

安曇野ほっと・ハット・くらぶ

活動内容

ほっと・ハットとは、柔らかなタオルで縫い目もやさしくふれるように、病気で失った頭髪をケアする為に手作りした帽子のことですが、その他に、病で傷んだ心のケアにも役立つように、一針一針心を込めて縫い上げ、プレゼントしているボランティアです。

主に松本医療センターへ納めています。他に希望があれば随時プレゼントしています。



活動日

毎月第2金曜日 9:30~12:00

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

16人

会費

なし

代表者 平田 米子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

あづみの文字情報サポートネット

活動内容

音声を文字にして、聞こえにくい方のサポートをしています。

聞こえる方も聞こえない方も入会可能です。



活動日

月2回

活動場所

安曇野市内

会員数

5人

会費

なし

代表者 上林 玲子

メール azumi.moji@gmail.com

安心コール

活動内容

私たちは、ひとり暮らしの方を対象に、お電話でお話し相手をしながら、安否の確認を図ることをしています。「声と声とのふれあい」を大切に、無理せずメンバー同士情報交換しながら活動しています。

みなさんの参加、お待ちしております。

活動日

利用者さんと話し合い、都合の良い時間・曜日にかける（週1回）

情報交換会（年1回）・クリスマスカード作り（年1回）

活動場所

自宅から各自活動する

会員数

4人

会費

なし

代表者 牛越 良子

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

園芸療法ボランティア

活動内容

植物を使って五感の刺激から認知症予防や心身の機能維持を図る一助になることを目標とした活動をしています。



活動日

第3水曜日・第4月曜日・適宜

活動場所

老人福祉施設・いきいきサロン 等

会員数

13人

会費

1,000円

代表者 丸山 益美

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

おしゃべりcafé

活動内容

安全な食材を使った、簡単にできる、でもおいしい料理・お菓子づくりの講習会や、体にやさしい素材を使ったせっけんや虫除けスプレー作りなどの講習会を開催しています。

また、参加者同士が交流することで、いろんな世代の人達がつながる場を目指しています。

活動日

月1回 午前中

活動場所

公民館、保健センター調理室

会員数

3人

会費

なし

代表者 三浦 好子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

暮らしサロンにし

活動内容

心身のストレッチをして、ストレスを和らげ、快適な暮らしに役立つ情報交換をして学びあいます。



活動日

毎週月曜日 午後1:30~3:30ごろ

活動場所

豊科ささえあいセンターにし・メンバー宅

会員数

15人

会費

なし

代表者 丸山 アイ子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

グランド・リッシュュ
NPO法人 Gland・Riche

活動内容

老若男女障害のある無しに関わらず、せっかく出会えたご縁ですもの。地域のたくさんの人とつながって、みんなが楽しく暮らせるように。地域の自然も大切に、活動しています。

- ①どんぐりの木の植樹会（草かりボランティアも募集しています）
 - ②障害者施設とのコラボ商品の開発、販売等
 - ③若者相談
 - ④地元わさび畑を守るためのお手伝い。
- 人と人、人と自然を繋げるお手伝いをしています。様々な環境に置かれている人の特性と地域の特性を結び付けて、その輪を広げていきます。



活動日

季節によって変わります。

活動場所

長野県全域から、販売先は全国へ。

会員数

11人

会費

なし

代表者 望月 美輪

連絡先 0263-87-7912

メール toiawase@gland-riche.com<http://www.gland-riche.com>

傾聴ボランティア「うさぎの会」

活動内容

周囲から孤立している方等からの依頼を受け、その方のお話を傾聴します。

その他、福祉事業所（デイサービスや入所施設）でも傾聴活動をしています。

傾聴日は、ご本人（又は施設）と相談して決定しています。



活動日

平日10時～15時のうち1時間～1時間半
回数：月1～2回（利用者に合わせて）

活動場所

利用者宅、高齢者施設、障がい者施設

会員数

13人

会費

1,000円

代表者 矢口 佐知江

連絡先 安曇野市社協豊科支所

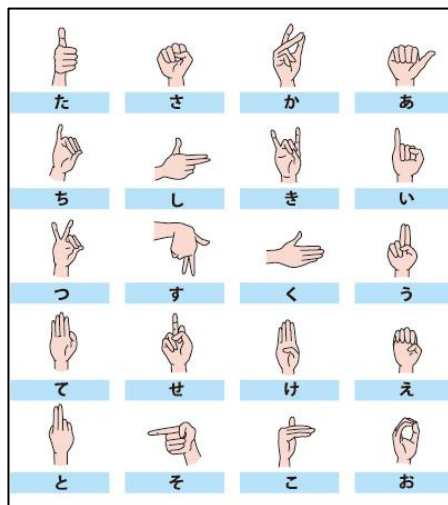
電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

