

## 児童館の予定

育児相談は右頁参照



…乳幼児対象



…参加費

### ★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621  
■休館日/日曜・祝日

- リトミック教室** 19日(木) 10:30~11:30  
※2~3歳の親子20組
- 手作りおやつ** 21日(土) 10:00~12:00  
◎200円 ※乳幼児親子/小学生10組
- 身体測定日** 26日(木) 10:00~12:00
- 読み聞かせ(ボランティアによる)** 第2・3・4水曜 11:00~11:20

### ★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124  
■休館日/日曜・祝日

- やしょうま講習会** 7日(土) 13:00~
- ひまわりの日(小学生対象・毎週水曜日)**
- ゲーム** 4日(水) 15:45~16:30
- おはなし玉手箱** 18日(水) 15:45~16:30
- 工作(むくむくびっくりカップ)** 25日(水) 15:45~16:30
- ひまわりっ子クラブ** 時 10:00~12:00  
2・3歳児…水曜日 1歳児…木曜日 0歳児…金曜日

### ★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186  
■休館日/日曜・祝日

- おはなしいっぱい(読み聞かせ)** 6日(金) 11:00~11:30
- ミニ劇場(人形劇・パネルシアターほか)** 7日(土) 10:30~11:30
- キッズピクス(2・3歳児対象)** 9日(月) 10:30~11:00  
※持ち物…上履き
- キッズピクス(1歳児対象)** 20日(金) 10:30~11:00  
※持ち物…上履き
- チャレンジ(小学生・卓球教室)** 21日(土) 10:30~12:00  
要予約 ※小学生15人

## 市民憲章

安曇野市は、北アルプスの麓(ふもと)に広がり、美しい自然や豊かな歴史・文化に恵まれたまちです。

わたしたちは、ここに生きる幸せと誇りをもって、お互いに尊重し合い、より住みよいまちをつくるため、この憲章を定めます。

- 一、自然を愛し、水と緑豊かなまちをつくります
- 一、学ぶ心を育て、文化のかおるまちをつくります
- 一、思いやりを大切にし、健康であたたかいまちをつくります
- 一、働くことを喜び、活力のあるまちをつくります
- 一、支えあいの輪を広げ、安全で安心なまちをつくります



市の花: わさび



市の木: けやき

### ★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122  
■休館日/日曜・祝日

- こども会議(春祭りについて)** 7日(土) 14:00~14:30
- けん玉の日** 7日(土) 14:30~15:00
- 絵心教室(近藤佐智子先生)** 10日(火) 15:30~16:30
- パソコンの日** 14日(土) 10:00~12:00
- 卓球の日** 14日(土) 14:00~15:00
- 陶芸教室** 要予約 ※小学生以上15人 21日(土) 13:30~15:30
- 本と友だち** 21日(土) 16:00~16:30

### いっしょにあそぼう

- 絵本・紙しばい** 2・9・16・23日(月) 11:00~11:30
- まめまき** 6日(金) 11:00~11:30
- てぶくろ人形作り** 20日(金) 11:00~11:30
- リズム遊び** 27日(金) 11:00~11:30

### ★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152  
■休館日/日曜・祝日

- ママキッズピクス** 5日(木) 10:30~11:15
- 幼児安全法講習会** 6日(金) 10:30~11:30
- 子どもサークル** 14日(土) 10:30~  
カップケーキ作りとスポーツ
- おはなしムーン** 第1・3水曜日 11:00~

### ★高家児童館

TEL・FAX72-5685  
■休館日/日曜・祝日

- よちよちらんど 節分・豆まき** 2日(月) 10:30~
- とんとんらんど 木工工作** 6日(金) 10:30~  
木枝を使って動くおもちゃ作り
- ママキッズピクス** 19日(木) 10:30~
- リズム遊び** 26日(木) 10:30~
- おはなしムーン** 毎週火曜日 10:30~

### ★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494  
■休館日/土曜・日曜・祝日

- 豆まき会** 要予約 2日(月) 10:30~11:30
- やしょうま作り** 10日(火) 10:10~11:30  
要予約 ◎100円 ※15組
- 身体測定日** 20日(金) 10:00~12:00
- わらべ歌遊び(内山房子先生による)** 毎週月曜日 11:10~11:30
- 読み聞かせ(ボランティアによる)** 毎週火曜日 11:20~11:40

### ★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527  
■休館日/日曜・祝日

- 身体測定日** 3日(火) 10:00~12:00
- 寒さなんか吹きとばせ(餅つき)** 7日(土) 10:00~12:00  
要予約 ◎参加費 ※園児親子/小学生20組
- やしょうま作り** 16日(月) 10:00~12:00  
◎参加費 ※親子15組
- 読み聞かせ(ボランティアによる)** 毎週月曜日 11:20~11:40

