

広報まつもと10

2025 No.1437



行かない窓口、こんなに便利

Contents - もくじ -

特集 02	行かない窓口、増やします
05	保育園・幼稚園・認定こども園 入園の申し込み
06	高齢者インフルエンザ・ 新型コロナウイルスワクチン接種

08	令和6年度決算報告
10	みんなで減らそう！食品ロス
11	第82回国民スポーツ大会・ 第27回全国障害者スポーツ大会
12	多事争論会 / 情報チャンネル
22	11月の相談日
24	まつもと市民祭

行かない窓口、増やします

松本市は市民に身近な市役所づくりを進める中で、本庁舎に行かなくても、自宅や近場で手続きができる「行かない窓口」を整備しています。スマホなどが窓口の役割を果たし、手軽に住民サービスを受けられるようになっていきます。今回は、みなさんの身近に開かれた窓口を紹介します。

これまでの窓口

- 本庁舎に行かないと手続きができない
- 手続きごとにそれぞれの窓口に行かなければならない

推進

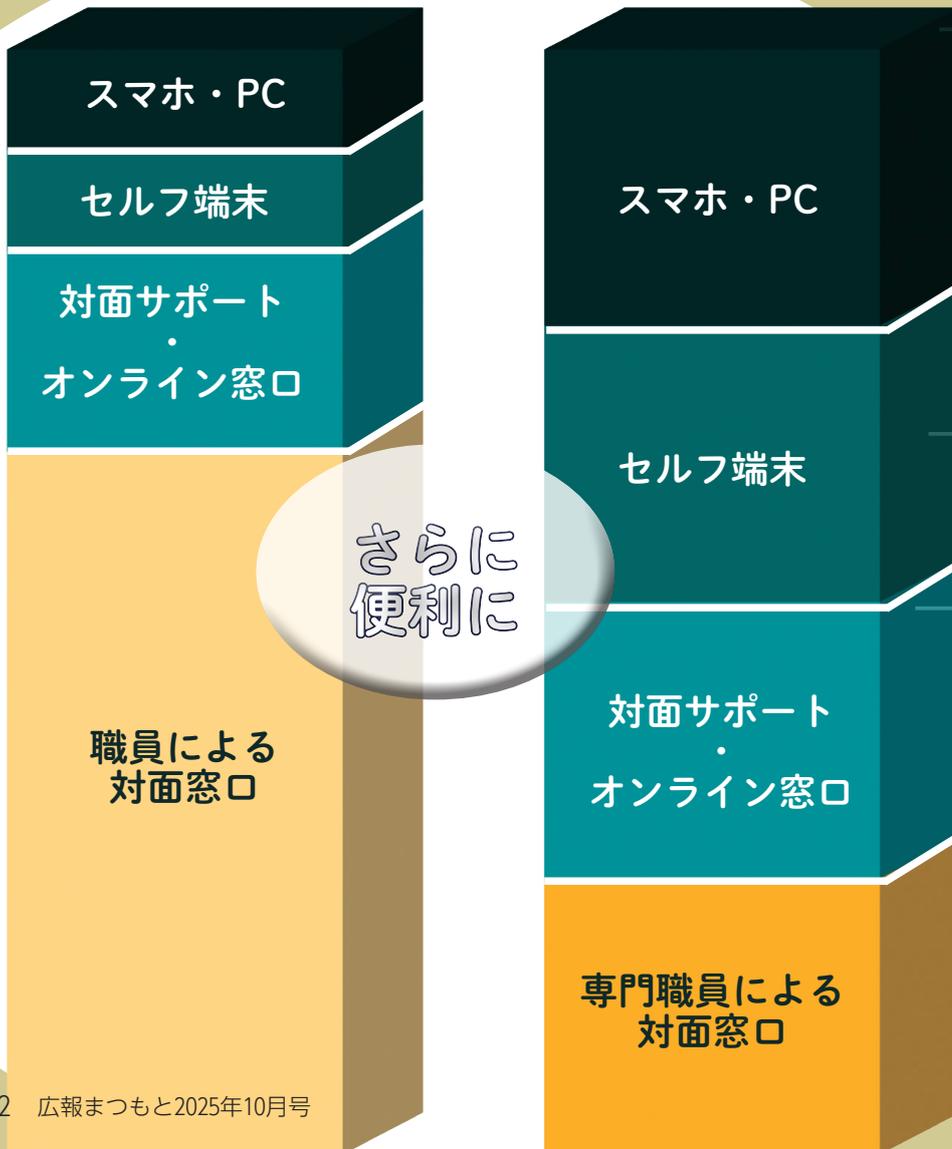
これからは、窓口がもっと身近に！

- 外出不要、スマホで手続き
- 近くのコンビニや地域づくりセンターで手続き
- 対面窓口は、専門職員により手厚く対応

推進

手続き件数の現在

将来



さらに便利に

推進

窓
口
機
能

整備中

窓口1 自宅

マイナンバーとスマホで 外出せずに証明書を取得 マイナポータル「ぴったりサービス」

●問い合わせ 市民課 (☎33-9841 ㊟37-0260)

【詳細はコチラ】



簡単！3つのSTEP

- 1 マイナポータルで必要な証明書・発送方法を選択
- 2 手数料+送料をオンラインで決済
(PayPay、d払い、au Pay、クレジットカード対応)
- 3 証明書を郵送で受け取り

取得可能な証明書	種類	手数料	送料
	戸籍謄抄本※	450円	普通郵便 110円~
	戸籍の附票※	300円	速達 410円~
	住民票の写し	300円	

※戸籍の謄抄本・附票は、松本市に本籍がある方のみ

遺族が市役所で行う手続きを「ネット予約」で受付 おくやみ窓口

●問い合わせ 市民課 (☎33-9841 ㊟37-0260)

【詳細はコチラ】



おくやみ窓口で
ワンストップ
手続き
または、
郵送で完結



窓口2 コンビニ

え！安くて便利なのにまだ利用率 37.4% マルチコピー機で 各種証明書を受け取り

●問い合わせ 市民課 (☎33-9841 ㊟37-0260)

取得可能な証明書	種類	窓口交付 手数料	コンビニ 手数料
	戸籍謄抄本※	450円	100円
	住民票の写し	300円	
	印鑑登録証明書		
所得証明書 (最新年度分)			

※戸籍の謄抄本は、松本市に本籍がある方のみ

例えば、住民票の写し
窓口交付で300円のところ ⇒ 今なら **100円** マイナンバーカードで手軽に発行！

窓口3 近場

市内5か所（島内出張所、笹賀出張所、四賀支所、波田支所、なんなんひろば）に設置 オンライン窓口

●問い合わせ 市民相談課 (☎33-0001 ㊟36-6839)

手続きの種類は3年前と比べて3倍に拡充
例：税金・年金、健康・福祉、
司法書士相談、おくやみ窓口 etc...

18課に接続し、本庁舎に行かなくても150種類の手続きを **顔が見える状態**で行える

ブースもプライバシーに配慮し、安心で快適に

【詳細はコチラ】



今年度、**利用者が増加中**
ぜひご利用ください！



〈笹賀出張所〉



〈ブース内の様子〉

確定申告や介護認定の
相談などもできて便利！

R11年 南松本に開庁 (仮称) 松本市役所保健所庁舎

●問い合わせ 総合戦略室 (☎34-3274 ㊟35-2030)

保健所機能



窓口機能

で住民サービスも受けられる！

保健衛生、住民異動等に関する相談・手続

本庁舎、大手事務所などの部署への相談・申請

専門職員による対面窓口

対面サポート・オンライン窓口

オンライン窓口
設置先の職員が
使い方などを
サポートします

対面とオンラインを組み合わせた**窓口機能**で手続きが完結

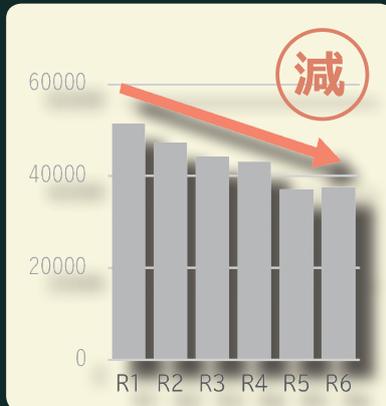
さらなる市民サービス向上のために 市民課窓口の受付時間短縮を検討します！

●問い合わせ 市民課 (☎33-9841 ☎37-0260)

行かない窓口の推進により市民課窓口で交付する証明書の件数が減少



<戸籍謄抄本>



<住民票>

代わって
コンビニ交付数は
年々増加！
利用率80%を
目標にしています。

現在の窓口の受付時間はこれまでと同じ8：30～17：15

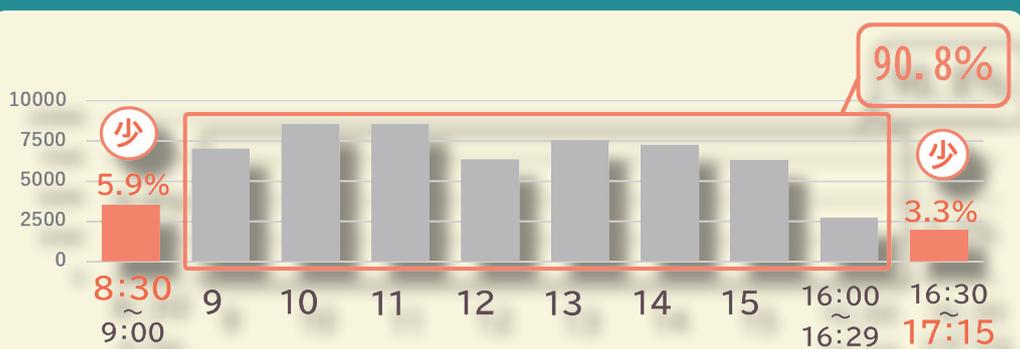
もっと時間が生まれれば…

住民サービス
向上の検討が
できる

業務改善の検討が
できる

時間外勤務が
減れば経費削減
に繋がる

窓口の実態を調べると受付件数は9：00～16：30に集中



<令和6年度時間帯別来庁者数（発券機によるデータ）>

1日の来庁者数の
90%以上が
9：00～16：30に
窓口を利用しています。

【現在】

8：30～17：15



【見直し案】

9：00～16：30

(1時間15分短縮)

9月3日～24日に実施したアンケートを参考に

身近な市役所 ✕ 職員の働き方改革推進 を両立できる受付時間を模索

令和
8年度

保育園・幼稚園・認定こども園 入園の申し込み



●問い合わせ 保育課 (☎33-9856 ☎34-3236)

保育園・認定こども園（保育園部分）※地域型保育施設も含まれます。

●入園できるお子さん

保護者が働いている、出産を控えているなどの理由で、家庭で保育できないお子さん

●申し込み方法

- 書類配布、スケジュール公開 9月第4週～10月第1週頃、市ホームページに掲載
- 受付期間 入園予約：10月下旬～（予定） 4月入園：11月上旬～（予定）
※各受付期間中、市ホームページに受付専用ページが公開されます。
※入園予約の申し込みは、保護者が育児休業取得中の場合に限りです。

