# 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 ～

3日(木)・7日(月)・14日(月)・28日(月)
場問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 ～

10・17・24日(木)
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 13:30 ～

4日(金)場問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

2・9・16・23・30日(水)　※2・16日は家族会
場豊科交流学習センター「きぼう」2階
問健康推進課健康支援担当(TEL81-0711・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)

1日(火)・*14日(月)　時 13:00～16:00
場堀金憩いの里うらら(TEL73-5288・FAX73-5775)

1日(火)・*15日(火)　時 13:00～16:00
場穂高地域福祉センター(TEL82-2940・FAX82-9621)

2日(水)・*16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)

4日(金)・*18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)

10日(木)・*24日(木)　時 13:00～16:00
場三郷福祉センター(TEL77-8080・FAX77-8081)

問心配ごと相談・・・上記へ
問行政相談…市民生活部　市民相談室(TEL71-2496・FAX72-3176)

## 子ども・ひとり親家庭・女性の相談　要予約

平日　時 8:30～17:00
場問子ども支援課家庭児童相談室(TEL71-2265・FAX72-2065)

## 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　※21・22・23日は行いません
場問教育指導室(市役所3階)(TEL71-2461・FAX71-2338)

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　※21・22・23日は行いません
場問教育相談室(堀金公民館内)(TEL72-2238・FAX71-2338)
※電話相談可。まずはお電話ください。

## 人権特設相談所　時 10:00 ～ 15:00

18日(金)場堀金公民館　※子どものための相談日
25日(金)場堀金公民館
問法務局松本支局(TEL32-2571・FAX32-2572)

## 生活労働相談　時 18:00 ～ 20:00

9日(水)場 市役所4階　会議室403
問商工観光部商工労政課(TEL71-2041・FAX72-1340)
※電話相談も受付中。詳しくは右記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

18日(金)　場市役所3階　相談室303
問商工観光部商工労政課(TEL71-2041・FAX72-1340)
※40歳代前半までの自己分析や就職活動にお悩みの方、ご相談下さい。

## 母乳・育児相談　※母乳相談は 要予約　時 9:30 ～ 11:00

3・17日(木)　場問穂高保健センター(TEL81-0711・FAX81-0703)
8日(火)　場問堀金保健センター(TEL81-0714・FAX81-0703)
9日(水)　場問豊科保健センター(TEL81-0713・FAX81-0703)
10日(木)　場問三郷保健センター(TEL81-0714・FAX81-0703)
15日(火)　場問明科保健センター(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。

## 介護相談　時 平日 8:30 ～ 17:00

場問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)
場問東部地域包括支援センター(市役所1階)
(TEL72-9986・FAX71-2503)
場問南部地域包括支援センター(三郷支所1階)
(TEL77-4007・FAX77-4087)

## 消費生活相談　時 平日9:00～16:00 ※電話相談も可

場問消費生活センター(市役所2階)
(TEL直通71-2100・携帯090-5203-2011・FAX72-3176)
※消費者ホットライン(局番なし)188番 「嫌や！(イヤヤ！)」

## 弁護士会による無料法律相談　要予約

10日(木)(予約日：3日(木))
24日(木)(予約日：17日(木))
場市役所2階　相談室204
時 13:30～16:30　※1人20分
問市民生活部　市民相談室(TEL71-2496・FAX72-3176)
※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。

## 行政書士による無料相談　要予約

17日(木)　時 13:00～15:00(相続・遺言手続・成年後見など)
場市役所2階　相談室204
問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。

