

1月の児童館の予定

乳幼児対象 参加費

※豊科・穂高地域の児童館は、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。

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122

■休館日／日曜・祝日

- チャレンジクラブ～おしるこ会～ 5日(土) 10:30～11:30
要予約◎50円 ※小学生対象
- 育児相談＆おはなし会 11日(金) 10:30～12:00
- 食の伝統文化子ども教室 12日(土) 10:00～12:00
～やしょうま作り～ 要予約◎小学生以上100円、幼児50円
- 絵心教室～うつし絵～ 19日(土) 10:30～11:30
- ぱくぱくらんど～ぎょうざピザ～ 23日(水) 10:00～11:30
要予約◎親子で150円
- 卓球の日 26日(土) 14:00～15:00
- いっしょにあそぼう 11:00～11:30

- 凧作り&凧あげ…18日(金)／カルタ遊び…25日(金)
- 豆まき 要予約◎50円 28日(月) 11:00～11:30

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

■休館日／日曜・祝日

- 凧作り 5日(土) 10:30～
※ぜひお父さんと一緒にご参加下さい。
- ママキッズピクス 10日(木) 10:15～11:00
※講師：佐藤貴子先生・遠藤正美先生 持ち物：託児でおんぶ紐が必要な方は持参
- 育児相談 10日(木) 11:00～12:00
- まゆ玉作り 11日(金) 10:30～12:00
要予約◎100円 ※30組
- ぱくぱくらんど～オニギリ&お汁作り～ 22日(火) 10:30～12:00
講師：食生活改善推進協議会さん 要予約◎100円 ※24組
- 餅つき会 26日(土) 10:00～12:00
～スマイルさんによるパネルシアター～ 要予約◎100円程度(お雑煮1杯)
- 離乳食の基本について 29日(火) 10:30～11:30
要予約 講師：安曇野市の栄養士さん
- おはなしムーン 16日(水) 11:00～11:20
(読み聞かせボランティア)

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

■休館日／日曜・祝日

- 育児相談 15日(火) 11:00～12:00
- おしるこ会 16日(水) 10:30～11:30
要申込◎100円
- 親子で楽しむ「ママキッズ・ピクス」17日(木) 10:15～11:00
※講師：佐藤貴子先生 持ち物：うわばき・水筒
- 工作、豚汁会 要申込◎100円 19日(土) 10:30～12:00
- 節分～恵方まき作り～ 30日(水) 10:30～11:30
要申込◎150円
- 絵本・紙芝居の読み聞かせ 10:30～11:00
- おはなしムーン…15日(火)／コロポックル…22日(火)

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

■休館日／日曜・祝日

- まゆ玉づくり 7日(月) 10:30～12:00
要予約◎100円 講師：農村生活マイスター
- 凧とこまづくり 要予約 12日(土) 10:30～12:00
- 身体測定 ※自由測定 16日(水) 10:00～12:00
- 育児相談 16日(水) 10:30～12:00
- キッズリユース 要申込 28日(月) 10:30～11:15
※出品者は10:00集合
- 読み聞かせ(おはなしどりいむさん) 16日(水) 11:00～11:30
- 節分 要予約 31日(木) 10:30～12:00
- リトミック 要申込 17日(木) 10:00～11:00
※講師：桶下田 裕美子先生 対象：3歳以上の幼児親子20組

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

■休館日／土曜・日曜・祝日

- 正月遊び 要予約◎100円 11日(金) 10:30～11:30
※20組程度
- 運動遊び 要予約 18日(金) 10:30～11:30
※20組程度 講師：柳澤友希先生 対象：生後7カ月～1歳半
- 身体測定日 ※自由測定 25日(金) 10:00～12:00
- 育児相談 ※個別予約も可能 25日(金) 10:30～12:00
- もちつき会 要予約◎100円 26日(土) 10:00～13:00
※30組程度 臼と杵で、昔ながらのもちつきに挑戦!
- わらべ唄・手遊び 毎週月曜日 11:10～11:30
※自由参加 内山房子先生(講師・内容が変更となる日あり)