●事前連絡で見学が可能です

ご希望の方は園にお問い合わせください。

なお、一部の私立園では説明会を開催しますが、事前予約が必要な場合があります。
各園の説明会開催日程等については、右のQRからご確認ください。

●継続児童は申し込み不要です。

新年度も継続して同じ保育園に通園を希望するお子さんは、継続意向調査書と現況届で確認します（特別利用保育で入園中の方は除く）。詳細は、園にご相談ください。

保育園説明会のご案内



市内の公立、私立幼稚園および私立認定こども園では、令和8年4月からの入園児を募集します。
入園を希望される方は、各園へお問い合わせの上お申し込みください。

公立幼稚園

- 応募資格 申し込み時点で、松本市に住所を有する年齢該当児
- 願書配布 10月1日(水)～10月15日(水) 各園
土日祝日を除く。
- 受付期間 10月16日(木)～10月31日(金) 保育課（電子申請）
定員を超えた場合は抽選を行います。
- 公立幼稚園の募集の詳細は、右のQRからご確認ください。

幼稚園のご案内



私立幼稚園・認定こども園（幼稚園部分）

- 願書配布 各園で配布しています。
- 受付期間 詳しくは各園にお問い合わせください。
※認定こども園は幼稚園部分のみ
※満3歳児（令和5年4月2日以降に生まれた方）を受け付ける園があります。各園にお問い合わせください。

10月から定期接種が始まります

高齢者インフルエンザ・新型コロナウイルス

●問い合わせ 健康づくり課 (☎34-3217 ☒39-2523)

- **接種券(予診票)は送られません。**医療機関に備え付けの予診票をお使いください。
- 接種する場合は、**医療機関に直接予約してください。**

- ・使用するワクチンや接種日は医療機関によって異なりますので、医療機関へお問い合わせください。
- ・予防接種の効果と副反応のリスクを理解いただいた上で接種の判断をお願いします。
- ・定期接種により健康被害が生じた場合は、予防接種法による救済(B類区分)が受けられます。
- ・定期接種対象外の方は任意接種として全額自己負担で接種することが可能です。任意接種の取り扱いの有無や接種費用などの詳細は、医療機関へお問い合わせください。
- ・インフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンは、医師が認めた場合は同時接種が可能です。

対象者	接種日に松本市に住民登録のある方で、次の(1)または(2)に該当し、接種を希望する方		 高齢者 インフルエンザ
	(1) 接種日に65歳以上の方(65歳の誕生日前日から対象) (2) 接種日に60歳以上65歳未満で、心臓、腎臓、呼吸器の機能、またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障がいがある、身体障害者手帳1級をお持ちの方(60歳の誕生日前日から対象)		
持ち物	・氏名、生年月日、住所を確認できるもの(マイナンバーカード、資格確認書、健康保険証、運転免許証等) ・対象者(2)の方は身体障害者手帳		 新型コロナウイルス
期間・回数	高齢者インフルエンザ	10月1日(水)～令和8年1月31日(土)の間に1回	
	新型コロナウイルス	10月1日(水)～令和8年3月31日(火)の間に1回	
自己負担額	高齢者インフルエンザ	1,200円(生活保護受給者は無料)	
	新型コロナウイルス	3,800円(生活保護受給者は無料)	

医療機関

接種する場合は、医療機関に直接予約してください。

	医療機関名	所在地	電話番号	高齢者 インフル	新型 コロナ		医療機関名	所在地	電話番号	高齢者 インフル	新型 コロナ	
病院	相澤健康センター	本庄	34-6360	○		あ	五十嵐内科医院	島立	47-1560	○	○	
	上條記念病院	村井町西	57-3800	○	○		池上医院	中央	32-0411	○	○	
	倉田病院	寿北	58-2033	○			石川醫院	島立	47-1832	○		
	松南病院	笹部	25-2303	○			いそべ整形外科クリニック	笹賀	55-0055	○		
	城西病院	城西	33-6400	○	○		伊藤内科医院	桐	33-7411	○	○	
	藤森病院	中央	33-3672	○	○		伊東内科医院	中央	32-0531	○		
	まつもと医療センター	村井町南	58-4567	○			大池内科クリニック	笹賀	85-0873	○	○	
	松本協立病院	巾上	35-5300	○	○		大久保クリニック	島内	47-4341	○	○	
	松本市立病院	波田	92-3027	○	○		大野医院	清水	32-2309	○	○	
	松本中川病院	野溝西	28-5500	○	○		岡野医院	梓川倭	78-2804	○	○	
	丸の内病院	渚	28-0055	○	○		荻原医院	蟻ヶ崎	33-9728	○	○	
	あ	相野田医院	本庄	32-0729	○			奥平医院	大手	32-2335	○	○
		赤羽医院	深志	32-0965	○			小口耳鼻咽喉科医院	浅間温泉	87-8741	○	
あかはね内科・神経内科医院		神林	59-7810	○	○	小口内科クリニック	寿南	85-0770	○	○		
浅田記念クリニック		島立	88-9588	○	○	小沢内科医院	梓川梓	78-4811	○	○		
梓川診療所		梓川梓	78-2058	○	○	折井クリニック	白板	32-0305	○	○		
あずさ整形外科医院		渚	25-1220	○	○	か	柿澤内科医院	蟻ヶ崎	31-3636	○	○	
あるが内科クリニック		今井	59-2010	○	○		金井医院	里山辺	32-4230	○		
あるがすメンタルクリニック		巾上	87-6914	○			上條アレルギー科・耳鼻咽喉科医院	高宮南	25-0218	○	○	
いかど腎泌尿器科クリニック		島立	48-2455	○	○		上條医院	深志	32-1464	○	○	
五十嵐外科医院		北深志	35-6525	○			上條医院	波田	92-3046	○	○	

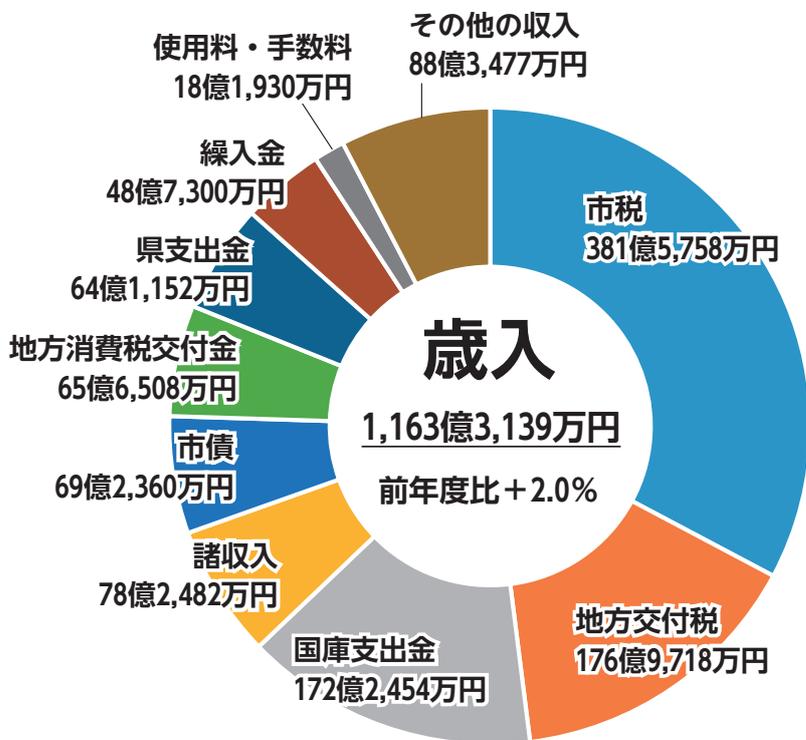
	医療機関名	所在地	電話番号	高齢者 インフル	新型コロナ
か	上條小児科医院	大手	32-0083	○	○
	唐沢整形外科麻酔科医院	大手	32-2009	○	
	唐沢内科医院	城西	32-1553	○	○
	唐沢内科小児科医院	笹部	25-7633	○	○
	川原医院	寿豊丘	86-8336	○	○
	北澤医院	渚	25-6688	○	○
	北島医院	高宮北	29-3344	○	○
	宜保内科消化器・肝臓内科クリニック	村井町南	57-6060	○	○
	くさま内科クリニック	寿中	87-0111	○	
	久保田外科医院	蟻ヶ崎	32-7621	○	
	窪田外科胃腸科医院	寿中	58-4522	○	○
	倉科医院	大手	32-4163	○	
	小岩井内科クリニック	新村	47-6111	○	○
	河野外科医院	元町	32-6707	○	○
	小金平皮膚科クリニック	野溝西	24-2012	○	
	こばやしクリニック	梓川倭	78-0170	○	○
	小林耳鼻咽喉科医院	島内	47-8733	○	
	小林内科医院	里山辺	32-7626	○	○
小見山医院	岡田松岡	46-8080	○	○	
こやま内科クリニック	北深志	32-4290	○	○	
紺谷泌尿器科クリニック	平田西	85-0200	○		
さ	さがみ屋泌尿器科クリニック	桐	31-0202	○	○
	さくら血管病クリニック	島立	47-1500	○	
	塩ノ崎医院	並柳	28-0880	○	○
	塩原医院	宮田	25-3029	○	○
	品川内科医院	笹賀	28-3313	○	○
	しのぎ内科呼吸器科クリニック	南松本	24-0570	○	○
	島内診療所	島内	47-0337	○	○
	清水整形外科クリニック	清水	38-3366	○	○
	十全堂武田内科医院	鎌田	25-4731	○	○
	しらゆり内科・循環器科クリニック	惣社	38-1671	○	
	杉山外科医院	島立	47-1753	○	○
	須澤内科小児科医院	城西	32-1305	○	○
	鈴木耳鼻咽喉科医院	中央	32-8673	○	○
	鈴木整形外科	島立	40-7766	○	○
	すずき内科クリニック	女鳥羽	39-7740	○	○
	せきクリニック	並柳	24-0355	○	○
	せき整形外科	岡田松岡	88-2838	○	○
	た	高山内科明生会	島内	47-3500	○
たきざわ脳神経外科クリニック		村井町南	88-7730	○	○
武内整形外科クリニック		元町	32-8611	○	○
多田内科医院		深志	36-3611	○	
田中医院		野溝東	27-5959	○	○
谷川整形外科クリニック		里山辺	87-8827	○	
つかはらペインクリニック		双葉	87-1314	○	○
東城クリニック		島内	47-2353	○	○
皮膚科・美容皮膚科 徳田医院		大手	32-1974	○	
な		中垣内科医院	笹部	28-1751	○
	中嶋医院	村井町北	57-3762	○	○
	中野医院	波田	92-2017	○	○
	なかむらクリニック	征矢野	25-2526	○	○
	中村内科小児科医院	出川町	25-5763	○	○
	なのはな みみ・はな・のど クリニック	中央	88-4133	○	
	南天診療所	筑摩	29-1515	○	○
	丹羽整形外科医院	高宮南	25-9768	○	
	野村医院	庄内	25-1619	○	○
	は	長谷川ペインクリニック	深志	33-1375	○

