

日	月	火	水	木
			1 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	2
5	6	7 <b>育児相談(要予約)</b> 市役所2階・午前 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	8 <b>2歳児健診</b> (令和3年10月16日～11月10日生) 市役所2階・午後 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	9 <b>10か月児離乳食相談</b> (令和5年6月1日～20日生) 市役所2階・午前 <b>年金相談(要予約)</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時30分～正午 午後1時～3時
12 日曜開庁日	13	14 <b>行政相談</b> 市役所1階・午後1時～3時 <b>法律相談(受付終了)</b> 市役所3階・午後1時～3時 <b>3歳児健診</b> (令和2年11月11日～30日生) 市役所2階・午後 <b>スマイルママ(要予約)</b> 戸倉創造館 午前10時～11時 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	15 <b>市民に寄り添う人権相談</b> 埴生公民館 午後1時～4時 <b>精神保健相談(要予約)</b> 市役所2階保健センター 午後1時30分～4時30分 <b>1歳6か月児健診</b> (令和4年10月6日～31日生) 市役所2階・午後 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	16
19	20 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～4時	21 <b>0歳児のつどい(要予約)</b> ことぶきアリーナ千曲 午前10時～11時 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	22 <b>2歳児健診</b> (令和3年11月11日～30日生) 市役所2階・午後 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	23 <b>育児相談(要予約)</b> 市役所2階・午前 <b>年金相談(要予約)</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時30分～正午 午後1時～3時
26	27	28 <b>法律相談(要予約)</b> 市役所3階・午後1時～3時 <b>リズム(要予約)</b> 東部児童センター 午前10時～11時 <b>0歳児のつどい(要予約)</b> 屋代児童センター 午前10時～11時 <b>よい歯の教室(要予約)</b> 埴生児童センター 午前10時～11時 <b>親子リズムレク(要予約)</b> 稲荷山児童センター 午前10時～11時 <b>わくわくお話し会(要予約)</b> 八幡児童センター 午前10時～11時 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	29 <b>3か月児健診</b> (令和6年1月11日～31日生) 市役所2階・午後 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	30 <b>10か月児離乳食相談</b> (令和5年6月21日～30日生) 市役所2階・午前

**5月納期の市税・使用料など**

**納期 5月31日(金)**

- 固定資産税(1期分)
- 軽自動車税
- 介護保険料(2期分)
- 保育料・保育所給食費(5月分)
- 公共下水道使用料(2期分)
- 市営住宅・駐車場使用料・共益費(5月分)
- 学校給食費

金	土
3	4
10 <b>3か月児健診</b> (令和5年12月21日～令和6年1月10日生) 市役所2階・午後 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	11
17	18
24 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	25
31 <b>7か月児離乳食相談</b> (令和5年10月1日～31日生) 市役所2階・午前 <b>年金相談</b> 市役所1階年金相談コーナー 午前9時～正午 午後1時～5時	

# 5月

令和6年

## 暮らしのカレンダー

○…日曜開庁日  
 ■時間 午前8時30分～午後5時15分  
 ■開設窓口 市民課  
 \*市民課の一部業務を実施します。住所の異動、戸籍の広域交付、税務関係の証明は取り扱いできません。  
 ■問い合わせ先 市民課(内線1216)

不動産のことなら  
 当店へお気軽に  
 ご相談ください

**売却物件募集!!**

- 土地・建物の売却
- 不動産の買取
- 空き家の管理
- 土地活用コンサルティング

**宅建協会**  
 人と住まいをつなぎます。

長野県知事免許(2)第5353号  
 住まいの  
 仲介 **(有)ホームサービス・プラスワン**  
 千曲市戸倉1980-1  
 (西友戸倉店南隣) **☎026-275-5208**

**入居のご案内** 若干名募集!

楽しい介護の老人ホームりんご学園に  
 いらっしゃいませんか? お気軽にご連絡ください。

**りんご学園**  
 住宅型有料老人ホームりんご学園  
**☎026-273-8098**  
 千曲市屋代1165(屋代高校・北側)

# 相談事業一覧

## 法律相談(要予約)・行政相談

○日時・会場 表面カレンダー内に記載  
 ○問い合わせ先 総務課(内線4153)  
 \*法律相談の予約は、5月1日(水)から開始します。  
 今月の予約受付は、5月28日(火)と6月11日(火)分です。  
 \*5月14日(火)の予約受付は終了しました。

## 年金相談

○日時・会場 表面カレンダー内に記載  
 ○問い合わせ先 市民課(内線1222)  
 \*「要予約」と記載されている日を希望の場合は長野南年金事務所(☎026-227-1286)へ予約してください。  
 \*受付は終了時刻の30分前までです。

## 借金問題・消費生活相談(要予約)

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時  
 ○会場・予約・問い合わせ先  
 千曲市消費生活センター(市民生活課内)  
 (☎026-274-0820)

