

## 7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。  
※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。



児童館情報→

## ★豊科中央児童館 TEL・FAX72-0122

ファミリーサポート登録会	1日(金)	10:30～
持ち物：身分の証明できるもの	※登録時託児あり(要予約)	
卓球の日	2日(土)	14:00～15:00
対象：小学生以上	持ち物：上履き・飲み物・タオル	
育児相談・身体測定	8日(金)	10:30～12:00
おはなし会	11日(月)	11:00～11:20
チャレンジタイム 夏の卓球大会	29日(金)	10:30～11:30
要予約	対象：小学生	定員：10人 持ち物：上履き・飲み物・タオル

## ★高家児童館 TEL・FAX72-5685

地域の知恵袋 セタまんじゅう	2日(土)	10:30～
要予約	100円	定員：10組 持ち物：エプロン・三角巾・マスク
育児相談・身体測定	8日(金)	10:30～12:00
読み聞かせ	対象：どなたでも	11日(月) 11:00～
みんなで学ぼう 呼吸してませんか？	13日(水)	10:30～11:30
要予約	定員：10組	
読み聞かせ おはなしムーン	15日(金)	10:30～11:30

## ★南穂高児童館「にここらランド」 TEL71-5150 FAX71-5152

読み聞かせ	4日(月)	11:00～11:20
育児相談・身体測定	8日(金)	10:30～12:00
ふれあい農園 じゃがいもの収穫	15日(金)	10:00～11:00
要予約	100円	定員：5組 持ち物：軍手・飲み物・タオル
児童館夏まつり	19日(火)	10:30～11:30
要予約	100円	定員：各10組
みんなあつまれ ママキッズピクス	21日(木)	10:30～11:00
要予約	対象：1歳以上の乳幼児親子	定員：10組 持ち物：運動のできる服装・上履き・飲み物

## ★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124

地域の知恵袋 アウトドアクッキング手作りうどん		
要予約	100円	対象：小学生
定員：10人	持ち物：エプロン・三角巾・手拭き・飲み物	2日(土) 10:00～11:30
チャレンジタイム クライミング教室		
要予約	対象：小学生	定員：15人
持ち物：運動靴・飲み物・タオル		9日(土) 10:00～11:30
育児相談・身体測定	14日(木)	10:30～12:00
読み聞かせ	14日(木)・26日(火)	11:00～11:20

## ★ファミリー・サポート・センター TEL71-1125 FAX73-5775

ふぁみ Pa 教えて助産師さん	8日(金)	10:30～12:00
要予約	対象：未就学園児	定員：10組

## ★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621

チャレンジタイム ポッチャで遊ぼう		
要予約	対象：小学生	定員：10人
持ち物：飲み物		2日(土) 10:30～11:30
みんなあつまれ セタまんじゅう作り	7日(木)	10:30～11:30
要予約	100円	定員：8組 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・タッパー・手拭き・飲み物
おさがり会	8日(金)	10:30～11:00
要予約	定員：出品者・参加者：各8組まで	
へんしん!! 手形・足形アート		
要予約	定員：10組	15日(金) 10:30～11:30
育児相談・身体測定	15日(金)	10:30～12:00
おはなしの会	20日(水)	11:00～11:20

## ★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527

育児相談・身体測定	1日(金)	9:30～12:00
※身体測定は11:30まで、育児相談は10:30から		
ファミリーサポート登録会	20日(水)	10:30～
持ち物：身分の証明できるもの		
おはなし会～読み聞かせ～	25日(月)	11:00～11:20

## ★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494

お話し会	1日(金)	11:00～11:15
育児相談・身体測定 & よみきかせ		
※育児相談は10:30～12:00、読み聞かせは11:00～11:15	8日(金)	9:30～12:00
みんなあつまれ! 7月生まれ ハッピーバースディ♡	15日(金)	10:30～11:30
みんなあつまれ! びよびよおしゃべりタイム		
要予約	対象：1才未満の親子・ママニティの人	定員：8組
チャレンジタイム 室内ゲートボール	23日(土)	10:30～11:30
要予約	対象：小学生以上	定員：8人 持ち物：上履き・水筒

