

6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。
各事業の詳細は地域の児童館までお問い合わせください。
※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
卓球の日	12日(水) 16:00～17:00
要予約 対象：小学生 定員10人 持ち物：ラケット(ある人)	
育児相談・身体測定	14日(金) 10:30～12:00
読み聞かせ	17日(月) 11:00～
キッズパーク リズム遊び (1～2歳児)・わらべ歌 (0歳児)	
18日(火)・19日(水)・20日(木) 10:30～11:30	
要予約 対象：18日(火)は2歳児以上、19日(水)は1歳児、20日(木)は0歳児 定員各5組	
みんなあつまれ パネルシアターを楽しもう	
要予約 定員20組	21日(金) 10:30～11:30
チャレンジタイム 第3回マレットゴルフ大会	
要予約 対象：小学生 定員10人	22日(土) 10:30～11:30
みんなで学ぼう 音楽と共に	
要予約 定員20組	25日(火) 10:30～11:30
みんなあつまれ おらが村のうまいもん「信州のおやし」	
要予約 100円 定員20組	28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	3日(月) 11:00～11:20
お下がり会 出品者要申し込み	7日(金) 10:30～11:00
みんなあつまれ ママキッズピクス	13日(木) 10:30～11:30
要予約 定員20組 持ち物：運動のできる服装	
育児相談・身体測定	28日(金) 10:30～12:00

★高家児童館	TEL・FAX72-5685
ファミリーサポート登録会	7日(金) 10:30～
持ち物：印鑑	
読み聞かせ	7日(金)・25日(火) 11:00～
地域の知恵袋 飾り寿司	8日(土) 10:00～12:00
要予約 100円 対象：小学生以上 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物	
育児相談・身体測定	14日(金) 10:30～12:00
みんなあつまれ ヨガを楽しもう	21日(金) 10:30～11:30
要予約 持ち物：ヨガマットまたはバスタオル	
チャレンジタイム オリジナルシール作り	
要予約 対象：小学生以上 定員15人	22日(土) 10:30～11:30
お下がり会	28日(金) 10:30～11:10
こまねずみ観劇会	29日(土) 10:30～
対象：どなたでも	

★穂高北部児童館	TEL・FAX83-5494
みんなで学ぼう わらべうた&びよびよほっとカフェ	
要予約	3日(月) 10:30～11:30
読み聞かせ	7日・21日(金) 11:00～
移動児童館 青木花見地区	
対象：どなたでも ※青木花見地区以外の人でも大歓迎(幼児は要付き添い)	8日(土) 10:30～12:00 13:00～15:00
わらべうた	10・17・24日(月) 11:10～
みんなあつまれ！ 6月生まれハッピーバースディ♡	14日(金) 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 レッツ・カラフル☆アクアビーズ	
要予約 100円 対象：小学生 定員10人	22日(土) 10:30～12:00
お下がり会	28日(金) 10:30～11:10
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
ふれあい農園 さつまいもの植え付け	
要予約 定員20組 持ち物：軍手・飲み物	3日(月) 10:30～11:30
育児相談・身体測定	7日(金) 10:30～12:00
もぐもぐカフェ	14日・28日(金) 11:15～12:00
持ち物：お弁当・飲み物	
チャレンジタイム 焼きそば作り！	15日(土) 10:30～11:30
要予約 100円 対象：小学生 定員15人 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物	
読み聞かせ	24日(月) 11:00～11:20

★穂高中央児童館	TEL84-0762 FAX82-9621
みんなあつまれ あなたの心カラーを見つけませんか？～アロマスプレー作り～	
要予約 500円 定員16組	7日(金) 10:30～11:30
育児相談・身体測定	14日(金) 10:30～12:00
読み聞かせ	19日(水) 11:00～11:20

★三郷児童館	TEL76-0185 FAX76-0186
ひよこ農園	7日(金) 10:00～11:00
要予約 定員10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 だっこちゃん cafe	10日(月) 10:00～12:00
対象：0歳児～1歳未満児 持ち物：赤ちゃんを寝かせるタオル	
みんなあつまれ ばくさんといっしょ！～いっぱいおどろう～	
持ち物：動きやすい服装・飲み物	14日(金) 11:00～11:30
育児相談・身体測定	17日(月) 10:00～12:00
みんなあつまれ よもぎ団子を作ろう！	
要予約 100円 定員15組 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物	21日(金) 10:30～11:30
チャレンジタイム オムそばでお昼ごはん	
要予約 100円 対象：小学生 定員10人 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物	29日(土) 10:30～11:30

