な運営**が定められています。ガイドラインを満たした団体が、規約等を市に届け出ると、市が内容を確認し「まつチャレ」として公表します。



まつチャレの条件（一部）

活動時間	平日 2時間以内
	休日、学校長期休業日 3時間以内
週休日	週2日以上（平日1日以上、休日1日以上）

自分に合う活動を選択

「まつチャレ」は、**学校部活動と同じような感覚で気軽に参加できる**と考えています。一方、毎日練習をする団体やクラブチームなど、「まつチャレ」ではない活動もあります。自分の**興味や生活、レベルに合うもの**を主体的に選んでいただければと思います。



～まつチャレの一部を紹介～

令和6年秋から募集を始めたまつチャレは、現在約30団体が活動しています。



あづみ野ジュニア卓球クラブ

平成元年から続く卓球クラブ。
「一球入魂」の文字を背に、切磋琢磨^{せつさくたくま}しています。

対象：未就学児～中学生
活動場所：梓川体育館
活動日：水・土曜日



まつもとジュニア室内楽団

令和6年に発足したジュニアオーケストラ。
世代を超えてアンサンブルを楽しんでいます。

対象：小学生～大学生
活動場所：あがたの森文化会館
活動日：第2・4金曜日



シャルマン・ラグビー・アカデミー

令和6年に発足した
中信地区で初の中学生ラグビークラブ。
大会出場を目指して練習しています。



対象：主に中学生
活動場所：
田川小学校ほか
活動日：水・日曜日

小学生でラグビーを始めても、中学生になると部活が無いのでやめてしまう子が多いんです。「**中学生がラグビーを楽しめる環境を作りたい**」という思いで、このクラブを立ち上げました。松本・安曇野・塩尻などの小中学生が集まり、**市域や年齢を超えて**和気あいあいと練習しています。

ラグビーが初めての子も大歓迎。4月には体験会もやりますので、ご参加ください！

代表 輪湖さん



まつチャレ一覧

※随時更新



「まつチャレサポートデスク」では、地域クラブの支援を行っています。ホームページでは、まつチャレ一覧のほか、「よくある質問」で皆さんの疑問にお答えしています。

What?

まつチャレこれはどうなの？



「まつチャレ」は、誰が運営しているの？

各クラブが運営します

他の自治体では、市や教育委員会が地域クラブを運営する場合がありますが、松本市の地域クラブ「まつチャレ」は、各クラブで運営・経営します。



「まつチャレ」の会費の負担や、送迎はどうなるの？

受益者負担となります。ご理解・ご協力をお願いします

学校部活動は学校が無償で行っていましたが、まつチャレは他のクラブと同じく会費を徴収して運営します。また、送迎が必要な場合は、保護者の方にご対応くださいますようお願いします。

地域のスポーツ・文化活動が盛んなのが松本の強み。行政ではなく各クラブが運営することで、多様な活動が展開していくと考えています。



学校教育課
担当職員



YouTubeで
動画公開中！



みんなでチャレンジ！ 子どもの「やってみたい」を叶えるために

中学生の皆さんへ

学区にとらわれず、松本市全域がフィールドになります。習い事と同じように、やってみたいと思うことを選択してください。



保護者の皆さんへ

平日・休日とも学校にお任せだったライフスタイルを見直し、家庭でお子さんの活動を応援してあげてください。



地域・団体・企業の皆さんへ

まつチャレ
サポートデスク



これまでの部活動の概念に捉われず、子どもたちが
やりたいことにチャレンジできる新しい環境を作ります。

▶既に活動している団体・企業

活動がガイドラインに沿っていれば、ぜひまつチャレに届け出いただき、**中学生の積極的な受け入れ**にご協力ください。

▶指導者として協力していただける方

大学生、活動経験がある方、現役で活動している方など、資格や経歴は問いません。**「指導者人材バンク」**に登録をお願いします。

皆さんの経験や技能を
子どもたちの未来のために
生かしませんか？



◀市長就任前に
少年野球チーム
の監督を務めて
いた臥雲市長



お知らせ 春の異動シーズン休日窓口を開設します

日 3月29日(土)・30日(日)、4月5日(土)・6日(日) 午前9時～午後3時

場 市民課

●業務内容＝証明発行（戸籍、住民票、印鑑登録証明書、税証明書等）、住民異動、国民健康保険資格取得・喪失・変更手続き、国民年金資格取得・喪失・変更手続き、マイナンバーカードの各種手続き ※休日窓口のため、一部対応できない業務があります。

他 転出する方でマイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからオンライン手続きができます。（転入手続きは、転入先の市区町村へ）

問 市民課（☎33-9840 ㊟37-0125）

お知らせ 自然災害の被害状況に対する証明書を発行します

日常的に居住している建物が、地震、風水害、雪害等により被害を受けたと認定された場合は、「り災証明書」または「被害状況証明書」を発行します。

問 市民税課（☎33-4218 ㊟36-9345）

お知らせ ふるさと納税返礼品提供事業者説明会

対 松本市ふるさと納税に返礼品を登録している事業者または登録を希望する事業者



日 3月26日(水) 午前10時～11時30分

場 市役所本庁舎大会議室

定 先着80人

内 ふるさと納税制度の概要、登録から提供までの流れ、市場のトレンド等

申 3月25日(火)までにQRから

問 移住推進課

（☎34-3193 ㊟34-3493）

お知らせ コンビニ交付サービス休止のお知らせ

マイナンバーカードを利用したコンビニエンスストア諸証明交付サービスは、メンテナンスのためサービスを休止します。

●サービス休止＝4月1日(火)

午前6時30分～午後3時

問 市民課（☎33-9841 ㊟37-0260）

お知らせ 小児科・内科夜間急病センターの診療時間が変わります

小児科・内科夜間急病センターの診療時間が変わります。

●4月1日からの診療時間＝

午後7時～10時

他 午後7時～翌午前8時は、次の相談電話をご活用ください。

●夜間にお子さんが病気になったとき＝小児救急電話相談

局番なしの☎#8000

●おおむね15歳以上の方が急な病気などで救急車を呼ぶか迷ったとき＝救急安心センター

局番なしの☎#7119

問 福祉政策課（☎34-3262 ㊟34-3204）

お知らせ 令和7年度「休日保育」の登録受付が始まります

日曜・祝日に保護者が仕事や病気などのため、家庭で保育できないお子さんをお預かりします。令和6年度に登録された方も改めて登録が必要です。

対 市内在住で満1歳以上の未就学児童
●受付開始＝3月1日(土)（受付時間は午後1時～4時30分）

●受付場所＝こどもプラザ5館（筑摩、小宮、南郷、波田、芳川）

申 登録申請書を直接、こどもプラザ5館のいずれかへ

問 こどもプラザ 筑摩（☎29-3400）、小宮（☎47-8310）、南郷（☎32-6315）、波田（☎91-3113）、芳川（☎86-1055）

お知らせ 中山霊園墓参バスの運行

日 3月20日(祝)

