市 HP
子育て情報

児童館・
ファミサポ
情報

図書館
イベント情報

イベント

子育て講演会～育児のモヤモヤ、すっきりしたい！～

問子ども家庭支援課 TEL81-0719

日ごろの育児でたまる疲れやモヤモヤを、体をほぐす簡単なエクササイズと参加型ワークショップで一緒に解消しませんか。子ども連れでの参加も歓迎です。

ドリンク付き

参加費無料

1回目 11月7日(土)　2回目 12月5日(土)　10:00▶11:30

場所 穂高健康支援センター　講師 公認心理師 阿部奈奈さん

対象 乳幼児の保護者・保育士など　定員 各回25人（先着順）

申込は上記二次元コードから

11月の図書館 ワクワク・ドキドキおはなし会

場　所	内　容	日にち	時　間
中央図書館 TEL 84-0111	おはなしのとびら おはなしとしょかん	11・18・25日(水) 21日(土)	10:30～
豊科図書館 TEL 71-4022	おはなしたんぽぽ	20日(金)	11:00～
三郷図書館 TEL 76-3078	ポケットの会 おはなし会	14日(土) 26日(木)	10:30～ 11:00～
堀金図書館 TEL 72-3601	おはなしのへや おりがみのへや	17日(火) 25日(水)	11:00～ 16:30～
明科図書館 TEL 62-1122	おはなしひまわり	28日(土)	11:00～



⑪月の児童館の予定

詳細は各児童館に直接お問い合わせいただくか、HPをご覧ください。

豊科中央児童館 TEL 72-0122

13(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
14(土) スポチャレ モルックを楽しもう 14:00～15:00
18(水) みんなあつまれ 楽しいこねこねパン作り 10:30～11:30
27(金) みんなで学ぼう にこにこベビーマッサージ 10:30～11:30
30(月) おはなし会 11:00～11:20

高家児童館 TEL 72-5685

6(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
7(土) チャレンジタイム 卓球教室 10:30～12:00
13(金) 16(月) おはなし会 11:00～11:20
14(土) チャレンジタイム 児童館祭りで ボランティア 9:30～12:00
14(土) 児童館祭り 10:00～11:30

南穂高児童館 TEL 71-5150

4(水) おはなし会 11:00～11:20
20(金) みんなあつまれ ママヨガちょこっと 親子体操 10:30～11:00
20(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
28(土) 児童館祭り 10:00～13:00

穂高中央児童館 TEL 84-0762

5(木) みんなあつまれ やきいも会 10:30～12:00
7(土) チャレンジタイム ほっかほか肉まん・あんまんをつくろう 10:30～11:30
18(水) おはなし会 11:00～11:20
20(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
25(水) みんな集まれ リトミック 10:30～11:30

穂高西部児童館 TEL 82-2527

5(木) ゆったりカフェ 10:30～11:30
27(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
27(金) 離乳食カフェ 11:15～12:00

穂高北部児童館 TEL 83-5494

6(金) おはなし会 11:00～11:15
11(水) 純度100%のエッセンシャルオイルを使った身体にやさしいバスボム作り 10:30～11:30
13(金) 育児相談・身体測定・読み聞かせ 9:30～12:00
19(木) みんなで学ぼう ベビーマッサージ 10:30～11:30
27(金) 11月生まれ ハッピーバースデイ 10:30～11:30
28(土) チャレンジタイム ダルマを作ってみよう 10:30～11:30

三郷児童館 TEL 76-0185

6(金) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
7(土) チャレンジタイム ニュースポーツを楽しもう 10:30～11:30
17(火) ちょこっとタイム ～絵本と工作～ 10:30～11:00
25(水) みんなで学ぼう 童歌で学び・あそびましょう 10:30～11:15
27(金) だっこちゃん クリスマス制作 ～雪だるまを作ろう～ 10:30～11:30

堀金児童館 TEL 71-2122

11(水) みんなで学ぼう 救命救急 10:30～11:30
14(土) チャレンジタイム ダイラタンシー感触あそび 10:30～11:30
16(月) 育児相談・身体測定 10:30～12:00
18(水) みんなあつまれ やきいも会 10:30～11:30
27(金) おさがり会 10:30～11:00
30(月) みんなで学ぼう 運動遊び 10:30～11:00

明科児童館 TEL 62-2482

4(水) あかしなフレンドパーク 10:30～11:30
6(金) みんなで学ぼう 消防署見学 10:30～11:30
14(土) チャレンジタイム クライミング教室 28(土) 14:00～15:30
19(木) みんなあつまれ たまごのポプリを作ろう 10:30～11:30
20(金) 26(木) おはなし会 11:00～11:20
26(木) 育児相談・身体測定 10:30～12:00

ファミリー・サポート・センター TEL 71-1125

11(水) ふぁみPa 絆を強める親子で簡単タッチケア 10:30～11:30 場豊科老人福祉センター
20(金) 協力会員養成講習会 9:15～15:30 場豊科老人福祉センター
26(木) 協力会員養成講習会 9:30～12:30 場豊科老人福祉センター

あづみの子育てレポート

No.46

知ってびっくり！水がきれいになる仕組み

ふれあいデー
10/3(土) アクアピア安曇野







下水道の日に合わせて、下水道の仕組みを楽しく学ぶイベントが開かれました。当日は多くの家族連れが下水処理場の見学や微生物観察などの暮らしに欠かせない下水道処理の秘密を身近に感じていました。会場内には、重機の試乗やアルクマのトートバッグ作りなども行われ、子どもたちに人気を集めていました。

水処理棟見学ツアーに参加した青恵麻さん(8)と玲実ちゃん(4)は「水がどうやってきれいなるのか知れて勉強になった」と話してくれました。

11月の母乳・育児相談

保健師・助産師・管理栄養士・歯科衛生士等が相談に応じます。
持母子健康手帳　他母乳相談は要予約
問健康支援課 TEL81-0711

場　所	豊科保健センター	穂高保健センター	三郷保健センター
日にち	17日(火)	6日(金)	27日(金)
時　間	9:30～11:00		