5月の予定 May

各種相談
場…場所　問…問い合わせ　時…時間

教育に関する相談

教育全般 要予約　時 10:00 ～ 16:00
毎週月～土曜日　※3～5日は除く
場問教育相談室（豊科公民館内）（TEL72-2238・FAX62-5721）

親の会　時 13:00 ～ 15:00
17日(火)問場豊科公民館教育相談室（TEL72-2238・FAX62-5721）

いじめ相談ホットライン　時 8:30 ～ 17:15
毎週月～金曜日　※3～5日は除く
場問学校教育指導員室（明科総合支所舎内）（TEL62-3521・FAX62-5721）

中間教室ねむの木 親の会　時 13:00 ～ 15:00
10日(火)場問中間教室ねむの木（新田神社南奥）（TEL・FAX73-1624）

子ども・母子家庭・女性の相談
平日　時 8:30 ～ 17:00 要予約
場問児童保育課児童係（TEL81-0727・FAX81-0703）

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 ～
毎週月・木曜日（第5・祝日を除く）
場問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 14:00 ～
6日(金)場問松本保健福祉事務所（TEL40-1938・FAX47-9293）

精神保健福祉相談 ※来所は 要予約　時 8:30 ～ 17:15
平日　場問県精神保健福祉センター（TEL026-227-1810）

自殺関連相談 **こころの相談統一ダイヤル**　時 9:30 ～ 16:00
平日　場問県精神保健福祉センター（専用TEL0570-064556）

あづみ野断酒会　時 19:00 ～ 21:00
11・18・25日(水)　場豊科公民館
問健康推進課保健予防担当（TEL81-0726・FAX81-0703）
※体験を語り合いながら断酒を目指します。18日は家族会を開催。

消費生活相談
時 平日の8:30～17:15 ※電話相談も可。
場問生活環境課消費生活係（穂高総合支所1階）
（TEL82-3131・FAX82-6622）
※毎週火・木曜日の午前中、水曜日の午後は相談員が在駐
消費者ホットライン（TEL0570-064-370）（ゼロ・ゴー・ナナ・ゼロ　守ろうよ、みんなを）

生活労働相談
時 18:00 ～ 20:00
11日(水)場安曇野市地域職業相談室（安曇野赤十字病院西隣）
問商工観光部商工労政課（TEL82-3131・FAX82-6622）

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）
11日(水)・★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・FAX71-5155）

介護相談
時 平日の 8:30 ～ 17:00
場問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）
場問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）
場問南部地域包括支援センター（三郷総合支所内）
（TEL77-4007・FAX77-4087）

子育てに関する相談
母乳・育児相談 ※母乳相談は 要予約　時 9:30 ～ 11:00
10日㈫・24日㈫　場問堀金保健センター（TEL73-5770・FAX73-5775）
11日㈬・25日㈬　場問豊科保健センター（TEL72-9970・FAX72-9044）
12日㈭・26日㈭　場問三郷保健センター（TEL77-9111・FAX77-9113）
17日㈫　場問明科保健センター（TEL81-2251・FAX81-2943）
19日㈭　場問穂高保健センター（TEL81-0711・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。

結婚相談
時 13:00～16:00
8日(日)場問堀金老人福祉センター　（TEL73-5288・FAX73-5775）
15日(日)場問明科総合福祉センター「あいりす」　（TEL62-2429・FAX62-5025）
29日(日)場問市社会福祉協議会本所（TEL72-1871・FAX72-9130）

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
場豊科公民館　小会議室
予約・問 総務部総務課庶務係（TEL71-2000・FAX71-5155）
※予約受付…5月6日(金) 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）