	医療機関名	所在地	電話番号	高齢者 インフル	新型コロナ
は	はたクリニック	開智	33-0667	○	○
	花岡こどもクリニック	島内	48-3741	○	
	花村医院	新村	47-0032	○	
	原こどもクリニック	筑摩	29-1780	○	○
	原内科医院	城東	32-0741	○	○
	パーキンソン春うららクリニック	小屋南	50-4455	○	○
	ひまわりクリニック	並柳	87-6565	○	○
	平林内科クリニック	寿北	85-3800	○	
	ひろ内科医院	浅間温泉	87-8811	○	
	福澤医院	和田	47-9318	○	○
	ふじ診療所	島立	87-3222	○	○
	藤田医院	宮渚	35-8611	○	○
	藤森内科医院	大手	36-1140	○	○
	ふなくぼ耳鼻咽喉科医院	笹賀	28-4187	○	
	降旗医院	神田	25-3989	○	
	降旗ハートクリニック	中山	29-2230	○	
	古畑泌尿器科クリニック	筑摩	50-6555	○	
	芳樹会内科診療所	浅間温泉	46-5506	○	○
訪問診療クリニック樹	蟻ヶ崎	35-8159	○	○	
前澤医院	寿北	58-2432	○		
ま	松岡小児科医院	芳野	25-5878	○	○
	松岡内科医院	蟻ヶ崎	33-4172	○	○
	松田内科医院	小屋北	86-0333	○	○
	松原台診療所武田内科医院	松原	86-5041	○	
	松本市安曇島々診療所	安曇	94-2231	○	○
	松本市安曇稲核診療所	安曇	94-2514	○	○
	松本市安曇大野川診療所	安曇	93-2433	○	○
	松本市安曇沢渡診療所	安曇	93-2170	○	○
	松本市国民健康保険奈川診療所	奈川	79-2301	○	○
	松本市四賀の里クリニック	会田	64-2027	○	○
	丸山クリニック	渚	25-5757	○	
	みこしば皮膚科医院	中央	33-5988	○	
	三沢医院	県	32-6706	○	○
	みぞうえ内科医院	桐	33-5900	○	○
	みのしまクリニック	梓川倭	78-7878	○	○
	みやいりクリニック	井川城	31-3838	○	○
	宮澤整形外科医院	新村	48-5300	○	
	宮下内科循環器科クリニック	梓川倭	78-6366	○	○
宮島耳鼻咽喉科医院	城東	39-1345	○		
宮本内科クリニック	両島	31-5112	○	○	
村山内科医院	庄内	26-2277	○	○	
芽ぐみ野内科・胃腸科クリニック	波田	91-1311	○	○	
望月整形外科・メンタルクリニック	中央	39-1177	○		
百瀬医院	内田	58-2506	○		
百瀬整形外科スポーツクリニック	笹部	88-8114	○		
森口整形外科医院	波田	92-7103	○		
や	矢崎医院	浅間温泉	46-1001	○	○
	山岸医院	中山	58-5220	○	○
	やまぐちクリニック	岡田松岡	31-5665	○	○
	やまだ内科クリニック	島立	47-3900	○	○
	山辺温泉花岡整形外科	里山辺	33-2581	○	○
	山村医院	今井	59-2002	○	○
	ユーインケアクリニック	井川城	87-0777	○	
	横田耳鼻咽喉科医院	岡田下岡田	46-8881	○	
	若林整形外科クリニック	寿中	31-5877	○	
	わ	和田整形外科医院	島内	48-0200	○

令和6年度松本市決算報告

●問い合わせ 財政課 (☎34-3273 ㊟33-1877)

一般会計歳入



- 市税**：市民税・固定資産税など
- 地方交付税**：一定水準の行政サービスを維持できるように国から配分されたお金
- 国庫支出金**：国から支出された負担金・補助金・委託金
- 諸収入**：貸し付けたお金の回収金や市預金の利子など
- 市債**：道路や施設建設などのために借り入れたお金
- 地方消費税交付金**：消費税のうち、地方に配分されたお金
- 県支出金**：県から支出された負担金・補助金・委託金
- 繰入金**：基金を取り崩したり、特別会計から繰り入れられたりしたお金
- 使用料・手数料**：市営住宅の家賃や、施設使用料など
- その他**：不要な土地を売り払った代金や、前年度からの繰越金など

特別会計

特定の事業を行う場合、または特定の収入で事業を行う場合に、経理を他の会計と区別するため、法律や条例に基づき設置している会計で、松本市には9の特別会計があります。令和6年度は6会計が黒字、3会計が収支同額となりました。

会計名	歳入	歳出	差引額	会計名	歳入	歳出	差引額
母子父子寡婦福祉資金貸付金	2,330万円	1,113万円	+1,217万円	公設地方卸売市場	4億8,858万円	4億8,858万円	0円
霊園	2億7,624万円	2億572万円	+7,052万円	市街地駐車場事業	2億3,361万円	2億3,361万円	0円
国民健康保険	225億5,841万円	222億2,305万円	+3億3,536万円	奈川観光施設事業	1億7,413万円	1億7,413万円	0円
後期高齢者医療	39億9,135万円	38億6,769万円	+1億2,366万円	松本城	14億7,246万円	12億6,968万円	+2億278万円
介護保険	226億8,215万円	225億9,150万円	+9,065万円				

企業会計

民間企業と同様に利用料金などの事業収益で運営される会計で、松本市には6つの企業会計があります。令和6年度は全会計が黒字となりました。

会計名	総収益	総費用	当年度純損益
水道事業	49億3,505万円	49億2,421万円	+1,084万円
下水道事業	70億5,224万円	61億8,007万円	+8億7,217万円
農業集落排水事業	6,989万円	6,868万円	+121万円
地域排水施設事業	1億4,585万円	1億4,237万円	+348万円
病院事業	54億525万円	53億4,402万円	+6,123万円
上高地観光施設事業	5億2,353万円	4億3,548万円	+8,805万円

市債残高

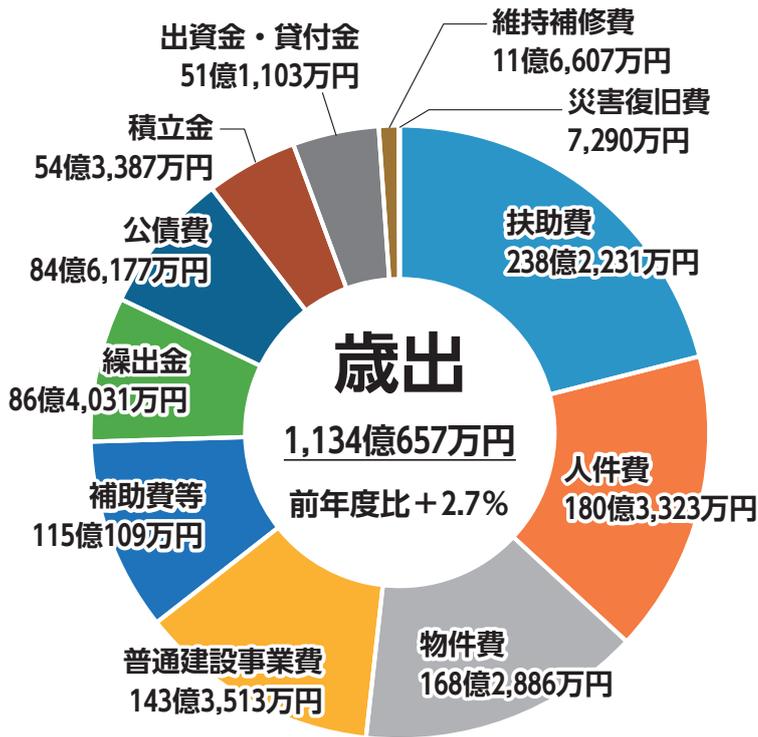
松本市の市債残高は、980億2,923万円で、前年度末と比べて26億円の減となりました。このうち、一般会計は676億5,335万円で、前年度末と比べて15億円の減、特別会計・企業会計は303億7,588万円で、前年度末と比べて11億円の減となりました。

一般会計の形式収支は、29億2,482万円 (翌年度への繰越財源を差し引いた実質収支は、25億325万円)

歳入は新型コロナウイルス関連の補助金の減などにより国庫支出金が前年度比（以下同）9.3%の減となった一方、地方交付税が10.7%増となったことから、全体では2.0%増加しました。

歳出は、補助費等が公営企業への繰出金の減などにより6.3%の減となった一方、まつもと市民芸術館や総合体育館の大規模改修などにより普通建設事業費が11.4%の増となったことから、全体では2.7%増加しました。

一般会計歳出



扶助費：生活保護費、児童手当など社会保障に関するお金

人件費：職員の給料や退職金、議員や各種委員の報酬など

物件費：公共施設の維持管理に必要な光熱水費、委託料など

普通建設事業費：道路・学校・保育園・体育施設など、公共施設の建設費

補助費等：団体や事業への補助金など

繰出金：国民健康保険や介護保険など、特別会計へ支出したお金

公債費：借入金の返済（元金と利子）

積立金：基金の積立金

出資金・貸付金：第3セクターなどへの出資や中小企業への貸付など

維持補修費：道路や公共施設の補修費

災害復旧費：災害等で被害が出た道路などの復旧費

財政指標

◆健全な財政状況（健全化判断比率）

財政の健全度を示す指標は次のとおりです。いずれも早期健全化基準や財政再生基準を下回っており、健全な財政状況にあることを示しています。

指標名	松本市		早期健全化基準	財政再生基準
	6年度	5年度		
実質赤字比率	赤字なし	赤字なし	11.25%	20.0%
連結実質赤字比率	赤字なし	赤字なし	16.25%	30.0%
実質公債費比率	3.6%	3.6%	25.0%	35.0%
将来負担比率	将来負担なし	将来負担なし	350.0%	

実質赤字比率：普通会計（一般会計、母子父子寡婦福祉資金貸付金特別会計、霊園特別会計）の赤字額の割合

連結実質赤字比率：市全体の赤字額の割合

実質公債費比率：市税等の標準的な収入額のうち、市全体の借金返済額の割合

将来負担比率：将来返済がほぼ確実な借金などの残高のうち、市税等で負担する割合

資金不足比率：事業規模に対する資金不足額の割合

◆公営企業も資金の不足なし（公営企業の資金不足比率）

松本市には、公営企業に分類される会計が9会計（水道事業など6企業会計と、公設地方卸売市場など3特別会計）ありますが、資金不足を生じている会計はありませんでした。

2028年 長野県で開催決定！



行こう。それぞれの頂へ。



信州やまなみ国スポ・全障スポ

第82回国民スポーツ大会・第27回全国障害者スポーツ大会

●問い合わせ 国スポ・全障スポ企画課 (☎45-9512 ☎45-1024)

国スポ会期 2028年10月1日▶10月11日

全障スポ会期 国スポ終了後3日間の会期で開催

1978年の「やまびこ国体」から50年目、また、1998年の長野冬季オリンピックから30年目の令和10年（2028年）に、長野県で「信州やまなみ国スポ・全障スポ」の開催が決定しました。松本市では下記の競技を開催します。

【国民スポーツ大会】 ※公開競技 (正式競技 7、公開競技 2)

