

12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

- クリスマスリースづくり**
要予約 定員30組 参加費無料 2日(月) 10:30～11:30
- クリスマス音楽会♪**
要予約 定員20組 6日(金) 10:30～11:30
- Merry Merry クリスマス**
100円 チケット制 200枚限定
対象:どなたでも 持ち物:マイバッグ 7日(土) 10:00～12:00
- 育児相談・身体測定** 13日(金) 10:30～12:00
- 卓球の日** 14日(土) 14:00～15:00
要予約 対象:小学生 定員10人 持ち物:ラケット(ある人)・飲み物
- 読み聞かせ** 16日(月) 11:00～
チャレンジタイム **クリスマス会を楽しもう**
要予約100円 対象:小学生 定員15人 21日(土) 10:30～12:00

★高家児童館 TEL・FAX72-5685

- 読み聞かせ** 6・20日(金) 11:00～
- もちつき会**
要予約100円 対象:地域の皆さん・小学生・乳幼児親子 定員50人 7日(土) 10:30～12:00
- サウンドオブクリスマス**
要予約 定員25組 12日(木) 10:30～11:30
- 育児相談・身体測定** 13日(金) 10:30～12:00
- たきペフォトスタジオ～winter～**
持ち物:カメラなど 17日(火)～20日(金) いつでも

★南穂高児童館「にこにこランド」 TEL71-5150 FAX71-5152

- 体操・手遊び・わらべうたなど** 平日毎日 11:15～
- 読み聞かせ** 2日(月) 11:00～11:30
- 育児相談・身体測定** 20日(金) 10:30～12:00
チャレンジタイム **凧作り**
要予約 対象:小学生 定員20人 21日(土) 10:30～11:30
持ち物:帽子
- クリスマススペシャル** 23日(月)～25日(水) 11:00～11:30
- ママキッズピクス**
要予約 定員20組 持ち物:運動のできる服装・上履き・飲み物 26日(木) 10:30～11:30

★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621

- 散歩で気を付けること**
要予約 定員15組 2日(月) 10:30～11:30
- 小さなクリスマスツリー作り**
要予約150円 定員15組 4日(水) 10:30～12:00
- もちつき会&観劇会**
要予約100円 定員30組 7日(土) 10:30～12:00
- 読み聞かせ** 18日(水) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 20日(金) 10:30～12:00
- 手形・足形アート** 20日(金) 10:30～11:30

★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定** 6日(金) 10:30～12:00
- もぐもぐカフェ** 6日(金)・24日(火) 11:15～12:00
持ち物:お弁当・水筒など
- チャレンジタイム クリスマス飾り作り**
要予約50円 対象:小学生以上 定員15人 14日(土) 10:30～12:00
- 読み聞かせ** 23日(月) 11:00～11:20

★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494

- わらべうた** 2・9・16日(月) 10:30～12:00
- 読み聞かせ** 6・13日(金) 11:00～11:20
チャレンジタイム **つやつやキラキラレジンクラフト**
要予約100円 対象:小学生 定員15人 7日(土) 10:30～12:00
- 育児相談・身体測定** 13日(金) 10:30～12:00
- みんなあつまれ!** 12月生まれハッピーバースディ♡ 20日(金) 10:30～11:30
- サウンドオブクリスマス**
要予約 定員20組 24日(火) 10:30～11:30

★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186

- ばくさんといっしょ♪いっばいおどろろ**
持ち物:動きやすい服装・飲み物 2日(月) 11:00～11:30
- おもちつき** 10日(火)～12日(木) 10:30～11:30
要予約100円 対象:10日(火)は2歳児以上、11日(水)は1歳児、12日(木)は0歳児 定員各10組 持ち物:エプロン・三角巾・飲み物
- 絵本とかんたん工作** 13日(金) 11:00～
- 育児相談・身体測定** 16日(月) 10:00～12:00
- クリスマス会**
要予約100円 定員20組 19日(木) 10:30～11:30
- だっごちゃん café** 23日(月) 10:00～12:00
対象:1歳未満児
- 龍門餃子の作り方を教わろう**
要予約200円 定員20組 持ち物:エプロン・三角巾・飲み物 25日(水) 10:30～11:30

