

そもそも
ボランティア
ってなに？



ボランティア
や市民活動を
したことが
ない

すでに
やっている・
やったこと
がある

どんなことを
すれば
いいのかわからない

安曇野市に
どんな団体か
あるのか
知りたい



だれにでもある
自然な気持ちから
始まる活動です。
人や社会や環境など
のために、自主的に
行う活動です。



ボランティアセンター
に相談して、

あなたに**ピッタリ**な
活動を見つけよう！

ボランティアセンター って なに？

ボランティア
講座を開いて
います。

ボランティア活動や
ネットワークづくりの
支援をします。
ボランティア活動希望者と、
受入者をつなぎます。

講師の紹介を
行います。

活動助成金の交付や、
活動拠点としての
部屋の貸し出しを
しています。

ボランティアなど、
様々な活動の
相談窓口です。
活動に関する悩みや不安など、
お気軽に
ご相談ください。

ボランティア募集や
講座開催など、
各種情報の発信
をしています。

万が一の事故に備える、
各種ボランティア保険
の受付をしています。

学校や企業などで行う
福祉学習の支援
を行います。

車いす・アイマスク
・点字器・高齢者疑似体験
セット・妊婦体験セットなど、
機器の貸出し
をしています。

ボランティアセンター

略して
「ボラセン」と
呼ばれています。

安曇野
市内には
6つの
ボラセンが
あります。



安曇野市内のボランティアセンター

	電話番号	FAX番号	住所
安曇野市社協 本 所	0263-72-1871	0263-72-9130	安曇野市豊科4160-1
安曇野市社協 豊 科 支 所	0263-73-7143	0263-73-7147	安曇野市豊科4027-3
安曇野市社協 穂 高 支 所	0263-82-2940	0263-82-9621	安曇野市穂高5808-1
安曇野市社協 三 郷 支 所	0263-77-8080	0263-77-8081	安曇野市三郷明盛2198-1
安曇野市社協 堀 金 支 所	0263-73-5288	0263-73-5775	安曇野市堀金烏川2132-6
安曇野市社協 明 科 支 所	0263-62-2429	0263-62-5025	安曇野市明科東川手606-2
ささえあいセンターにじ	0263-72-3013	0263-72-5422	安曇野市豊科4030-4

ボランティア連絡協議会って何？

住みよいまちづくりを目指して、ボランティア活動を行っている方同士の連携をはかり、活動の向上につとめることを目的として、ボランティア交流会や研修会などの開催や、日々のボランティア活動の支援を行っている団体です。

安曇野市ボランティア連絡協議会には、令和5年4月現在で50団体690人が登録しています。



略して「ボうれん」と呼ばれています。

どうやったら登録できるの？

安曇野市内でボランティア活動をしている方なら、どなたでも登録できます。安曇野市社協のボランティアセンターが事務局をしていますので、お近くの社協（前ページ参照）までお問合せください。

登録されたグループなどには、活動助成金が配分されます。



ボランティア・市民活動のグループを 分野別・五十音順に紹介しています。

カテゴリー	グループ数	内容
①介護・健康・福祉	31	高齢者や子ども達、介護施設や病院など、対象も活動内容も多岐にわたります。
②学術・芸術	37	様々な音楽や踊り、歌、劇など、楽しい活動が満載です。
③地域（まち）づくり	23	まずは、自分の住んでいる地域を住みよい街にするための、積極的な活動です。
④子育て	8	地域の宝である子ども達とそのお母さんを、みんなで支援します。
⑤教育	5	海外出身の方々との交流や、家庭内学習の支援をします。
⑥歴史・文化	4	安曇野について深く学ぶことができます。
⑦自然保護	9	環境問題や自然に興味のある方におすすめです。
⑧食育	4	食の安全や健康について学んだり、料理を通して人に喜んでもらえる活動があります。
⑨その他	8	手芸や折り紙、パソコンなど、自分も楽しめる活動を探してみても良いでしょう。

全団体・グループ（あいうえお順）

	団体名	カテゴリー
あ	あかしな樹・音の会（木の笛コカリナ）	学術／芸術
	明科音頭・豊科調安曇節愛好会	学術／芸術
	「安曇族」研究会	歴史・文化
	安曇誕生の系譜を探る会	歴史・文化
	安曇野アルプホルンクラブ	学術／芸術
	安曇野案内人倶楽部	地域づくり
	安曇野グリーン王国	食育
	あづみの国際ネットワーク（AIN）	教育
	安曇野市不用食器リサイクル実行委員会	自然保護
	あづみ野太鼓保存会	地域づくり
	安曇野地球温暖化協議会	自然保護
	安曇野地区更生保護女性会	地域づくり
	安曇野ノエルズ	学術／芸術
	安曇野パノコンボランティア	その他
	NPO法人 あづみ野風土舎	地域づくり
	安曇野ブルースターズ	学術／芸術
	安曇野ほっと・ハット・くらぶ	介護／健康／福祉
	安曇野マジッククラブ	学術／芸術
	安曇野緑の会	自然保護
	あづみの文字情報サポートネット	介護／健康／福祉
	あめんぼの会	学術／芸術
	安心コール	介護／健康／福祉
い	いいな安曇野 花サロン	食育
う	潮第4常会サロン	地域づくり
	潮廃線敷を守るボランティアの会	自然保護
え	園芸療法ボランティア	介護／健康／福祉
お	オカリナサークル 色えんびつ	学術／芸術
	オカリナ・サークル おひさま	学術／芸術
	オカリナ スワン	学術／芸術
	オカリナみに	学術／芸術
	隠岐美江子（個人）	学術／芸術
	小倉 あそびの広場	地域づくり