¥ 片道200円（小学生以下無料）

他 混雑状況により乗車できない場合や、道路状況により時間が前後する場合があります。

問 中山霊園奉賛会事務局（☎090-3560-2527）、環境保全課（☎34-3043 ㊟34-3202）

乗り場	時刻	
エースイン松本前	午前8時30分発	午前10時00分発
松本城・市役所前バス停	午前8時40分	午前10時10分
市民芸術館前バス停	午前8時45分	午前10時15分
秀峰学校前バス停	午前8時50分	午前10時20分
筑摩バス停	午前8時55分	午前10時25分

※帰りは中山霊園発 午前11時00分、午後0時30分

お知らせ 地域福祉活動事業の補助

地域住民が支えあう「地域福祉活動」を行う団体に補助金等を交付します。

対 地域福祉活動を行う3人以上の任意団体（ボランティア団体）

●限度額＝①居場所づくり・健康づくり事業／5万円

②家事支援事業／5万円

●補助対象＝おおむね65歳以上の住民を対象とした活動（月1回以上、おおむね10人以上の参加者）の必要経費

他 申請前に福祉政策課へ要相談

申・問 3月17日(月)～5月31日(土)に電話、または直接、福祉政策課（☎34-3227 ㊟34-3204）へ

お知らせ 「債務整理二次被害」無料相談会

対 債務整理で「減額診断」などを事務所に依頼し、二次被害にあわれた方

日 3月29日(土)
午前10時～午後4時

●電話相談＝☎0120-448-788（当日のみ）

問 長野県司法書士会（☎026-232-7492）、市民相談課（☎33-0001 ㊟36-6839）



お知らせ パークアンドライドで渋滞ストレス解消を！

マイカー通勤から電車・バスに乗り換えて通勤しませんか。

パークアンドライド駐車場をご利用ください。

交通ネットワーク課

(☎34-3286 ㊟34-3202)

主なパークアンドライド駐車場			
平田駅	175台	200円／24時間	キャッシュレス決済可
大庭駅	51台	200円／24時間	3月14日(金)キャッシュレス決済開始予定
新村駅	44台	無料	

エコ通パーク		
デリシア惣社店	7台	3,000円/月(ピコカチャージ)
デリシア寿店	5台	//
デリシア寿豊丘店	3台	//

お知らせ 満蒙開拓平和記念館「自治体パートナーWEEK」

満蒙開拓平和記念館の入館料が無料になります。

市内在住の方

3月1日(土)～15日(土) 午前9時30分～午後4時30分(入館は午後4時まで) ※3月4日(火)・11日(火)・12日(水)は休館

満蒙開拓平和記念館(阿智村駒場711-10)

住所を証明できるもの(運転免許証など)

平和推進課(☎33-4770 ㊟33-1877)

お知らせ 3月31日(月)は国民健康保険税等の納期限

●国民健康保険税・後期高齢者医療保険料＝令和6年第9期

●介護保険料＝令和6年第12期

国民健康保険税(支払い)は納税課(☎33-1192 ㊟39-0723)、国民健康保険税(税額)・後期高齢者医療保険料・介護保険料は保険課(☎34-3215 ㊟39-2523)

お知らせ 令和7年度有料自転車駐車場定期使用申し込み

松本駅北自転車駐車場、松本駅アルプス口自転車駐車場の定期券を使用する方

●申込期間＝3月14日(金)～4月6日(日) 午前7時～午後10時

持 定期使用申込書、遵守事項確認書、定期使用料金、高校生以下は身分証明書(合格通知書等)

申 直接、松本駅北自転車駐車場A棟へ

松本駅北自転車駐車場(☎・㊟33-8015)、自転車推進課(☎34-3245 ㊟34-3202)

お知らせ 地域子育て支援事業補助金の申請受け付け

市内で子育て支援事業を行う団体・個人に、補助金を交付します。

対 就園・就学前の児童とその保護者を対象に、講演や講習などの子育て支援事業を行う団体、または個人

●対象外＝県や市からの補助金を受けている(受けようとしている)者や、特定のサークルや個人を対象に事業を行う者

●補助金額＝年額3万円以内

申・㊟ 4月1日(火)～22日(火)にメール、または直接、こども育成課(☎34-3261 ㊟34-3309 ㊟ kodo mo-i@city.matsumoto.lg.jp)へ

お知らせ 国民年金の加入手続きをお忘れなく

退職して厚生年金から抜ける場合や、配偶者の扶養から外れる場合は、国民年金第1号へ加入の届け出が必要です。また、就職して厚生年金に加入する場合や、配偶者の扶養に入る場合は、勤務先へ届け出が必要です。

対 国内に居住する20歳以上60歳未満の方

持 本人確認書類(運転免許証やマイナンバーカード等)、基礎年金番号確認書類

市民課(☎34-3218 ㊟37-0260)、松本年金事務所(☎25-8100)

お知らせ 低濃度PCB廃棄物の処分期限は令和9年3月31日

PCB(ポリ塩化ビフェニル)は人体に有害な物質です。そのため低濃度PCB廃棄物は法律により処分が義務付けられています。事務所や倉庫などにPCBを使用した古い電気機器がないか確認をお願いします。

廃棄物対策課

(☎47-1350 ㊟40-1335)

お知らせ 戸籍の届け出の際には職業の記入をお願いします

令和7年は国勢調査の年です。令和7年度中に次の届け出をされる方は、職業等の記入をお願いします。

●対象となる届け出＝出生、死亡、死産、婚姻、離婚

市民課(☎33-9840 ㊟37-0125)

募集 埋蔵文化財発掘に従事する会計年度任用職員募集

●応募資格＝以下の3点全てにあてはまる方

①地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない

②発掘現場へ通勤可能

③屋外での重労働が可能

●業務内容＝市内各遺跡で発掘作業(土の掘削、土器等の検出、遺構の測量等)

申 3月31日(月)までに履歴書を郵送で文化財課(〒390-0823 中山3738-1)へ(当日消印有効)

文化財課(☎85-7064 ㊟86-9189)

募集 図書館サポーター募集

対 市内在住の18歳以上の方

場 中央図書館

内 資料整理、案内、施設の美化など

他 原則自家用車の利用不可。事前説明会・研修への参加、ボランティア保険への加入必須

申 申込書を直接、中央図書館へ

中央図書館

(☎32-0099 ㊟37-1148)

