

児童館の予定

育児相談は右頁参照



… 乳幼児対象



… 参加費

★高家児童館

TEL・FAX72-5685
■休館日/日曜・祝日

- よちよちらんど** ～やきいも会～ 5日(木) 10:30～
50円 ※自由参加
- 乳幼児安全法講習会** 18日(水) 10:00～11:30
要申込 200円 ※テキスト代含む
- ママキッズピクス** 19日(木) 10:15～11:00
- 食の伝統文化子ども教室** ～すいとん作り～ 26日(木) 10:30～12:00
要申込 親子で150円
- よちよちらんど** ～豚汁会～ 30日(月) 10:30～11:30
親子で50円 ※参加自由・持ち物…はし・おわん
- おはなしムーン** 毎週火曜日 10:30～
(読み聞かせボランティア)

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527
■休館日/日曜・祝日

- 身体測定日** 4日(水) 10:00～12:00
- 親子ピクス** (沖 由美子先生) 4日(水) 10:00～11:00
要予約 ※1歳半～3歳児位・乳幼児親子20組
- 季節の行事** ⑧ ～焼き芋会～ 19日(木) 10:00～11:30
要予約 100円 ※乳幼児親子20組
- 物作り教室** ～リース作り～ 28日(土) 10:00～11:30
要予約 100円 ※20組
- おはなしどりいむ** 第2・4月曜日 11:20～11:40
(読み聞かせボランティア)

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186
■休館日/日曜・祝日

- おはないつぱい** ～よみかせ～ 6日(金)・19日(木) 11:00～11:30
- おはないつぱい** ～パネルシアター～ 20日(金) 11:00～11:30
- おひさま農園** ～収穫祭～ 14日(土) 10:30～12:30
※登録児
- ちびっこクッキング** ～かぼちゃ味のういろ～ 24日(火) 10:00～12:00
要予約 参加費 ※親子20組
- みんななかよし** 要予約
- さくらんぼくらぶ0才児** ～赤ちゃん教室～ 12日(木) 10:30～11:00
- いちごくらぶ1才児** ～親子体操～ 2日(月) 10:30～11:00
- りんごくらぶ2・3才児** ～親子体操～ 26日(木) 10:30～11:00

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124
■休館日/日曜・祝日

- ひまわりの日** ※参加自由
- 紙バンドこま作り** 4日(水) 15:45～16:30
- おはなし玉手箱** 11日(水) 15:45～16:30
- うちわひこうき作り** 18日(水) 15:45～16:30
- おはなし玉手箱** 25日(水) 15:45～16:30

ひまわりっ子クラブ

- 2・3歳** ※登録児 …… 毎週水曜日 10:00～12:00
- 1歳** ※登録児 …… 毎週木曜日 10:00～12:00
- 0歳** ※登録児 …… 毎週金曜日 10:00～12:00

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621
■休館日/日曜・祝日

- 安曇野めぐり**④ ～アウトドア料理～ 7日(土) 10:00～12:00
要予約 参加費 ※15組
- 運動遊び** (柳澤有希先生) 18日(水) 10:00～11:00
要予約 ※3歳以上・乳幼児親子20組
- 身体測定日** 26日(木) 10:00～12:00
- 工作の日** 28日(土) 10:00～11:30
- キッズリユース広場** ～お下がり会～ 30日(月) 10:30～11:00
- おはなしどりいむ** 第1・2・3水曜日 10:00～11:20
(読み聞かせボランティア)

子育て勉強会 ※内容・時間はお問い合わせください。

- ステップ講座①** 6日(金)
- ステップ講座②** 20日(金)
- ステップ講座③** 27日(金)

★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152
■休館日/日曜・祝日

- やきいも会** 4日(水) 10:30～
要予約 1組 50円
- ママキッズピクス** 5日(木) 10:15～11:00
- とよしな農村女性学習会のおやき作り** 20日(金) 10:00～
要予約 親子150円 ※30組
- 子どもサークル** ～もちつき～ 28日(土) 10:30～
1セット100円
- おはなしムーン** 毎週水曜日 11:00～
(読み聞かせボランティア)

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494
■休館日/土曜・日曜・祝日

- リトミック** (榎下田裕美子先生) 17日(火) 10:30～11:30
要予約 ※0歳～1歳半位・乳幼児親子20組
- 身体測定日** 20日(金) 9:30～12:00
- おはなしどりいむ** 第2・4火曜日 11:20～11:40
(読み聞かせボランティア)
- わらべ唄・手遊び** (内山房子先生) 毎週月曜日 11:10～11:30

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122
■休館日/日曜・祝日

- 子ども会議** ～クリスマス会の内容計画～ 7日(土) 14:00～15:00
- パソコンの日** 14・28日(土) 10:00～12:00
- 卓球教室** (講師:西村佐保子先生) 14日(土) 14:00～
- スクスク広場** (子育て勉強会) 25日(水) 10:00～11:00
要予約 ※託児付き、申し込み開始10/26(月)
- ポッチャボール大会** 28日(土) 14:00～15:00
- 読み聞かせ** ～絵本・紙芝居～ 2・9・16・30日(月) 11:00～11:30
(ボランティアによる)

