

5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

育児相談	9日(金)	10:30～12:00
相談員：小川原容子さん		
読み聞かせ (おはなしムーミンさん)	19日(月)	11:00～
キッズパーク リズム遊び	20・21・22日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 ★対象年齢：20日(火)2歳児対象／21日(水)1歳児対象／22日(木)0歳児対象		
チャレンジタイム 卓球教室	24日(土)	14:00～15:00
講師：西村佐保子さん 対象：小学生以上		

★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	8日(木)	10:30～11:30
講師：遠藤正美さん 持ち物：飲み物、タオル		
読み聞かせ (おはなしムーミンさん)	12・19日(月)	11:00～11:20
育児相談	23日(金)	10:30～12:00

★高家児童館

TEL・FAX72-5685

■休館日／日曜・祝日

お下がり会	8日(木)	10:30～11:30
対象：未就園児親子 ★出品者のみお申し込みください。各ご家庭での不要品の出品にご協力ください。		
小学生チャレンジ! カレー会	17日(土)	10:00～12:00
要予約 ●100円 対象：小学生 定員：30人 持ち物：野菜、軍手、水筒、帽子 ★飯盒炊さんやカレー作り、楽しいゲームも行います。		
キッズパーク ピクニック	20日(火)	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 ★対象：未就園児親子 定員：10組 持ち物：水筒、帽子		
キッズパーク こいのぼり作り	27・28・29日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 対象：未就園児親子		

★穂高北部児童館

TEL・FAX83-5494

■休館日／日曜・祝日

みんなあつまれ かしわもち作り	1日(木)	10:30～12:00
要予約 ●100円 定員：25人 持ち物：エプロン・三角巾 ★かしわもちを作って、端午の節句をお祝いしましょう。		
読み聞かせ 第1・4週はおはなしどりいむさん 第2・3週は坂井節子さん	2・9・16・23日(金)	11:00～11:20
布製手作りファイル作り	8日(木)	10:30～12:00
要予約 ●100円 定員：25人 持ち物：洗濯ばさみ4個 ★手作りボランティア「チームなでしこ」さんから手作りの布製ファイルを教えます		
育児相談(身体測定)	9日(金)	10:00～12:00
相談員：丸山篤子さん		
わらべうた 内山房子さん	12・19・26日(月)	11:10～
★わらべうたで遊んでゆったりとした時間を過ごしましょう。		

★三郷児童館

TEL76-0185 FAX76-0186

■休館日／日曜・祝日

チャレンジタイム バドミントン&おやつ	10日(土)	10:30～11:30
要予約 対象：小学生以上 持ち物：上履き・ラケット(ある人) ★バドミントンを楽しんで、皆でおやつを食べましょう♪		
読み聞かせ (スマイルさん)	16日(金)	11:00～
キッズパーク リズム遊び	13・14・15日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 対象年齢：13日(火)2歳児対象／14日(水)1歳児対象／15日(木)0歳児対象		
お下がり会	19日(月)	10:30～11:30
出品者へご予約ください。出品した品物が残ったときはお持ち帰りください。		
育児相談	26日(月)	10:30～12:00

★穂高西部児童館

TEL・FAX82-2527

■休館日／日曜・祝日

育児相談(身体測定) ★身体測定は10:00～12:00	2日(金)	10:30～12:00
みんなあつまれ! 端午の節句	8日(木)	10:30～11:30
要予約 ●100円 定員：20組		
農園 植える	12日(月)	10:30～11:30
要予約 定員：20組 持ち物：軍手、タオル、水筒 ★年間登録制です。収穫の楽しみを味わうために是非ご登録ください。		
読み聞かせ (おはなしどりいむさん)	12日(月)	11:20～11:40
キッズパーク リズム遊び	20・21・22日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 持ち物：タオル、水筒 ★対象年齢：20日(火)2歳児対象／21日(水)1歳児対象／22日(木)0歳児対象		
子育てコンサート	24日(土)	13:30～15:00
要予約 定員：30組 出演者は「ゆいまーる」。沖縄音楽や小さい子ども向けの音楽です。どうぞお越しください。		
おさがり会	30日(金)	10:30～11:30
出品される方はお申し込みください・詳細はお問い合わせください。		