**募集 まつもと「城のまち」
フードライブ食品募集**

日 3月19日(水) 午前10時～午後1時
場 市役所東庁舎1階

- 寄付いただきたい食品＝カップ麺、缶詰、レトルト食品、乾麺、お米など常温で保存できる食品（賞味期限が明記され、1カ月以上ある未開封で日本語表記のあるもの）
- 問 環境・地域エネルギー課
(☎34-3268 ☎34-3202)

**募集 自衛隊幹部候補生等
採用試験**

- 対 ①陸・海・空一般幹部候補生＝22歳以上26歳未満の方 ※大卒見込者は20歳以上22歳未満、修士課程修了者（見込者）は28歳未満
②陸・海・空一般曹候補生＝18歳以上33歳未満の方
③陸・海・空自衛官候補生＝18歳以上33歳未満の方
- 1次試験＝①4月12日(土)／陸上自衛隊松本駐屯地 ②③5月17日(土)～25日(日)／Web試験
- 申・問 ①は3月1日(土)～4月4日(金)、②・③は3月1日(土)～5月7日(水)に、自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所（深志2-6-5 ☎36-2787）へ

**募集 第11期まつもと子ども
未来委員の募集**

- まちづくりを学び、課題解決に向けて話し合うこども委員を募集します。
- 対 市内在住・在学、または市内で活動をしている小学校5年生～高校3年生
- 活動＝毎月1～2回、日曜日（初回は4月20日(日)午後1時30分～3時30分）
- 場 あがたの森文化会館など
- 定 30人程度
- 申 4月6日(日)までにQRから
- 問 こども育成課
(☎34-3291 ☎34-3309)

**催し 第24回はた映画上映会
『燈火は消えず』**

- 日 3月15日(土) 午後2時
- 場 波田文化センター アクトホール
- ¥ 一般／1,000円、シニア（65歳以上）／800円、ペア（2枚）／1,600円 ※全席指定
- 申・問 電話、または直接、波田文化センター（☎92-7501 ☎92-7505）へ

**催し 松本城の没
現場見学会**

- 日 3月20日(祝) 午前10時～11時 ※雨天中止
- 場 松本城公園（集合場所：松本城公園北西トイレ付近）
- 内 お堀の堆積物除去作業の見学
- 申 不要
- 問 文化財課（☎31-3369 ☎32-2904）

催し 中央図書館の催し

- 場・問 中央図書館
(☎32-0099 ☎37-1148)
- 【中央図書館トークライブ
ライブラリレーまつもと】
- 日 3月9日(日) 午後1時30分～3時30分
- 定 先着20人
- 内 豆本作家の話とミニ豆本作り
- 講 矢杉麻衣氏／壺屋店主兼豆本作家
- 申 3月7日(金)までにQRから
- 【暮らしに役立つ図書館講座
「資産運用セミナー」】
- 日 3月21日(金) 午後6時30分～8時
- 定 20人
- 内 NISAやiDecoなどを活用し、資産運用を始めるための講座
- 申 3月20日(祝)までにQRから

**催し 鈴木鎮一記念館
歌声サロン～音楽の小径～**

- 日 3月16日(日) 午後2時
- 場 鈴木鎮一記念館
- ¥ 500円 定 40人
- 申・問 電話で鈴木鎮一記念館
(☎34-6645) へ

**催し 講演会「前方後方墳とその時代
—弘法山古墳と高尾山古墳—」**

- 日 3月16日(日) 午後1時～4時30分
- 場 Mウイング 定 350人
- 内 講演「弘法山古墳の系譜を考える」、事例報告、座談会
- 講 北條芳隆氏／東海大学教授
木村聡氏／沼津市教育委員会
- 申 不要
- 問 文化財課（☎85-7064 ☎86-9189）

催し 市民活動セミナー

- 対 グループLINEやSNSの情報発信を学びたい方
- 日・内 ①3月12日(水) 午後7時～8時30分「初めてのLINE登録セミナー」
②3月19日(水) 午後7時～8時30分「初めてのインスタ活用セミナー」
- 場 市民活動サポートセンター
- 定 各先着20人
- 申・問 3月5日(水)までに電話、ファクス、またはメールで市民活動サポートセンター（☎・☎88-2988 ☎ kyoudou@city.matsumoto.lg.jp）へ

催し 外来植物駆除講座

- 対 市内在住の小学4年生以上（小中学生は保護者同伴）
- 日 3月20日(祝) 午前9時～11時
- 場 エア・ウォーターアリーナ（事前学習）、女鳥羽川河川敷（駆除体験）
- 定 20人（応募多数の場合は抽選）
- 内 外来植物の状況を学び、駆除を体験
- 申 3月13日(木)までにQRから
- 問 環境・地域エネルギー課
(☎34-3268 ☎34-3202)

**催し 文書館講座「市民にとっての博物館・図書館・
文書館3—市民の知りたいにこたえるために—」**

- 日 3月15日(土) 午前10時～正午
- 場 文書館 定 36人
- 内 MLA連携（博物館・図書館・文書館の連携）のパネルディスカッション
- 申・問 3月8日(土)午前9時から電話で文書館（☎28-5570）へ



催し 里親制度説明会 in 松本

- 対 里親制度に関心のある方
日 3月22日(土)
午前10時～午後3時
場 なんなんひろば
他 「里親家庭の暮らし」写真パネル展等も開催
申 3月21日(金)午後5時までに、電話で松本赤十字乳児院里親支援センターひまわり (☎31-5206) へ
問 松本赤十字乳児院里親支援センターひまわり、こども福祉課 (☎33-4767 ☎36-9119)

催し 人権映画の日『三人兄弟』『ホーム』

- 日 4月4日(金)
午後1時30分～3時
場 Mウイング
¥ 無料
申・問 前日までにQRから、または電話で人権共生課 (☎39-1105 ☎37-1153) へ

催し 男女共同参画を進める市民のつどい・まつもと講演会

- 日 3月9日(日)
午後2時～4時
場 市立博物館
定 先着80人
講 太田裕治氏／お茶の水女子大学副学長、ジェンダード・イノベーション研究所副研究所長
申 QRから、または電話で(株)日本旅行松本支店 (☎34-5555) へ
問 人権共生課 (☎39-1105) (株)日本旅行松本支店

催し 波田文化センター「ポケットサーカス」

- 日 3月29日(土) 午後2時
場 波田文化センター アクトホール
¥ 大人／3,000円 高校生以下／1,000円 ※全席指定
申・問 電話、または直接波田文化センター (☎92-7501 ☎92-7505) へ

