

12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。

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

■休館日／日曜・祝日

読み聞かせ
(おはなしどりいむ)

6・27日(金) 11:00～11:20

読み聞かせ
(坂井節子さん)

13・20日(金) 11:00～11:20

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

■休館日／日曜・祝日

チャレンジタイム
寒さを吹っ飛ばせ！ドッチビー大会

21日(土) 9:30～12:00

要予約●100円 対象：小学生 会場：堀金児童館 ★堀金児童館と交流をしよう！ナンバーワンドッチビープレーヤーは君だっ！

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

■休館日／日曜・祝日

子育て勉強会
乳幼児安全法について

2日(月) 10:30～11:30

要予約●200円 定員：乳幼児親子30組

お餅つき＆観劇会

7日(土) 10:30～12:00

要予約●100円 対象：乳幼児以上60組 ★臼と杵を使ってべったんべったんとお餅つきを体験しよう。劇団「こまねづみ」さんの楽しい劇も見えます。

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

■休館日／日曜・祝日

チャレンジタイム
寒さを吹っ飛ばせ！ドッチビー大会！

21日(土) 9:30～12:00

要予約●100円 対象：小学生 会場：堀金児童館 ★穂高西部児童館と交流をしよう！ナンバーワンドッチビープレーヤーは君だっ！

★南穂高児童館「にここらんど」

TEL71-5150 FAX71-5152

■休館日／日曜・祝日

読み聞かせ
(おはなしムーン)

2日(月) 11:00～11:20

クッキー作り

14日(土) 10:00～11:00

要予約●100円 クリスマスクッキーを作ろう！

★豊科中央児童館

TEL・FAX72-0122

■休館日／日曜・祝日

卓球教室
対象：小学生以上

14日(土) 14:00～15:00

読み聞かせ
(おはなしムーン)

16日(月) 11:00～

チャレンジタイム
クリスマス会

21日(土) 14:00～16:00

要予約●200円 対象：小学生以上 定員：25組まで 持ち物：エプロン・三角巾・飲み物

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

■休館日／日曜・祝日

お年寄りの知恵袋
おもちつき

7日(土) 10:30～12:00

要予約●100円 対象：乳幼児親子・小学生 定員：80組 持ち物：飲み物・手拭き・防寒着 ★臼と杵でついたおいしいお餅を食べて寒さを吹き飛ばそう。

読み聞かせ
(おはなしムーン)

5・19日(木) 11:00～11:30

読み聞かせ
(コロボックル)

2・26日(木) 11:00～11:30

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

■休館日／日曜・祝日

ひまわりチャレンジ
クリスマス飾りを作ろう

11日(水)～17日(火) 14:30～

対象：小学生 ★素敵なクリスマス飾りを手作りしましょう！期間中あそびに来れば、いつでも作れます。1人1つです！

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

■休館日／日曜・祝日

チャレンジタイム
押し花年賀はがき作り

14日(土) 10:30～11:30

要予約●20円(はがき持参の場合は10円) 対象：乳幼児親子・小学生 ★オリジナル年賀はがきをつくろう。

お下がり会

16日(月) 10:30～11:30

出品される方は事前にご連絡ください。出品物が残った時はお持ち帰りください。

読み聞かせ
(スマイル)

20日(金) 11:00～11:30

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。			
6日(金)	10:30～12:00	穂高西部	13日(金)	10:30～12:00	豊科中央・高家・穂高北部		
9日(月)	10:30～12:00	三郷・堀金・明科	20日(金)	10:30～12:00	南穂高・穂高中央		