## 外国籍市民のための生活相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後5時  
 ○問い合わせ先 生涯学習課(内線4113)

## 職業相談(ハローワーク)

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時  
 ○会場・問い合わせ先  
 千曲市地域職業相談室(市役所2階)  
 (☎026-261-3609)

## 若者・子育て世代の就労相談(要予約)

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前10時～午後6時  
 ○会場・予約・問い合わせ先  
 産業振興課(内線3301)

## 市民に寄り添う人権相談

○日時・会場 表面カレンダー内に記載  
 ○問い合わせ先 人権・男女共同参画課(内線4121)

## 女性相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ○会場・問い合わせ先 こども未来課(内線1261)

## 健康相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ○会場 市役所2階保健センター  
 ○問い合わせ先 健康推進課(内線2131)

相談内容の詳細は二次元コードから確認してください。



## 障がい者(児)相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後4時  
 ○会場・問い合わせ先  
 千曲・坂城障がい者(児)基幹相談支援センター  
 (☎026-275-0548)

## 精神保健相談(要予約)

○日時・会場 表面カレンダー内に記載(年間8回)  
 ○問い合わせ先 健康推進課(内線2132)

## 教育相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後5時  
 ○会場・問い合わせ先  
 千曲市教育相談センター(千曲市総合教育センター内)  
 教育相談専用電話(☎026-273-5105)

## 家庭児童相談

◆こども家庭センター  
 ○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ○会場・問い合わせ先  
 こども家庭センター(こども未来課内、内線1262)  
 ◆けいあい地域子育て支援相談室  
 ○日時 月～金曜日(祝日除く)午前9時～午後5時30分  
 \*必要に応じて時間外対応可能  
 ○会場・問い合わせ先  
 社会福祉法人八葉会 恵愛内(☎026-214-1165)

## 児童虐待相談

◆こども家庭センター(こども未来課内、内線1262)  
 ○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ◆長野県中央児童相談所(☎026-238-8010)  
 ○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ◆長野県児童虐待・DV24時間ホットライン(☎026-219-2413)  
 ◆児童相談所全国共通ダイヤル(☎189(いちはやく)、通話無料)  
 ○日時 24時間対応(365日)

## ひとり親相談

○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分  
 ○会場・問い合わせ先 こども家庭センター(こども未来課内、内線1261)

## 小児救急電話相談

○日時 毎日 午後7時～翌日午前8時  
 ○問い合わせ先  
 長野県保健・疾病対策課(☎026-235-7141)

## 高齢者に関する相談

◆基幹地域包括支援センター(高齢福祉課内)  
 (内線1182、1183)  
 ◆更埴川東地域包括支援センター  
 (☎026-213-5085)  
 ◆戸倉上山田地域包括支援センター(ふれあい福祉センター内)  
 (☎026-214-7780)  
 ○日時 月～金曜日(祝日除く)  
 午前8時30分～午後5時15分

# 母子保健

## 健康診査

健診名	対象児	内容	日程・受付時間	持ち物
3か月児健康診査	3～4か月児	診察・身体計測・問診・個別相談・健診の問診票などの配布・発育と発達の話・歯の話	表面カレンダー内に記載・午後1時～1時15分	母子健康手帳・乳幼児健康診査票・3か月児健康診査問診票・子どもノート・おむつ・バスタオル
1歳6か月児健康診査	1歳6～7か月児	診察・歯科診察・身体計測・問診・個別相談・歯科相談・幼児期の食事の話・発育と発達の話		母子健康手帳・1歳6か月児健康診査問診票・おむつ・バスタオル・仕上げみがき用歯ブラシ
2歳児健康診査	2歳5～6か月児	歯科診察・身体計測・問診・個別相談・歯みがき練習・フツ化物塗布(希望者)・幼児期の食事の話・発育と発達の話		*内科、歯科医師の診察があるため、午後の時間の健康診査となります。
3歳児健康診査	3歳5～7か月児	診察・歯科診察・身体計測・問診・個別相談・歯科相談・幼児期の食事の話・発育と発達の話		母子健康手帳・3歳児健康診査問診票・目と耳に関するアンケート(家庭で記入してお持ちください)・早朝尿・バスタオル

## 離乳食相談

相談名	対象児	内容	日程・受付時間	持ち物
7か月児離乳食相談	6～7か月児	身体計測・問診・個別相談・発育と発達の話・離乳食の話・歯の話	表面カレンダー内に記載・午前9時30分～9時45分	母子健康手帳・7か月児離乳食歯科相談問診票・おむつ・バスタオル・仕上げみがき用歯ブラシ
10か月児離乳食相談	10～11か月児			母子健康手帳・10か月児歯科相談問診票・おむつ・バスタオル

## 育児相談(要予約)

内容	日程・受付時間	持ち物	問い合わせ先
身体計測・育児に関する相談	表面カレンダー内に記載・午前9時30分～11時	母子健康手帳・おむつ・バスタオル	こども家庭センター(健康推進課内、内線2121)

スマホをかざしてカンタンアクセス!  
**千曲市の情報をスマホでチェック!**

★このページは抜きとってご利用ください。