★穂高中央児童館

TEL84-0762 FAX82-9621

■休館日／日曜・祝日

育児相談(身体測定) ★身体測定は10:00～11:30	16日(金)	10:30～12:00
子育て勉強会 要予約	16日(金)	10:30～11:30
読み聞かせ (おはなしどりいむさん) 楽しいお話がいっぱいです	21日(水)	11:00～11:20
チャレンジタイム 春のおやつ作り	24日(土)	10:30～11:30
要予約 ●100円 対象：小学生 ★春を感じるおやつをみんなで作ろう。		

★堀金児童館

TEL71-2122・FAX71-2126

■休館日／日曜・祝日

ふれあい農園 苗植え	9日(金)	10:00～11:00
要予約 定員：10組 持ち物：汚れても良い服装		
キッズパーク ピクニック	13・14・15日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 対象年齢：13日(火)2歳児対象／14日(水)1歳児対象／15日(木)0歳児対象		
ふれあい農園 支柱立て	16日(金)	10:00～11:00
要予約 定員：10組 持ち物：汚れても良い服装		
育児相談	19日(月)	10:00～12:00
チャレンジタイム わりばしでっぽう作り	24日(土)	14:00～15:00
要予約 ●50円 対象：小学生 定員：20人 ★世界に1つだけのオリジナルわりばしでっぽうを作ろう!		

★明科児童館

TEL62-2482 FAX62-1124

■休館日／日曜・祝日

キッズパーク リズム遊び	13・14・15日	10:30～11:30
自由参加枠 要予約 持ち物：タオル・飲み物・動きやすい服装対象年齢：13日(火)2歳児対象／14日(水)1歳児対象／15日(木)0歳児対象		
育児相談	14日(水)	10:30～12:00
相談員：丸山篤子さん		
読み聞かせ (ひばりの会さん) 対象：小学生向け	15日(木)	16:00～
★楽しいお話、すてきなお話を楽しみましょう♪		
みんなあつまれ あかしな劇場	23日(金)	10:30～11:30
要予約 ●50円 定員：30組程度		
チャレンジタイム クライミング体験教室	31日(土)	10:00～12:00
要予約 講師：長野県山岳総合センター職員 対象：小学生以上 定員：20組程度 持ち物：タオル、水分、動きやすい服装、うわばき ★クライミングにチャレンジ♪ ロープを使って高い壁にも挑戦しよう!		

5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～
1日(木)・12日(月)・19日(月)・26日(月)
場 図 松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)
児童・思春期精神保健相談 要予約 時 14:00～
8・15・22日(木)
場 図 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～
2日(金) 場 図 松本保健福祉事務所 (TEL40-1938・FAX47-9293)
あずみ野断酒会 時 19:00～21:00

7・14・21・28日(水) ※7・21日は家族会 場 豊科公民館和室
図 健康推進課保健予防係 (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)

8日(木)・★29日(木) 時 13:00～16:00
場 三郷福祉センター (TEL77-8080・FAX77-8081)
12日(月)・★26日(月) 時 13:00～16:00
場 堀金憩いの里うらら (TEL73-5288・FAX73-5775)
13日(火)・★27日(火) 時 13:00～16:00
場 穂高地域福祉センター (TEL82-2940・FAX82-9621)
14日(水)・★28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)
16日(金)・★30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)
図 心配ごと相談…上記へ
図 行政相談…市民生活部 市民相談室 (TEL82-3131・FAX82-6622)

生活労働相談

時 18:00～20:00

14日(水) 場 安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
図 商工観光部商工労政課 (TEL82-3131・FAX82-6622)
※メール相談も受付中。詳しくは以下のホームページにアクセスを。
http://usc.or.jp

