

9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 ドッチビー大会の練習

要予約 対象：小学生 定員15人 1日(土) 10:30～11:30

読み聞かせ 3日(月) 11:00～

みんなあつまれ ざるうどんを作ろう

要予約 100円 定員15組 持ち物：エプロン・三角巾・はし・おわん 7日(金) 10:30～12:00

卓球教室

要予約 対象：小学生 定員10人 12日(水) 16:00～17:00

育児相談・身体測定 14日(金) 10:30～12:00

みんなあつまれ お月見会

要予約 定員15組 20日(木) 10:30～11:30

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

地域の知恵袋 飯ごう炊さん＆豚汁作り

要予約 100円 定員 50 人 持ち物： 1日(土) 10:00～12:00
エプロン・三角巾・水筒・軍手・おわん

読み聞かせ 7日(金)・20日(木) 11:00～

育児相談・身体測定 14日(金) 10:30～12:00

お下がり会 19日(水) 11:00～
出品者要申し込み。出品者は10時40分までにお越しください。

チャレンジタイム ドッチビーで盛り上がりよう！

対象：小学生 18日(火) 10:30～

みんなあつまれ ヨガ de リフレッシュ！

持ち物：大きめのタオルまたはヨガマット 21日(金) 11:00～
ト・飲み物 ※動きやすい服装で参加

★南穂高児童館「にここらんど」

Tel71-5150 Fax71-5152

読み聞かせ

10日(月) 11:00～11:30

囲碁・将棋を楽しもう

10日(月) 15:15～16:15

対象：小学生以上 定員 10 人

みんなあつまれ ママキッズピクス

要予約 定員 20 組

※動きやすい服装で参加

11日(火) 10:30～11:30

みんなあつまれ わらべ歌

要予約

12日(水) 10:30～11:30

育児相談・身体測定

21日(金) 10:30～12:00

チャレンジタイム ドッチビーを一緒にやろう

要予約 対象：小学生以上

定員 15 人

22日(土) 10:30～11:30

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

 育児相談・身体測定

10日(月) 10:00～12:00

 読み聞かせ

21日(金) 11:00～11:20

 みんなあつまれ 龍門さんの餃子づくり

要予約  200円 定員 20組

持ち物：飲み物

26日(水) 10:30～12:00

全館共通	第4回安曇野市児童館対抗ドッチビー大会	29日(土)9:30～12:00	会場：穂高総合体育館
要予約	対象：小学生 定員：各児童館15名以上 ※申し込みは8/29～9/14 通学区内の児童館へ申し込みください。		

★穂高中央児童館

Tel84-0762 Fax82-9621

 みんなあつまれ おもちや作り

要予約  100円 定員15組

ファミリーサポート登録会

持ち物：印鑑

 読み聞かせ

 育児相談・身体測定

10日(月) 10:30～11:30

14日(金) 10:30～

19日(水) 11:00～11:20

21日(金) 10:30～12:00

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

わらべうた

3・10日(月) 11:10～

読み聞かせ

7・14日(金) 11:00～11:20

チャレンジタイム ペットボトルで空気砲を作ろう！

要予約

対象：小学生

定員 15 人

8日(土) 10:30～11:30

育児相談・身体測定

14日(金) 10:30～12:00

みんなあつまれ！

9月生まれハッピーバースディ♡

21日(金) 10:30～11:30

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

 みんなあつまれ 防災食を作ってみよう

要予約  100円 定員 20 組

8日(土) 10:30～11:30

チャレンジタイム ドッチビーで汗をかこう

対象：小学生 定員 30 人

22日(土) 10:30～11:30

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

 育児相談・身体測定

10日(月) 10:30～12:00

 読み聞かせ

10日(月) 11:00～

お話の時間 ひばりの会さん

対象：小学生

13日(木) 16:00～16:30

 みんなあつまれ 秋のリトミックあそび

要予約 定員 20組

14日(金) 10:30～11:30

キッズパーク うんどう会			
要予約	100円	19日(水)・20日(木)	10:30～11:30
対象：19日(水)は2歳児以上、20日(木)は0～1歳児 定員各5組			
お下がり会			
		27日(木)	10:30～
出品者要申し込み。出品者は10時までにお越しください。			