## 各種相談

場…場所

問…問い合わせ

時…時間

### 栄養相談

要予約 時 9:30~11:30

- 12日(木) 場豊科保健センター (TEL72-9970・FAX72-9044)
- 12日(木) 場三郷保健センター (TEL77-9111・FAX77-9113)
- 12日(木) 場堀金保健センター (TEL73-5770・FAX73-5775)
- 16日(月) 場明科保健センター (TEL81-2251・FAX81-2943)
- 25日(水) 場穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)

※管理栄養士と栄養士が相談に応じます。

### 子ども・母子家庭・女性の相談

平日 時 8:30~17:00 要予約

場 児童保育課児童係 (TEL81-0727・FAX81-0703)

### 子育てに関する相談

母乳・育児相談 時 9:30~11:00

- 3日(火)・17日(火) 場明科保健センター (TEL81-2251・FAX81-2943)
- 5日(木)・19日(木) 場穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
- 10日(火)・24日(火) 場三郷保健センター (TEL77-9111・FAX77-9113)
- 13日(金) 場堀金保健センター (TEL73-5770・FAX73-5775)
- 25日(水) 場豊科保健センター (TEL72-9970・FAX72-9044)

※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。  
※母乳相談は 要予約

### 児童館の育児相談 ※就園前親子対象

- 20日(金) 時 10:20~11:20  
場 穂高西部児童館 (TEL・FAX82-2527)
- 3日(火)・17日(火) 時 10:00~12:00  
場 三郷児童館 (TEL76-0185・FAX76-0186)
- 4日(水) 時 10:00~12:00 ※子育て勉強会(10:30~)含む  
場 南穂高児童館 (TEL71-5150・FAX71-5152)
- 9日(月) 時 10:00~12:00  
場 穂高中央児童館 (TEL84-0762・FAX82-9621)

- 17日(火) 時 10:00~12:00  
場 高家児童館 (TEL・FAX72-5685)
- 19日(木) 時 10:00~11:20 要予約  
場 穂高北部児童館 (TEL・FAX83-5494)

### 子育て広場(子育て相談日) 時 10:30~12:00

13日(金) 場豊科中央児童館 (TEL・FAX72-0122)

### 保健師による相談 就園前親子対象 時 10:00~12:00

12日(木) 場穂高西部児童館 (TEL・FAX82-2527)

### 歯科相談 要予約 就園前親子対象 時 9:30~12:00

18日(水) 場穂高北部児童館 (TEL・FAX83-5494)

### 年金相談 時 9:30~16:00

25日(水) 場豊科公民館  
場 松本社会保険事務所 (TEL32-5821・FAX32-1011)

### 教育相談

問 教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238)  
学校教育課 (TEL62-0133・FAX62-5721)

### 教育全般に関する相談 要予約 ※11日は除く

毎週月~土曜日 時 9:00~16:00 (土曜日は15:00まで)  
場 教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238)

### グループ学習・親の会

10・24日(火) 時 14:00~16:00  
場 教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238)

### 介護相談 時 8:30~17:00

平日 場 地域包括支援センター (TEL81-0760・FAX81-0703)

### 消費生活相談 時 8:30~12:15

毎週火・木曜日 場 市民環境部環境課(穂高総合支所1階)  
場 市民環境部環境課 (TEL82-3131・FAX82-6622)

※電話での相談も可。

### 結婚相談 時 13:00~16:00

8日(日) 場穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)

15日(日) 場社会福祉協議会本所 (TEL72-1871・FAX72-9130)

22日(日) 場三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)

### 心配ごと相談・行政相談 (★は行政相談を同時開催)

9日(月)・★23日(月) 時 13:00~16:00  
場 堀金老人福祉センター (TEL73-5288・FAX73-5775)

10日(火)・★24日(火) 時 13:00~16:00  
場 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)

12日(木)・★25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)

12日(木)・★26日(木) 時 13:00~16:00  
場 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)

13日(金)・★27日(金) 時 13:00~16:00  
場 明科総合福祉センター (TEL62-2429・FAX62-5025)

問 心配ごと相談…上記へ

問 行政相談…総務部総務課 (TEL71-2000・FAX71-5000)

### 弁護士会による無料法律相談 要予約

12日(木) 時 13:30~16:30 ※相談時間は1人20分  
場 明科総合支所 第2会議室  
予約・問 総務部総務課庶務係 (TEL71-2000・FAX71-5000)

※予約受付…2月5日(木) 9:00~12:00 (受付は電話のみ)  
※相談者(定員8人)は抽選で決定(先着順ではありません)

### 人権相談所 時 10:00~15:00

問 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

6日(金) 場豊科公民館 (TEL72-2158・FAX73-6401)

※今回は、女性のための人権相談です。