# 9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

| 6日(日) | 13日(日) | 20日(日) | 21日(月・祝) | 22日(火・祝) | 23日(水・祝) | 27日(日) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 古川整形外科医院 82-8880 [穂高] | やざき診療所 62-2360 [明科] | 追分クリニック 82-2129 [穂高] | 穂高ハートクリニック 50-6731 [穂高] | 平林医院 62-2227 [明科] | 古川医院 82-4385 [穂高] | 村山医院 82-2101 [穂高] |
| 根津内科医院 82-8382 [穂高] | 前角整形外科医院 82-1478 [穂高] | 神谷小児科医院 72-5162 [豊科] | 武田内科クリニック 88-6500 [穂高] | 中田医院 82-2339 [穂高] | 石田医院 72-2766 [豊科] | 髙橋医院 82-2561 [穂高] |
| 丸山内科クリニック 72-6188 [豊科] | 鶴見医院 72-4500 [豊科] | 和田医院 72-2047 [堀金] | こばやし内科クリニック 71-1117 [豊科] | 木暮医院 77-2119 [三郷] | 白木医院 77-2134 [三郷] | 池田医院 77-2055 [三郷] |
| 市川歯科医院 72-2116 [豊科] | 飯田歯科医院 73-7618 [豊科] | アルプス歯科クリニック 77-8901 [三郷] | 山本歯科クリニック 84-0004 [穂高] | 林歯科医院 62-2403 [明科] | 内田歯科クリニック 71-4711 [堀金] | 大谷歯科医院 72-8858 [豊科] |



# 児童館の予定

…乳幼児対象　…参加費　■休館日 / 日曜・祝日

※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。各事業の詳細は地域の児童館までお問い合わせください。
※キッズパークは就園前の親子の皆さんが対象の登録制サークルです。

## ★豊科中央児童館　TEL・FAX72-0122

- 子育て勉強会 アレルギーについて　3日(木)　10:30～11:10
  要予約 ★託児あり
- 育児相談　11日(金)　10:30～12:00
- チャレンジタイム うどん作り　12日(土)　10:00～12:00
  要予約 100円 対象：小学生　持ち物：おわん・箸・エプロン・三角巾・飲み物
- 読み聞かせ　14日(月)　11:00～
- ママキッズビクス　17日(木)　10:30～11:30
  要予約 持ち物：飲み物
- 卓球教室　26日(土)　14:00～15:00
- キッズパーク うんどうかい　29日(火)　10:30～11:30
  要予約 100円 対象：1歳児以上
- チャレンジタイム 万華鏡づくり　30日(水)　16:00～17:00
  要予約 対象：小学生

## ★高家児童館　TEL・FAX72-5685

- みんなあつまれ！ 秋祭り　4日(金)　10:00～11:30
  要予約 100円 定員：50 組程度
- チャレンジタイム 手打ちうどん作り　12日(土)　10:30～12:00
  要予約 100円 対象:小学生以上　定員:20 人　持ち物:箸、おわん、エプロン、三角巾
- キッズパーク 遠足　15日(火)16日(水)17日(木)　10:30～11:30
  要予約 100円 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上・(水) は1歳児・(木) は0歳児
- 育児相談　25日(金)　10:30～12:00
- みんなあつまれ！ヨガ体験でリフレッシュ!　28日(月)　10:30～11:30
  要予約 定員：20 組程度　持ち物：動きやすい服装、タオル、飲み物

## ★南穂高児童館「にこにこランド」　TEL71-5150・FAX71-5152

- ママキッズビクス　1日(火)　10:30～11:30
  持ち物：飲み物、おんぶ紐、タオル、上履き
- お下がり会　3日(木)　11:00～11:30
- 読み聞かせ　7・28日(月)　11:00～11:20
- キッズパーク 運動会　15日(火)17日(木)　10:30～11:30
  要予約 100円 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上、1歳児合同(木) は0歳児　持ち物：タオル、帽子、飲み物
- 育児相談　18日(金)　10:30～12:00

## ★穂高西部児童館　TEL・FAX82-2527

- 育児相談・身体測定　4日(金)　10:30～12:00
  ★身体測定は 10 時から 12 時まで
- キッズパーク うんどうかい　15日(火)16日(水)17日(木)　10:30～11:30
  要予約 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上・(水) は1歳児・(木) は0歳児　持ち物：タオル、帽子、飲み物　★穂高地域3館合同です。
- みんなあつまれ！食のワークショップ④ きなこを作っておはぎにしよう　18日(金)　10:30～11:30
  要予約 定員：25 組
- みんなあつまれ！おはぎ作り　25日(金)　10:30～11:30
  要予約 100円 定員：20 組　持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
- 読み聞かせ　28日(月)　11:00～11:20
- おさがり会②　30日(水)　10:30～11:10
  ★出品者は事前に申し込みください