## ★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186

育児相談・身体測定	1日(金)	10:00～12:00
ファミリーサポート登録会	6日(水)	10:30～
持ち物：身分の証明できるもの		
ひよこ農園 草むしり・夏野菜収穫	11日(月)	10:00～10:30
要予約	定員：2組	持ち物：汚れてもよい服装・帽子・長靴・軍手・飲み物
ちょこっとタイム☆		
読み聞かせとかんたん工作	15日(金)	10:30～
みんなあつまれ だっちゃん cafe	21日(木)	10:30～11:30
要予約	対象：1歳未満児	定員：8組 持ち物：赤ちゃんを寝かせるタオル

## ★堀金児童館 TEL71-2122 FAX71-2126

お下がり会	9日(土)	11:00～11:30
要予約	定員：出品者・参加者各20組まで	※出品者は10:45までにお越しください。
育児相談・身体測定	11日(月)	10:00～11:45
ミニコンサート	を11:30～実施	
みんなあつまれ 読み聞かせ・工作	15日(金)	10:30～11:30
要予約	定員：10組	
チャレンジタイム クラフト教室	16日(土)	10:30～12:00
要予約	100円	対象：小中学生 定員：8人 持ち物：はさみ・定規・洗濯ばさみ
みんなあつまれ ツインズ広場	23日(土)	10:30～11:30
要予約	対象：多胎児親子	

## 7月の各種相談 場…場所 間…問い合わせ 時…時間 定…定員

## ♡ 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
4・11・25日(月)・7日(木)		
場 岡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
14・21・28日(木)		
場 岡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
7日(木)		場 岡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
6・13・20・27日(水)		場 豊科保健センター 2階集団指導室
岡健康推進課(Tel81-0711・FAX81-0703)		※6日は豊科交流学習センター「きぼう」
※体験を語り合いながら断酒を目指します。※6・20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)

8日(金)	時 13:00～16:00
場 岡明科総合福祉センター「あいりす」(Tel62-2429・FAX62-5025)	
12日(火)	時 13:00～16:00
場 岡穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)	
27日(水)★	時 13:00～16:00
場 岡豊科ささえあいセンター「にじ」(Tel72-3013・FAX72-5422)	
28日(木)★	時 13:00～16:00
場 岡三郷福祉センター(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	※18日は行いません
場 岡家庭児童相談室(Tel71-2265・FAX72-2065)		

## 📞 子どもと親の相談電話

毎週月～金	時 9:00～17:00	※18日は行いません
場 岡教育相談室(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

14日(木)→予約受付 7日(金)	〔予約受付時間：9:00～12:00〕
28日(木)→予約受付21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	
岡地域づくり課(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

13日(水)	場 三郷公民館会議室 102	※人権相談
岡長野地方法務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)		

## 📑 行政書士による無料相談 要予約

21日(木)	時13:00～15:00(相続・遺言手続き・成年後見など)
場 市役所2階 相談室 211・212	
岡長野県行政書士会中信支部(Tel87-3798・FAX87-3794)	
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)	

## 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

3日(日)	10日(日)	17日(日)	18日(月) 海の日	24日(日)	31日(日)
小田切医院 83-6025 [穂高]	古川医院 82-4385 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
いげだ内科・神経内科クリニック 31-6773 [豊科]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]
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]	和田医院 72-2047 [堀金]	木暮医院 77-2119 [三郷]	あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]
ありあけの森デンタルクリニック 84-4182 [穂高]	小山歯科医院 62-3080 [明科]	天野歯科医院 73-4182 [豊科]	内田歯科クリニック 71-4711 [堀金]	松村歯科医院 62-2048 [明科]	かえで歯科医院 82-4105 [穂高]

長野県休日・夜間緊急医療内サービス  
0570-088199