

「從藍而青」（青は藍よりいでて、藍より青し）という言葉があります。この言葉が表すように、親を超えて立派に、たくましく成長してほしいです。  
（ママ・法子さん）

横内  
らんまる  
**藍丸**  
くん  
1歳  
(三郷温)



このコーナーに登場していただける、3歳までのお子さんを募集しています。【問い合わせ】まちづくり推進課広報係 Tel.71-2000 Eメール info@city.azumino.nagano.jp

## 児童館の予定

子育てに関する相談については、右頁をご覧ください。  
…乳幼児対象の催し物です。

12月29日(金)～1月3日(水)は  
市内すべての児童館がお休みします。

通常の休館日と合わせ  
年末年始は市内すべての児童館が  
休館になりますのでご了承ください。



## ★穂高中央児童館

TEL. 82-2940  
■休館日/日曜・祝日

親子もちつき大会 **要予約** 9日(土) 10:00～12:00  
" " **要予約** " " 13:00～15:00  
読み聞かせ " " 毎週水曜日 11:00～11:20

## ★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL. 71-5150  
■休館日/日曜・祝日

よちよちらんどクリスマス会 ※有料 6日(水) 10:30～  
ママキッズピクス " 7日(木) 10:30～11:15  
子どもサークルB 一輪車・手芸 " 9日(土) 14:00～15:00

## ★豊科中央児童館

TEL. 72-0122  
■休館日/日曜・祝日

けん玉クラブ " 2日(土) 14:30～15:00  
おもちつき・とん汁会 " 9日(土) 10:00～12:00  
絵心教室(講師:近藤佐智子先生) " 12日(火) 15:00～16:00  
クリスマス会 " 16日(土) 13:30～16:00

## いっしょにあそぼう

絵本・紙しばい " 4・11・18日(月) 11:00～11:30  
折り紙あそび " 1日(金) 11:00～11:30  
紙で作るクリスマスリース作り 15日(金) 11:00～11:30

## ★明科児童館

TEL. 62-2482  
■休館日/日曜・祝日

ひまわりっ子クラブ 10:00～12:00

0～1歳児 " 2～3歳児  
運動あそび " 1日(金) " 11月30日(木)  
クリスマスリース作り 8日(金) " 7日(木)  
ケーキ作り " 15日(金) " 14日(木)  
お楽しみ会 " 22日(金) " 21日(木)

## ★穂高西部児童館

TEL. 82-2527  
■休館日/日曜・祝日

乳幼児の救急法 " 5日(火) 10:00～11:00  
クリスマス会 **要予約** 19日(火) 10:30～11:30

## ★穂高北部児童館

TEL. 83-5494  
■休館日/土曜・日曜・祝日

クリスマス会 " 22日(金) 10:30～11:30  
しめなわ作り " 25日(月) 10:30～11:30

## ★高家児童館

TEL. 72-5685  
■休館日/日曜・祝日

お年寄りの知恵袋 おもちつき " 2日(土) 10:00～12:00  
よちよちらんどクリスマス会 ※有料 6日(水) 10:30～11:30  
とんとんらんどリース作り " 7日(木) 10:30～11:30  
お年寄りの知恵袋 しめなわ作り 16日(土) 10:00～12:00  
とんとんらんど壁飾り作り " 19日(火) 10:30～11:30  
子育て雑談会(山下勝工先生) 12・26日(火) 11:00～12:00

24ページ 障害者のための  
福祉マーククイズ : 答え: 国際シンボルマーク

障害をもつ人々が利用できる建築物や施設などを示す世界共通のシンボルマークです。車いすの人だけでなく、全ての障害者を対象としています。



## 各種相談

場…場所 間…問い合わせ 時…時間



健康に関する  
相談・体操

1日(金)・15日(金) 時 9:30～11:30  
13日(水)・20日(水) 時 13:30～15:30  
場 三郷保健センター・三郷公民館  
間 三郷保健センター(Tel.77-9111)  
※保健師と運動実践指導者による健康体操相談

健康に関する相談は、各保健センターでも随時受け付けています。



栄養相談

6日(水) 時 9:30～11:30  
場 穂高保健センター(Tel.81-0711)  
18日(月) 時 9:30～11:30  
場 三郷保健センター(Tel.77-9111)  
20日(水) 時 9:30～11:30  
場 豊科保健センター(Tel.72-9970)  
20日(水) 時 9:30～11:30  
場 堀金保健センター(Tel.73-5770)