催し 令和7年度 手話奉仕員養成講座 (全43回)

- 対 初心者向け手話教室を修了した方、初めて手話を学習する方
日 4月15日(火)～令和8年3月24日(火) ※原則毎週火曜日
朝の部／午前10時～正午
夜の部／午後7時～9時
場 総合社会福祉センター
¥ 6,000円 定 各20人(応募多数の場合抽選)
申 3月21日(金)までにQRから
問 障がい福祉課 (☎34-3212 ☎36-9119)、松本市聴覚障害者協会 (✉ matsumoto.syuwa.houshi@gmail.com)

催し わくわく多文化「親子で肉まん作り」

- 対 市内在住・在勤の親子(大人1人につき中学生までの子ども2人まで)
日 4月1日(火) 午前10時～午後1時
場 Mウイング ¥ 1組1,000円
定 親子8組(応募多数の場合抽選)
申・問 3月9日(日)までにQRから、または電話、ファクスで多文化共生プラザ (☎39-1106 ☎37-1153) へ

催し 教育文化センターの催し

- 春休みは平日もプラネタリウムを上映します。アニメ・科学番組と星空生解説をお楽しみください。3月中には震災特別プラも開催予定です。
【春休みプラネタリウム】
日 3月18日(火)・19日(水)・21日(金)
①午前10時～10時45分
②午前11時15分～正午
¥ 520円(中学生以下は無料)
定 先着60人程度
申 不要
問 教育文化センター (☎32-7600)

催し ジェンダー平等センター主催講座

- 申 電子申請、または電話で(株)日本旅行松本支店 (☎34-5555) へ
問 人権共生課 (☎39-1105) (株)日本旅行松本支店
【お父さんのための「食育とナチュラルフレンチ」料理教室】
対 お父さん(年齢不問)
日 3月8日(土)
午前10時30分～午後1時30分
場 本郷公民館
¥ 材料費1,000円
定 先着15人
【パパと遊ぼう～パパcafe～】
対 1～3歳のお子さんとパパ、これからパパ・ママになる方
日 3月8日(土) 午前10時～11時30分
場 マツモトサトヤマドアーズ
定 20人(応募多数の場合抽選)
内 参加者同士の交流会、助産師の話、ふれあい遊び

広告欄

広告

お子様の結婚が心配な方の交流會

～松本編～

親同士のお見合い

日程 3月23日(日)14時～ 会場 松本市勤労者福祉センター3-2会議室 対象 未婚の子を持つ親御様 費用 3,000円(税込)
お子様の年齢：女性30～40歳 男性35～45歳 ※おひとりでもご夫婦でも同額

お問い合わせ・参加希望はこちら ☎ 0263-88-7009

主催：結婚相談所ムスベル松本
ムスベル株式会社 | 松本市深志1-1-24 八坂堂ビル4階

本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。



催し 国宝松本城の催し

問 松本城管理課 (☎32-2902 ㊟32-2904)
【夜桜会】

㊟ 松本城桜の開花宣言の3日後から8日間 午後5時30分～9時
※最終入場午後8時50分

場・内 本丸庭園の桜のライトアップ
他 松本城西側の開智大型駐車場を無料開放 (午後5時～10時30分)
【桜並木光の回廊】

㊟ 夜桜会と同一期間の午後6時30分～9時(金・土曜日は午後10時まで)

場・内 松本城外堀桜並木のライトアップ

催し 学都松本推進事業
「松本城のお堀を極めるツアー」

㊟ 3月20日(祝) 午後1時～4時 ※雨天中止

場 中央図書館、松本城公園、博物館

¥ 博物館常設展示観覧料

定 先着20人

内 お堀の浚渫工事と図書館・博物館を、専門家の解説付きで見学

申 3月5日(火)午前9時よりQRから

問 教育政策課 (☎33-3980 ㊟33-3934)

催し 市民囲碁大会

対 市内在住の60歳以上の方

㊟ 3月19日(水) 午前9時～午後4時

場 プラチナセンター(総合社会福祉センター)

¥ 1,000円 (昼食・飲み物付き)

申 3月11日(火)までにプラチナセンター (☎24-3500 ㊟24-3505) へ

問 プラチナセンター、高齢福祉課 (☎34-3492 ㊟34-3026)

健康福祉 いきいき健康ひろば
参加者募集

対 市内在住のおおむね40歳以上の方

㊟ 4月～令和8年3月

場 各福祉ひろば・体育館ほか

¥ 1万9,900円/年

内 インターバル速歩を中心とした運動指導

申 3月3日(月)～27日(木)に、各地区福祉ひろばにある参加申込書に必要事項を記入し提出

問 熟年体育大学リサーチセンター (☎37-2697 ㊟34-6721)、地域づくり課 (☎34-3280 ㊟34-0400)

健康福祉 慢性腎臓病 市民公開講座
～あなたの腎臓は大丈夫ですか～

㊟ 3月9日(日) 午後1時30分～4時

場 キッセイ文化ホール

内 腎臓病の予防や医療現場での取り組み

講 橋本幸始氏/信州大学医学部附属病院腎臓内科

申 不要

問 保険課 (☎34-3203 ㊟39-2523)

健康福祉 パソコン講座 Excelの
使い方から応用まで

対 障害のある方、その家族・親族・友人・知人、高齢の方

㊟ 基本/3月16日(日) ステップアップ/3月23日(日) 午前10時～正午

場 市民活動サポートセンター

¥ 各講座500円

定 各日5人

申 電話で障害者パソコン研究会 前野 (☎080-1043-7315) へ

問 障がい福祉課(☎34-3212 ㊟36-9119)

健康福祉 令和7年度高齢者福祉
入浴券の配布

市内公衆浴場等で利用できる入浴券を配布します。

対 市内に住民登録のある昭和30年4月1日以前に生まれた方(本人に限り利用可)

●配布場所・期間＝①高齢福祉課：3月22日(土)・23日(日)・29日(土)・30日(日)の午前9時～午後4時、4月1日(火)以降の平日

②西部福祉課、支所・出張所、一部の福祉ひろば、なんなんひろば、総合社会福祉センター：3月25日(火)以降の平日

持 窓口に来庁する人(本人または同居の家族)の顔写真付身分証明書

他 4月1日から自己負担額の変更を予定しています。

申 直接配布場所、または3月30日(日)よりQRから(申請日から2営業日以降に高齢福祉課で受け取り)

問 高齢福祉課(☎34-3492 ㊟34-3026)

