

2月の児童館の予定

…乳幼児対象 …参加費 休館日…日曜・祝日

※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

卓球の日	12日(水)	14:00～15:00
要予約 対象：小学生 定員10人 持ち物：ラケット(ある人)・飲み物		
みんなあつまれ おらが村のうまいもん うどんづくり		
要予約 100円 定員15組 持ち物：飲み物		
13日(木)	10:30～12:00	
育児相談・身体測定	14日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	17日(月)	11:00～
ファミリーサポート登録会	21日(金)	10:30～
持ち物：印章		
チャレンジタイム ドミノ大会	29日(土)	10:30～12:00
要予約 対象：小学生 定員20人		

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

読み聞かせ	7・21日(金)	11:00～
チャレンジタイム アロマ香るスライムを作ろう!		
要予約 100円 対象：小学生 定員：15人		
8日(土)	10:30～11:30	
育児相談・身体測定	14日(金)	10:30～12:00
みんなあつまれ 家庭でできるヘアカット		
要予約 定員25組 持ち物：髪切り用のハサミ		
17日(月)	10:30～11:30	

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

にこにこタイム 季節のうた・体操・リズム遊びなど	平日毎日	11:15～
読み聞かせ	3日(月)	11:00～11:30
チャレンジタイム バレンタインクッキーづくり		
要予約 100円 対象：小学生 定員20人 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・飲み物		
8日(土)	10:30～12:00	
みんなあつまれ ママキッズピクス		
要予約 定員20組 持ち物：運動のできる服装・上履き・飲み物		
18日(火)	10:30～11:30	
育児相談・身体測定	21日(金)	10:30～12:00

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

チャレンジタイム 東京2020パラリンピック競技 ボッチャで遊ぼう		
要予約 対象：小学生 定員15人 持ち物：飲み物		
8日(土)	10:30～11:30	
みんなあつまれ 伝承食 やしろうま作り体験		
要予約 100円 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手拭きタオル・飲み物		
13日(木)	10:30～11:30	
読み聞かせ	19日(水)	11:00～11:20
育児相談・身体測定	21日(金)	10:30～12:00
手形・足形アート	21・28日(金)	10:30～11:30
お下がり会	22日(土)	10:30～11:15
出品者要申し込み。出品者は10:15までにお越しください。		

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

もぐもぐカフェ	3日(月)・13日(木)・25日(火)	11:30～12:00
育児相談・身体測定 & 茶和会	7日(金)	9:30～12:00
※茶話会は11:15～		
チャレンジタイム & みんなあつまれ やしろうま作り		
要予約 100円 対象：どなたでも 定員15人		
15日(土)	10:30～12:00	
みんなで学ぼう こども園の半日生活を、児童館で親子で体験しよう		
要予約 定員20組		
27日(木)	10:30～11:30	

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

わらべうた	3・10・17日(月)	11:10～
読み聞かせ	7・14日(金)	11:00～11:20
育児相談・身体測定	14日(金)	10:30～12:00
みんなあつまれ!	21日(金)	10:30～11:30
2月生まれハッピーバースディ♡		
お下がり会	28日(金)	10:30～11:10
出品者要申し込み。出品者は10:00までにお越しください。		
チャレンジタイム 簡単肉まんを作ろう	29日(土)	10:30～12:00
要予約 100円 対象：小学生 定員15人 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・飲み物		

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

みんなで学ぼう アロマワックスバーを作りインテリアを素敵にコーディネート		
要予約 200円 講師：人気ルームクリップユーザー a_tankoさん 定員15組		
7日(金)	10:30～11:30	
みんなあつまれ だっこちゃん café	13日(木)	10:00～12:00
対象：1歳未満児 持ち物：赤ちゃんを寝かせるタオル		
ちょこっとタイム☆ 絵本とかんたん工作	14日(金)	11:00～
育児相談・身体測定	17日(月)	10:00～12:00
みんなあつまれ ばくさんといっしょ いっぱいおどろう		
持ち物：動きやすい服装・飲み物		
21日(金)	11:00～11:30	

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

育児相談・身体測定	17日(月)	10:00～12:00
読み聞かせ	21日(金)	11:00～11:30

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

クライミング教室	1日(土)	10:00～11:30
要予約 対象：小学生以上 定員15人 持ち物：運動靴		
読み聞かせ	7日(金)	11:00～
みんなあつまれ お好み焼き作り	14日(金)	10:30～11:30
要予約 100円 定員15組		
育児相談・身体測定	17日(月)	10:30～
地域の知恵袋 押し寿司	22日(土)	10:30～11:30
要予約 100円 対象：乳幼児親子・小学生 定員15人 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物		

2月の各種相談

場…場所 聞…問い合わせ 時…時間

♡ 心の相談

精神科医による精神保健相談 **要予約** 時 14:00～16:00
3・10・17日(月)・6日(木)
場 間 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 14:00～16:00
13・20・27日(木)
場 間 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 9:30～10:00
6日(木) 場 間 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
5・12・19・26日(水) 場 豊科保健センター 2階集団指導室
間 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。※5・19日は家族会

