

児童館の予定

※市内9つの児童館は、安曇野市社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。各事業の詳細は地域の児童館までお問い合わせください。
※キッズパークは就園前の親子の皆さんが対象の登録制サークルです。

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122

チャレンジタイム 節分 3日(水) 16:00～17:00
対象：小学生以上

育児相談 5日(金) 10:30～12:00

読み聞かせ 15日(月) 11:00～

キッズパーク 郷土食 16日(火)17日(水)18日(木) 10:30～11:30
要予約 100円 対象年齢:16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児クラス

卓球教室 20日(土) 14:00～15:00
対象：小学生以上

チャレンジタイム 桜もち&お抹茶 27日(土) 14:00～15:30
要予約 100円 対象：小学生以上 ☆桜もちを作って春を感じましょう。

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

育児相談 12日(金) 10:30～12:00

読み聞かせ 18・25日(木) 11:00～

チャレンジタイム スポーツチャンバラ&豚汁会 27日(土) 10:30～
要予約 50円 対象：小学生以上 持ち物：飲み物、タオル

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150・FAX71-5152

読み聞かせ 1・8日(月) 11:00～11:20

キッズパーク ボランティアさんありがとう会 16日(火)・17日(水) 10:30～12:00
要予約 100円 対象年齢:16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児・0歳児合同 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物

育児相談 26日(金) 10:30～12:00

★穂高中央児童館

TEL84-0762・FAX82-9621

みんなあつまれ！羊毛フェルトで小物作り 12日(金) 10:30～12:00
要予約 100円 定員：20組

キッズパーク リラックス・ヨガ 15日(月)16日(火)17日(水) 10:30～11:30
要予約 対象年齢:15日(月)は0歳児、16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児クラス 持ち物：ヨガマットまたはバスタオル

読み聞かせ 17日(水) 11:00～11:20

育児相談・身体測定 19日(金) 10:30～12:00
☆身体測定は10時～11時30分

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

育児相談・身体測定 5日(金) 10:30～12:00
☆身体測定は10時～12時

みんなあつまれ！手打ちうどん作り 10日(水) 10:30～12:00
要予約 100円 定員：20組 持ち物：お椀、箸、フォーク

読み聞かせ 22日(月) 11:00～11:20

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

わらべうた 1・8・15・22・29日(月) 11:10～

育児相談・身体測定 5日(金) 10:30～12:00
☆身体測定：10時から12時

読み聞かせ 5・12・26日(金) 11:00～11:20

キッズパーク リズム遊び 16日(火)17日(水)18日(木) 10:30～11:30
要予約 対象年齢：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児クラス

お年寄りの知恵袋 やしろうま作り 19日(金) 10:30～12:00
要予約 100円 定員：25人 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物

みんなあつまれ！2月生まれハッピーバースディ 26日(金) 10:30～11:30

★三郷児童館

TEL76-0185・FAX76-0186

読み聞かせ 1日(月)・19日(金) 11:00～11:20

チャレンジタイム 囲碁・将棋に挑戦!! 6日(土) 10:30～11:30
要予約 対象：小学生

子育て勉強会 入園にあたっての心構えについて 8日(月) 10:30～11:30
要予約

育児相談 15日(月) 10:00～12:00

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

キッズパーク 五平餅づくり 2日(火)3日(水)4日(木) 10:30～11:30
要予約 対象年齢:2日(火)は2歳児以上、3日(水)は1歳児、4日(木)は0歳児クラス

育児相談・身体測定 8日(月) 10:00～12:00

みんなあつまれ！バレンタインクッキー作り 13日(土) 10:30～12:00
要予約 100円 定員：20組 持ち物：エプロン、三角巾、飲み物

読み聞かせ あめんぼの会さん 15日(月) 11:00～

チャレンジタイム 肉まん作り 20日(土) 14:00～15:30
要予約 100円 対象:小学生 定員:20人程度 持ち物:エプロン、三角巾、飲み物

★明科児童館

TEL62-2482・FAX62-1124

クライミング教室 15日(月) 16:00～17:30
要予約 対象：小学生以上 定員：20組 持ち物：運動できる支度、飲み物

読み聞かせ 18日(木) 16:00～
対象：小学生

お楽しみまんじゅう 20日(土) 10:00～11:30
要予約 150円 対象:幼児親子・小学生、定員:20組、持ち物:エプロン・三角巾・タオル・皿・飲み物

育児相談 22日(月) 10:30～

読み聞かせ 22日(月) 11:00～

各種相談

場…場所 間…問い合わせ 時…時間

こころの相談

精神科医による精神保健相談 要予約 時14:00～

4日(木)・8日(月)・15日(月)・22日(月)
場 松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

