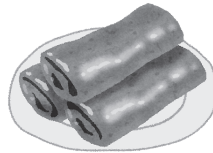




## 男性の料理教室

安曇野市ボランティア連絡協議会明科支部では、男性の料理教室を開催します。  
初心者の方でも簡単につくれるメニューですので、是非ご参加ください。

- 日 時 2月15(水) 午前9時半～
- 会 場 社協明科支所(明科総合福祉センターあいりす)
- 内 容 かんたん春巻き、肉じゃが(味噌仕立て)、もやしとホウレン草のおひたしなど
- 定 員 25名
- 参加費 500円
- 持ち物 エプロン、タオル
- 申込締切 2月8日(水)
- 問合せ・申込み 社協明科支所 電話62-2429



## 【三郷地域】福祉の教室

住みなれた地域で自分らしくイキイキと暮らすための『福祉の教室』を全4回開催します。

1講座のみの参加も可能ですので、是非ご参加ください。

- 日 程 第1回 2月15日(水) 介護予防健康体操  
第2回 2月22日(水) 介護保険の改正について  
第3回 3月 1日(水) 認知症について(認知症サポーター養成講座)  
第4回 3月 8日(水) 「お互いさま」「助けあう」ということについて
- 時 間 全日程 午前10時～正午
- 会 場 社協三郷支所(三郷福祉センター)
- 定 員 全日程 30名
- 参加費 無料
- 申込締切 全日程とも講座開催日の5日前までに、お電話でお申込みください。  
(定員になり次第締め切らせていただきます。)
- 問合せ・申込み 社協三郷支所 電話77-8080



### 心配ごと相談日(★印は行政相談同時開催)

- ◆時間 午後1時～4時 ◆無料
- 社協堀金支所 ●2月 6日(月) ★20日(月) ●3月 6日(月) ★21日(火)
- 社協穂高支所 ●2月 7日(火) ★21日(火) ●3月 7日(火) ★21日(火)
- 豊科ささえあいセンターにじ TEL72-3013  
●2月 8日(水) ★22日(水) ●3月 8日(水) ★22日(水)
- 社協三郷支所 ●2月 9日(木) ★23日(木) ●3月 9日(木) ★23日(木)
- 社協明科支所 ●2月10日(金) ★24日(金) ●3月10日(金) ★24日(金)

家庭、子育て、暮らしのなかでの身近な心配ごと、悩みごとをご相談ください。経験豊かな相談員が対応いたします。内容についての秘密は守られますので安心です。また、行政相談では、国の制度や施策についての意見や要望を、国から委嘱を受けた行政相談員が受け付けます。

### おたのしみ会

- ◆時間 午後1時～3時 ◆無料
- ◆申込み不要、自由参加
- 社協豊科 2月21日(火)
- 社協穂高 2月 7日(火)
- 社協三郷 2月 8日(水)
- 社協堀金 2月17日(金)
- 社協明科 2月14日(火)

誰とでもおしゃべりしながら、物づくりやレクリエーションなど楽しい時間を過ごす地域の居場所です。

発行 ■ 社会福祉法人 安曇野市社会福祉協議会 ■ URL <http://www.azuminoshakyo.jp>  
 ■ 本 所 安曇野市豊科4160-1 TEL:0263-72-1871 FAX:0263-72-9130  
 ■ 豊科支所 安曇野市豊科4027-3 TEL:0263-73-7143 FAX:0263-73-7147  
 ■ 穂高支所 安曇野市穂高5808-1 TEL:0263-82-2940 FAX:0263-82-9621  
 ■ 三郷支所 安曇野市三郷明盛2198-1 TEL:0263-77-8080 FAX:0263-77-8081  
 ■ 堀金支所 安曇野市堀金烏川2132-6 TEL:0263-73-5288 FAX:0263-73-5775  
 ■ 明科支所 安曇野市明科東川手606-2 TEL:0263-62-2429 FAX:0263-62-5025