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

■休館日／日曜・祝日

- 身体測定 ※自由測定 4日(金) 10:00～12:00
- 育児相談 4日(金) 10:30～12:00
- お正月遊び 要予約◎100円 ※親子20組 15日(火) 10:15～11:30
- 救急法 要予約 ※親子20組 16日(水) 10:15～11:30
- 寒さなんか吹き飛ばせ 19日(土) 10:15～11:30
～お餅つき～ 要予約◎100円 ※親子20組
- 豆まき会 要予約◎100円 ※親子20組 30日(水) 10:15～11:30

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

■休館日／日曜・祝日

- みんなおいでよ～まゆだま～ 要予約 12日(土) 10:00～11:30
- ちびっこクッキング 16日(水) 10:30～11:30
～ボンデケーキ～ 要予約◎100円
- おはなしいっぱい 11:00～11:30
- あづみのあのねの会…7日(月)／スマイル…25日(金)
- みんななかよし 10:30～11:30 ※登録児対象
- さくらんぼ(0歳児)…22・29日(火)／いちご(1歳児)…23・30日(水)
りんご(2・3歳児)…24・31日(木)

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

■休館日／日曜・祝日

- わくわくデー 9日(水) 15:40～16:20
※小学生対象 みんなで踊ろうキッズピクス!
- おはなしワクワク 10日(木) 10:30～11:00
～読み聞かせと簡単工作～
- 親子ふれあい広場 ※登録児対象
- 0歳児…15・22・29日(火)／1歳児…16・23・30日(水)
2・3歳児…17・24・31日(木)

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

■休館日／日曜・祝日

- お話玉手箱 ※小学生対象 7日(月) 15:30～16:00
- やしょうま講習会 26日(土) 13:30～15:00
要申込◎150円 ※小学生親子20組
- ひまわりの日～豆まめゲーム～ 31日(木) 15:45～16:30
※小学生対象
- ひまわりっ子クラブ ※登録児対象
- 0歳児…15・22・29日(火)／1歳児…16・23・30日(水)
2・3歳児…17・24・31日(木)
※内容：スタンプあそび・親子ピクス・節分あそび

年末年始の休館について
12月29日(土)～1月3日(木)まで
年末年始のため市内児童館は休館となります。

1月の各種相談

場…場所 図…問い合わせ 時…時間

教育に関する相談

教育全般(不登校・ひきこもり・発達障害など) 時 10:00～16:00

毎週月～土曜日 要予約 ※1～3、14日は除く
場圃教育相談室(豊科公民館内)(TEL72-2238・FAX62-5721)

親の会 時 13:00～15:00

15日(火)場圃豊科公民館教育相談室(TEL72-2238・FAX62-5721)

いじめ相談ホットライン 時 8:30～17:15

毎週月～金曜日 ※1～3、14日は除く
場圃教育指導室(明科総合支所舎2階)(TEL62-3521・FAX62-5721)

心配ごと相談・行政相談 (*は行政相談を同時開催)

7日(月)・*21日(月) 時 13:00～16:00
場圃金老人福祉センター(TEL73-5288・FAX73-5775)

8日(火)・*22日(火) 時 13:00～16:00
場圃穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621)

9日(水)・*23日(水) 時 13:00～16:00
場圃豊科ささえあいセンター「にじ」(TEL72-3013・FAX72-5422)

10日(木)・*24日(木) 時 13:00～16:00
場圃三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081)

11日(金)・*25日(金) 時 13:00～16:00
場圃明科総合福祉センター「あいりす」(TEL62-2429・FAX62-5025)

場圃心配ごと相談…上記へ
場圃行政相談…総務部総務課(TEL71-2000・FAX71-5155)

生活労働相談 時 18:00～20:00

9日(水)場圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
場圃商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)
※メール相談も受付中。詳しくは以下のページへアクセスを。
www.pref.nagano.lg.jp/syokou/roko/mail soudan.htm

わかもの就職サポート相談会 時 13:30～16:30 要予約

18日(金)場圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
場圃商工観光部商工労政課(TEL82-3131・FAX82-6622)