## ★穂高中央児童館　TEL84-0762・FAX82-9621

- キッズリユース (おさがり会)　12日(土)　10:30～11:15
  ★出品者は事前に申し込みの上、当日 10 時 15 分までにお越しください。
- 育児相談・身体測定　18日(金)　10:30～12:00
  ★身体測定は 10 時から 11 時 30 分
- 読み聞かせ　16日(水)　11:00～11:20
- みんなあつまれ！ 写真を飾ろう！～夏の思い出～　25日(金)　10:30～12:00
  要予約 100円 定員：20 人　持ち物：写真2・3枚、飾り付けに使える物
  ★夏の思い出をスクラップにして飾ろう

## ★穂高北部児童館　TEL・FAX83-5494

- みんなあつまれ！お月見だんごづくり　4日(金)　10:30～11:30
  要予約 100円 定員：25 組　持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
- わらべうた　7・14・28日(月)　11:10～
- 育児相談・身体測定　11日(金)　10:30～12:00
  ★身体測定は 10 時から 12 時
- 読み聞かせ　11・18・25日(月)　11:00～11:20
- みんなあつまれ！9月生まれ ハッピーバースディ　18日(金)　10:30～11:30
- 地域の方の知恵袋 ペグドールづくり　29日(火)　10:30～11:30
  要予約 定員：25 組　★ラベンダーが香る人形を作ります

## ★三郷児童館　TEL76-0185・FAX76-0186

- 読み聞かせ　7日(月)　11:00～11:20
- みんなあつまれ！ぎょうざ作り　9日(水)　10:30～12:00
  要予約 200円 定員：20 組　持ち物：エプロン、三角巾、飲み物
- 育児相談　14日(月)　10:00～12:00
- 読み聞かせ　18日(金)　11:00～11:20
- 子育て勉強会　25日(金)　10:30～11:30
  要予約 200円 定員：20 組　★ AED 講習、乳幼児の事故、ケガ予防

## ★堀金児童館　TEL71-2122・FAX71-2126

- みんなで流しそうめんを楽しもう！　4日(金)　10:30～12:00
  要予約 100円 定員：30 組程度　持ち物：帽子、飲み物、お椀、箸
- 育児相談・身体測定　7日(月)　10:00～12:00
- 読み聞かせ　14日(月)　11:00～
- キッズパーク 運動会　15日(火)16日(水)17日(木)　10:30～11:30
  要予約 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上、(水) は1歳児、(木) は0歳児。

## ★明科児童館　TEL62-2482・FAX62-1124

- キッズパーク おやつ作り　1日(火) 2日(水) 3日(木)　10:30～11:30
  要予約 100円 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上・(水) は1歳児・(木) は0歳児　持ち物：エプロン、三角巾、皿、飲み物
- 育児相談　4日(金)　10:30～12:00
- 読み聞かせ　4日(金)　11:00～11:30
- キッズパーク ほっとタイム　8日(火)　10:30～11:30
  要予約 対象：就園前親子　定員：15 組　持ち物：飲み物　★歌声コンサートです
- キッズパーク 運動会　15日(火) 17日(木)　10:30～11:30
  要予約 100円 開催日ごとの対象年齢：(火) は2歳児以上、1歳児合同(木) は0歳児　持ち物：飲み物
- 読み聞かせ　17日(木)　14:00～14:30
- お年寄りの知恵袋 おはぎ作り　26日(土)　10:00～11:30
  要予約 100円 対象：小学生、幼児親子　持ち物：エプロン、三角巾、皿、箸
- キッズパーク 遠足　29日(火)　10:30～11:30
  要予約 対象：就園前親子　持ち物：飲み物