

8月の児童館の予定

…乳幼児対象 …参加費
休館日…日曜・祝日・お盆休み（13日～16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が対象の登録制サークルです。



児童館情報→

★豊科中央児童館 TEL・FAX72-0122

- 卓球の日** 7日(土) 14:00～15:00
対象：小学生以上 持ち物：上履き・飲み物
- チャレンジタイム
水遊び・シャボン玉遊び 21日(土) 10:30～12:00
要予約 対象：小学生 定員：15人 持ち物：飲み物・帽子・水遊びができる服装
- おはなし会** 23日(月) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 27日(金) 10:30～12:00

★高家児童館 TEL・FAX72-5685

- 読み聞かせ おはなしムーン** 6・20日(金) 11:00～
- 育児相談・身体測定** 20日(金) 10:30～12:00
- チャレンジタイム **かわいいぶんちんを作ろう!**
要予約 対象：小学生 定員：10人 28日(土) 10:30～11:30

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

- 読み聞かせ** 2日(月) 11:00～11:20
- 育児相談・身体測定** 20日(金) 10:30～12:00
- みんなあつまれ ママキッズピクス** 26日(木) 10:30～11:00
要予約 対象：1歳以上の乳幼児親子 定員：10組 持ち物：運動のできる服装・上履き・飲み物

★穂高中央児童館 TEL84-0762 FAX82-9621

- おはなしの会** 18日(水) 11:00～11:20
- へんしん!!手形・足形アート** 27日(金) 10:30～11:30
要予約 定員：10組
- 育児相談・身体測定** 27日(金) 10:30～12:00

★穂高西部児童館 TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定** 6日(金) 9:30～12:00
- 読み聞かせ おはなしどりいむさん** 23日(月) 11:00～11:20
- 作って飾ろう季節の工作** 27日(金) 11:00～11:30
要予約 定員：6組
- 親子でふれあうベビーマッサージ** 要予約 定員：5組 持ち物：バスタオル 30日(月) 11:00～11:30

★穂高北部児童館 TEL・FAX83-5494

- ファミリーサポート登録会** 3日(火) 10:30～
持ち物：印鑑・身分の証明できるもの
- 読み聞かせ おはなしどりいむさん** 6日(金) 11:00～11:15
- 育児相談・身体測定 & 読み聞かせ** 要予約 対象：小学生 定員：10人 20日(金) 9:30～12:00
※読み聞かせは11:00～11:15
- みんなあつまれ! 8月生まれ ハッピーバースディ** 27日(金) 10:30～11:30

★三郷児童館 TEL76-0185 FAX76-0186

- 育児相談・身体測定** 2日(月) 10:00～12:00
- ちょこっとタイム** 5日(木) 11:00～
- ひよこ農園 草むしり・夏野菜収穫** 要予約 定員2組 持ち物：汚れてもよい服装・帽子・長靴・軍手・飲み物 6日(金) 10:00～10:30
- みんなあつまれ ばくさんといっしょ!** 要予約 定員：10組 持ち物：動きやすい服装・飲み物 27日(金) 11:00～11:30

★堀金児童館 TEL71-2122 FAX71-2126

- チャレンジタイム **ピアノでドレミ** 7日(土) 13:30～14:30
要予約 対象：小学生 定員：2人 持ち物：筆記用具
- チャレンジタイム **クラフト教室・ガムテープバック作り** 28日(土) 10:30～12:00
要予約 対象：小学生 定員：10人 持ち物：ティッシュ箱(高さのある箱の方が良い)・はさみ
- 育児相談・身体測定** 30日(月) 10:00～11:30
※11:30～ミニコンサートを開催

★明科児童館 TEL62-2482 FAX62-1124

- 読み聞かせ** 11日(水)・26日(木) 11:00～11:20
- お楽しみ企画 **科学の不思議を楽しもう** 要予約 対象：小学生 定員：10人 持ち物：水筒・タオル 20日(金) 10:00～11:30
- 育児相談・身体測定** 26日(木) 10:30～12:00
- みんなあつまれ 夏のARフェスティバル** 要予約 定員：15組 27日(金) 10:30～11:30
- チャレンジタイム **ポッチャボール** 28日(土) 10:30～11:30
要予約 対象：小学生 定員：10人 持ち物：水筒・タオル

