

## 3月の児童館の予定

※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。  
※キッズパークは就園前親子が対象の登録制サークルです。

乳幼児対象 参加費  
休館日…日曜・祝日



児童館情報  
→

★豊科中央児童館		TEL・FAX72-0122
卓球の日	5日(土)	14:00～15:00
対象：小学生以上 持ち物：上履き・飲み物		
育児相談・身体測定	11日(金)	10:30～12:00
おはなし会	14日(月)	11:00～11:20
チャレンジタイム 春の卓球大会	25日(金)	14:00～15:00
要予約 対象：小学生 定員：12人 持ち物：上履き・飲み物		

★高家児童館		TEL・FAX72-5685
読み聞かせ おはなしムーン	4日・18日(金)	11:00～
育児相談・身体測定	18日(金)	10:30～12:00

★南穂高児童館「にここらランド」		TEL71-5150 FAX71-5152
みんなで学ぼう 自分で行う筋膜リリース～身体の不調は自分で治せる！～	4日(金)	10:30～11:30
要予約 定員：10組		
読み聞かせ	7日(月)	11:00～11:20
みんなあつまれ ママキッズピクス	10日(木)	10:30～11:00
要予約 対象：1歳以上の乳幼児親子 定員：20組 持ち物：運動のできる服装・上履き・飲み物		
育児相談・身体測定	14日(月)	10:30～12:00
お楽しみ企画 劇団こまねずみ観劇会	26日(土)	10:30～11:30
要予約 対象：乳幼児親子・小学生 定員：30人		

★穂高中央児童館		TEL84-0762 FAX82-9621
へんしん！！手形・足形アート	11日(金)	10:30～11:30
要予約 定員：10組		
育児相談・身体測定	11日(金)	10:30～12:00
おはなしの会	16日(水)	11:00～11:20

★穂高北部児童館		TEL・FAX83-5494
おはなし会	4日(金)	11:00～11:15
育児相談・身体測定 & 読み聞かせ	10日(木)	9:30～12:00
※育児相談は10:30～12:00、読み聞かせは11:00～11:15		
みんなあつまれ！3月生まれハッピーバースディ♡	11日(金)	10:30～11:30

★穂高西部児童館		TEL・FAX82-2527
育児相談・身体測定	4日(金)	9:30～12:00
※身体測定は11:30まで、育児相談は10:30から		
みんなあつまれ 親子でふれあうベビーマッサージ	7日(月)	11:00～11:30
要予約 定員：5組 持ち物：バスタオル		
おさがり会	8日(火)・9日(水)	10:30～11:30
要予約 定員：参加者・出品者各15組		
作って飾ろう季節の工作	11日(金)	11:00～11:30
要予約 定員：6組		
おはなしの会～読み聞かせ～	28日(月)	11:00～11:20

★三郷児童館		TEL76-0185 FAX76-0186
育児相談・身体測定	7日(月)	10:00～12:00
みんなあつまれ だっこちゃんcafé	10日(木)	10:30～11:30
対象：1歳未満児 定員：10組 持ち物：赤ちゃんを寝かせるタオル		
ちょこっとタイム☆ 絵本と簡単工作	15日(火)	11:00～
チャレンジタイム まさ先生とrun run	15日(火)	15:20～16:00
要予約 対象：小学校1年生 定員：5人 持ち物：動きやすい服装・飲み物		

★堀金児童館		TEL71-2122 FAX71-2126
育児相談・身体測定	14日(月)	10:00～11:45
※11:30よりミニコンサート		
チャレンジタイム クラフト教室・ランチョンマット作り	19日(土)	10:30～11:30
要予約 対象：小学生 定員：10人 持ち物：好きな布50×35cm以上・裁縫道具・布用ボンド		

★明科児童館		TEL62-2482 FAX62-1124
育児相談・身体測定	10日(木)	10:30～12:00
読み聞かせ	10日(木)・15日(火)	11:00～11:20
チャレンジタイム クライミング教室	12日(土)	10:00～11:30
要予約 対象：小学生 定員：15人 持ち物：運動靴・飲み物		

## 3月の各種相談 場…場所 間…問い合わせ 時…時間 定…定員

こころの相談	
精神科医による精神保健相談	要予約 時 14:00～16:00

3日(木)・7・14・28日(月)  
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
--------------	-------------------

10・17・24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
--------------	------------------

3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
---------	---------------

2・9・16・23・30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。※2・16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)	
----------------------------	--

6日(日) 時 13:00～16:00  
場 間 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)

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

11日(金)・26日(土)\* 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)

23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)

24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 時 8:30～17:15 ※21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 時 9:00～17:00 ※21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。

弁護士による無料法律相談 要予約	
------------------	--

10日(木)→予約受付 3日(木) [予約受付時間:9:00～12:00]  
24日(木)→予約受付17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 間 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。

人権よろず困りごと相談 時9:00～12:00	
-------------------------	--

18日(金) 場 穂高会館第3会議室 ※人権相談  
間 長野地方法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

休日当番医		※診療時間：午前9時から午後5時まで(歯科医院は正午まで)	長野県休日・夜間緊急医療内サービス
		※当番医は変更になる場合があります。	0570-088199

6日(日)	13日(日)	20日(日)	21日(月) 春分の日	27日(日)
追分クリニック 82-2129 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	柏原クリニック 82-7222 [穂高]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
須澤クリニック 82-2993 [穂高]	榎本内科医院 73-0616 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]
ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]	米倉医院 72-2354 [堀金]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]
丸山歯科医院 82-7505 [穂高]	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]	天野歯科医院 73-4182 [豊科]	飯島歯科医院 82-0306 [穂高]

労働に関する相談	
----------	--

間 商工観光部商工労政課 (TEL71-2041・FAX72-1340)

中信労政事務所による労働相談会	要予約 時 13:00～16:00
-----------------	-------------------

10日(木) 場 市役所2階 会議室205  
※予約は2日前の17:00まで。

ユニオンサポートセンターの相談会	要予約 時 18:00～20:00
------------------	-------------------

10日(木) 場 市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む  
※予約は2日前の17:00まで。

わかもの就職サポート相談会	要予約 時 13:30～16:30
---------------	-------------------

18日(金) 場 市役所2階 会議室202 ※40歳代前半まで  
※1回の相談時間50分で3枠。予約は開催日2日前の17:00まで。

ひきこもりの相談 要予約	
--------------	--

毎週月～金 時 9:00～16:00 ※21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。  
※このほかにも相談先があります。市ホームページでご確認ください。

区・自治会に関する相談 要予約 時10:00～14:00	
------------------------------	--

22日(火) 場 市役所2階 相談室212  
※1回の相談時間30分で3枠。予約は10日(木)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	
-------------------------------	--

4日(金)・22日(火) 場 間 三郷保健センター (TEL81-0714・FAX81-0703)

8日(火) 場 間 豊科保健センター (TEL81-0713・FAX81-0703)

15日(火) 場 間 穂高保健センター (TEL81-0711・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!)」

司法書士による登記・法律無料相談 要予約	
----------------------	--

16日(水) 定員6人(先着順) ※申込多数の場合は初回申込者優先  
時 13:00～15:00 ※ひとり30分 場 間 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)  
※予約受付9日(水)9:00～12:00

行政書士による無料相談 要予約	
-----------------	--

17日(木) 時 13:00～15:00(相続・遺言手続き・成年後見など)  
場 間 市役所2階 相談室211・212  
間 長野県行政書士会松本支部 (TEL87-3798・FAX87-3794)

※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)