

11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。

★穂高中央児童館		Tel.84-0762 Fax.82-9621	
みんなあつまれ やきいも会	2日(金)	10:30～12:00	要予約 50円 定員20組
育児相談・身体測定	16日(金)	10:30～12:00	
チャレンジタイム 防災食を作って食べよう！			
要予約 100円 定員15人	17日(土)	10:30～12:00	
読み聞かせ	21日(水)	11:00～11:20	

★穂高西部児童館		Tel・Fax.82-2527	
育児相談・身体測定	2日(金)	10:30～12:00	
もぐもぐカフェ	8・15・22日(木)・ 20日(火)	11:15～12:00	持ち物：お弁当・水筒
お下がり会	13日(火)	10:30～11:30	出品者要申し込み。出品者は10:00までにお越しください。
読み聞かせ	26日(月)	11:00～11:20	

★穂高北部児童館		Tel・Fax.83-5494	
みんなで学ぼう ぴよぴよほっとカフェ	2日(金)	10:30～11:30	要予約 対象：1歳未満の親子・マタニティの人
わらべうた	5・12・19・26日(月)	11:10～	
育児相談・身体測定	9日(金)	10:30～12:00	
読み聞かせ	9日(金)	11:00～11:20	

チャレンジタイム アイロンビーズ作り			
要予約 50円 対象：小学生以上 定員15人	10日(土)	10:30～12:00	
みんなあつまれ！ 11月生まれハッピーバースディ♡	16日(金)	10:30～11:30	
ファミリーサポート登録会	26日(月)	10:30～	持ち物：印鑑
みんなあつまれ クリスマスリース作り	30日(金)	10:30～11:30	要予約

★南穂高児童館「にこにこランド」		Tel.71-5150 Fax.71-5152	
チャレンジタイム おじいちゃん、おばあちゃんに笑顔を届けよう！			
要予約 対象：小学生以上 定員10人	10日(土)	13:30～15:00	
読み聞かせ	12日(月)	11:00～11:30	
囲碁・将棋を楽しもう	12・19・26 日(月)	15:15～16:15	対象：小学生以上 定員10人
育児相談・身体測定	16日(金)	10:30～12:00	
みんなあつまれ！ 三匹のこぶたを楽しく観よう	22日(木)	10:30～11:30	要予約 定員30組
豊科三館合同 みんなで学ぼう パパ・ママ一緒にコーチング～家族みんなの笑顔のために～	24日(土)	10:30～12:00	要予約 定員15組 ※託児あり要相談
お下がり会	27日(火)	10:30～11:00	出品者要申し込み。出品者は10:15までにお越しください。
みんなあつまれ! ママキッズピクス	29日(木)	10:30～11:30	要予約 定員20組 託児あり

★豊科中央児童館		Tel・Fax.72-0122	
キッズパーク 合同やきいも会	1日(木)	10:30～12:00	要予約 100円 対象：0～2歳児 定員各年齢5組程度 持ち物：飲み物
育児相談・身体測定	9日(金)	10:30～12:00	
チャレンジタイム マレットゴルフ	17日(土)	10:30～12:00	要予約 対象：小学生 定員15人 持ち物：飲み物
読み聞かせ	19日(月)	11:00～	
みんなあつまれ！ 布で作るクリスマスリース	21日(水)	10:30～12:00	要予約 300円 定員15組

★高家児童館		Tel・Fax.72-5685	
読み聞かせ	2・16日(金)	11:00～	
育児相談・身体測定	9日(金)	10:30～12:00	
チャレンジタイム 秋のお茶会～抹茶をたててみよう～			
要予約 100円 定員15人	10日(土)	10:30～11:30	
みんなあつまれ リトミックで体を動かそう	21日(水)	10:30～11:30	要予約 定員25組 持ち物：飲み物

