

こころの相談

精神保健相談 要予約

日 毎週月曜日・第1木曜日
14:00≫16:00

児童・思春期精神保健相談 要予約

日 第2, 3, 4木曜日 14:00≫16:00

依存症相談 要予約

日 第1木曜日 9:30≫10:00
場 松本保健福祉事務所
TEL 40-1938

あずみ野断酒会

体験を語り合いながら断酒を目指します。
日 毎週水曜日 19:00≫21:00
場 豊科交流学習センター学習室 2
問 健康推進課 TEL 81-0711

子ども・ひとり親家庭・女性の相談

日 毎週月≫金 8:30≫17:15
場 家庭児童相談室
TEL 71-2265

学校や教育の相談

学校での交友関係やいじめ、進学や進路、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。
日 毎週月≫金 9:00≫16:30
場 教育相談室(豊科公民館内)
TEL 72-2238

ひきこもりの相談

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。※ほかに相談先があります。市ホームページでご確認ください。
日 毎週月≫金 9:00≫16:00
場 子ども家庭支援課
TEL 71-2265

区・自治会に関する相談 要予約

日 19日(月) 10:00≫14:00
場 市役所2階 相談室212
問 地域づくり課 TEL 71-2494
※1回の相談時間30分で3枠。(先着順) 予約は開催日2日前の17:00まで

消費生活相談

※個人事業者・法人からの相談はお受けできません。
日 平日8:30≫17:15 ※受付は16:00まで
場 市役所2階 消費生活センター
TEL 71-2100

介護相談

日 平日8:30≫17:00
場 中央地域包括支援センター
TEL 72-9986 FAX71-2328
場 北部地域包括支援センター
TEL 81-0760 FAX88-3711
場 南部地域包括支援センター
TEL 77-4007 FAX77-4087

心配ごと相談

※行政相談委員による相談を同時開催
日 7日(水) 13:00≫16:00
場 豊科ささえあいセンター「にじ」
TEL 72-3013
日 16日(金) 13:00≫16:00
場 明科総合福祉センター「あいらす」
TEL 62-2429
日 20日(火) 13:00≫16:00
場 穂高地域福祉センター
TEL 82-2940
日 26日(月) 13:00≫16:00
場 堀金憩いの里うらら
TEL 73-5288

弁護士 無料法律相談 要予約

日 8日(木)→予約受付 1日(木)
22日(木)→予約受付15日(木)
13:30≫16:30 ※予約受付9:00≫12:00
場 市役所2階 相談室211
問 地域づくり課 TEL 71-2496
※1回の相談時間20分で8枠(定員を超えた場合抽選)
※係争中の案件、既に弁護士へ相談中の案件、同じ案件の再相談、複数回の相談はお受けできません。

行政書士 無料相談 要予約

相続・遺言手続き・成年後見など
※予約は開催日の2日前まで(平日10:00≫16:00)
日 15日(木) 13:00≫15:00
場 市役所2階 相談室211・212
問 長野県行政書士会中信支部
TEL 87-3798

人権なんでも相談

日 1日(木) 9:00≫12:00
場 市役所2階会議室204
日 2日(金) 13:00≫16:00
場 穂高会館第3会議室
日 5日(月) 9:00≫12:00
場 堀金公民館第2会議室
問 長野県方法務局松本支局
TEL 32-2571 FAX32-2572

労働に関する相談

問 商工労政課 TEL 71-2041

中信労政事務所による労働相談会

日 8日(木) 13:00≫16:00
場 市役所2階 会議室202

わかもの就職サポート相談会 要予約

※おおむね44歳まで
※予約は開催日2日前の17:00まで
日 16日(金) 13:30≫16:30
場 市役所2階 会議室205

ユニオンサポートセンターの相談会 要予約

※予約は開催日2日前の17:00まで
日 8日(木) 18:00≫20:00
場 市役所3階 会議室302

若年者引きこもりやブランクの 要予約

ある人向け就労相談会
※15～49歳の人とその家族が対象
日 27日(火) 10:00≫15:00
場 市役所2階 会議室202
問 しおじり若者サポートステーション
TEL 54-6155