いっしょにあそぼう

- さんぼ** ※天候により変更あり 6日(金) 11:00～11:30
- はっぱあそび** ※天候により変更あり 20日(金) 11:00～11:30
- リズム遊び** 27日(金) 11:00～11:30

各種相談

■…場所

●…問い合わせ

■…時間

📖 教育相談 要予約 9:00～16:00

毎週月～金曜日 ※3・23日を除く
■教育相談室 (豊科公民館内) (TEL72-2238)
●園学校教育課 (TEL62-0133・FAX62-5721)

🏠 いじめ相談ホットライン 8:30～17:15

毎週月～金曜日 ※3・23日を除く
■明科総合支所北庁舎内 学校教育指導員室
(TEL62-3521・FAX62-5721)

🍼 子育てに関する相談

母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約 9:30～11:00

5日(木)・19日(木) ■■穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
10日(火) ■■明科保健センター (TEL81-2251・FAX81-2943)
11日(水)・25日(水) ■■豊科保健センター (TEL72-9970・FAX72-9044)
12日(木)・26日(木) ■■堀金保健センター (TEL73-5770・FAX73-5775)
17日(火) ■■三郷保健センター (TEL77-9111・FAX77-9113)
※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 ※就園前親子対象

5日(木) ■ 11:00～
■園南穂高児童館 (TEL71-5150・FAX71-5152)

5日(木) ■ 10:00～12:00
■園三郷児童館 (TEL76-0185・FAX76-0186)

13日(金) ■ 10:00～12:00
■園豊科中央児童館 (TEL・FAX72-0122)

17日(火) ■ 11:00～
■園高家児童館 (TEL・FAX72-5685)

👨‍👩‍👧 子ども・母子家庭・女性の相談

平日 ■ 8:30～17:00 要予約
■園児童保育課児童係 (TEL81-0727・FAX81-0703)

🏠 消費生活相談 8:30～17:15 ※電話相談も可。

平日 ■ 市民環境部環境課(穂高総合支所1階)
●市民環境部環境課 (TEL82-3131・FAX82-6622)
※毎週火・木曜日の午前中は相談員が駐在。

👰 結婚相談 13:00～16:00

8日(日) ■■堀金老人福祉センター (TEL73-5288・FAX73-5773)
15日(日) ■■豊科老人福祉センター (TEL73-7143・FAX73-7147)
22日(日) ■■明科総合福祉センター (TEL62-2429・FAX62-5025)

11月の休日当番医

(変更になる場合があります。ご利用前に医療情報案内 ☎0120-890-423) でご確認ください。

1日(日)	3日(火・祝)	8日(日)	15日(日)	22日(日)	23日(月・祝)	29日(日)
伊藤 医院 62-2051 [明科]	塔の原内川医院 81-2121 [明科]	堀内 医院 82-3324 [穂高]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	やざき診療所 62-2360 [明科]	古川 医院 82-4385 [穂高]	清沢 医院 82-7600 [穂高]
中田 医院 82-2339 [穂高]	百瀬 医院 82-2205 [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]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	柏原クリニック 82-7222 [穂高]	神谷小児科医院 72-5162 [豊科]
丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	和田 医院 72-2047 [堀金]	木暮 医院 77-2119 [三郷]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	たかはしクリニック 77-7880 [三郷]	池田 医院 77-2055 [三郷]
天野 歯科医院 73-4182 [豊科]	かえで歯科医院 82-4105 [穂高]	いさつ 歯科医院 73-0648 [豊科]	さとう 歯科医院 81-5155 [穂高]	アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	佐野歯科クリニック 82-2073 [穂高]	笠原 歯科医院 72-2108 [豊科]

🗑️ 心配ごと相談・行政相談 (*は行政相談を同時開催)

9日(月)・*24日(火) ■ 13:00～16:00
■堀金老人福祉センター (TEL73-5288・FAX73-5775)

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

11日(水)・*25日(水) ■ 13:00～16:00
■豊科ささえあいセンター「にじ」 (TEL72-3013・FAX72-5422)

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

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

●心配ごと相談…上記へ
●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) ■ 13:30～16:30 ※相談時間は1人20分
■園三郷総合支所第3会議室
要予約・園総務部総務課庶務係 (TEL71-2000・FAX71-5000)
※予約受付…11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)

🏠 こころの相談

精神保健相談 要予約 14:00～

毎週月・木曜日(第5を除く) ■ 松本保健福祉事務所

5日(木) ■ 県安曇野庁舎1階相談室

●園松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

依存症相談 要予約 14:00～

6日(金) ■ 園松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)

自殺関連相談 こころの相談統一ダイヤル 9:30～16:00

平日 ■ 園県精神保健福祉センター(専用TEL0570-064556)

🏠 介護相談 8:30～17:00

平日 ■ 園市地域包括支援センター(穂高健康支援センター内)
(TEL81-0760・FAX81-0703)

平日 ■ 園東部地域包括支援センター(豊科保健センター内)
(TEL72-9986・FAX72-9044)

🏠 人権相談所 10:00～15:00 園法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

16日(月) ■ 明科総合支所

21日(土) ■ 穂高会館 ※女性のための人権相談です。