

# 11月の児童館の予定

…乳幼児対象 …参加費

※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。

## ★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122  
■休館日／日曜・祝日

- 卓球教室** 9日(土) 14:00～15:00  
対：小学生以上
- 読み聞かせ** 18日(月) 11:00～  
(おはなしムーン)
- 子育て勉強会** 27日(水) 10:30～11:30  
入園準備～コップ袋を手作りしよう～  
要予約 定：15組、持：布(55cm四方程度、紐50cm、裁縫道具)、  
託児あり

## ★高家児童館

TEL・FAX72-5685  
■休館日／日曜・祝日

- チャレンジタイム** 16日(土) 10:30～12:00  
押し花はがき作り  
要予約 1枚あたり20円 対：小学生、定：20人、持：ピンセットと飲み物  
◆オリジナル押し花はがきをつくりませんか？

- 読み聞かせ** 7・21日(木) 11:00～11:30  
(おはなしムーン)

- 読み聞かせ** 14・28日(木) 11:00～11:30  
(コロボックル)

## ★南穂高児童館「にこにこランド」

TEL71-5150 FAX71-5152  
■休館日／日曜・祝日

- 読み聞かせ** 11・18日(月) 11:00～11:20  
(おはなしムーン)

## ★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621  
■休館日／日曜・祝日

- 穂高地区児童館祭り** 9日(土) 10:00～13:00  
200円 ◆TKJB スイング☆キッズ演奏による開催セレモニー・マジックショー・工作・豚汁など各種お楽しみがいっぱい。

- チャレンジタイム** 9日(土) 10:00～13:00  
要予約 対：小学生、◆穂高地区児童館祭りのワンコーナーを運営してお祭りを盛り上げよう。

- チャレンジタイム** 16日(土) 10:00～12:00  
ペットボトルを使ったオブジェ作りに挑戦!  
要予約 対：小学生、定：10組、◆イルミネーションで飾り付けをしてみよう。

- 読み聞かせ** 20日(水) 11:00～11:20  
(おはなしどりいむ)

## ★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527  
■休館日／日曜・祝日

- 読み聞かせ** 11日(月) 11:20～11:40  
(おはなしどりいむ)

## ★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494  
■休館日／日曜・祝日

- 読み聞かせ** 1・22日(金) 11:00～11:20  
(おはなしどりいむ)

- チャレンジタイム** 16日(土) 10:00～12:00  
写真立てづくり  
要予約 対：小学生・乳幼児 ◆秋の贈り物を使って、オリジナルの写真立てを作ろう!

- クリスマスリース作り** 28日(木) 10:00～12:00  
要予約 300円 ◆世界に一つのオリジナルリースを素敵な布で作みましょう。

## ★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186  
■休館日／日曜・祝日

- 読み聞かせ** 15日(金) 11:00～11:30  
(スマイル)

## ★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126  
■休館日／日曜・祝日

- チャレンジタイム** 16日(土) 10:00～  
ワインナーパン&野菜バーベキュー!!  
要予約 100円 対：小学生、定：20人 ◆な、な、なんと!バーベキューでパン作り!みんなで作って食べましょう!

- お下がり会** 25日(月) 10:30～11:30  
◆不要になった子供服、おもちゃなどを持ち寄って、お気に入りを持ってきましょう。 ※当日来られない方はお預りします。

## ★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124  
■休館日／日曜・祝日

- 子育て勉強会** 1日(金) 10:30～11:30  
色良(いろいく)でわくわく!  
要予約 150円 定：20組 ◆託児あり

- ひまわりチャレンジ** 30日(土) 10:00～12:00  
手作りうどん作り  
要予約 100円 対：小学生、定：20人 ◆手打ちうどんづくりを体験!おいしいかまあげいただきます。

児童館の育児相談			※穂高地域の3館のみ身体測定も同時に実施します。		
1日(金) 10:30～12:00	穂高西部	8日(金) 10:30～12:00	豊科中央・穂高北部		
15日(金) 10:30～12:00	高家・穂高中央	18日(月) 10:30～12:00	堀金・明科・三郷		
22日(金) 10:30～12:00	南穂高				

## 11月のキッズパーク

※詳細は各館にお問い合わせください。(※各館5組程度自由参加可能です)

高家児童館	焼いも会	5・6・7日	10:30～11:30	三郷児童館	焼いも会	6・7日	10:30～11:30
	小麦粉粘土	19・20・21日	10:30～11:30		堀金児童館	焼いも会	6・7日
穂高中央児童館	焼いも会	6日	10:30～12:00	明科児童館	色々子育てお話し会	19・20・21日	10:30～11:30
	子育て講話	19・20・21日	10:30～11:30				
穂高西部児童館	焼いも会	5日	10:30～11:30				

キッズパークは就園前の親子登録制サークルです。キッズパークでは、お子さんと一緒に楽しめる様々な行事を予定しています。保護者の皆さんにとっても、同じ子育て世代の皆さんと知り合える貴重な機会です。参加をご希望の方は、あらかじめ各児童館にお申込みください。

# 11月(November)の予定

## 11月の各種相談

場…場所 問…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～

毎週月・木曜日(第5・祝日を除く)

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 13:30～

1日(金) 圃松本保健福祉事務所(Tel40-1938・FAX47-9293)