? 心配ごと相談(*は行政相談委員による相談を同時開催)

3日(月)・*17日(月) 時 13:00～16:00
場 間 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
4日(火)・*23日(日) 時 13:00～16:00
場 間 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
5日(水)・*19日(水) 時 13:00～16:00
場 間 豊科ささえあいセンター「にじ」 (TEL72-3013・FAX72-5422)
7日(金) 時 13:00～16:00
場 間 明科総合福祉センター「あいりす」 (TEL62-2429・FAX62-5025)
*20日(木) 時 13:00～16:00
場 間 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)

👨‍👩‍👧 子ども・ひとり親家庭・女性の相談 **要予約**

毎週月～金曜日 時 8:30～17:15 ※11・24日は行いません
場 間 子ども支援課家庭児童相談室 (TEL71-2265・FAX72-2065)

📞 子どもと親の相談電話

毎週月～金曜日 時 9:00～17:00 ※11・24日は行いません
場 間 教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238・FAX72-2204)
※学校での交友関係やいじめ、ネットトラブル、不登校、発達障害など子育てや教育に関する相談など。まずはお電話ください。

🏠 ひきこもりの相談 **要予約**

毎週月～金曜日 時 9:00～16:00 ※11・24日は行いません
場 間 福祉課障がい福祉担当 (TEL71-2251・FAX71-2328)
※おおむね15～64歳のひきこもりについて、ご家族・本人の相談に応じます。

📄 弁護士による無料法律相談 **要予約**

13日(木)→予約受付日6日(木) [予約受付時間:9:00～12:00]
27日(木)→予約受付日20日(木) [予約はTEL71-2496へ電話してください]
時 13:30～16:30 ※ひとり20分 場 市役所2階 相談室211
間 地域づくり課 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)
※定員8人を超えた場合は抽選(先着順ではありません)
※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件はお受けできません。
※同じ案件の再相談、複数回の相談はお断りさせていただきます。

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・夜間緊急医案内サービス 0570-088199

2日(日)	9日(日)	11日(火) 建国記念日	16日(日)	23日(日) 天皇誕生日	24日(月) 振替休日
穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
こうの内科循環器科 71-5881 [豊科]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	高橋医院 82-2561 [穂高]	堀内医院 82-3324 [穂高]
ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]	山田医院 72-3207 [豊科]	白木医院 77-2134 [三郷]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]
堀金歯科医院 72-6975 [堀金]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]	丸山整形外科医院矯正歯科 72-7000 [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]	飯島歯科医院 82-0306 [穂高]

2月(February)の予定

👨‍👩‍👧 労働に関する相談

間 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)
ユニオンサポートセンターの相談会 **要予約** 時 18:00～20:00
13日(木) 場 市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む
※予約は前日の16:30まで。

中信労政事務所の相談会 時 13:00～16:00
13日(木) 場 市役所3階 相談室311
わかもの就職サポート相談会 **要予約** 時 13:30～16:30

21日(金) 場 市役所3階 相談室312 ※40歳代前半まで
※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。
働き方改革相談窓口 **要予約** 時 13:30～16:00

19日(水) 場 市役所3階 相談室312
若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談 **要予約**

25日(火) 時 10:00～15:00 場 市役所3階 相談室312
しおじり若者サポートステーション (TEL54-6155・FAX87-1375)
※15～39歳までの人とその家族が対象です。

🏛️ 区・自治会に関する相談 **要予約** 時 10:00～14:00

19日(水) 場 市役所2階 相談室211
※1回の相談時間30分で3枠。予約は10日(月)8:30～12:00(先着順)
間 地域づくり課まちづくり推進係 (TEL71-2494・FAX72-3176)

🍼 母乳・育児相談 ※母乳相談は **要予約** 時 9:30～11:00

6・20日(木) 場 間 穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
12・26日(水) 場 間 豊科保健センター (TEL81-0713・FAX81-0703)
13・27日(木) 場 間 三郷保健センター (TEL81-0714・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 間 中央地域包括支援センター (TEL72-9986・FAX71-2503)
場 間 北部地域包括支援センター (TEL81-0760・FAX88-3711)
場 間 南部地域包括支援センター (TEL77-4007・FAX77-4087)

🛒 消費生活相談 時 平日 8:30～17:15 (相談受付は16:00まで)

場 間 消費生活センター(市役所2階) (TEL71-2100・FAX72-3176)
※個人事業者、法人からの相談はお受けできません。
※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や! (イヤヤ!)」

👤 人権よろず困りごと相談 時 9:00～12:00

13日(木) 場 堀金公民館 会議室3 ※人権相談
間 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

📄 行政書士による無料相談 **要予約**

20日(木) 時 10:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見など)
場 市役所2階 相談室211・212・213
間 長野県行政書士会松本支部 (TEL33-7166・FAX32-0151)
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)