わかもの就職サポート相談会

時 13:30～16:30 **要予約**

16日(金) 場 安曇野市地域職業相談室(安曇野赤十字病院西隣)
図 商工観光部商工労政課 (TEL82-3131・FAX82-6622)
※40歳台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。

人権特設相談所

時 10:00～15:00

30日(金) 場 穂高支所
図 法務局松本支局 (TEL32-2571・FAX32-2572)

子ども・母子家庭・女性の相談

要予約

平日 時 8:30～17:00
場 図 子ども支援課児童係 (TEL81-0727・FAX81-0703)

5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

3日(土・祝)	4日(日・祝)	5日(月・祝)	6日(火・振替)	11日(日)	18日(日)	25日(日)
平林医院 62-2227 [明科]	穂高病院 82-2474 [穂高]	村山医院 82-2101 [穂高]	追分クリニック 82-2129 [穂高]	やざき診療所 62-2360 [明科]	前角整形外科医院 82-1478 [穂高]	小田切医院 83-6025 [穂高]
高橋医院 82-2561 [穂高]	信濃内科循環器科医院 82-7722 [穂高]	須澤クリニック 82-2993 [穂高]	堀内医院 82-3324 [穂高]	武田内科クリニック 88-6500 [穂高]	石田医院 72-2766 [豊科]	穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高]
丸山内科クリニック 72-6188 [豊科]	土屋クリニック 71-1811 [豊科]	米倉医院 72-2354 [堀金]	赤津整形外科クリニック 76-3133 [三郷]	池田医院 77-2055 [三郷]	中萱医院 77-2130 [三郷]	ヴェリタス堀金診療所 87-6700 [堀金]
アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷]	土居歯科医院 72-2462 [豊科]	市川歯科医院 72-2116 [豊科]	クリーン歯科クリニック 72-3398 [豊科]	山本歯科医院 72-5748 [豊科]	ちかぞえ歯科医院 88-7770 [豊科]	丸山整形外科医院矯正歯科 72-7000 [豊科]

5月(May)の予定

弁護士会による無料法律相談 **要予約**

8日(木)(予約日:1日(木))
場 豊科交流学习センター「きぼう」学習室1
22日(木)(予約日:15日(木))
場 穂高支所 大会議室
時 いずれも13:30～16:30 ※1人20分、定員8人
図 市民生活部 市民相談室 (TEL82-3131・FAX82-6622)
※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

1・15日(木) 場 図 穂高保健センター (TEL81-0711・FAX81-0703)
8・22日(木) 場 図 三郷保健センター (TEL77-9111・FAX77-9113)
13・27日(火) 場 図 堀金保健センター (TEL73-5770・FAX73-5775)
14・28日(水) 場 図 豊科保健センター (TEL72-9970・FAX72-9044)
20日(火) 場 図 明科保健センター (TEL81-2251・FAX81-2943)
※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。

消費生活相談 時 平日の9:00～16:00 ※電話相談可。

場 図 消費生活センター(穂高支所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・コー・ナ・ゼロ 守りよ、みんなを)

介護相談 時 平日の8:30～17:00

場 図 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 図 東部地域包括支援センター(豊科支所内)
(TEL72-9986・FAX72-8340)
場 図 南部地域包括支援センター(三郷支所内)
(TEL77-4007・FAX77-4087)

行政書士による無料相談 **要予約**

15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」学習室1
図 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。

教育に関する相談

いじめ相談ホットライン 時 8:30～17:15

毎週月～金曜日(5・6日は除く)
場 図 教育指導室(教育委員会事務所) (TEL62-3521・FAX62-5721)
教育全般(子育て・学校生活・不登校・発達障害など) 時 10:00～16:00

毎週月～金曜日(5・6日は除く)
場 図 教育相談室(豊科公民館内) (TEL72-2238・FAX62-5721)
※電話相談可。まずはお電話ください。