健康福祉 JR運賃の精神障害者
割引制度が始まります

割引には、「旅客鉄道株式会社等旅客運賃減額の区分」が障害者手帳に記載されていることが必要です。

記載を希望する方はご来庁ください。

対 有効期限内の精神障害者手帳をお持ちの方

場 障がい福祉課、西部福祉課、こども福祉課

持 精神障害者手帳

●割引開始日＝4月1日(火)

他 制度の詳細はJRグループへ

問 障がい福祉課(☎34-3212 ㊟36-9119)

広告欄

理容

60才以上の方 200円引

大人カット 2,100円

中学・高校生カット 1,900円

小人カット 1,300円

ヘアカラー+カット 4,400円

カットには顔そりが付きます

※表示料金は消費税を含めた「税込料金」です

理容

松本市村井町南 2丁目21-45

☎0263-31-3436

最終受付時間

AM 8:30～ カット PM 6:30

ヘアカラー PM 6:00 パーマ PM 5:30

美容

パーマ+カラー 600円引

カラーされた方カット料金 1,200円

ロング料金一切いただきません

カット(フロア付) 2,100円

パーマ(カット・フロア付) 4,200円

ヘアカラー(フロア付) 4,200円

縮毛矯正(フロア付) 8,800円

髪に優しい軟水器を完備しております

※表示料金は消費税を含めた「税込料金」です

美容

松本市村井町南 2丁目21-45

☎0263-31-6768

最終受付時間

AM 8:45～ カット PM 6:00

ヘアカラー PM 5:00 パーマ PM 5:00

イオンタウン松本村井店

国道19号線沿いイオンタウン松本村井店増床区画内

イオンタウン松本村井店 プラナ

松本市村井町南 2丁目21-45

☎0263-31-3436

最終受付時間

AM 8:30～ カット PM 6:30

ヘアカラー PM 6:00 パーマ PM 5:30



スポーツ VC長野トライデンツのホームゲームに無料招待

- 対 松本市民 
- 日 ① 3月15日(土) 午後2時
② 3月16日(日) 午後1時
- 対戦チーム=ヴォレアス北海道
- 場 ANCアリーナ
- 定 各日先着300人
- 申 3月10日(月)までにQRから
※1人につき10枚まで可
- 関 VC長野クリエイトスポーツ
(☎0265-98-6812)、スポーツ事業推進課 (☎45-9511 ㊟45-1024)

スポーツ パラ☆スポフェスティバル

- スタンプラリーをしながら、さまざまなパラスポーツの体験をします。 
- 日 3月8日(土)
午後2時～4時
- 場 エア・ウォーターアリーナ松本
- 内 競技用車いす体験、ゴールボール、ボッチャ、モルック等
- 申・関 3月5日(水)までにQRから、または電話でスポーツ事業推進課 (☎45-9511 ㊟45-1024) へ

スポーツ 市民スポーツ大会「春季大会」参加者募集

- 種目・日時・場所等の詳細は、市スポーツ協会のホームページをご覧ください。
- 他 4月から参加料金が増額となります。
- 申 市スポーツ協会のホームページから申し込み
- 関 市スポーツ協会 (☎32-7056 ㊟32-7452)、スポーツ事業推進課 (☎45-9511 ㊟45-1024)

美術館 子育てパパママの美術鑑賞日

- 保育士がお子さんをお預かりします。
- 対 生後6カ月～未就学児
- 日 3月9日(日)午前9時30分～午後0時30分、3月20日(祝)午後1時～4時
- 場 美術館
- ¥ 当日観覧券1枚でお子さん1人無料。当日券以外の観覧券および割引利用の場合、お子さん1人100円
- 申・関 実施日の3日前までに電話で美術館 (☎39-7400 ㊟39-3400) へ

美術館 梓川アカデミア館春の音楽会 マンドリンコンサート

- 日 3月15日(土) 午前10時30分
- 場 ギャラリー ¥ 200円
- 申・関 電話でアカデミア館へ (☎78-5000 ㊟78-5101)

ザ・ハーモニーホールの催し

- 場 ザ・ハーモニーホール メインホール
- 申・関 電話、または直接、ザ・ハーモニーホール (☎47-2004 ㊟47-2383) へ
- 【郡司和也&栗形亜樹子 デュオ・リサイタル】
- 日 4月27日(日) 午後1時30分開演
- ¥ 【全席指定】一般／3,000円、ハーモニーメイト／2,000円、25歳以下／1,000円(未就学児入場不可)
- 他 栗形亜樹子さんによる「チェンバロ講習会」も同日に受講を受け付け
- 【ザ・ハーモニー・フェスティバル2026～信長貴富とうたう～ 参加団体募集】
- 日 令和8年2月22日(日)
- ¥ 2,000円／人(高校生・大学生は1,000円、小学生・中学生は500円)

美術館 美術館市民モニター募集

- 対 15歳以上の市民 
- 定 20人 ※未経験者優先
応募多数の場合抽選
- 内 年5回程度のアンケートを提出(期間は委嘱日～令和8年4月5日)
- 申 3月1日(土)～15日(土)にQRから
- 関 美術館 (☎39-7400 ㊟39-3400)

芸術館 まつもと市民芸術館の催し

- 場・関 芸術館 (☎33-3800 ㊟33-3830)
- 【バックステージツアー2025】
- 対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
- 日 3月26日(水) ①午前10時30分
②午後1時30分 
※70分程度
- 場 主ホール ¥ 200円
- 定 各25人(応募多数の場合抽選)
- 申 3月5日(水)～12日(水)にQRから
※1応募につき3人まで
- 【Co.山田うん『オバケッタ』】
- 日 4月12日(土) 午後2時
- 場 実験劇場
- ¥ 一般／3,500円、25歳以下／2,500円、中学生以下／500円
※全席指定。3歳以下入場不可
- 申 芸術館チケットセンターへ
- 【石丸幹二 & ACOUSTIC WEATHER REPORT コンサート】
- 日 4月16日(水) 午後7時開演
- 場 小ホール
- ¥ 一般／6,000円、25歳以下／3,000円(枚数限定・前売のみ)
※全席指定。未就学児入場不可
- 申 3月1日(土)から芸術館チケットセンター (☎33-2200) へ

広告欄

広告

4月 ハロートレーニング 今こそ「リスキリング！」

- CAD/NC技術科 ●電気設備技術科
●シートメタルクラフト科 (旧：金属加工科)
- 受講期間：4月3日(木)～9月29日(月)
- 申込〆切：3月14日(金)
- 訓練に関するお問い合わせは、
ハローワーク松本 ☎0263-27-0111 (部門コード41) まで
- 詳細はこちら 

訓練体験会は、3月3日(月)
訓練コース説明会は
3月11日(火) どちらも13:30～

説明会・体験会のご予約は、
ポリテクセンター松本 ☎0263-58-3392 (訓練課) まで

座学も
実技も

初心者
大歓迎

受講料
無料!