★三郷児童館		Tel.76-0185 Fax.76-0186	
ファミリーサポート登録会	5日(月)	10:30～	持ち物：印鑑
チャレンジタイム 餃子ピザパーティー	10日(土)	14:30～15:30	要予約 100円 対象：小学生 定員20人 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物
読み聞かせ	16日(金)	11:00～11:20	
育児相談・身体測定	19日(月)	10:00～12:00	

★堀金児童館		Tel.71-2122・Fax.71-2126	
読み聞かせ	19日(月)	11:00～11:30	
育児相談・身体測定	19日(月)	10:00～12:00	

★明科児童館		Tel.62-2482 Fax.62-1124	
キッズパーク 焼き芋会	1日(木)	10:30～11:30	要予約 100円 対象：0歳児・1歳児 定員各年齢5組 持ち物：飲み物
チャレンジタイム クライミング教室	10日(土)	10:00～11:30	要予約 対象：小学生 定員15人 持ち物：運動服・運動靴・飲み物
読み聞かせ ひばりの会さん	15日(木)	16:00～	対象：小学生以上
地域の知恵袋 タワー風車作り	17日(土)	10:30～	対象：乳幼児親子・小学生 定員10人
育児相談・身体測定	19日(月)	10:30～12:00	
読み聞かせ	19日(月)	11:00～	
みんなあつまれ クリスマスバージョン！たまごのポプリ	21日(水)	10:30～11:30	要予約 対象：就園前親子 定員20組

11月(November)の予定

11月の各種相談 場…場所 回…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
1日(木)・5・12・19・26日(月)	
場 圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)	
児童・思春期精神保健相談	要予約 時14:00～16:00
8・15・22日(木)	
場 圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)	
精神科医による依存症相談	要予約 時9:30～10:00
1日(木)	
場 圃松本保健福祉事務所 (Tel.40-1938・Fax.47-9293)	
あずみ野断酒会	時19:00～21:00

7・14・21・28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 (Tel.81-0711・Fax.81-0703)
※体験を語り合いながら断酒を目指します。※7・21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)	
5日(月)・※25日(日)	時13:00～16:00
場 圃堀金憩いの里うらら (Tel.73-5288・Fax.73-5775)	
6日(火)・※20日(火)	時13:00～16:00
場 圃穂高地域福祉センター (Tel.82-2940・Fax.82-9621)	
7日(水)・※21日(水)	時13:00～16:00
場 圃豊科ささえあいセンター「にじ」 (Tel.72-3013・Fax.72-5422)	
8日(木)・※22日(木)	時13:00～16:00
場 圃三郷福祉センター (Tel.77-8080・Fax.77-8081)	
10日(土)・※22日(木)	時13:00～16:00
場 圃明科総合福祉センター「あいりす」 (Tel.62-2429・Fax.62-5025)	
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	※23日は行いません
場 圃子ども支援課家庭児童相談室 (Tel.71-2265・Fax.72-2065)		

✍ 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	※23日は行いません
場 圃教育相談室(豊科公民館内) (Tel.73-1624・Fax.72-2204)	
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 ※23日は行いません
場 圃教育相談室(豊科公民館内) (Tel.72-2238・Fax.72-2204)
※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
13日(火)	場 圃市役所2階会議室202	※女性の人権相談
27日(火)	場 圃三郷公民館会議室101	※人権相談
圃法務局松本支局 (Tel.32-2571・Fax.32-2572)		

11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

3日(土) 文化の日	4日(日)	11日(日)	18日(日)	23日(金) 勤労感謝の日	25日(日)
小田切医院 83-6025 [穂高]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	堀内医院 82-3324 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]
百瀬医院 82-2205 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [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]
木暮医院 77-2119 [三郷]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	白木医院 77-2134 [三郷]	丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]
上月歯科医院 82-7530 [穂高]	さとう歯科医院 81-5155 [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]	土居歯科医院 72-2462 [豊科]	佐野歯科クリニック 82-2073 [穂高]