あずみ野懇話会 時 19:00～21:00

6・13・20・27日(水) ※6・20日は家族会 圃豊科公民館和室

圃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。

### 心配ごと相談・行政相談

(※は行政相談を同時開催)

5日(火)・★18日(月) 時 13:00～16:00

場 堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・FAX73-5775)

5日(火)・★19日(火) 時 13:00～16:00

場 穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)

6日(水)・★20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)

7日(木)・★21日(木) 時 13:00～16:00

場 三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)

8日(金)・★22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)

圃心配ごと相談…上記へ

圃行政相談…総務部総務課(Tel71-2000・FAX71-5155)

### 子ども・母子家庭・女性の相談

要予約

平日 時 8:30～17:00

場 圃児童保育課児童係(Tel81-0727・FAX81-0703)

### 教育に関する相談

教育全般(不登校・ひきこもり・発達障害など) 時 10:00～16:00

毎週月～金曜日 要予約(4日は除く)

場 圃教育相談室(豊科公民館内)(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(4日は除く)

場 圃教育指導室(教育委員会事務所)(Tel62-3521・FAX62-5721)

### 消費生活相談

時 平日の9:00～16:00 ※電話相談も可。

場 圃消費生活センター(穂高総合支所1階)

(Tel直通71-2100、携帯090-5203-2011、代表82-3131・FAX82-6622)

消費者ホットライン(Tel0570-064-370)(ゼロ・ゴー・ナ・ゼロ 守ろうよ、みんなを)

### 人権特設相談所

時 10:00～15:00

15日(金) 場 穂高総合支所 ※女性のための人権相談日です

21日(木) 場 三郷公民館

圃法務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)

### 弁護士会による無料法律相談

要予約

14日(木) (予約日:7日(木))

場 豊科交流学習センター「きぼう」学習室1

28日(木) (予約日:21日(木))

場 穂高総合支所 大会議室

時 いずれも13:30～16:30 ※1人20分、定員8人

圃総務部総務課(Tel71-2000・FAX71-5155)

※電話予約…予約日の9:00～12:00

※定員8名を超えた場合は抽選(先着順ではありません)

※係争中のもの、すでに弁護士に相談中の事項はお受けできません。

### 母乳・育児相談

※母乳相談は 要予約 時 9:30～11:00

5・19日(火) 圃明科保健センター(Tel81-2251・FAX81-2943)

7・21日(木) 圃穂高保健センター(Tel81-0711・FAX81-0703)

12日(火) 圃堀金保健センター(Tel73-5770・FAX73-5775)

13・27日(水) 圃豊科保健センター(Tel72-9970・FAX72-9044)

14・28日(木) 圃三郷保健センター(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

10日(日) 圃堀金憩いの里うらら (Tel73-5288・FAX73-5775)

17日(日) 圃明科総合福祉センター「あいりす」 (Tel62-2429・FAX62-5025)

24日(日) 圃市社会福祉協議会本所 (Tel72-1871・FAX72-9130)

### 介護相談

時 平日の8:30～17:00

場 圃北部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 圃東部地域包括支援センター(豊科総合支所内)

(Tel72-9986・FAX72-8340)

場 圃南部地域包括支援センター(三郷総合支所内)

(Tel77-4007・FAX77-4087)

### 生活労働相談

時 18:00～20:00

13日(水) 圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)

圃商工観光部商工労政課(Tel82-3131・FAX82-6622)

※メール相談も受付中。詳しくは長野県中信労政事務所ホームページにアクセスを。

### わかもの就職サポート相談会

時 13:30～16:30 要予約

15日(金) 圃安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)

圃商工観光部商工労政課(Tel82-3131・FAX82-6622)

※40歳前半までの自己分析や就職活動にお悩みの方、ご相談ください。

### 行政書士による無料相談

要予約

21日(木) 時 13:00～15:00(相続・遺言手続・成年後見等)

圃豊科交流学習センター「きぼう」

圃長野県行政書士会松本支部(Tel33-7166・FAX32-0151)

※開催日の2日前までにご予約ください。

## 11月の休日当番医

(変更になる場合があります。) 長野県休日・夜間緊急医案内サービス

3日(日・祝)	4日(月・振休)	10日(日)	17日(日)	23日(土・祝)	24日(日)
塔の原内川医院 81-2121【明科】	やざき診療所 62-2360【明科】	伊藤医院 62-2051【明科】	古川医院 82-4385【穂高】	前角整形外科医院 82-1478【穂高】	武田内科クリニック 88-6500【穂高】
神谷小児科医院 72-5162【豊科】	高橋医院 82-2561【穂高】	須澤クリニック 82-2993【穂高】	穂高ハートクリニック 50-6731【穂高】	百瀬医院 82-2205【穂高】	せき泌尿器科クリニック 82-0666【穂高】
白木医院 77-2134【三郷】	鶴見医院 72-4500【豊科】	こうの内科循環器科 71-5881【豊科】	赤津整形外科クリニック 87-3133【三郷】	ヴェリタス堀金診療所 87-6700【堀金】	中田医院 82-2339【穂高】
上條歯科医院 82-2215【穂高】	かえて歯科医院 82-4105【穂高】	石田歯科医院 62-2688【明科】	いさつ歯科医院 73-0648【豊科】	アルプス歯科クリニック 77-8901【三郷】	けやき歯科 72-7272【堀金】