就職率
88.8%
(令和5年度実績)

誰でもOK!

WEB申込はこちら



Microsoft Formsにアクセスします
ポリテクセンター松本
松本市寿北7-17-1

本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。



市立博物館 ☎32-0133 ☎32-8974

【第5回博物館まつり】

☎ 3月16日(日)

市内の博物館で活動する皆さんによるイベントです。

○松本まると博物館常設展クイズラリー

☎ 午前9時30分～午後4時30分

場 3階常設展示室

○昔体験でワークショップ～自分だけの宝物をつくろう！

①鹿の角の首飾り ②こも編み技法でコースターづくり

③セタ人形、カータリ人形づくり

☎ 午前10時～正午、午後1時～3時

場 1階講堂 ¥ ①400円 ②③無料

定 ①各先着10人 ②各先着20人 ③各先着50人

○昔の読み方できるかな

☎ 午前10時～午後3時

場 1階交流学習室

○クイズで知ろう刀剣にまつわる言葉

☎ 午前9時30分～午後4時30分

場 1階交流学習室

○甲冑着付け体験

☎ 午前9時30分～午後4時30分

場 1階交流学習室

○体験昔の遊び

☎ 午前9時30分～午後4時30分

場 1階交流学習室

○ちりめんモンスターをさがせ！

☎ 午前10時～正午、午後1時～4時

場 1階交流学習室

○紙芝居「泉小太郎の伝説と竜の化石」+ギャラリートーク「松本に生息していた大海原の魚やクジラたち」ほか

☎ 午前11時～正午、午後2時～3時

場 1階会議室1 定 各先着20人

○まち歩きイベント

☎・☎ ①城下町の名残りを巡る／午前9時30分～正午

②女鳥羽川を巡る／①午前9時30分～正午②午後1

時～3時30分 ③古地図で巡る山家小路から鷹匠町

／①午前10時～正午②午後1時～3時

場 市内 定 ①②先着15人 ③先着10人

申 3月9日(日)までにQRから

○歴史の里館内ガイド

☎ ①午前10時～11時②午後1時30分～2時30分

場 歴史の里 旧松本区裁判所庁舎前集合



【松本まると博物館分館紹介パネル展】

☎ 3月1日(土)～31日(月) 午前9時～午後5時

場 3階常設展示室北側

【常設展ハイライトツアー】

☎ 3月2日・9日・23日・30日の日曜日 午前9時30分～10時30分、午前11時30分～午後0時30分(1階ロビー集合)

場 常設展示室

¥ 常設展観覧料

【ナイトミュージアム「夜の博物館」常設展ガイドツアー】

☎ 3月19日(水)・21日(金) 午後5時～8時

(ガイドツアーは午後6～7時。最終入場午後7時30分)

場 常設展示室(ガイドツアー参加者は1階ロビー集合)

¥ 常設展観覧料

案内人＝市立博物館市民ガイド

旧開智学校校舎 ☎32-5725 ☎32-5729

【塔屋・小屋裏特別見学会】

☎ 3月22日(土)・29日(土)午前10時～10時45分、午前11時～11時45分、午後1時～1時45分、午後2時～2時45分

¥ 入館料 定 各回先着10人

他 手すりのない非常に急な階段を上り下りするため、足腰に不安のある方はご遠慮ください。

申 3月11日(火)から電話で当館へ

山と自然博物館 ☎・☎38-0012

【春の自然観察会】

☎ 小学生以上(小学生以下は保護者同伴)

☎ 4月12日(土) 午前9時30分～11時30分

場 アルプス公園園路

定 15人(応募者多数の場合抽選)

申 3月6日(火)～4月3日(木)にQRから



窪田空穂記念館 ☎48-3440 ☎48-4287

【「松本の子どもの短歌・2024」入賞作品展】

市小中学校から応募いただいた2,923首(小学校の部1,773首、中学校の部1,150首)から、最優秀賞・優秀賞・空穂会賞の入賞作品を展示します。

☎ 3月8日(土)～4月13日(日) 午前9時～午後5時

¥ 作品展は無料(常設展は4月から無料)

広告欄

親族に頼らず生きていく選択

- ☒ 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- ☒ 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- ☒ これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

※当会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。日々の支援活動から事例をもとに「課題と対策」そして、老後の「これから」に必要なことをわかりやすくお伝えしています！

NPO法人 日本よりそい家族会

本部/上田市中央西2丁目6-7「グリーン」1-2
支所/長野・松本・高崎・宇都宮・水戸

老後の生き方セミナー開催

3月27日(木)

松本市勤労者福祉センター

3-2会議室/3階

受付 13:30～ 時間 14:00～16:00

■資料代/300円 ■定員/11名

◎4月3日(木)個別相談会開催

【要予約】0120-12-8851

平日10:00～17:00

広告

お知らせ

募集

催し

健康・福祉

スポーツ

美術館

ザ・ハーモニーホール

芸術館

博物館

2025年 4月の相談日

3月の相談日は『広報まつもと』
2月号に掲載しています。

相談は無料です。
★は市ホームページからも申し込みができます。



●専門相談（面談） ※弁護士相談は松本市民が対象で、初回優先です。

分野	相談名	日時	会場	申し込み
法律・相続・離婚・契約他	弁護士相談(20分)★	9日(火) 午後1時～5時	市民相談課	3月27日(木)から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
		16日(火) 午後1時～3時		3月27日(木)から ☎32-0001、33-0001(先着6人)
		23日(火) 午後1時～5時		3月27日(木)から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
	女性のための弁護士相談	8日(火)・22日(火) 午後1時30分～3時30分	ジェンダー平等センター	4月1日(火)午前9時から ☎39-1105(各日先着4人)
	司法書士法律相談(30分)★	15日(火) 午前10時～午後3時	市民相談課	3月19日(水)から ☎32-0001、33-0001(先着12人)
		(オンライン)21日(月) 午後1時～3時	なんなんひろば	3月19日(水)から ☎32-0001、33-0001(先着4人)
税金	税理士税務相談(30分)★	9日(火) 午前10時～正午	市民相談課	3月17日(月)から ☎32-0001、33-0001(先着4人)
相続手続き等書類作成	行政書士相談(30分)	8日(火) 午後1時～3時		4月4日(金)までに長野県行政書士会中信支部 ☎87-3798
特許・発明・知的財産権	知的財産権相談(1時間程度)	24日(木) 午後1時～4時		4月22日(火)までに長野県発明協会 ☎026-228-5559
障害年金	社会保険労務士障害年金相談(30分)	18日(金) 午後1時～3時		4月15日(火)までに長野県社会保険労務士会中信支部 ☎0261-23-1588
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	16日(火) 午後1時～3時		4月11日(金)までに長野県建築士事務所協会 ☎35-3302
土地・建物の登記	土地家屋調査士相談(60分)	11日(金) 午後1時～3時		4月9日(水)までに長野県土地家屋調査士会中信支部 ☎36-1590 ※受付は月～木午前9時～午後2時、金午前9時～正午
空き家	空き家の売却・賃貸に関する相談(50分)	22日(火) 午後1時～4時		4月15日(火)までに移住推進課 ☎34-3193(先着3人)
不動産評価	不動産鑑定士無料相談	4日(金) 午前10時～午後4時		4月は予約不要
遺言・公正証書	公証相談	10日(水) 午後1時～3時		予約不要
市・県・国に関する相談	行政相談	25日(金) 午前10時～正午		4月24日(木)までに ☎32-0001、33-0001

