

1月の児童館の予定

…乳幼児対象 …参加費 休館日…日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)
※市内9つの児童館は、安曇野市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

チャレンジタイム ポツチャボール教室

要予約 対象：小学生 定員 10 人

5日(金) 10:00～11:00

育児相談

12日(金) 10:30～12:00

読み聞かせ

15日(月) 11:00～

キッズパーク おやつづくり

16日(火)・17日(水)・18日(木) 10:30～11:30

要予約 100円 対象：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1歳児、18日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物

卓球教室

20日(土) 14:00～15:00

要予約 対象：小学生以上 定員 10 人

子育て勉強会 どうする？子どもの急病

要予約 定員 20 組

22日(月) 10:30～11:30

チャレンジタイム ポツチャボール大会

要予約 対象：小学生 定員 15 人

27日(土) 14:00～15:00

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152

チャレンジタイム 子ども手品教室～君もマジシャンになろう！～

要予約 対象：小学生以上 定員 20 人 6日(土) 10:30～11:30

みんなあつまれ 餅つき会＆観劇会

要予約 100円 定員 50 組 13日(土) 10:00～12:00

ファミリーサポート登録会

持ち物：印鑑 15日(月) 10:30～

囲碁・将棋を楽しもう

対象：小学生以上 15・22・29日(月) 15:30～16:30

育児相談

19日(金) 10:30～12:00

読み聞かせ

22日(月) 11:00～11:20

★高家児童館		TEL・FAX72-5685	
読み聞かせ		5日(金)	11:00～
育児相談		12日(金)	10:30～12:00
地域の知恵袋 編み物&風づくり		13日(土)	10:00～12:00
100円 対象：小学生以上 定員20人			
みんなあつまれ ヨガdeリフレッシュ！		19日(金)	10:30～11:30
要予約 定員20組 持ち物：ヨガマットか大きめのバスタオル ※託児あり要相談			

★三郷児童館		TEL76-0185 FAX76-0186	
読み聞かせ		12日(金)	11:00～11:20
育児相談		15日(月)	10:00～12:00
子育て勉強会 家庭でできる感染予防と対策		19日(金)	10:30～11:30
要予約 定員20組			
お下がり会		24日(水)	10:30～11:00
出品者要申し込み。出品者は10:00までにお越しください。			

★穂高西部児童館		TEL・FAX82-2527	
育児相談・身体測定		5日(金)	10:30～12:00
★身体測定は10:00～12:00			
チャレンジタイム バレンタインのお菓子作り		20日(土)	10:30～12:00
要予約100円 対象：小学生 定員15人			
読み聞かせ		22日(月)	11:00～11:20

★穂高北部児童館		TEL・FAX83-5494	
読み聞かせ		5・12・19日(金)	11:00～11:20
育児相談・身体測定		12日(金)	10:30～12:00
わらべうた		15・22・29日(月)	11:10～
キッズパーク リズム遊び		16日(火)・18日(木)	10:30～11:30
対象:16日(火)は2歳児以上、18日(木)は1・0歳児合同			
みんなあつまれ！		19日(金)	10:30～11:30
1月生まれハッピーバースディ♡			

★穂高中央児童館		TEL84-0762 FAX82-9621	
キッズパーク まゆ玉作り		9日(火)・10日(水)・11日(木)	10:30～11:30
要予約100円 対象:9日(火)は2歳児以上、10日(水)は1歳児、11日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：エプロン・三角巾・マスク・手拭き			
読み聞かせ		17日(水)	11:00～11:20
育児相談・身体測定		19日(金)	10:30～12:00
キッズパーク 親子でできる運動遊び		23日(火)・24日(水)・25日(木)	10:30～11:30
要予約 対象:23日(火)は2歳児以上、24日(水)は1歳児、25日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物：動きやすい服装・飲み物			
チャレンジタイム 風作りとおしるこ会		27日(土)	10:30～11:30
要予約100円 対象：小学生以上 定員20人			