	団体名	カテゴリー
お	おしゃべりcafé	介護／健康／福祉
	おたのしみボランティア しゃぼん玉	学術／芸術
	おとの輝（オカリナ・サークル）	学術／芸術
	おはなしムーン	子育て
	万年青の会	学術／芸術
	折り紙ボランティア（明科）	その他
	折り紙ボランティア（穂高）	その他
	音連詩～オレンジ	学術／芸術
か	学習支援センター実帰舎	教育
	合唱団ユリの木	学術／芸術
	紙芝居劇団実帰舎	学術／芸術
	上長尾地区ボランティア会	地域づくり
	烏川渓谷緑地市民会議	自然保護
	NPO法人 川と自然と文化研究所	自然保護
き	北小倉地区ボランティア	地域づくり
	木のおもちや みっぴー工房	子育て
	琴伝流大正琴 赤穂教室 ボランティア会	学術／芸術
く	クラウンJoie	学術／芸術
	暮らしサロンにじ	介護／健康／福祉
	くらふとのわ	その他
	クラフトボランティア	その他
	NPO法人 Gland・Riche	介護／健康／福祉
け	傾聴ボランティア「うさぎの会」	介護／健康／福祉
	劇団あやめ	学術／芸術
	劇団こまねずみ	子育て
	頭栄会（けんえいかい）	学術／芸術
	弦楽アンサンブル『リアン』	学術／芸術
こ	コーラスボランティア 野の花	学術／芸術
	心と身体を健康にする演奏集団 マリバ・マーズ	学術／芸術
	特定非営利活動法人 子育て支援ばおばお	子育て
	こちょこちょの会	子育て
さ	再生可能エネルギー研究プロジェクト2050	自然保護

	団体名	カテゴリー
さ	サウンドスケープ	学術／芸術
	三匹のこぶた	学術／芸術
し	下長尾いきいきサロン 忘れな草	地域づくり
	下堀地区ボランティア	地域づくり
	手話同好会	介護／健康／福祉
	手話みさと未来	介護／健康／福祉
	信州安曇野 あすなるの会	学術／芸術
	信州継美隊 安曇野支部	地域づくり
す	住吉ボランティア	地域づくり
	すみれ会	介護／健康／福祉
せ	生活クラブ 豊科支部	食育
	全国心臓病の子どもを守る会 長野県支部	介護／健康／福祉
た	大正琴ボランティア	学術／芸術
	田多井地区ボランティアの会	地域づくり
	田中雄二（個人）	介護／健康／福祉
ち	チームなでしこ	その他
	茶のみ友たち よっといで！！	介護／健康／福祉
て	手作り体験PAN-DARIN	介護／健康／福祉
	手でお茶会	介護／健康／福祉
	寺所歩こう会	介護／健康／福祉
	点字ボランティア てんとう虫の会	介護／健康／福祉
と	富田ボランティア会	地域づくり
	とよしな親と子の日本語教室	教育
	豊科手話サークルボランティア（昼）	介護／健康／福祉
	豊科手話サークル夜の部	介護／健康／福祉
な	長野大切な人を亡くしたあなたへ…（NTA）グループケア自助会	介護／健康／福祉
	和み手（なごみて）	子育て
	七日市場 ボランティア会	地域づくり
	成相あゆみ会	自然保護
に	虹の会	地域づくり
	西中康晴（個人）	学術／芸術
	ニュー・モダンデュークス	学術／芸術

	団体名	カテゴリー
の	野バラ会（中堀ボランティア）	地域づくり
は	バイオリン&ピアノ デュオ「スマイル」	学術／芸術
ひ	陽だまり	その他
	ひといちばにアソブ「カラオケサークル」	学術／芸術
	一日市場地区ボランティア	地域づくり
ふ	ふれあいいきいきサロン中萱	地域づくり
ほ	ボーイスカウトあづみ第二団	教育
	ほのかの会	介護／健康／福祉
	ほほえみの会	食育
	本村婦人会	地域づくり
ま	マイ箸づくりサポートボランティア	自然保護
	まごころサービスボランティア	介護／健康／福祉
	まちの自習室	教育
	松本カンガルーの会	介護／健康／福祉
	まつもと障害年金支援研究会	介護／健康／福祉
	ママの働き方応援隊「赤ちゃん先生」	子育て
	真々部にここここサロン	地域づくり
	真々部ボランティアクラブ	地域づくり
	ママヨガサークル プチなちゅら	子育て
	まめの会	介護／健康／福祉
	マリンバ	学術／芸術
み	三郷義民太鼓保存会	地域づくり
	三郷朗読ボランティア こだまの会	介護／健康／福祉
	南小倉ボランティアクラブ	地域づくり
も	望月 みどり（個人）	学術／芸術
	もったいない会	介護／健康／福祉
	モルック ナゲチミール	介護／健康／福祉
や	山岸 富貴子	介護／健康／福祉
	やまこの学校	歴史・文化
ゆ	ゆめりんの会	歴史・文化
よ	読み聞かせ「おはなしどりのむ」	学術／芸術
ら	柴布の会	その他
ろ	朗読ボランティア すずらんの会	介護／健康／福祉

詳細は各カテゴリーごとにある説明ページをご覧ください。