児童・思春期精神保健相談 要予約 時14:00～

18・25日(木)
場 松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

精神科医による依存症相談 要予約 時13:30～

5日(金)場 松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

あずみ野断酒会 時19:00～21:00

3・10・17・24日(水) ※3・17日は家族会
場 豊科交流学習センター「きぼう」2階
場 健康推進課健康支援担当 (TEL81-0711・FAX81-0703)
※体験を語り合いながら断酒を目指します。

心配ごと相談・行政相談 (★は行政相談を同時開催)

1日(月)・★15日(月) 時13:00～16:00
場 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)

2日(火)・★16日(火) 時13:00～16:00
場 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)

3日(水)・★17日(水) 時13:00～16:00
場 豊科ささえあいセンター「にじ」(TEL72-3013・FAX72-5422)

4日(木)・★25日(木) 時13:00～16:00
場 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)

5日(金)・★19日(金) 時13:00～16:00
場 明科総合福祉センター「あいりす」(TEL62-2429・FAX62-5025)

場 心配ごと相談…上記へ
場 行政相談…市民生活部 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)

子ども・ひとり親家庭・女性の相談 要予約

平日 時8:30～17:00
場 子ども支援課家庭児童相談室 (TEL71-2265・FAX72-2065)

教育に関する相談

いじめ相談ホットライン 時8:30～17:15

毎週月～金曜日 ※11日は行いません
場 教育指導室(市役所3階) (TEL71-2461・FAX71-2338)

教育全般 (子育て・学校生活・不登校・発達障害など) 時10:00～16:00

毎週月～金曜日 ※11日は行いません
場 教育相談室(堀金公民館内) (TEL72-2238・FAX71-2338)
※電話相談可。まずはお電話ください。

人権特設相談所 時10:00～15:00

20日(土)場 三郷支所
27日(土)場 堀金公民館 ※女性のための相談日です。
場 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

2月の休日当番医

(変更になる場合があります。)長野県休日・夜間緊急医療内サービス

0570-088199

7日(日)	11日(木・祝)	14日(日)	21日(日)	28日(日)
堀内医院 82-3324【穂高】	塔の原内川医院 81-2121【明科】	穂高ハートクリニック 50-6731【穂高】	小田切医院 83-6025【穂高】	村山医院 82-2101【穂高】
ふじもり医院 72-2011【豊科】	神谷小児科医院 72-5162【豊科】	石田医院 72-2766【豊科】	高橋医院 82-2561【穂高】	信濃内科循環器科医院 82-7722【穂高】
こうの内科循環器科 71-5881【豊科】	白木医院 77-2134【三郷】	中萱医院 77-2130【三郷】	土屋クリニック 71-1811【豊科】	たかはしクリニック 77-7880【三郷】
赤羽歯科医院 77-2114【三郷】	飯田歯科医院 73-7618【豊科】	上條歯科医院 82-2215【穂高】	石田歯科医院 62-2688【明科】	市川歯科医院 72-2116【豊科】

生活労働相談

時18:00～20:00

10日(水)場 市役所4階 会議室403
場 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)
※メール相談も受付中。詳しくは長野県中信労政事務所ホームページにアクセスを。

わかもの就職サポート相談会 時13:30～16:30 要予約

19日(金) 場 市役所3階 相談室313
場 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)
※40歳代前半までの自己分析や就職活動にお悩みの方、ご相談下さい。

母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時9:30～11:00

2・16日(火) 場 明科保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
4・18日(木) 場 穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
9日(火) 場 堀金保健センター (TEL81-0714・FAX81-0703)
10・24日(水) 場 豊科保健センター (TEL81-0713・FAX81-0703)
※保健師・助産師・管理栄養士・栄養士・歯科衛生士が相談に応じます。
※児童館の育児相談については、左ページをご覧ください。

介護相談 時平日8:30～17:00

場 北部地域包括支援センター(穂高健康支援センター内)
(TEL81-0760・FAX81-0703)

場 東部地域包括支援センター(市役所1階)
(TEL72-9986・FAX71-2503)

場 南部地域包括支援センター(三郷支所1階)
(TEL77-4007・FAX77-4087)

消費生活相談 時平日9:00～16:00 ※電話相談も可

場 消費生活センター(市役所2階)
(TEL直通71-2100・携帯090-5203-2011・FAX72-3176)
※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や! (イヤヤ!)」

弁護士会による無料法律相談 要予約

12日(金)(予約日:4日(木))
25日(木)(予約日:18日(木))
場 市役所2階 相談室211
時13:30～16:30 ※1人20分
場 市民生活部 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)
※電話予約…予約日の9:00～12:00
※定員8人を超えた場合は抽選(先着順ではありません)
※係争中のもの、すでに弁護士に相談中の事項はお受けできません。

行政書士による無料相談 要予約

18日(木) 時13:00～15:00(相続・遺言手続・成年後見など)
場 市役所2階 相談室211
場 長野県行政書士会松本支部 (TEL33-7166・FAX32-0151)
※開催日の2日前までにご予約ください。