手話同好会

活動内容

手話を通し聴覚障がい者の理解を深めるため、学習会や交流をする。



活動日

毎月 第1.2.3 木曜日

活動場所

安曇野市社協穂高支所

会員数

13人

会費

あり

代表者 上條 弘美

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

手話みさと未来

活動内容

今まで身につけてきた手話の技術を忘れないように維持していくことと、新しく作られてくる手話の単語の学習に取り組んで行くことを目標としています。

災害時には自分達のできる範囲内で、手話を含め援助できることは何かを調べ、学習しています。



活動日

毎週火曜日 13:30~15:30

活動場所

安曇野市社協三郷支所

会員数

5人

会費

なし

代表者 降旗 信子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

すみれ会

活動内容

自主製品の製作の手伝いやバス旅行行事の参加を通じて、すみれの郷利用者と地域で活動しているボランティアの皆さんが、共に支え合い交流を深めています。



活動日

毎週金曜日10:00~12:00 / 定例会3か月に1回

活動場所

すみれの郷

会員数

20人

会費

なし

代表者 新井 裕子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

全国心臓病の子どもを守る会 長野県支部

活動内容

私たちは、心臓病の子どもを持つ親と、患者本人のための会です。みんなで気持ちも悩みも共有しながら、子ども病院の先生がた、医療スタッフと共に勉強会、交流会を行っております。病院祭に参加しています。患者本人だから、体験してきた事、親だからこそ解ることもあります。

毎月第2木曜日に、子ども病院・しろくま図書館にて、ピアカウンセリングを実施しています。(て行なっています。)



活動日

毎月第2木曜日 はあとの日
子ども病院・13~15時 しろくま図書館

活動場所

県立子ども病院内しろくま図書館・長野県各地区公民館・ささえあいセンターにし など

会員数

58人

会費

9,000円

代表者 西澤 透

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

田中 雄二（個人）

活動内容

皇法医学指導講師

力を用いざる独自の経路・経穴へのアプローチ

※普段着のままで施術が行えます。

いかなる高価な薬よりも、高貴な秘薬が私たちの体内で造られていることを知らない人たちが多いです。その効能の高い秘薬を体内で生成させるお手伝いをする施術が皇法の目的です。ご自身の自然治癒力を引き出し高める施術です。様々な種類がある呼吸法のうち、元気になる呼吸法をお伝えします。諸症状の改善が見込めます。

活動日

依頼により随時

活動場所

安曇野市内

会員数

会費

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

茶のみ友だち よっといで！！

活動内容

「年を取っても元気に前むきに生きていく為に、家にももらないで一緒にお茶を飲みながらおしゃべりをし、参加者から元気をもらいませんか？」を目的に交流しています。おしゃべりやコンサート、歌などなど、毎月楽しんで頂ける企画を考えています。自由で気軽な会を目指しています。どなたでも参加できます。申込み不要。



活動日

毎月 第3木曜日 13:30~15:30

活動場所

豊科老人福祉センター または ささえあいセンターにし

会員数

20~28人

会費

300円

代表者 中楨 富美恵

電話 090-7266-7196

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

手作り体験PAN-DARIN

活動内容

こども病院への寄付活動に繋がるイベントを開催。
 手作りの楽しさを伝え、闘う子供たちや付き添いの家族が必要な物品等を購入する。



活動日

年に2回程

活動場所

安曇野市 かんてんぱぱ 等

会員数

3人

会費

なし

代表者 住吉 育代

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

手でお茶会

活動内容

市内外の聴覚障がい者の集まる場所づくりと情報交換・情報提供を行い、社会参加の機会を増やす。
 手話サークル、手話学習者と聴覚障がい者の交流を促進し、聴覚障がい者への理解を深める場を提供する。

行事を企画し、参加を募り交流する。参加費はお茶代100円、外出等は実費とする(弁当代など)。

ささえあいセンターにおいて行事の計画や情報交換、提供を行う。

◆過去の行事例◆ 美術館鑑賞、長野県聴覚障がい者情報センター行事参加、アルプスあづみの公園焼肉会、あやめ祭り野だて体験、ピフ穂高ソバ打ち体験、ポッチャ体験会。

活動日

月1回、日曜日

活動場所

ささえあいセンターにし及び市を中心とした地域

会員数

13人

会費

1回100円

代表者 山崎 秀子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

メール toyoshina@azuminoshakyo.or.jp

寺所歩こう会

活動内容

歩くことによって健康を維持し、その中から見えてくる社会の不安全、不衛生などの諸事項を把握し、その改善や解決に役立つ活動を推進することを目的としています。現在の主な事業は、安曇野の玄関口である県道57号線の安曇野IC北から見岳町信号までとそこに接続する市道や県道のゴミ拾いや除草・除泥・清掃の作業を行っています。