★堀金児童館	TEL71-2122・FAX71-2126
みんなで学ぼう 乳幼児救急法	10日(月) 10:30～11:30
要予約 ※託児あり	
育児相談・身体測定	17日(月) 10:00～12:00
読み聞かせ	21日(金) 11:00～11:30
チャレンジタイム フラワーアレンジメント	29日(土) 10:30～11:30
要予約 300円 対象：小学生 定員10人 持ち物：花切り用はさみ・ビニール袋	

★明科児童館	TEL62-2482 FAX62-1124
キッズパーク リズム遊び	4日(火) 10:30～11:30
要予約 対象：1～2歳児 定員5組	
キッズパーク ふれあいあそび	6日(木) 10:30～11:30
要予約 対象：0歳児 定員10組	
チャレンジタイム じどうかんミッション	
要予約 対象：小学生	6日(木) 16:00～
地域の知恵袋 うどん作り	8日(土) 10:30～11:30
要予約 100円 対象：小学生・幼児親子 定員：15人 持ち物：エプロン・三角巾	
育児相談・身体測定	10日(月) 10:30～12:00
読み聞かせ	10日(月) 11:00～11:20
お話の時間 ひばりの会さん	13日(木) 16:00～
対象：小学生	
クライミング教室	15日(土) 10:00～11:30
要予約 対象：小学生 定員15人 持ち物：汗拭きタオル・飲み物・上履き	
みんなあつまれ イス作り	27日(木) 10:30～11:30
要予約 定員15組	

6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・17・24日(月)・6日(木)
岡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
13・20・27日(木)
岡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
6日(木) 岡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

5・12・19・26日(水) 豊科保健センター2階和室(5・12日) 豊科交流学习センター「きぼう」(19・26日)
岡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。※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)
3日(月)・★23日(日) 時 13:00～16:00
岡岡堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
5日(水)・★19日(水) 時 13:00～16:00
岡岡豊科ささえあいセンター「にじ」 (TEL72-3013・FAX72-5422)
6日(木) 時 13:00～16:00
岡岡三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)
★18日(火) 時 13:00～16:00
岡岡穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
★21日(金) 時 13:00～16:00
岡岡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～金曜日 時 8:30～17:15
岡岡子ども支援課家庭児童相談室 (TEL71-2265・FAX72-2065)

子どもと親の相談電話
時 9:00～17:00

毎週月～金曜日
岡岡教育相談室(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。

ひきこもりの相談
要予約
毎週月～金曜日 時 9:00～16:00
岡岡福祉課障がい福祉担当 (TEL71-2251・FAX71-2328)
※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。

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)
岡岡市役所2階 相談室211・212
岡岡長野県行政書士会松本支部 (TEL33-7166・FAX32-0151)
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)

6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)	23日(日)	30日(日)
やざき診療所 62-2360 [明科]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	村山医院 82-2101 [穂高]
中田医院 82-2339 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]
赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]
さとう歯科医院 81-5155 [穂高]	ヒカリ歯科医院 82-8171 [穂高]	布山歯科医院 77-6388 [三郷]	スマイル歯科クリニック 88-3221 [豊科]	山本歯科クリニック 84-0004 [穂高]

労働に関する相談
岡岡工商観光部商工労政課 (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
13日(木) 岡岡市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む
※予約は前日の17:00まで
中信労政事務所の相談会
時 13:00～16:00
13日(木) 岡岡市役所3階 相談室311
わかもの就職サポート相談会
要予約 時 13:30～16:30

21日(金) 岡岡市役所3階 相談室314 ※40歳代前半まで
※1回の相談時間50分で3枠。予約は前日の正午まで。
若年者引きこもりやブランクのある人向け就労相談
要予約

区・自治会に関する相談
要予約 時 10:00～14:00
19日(水) 岡岡市役所2階 相談室211
※1回の相談時間30分で3枠。予約は10日(月)8:30～12:00(先着順)
岡岡地域づくり課まちづくり推進係 (TEL71-2494・FAX72-3176)

母乳・育児相談
※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00
12日(水) 岡岡豊科保健センター (TEL81-0713・FAX81-0703)
20・27日(木) 岡岡穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
6・13日(木) 岡岡三郷保健センター (TEL81-0714・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
岡岡中央地域包括支援センター (TEL72-9986・FAX71-2503)
岡岡北部地域包括支援センター (TEL81-0760・FAX88-3711)
岡岡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)

岡岡消費生活センター(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!)」

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:9:00～12:00]
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 岡岡市役所2階 相談室211
岡岡地域づくり課 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。

人権よろず困りごと相談
時 9:00～12:00
14日(金) 岡岡明科公民館会議室2 ※人権相談
岡岡法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)