8月の各種相談 場…場所 問…問い合わせ 時…時間 定…定員

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・16・23日(月)・5日(木)
場 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 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 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 豊科保健センター 2階 集団指導室
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)

- 7日(土)・*23日(月) 時 13:00～16:00
場 堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・FAX73-5775)
- 10日(火) 時 13:00～16:00
場 穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)
- 11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)
- *26日(木) 時 13:00～16:00
場 三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)
- *27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)

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 ※9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)

子どもと親の相談電話

毎週月～金 時 9:00～17:00 ※9日は行いません
場 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。

弁護士による無料法律相談 要予約

5日(木)→予約受付7月29日(木) [予約受付時間:9:00～12:00
26日(木)→予約受付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 市役所2階 相談室211
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

20日(金) 場 明科公民館第2会議室 ※人権相談
岡長野地方務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)

休日当番医 ※診療時間：午前9時から午後5時まで(歯科医院は正午まで) 長野県休日・夜間緊急医療内サービス ※当番医は変更になる場合があります。 0570-088199

1日(日)	8日(日) 山の日	9日(月) 振替	14日(土) 盆休	15日(日) 盆休	16日(月) 盆休	22日(日)	29日(日)
前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	やざき診療所 62-2360 [明科]	堀内医院 82-3324 [穂高]	柏原クリニック 82-7222 [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]	村山医院 82-2101 [穂高]
根津内科医院 82-8382 [穂高]	中田医院 82-2339 [穂高]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]	いけがき眼科クリニック 31-6773 [豊科]	あづみ野 平林整形外科 88-3322 [堀金]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]	高橋医院 82-2561 [穂高]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]
こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科]	ふじもり医院 72-2011 [豊科]	山田医院 72-3207 [豊科]	米倉医院 72-2354 [堀金]	和田医院 72-2047 [堀金]	木暮医院 77-2119 [三郷]	ももせクリニック 77-1188 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]
矢島歯科医院 72-2163 [豊科]	山本歯科クリニック 84-0004 [穂高]	市川歯科医院 72-2116 [豊科]	アルパス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	いさつ歯科医院 73-0648 [豊科]	林歯科医院 62-2403 [明科]	土居歯科医院 72-2462 [豊科]	ちかぞえ歯科医院 88-7770 [豊科]

労働に関する相談

- 岡商工観光部商工労政課(Tel71-2041・FAX72-1340)
- 中信労政事務所による労働相談会 時 13:00～16:00
- 5日(木) 場 市役所2階 会議室205
- ユニオンサポートセンターの相談会 要予約 時 18:00～20:00
- 19日(木) 場 市役所4階 会議室403 ※生活相談も含む
※予約は2日前の17:00まで。
- 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 市役所2階 会議室202 ※40歳代前半まで
※1回の相談時間50分で3枠。予約は開催日2日前の17:00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会 要予約

24日(火) 時 10:00～15:00 場 市役所2階 会議室205
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。

ひきこもりの相談 要予約

毎週月～金 時 9:00～16:00 ※9日は行いません
場 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。
※このほかにも相談先があります。市ホームページでご確認ください。

区・自治会に関する相談 要予約 時 10:00～14:00

19日(木) 場 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)
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

- 5日(木) 場 豊科保健センター(Tel81-0713・FAX81-0703)
- 10日(火)・25日(水) 場 穂高保健センター(Tel81-0711・FAX81-0703)
- 20日(金) 場 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 岡中央地域包括支援センター(Tel72-9986・FAX71-2503)
- 場 岡北部地域包括支援センター(Tel81-0760・FAX88-3711)
- 場 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)

場 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!)」

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 市役所2階 相談室211・212
岡長野県行政書士会松本支部(Tel87-3798・FAX87-3794)
※予約受付は、開催日の2日前まで(平日10:00～16:00)