★堀金児童館 TEL71-2122・FAX71-2126

- チャレンジタイム クリスマスカレンダー作り**
要予約100円 対象:小学生 定員15人 7日(土) 10:30～12:00
- 育児相談・身体測定** 9日(月) 10:00～12:00
- ファミリーサポート登録会** 12日(木) 10:30～
持ち物:印鑑
- 読み聞かせ・手作りおもちゃづくり**
要予約 定員10組 20日(金) 10:30～11:30
- お下がり会** 23日(月) 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。

★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124

- お餅つき** 7日(土) 10:00～12:00
要予約100円 対象:小学生・乳幼児親子 持ち物:はし・飲み物
- 育児相談・身体測定** 9日(月) 10:30～12:00
- 読み聞かせ** 9日(月) 11:00～
- おやつ作り** 10日(火)・11日(水)・12日(木) 10:30～11:30
要予約100円 対象:10日(火)は2歳児以上、11日(水)は1歳児、12日(木)は0歳児 定員各5組 持ち物:エプロン・三角巾・飲み物

12月の各種相談

場…場所 圃…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
2・9・16・23日(月)・5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
12・19・26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
5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
4・11・18・25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。※4・18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)

- 2日(月)・*16日(月) 時 13:00～16:00
場圃堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・FAX73-5775)
- 4日(水)・*22日(日) 時 13:00～16:00
場圃豊科ささえあいセンター「にじ」(Tel72-3013・FAX72-5422)
- 5日(木)・*19日(木) 時 13:00～16:00
場圃三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)
- 7日(土)・*17日(火) 時 13:00～16:00
場圃穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)
- *20日(金) 時 13:00～16:00
場圃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 時 8:30～17:15 ※28～31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)

子どもと親の相談電話 時 9:00～17:00

毎週月～金 ※28～31日は行いません
場圃教育相談室(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 時 9:00～16:00 ※28～31日は行いません
場圃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

19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)
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)

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)
※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!)」

12月の休日当番医 (変更になる場合があります。) 長野県休日・夜間緊急医療内サービス 0570-088199

1日(日)	8日(日)	15日(日)	22日(日)	29日(日)	30日(月) 年末	31日(火) 年末
追分クリニック 82-2129 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	古川整形外科医院 82-8880 [穂高]	平林医院 62-2227 [明科]	小田切医院 83-6025 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]
こうの内科循環器科 71-5881 [豊科]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]	根津内科医院 82-8382 [穂高]	中田医院 82-2339 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]
山田医院 72-3207 [豊科]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	あさひ内科クリニック 50-8075 [豊科]
小山歯科医院 62-3080 [明科]	ヒカリ歯科医院 82-8171 [穂高]	有明歯科 88-8689 [穂高]	丸山歯科医院 72-2202 [豊科]	スマイル歯科クリニック 88-3221 [豊科]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	山田歯科医院 73-7575 [豊科]
						おかもとファミリー歯科 88-0008 [穂高]

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
- 12日(木) 場圃市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む
※予約は前日の16:30まで。
- 中信労政事務所の相談会 時 13:00～16:00
- 12日(木) 場圃市役所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

20日(金) 場圃市役所3階 相談室312 ※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。

働き方改革相談窓口 要予約 時 13:30～16:00

18日(水) 場圃市役所3階 相談室314

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

24日(火) 時 10:00～15:00 場圃市役所3階 相談室312
申しおじり若者サポートステーション(Tel54-6155・FAX87-1375)
※15～39歳までの人とその家族が対象です。

区・自治会に関する相談 要予約 時 10:00～14:00

19日(木) 場圃市役所2階 相談室214
※1回の相談時間30分で3枠。予約は10日(火)8:30～12:00(先着順)
圃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

- 5・19日(木) 場圃穂高保健センター(Tel81-0711・FAX81-0703)
- 11・18日(水) 場圃豊科保健センター(Tel81-0713・FAX81-0703)
- 12日(木)・25日(水) 場圃三郷保健センター(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

場圃中央地域包括支援センター(Tel72-9986・FAX71-2503)
場圃北部地域包括支援センター(Tel81-0760・FAX88-3711)
場圃南部地域包括支援センター(Tel77-4007・FAX77-4087)

人権よろず困りごと相談 時 9:00～12:00

10日(火) 場圃市役所2階 会議室204 ※人権相談
圃法務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)

弁護士による無料法律相談 要予約

12日(木)→予約受付日5日(木) [予約受付時間:9:00～12:00]
26日(木)→予約受付日19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。