

## 8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・  
お盆休み(13日～16日)



↑児童館情報

### ★豊科中央児童館 TEL・FAX72-0122

- 卓球の日** 6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** 12日(金) 10:30～12:00  
※手形・足形もとれます。
- チャレンジタイム 夏だ！シャボン玉で遊ぼう！**  
**要予約** 対象：小学生 定員：10人 持ち物：飲み物・タオル・着替え 19日(金) 10:30～11:30
- おはなし会** 29日(月) 11:00～11:20

### ★高家児童館 TEL・FAX72-5685

- 読み聞かせ おはなしムーン** 5・19日(金) 11:00～
- 読み聞かせ** 8日(月) 11:00～
- 育児相談・身体測定** 12日(金) 10:30～12:00

### ★南穂高児童館「にこにこランド」 TEL71-5150 FAX71-5152

- 読み聞かせ** 1日(月) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 19日(金) 10:30～12:00
- みんなあつまれ ママキッズピクス** 25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

### ★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621

- おはなしの会** 17日(水) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 26日(金) 10:30～12:00
- へんしん!! 手形・足形アート** 26日(金) 10:30～11:30  
**要予約** 定員：10組

### ★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定** 5日(金) 9:30～12:00  
※身体測定は11:30まで、育児相談は10:30から
- 児童館まつり～夏祭り～** **要予約** 定員：各日8組 9日(火)・10日(水) 10:30～11:30
- おはなし会～読み聞かせ～** 22日(月) 11:00～11:20

### ★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494

- お話し会** 5日(金) 11:00～11:15
- 育児相談・身体測定 & よみきかせ** 19日(金) 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！びよびよおしゃべりタイム** 24日(水) 10:30～11:30  
**要予約** 対象：1才未満の親子・マタニティの人 定員：8組
- みんなあつまれ！8月生まれハッピーバースデー♡** 26日(金) 10:30～11:30
- ファミリーサポート登録会** 26日(金) 10:30～  
持ち物：身分の証明できるもの
- 手形足形スクラップブック** 29日(月) 10:30～11:30  
**要予約** 定員：5組 持ち物：お子さんの写真複数枚

### ★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186

- 育児相談・身体測定** 2日(火) 10:00～12:00
- ひよこ農園 草むしり・夏野菜収穫** 8日(月) 10:00～10:30  
**要予約** 定員：5組 持ち物：汚れてもよい服装・帽子・長靴・軍手・飲み物
- みんなあつまれ「ばくさんといっしょ♪」お母さんのダイエット!** 27日(土) 11:00～11:30  
**要予約** 定員：10組 持ち物：動きやすい服装・飲み物

### ★堀金児童館 TEL71-2122 FAX71-2126

- みんなあつまれ ツインズ広場** 26日(金) 10:30～11:30  
**要予約** 対象：多胎児親子 定員：8組
- 育児相談・身体測定** 29日(月) 10:00～11:30  
11:30～ミニコンサートを開催

### ★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124

- チャレンジタイム クライミング教室** 6日(土) 10:00～11:30  
**要予約** 対象：小学生 定員：15人 持ち物：タオル・上履き・飲み物
- 読み聞かせ** 9日(火)・25日(木) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 25日(木) 10:00～12:00

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

- ふぁみ Pa ふれあい遊び** 30日(火) 10:30～12:00  
**要予約** 定員：10組 会場：堀金老人福祉センター 講師：赤沼美奈子さん

## 8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  
1・8・15・22日(月)・4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  
18・25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  
4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  
3・10・17・24・31日(水) 場 豊科保健センター 2階 階団指導室 間 健康推進課 (TEL81-0711・FAX81-0703)  
※体験を語り合いながら断酒を目指します。※3・17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(月) 時 13:00～16:00  
場 間 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
- 10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)
- 23日(火)★ 時 13:00～16:00  
場 間 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
- 26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)

### 👨‍👩‍👧 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 ※11日は行いません  
場 間 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 ※11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

- 4日(木)→予約受付7月28日(木) 〔予約受付時間:9:00～12:00〕  
25日(木)→予約受付18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 (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

- 19日(金) 場 明科公民館第2会議室 ※人権相談  
間 長野地方務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

### 📄 行政書士による無料相談 要予約

- 18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  
間 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 ※当番医は変更になる場合があります。 0570-088199

7日(日)	11日(木) 山の日	14日(日) 盆休	15日(月) 盆休	16日(火) 盆休	21日(日)	28日(日)
やざき診療所 62-2360 [明科]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	古川医院 82-4385 [穂高]	小田切医院 83-6025 [穂高]	柏原クリニック 82-7222 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
石田医院 72-2766 [豊科]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]	こうの内科循環器科 71-5881 [豊科]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	高橋医院 82-2561 [穂高]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]
たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	白木医院 77-2134 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	あざひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]	ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]
上月歯科医院 82-7530 [穂高]	大谷歯科医院 72-8858 [豊科]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	おかもとファミリー歯科 88-0008 [穂高]	市川歯科医院 72-2116 [豊科]	さとう歯科医院 81-5155 [穂高]	佐野歯科クリニック 82-2073 [穂高]

### 👨‍🏭 労働に関する相談

- 間 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
- 4日(木) 場 市役所2階 会議室205
- わかもの就職サポート相談会 **要予約** 時 13:30～16:30
- 17日(水) 場 市役所2階 会議室205 ※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。
- ユニオンサポートセンターの相談会 **要予約** 時 18:00～20:00
- 18日(木) 場 市役所3階 会議室302 ※生活相談も含む  
※予約は2日前の17:00まで。

### 若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談会 要予約

- 30日(火) 時 10:00～15:00 場 市役所2階 会議室202  
申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。

### 🏠 ひきこもりの相談 要予約

- 毎週月～金 時 9:00～16:00 ※11日は行いません  
場 間 子ども家庭支援課 (TEL71-2265・FAX72-2065)  
※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

- 19日(金) 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(水)8:30～12:00(先着順)  
間 地域づくり課まちづくり推進担当 (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(木) 場 豊科保健センター
- 18日(木)・29日(月) 場 三郷保健センター
- 25日(木) 場 穂高保健センター
- 間 健康推進課 (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。

### 👨‍⚖️ 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・FAX71-2328)
- 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!)」