※行政相談は、四賀・安曇・奈川・梓川・波田の各支所でも行っています。日程は、各支所へお問い合わせください。

●外国人向け相談（4月から、一部の相談日や時間を変更します。）

相談名		日時						会場	問い合わせ先	
ポルトガル語相談 Consulta em português		月～金 Segunda à Sexta-fera 9：30～15：30 Das 9：30 às 15：30h						市民相談課 Departamento de Consulta aos Cidadãos	☎33-0001	
外国人なんでも相談		げつようび 月 mon	かようび 火 tue	すいようび 水 wed	もくようび 木 thu	きんようび 金 fri	どようび 土 sat	Mウイング3階 多文化共生プラザ 「やすみ」 ・第2・4水曜日 ・日曜日・祝日 ・年末年始 (12/29～1/3)	☎39-1106	
	英語	Consultation in English								第2・4週 9:30-17:00
		9:30-17:00	9:30-17:00	—	9:30-17:00	9:30-17:00				
	ポルトガル語	Consulta Português								
		—	16:00-18:00	—	16:00-20:00	—	—			
	中国語	中文咨询								
		—	—	第1・3・5週 9:30-13:00	16:00-20:00	—	第3週 9:30-17:00			
タイ語	ให้คำปรึกษาไทย						第1週 13:00-15:00			
	—	10:00-12:00	—	—	—					
やさしい日本語	にほんごでの そうだん						9:30-17:00			
	9:30-18:00	9:30-18:00	第1・3・5週 9:30-18:00	9:30-20:00	9:30-18:00					
行政書士相談		毎月第2木曜日 13:00-16:00						Mウイング3階	ながのけんぎょうせいしよし かい 長野県行政書士会 ちゆうしん し ぶ 中信支部 ☎87-3798	

広告欄

広告

THE SUPER XEBIO We are Sports Navigators!

大型スポーツ専門店 スーパースポーツゼビオ

松本芳川店

リニューアル OPEN

スーパースポーツゼビオ 松本芳川店

所在地 長野県松本市村井町北2-14-57

TEL 0263-85-4939

※営業時間は店舗情報をご確認ください。

ゼビオは最新の足型測定機で健康のお手伝いをいたします!

次世代の足型測定サービス FEET AXIS | safesize

シューズにお悩みの方はゼビオへご来店ください!

無料 足型の測定

詳細はこちら

シューズ選びご相談会開催中! (お買得シューズ多数をご用意しております。)