休日当番医

長野県休日・夜間緊急医療内サービス
050-3033-0665

4日	塔の原内川医院	81-2121 [明科]
	ふじもり医院	72-2011 [豊科]
	和田医院	72-2047 [堀金]
	丸山整形外科医院矯正歯科	72-7000 [豊科]
11日	古川医院	82-4385 [穂高]
	こうの内科循環器科	71-5881 [豊科]
	ももせクリニック	77-1188 [三郷]
	上條歯科医院	82-2215 [穂高]
	柏原クリニック	82-7222 [穂高]
18日	高橋医院	82-2561 [穂高]
	とよしな内科クリニック	72-1047 [豊科]
	スマイル歯科クリニック	88-3221 [豊科]
25日	村山医院	82-2101 [穂高]
	武田内科クリニック	88-6500 [穂高]
	山田医院	72-3207 [豊科]
	赤羽歯科医院	77-2114 [三郷]

春の国営公園樹木観賞ツアー

新緑に囲まれた園内を、公園ガイドスタッフの案内で散策します。
日 6月16日(金)
午前10時～11時30分
(雨天時は6月20日(火)に順延)
場 国営アルプスあづみの公園(堀金・穂高地区) 中央口ガイドセンター集合
費 要入園料 定15人(先着順)
日 5月29日(月) から6月9日(金) に電話で
問 都市計画課
TEL 71-2249



市民活動セミナー

県内の成功例を交えながら、資金調達の手法であるクラウドファンディングや、広く共感を得るために大切なことを学びます。
日 6月25日(日)
午後1時30分～4時30分
場 市役所4階大会議室
講 波多腰遥さん(遊覧潜水)
定 30人(先着順)
日 6月21日(水) までにながの電子申請サービスまたは電話で
問 市民活動サポートセンター
TEL 71-2013



親交を深めよう!

友好都市「神奈川県真鶴町」青少年交流事業参加者を募集

真鶴町の小学生の皆さんを迎え、市内施設の見学や交流会などを行います。

- 日時** 8月9日(水)・10日(木) 宿泊なし
- 対象** 説明会に必ず参加できる小学4～6年生
- 説明会** 7月19日(水)18:30～ 市役所4階大会議室
- 定員** 15人(抽選) **費用** 5,000円
- 申し込み** 6月7日(水)までに申込書を子ども家庭支援課へ提出。
申込書は同課・市HPから入手できます。
- 問合せ** 〒399-8281(住所不要)子ども家庭支援課児童青少年係
TEL71-2078 FAX72-2065



出展料は市が負担! 友好都市交流イベント出展登録事業者を募集

友好都市で開催するイベントで市の特産品を販売する農家、事業者、団体を募集します。登録要件など詳細は市HPをご覧ください。
【参加イベント】 江戸川区民まつり(10月上旬)、真鶴よさこい大漁フェスティバル(11月中旬)、東金市産業祭(11月下旬)
日 6月15日(木)までに出品登録票を農政課へ提出してください。
他▷イベント中止時の補償はありません。▷必要に応じて説明会を開催します。
問 農政課 TEL71-2430



ANCアリーナ

共通事項
対高校生以上 問 ANCアリーナへ電話(Tel.73-1600)で 持動きやすい服装、運動用シューズ、飲み物、タオル

かんたん痩せるエクササイズ

日 毎週火曜日 14:00～15:00
場 スタジオ
講 栗澤穂乃花さん(MFPマットピラティスインストラクター)
費 1,000円 定16人(先着順)
持 上記に加え、ヨガマット

ほぐしピラティス

日 毎週金曜日 11:00～12:00
場 会議室
講 栗澤穂乃花さん(MFPマットピラティスインストラクター)
費 2,000円 定5人(先着順)
持 上記に加え、ヨガマット

バレトン教室

日 毎週木曜日 14:00～15:00
場 スタジオ
講 太田美帆さん(株式会社ZERO)
費 1,000円 定20人(先着順)