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527



みんなあつまれ おはぎ作り

1日(土) 10:30～11:30

要予約

100円

対象：小学生・乳幼児親子 定員 20 組 持ち物：三角巾・エプロン・飲み物



育児相談・身体測定

7日(金) 10:30～12:00



もぐもぐカフェ

7日(金) 11:15～12:00

持ち物：お弁当・水筒

チャレンジタイム ドッチビー

18日(火) 10:30～12:00

要予約

対象：小学生 定員 20 人 持ち物：帽子・水筒・動きやすい服装

9月(September)の予定

9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
3・10日(月)・6日(木)	
場 圃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
13・20・27日(木)	
場 圃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
6日(木)	
場 圃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

5・12・19・26日(水)
場 圃豊科保健センター 2階和室
圃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。※5・19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)	
15日(土)・*25日(火)	
時13:00～16:00	
場 堀金憩いの里うらら (Tel73-5288・Fax73-5775)	
11日(火)・*30日(日)	
時13:00～16:00	
場 穂高地域福祉センター (Tel82-2940・Fax82-9621)	
12日(水)・*26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)	
13日(木)・*27日(木)	
時13:00～16:00	
場 三郷福祉センター (Tel77-8080・Fax77-8081)	
14日(金)・*28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)	
圃心配ごと相談…上記各会場へ	

子ども・ひとり親家庭・女性の相談	
要予約	
毎週月～金曜日	
時8:30～17:15	
※17日・24日は行いません	
場 圃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	
※17日・24日は行いません	
場 圃教育相談室（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 ※17日・24日は行いません
場 圃教育相談室（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	
26日(水)	
場 圃堀金公民館会議室2	
※人権相談	
圃法務局松本支局 (Tel32-2571・Fax32-2572)	

9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

2日(日)	9日(日)	16日(日)	17日(月) 敬老の日	23日(日) 秋分の日	24日(月) 振替休日	30日(日)
小田切医院 83-6025 [穂高]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	村山医院 82-2101 [穂高]	古川医院 82-4385 [穂高]
植本内科医院 73-0616 [豊科]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	石田医院 72-2766 [豊科]	中田医院 82-2339 [穂高]	高橋医院 82-2561 [穂高]	せき泌尿器科クリニック 82-0666 [穂高]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]
和田医院 72-2047 [堀金]	山田医院 72-3207 [豊科]	米倉医院 72-2354 [堀金]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]
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]	松本歯科医院 82-8205 [穂高]	飯島歯科医院 82-0306 [穂高]	内田歯科クリニック 71-4711 [堀金]	赤羽歯科医院 77-2114 [三郷]	飯田歯科医院 73-7618 [豊科]

労働に関する相談	
圃商工観光部商工労政課 (Tel71-2041・Fax72-1340)	
ユニオンサポートセンターの相談会	
要予約	時18:00～20:00
※予約は前日の17:00まで	
13日(木)	
場 圃市役所 4階 会議室 401	
※生活相談も含む	
中信労政事務所の相談会	
	時13:00～16:00

13日(木)	場 圃市役所 3階 相談室 311
わかめの就職サポート相談会	
時13:30～16:30	要予約
圃商工観光部商工労政課 (Tel71-2041・Fax72-1340)	
※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。	
21日(金)	
場 圃市役所3階 相談室312	
※40歳代前半まで	

母乳・育児相談	
※母乳相談は	
要予約	時9:30～11:00
6・20日(木)	
場 圃穂高保健センター (Tel81-0711・Fax81-0703)	
11日(火)	
場 圃堀金保健センター (Tel81-0714・Fax81-0703)	
12・26日(水)	
場 圃豊科保健センター (Tel81-0713・Fax81-0703)	
13・27日(木)	
場 圃三郷保健センター (Tel81-0714・Fax81-0703)	
18日(火)	
場 圃明科保健センター (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 圃中央地域包括支援センター(市役所1階)	
(Tel72-9986・Fax71-2503)	
場 圃北部地域包括支援センター(穂高支所内)	
(Tel81-0760・Fax88-3711)	
場 圃南部地域包括支援センター(三郷支所内)	
(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 圃消費生活センター(市役所2階) (Tel71-2100・Fax72-3176)
※消費者ホットライン(局番なし)188番「嫌や! (イヤヤ!)」

弁護士による無料法律相談	
要予約	
13日(木)→予約受付日6日(木)	
〔予約受付時間:午前9時～12時	
27日(木)→予約受付日20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 圃市役所2階 相談室211	
圃地域づくり課 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。	

行政書士による無料相談	
要予約	
20日(木)	
時13:00～15:00 (相続・遺言手続・成年後見など)	
場 圃市役所2階 相談室211・212	
圃長野県行政書士会松本支部 (Tel33-7166・Fax32-0151)	
※開催日の2日前までにご予約ください。	