競技	種別	競技会場
総合開会式	—	長野県松本平広域公園陸上競技場
総合閉会式	—	キッセイ文化ホール（長野県松本文化会館）
陸上競技	全種別	長野県松本平広域公園陸上競技場
サッカー	少年男子	サンプロアルウィン（長野県松本平広域公園総合球技場）ほか
テニス	全種別	松本市浅間温泉庭球公園 長野県松本平広域公園庭球競技場
バレーボール	少年男女	エア・ウォーターアリーナ松本（松本市総合体育館）
自転車競技 (トラック・レース)	男子A・男子B 女子	スカイロードサイクリングスタジアム松本（松本市美鈴湖自転車競技場）
軟式野球	成年男子	セキスイハイム松本スタジアム（松本市野球場） 信州グリーンローズスタジアム四賀（松本市四賀球場）ほか
なぎなた	少年女子・成年女子	エア・ウォーターアリーナ松本（松本市総合体育館）
※エアロビック	全種別	エア・ウォーターアリーナ松本（松本市総合体育館）
※ゲートボール	全種別	信州グリーンフィールドかりがね（松本市かりがねサッカー場）

【全国障害者スポーツ大会】 ※オープン競技 (正式競技 3、オープン競技 1)

競技	種別	競技会場
陸上競技	身体・知的	長野県松本平広域公園陸上競技場
サッカー	知的	サンプロアルウィン（長野県松本平広域公園総合球技場）
バレーボール	知的	エア・ウォーターアリーナ松本（松本市総合体育館）
※電動車椅子サッカー	身体	エア・ウォーターアリーナ松本（松本市総合体育館）

市民の皆さんと市長が語り合う

多事争論会

今回のテーマ：

●問い合わせ 市民相談課 (☎33-0001 ㊟36-6839)

「この地域で共に支え合う」～令和の住民自治組織を考える～

町会って何してるの？ どうして必要なの？
こんな町会参加あり？なし？

開催日時

11月8日(土) 14:00～16:00

場所

勤労者福祉センター 大会議室

申し込み

○会場参加 定員50人

10月31日(金)までに、電話もしくはファクス、右のQRから

○オンライン参加 定員50人

10月31日(金)までに、右のQRから

〈会場〉



〈オンライン〉



その他

- 1 当日は会場の様子を撮影・録画します。
その内容をホームページで公開しますので、ご承知の上、ご参加ください。
- 2 参加者の発言時間は、1人3分を目安とさせていただきます。
- 3 駐車場は限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

情報チャンネル

☎ 対象 ☒ 日時・日程 ☒ 会場 ☒ 料金 ☒ 定員
☎ 内容 ☒ 講師 ☒ 持ち物 ☒ 託児 ☒ その他
☒ 申し込み ☒ 問い合わせ ☒ 電子メールアドレス

市ホームページは
こちら→

お知らせ
詳細



お知らせ 10月の休日窓口は
第3土曜日です

- ☎ 住民票等の証明書交付申請や住民異動等の届け出が必要な方
- ☒ 10月18日(土) 9:00～15:00
- ☒ 市役所東庁舎1階 市民課
- ☎ 10月11日(土)は、システム調整のため終日閉庁
- ☒ 市民課 (☎33-9840 ㊟37-0125)

お知らせ まつもと「城のまち」
フードライブ食品募集

- ☒ 10月16日(木) 10:00～13:00
- ☒ 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)
- ☒ 環境・地域エネルギー課 (☎34-3268 ㊟34-3202)

お知らせ 花時計公園ワンストップ
申請をご利用下さい

- ☎ 花時計公園でイベントを開催する方
- ☎ 名義後援および公園利用申請
- ☒ イベント開催の30日前までにQRから
- ☒ 商工課 (☎34-3110 ㊟34-3008)



お知らせ 推し本Popコンテストの
投票が始まります

- 各部門ごといちばん好きなPopを選んで投票してください。
- ☒ 10月1日(水)～31日(金)
- ☒ 市内図書館
- ☎ 応募作品が出そろいました。優秀作品は投票によって決まります。投票はLogoフォームと市内図書館で行います。
- ☒ 10月31日(金)までにQRまたは市内図書館へ
- ☒ 中央図書館(☎32-0099 ㊟37-1148)



お知らせ 不用食器の無料回収

- ご家庭で不用になった食器を回収します。回収した食器は、リユース、または新たな食器の原材料としてリサイクルされます。
- ☎ 市内在住の方
- ☒ ①11月8日(土) 9:00～15:00
②11月9日(日) 9:00～12:00
- ☒ ①波田支所駐車場
②入山辺運動広場
- 回収対象=陶磁器製の食器で汚れを落としたもの。1回の受付につき段ボール4箱まで
- ☎ ①は配付会は行いません。
- ☒ 松本市「暮らしと環境」を考える会 (☎080-4438-7878)、環境・地域エネルギー課 (☎34-3268 ㊟34-3202)



お知らせ ハロウィンジャンボは 長野県内で買ひましょう

市町村振興宝くじ「ハロウィンジャンボ宝くじ」、「ハロウィンジャンボミニ」の収益金は、長野県全体の販売実績により県内各市町村へ配分され、さまざまな事業の貴重な財源として使われます。ぜひ、県内で買い求めください。

●発売期間=10月19日(日)まで

●抽選日=10月28日(火)

☎ 財政課 (☎34-3273 ☎33-1877)

お知らせ 年金生活者支援給付金の 請求手続き

収入や所得額が基準額以下の年金受給者に給付金が支給されます。支給には請求手続きが必要です。

☎ ①65歳以上で老齢基礎年金を受給中の方(世帯員全員の市民税が非課税で、前年における年金収入額とその他所得額の合計が約90万円以下の方)
②障害基礎年金・遺族基礎年金を受給中の方(前年の所得額が約479万円以下の方)

●請求手続き=[年金を受給している方] 日本年金機構から対象者へ請求書が届きます。必要事項を記入の上、送付してください。

[年金の受給をしていない方] 年金の請求手続きと併せて給付金の請求手続きをしてください。

☎ 詳細は、日本年金機構のホームページ参照
☎ 給付金専用ダイヤル(ナビダイヤル☎0570-05-4092)、松本年金事務所(☎25-8100)

お知らせ 高校生海外留学生奨学金 申請受け付け

令和7年度に6カ月以上の海外留学をする高校生を対象とした奨学金です。

☎ 高校生で、本人または親が1年以上市内在住の方

☎ 給付額=8万円(1人1回限り)

☎ 若干人

☎ 令和6年度から今年度にかけて留学した場合も申請可

☎・☎ 10月31日(金)までに申請書類を学校教育課(☎33-9846 ☎34-3206)へ

お知らせ 交通分散の取り組み週間 にご協力ください

☎ 平日の朝、市内へ自動車通勤される方

☎ 10月20日(月)~24日(金)(最終日は強化日)

☎ ①通勤時間をずらす【時間の変更】 ②通勤ルートを変える【経路の変更】 ③公共交通機関(自転車、徒歩等含む)による通勤【手段の変更】 ※アンケートおよび期間内外のデータ比較により効果を検証

☎ 終了後、QRからアンケートの回答にご協力ください。

☎ 交通ネットワーク課 (☎34-3286 ☎34-3202)



お知らせ 10月31日(金)は 市税等納期限

●市民税・県民税/令和7年度第3期

●国民健康保険税/令和7年度第4期

●後期高齢者医療保険料/令和7年度第4期

●介護保険料/令和7年度第7期

☎ 一般市税・国民健康保険税(支払に関する事)は納税課(☎33-1192 ☎39-0723)、国民健康保険税(課税額に関する事)・後期高齢者医療保険料・介護保険料は保険課(☎34-3215 ☎39-2523)

募集 長野県松本技術専門学校 令和8年度入校生募集

●募集科名=電気工事科(1年制)、冷凍空調設備科(1年制)、自動車整備科(2年制)、建築科(1年制・2年制)

●募集日程(一般選考)=(第1回)受付期間:10月20日(月)~11月11日(火)、入校選考日:11月25日(火)(第2回)12月8日(月)~令和8年1月8日(木)、入校選考日:令和8年1月19日(月)

☎ 詳しくは、長野県松本技術専門学校ホームページ参照

☎ 長野県松本技術専門学校(☎58-3158 ☎85-1412) 商工課(☎35-6294 ☎35-6295)

募集 自衛隊高等工科学校生徒・ 防衛大学校学生等採用案内

☎ ①陸上自衛隊高等工科学校生徒(推薦):男子で中卒(見込含)17歳未満の成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者

②陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般):男子で中卒(見込含)17歳未満の者

③防衛大学校学生(一般)

④防衛医科大学校医学科学生:18歳以上21歳未満の者 高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)

●1次試験=①令和8年1月10日(土)~12日(祝)のいずれか1日 ②令和8年1月24日(土)・25日(日)のいずれか1日 ③11月1日(土) ④10月25日(土)

☎ ①10月1日(火)~11月28日(金) ②10月1日(火)~令和8年1月15日(木) ③10月16日(木)まで ④10月8日(火)までに自衛隊長野地方協力本部松本地域事務所(〒390-0815 深志2-6-5 ☎36-2787)へ
☎ 危機管理課(☎33-9119 ☎33-1011)

募集 シルバー人材センター 会員募集

☎ 市内在住60歳以上の方

☎ 10月~12月の毎月第1・3水曜日 10:00~11:00

☎ 場・☎ 松本地域シルバー人材センター(☎39-6680 ☎39-7788)

催し 中央図書館トークライブ ライブラリレーまつもと

☎ 10月18日(土) 13:30~15:00

☎ 中央図書館

☎ 定 先着20人

☎ けん玉の魅力紹介と体験

☎ 山崎浩幸氏/グローバルけん玉ネットワークけん玉先生

☎・☎ QRから、または電話で中央図書館(☎32-0099 ☎37-1148)へ





お知らせ

募集

催し

健康・福祉

スポーツ

美術館

美術館

博物館

催し 親子ふれあい「竹の子教室」体験見学会

- 対 1・2歳児とその保護者
- 日 10月28日(火) 10:00~11:30 (9:45から受付)
- 場 波田体育館 定 先着20組
- 内 運動・手遊び、タッチケア・ふれあい遊び、お楽しみお話し(今年の参加者との交流会)
- 講 保育士、小学校教諭、助産師、健康運動指導士
- 話 無料
- 申 10月20日(月)までにQRから
- 問 波田公民館 (☎92-2268 ㊟92-7111 平日8:30~17:00)



催し 歴史的景観都市協議会講演

- 対 歴史的なまちづくりに興味のある方
- 日 11月27日(木) 14:45~17:30 (14:30開場)
- 場 まつもと市民芸術館
- 定 先着15人
- 内 ①記念講演 ②事例発表
- 講 ①梅干野成央氏/信州大学工学部准教授 ②倉澤聡氏/都市計画画家、熊谷善紀氏/建築士
- 申 10月31日(金)までにQRから
- 問 中心市街地活性本部 (☎34-3276 ㊟34-3277)