12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	おやつ作り	3・4・5日	10:30～11:30	明科児童館	リズム遊び	3・4・5日	10:30～11:30	穂高西部児童館	おやつ作り	3・4・5日	10:30～11:30
	リズム遊び	10・11・12日	10:30～11:30		おやつ作り	10・11・12日	10:30～11:30				
	クリスマス会	17・18・19日	10:30～11:30		クリスマス会	17・18・19日	10:30～11:30				
穂高中央児童館 ・ 堀金児童館	おやつ作り	3・4・5日	10:30～11:30	★キッズパークは、就園前のお子さんを対象にした親子登録制のサークルです。お子さんと一緒に様々な行事を楽しみましょう。参加希望の人は、あらかじめ各児童館にお申込みください。							
	リズム遊び	10・11・12日	10:30～11:30								
	クリスマス会	17・19日	10:30～11:30								

12月(December)の予定

12月の各種相談

場…場所 図…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～

6日(金)場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

4・11・18・25日(水) ※4・18日は家族会 場圃豊科公民館和室
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)

2日(月)・★16日(月) 時 13:00～16:00

場堀金憩いの里うらら(Tel73-5288・FAX73-5775)

3日(火)・★17日(火) 時 13:00～16:00

場穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)

4日(水)・★18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)

5日(木)・★19日(木) 時 13:00～16:00

場三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)

6日(金)・★20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 (23・30・31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(23・30・31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・ナ・ゼロ ぞろろ、みんなを)

人権特設相談所

時 10:00～15:00

19日(木) 場 穂高総合支所
圃法務局松本支局(Tel32-2571・FAX32-2572)

12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 0570-088199

1日(日)	8日(日)	15日(日)	22日(日)	23日(月・祝)	29日(日)	30日(月・歳末)	31日(火・歳末)
堀内医院 82-3324【穂高】	小田切医院 83-6025【穂高】	古川整形外科 82-8880【穂高】	追分クリニック 82-2129【穂高】	土屋クリニック 71-1811【豊科】	平林医院 62-2227【明科】	古川医院 82-4385【穂高】	たかはしクリニック 77-7880【三郷】
ふじもり医院 72-2011【豊科】	根津内科医院 82-8382【穂高】	高橋医院 82-2561【穂高】	信濃内科循環器科医院 82-7722【穂高】	武田内科クリニック 88-6500【穂高】	榎本内科医院 73-0616【豊科】	神谷小児科医院 72-5162【豊科】	石田医院 72-2766【豊科】
中萱医院 77-2130【三郷】	米倉医院 72-2354【堀金】	こばやし内科クリニック 71-1117【豊科】	和田医院 72-2047【堀金】	丸山内科クリニック 72-6188【豊科】	池田医院 77-2055【三郷】	木暮医院 77-2119【三郷】	塔の原内川医院 81-2121【明科】
堀金歯科医院 72-6975【堀金】	上月歯科医院 82-7530【穂高】	赤羽歯科医院 77-2114【三郷】	大谷歯科医院 72-8858【豊科】	さとう歯科医院 81-5155【穂高】	松本歯科医院 82-8205【穂高】	アルプス歯科クリニック 77-8901【三郷】	飯島歯科医院 82-0306【穂高】
							飯田歯科医院 73-7618【豊科】

弁護士会による無料法律相談

要予約

12日(木)(予約日:5日(木))
場豊科交流学习センター「きぼう」学習室1
26日(木)(予約日:19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人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

3・17日(火) 場圃明科保健センター(Tel81-2251・FAX81-2943)
5・19日(木) 場圃穂高保健センター(Tel81-0711・FAX81-0703)
10・24日(火) 場圃堀金保健センター(Tel73-5770・FAX73-5775)
11日(水) 場圃豊科保健センター(Tel72-9970・FAX72-9044)
12日(木) 場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

1日(日)場圃豊科老人福祉センター(Tel73-7143・FAX73-7147)
8日(日)場圃穂高地域福祉センター(Tel82-2940・FAX82-9621)
15日(日)場圃三郷福祉センター(Tel77-8080・FAX77-8081)

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

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)
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

20日(金) 場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

19日(木) 時 13:00～15:00(相続・遺言手続・成年後見等)
場豊科交流学习センター「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。