活動日

団体での活動年間1~2回
(個人での活動 年間延べ回数約300回)

活動場所

安曇野IC北から見岳町信号まで往復3.5km

会員数

約20人

会費

なし

代表者 花岡 伸泰

連絡先 090-8002-2892

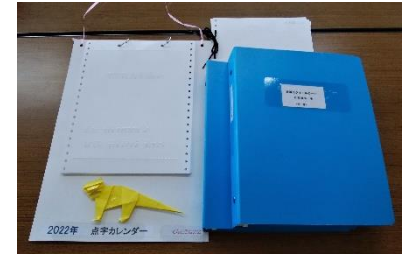
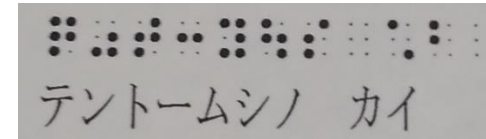
電話 0263-55-7088

メール sx854787@yahoo.co.jp

点字ボランティア てんとう虫の会

活動内容

点字を利用される方をサポートするために、パソコンを使用してカレンダーやJR時刻表、書籍、個人や団体・市等からの依頼物を点訳しています。自宅での作業もありますが、無理のないよう協力しあって活動しています。点訳した書籍は、市中央図書館に寄贈もしています。



活動日

月3回 火曜日13:30~15:30
各自自宅 点訳作業随時

活動場所

穂高地域福祉センター・自宅

会員数

7人

会費

なし

代表者 二木 敏子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

豊科手話サークルボランティア(昼)

活動内容

地域に暮らす聴覚障がい者と共に活動をしています。
また交流を深めるために手話を学び、手話の啓発活動もしています。



※聴覚障がい者は会費がかかりません。

活動日

月3回 木曜日 10:00~12:00

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

17人

会費

年2,000円

代表者 山崎 まゆみ

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

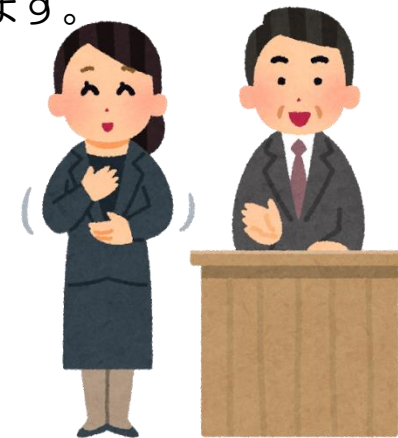
FAX 0263-73-7147

豊科手話サークル夜の部

活動内容

手話学習会を毎週水曜日に行っています。

手話奉仕員養成講座の講師、
手話通訳など地域で活動をし
ています。



活動日

毎週水曜日 夜7時半~9時

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

4人

会費

なし

代表者 清水 香世

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

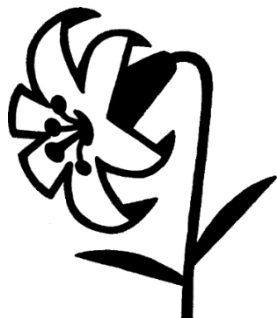
FAX 0263-73-7147

長野大切な人を亡くしたあなたへ… (NTA)グリーンアザ会

活動内容

家族を亡くした方を対象に、自助の会を行っています。
Facebookグループや個別対応などを行っています。

心に寄り添い、共感しあい、自分
たちの力で死別の悲しみから立ち直
っていけるようにする会です。



活動日

第3日曜日

活動場所

安曇野市内

会員数

22人

会費

なし

代表者 岡本 妃都美

電話 090-6140-3664

FAX 0263-74-2671

メール miraini.mukattearukitai@gmail.com

ほのかの会

活動内容

- ・デイサービス利用者の話し相手、入浴後の介助、
ぬり絵、折り紙、その他机上リハビリの介助等。



活動日

月～金曜日 10:00～12:00 月8～10回

活動場所

総合福祉センターあいりす内デイサービスセンター明科

会員数

5人

会費

なし

代表者 田中 妙子

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

まごころサービスボランティア

活動内容

とよしないこいの里や 県立こども病院の
花壇の美化活動



活動日

月1回程度（4月～11月）

活動場所

とよしないこいの里・県立こども病院

会員数

9人

会費

なし

代表者 湯澤 力三

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

松本カンガルーの会

活動内容

病気の子供たちとその保護者の方々の支援を目的として活動しています。近年は教育保障をテーマに、小・中・高の学校問題について長野県などへの働きかけや提言を行っています。サンタプロジェクト（病院の子供たちへの本のプレゼント）、懇談会、学習会なども適宜開催しています。
参加はすべて自由です。
気が向いたら覗いてみてください。
ご関心を寄せていただければ幸いです。