催し ファミリー・サポート・センター 中信・北部交流会

- 対 会員の方、協力会員として支援を考えている方
- 日 10月15日(水) 10:00~11:30
- 場 第三地区公民館
- 料 無料 定 30人 (要予約)
- 内 英語でリトミック、茶話会
- 講 清野明子氏/英会話教室主宰、松尾修江氏/音楽教室主宰
- 申・問 10月14日(火)までに電話、またはファクスでファミリーサポートセンター事務局 (☎34-3308 ㊟34-3309) へ

催し 海と山との市民交歓会 ~親子交流会 in 乗鞍~

- 対 市内の小学生とその保護者
- 日 11月2日(日) 7:30:松本市役所集合 15:00:松本市役所解散
- 場 乗鞍高原
- 料 大人5,000円、小人4,000円
- 定 親子10組(1組4人まで) ※応募多数の場合は抽選
- 内 姉妹都市藤沢市の親子と交流します(乗鞍高原サバイバルアドベンチャー体験、昼食交流会)。
- 申 10月15日(水)までにQRから
- 問 観光ブランド課 (☎34-8307 ㊟34-3049)



催し 信飛トレイル(Section1,2) ガイドツアー

- 対 ハイク、トレイルラン、E-Bikeを使ったツアーを実施します。
- 日 ①10月9日(木)~10日(金) ②10月12日(日)~13日(祝) ③10月19日(日) ④10月26日(日) ⑤11月2日(日) ⑥11月3日(祝) ⑦11月8日(土) ⑧11月9日(日)
- 他 ツアー詳細は、信飛トレイルホームページ参照
- 申 各ツアー催行日の7日前までにQRから
- 問 一般社団法人信飛トレイルクラブ (☎93-2746)、アルプスリゾート整備本部 (☎94-2307 ㊟94-2567)



催し 企業向けデジタル化セミナー

- 対 企業等の従業員の方
- 日 10月23日(木) 14:30~16:30
- 場 デジベース松本 定 10人
- 内 ローコードツールを使ったアプリの使い方の解説、kintone
- 申 10月22日(水)までにQRから、または電話でデジベース松本事務局 (☎31-5960) へ
- 問 DX推進本部(☎48-7000 ㊟48-7001)



催し 1日消防団体験

- 対 高校生以上(市外在住も可)
- 日 11月8日(土) 9:00~15:00
- 場 消防団トレーニングセンター
- 定 30人程度
- 内 消防団に関する講義、消火・救命体験、現役団員との座談会
- 講 消防防災課職員、消防団員
- 申 10月27日(月)までにQRから
- 問 消防防災課 (☎33-1191 ㊟33-1011)



催し [AKADEMEIA COLLECTION]

- 対 収蔵しているコレクションの中から厳選した作品を展示します。
- 日 9月27日(土)~11月2日(日)
- 場 梓川アカデミア館
- 料 大人/200円、小・中学生/100円
- 問 梓川アカデミア館 (☎78-5000 ㊟78-5101)

催し 暮らしに役立つ図書館講座 「知らないと損する税のはなし」

- 日 10月8日(水) 18:00~19:00
- 場 中央図書館
- 定 先着30人
- 内 租税に関する基礎知識を学ぶ講座
- 講 松本税務署職員
- 申・問 10月7日(火)までにQRから、または電話で中央図書館 (☎32-0099 ㊟37-1148) へ



催し 第4回文書館講座「昔、渚にお城があった! 一地図データから遺構を探ってみる」

- 対 謎の城「渚城」の全容に迫ります。
- 日 10月11日(土) 10:00~11:30
- 場 文書館
- 定 先着36人
- 講 澤柳秀利/文化財課
- 申・問 10月4日(土)9:00から電話で文書館 (☎28-5570 ㊟24-2110) へ



催し 国宝松本城 Week

企画展 守り継ぐ松本城 ～昭和の大修理から70年～

日 11月1日(土)～10日(月)
9:00～16:00

場 松本城 太鼓門 料 無料

内 昭和の大修理から70年と太鼓門耐震対策工事が終了し、7年ぶりの公開を記念して企画展を開催します。

問 松本城整備課(☎31-3369 ㊟34-3299)

国宝松本城合同茶会

日 10月13日(祝) 10:00～15:00
※14:30まで受付

場 本丸庭園

料 五席券/前売3,000円、当日3,500円 一席券/700円 ※松本市外の方は前売り券の場合に本丸庭園の入場無料

他 天守登閣は有料

問 松本城管理課
(☎32-2902 ㊟32-2904)

国宝松本城古式砲術演武

松本城鉄砲隊ほか、愛知・駿府の鉄砲隊による火縄銃の演武を行います。演武前に国宝松本城古城太鼓による演奏があります。

日 10月19日(日)
古城太鼓演奏/13:10～13:30
演武/13:30～15:00 (予定)

場 二の丸御殿跡

他 雨天中止。大きな発砲音と太鼓の音にご注意ください。

問 松本城管理課
(☎32-2902 ㊟32-2904)

国宝松本城菊花展

日 10月28日(火)～11月12日(水)
場 黒門・太鼓門通路沿い付近
問 松本城管理課
(☎32-2902 ㊟32-2904)

歩いて再発見! 松本城下こども探検隊

城と城下町の歴史や成り立ち、敵から城を守るための工夫、今に伝わる街道の様子などについて学びます。

対 小学3年生以上(保護者同伴)

日 11月1日(土) 9:00～11:30
(8:30から受付) ※雨天中止

場 集合場所:市立博物館

定 先着20組(要事前申込)

内 町歩き、博物館見学

問 松本城整備課研究専門員

申・問 10月6日(月)9:00よりQRから、または電話で松本城整備課/研究室(☎34-3567 ㊟32-2904)へ

令和7年度「松本城の日」 記念講演

国宝松本城天守創建年代調査の結果を報告します。

日 11月15日(土)
13:30～16:00

場 市立博物館講堂 定 先着70人

内 松本城天守部材の年輪年代調査、松本城天守再考

問 光谷拓実氏/奈良文化財研究所客員研究員、麓和善氏/名古屋工業大学名誉教授

申・問 10月1日(水)～31日(金)にQRから、またはファクスで文化振興課(☎34-3293 ㊟34-3018)へ

催し 松本看板学講座 #10

まち歩き、看板の楽しさを味わいます。

日 11月4日(火)・18日(火)・25日(火) いずれも18:30～20:30(全3回)

場 Mウイング

定 先着20人(全ての回に参加する方優先)

申・問 10月1日(水)～22日(水)にQRから、または電子メールで生涯学習課・中央公民館(☎32-1132 ㊟37-1153 ㊟gakushu@city.matsumoto.lg.jp)へ

催し 第2回紙芝居祭り

日 11月1日(土)
①13:30～15:00
②15:30～16:30

場 あがたの森文化会館

内 ①BUNちゃん紙芝居講座
②紙芝居がいっぱいのおはなし会

問 ①荒木文子氏/紙芝居作家
②松本地域子ども文庫・おはなしの会連絡会

申 QRから、または電話であがたの森図書館(☎32-1761)、中央図書館(☎32-0099 ㊟37-1148)へ

問 中央図書館

催し 令和7年度松本市 社会福祉大会

日 10月27日(月) 13:30～16:00
(13:00から受付)

場 キッセイ文化ホール

内 表彰式典、記念講演、楽団ケ・セラによる演奏

問 西村昭太氏/特定非営利活動法人ケ・セラ理事長

他 福祉施設による展示販売、フードドライブ、福祉なんでも相談会を同時開催

問 社会福祉協議会(☎27-3381 ㊟27-2239)、福祉政策課(☎34-3227 ㊟34-3204)

催し 史跡松本城南外堀跡 第8次発掘調査の現地説明会

日 10月13日(祝)
10:00～12:00

場 南外堀西側集合(松本城公園南西入口周辺)

内 調査報告・現場一般公開

他 雨天の場合は、説明資料の配布と出土品の見学・解説のみ

問 文化財課(☎85-7064 ㊟86-9189)

催し 中央図書館 「青空図書館」

日 11月2日(日) 10:00～16:00

場 開智公園(中央図書館東)

内 絵本の読み聞かせ、青空本市、ワークショップ、キッチンカー出店 ほか

問 中央図書館(☎32-0099 ㊟37-1148)



お知らせ

募集

催し

健康・福祉

スポーツ

美術館

美術館

博物館

催し 秋の読書週間 図書館イベント

- 書庫ツアー 11月3日(祝) ●オリジナルしおり作成 11月1日(土)・2日(日) ●ボランティアさんによるおはなし会 10月28日(火)～11月2日(日) ●松本山雅しおり配布 10月27日(月)～11月9日(日) ●リサイクル本配布 各館の日程は図書館ホームページ参照
- 申 書庫ツアーのみ事前申込:10月31日(金)までにQRから、または電話で中央図書館まで
- 問 中央図書館(☎32-0099 ㊟37-1148)



催し 絵本のなかのお菓子を つくろう!

- 対 3歳～小学生(未就学児は保護者同伴)
- 日 11月8日(土) 14:00～15:30、11月30日(日) 10:00～11:30
- 場 Mウイング
- 定 各日抽選20人
- 内 絵本の読み聞かせ、カップケーキ作り
- 申 10月7日(火)～9日(木)までにQRから
- 問 生涯学習課・中央公民館(☎32-1132 ㊟37-1153)



催し 第37回四賀コンサート

- 内 松本交響楽団・虚空蔵太鼓の演奏およびオーケストラをバックに地域住民の合唱を行います。
- 日 10月25日(土) 14:00 (13:30開場)
- 場 四賀小学校体育館
- ¥ 高校生以上/500円、中学生以下無料
- 問 四賀公民館(☎64-3112 ㊟64-2933)

催し エコスクール「ウッドガス ストーブをつくろう!」

- 対 市内在住の成人
- 日 11月1日(土) 13:00～16:30
- 場 中山公民館
- ¥ 1組3,000円 定 10組
- 内 自然エネルギーについて学ぶ
- 講 エコネットまつもと
- 他 家族・お子さん連れでの参加可
- 申 10月19日(日)までにQRから
- 問 環境・地域エネルギー課(☎34-3268 ㊟34-3202)



催し 緑化講習会

- 緑化推進委員による講習会です。また、樹木や花に関する疑問に専門家がお答えします。
- 対 市内在住・在勤の方
- 日 11月11日(火) 10:00～12:00
- 場 あがたの森文化会館 定 先着20人
- 内 宿根草の庭の手入れとバラ管理とツツジの手入れ
- 申・問 10月17日(金)～31日(金)に、電話で公園緑地課(☎34-3254 ㊟34-3299)へ

催し 多重債務者無料弁護士 相談会 (予約制)

- 弁護士が無料で相談に応じ、解決方法を助言します。
- 対 市内在住の方
- 日 11月4日(火) 13:30～15:30
- 場 松本市消費生活センター 定 先着4人
- 申・問 10月29日(水)17:00までに電話、または直接、松本市消費生活センター市民相談課内(☎36-8832 ㊟36-6839)へ

催し 「成年後見人等のつどい」

- 対 松本市、安曇野市、麻績村、生坂村、山形村、朝日村、筑北村に在住で、(1)親族等の成年後見人、保佐人、補助人になっている方 (2)成年後見制度の利用を検討している方 (3)成年後見制度に関心のある方
- 日 12月6日(土) ①講演/13:30～15:00 ②個別相談/15:00～16:00 (1組20分程度)
- 場 なんなんひろば
- ¥ 無料
- 定 ①80人 ②先着6組
- 内 ①「終活・おひとり様支援と任意後見制度」
- 講 ①小松和茂氏/司法書士 ②小松和茂氏/司法書士、舘島豪氏/司法書士
- 申 10月15日(水)～11月21日(金)までに、電話で社会福祉協議会成年後見支援センターかけはし(☎88-6699)へ(8:30～17:15土・日・祝日を除く) ※②希望者は必ずその旨お伝えください
- 問 社会福祉協議会成年後見支援センターかけはし、高齢福祉課(☎34-3237 ㊟34-3026)

催し 人権映画の日『天使の詩』

- 日 11月5日(水) 13:30～15:15
- 場 Mウイング
- 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



広告欄

広告



うちの子「結婚」しないのかしら?