弁護士会による無料法律相談 要予約

17日(木) 時 13:30～16:30 ※相談時間は1人20分
場圃穂高総合支所 大会議室
予約・問 総務部総務課庶務係(TEL71-2000・FAX71-5155)
※予約受付…1月10日(木)9:00～12:00(受付は電話のみ)
※相談者(定員8人)は抽選で決定(先着順ではありません)
※係争中の事案についての相談はお受けできません。

人権相談所 時 10:00～15:00

場圃法務局松本支局(TEL32-2571・FAX32-2572)

17日(木)場圃堀金総合支所

1月の休日当番医 (変更になる場合があります。)

1日(火・年始)	2日(水・年始)	3日(水・年始)	6日(日)	13日(日)	14日(月・祝日)	20日(日)	27日(日)
信濃内科循環器科医院 82-7722[穂高]	宮澤医院 62-2052[明科]	穂高病院 82-2474[穂高]	小田切医院 83-6025[穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731[穂高]	堀内医院 82-3324[穂高]	伊藤医院 62-2051[明科]	追分クリニック 82-2129[穂高]
中田医院 82-2339[穂高]	武田内科クリニック 88-6500[穂高]	百瀬医院 82-2205[穂高]	高橋医院 82-2561[穂高]	橋本内科医院 73-0616[豊科]	須澤クリニック 82-2993[穂高]	神谷小児科医院 72-5162[豊科]	せき泌尿器科クリニック 82-0666[穂高]
米倉医院 72-2354[堀金]	和田医院 72-2047[堀金]	中島整形外科 72-3543[豊科]	木暮医院 77-2119[三郷]	たかはしクリニック 77-7880[三郷]	山田医院 72-3207[豊科]	丸山内科クリニック 72-6188[豊科]	鶴見医院 72-4500[豊科]
松本歯科医院 82-8205[穂高]	笠原歯科医院 72-2108[豊科]	矢島歯科医院 72-2163[豊科]	ちかぞえ歯科医院 88-7770[豊科]	飯田歯科医院 73-7618[豊科]	土居歯科医院 72-2462[豊科]	アルプス歯科クリニック 77-8901[三郷]	山本歯科医院 72-5748[豊科]

January 1月の予定

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～

毎週月・木曜日(第5・祝日を除く)
場圃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 14:00～

4日(金)場圃松本保健福祉事務所(TEL40-1938・FAX47-9293)

あづみ野断酒会 時 19:00～21:00

毎週水曜日 ※2日は除く ※16日は家族会 場圃豊科公民館
場圃健康推進課保健予防担当(TEL81-0726・FAX81-0703)
※体験を語り合いながら断酒を目指します。

母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00

8・22日(火)場圃堀金保健センター(TEL73-5770・FAX73-5775)

9・23日(水)場圃豊科保健センター(TEL72-9970・FAX72-9044)

15日(火)場圃明科保健センター(TEL81-2251・FAX81-2943)

17日(木)場圃穂高保健センター(TEL81-0711・FAX81-0703)

24日(木)場圃三郷保健センター(TEL77-9111・FAX77-9113)

※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。

結婚相談 時 13:00～16:00

6日(日)場圃堀金老人福祉センター(TEL73-5288・FAX73-5775)

20日(日)場圃明科総合福祉センター「あいりす」(TEL62-2429・FAX62-5025)

27日(日)場圃市社会福祉協議会本所(TEL72-1871・FAX72-9130)

介護相談 時 平日の8:30～17:00

場圃市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)

場圃東部地域包括支援センター(豊科保健センター内)
(TEL72-9986・FAX72-9044)

場圃南部地域包括支援センター(三郷総合支所内)
(TEL77-4007・FAX77-4087)

子ども・母子家庭・女性の相談

平日 時 8:30～17:00 要予約
場圃児童保育課児童係(TEL81-0727・FAX81-0703)

消費生活相談 時 平日の9:00～16:00 ※電話相談も可。

場圃消費生活センター(穂高総合支所1階)
(TEL82-3131(直通090-5203-2011)・FAX82-6622)
消費者ホットライン(TEL0570-064-370)(ゼロ・コー・ナナ・ゼロ 守りよ・みんな)