本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。

● 4 月の相談 ※祝日を除く。日時の記載がない場合は、月～金の午前 8 時30分～午後 5 時15分です。

分野	相談名	日時・会場・問い合わせ
生き方・心	女性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767
	男性相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767 電話 第 2・3・4 火：午後 5 時～8 時 ジェンダー平等センター相談室☎37-1587
	ジェンダー平等センター 心と生き方の相談 	面談 人権共生課(Mウイング)☎39-1105 ※要予約 電話・QRから 電話 火、木、第 1・3 金：午前 9 時～11時30分 第 2・4 金：午後 1 時～3 時30分 相談室☎37-1588
	にじいろのまち相談 (性的マイノリティ専門相談)	電話・面談 にじいろのまち相談☎39-1108(相談員：川本恵子氏) 22日(火)午後 3 時～6 時(1 人50分) Mウイングワーキングルーム ※要予約 電話・QRから 
	自殺予防専用相談	電話・面談 いのちのぎずな松本(市役所東庁舎)☎34-3600 ※面談は要予約 月～金：午前 9 時～午後 5 時15分
	精神保健相談	面談 保健予防課(松本市保健所)☎40-0701 ※要予約
	ひとり親相談・児童相談	電話・面談 こども福祉課☎33-4767
子ども	子どもの権利相談	電話・面談 こころの鈴(市大手事務所)☎0120-200-195 月～土：午後 1 時～6 時(金 8 時まで)
	発達相談	電話・面談 インクルーシブセンター(なんぶくプラザ)☎24-1235
	子育て相談	電話・面談 こども福祉課 家庭児童相談室☎33-4767 子ども子育て安心ルーム(各こどもプラザ内) [筑摩☎29-3400、南郷☎32-6315、芳川☎86-1055、小宮☎47-8310、波田☎91-3113]
	青少年相談	電話・面談 月～金：午前10時～午後 5 時 こども育成課☎34-3183
	まちかど保健室	電話・面談 あがたの森文化会館☎34-3291 第 2・4 金：午前10時～午後 4 時
	不登校・不登校傾向等の相談	電話・面談 不登校支援アドバイザー(市役所大手事務所) ☎33-4397 月～金：午前 8 時30分～ 午後 5 時 はぐルッポ(浅間温泉 1-5-1)☎31-3373 水・金：午後 1 時～5 時
	健康相談	電話・面談 健康づくり課☎34-3217 電話・面談 各保健センター[中央(第 2・4 水は休)☎39-1119、南部☎27-3455、西部☎92-8001、 北部☎38-7677] 月～金：午前 9 時～正午・午後 1 時～5 時(面談は午前 9 時～正午※要予約)
健康	医療相談	電話・面談 医療安全支援センター(松本市保健所)☎40-0800
	肝炎ウイルス相談および検査	電話 保健予防課(松本市保健所)☎40-0702 ※要予約
職業・労働	エイズ・感染症相談および検査	電話・面談 匿名検査：HIV、梅毒、性器クラミジア 松本市エイズ相談電話☎40-0703 ※要予約
	職業・労働相談	電話・面談 労政課☎35-6286 水：午前 9 時～午後 5 時 ※予約優先
	生活・労働相談(弁護士相談)	面談 ユニオンサポートセンター(勤労会館)☎39-0021 19日(出)午前10時～正午 ※要予約
	若者お悩み相談室	面談 月・水・木・金：午前 9 時～午後 5 時 青少年ホーム☎26-1083 ※要予約
	若者職業なんでも相談	面談 労政課☎35-6286 5 日(出)午前10時～午後 2 時、25日(金)午後 1 時～5 時 ※要予約
	勤労者心の健康相談	面談 労政課☎35-6286 3 日(休)午前 9 時30分～11時30分、14日(月)・28日(月)午後 1 時～4 時、 10日(休)・17日(休)午後 1 時～5 時 ※要予約
後成 見年	成年後見制度に関する相談	電話・面談 障がい福祉課☎34-3212、高齢福祉課☎34-3061、34-3237
	成年後見制度相談会	22日(火)午後 1 時30分～4 時40分 高齢福祉課相談室 ※要予約 前日までに高齢福祉課☎34-3237
	弁護士司法書士による専門相談	面談 成年後見支援センターかけはし(梓川支所)☎88-6699 火：午後 1 時～4 時 ※要予約
介護	介護相談	電話 介護110番☎39-1165 電話 各地域包括支援センター[北部☎87-0231、東部☎36-3703、中央☎31-0022、中央北☎34-8511、 中央南☎55-3320、中央西☎38-3310、南東部☎85-7351、南部☎27-5138、南西部☎50-7858、河西 部☎48-6361、河西部西☎47-0294、西部☎87-1572]
障がい	障がい福祉相談	電話・面談 ぴあねっと・まつもと(総合社会福祉センター)☎27-7211
	視覚障がいに関する相談・ 懇談会	面談・懇談 松本視覚障害者福祉協会 前野☎080-1043-7315、障がい福祉課☎34-3212 6 日(日)午前10時～午後 3 時 Mウイング 3-1 会議室 ※前日までに要予約
人権	人権相談	電話 長野地方務局松本支局☎32-2571
	人権なんでも相談	面談 長野地方務局松本支局☎32-2571(相談員：人権擁護委員) 8 日(火)松本市駅前会館 1・2 中会議室 午後 1 時～4 時
	部落差別に関する相談	面談 人権共生課(Mウイング)☎39-1105 1 日(火)・15日(火)午前10時～午後 3 時
生活	一般相談(生活全般)	電話・面談・オンライン 市民相談課☎32-0001
	生活困窮・就労相談	電話・面談 まいさぼ松本☎34-3041、まいさぼとまり木松本☎50-6747 午前 9 時～午後 5 時 ※原則予約制
	消費生活相談	電話・面談・オンライン 松本市消費生活センター☎36-8832 月～金：午前 8 時30分～午後 5 時
その他	市民活動・プラチナ世代の相談	電話・面談 市民活動サポートセンター☎88-2988
	結婚相談	面談 なんなんひろば結婚相談室☎34-3062 月・水・木・第 2 土・第 4 日：午前 9 時～午後 5 時 ※予約優先
	交通事故相談	電話・面談 交通事故相談所(松本合同庁舎)☎40-1949

博物館分館の

休館日と観覧料が変わります

●問い合わせ 博物館 (☎32-0133 ㊟32-8974)

4月から、博物館分館のうち12館が無料となります。ぜひお出かけください！

松本城と美術館の
観覧料も変わります。
詳細はこちら



松本城



美術館

館 名	令和7年4月から	
	休 館 日	観 覧 料
国宝旧開智学校校舎	3月～11月：第3火曜日* 12月～2月：火曜日*	一般 電子 600円、紙700円 小・中学生 300円
松本民芸館	火曜日*	一般 500円 小・中学生 無料
時計博物館	火曜日*	一般 500円 小・中学生 200円
旧制高等学校記念館	月曜日*	無料
はかり資料館	火曜日*	
重要文化財 馬場家住宅		
歴史の里		
山と自然博物館		

館 名	令和 7 年 4 月から	
	休 館 日	観 覧 料
旧山辺学校校舎	3 月～11 月：火曜日＊ 12 月～ 2 月：土・日・休日以外	無料
考古博物館		
窪田空穂記念館		
四賀化石館		
旧司祭館	3 月～11 月：第 3 火曜日＊ 12 月～ 2 月：火曜日＊	
高橋家住宅	3 月～11 月：土・日・休日以外 12 月～ 2 月：月～土	
安曇資料館	5 月～11 月：土・日・休日以外 12 月～ 4 月：全日	

一般は高校生以上

※ 休日の場合は開館し、翌日休館

野焼きは原則禁止です

●問い合わせ 環境保全課 (☎34-3267 ㊟34-3202)

市ホームページ

- プラスチックや家庭ごみ、^{せんてい}剪定木などの廃棄物を野外で焼却することは、法律により原則禁止とされています。
- 農業に伴うやむを得ない焼却など、禁止の例外であっても周辺の生活環境に影響を与えた場合には指導の対象になります。短時間で終わらせる、風向きに気をつけるなど、配慮をお願いします。

野焼きを行う場合、管轄の各消防署所へ

「火災とまぎらわしい煙又は火災を発するおそれのある行為の届出書」の提出が必要

●問い合わせ 松本広域消防局予防課 (☎25-1599)

松本市の人口 ● 233,868人(前月比－243人)〈男114,646人(前月比－132人)女119,222人(前月比－111人)〉
世帯数109,908世帯(前月比－108世帯) ● 令和7年2月1日現在

発行●松本市 編集●総合戦略局 秘書広報室 〒390-8620 長野県松本市丸の内3番7号 ☎34-3271

URL●<https://www.city.matsumoto.nagano.jp/> 印刷●電算印刷株式会社 ●この印刷物は再生紙を使用しています。 ●毎月1日に発行

広告欄

広告



庭木1本から承ります！

お客様との
お約束
庭木1本より明瞭料金
トイレはお借りしません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します



広
報
ま
つ
も
と
を
ご
覧
の
方
へ

生垣の剪定 長さ1m 高さ2m
通常2,200円を ※税込
初回限定 先着10名様 1,100円

1本からのお庭サービス

ガーデンエクスプレス

カタクラ(東証スタンダード上場会社)グループ

長野県松本市鎌ヶ崎1

松本

安曇野店

営業時間 9:00～17:00

0120-61-4128

お見積り・お問い合わせはお電話もしくは2次元コードから



本紙に掲載されている広告主および広告内容については松本市が推奨等をするものではありません。