独身のお子様の結婚相談承ります

「孫の顔を見られないかも」「結婚する気がなさそう」
お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします

まずはお気軽に
ご相談下さい

☎0263-88-7009 結婚相談所ムスベル

長野県松本市深志1丁目1-24 八紘堂ビル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 子ども読書活動 スキルアップ講座(全4回)

子どもを本の世界へ誘
う、子ども読書活動につ
いて考えます。



日 10月27日(月)、11月17日(月)、12月20
日(土)、令和8年1月17日(土) い
ずれも10:00~12:00

場 なんなんひろば

定 各回先着40人

申・問 QR、または電話で中央図書
館 (☎32-0099 ☎37-1148) へ

催し 緑陰講座(第9回)「冬の樹木 管理、わらぼっちと松飾り」

樹木や花に関する疑問に専門家が
お答えします。

対 市内在住・在勤の方

日 11月1日(土) 13:00~15:00

場 あがたの森公園内「緑の相談所」

定 先着20人

他 参加者に鉢花プレゼント

申・問 10月8日(水)~24日(金)に、電話
で公園緑地課 (☎34-3254 ☎34-
3299) へ

催し 教育文化センターの催し 「中秋の名月を眺めよう!」

松本城公園に出張して星空散歩を
行います。通りがかりにお立ち寄り
ください。

日 10月6日(月) 20:00~20:50

場 松本城公園 他 途中参加可

問 教育文化センター

(☎32-7600 ☎32-7604)

催し 健康安全運転講座

対 市内在住の65歳以上の方

日 10月30日(木) 13:30~16:00

場 長野ダイハツ販売株式会社 松
本筑摩店

定 先着20人

内 血圧測定・体力測定・運動指導、
安全運転指導、安全運転講話

申・問 10月9日(木)~23日(木)に、電話
で高齢福祉課 (☎34-3237 ☎34-
3026) へ

催し 第26回はた映画上映会 「みんな笑え」

最低な二代目落語家と、底辺から
高みを目指す漫才師の不器用な師弟
関係がみせる、情けなくも心燃ゆる
人間賛歌

日 10月25日(土) 14:00

場 波田文化センター

¥ 一般1,000円 ※全席自由・税込

申・問 電話、または直接波田文化セ
ンター(月曜・祝日の翌日休館
☎92-7501 ☎92-7505) へ

催し 令和7年度 出産・子育て 公開講座

対 出産子育て世代の方、
出産子育てを支える
ご家族



日 10月19日(日) 13:00~15:00

場 あがたの森文化会館

定 先着200人、オンライン視聴あり

講 清水貴栄氏/アートディレクタ
ー・映像作家、飯田佳奈子氏/株
テレビ東京制作局「シナぷしゅ」
統括プロデューサー

記 無料/業務委託先のイクジィ編
集室に電話で事前申込 (☎29-
2955)

申 10月17日(金)12:00までにQRから
問 福祉政策課
(☎34-3262 ☎34-3204)

催し 松本市×出会いイベント 「まつもと結び旅」

対 28~40歳の独身男女

日 10月26日(日) 9:20~17:15

場 四賀化石館など(なんなんひろば
集合)

¥ 男性4,000円、女性2,000円

定 男女各12人

内 四賀化石館でのワークショップ、
軽スポーツ体験など

申 9月28日(日)までにまつもと結い
旅ホームページから電子申請

問 若者参画課
(☎26-1083 ☎25-5337)

催し 松本キッズ・リユース ひろば配付会

使わなくなった育児・
子ども用品を、必要とし
ている方に配付します。



対 市内在住の方

日 10月21日(火) 11:00~14:00

場 ラーラ松本

申 10月6日(月)までにQRから

問 Mom's Links長野(☎070-3791-
5264)、環境・地域エネルギー課
(☎34-3268 ☎34-3202)

催し 行政書士無料相談会

日 10月18日(土) 10:00~15:00

場 勤労者福祉センター 3-3会議室

内 遺言書・相続関係書類の作成・ビ
ジネスをサポートする各種申請
書・外国人の在留資格など

申 電話で長野県行政書士会中信支
部(☎87-3798)へ

問 長野県行政書士会中信支部(☎
87-3798)、市民相談課(☎32-0001
☎36-6839)

催し 正月の花 寄せ植え講座

花いっぱい運動の推進や花に興味
を持ってもらうことを目的に、正月
の花の寄せ植え講習会を開催します。

日 11月15日(土) 9:00~12:00

場 芳川地区地域づくりセンター

¥ 1,500円 定 先着30人

申 10月14日(火)~31日(金)に、電話で
街を花いっぱいにする会事務局
(☎32-3042 ☎32-6511) へ

問 公園緑地課
(☎34-3254 ☎34-3299)

催し 第14回プラチナセンター 文化祭・高齢者作品展

日 10月16日(木) 10:00~16:30、
10月17日(金) 10:00~14:30

場 総合社会福祉センター

内 ステージ発表、作品展示

問 プラチナセンター
(☎24-3500 ☎24-3505)



お知らせ

募集

催し

健康・福祉

スポーツ

美術館

芸術館

博物館

催し ジェンダー平等センター 主催講座

申 QRから、または電話で(株)日本旅行松本支店 (☎34-5555) へ
問 (株)日本旅行松本支店、人権共生課 (☎39-1105 ㊟37-1153)

【お金の知恵で自分らしく
未来をえらぶ力を育てよう!】

対 小学4年生～6年生 (保護者の参加歓迎)

日 10月25日(土)

10:00～11:00

場 Mウイング

定 先着10人

内 お金に関する講義とゲーム

講 唐澤千恵美氏/NPO法人日本金銭教育研究会

【農村生活マイスター直伝!
時短・簡単料理教室】

日 10月18日(土) 10:00～12:00

場 なんなんひろば

料 材料費500円

定 先着24人

講 農村生活マイスター協会会員

【女性が幸せになれる 薬膳講座 (全2回)】

対 40歳以上の女性

日 10月26日(日)、11月29日(土) 10:00～13:30

場 庄内地区公民館

料 材料費 1回あたり1,500円

定 先着15人

内 薬膳のお話、調理実習

講 中垣英美氏/薬膳ライフカウンセラー

【女性の働き方改革応援講座】

結婚、出産、育児、介護などの理由で仕事を辞めてしまったけれど「もう一度働きたい」と考えている。

そんなあなたの再就職・転職を応援する講座です。

対 就労を希望する女性

日 10月8日(水) ①10:00～12:00

②13:30～15:30、10月29日(水)

③10:00～12:00 ④13:30～15:30

場 勤労者福祉センター **定** 15人

内 就職・仕事復帰に向けての心構え、自分に合う仕事、求人票の見方などの講義

講 増田綾子氏/就職支援アドバイザー、奥原真紀子氏/社会保険労務士・ハローワーク職員

注 1歳以上未就園児 ※開催日の2週間前までに要申込

【目からウロコの人材定着セミナー】

対 市内に事業所がある会社の経営者、人事担当者、会社役員など

日 ①10月15日(水) 15:00～16:30

②11月5日(水) 15:00～16:30

③12月3日(水) 15:00～16:30

④令和8年1月21日(水) 15:00～16:30

場 ジェンダー平等センター

定 先着50人

内 ①世代間ギャップ克服法～アニメでたどる世代間ギャップ～

②男性の育休取得を一步進める策～この地域の先進事例のご紹介～

③女性管理職登用で業績向上

④多様な働き方に対応する人手不足解消法

講 赤沼留美子氏/㈱スマイル・ラボ代表取締役

催し ひとり親家庭福祉会 秋の運動会(ポッチャ等)

親子でチームを作り、ポッチャなどで競います。楽しい景品も用意しています。

対 市内在住のひとり親家庭の親子

日 10月19日(日) 13:00～15:00

場 なんなんひろば

持 運動のできる服装

申 10月14日(火)までに電話、ファクス、または電子メールでひとり親家庭福祉会事務局へ

問 ひとり親家庭福祉会事務局 (☎27-3381 ㊟27-2239 ㊞ oyako@syakyo-matsumoto.or.jp)、こども福祉課 (☎33-4767 ㊟36-9119)

健康福祉 プラチナセンター生きがい講座 第2弾受講者募集

対 市内在住の60歳以上の方

場 総合社会福祉センター、なんなんひろば (薬膳料理講座)

申・問 往復はがき(希望講座ごと1通)に、講座名、住所、氏名(フリガナ)、性別、年齢、電話番号を、また返信宛名欄にご自身の住所、氏名、郵便番号を記入の上、10月17日(金)必着でプラチナセンター(〒390-0833 双葉4-16 ☎24-3500 ㊟24-3505)へ

【薬膳料理講座】

日 11月14日(金)、12月12日(金) 10:00～13:30

料 材料費1,500円 **定** 15人

【スマホ講座(中級編)】

日 12月3日(水)・17日(水) 10:00～12:00

定 10人

【歌で健康力UP講座】

日 11月26日(水)、12月24日(水)、令和8年1月28日(水)、2月25日(水) 13:30～15:30

定 20人

【健康体操講座】

日 12月4日(水)・25日(水)、令和8年1月8日(水)・22日(水) 10:00～12:00

定 30人



スポーツ VC長野トライデンツ 開幕戦無料ご招待！

対 市内在住・在勤の方

日 10月25日(土) 14:05
10月26日(日) 13:05

場 エア・ウォーターアリーナ松本

定 各日先着1,000人

●対戦チーム=日本製鉄堺ブレイザーズ
●対象座席=2階Bブロック(自由席)

申 QRから「VC長野トライデンツ LINE公式アカウント」の友だち追加後、チケット取得

問 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☆スポくらぶ

対 小学生以上(市内在住・在学・在勤の方優先)

日 10月25日(土) 14:00~16:00

場 梓川体育館 **定** 20人(要事前申込)

内 ボッチャ、フライングディスク、競技用車いすの操作など各種パラスポーツの体験

講 パラスポーツ指導員 ほか

申・問 10月22日(水)までにQR、または電話、ファクス、電子メールでスポーツ事業推進課 (☎45-9511 ☎45-1024 ✉sports@city.matsumoto.lg.jp)へ