活動日

毎月第4土曜日 14:00～16:00

活動場所

長野県立こども病院・ささえあいセンターにし

会員数

11人

会費

なし

代表者 西垣 信吾

電話 0263-72-1514

FAX 0263-72-1514

メール nish0841@yahoo.co.jp

まつもと障害年金支援研究会

活動内容

私たちは、十分よく知られていない国の様々な制度を多くの皆様に周知する活動をしています。現在、毎月第1金曜日、午後1時～3時、「安曇野市豊科ささえあいセンター」において障害年金無料相談会を開催し多くの方々のご相談を受けさせていただいております。障害年金とは、年齢や保険料を納めていたか等の要件がありますが、障害によって働いたり日常生活を送ったりする上で、困難がある場合に支払われる公的年金制度であり所得補償制度です。少しでも疑問に思ったら、まずはお気軽に相談していただきたいと考えております。（相談員は、社会保険労務士）

活動日	毎月第1金曜日 13:00～15:00
-----	---------------------

活動場所	ささえあいセンターにし
------	-------------

会員数	4人	会費	なし
-----	----	----	----

代表者 中曽根 晃

電話 0263-88-8907

FAX 0263-88-8908

メール info@naksone-sr.jp

まめの会

活動内容

私たちは「まめの会」と申しまして、77歳以上のひとり暮らしの方に民生委員を通して希望調査を行い、希望された方にお弁当を配食しているボランティア団体です。当番が季節に合った献立を考え、なるべく地元の食材を使って調理し配食しています。ただ届けるだけでなく安否確認はもちろん、世間話等をして交流を深めています。



活動日	第1班 偶数月1回・第2班 奇数月1回
-----	---------------------

活動場所	堀金地域内
------	-------

会員数	31人	会費	なし
-----	-----	----	----

代表者 中澤 定子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

三郷朗読ボランティア こだまの会

活動内容

- 視覚障がいのある方たちのために、会員が録音したテープを発送する。
- 地区内の高齢者施設等を訪問し、大型紙芝居、朗読、なつかしい歌、手遊びなどで共に楽しいひと時を過ごす。
- 会員同士で技術の向上のために勉強する。



活動日

施設と相談し、年間計画で実施

活動場所

社協・福祉施設

会員数

10人

会費

あり

代表者 平林 徳子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

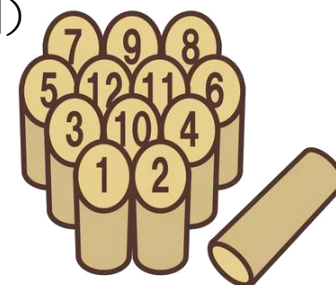
電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

モルック ナゲテミール

活動内容

みんなで楽しくモルックしませんか？
老若男女、みんなでできる最近話題のニュースポーツ！
安曇野市内の公園（主に豊科南部公園）で交流しながらモルックで元気になりましょう！
ご参加、お待ちしております。



活動日

毎月1～2回程度 約3時間（9～12時）

活動場所

豊科南部公園（雨天の場合は室内ゲートボール場など）

会員数

5人

会費

なし

代表者 寺島 めぐみ

電話 090-4461-8332

もったいない会

活動内容

市民の皆様に、洗濯済みの木綿の布を提供（寄付）していただき、適当な大きさに切って介護施設に届け、清拭用に使用してもらいます。



活動日

毎月第4水曜日 13:00~15:30

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

8人

会費

なし

代表者 山田 登代子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

山岸 富貴子

活動内容

理容院、美容院に行けない人のための散髪をさせていただきます。

介護福祉士も持っているので、安心してもらえると思います！



活動日

活動場所

会員数

会費

代表者 山岸 富貴子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

朗読ボランティア すずらんの会

活動内容

私たちは、朗読を楽しみながら、ご自分で読むことが難しい方に、録音した本のテープをお届けしたり、ご自宅に伺って広報を読んでいきます。又、福祉施設などでの対面朗読も行なっています。



活動日

毎月1～2回 1時間程度

活動場所

利用者自宅・高齢者施設・障害者福祉施設

会員数

15人

会費

なし

代表者 福富 みどり

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147