# 児童館からのお知らせ

※各児童館の行事に定員などがある場合、申込み多数のときは抽選になります。



**豊科中央**  
TEL72-0122  
FAX72-0122

## チャレンジタイム「節分」

- 2月3日(金) 16:00～17:00
- 予約 不要
- 対象 小学生



## みんなあつまれ「やしょうま」

- 2月15日(水) 10:30～11:30
- 予約 必要
- 対象 乳幼児親子20組
- 参加費 100円



**高家**  
TEL72-5685  
FAX72-5685

## みんなあつまれ「バレンタイン大作戦 ～クッキー&マスコットづくり～」

- 2月3日(金) 10:30～11:30
- 予約 必要 ■対象 乳幼児親子20組
- 参加費 150円

## 児童館・笑顔ごはん チャレンジタイム 「焼きそばパーティー」

- 2月25日(土) 10:30～12:00
- 予約 必要 ■対象 小学生15名
- 参加費 100円



**南穂高**  
TEL71-5150  
FAX71-5152

## チャレンジタイム「バレンタインクッキーづくり」

- 2月4日(土) 10:30～11:30
- 予約 必要
- 対象 小学生20名
- 参加費 100円

## 子育て勉強会「歯と食について」

- 2月24日(金) 10:30～11:30
- 予約 必要
- 対象 どなたでも
- 講師 歯科衛生士 丸山さん



**穂高中央**  
TEL84-0762  
FAX82-9621

## みんなあつまれ「子どものヘアカット教室」

- 2月21日(火) 10:30～12:00
- 予約 必要 ■対象 乳幼児親子10組
- ※座って髪を切れるお子さんが対象
- 講師 美容師 春宮さん

## 子育て勉強会「あなたがあなたであるために ～今日から活かすコーチング～」

- 2月23日(木) 10:30～12:00
- 予約 必要 ■対象 どなたでも
- 講師 コーチングアカデミー諏訪 校長 土橋さん



**穂高北部**  
TEL83-5494  
FAX83-5494

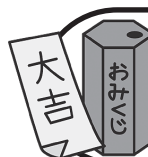
## みんなあつまれ 「2月生まれハッピーバースディ」

- 2月10日(金) 10:30～11:30
- 予約 不要
- 対象 乳幼児親子



## 「身体測定」「育児相談」

- 2月17日(金) 10:30～12:00



**穂高西部**  
TEL82-2527  
FAX82-2527

## 「身体測定」

- 2月3日(金) 10:00～12:00

## 「育児相談」

- 2月3日(金) 10:30～12:00



## みんなあつまれ「やしょうま」

- 2月8日(水) 10:30～11:30
- 予約 必要
- 対象 乳幼児親子20組
- 参加費 100円



**三郷**  
TEL76-0185  
FAX76-0186

## 「絵本の読み聞かせ」

- 2月3日(金) 11:00～11:20

## 「育児相談」

- 2月13日(月) 10:00～12:00

## チャレンジタイム「手打ちうどん」

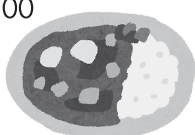
- 2月4日(土) 10:30～12:00
- 予約 必要
- 対象 小学生20名
- 参加費 100円



**堀金**  
TEL71-2122  
FAX71-2126

## チャレンジタイム「カレー会」

- 2月18日(土) 10:30～12:00
- 予約 必要
- 対象 小学生20名
- 参加費 100円



## 「身体測定」「育児相談」

- 2月13日(月) 10:00～12:00



**明科**  
TEL62-2482  
FAX62-1124

## 子育て勉強会「入園にあたって」

- 2月3日(金) 10:30～11:30
- 予約 必要
- 対象 乳幼児親子20組
- 講師 大林さん

## チャレンジタイム「バレンタインミッション」

- 2月15日(水) 16:00～
- 予約 必要
- 対象 小学生10名

# ファミリーサポート 依頼会員登録会

- 登録 無料(登録には印鑑が必要です)
- 受付 10:20～ ■登録 10:30～
- 問合せ 安曇野市ファミリーサポートセンター (社協堀金支所内) 電話71-1125



- 登録会 2月 1日(水) 社協堀金支所
- 10日(金) 豊科中央児童館
- 16日(木) 社協堀金支所
- 24日(金) 明科児童館