スポーツ 第23回松本クロスカントリー 大会参加者募集

日 12月7日(日) 9:00~13:00

場 信州スカイパークファミリースポーツゾーン

料 一般/4,000円、中高生/2,500円、小学生/1,500円

申 10月19日(日)までにQRから

問 スポーツ事業推進課 (☎45-9511 ☎45-1024)



美術館 館長アートレクチャー よみなおし日本美術史

日 ①10月18日(土) ②10月26日(日)
いずれも13:30~15:00

場 美術館 講座室

定 各回先着35人程度

内 ①「花鳥画」とは何か—東アジアの伝統的画題について ②円山応挙—アンチ奇想の系譜

講 小川稔館長

他 第3回以降は、美術館ホームページ参照

問 美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)

美術館 夜の探検！びじゅつかん

懐中電灯を片手に親子で作品を鑑賞しながら、閉館後の美術館を探検します。

対 3~5歳とその保護者

日 10月16日(木)・17日(金)
いずれも18:00~18:45

場 美術館 こども創作館集合

定 各回先着5組

申・問 10月7日(火)9:00~15日(水)に電話で美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)へ

美術館 友の会ワークショップ

【絵はがき講座】

日 10月19日(日) 9:30~12:00

場 美術館 こども創作館 **定** 15人

料 友の会会員/400円、一般/600円

申・問 電話で美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)へ

【人物(着衣)デッサン会】

対 高校生以上

日 10月25日(土) 9:30~16:30

場 美術館 講座室 **定** 25人

料 友の会会員/全日1,500円、半日700円 一般/全日2,000円、半日1,000円

他 木炭デッサン、水彩、油彩、アクリルいずれも可

申・問 電話で美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)へ

美術館 特別展「戦後80年 石井柏亭 えがくよるこび」

日 10月11日(土)~12月7日(日) 9:00~17:00
月曜休館(休日の場合は翌平日)

場 美術館 企画展示室

料 一般/1,500円、70歳以上の市民・大学生/1,000円、高校生以下無料 ※前売券は200円引き(取り扱いは10月10日(金)まで)。当日券電子チケットは100円引き

問 美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)

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 10月18日(土) 13:00~16:00

料 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・問 10月11日(土)までに電話で美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)へ

広告欄

当てはまる方は **注意!** お家がシロアリに食べられているかもしれません...
無料床下診断実施中!

例えば...
床がミシミシする 押入れがカビ臭い トイレがジメジメする

シロアリ対策 なら全国シェアNo.1*のアサントへ

フリーダイヤル ここち よいくらし
0120-557-419

受付時間 午前 午後
土日祝日も受付 **8:30~7:30**

年間 **4万軒以上の調査実績!** ※施工は有料

東証プライム上場 1970年創業の信頼 迅速対応 即日対応ご相談ください

WEBからのお問い合わせはこちら
アサント 検索

Power by ASANTE

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。



美術館 「石井柏亭展」 関連プログラム

☎ 美術館 (☎39-7400 ☎39-3400)

【学芸員によるギャラリートーク】

📅 10月25日(土)、11月8日(土)・24日(月・休)
いずれも14:00

📍 美術館 企画展示室前集合

💰 当日有効の本展覧会観覧券

📌 他 11月24日(月・休)は手話通訳付き

📝 10月8日(水)9:00から各開催日の2日前までにQRから

【ワークショップ】

📌 ①「透明水彩で自由に遊ぼう」

②「透明水彩で描く旅と山の風景」

👤 ①小学生以下(小学3年生以下は保護者同伴) ②中学生以上

📅 11月3日(祝)
①10:00~12:00
②13:30~16:30

📍 美術館 市民アトリエ

💰 ①300円 ②1,600円

👤 各回先着15人

📌 成瀬洋平氏/イラストレーター

📝 10月10日(金)~11月1日(土)にQRから

【柏亭探訪ツアー in 浅間温泉】

柏亭が実際に滞在した旧温泉旅館など、ゆかりの場所を散策します。

📅 11月16日(日) 14:00~15:30

📍 本郷公民館入口集合

💰 本展覧会観覧券 📌 15人

📝 10月18日(土)9:00~11月14日(金)にQRから

美術館 まつもと市民美術館の催し

【チャオ!バンビーニ2025秋】

日本の第一線で活躍するコスチュームアーティストひびのこづえの衣装による、親子で楽しめる2つのダンスパフォーマンス

📅 11月23日(祝)・24日(月・休)

●音楽=小野龍一

●衣装=ひびのこづえ

〈『ROOT:根』〉

“森に住む巨大なカエル”の衣装をまとって踊り、1枚ずつ服を脱ぎ、脱皮を繰り返しながら、違う生き物に変異していくダンスパフォーマンス。

📍 まつもと市民美術館 小ホール

💰 一般/2,000円、25歳以下/1,000円、おやこ券/2,500円 ※整理番号付自由席。未就学児可。3歳以下膝上無料(席が必要な場合は購入)

●出演=アオイヤマダ

📝・☎ 10月19日(日)10:00から電話、または直接、美術館チケットセンター(☎33-2200 10:00~18:00)へ。発売初日は窓口販売なし
〈『アリとキリギリスと』〉

ポールダンスとストリートダンスのコラボレーションでユニークに踊ります。

📍 まつもと市民美術館 シアターパーク

💰 無料

●出演=KUMI、平位蛙、RIHITO

【山本卓卓 中高生演劇創作ワークショップ 「新しい演劇のつくり方 in まつもと2025」】

👤 中高生

📅 11月16日(日)~令和8年3月22日(日) 計8回

最終日以外各回13:30~17:00

📍 まつもと市民美術館 スタジオ2

💰 4,000円 📌 10人程度

📌 山本卓卓/劇作家・演出家・「範宙遊泳」代表

📝 美術館ホームページを確認の上、10月9日(休)までに電子メールで新しい演劇のつくり方係(☎mpac.entry@gmail.com)へ

☎ 美術館 (☎33-3800 ☎33-3830)

【山田うんダンスワークショップ 「とりあえずやってみよう」】

楽しくダンスにふれる大人気ワークショップの第6弾! 舞台表現を学ぶ【しっかりダンス】、親子で参加できる【おやこ】、姿勢コンディショニング【ゆるシャキ体操】の3コース

👤 4歳から ※コースによって異なる

📅 12月12日(金)~14日(日)

📍 まつもと市民美術館 スタジオ2

💰 高校生以下無料、大人/1,000円、保護者/500円(おやこコースのみ)

📌 山田うん、川合ロン

📝・☎ 10月9日(休)から電話、または直接、美術館チケットセンター(☎33-2200 10:00~18:00)へ

広告欄

広告

12月 ビジネススキル講習付き職業訓練

受講生募集 「就活」準備+「就職」につながる訓練

座学も
実技も

初心者
大歓迎

受講料
無料!

就職率
91.4%
(令和6年度実績)

●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: 12月2日(火)~6月29日(月)

申込×切: 11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



体験会開催日は、11月4日(火)
見学会開催日は、いずれも火曜日
10月21日・28日、11月11日

説明会・体験会のご予約は、電話またはWebで
ポリテクセンター松本 (松本市寿北7-17-1)

☎0263-58-3392 (訓練課)まで

どちらも
13:30から

WEB申込はこちら



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。



市立博物館 ☎32-0133 ☎32-8974

特別展開連イベント

【令和7年度秋の特別展

「日本刀は美しい Japanese Swords Are Beautiful」

日本が世界に誇る究極の機能美を御堪能ください。

日 10月2日(木)～11月16日(日)

9:00～17:00 (入室は16:30まで)

場 2階特別展示室

¥ 特別展単独券 (一般1,100円、大学生700円、高校生以下無料)、
常設展とのセット券 (一般1,300円、大学生800円)

【講演会「日本刀を作る～古作の再現～」

内 作刀の流れの説明や、宮入刀匠がこれまで手掛けた再現刀について映像や写真を使って解説

日 10月25日(土) 13:30～15:00 場 講堂

講 宮入法廣氏/刀匠 (長野県無形文化財 日本刀制作技術認定者) 定 70人

申 10月8日(水)9:00～22日(水)までにQRから

※応募多数の場合抽選



【日本刀の研ぎの実演】

日 11月1日(土) 13:30～15:00 場 講堂

講 熊井徹氏/研師 (日本美術刀剣保存協会無鑑査)

【日本刀の手入れ実演】

日 10月12日(日)・26日(日)、11月9日(日) 13:30～15:30

場 講堂 講 日本美術刀剣保存協会長野県南支部

【夢想神伝流居合道演武】

日 10月13日(祝) ①10:00～11:00、②13:30～14:30

場 講堂 講 信州大学居合道サークル

博物館誕生記念企画展開連イベント

【博物館誕生記念ミュージアムガイドウォーク

「松本市立博物館119年の歩みをたどる」

内 企画展を観覧した後、町に出て市立博物館誕生の地を訪れ、「時計博物館」・「はかり資料館」も観覧します。

日 10月19日(日)、11月1日(土) 各回9:30～12:00

定 10人 ※応募多数の場合抽選

¥ 常設展観覧料・時計博物館観覧料

申 10月12日(日)までにQRから



【博物館誕生記念 松本学術発表勉強会】

日 10月12日(日)・19日(日)・26日(日)

各回14:00～16:00

場 3階ロビー (企画展フロア)

他 研究テーマや発表スケジュール詳細はQRから



【博物館誕生記念 企画展スポットライトツアー】

内 企画展・常設展ガイドツアー

日 10月12日(日)、11月2日(日) 各回10:00～

場 1階導入展示ロビー付近に集合

¥ 常設展観覧料 申 QRから



【ナイトミュージアム「夜の博物館と常設展ガイドツアー」】

内 仕事などで昼間の時間にお越しになれない方や、博物館をゆっくり楽しみたい方のために開催します。

日 10月11日(土)・15日(水)

17:00～20:00 (最終入場19:30)

※常設展ガイドツアーは18:00～

場 1階導入展示ロビー付近に集合 ¥ 常設展観覧料

【ミュージアムガイドウォーク

「博物館からはじめる松本探訪—松本城を解き明かす」

内 博物館の資料と町歩きを通して、「松本城」を解き明かします。

日 11月9日(日) 9:30～12:00

場 1階導入展示ロビー付近に集合

定 10人 ※応募多数の場合抽選

¥ 常設展観覧料

他 10月26日(日)までにQRから



【第6回講演会「普選運動と大正デモクラシー」】

内 当時の人々の普通選挙に対する思いを学びます。

日 10月18日(土) 10:00～12:00 場 講堂

定 80人 ※応募多数の場合抽選

講 桜井政男氏/今井公民館文化委員

申 10月16日(木)までにQRから



旧開智学校校舎 ☎32-5725 ☎32-5729

【塔屋・小屋裏特別見学会】

日 10月18日(土)、11月1日(土)・15日(土)