5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）	4日（水・祝）	5日（木・祝）	8日（日）	15日（日）	22日（日）	29日（日）
堀内医院 82-3324［穂高］	古川医院 82-4385［穂高］	伊藤医院 62-2051［明科］	穂高病院 82-2474［穂高］	小田切医院 83-6025［穂高］	塔の原内川医院 81-2121［明科］	穂高ハートクリニック 50-6731［穂高］	根津内科医院 82-8382［穂高］
百瀬医院 82-2205［穂高］	ふじもり医院 72-2011［豊科］	柏原クリニック 82-7222［穂高］	須澤クリニック 82-2993［穂高］	せき泌尿器科クリニック 82-0666［穂高］	高橋医院 82-2561［穂高］	石田医院 72-2766［豊科］	楢本内科医院 73-0616［豊科］
和田医院 72-2047［堀金］	赤津整形外科クリニック 76-3133［三郷］	木暮医院 77-2119［三郷］	土屋クリニック 71-1811［豊科］	こうの内科循環器科 71-5881［豊科］	中萱医院 77-2130［三郷］	池田医院 77-2055［三郷］	たかはしクリニック 77-7880［三郷］
小山歯科医院 62-3080［明科］	天野歯科医院 73-4182［豊科］	アルプス歯科クリニック 77-8901［三郷］	ちかぞえ歯科医院 88-7770［豊科］	よこさわ歯科医院 82-2121［穂高］	山本歯科医院 72-5748［豊科］	さとう歯科医院 81-5155［穂高］	飯田歯科医院 73-7618［豊科］

児童館の予定
育児相談は右頁参照　・・・乳幼児対象　・・・参加費
※豊科・穂高地域の児童館は、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。

★豊科中央児童館
TEL・FAX72-0122　■休館日／日曜・祝日

- **パソコンの日**　7日・21日(土)　10:00 ～ 12:00
- **育児相談**　13日(金)　10:30 ～ 12:00
- **チャレンジクラブ** 豊科高校演奏会　14日(土)　14:00 ～ 15:00
- **ドッチボールの日**　21日(土)　14:00 ～ 15:00
- **卓球の日**　28日(土)　14:00 ～ 15:00
- **読み聞かせ**　毎週月曜日　11:00 ～ 11:30

いっしょにあそぼう　11:00～11:30
こいのぼり作り　20日（金）／**リズム遊び**　27日（金）

ぱくぱくらんど参加者募集！
5月～9月までの月1回（全5回）、親子でおやつ作りを行います。
対象：乳幼児親子（2歳以上の未就園児）　10組程度
日程：5/18・6/8・7/5・8/24・9/14　時間：10:00 ～ 11:30
費用：毎回150円（親100円・子ども50円）
申し込み：4/18(金)～5/10(火)豊科中央児童館にて受付

★高家児童館
TEL・FAX72-5685　■休館日／日曜・祝日

- **こいのぼりカレー会**　11日(水)　10:30 ～ 11:30
  100円 ※持ち物：ご飯・スプーン・カレー用容器（親子分）
- **育児相談**　17日(火)　11:00 ～ 12:00
- **ママキッズ・ビクス**　19日(木)　10:15 ～ 11:00
- **ホイルケーキ作り**　20日(金)　10:30 ～ 11:30
  要予約（電話不可）親子で100円
- **野外活動「飯盒炊さん＆宝探し」**　28日(土)　10:00 ～ 12:00
  要予約 小学生150円・幼児親子200円
- **絵本・紙芝居の読み聞かせ**　毎週火曜日　10:30 ～ 11:00

★南穂高児童館「にこにこランド」
TEL71-5150 FAX71-5152　■休館日／日曜・祝日

- おはなしムーンさんによる **読み聞かせ・紙芝居**　11日(水)　11:00 ～
- **ママキッズ・ビクス**　12日(木)　10:15 ～ 11:00
- **育児相談**　12日(木)　11:00 ～ 12:00
- **リズム遊び**　27日(金)　10:30 ～ 11:30

★三郷児童館
TEL76-0185 FAX76-0186　■休館日／日曜・祝日

- **育児相談**　9日(月)　10:00 ～ 12:00
  ※対象：乳幼児～18歳　予約制（当日も可）
- **おはなしいっぱい**　13日(金)・16日(月)・27日(金)　11:00 ～ 11:30
  ～読み聞かせパネルシアター他～
- **あつまれ小学生！**　14日(土)　10:00 ～ 12:00
  ～楽しいお菓子作り～ 要予約 ※約15名　材料費
- **子育てひろば**　18日(水)　10:00 ～ 12:00
- **木工工作** ～くるまづくり～　19日(木)　10:30 ～ 11:30
  要予約 ※約20名　材料費
- **おひさま農園** ※登録制　28日(土)　9:30 ～ 10:30
  ～さつまいも植え・にんじん種まき・草取り～