★堀金児童館		TEL71-2122・FAX71-2126	
育児相談・身体測定		15日(月)	10:00～12:00
チャレンジタイム レジンを使ったアクセサリ作り		20日(土)	10:30～11:30
要予約400円 対象：小学生 定員15人			
ファミリーサポート登録会		26日(金)	10:30～
持ち物：印鑑			
子育て勉強会 入園前の心構え・コップ袋作り		29日(月)	10:00～12:00
要予約200円 定員10組 持ち物：裁縫道具 ※託児あり要相談			

★明科児童館		TEL62-2482 FAX62-1124	
読み聞かせ ひばりの会さん		11日(木)	16:00～
対象：小学生以上			
キッズパーク やしろうまづくり		16日(火)・17日(水)	10:30～11:30
要予約100円 対象：16日(火)は2歳児以上、17日(水)は1・0歳児合同 定員各5組			
読み聞かせ		19日(金)	11:00～11:20
育児相談		19日(金)	10:30～12:00
中高生対象 クライミング教室		20日(土)	14:00～15:30
要予約 対象：中学生・高校生 定員10人 持ち物：運動のできる支度			
みんなあつまれ 野菜ソムリエによる煮込み料理		29日(月)	10:30～12:00
要予約300円 定員15組			

1月の各種相談

場…場所 問…問い合わせ 時…時間

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	
4日(木)・15・22日(月)	
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	
11・18・25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	4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	

10・17・24・31日(水)
場 豊科保健センター 2階和室
岡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。※17日は家族会

心配ごと相談・行政相談		(※は行政相談を同時開催)
9日(火)・★22日(月)	時13:00～16:00	
場 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)		
9日(火)・★23日(火)	時13:00～16:00	
場 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)		
10日(水)・★24日(水)	時13:00～16:00	
場 豊科ささえあいセンター「にじ」 (TEL72-3013・FAX72-5422)		
11日(木)・★25日(木)	時13:00～16:00	
場 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)		
12日(金)・★26日(金)	時13:00～16:00	
場 明科総合福祉センター「あいりす」 (TEL62-2429・FAX62-5025)		
岡心配ごと相談…上記へ		
岡行政相談…市民生活部 市民相談室 (TEL71-2496・FAX72-3176)		

子ども・ひとり親家庭・女性の相談		要予約
毎週月～金曜日 時8:30～17:00		※1・2・3・8日は行いません
場 岡子ども支援課家庭児童相談室 (TEL71-2265・FAX72-2065)		

教育に関する相談	
いじめ相談ホットライン 時8:30～17:15	
毎週月～金曜日 時1・2・3・8日は行いません	
場 岡教育相談室（豊科公民館内） (TEL73-1624・FAX72-2204)	
教育全般(子育て・学校生活・不登校・発達障害など) 時10:00～16:00	
毎週月～金曜日 時1・2・3・8日は行いません	
場 岡教育相談室（豊科公民館内） (TEL72-2238・FAX72-2204)	
※電話相談可。まずはお電話ください。	

人権よろず困りごと相談		時10:00～15:00
24日(水) 場 穂高会館		※人権相談
場 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)		

1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

1日(月)元旦	2日(火)	3日(水)	7日(日)	8日(月)成人の日	14日(日)	21日(日)	28日(日)
古川医院 82-4385 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	穂高病院 82-2474 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
中田医院 82-2339 [穂高]	百瀬医院 82-2205 [穂高]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	高橋医院 82-2561 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]
あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	米倉医院 72-2354 [堀金]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	中豊医院 77-2130 [三郷]	木暮医院 77-2119 [三郷]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	和田医院 72-2047 [堀金]
けやき歯科 72-7272 [堀金]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]	山本歯科クリニック 84-0004 [穂高]	布山歯科医院 77-6388 [三郷]	よこざわ歯科医院 82-2121 [穂高]	林歯科医院 62-2403 [明科]	矢島歯科医院 72-2163 [豊科]	飯田歯科医院 73-7618 [豊科]