各日10:00～10:45、11:00～11:45、13:00～13:45、
14:00～14:45

定 各回先着8人 ¥ 入館料

他 手すりのない急な階段を上り下りするため、1人で上れない方や足腰に不安のある方はご遠慮ください。

申・問 10月6日(月)から電話で当館へ

旧制高等学校記念館 ☎35-6226 ☎33-9986

【第227回サロンあがたの森

「いつも優しくあった辻邦生先生の思い出」

日 10月18日(土) 13:30～15:30 場 あがたの森文化会館

講 笠松巖氏/元中央公論社書籍編集局長

申・問 10月17日(金)までに電話で当館へ

【琵琶で聴く「西行花伝」(生誕100年記念 辻邦生展開連企画)】

日 11月15日(土) 13:30～ 場 あがたの森文化会館

講 須田誠舟氏/日本琵琶楽協会会長、石田克佳氏

申・問 11月14日(金)17:00までに電話で当館へ

歴史の里 ☎47-4515 ☎48-0813

【草木染め体験講座】

内 シルクストールを染めます。

対 高校生以上 日 10月25日(土) 9:30～12:00

定 先着7人 ¥ 4,000円 (材料費込)

申 10月6日(月)9:00よりQRから



【歴史の里建築講座 旧会田中学校校舎お別れ見学会】

日 10月18日(土) 13:30～15:30

場 旧会田中学校校舎 (現地集合)

【歴史の里建築講座 現地見学会】

内 学校教育の歴史を学んだ後、国宝旧開智学校校舎を見学

日 11月9日(日) 10:00～12:00

場 旧開智学校校舎 定 先着30人

申 10月6日(月)9:00よりQRから



四賀化石館 ☎64-3900 ☎64-4239

【秋・冬の3講座】

①レプリカ作り教室 ②大人の化石採集体験

③シガマッコウクジラ模型づくり教室

内 ①石膏でアンモナイトや三葉虫のレプリカを作り、色を塗ってオリジナルレプリカを作ります。②化石採集体験と、化石館の展示解説を行います。③切ったダンボールを重ねて、シガマッコウクジラの復元模型を作ります。

対 ①5歳以上 (小学生以下は保護者同伴参加) ②高校生以上
③小学校3年生以上 (小学生は保護者同伴参加)

日 ①11月9日(日)、12月14日(日)

(1)9:30～11:30 (2)13:30～15:30

②11月16日(日) (1)9:00～12:00 (2)13:00～16:00

③11月30日(日) (1)9:30～11:00 (2)13:30～15:00

定 各回20人 ¥ 500円

申 10月8日(水)9:00より電話で当館へ

2025年11月の相談日

10月の相談日は『広報まつもと』9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)★	12日(水) 13:00~17:00	市民相談課	10月23日(木)から ☎32-0001、33-0001 (先着12人)
		19日(水) 13:00~15:00		10月23日(木)から ☎32-0001、33-0001 (先着6人)
		26日(水) 13:00~17:00		10月23日(木)から ☎32-0001、33-0001 (先着12人)
	女性のための弁護士相談	11日(水)・25日(水) 13:30~15:30	ジェンダー平等センター	11月4日(水) 9:00から ☎39-1105 (各日先着4人)
	司法書士法律相談(30分)★ (会場のオンライン端末からご相談できます)	18日(水) 10:00~15:00	市民相談課	10月22日(木)から ☎32-0001、33-0001 (先着12人)
		(オンライン)17日(水) 13:00~15:00	なんなんひろば	10月22日(木)から ☎32-0001、33-0001 (先着4人)
税金	税理士税務相談(30分)★	12日(水) 10:00~12:00	市民相談課	10月16日(木)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)	11日(水) 13:00~15:00		11月7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)	27日(水) 13:00~16:00		11月25日(水)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)	21日(金) 13:00~15:00		11月18日(水)までに ☎32-0001、33-0001
住宅設計	住宅の設計に関する相談(30分)	19日(水) 13:00~15:00		11月14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)	14日(金) 13:00~15:00		11月12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 9:00~14:00、金 9:00~12:00
空き家	空き家の売却・賃貸に関する相談(50分)	25日(水) 13:00~16:00		11月18日(水)までに住宅課 ☎34-3246 (先着3人)
不動産評価	不動産評価等相談(30分)	21日(金) 10:00~12:00		11月19日(水)までに長野県不動産鑑定士協会 ☎026-225-5228
遺言・公正証書	公証相談	13日(水) 13:00~15:00		11月6日(木)までに ☎32-0001、33-0001 (先着4人) [訂正] 広報まつもと9月号に掲載の10月の公証相談の申し込み方法は、×予約不要 → ○(要予約 予約先: 10月8日(水)までに ☎32-0001、33-0001 (先着4人))です
市・県・国に関する相談	行政相談	28日(金) 10:00~12:00		11月27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

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	あいてるじかん	にほんごで そうだん 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 9:30-17:00	Mウイング3階 多文化共生プラザ ☎39-1106
	英語	Consultation in English 9:30-17:00 9:30-17:00 — 9:30-17:00 9:30-17:00 第1・2・4週 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	ให้คำปรึกษาภาษาไทย — 10:00-12:00 — — 第1週 13:00-15:00	
	行政書士相談	毎月第2木曜日 13:00-16:00	

広告欄

広告

乳がん検診を、もっと受けやすく

着衣のまま受けられるMRI乳がん検診

服を着たまま
検査できる

乳房を圧迫せず
受けられる

MRIだから
被ばくはありません

電話・WEBで予約受付中

0263-48-6600 9:00-17:00
(土曜午後・日祝除く)

医療法人青樹会
一之瀬脳神経外科病院
長野県松本市島立2093 松本I.Cすぐ

10/18・19は
土日受診
いただけます

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。

●11月の相談 ※祝日を除く。日時の記載がない場合は、月～金の8：30～17：15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：17：00～20：00 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：9：00～11：30 第2・4金：13：00～15：30 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：長岡春奈氏) 19日(水)15：00～18：00(1人50分) Mウイング ※11月12日(木)までに要予約 電話・QRから
	自殺予防専用相談	電話・面談 いのちのきずな松本(市役所東庁舎)☎34-3600 ※面談は要予約 月～金：9：00～17：15
	精神保健相談	面談 保健予防課(松本市保健所)☎40-0701 ※要予約
	子ども	ひとり親相談・児童相談
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：13：00～18：00(金20：00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：10：00～17：00 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水(予約優先)・第4金(自由)：10：00～16：00
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：8：30～17：00 はぐルッポ(浅間温泉1-5-1)☎31-3373 水・金：13：00～17：00
健康	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：9：00～12：00・13：00～17：00(面談は9：00～12：00※要予約)
	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
	エイズ・性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	職業・労働相談
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☎39-0021 15日(出)10：00～12：00 ※要予約
若者お悩み相談室		面談 月・水・木・金(土日は要相談)：9：00～17：00 青少年ホーム☎26-1083 ※要予約
若者職業なんでも相談		面談 商工課☎35-6294 1日(出)10：00～14：00、28日(金)13：00～17：00 ※要予約
勤労者心の健康相談		面談 商工課☎35-6294 6日(木)9：30～11：30、10日(月)・24日(月・休)13：00～16：00、 13日(木)・20日(木)13：00～17：00 ※要予約
後成年	成年後見制度に関する相談	電話・面談・オンライン 障がい福祉課☎34-3212、高齢福祉課☎34-3061、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：13：00～16：00 ※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]
	認知症の専門医による相談	面談 高齢福祉課☎34-3237 20日(木)13：30～16：30 ※11月7日(金)までに要予約(先着順)
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 9日(日)10：00～15：00 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) 14日(金) Mウイングネットワーク室 13：00～16：00
	部落差別に関する相談	面談 人権共生課(Mウイング)☎39-1105 4日(火)・18日(火)10：00～15：00
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 9：00～17：00 ※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：8：30～17：00
その他	市民活動の相談	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☎25-1000 月・水・木・第2土・第4日：9：00～17：00 ※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



第68回まつもと市民祭



※詳細は、お問い合わせください。

第68回まつもと市民祭表彰式典

●問い合わせ 秘書広報室
(本庁舎 2階 ☎34-3200 ㊟35-2030)

日程	内容	会場
11月3日(祝) 11:00~	有功・功労・善行表彰、 顕彰、農林業功労表彰	Mウイング

第68回まつもと市民祭松本まつり

●問い合わせ 松本まつり実行委員会事務局
(松本商工会議所内 ☎32-5345 ㊟33-1020)、
商工課 (☎34-3110 ㊟34-3008)

日程	内容
11月3日(祝)	街頭行事(オープニング式典他催物多数)

国宝松本城 Week

●問い合わせ 松本城管理課 (☎32-2902 ㊟32-2904)

日程	内容
10月13日(祝)	国宝松本城合同茶会
10月19日(日)	国宝松本城古式砲術演武
10月28日(火)~ 11月12日(水)	国宝松本城菊花展
11月3日(祝)	裏千家淡交会協賛による秋の茶会 二十六夜神例大祭(主催:松本古城会)
11月3日(祝)~ 10日(月)	国宝松本城 Week 太鼓門特別公開・限定ピンバッジ販売 国宝松本城古城太鼓演奏など

松本市文化芸術表彰式典

●問い合わせ 文化振興課 (☎34-3293 ㊟34-3018)

日程	会場
11月3日(祝) 14:30~	調整中

第66回松本市芸術文化祭

●問い合わせ 生涯学習課・中央公民館
(Mウイング 2階 ☎32-1132 ㊟37-1153)

【上演部門】

日程	内容・団体	会場
10月5日(日)	松本日本舞踊連盟	Mウイング
10月10日(金)~ 12日(日)	まつもと演劇祭実行委員会	上土劇場他
10月12日(日)	中信三曲協会	Mウイング
10月12日(日)	中信合唱連盟	ザ・ハーモニーホール
10月18日(土)	松本市地域社交ダンス友の会	波田公民館
10月25日(土)	中信地区民踊舞踊連盟	ザ・ハーモニーホール
11月1日(土)	松本マジッククラブ	Mウイング
11月16日(日)	吟詠剣詩舞道大会	ザ・ハーモニーホール
11月23日(祝)	中信大正琴連合会	ザ・ハーモニーホール
11月24日(月・休)	松本民謡連盟	ザ・ハーモニーホール
12月6日(土)	白鳥バレエ学園 松本教室	キッセイ文化ホール
12月7日(日)	スタジオポップ	Mウイング
12月13日(土)	ニューミュージック	ザ・ハーモニーホール
2月28日(土)、 3月1日(日)	オフィス蘭長野県「語り・ おはなし・朗読の会」連盟	芸術館
3月29日(日)	松本市日本舞踊こども会	Mウイング

【展示部門】

日程	内容・団体	会場
10月11日(土)~ 13日(祝)	松本地区書道展	美術館
10月17日(金)~ 19日(日)	松本学生美術展	美術館
10月24日(金)~ 26日(日)12:00まで	水石展	あがたの森文化会館
10月30日(木)~ 11月3日(祝)	美術工芸展	美術館
11月19日(水)~ 23日(祝)	市民合同作品展	美術館

松本市の人口 ● 232,745人(前月比-178人) <男114,095人(前月比-67人) 女118,650人(前月比-111人)>
世帯数110,467世帯(前月比-74世帯) ● 令和7年9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
トイレはお借りません
土日でもOKです
お茶はご遠慮します

植木の
プロフェッショナル
が
お話しします!

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
前日限定
先着
40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 営業時間 9:00~17:00
松本 安曇野店 ☎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。