みんななかよし ※要予約　10：30 ～ 11：00
- **さくらんぼくらぶ**（0歳児）～牛乳パックのおもちゃ作り～ ※10組　10日(火)
- **さくらんぼくらぶ**（0歳児）～触れ合いあそび～ ※10組　24日(火)
- **いちごくらぶ**（1歳児）～牛乳パックのおもちゃ作り～ ※15組　11日(水)
- **りんごくらぶ**（2・3歳児）～遊べるこいのぼり～ ※15組　12日(木)
- **いちご・りんごくらぶ**（1～3歳児）～親子体操～　26日(木)

★穂高中央児童館
TEL84-0762 FAX82-9621　■休館日／日曜・祝日

- **チャレンジクラブ**　14日(土)　10:30 ～ 11:30
- **安曇野めぐり「光城山登山」**　21日(土)　9:15 ～ 12:30
  要予約 ※10組・登山口集合（9：15までに）・雨天中止
- **身体測定日**　23日(月)　10:00 ～ 12:00
- **キッズリユース広場「お下がり会」**　30日(月)　10:30 ～ 11:30
  ※出品希望者は10：30までに来館し、物品を並べてください。
- **おはなしどりぃむ**（読み聞かせ）　第1・2・3水曜日　11:00 ～ 11:20

★穂高北部児童館
TEL・FAX83-5494　■休館日／土曜・日曜・祝日

- **端午の節句**　10日(火)　10:30 ～ 11:30
  要予約 100円 ※親子20組
- **育児相談** ※内山房子相談員　16日(月)　11:30 ～ 12:00
- **身体測定日**　20日(金)　10:00 ～ 12:00
- **アウトドアチャレンジ**　28日(土)　9:15 ～ 13:30
  ～満願寺へいこう～ 要予約 ※小学生以上20組程度・詳細は児童館まで
- **児童館で聞く、保育園のおはなし**　31日(火)　10:30 ～ 11:30
  要予約 ※講師：保育専門指導員　木藤不二子先生
- **おはなしどりぃむ**（読み聞かせ）　13・27日(金)　11:20 ～
- **わらべ唄・手遊び** ※内山房子先生　毎週月曜日　11:10 ～ 11:30

★穂高西部児童館
TEL・FAX82-2527　■休館日／日曜・祝日

- **身体測定日**　2日(月)　10:00 ～ 12:00
- **端午の節句**　6日(金)　10:15 ～ 11:30
  要予約 100円 ※親子20組
- **育児相談** ※荒深たつ子相談員　9日(月)　10:30 ～ 12:00
- **ミニ運動会**　23日(月)　11:15 ～ 11:30
  要予約 100円 ※親子20組
- **おはなしどりぃむ**（読み聞かせ）　第2・4月曜日　11:20 ～ 11:40

★堀金児童館
TEL72-2122・FAX71-2126　■休館日／日曜・祝日

親子ふれあい広場 ※登録幼児対象　9：30 ～ 11：00
1歳以上児…10・24日(火)／**2歳半以上児**…12・26日(木)

『堀金親子ふれあい広場』　登録親子を募集
親子ふれあい広場は半年間の登録制で、隔週火・木曜日に年齢ごとさまざまな活動を行います。詳しくは堀金児童館へお問い合わせください。
①費　用：材料費等（1回100円～200円程度）
②対　象：堀金地域在住で1歳以上（平成23年3月末時点）の未就園児親子

★明科児童館
TEL62-2482 FAX62-1124　■休館日／日曜・祝日

ひまわりの日（小学生対象）　15:45～16:30
お話玉手箱　11日(水)／**円盤フリスビー作り**　25日(水)

ひまわりっ子クラブ ※登録児対象　10:00～12:00
2・3歳児…第2・3・4水曜日／1歳児…第2・3・4木曜日
0歳児…第2・3・4金曜日
※内容…中庭あそび・戸外あそび・こいのぼり製作