※管理栄養士による相談です。



子ども  
母子家庭  
女性の相談

平日 時 8:30～17:00  
場 健康福祉部児童保育児童係(Tel.81-0727)  
※事前にお電話の上、お出かけください。

育児相談・サロン 6日(水)・20日(水)  
時 10:00～12:00  
場 南穂高児童館(Tel.71-5150)  
5日(火) 時 10:00～12:00  
場 高家児童館(Tel.72-5685)

南穂高児童館は、育児相談のみです。(相談者は山下勝工(まさのり)先生)事前に連絡をいただければ、上記以外の日も相談できます。

8日(金) 時 9:30～11:00  
場 明科総合福祉センター(Tel.81-2941)  
12日(火) 時 9:30～11:00  
場 三郷保健センター(Tel.77-9111)  
13日(水) 時 9:30～11:00  
場 豊科保健センター(Tel.72-9970)  
18日(月) 時 9:30～11:00  
場 堀金保健センター(Tel.73-5770)  
21日(木) 時 9:30～11:00  
場 穂高保健センター(Tel.81-0711)

※保健師・助産師・管理栄養士が応じます。  
※母乳相談は **要予約**

子育て相談(小川原容子相談員) 8日(金)  
時 10:30～12:00  
場 豊科中央児童館(Tel.72-0122)  
子育て相談(助産師) 11日(月)  
時 9:30～12:00 **要予約**  
場 穂高西部児童館(Tel.82-2527)

母乳・育児相談



子育てに  
関する  
相談

その他



結婚相談

10日(日) 時 13:00～16:00  
場 穂高地域福祉センター(Tel.82-2940)  
17日(日) 時 13:00～16:00  
場 三郷福祉センター(Tel.77-8080)



年金相談

13日(水)・27日(水) 時 9:30～16:00  
場 豊科公民館 間 松本社会保険事務所(Tel.32-5821)



介護相談

7日(木) 時 13:30～15:30  
場 三郷総合支所健康福祉課(Tel.77-3111)  
21日(木) 時 13:30～15:30  
場 三郷福祉センター(Tel.77-8080)



教育相談

毎週月・水・木・金曜日(29日を除く)  
時 9:00～16:00  
場 市教育相談室(豊科公民館内)(Tel.72-2238:直通)  
5日(火)・12日(火)・19日(火)  
時 9:00～15:00 場 豊科公民館(Tel.72-2158)  
※幼児期の子育て(個別相談) **要予約**  
※非行・中退・不登校等の子ども(個別相談) **要予約**  
2日(土)・9日(土)・16日(土)  
時 9:00～15:00 場 豊科公民館(Tel.72-2158)  
※非行・中退・不登校等の子ども(個別相談) **要予約**  
12日(火) ※グループ学習・親の会  
時 14:00～16:00 場 豊科公民館(Tel.72-2158)  
6日(水)・13日(水)・20日(水)  
時 15:00～17:00  
場 穂高勤労者福祉センター  
間 教育委員会学校教育課(Tel.62-0133)  
毎週火曜日 時 9:00～12:00  
毎週木曜日(28日を除く) 時 14:00～17:00  
場 三郷公民館(Tel.77-2109)  
毎週月・金曜日(29日を除く) 時 10:00～16:00  
場 堀金公民館(Tel.72-5796)  
毎週火曜日 時 9:00～16:00  
場 明科総合支所(Tel.62-3177)



心配ごと相談  
(行政相談)

8日(金)・22日(金) 時 13:00～16:00  
場 明科総合福祉センター(Tel.62-2429)  
11日(月)・25日(月) 時 13:00～16:00  
場 堀金老人福祉センター(Tel.73-5288)  
12日(火)・26日(火) 時 13:00～16:00  
場 穂高地域福祉センター(Tel.82-2940)  
13日(水)・27日(水) 時 13:00～16:00  
場 豊科ささえあいセンター「にじ」(Tel.72-3013)  
14日(木)・28日(木) 時 13:00～16:00  
場 三郷福祉センター(Tel.77-8080)

※★印は行政相談を同時開催

間 心配ごと相談…上記へ  
間 行政相談…総務部総務課(Tel.71-2000)



人権相談所

5日(火) 場 三郷公民館  
6日(水) 場 穂高会館  
7日(木) 場 豊科公民館  
時 10:00～15:00 場 法務局松本支局(Tel.32-2571)