

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

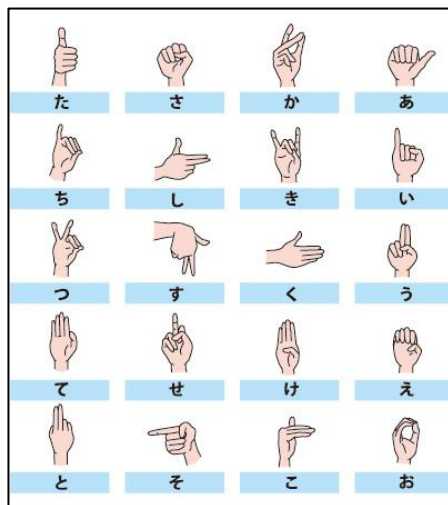
電話 0263-73-7143

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じ

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

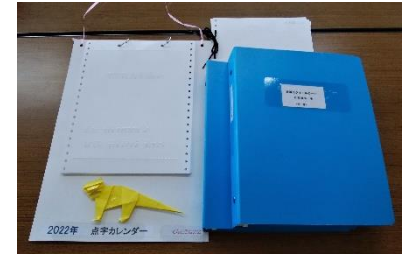
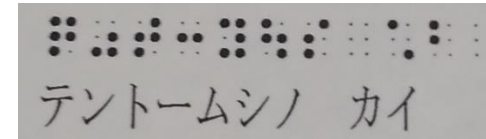
電話 0263-55-7088

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

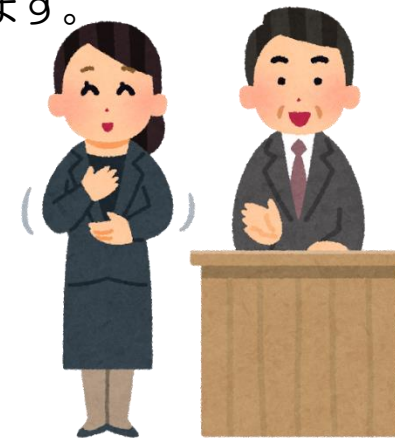
FAX 0263-73-7147

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

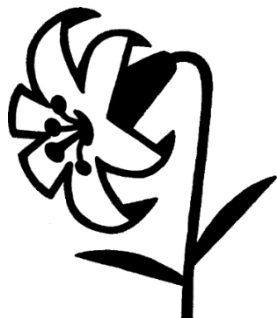
FAX 0263-73-7147

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

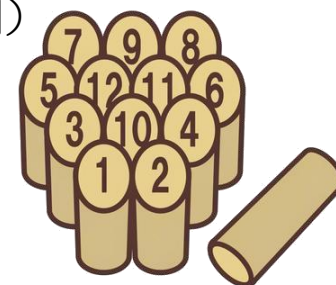
電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

モルック ナゲチミール

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



あかしな樹・音の会（木の笛コカリナ）

活動内容

毎月1回講師の先生をお招きして、木の笛コカリナ樹・音の練習をしております。主に福祉施設等でボランティア活動しております。

今年で結成12周年を迎え、気持ちも新たに会員同士の親睦を大切に楽しく練習に励んでおります。



活動日

月1回（第2月曜日）

活動場所

社協明科支所（総合福祉センターあいりす）

会員数

11人

会費

1,200円

代表者 丸山 幸子

電話 0263-62-4820

明科音頭・豊科調安曇節愛好会

活動内容

明科音頭・豊科調安曇節愛好会は、安曇野に伝わる新
民謡の保存継承活動を推進し、地域の福祉施設で踊りや
詩吟の福祉ボランティアを積極的に活動しております。

毎年豊科で開催されるあづみ野祭りのオープニングイ
ベントで豊科調安曇節・豊科小唄を踊り、あづみ野ばやし
踊り連にも参加し、地域のつながりを広めるため活動
しています。

活動日

毎月第2・4日曜日 13:30~15:30練習

活動場所

上押野営農センター

会員数

16名

会費

なし

代表者 大石 昭明

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

安曇野アルプホルンクラブ

活動内容

スイスの民族楽器アルプホルンやカウベル等の練習を、主に安曇野市内の公民館を中心に毎週土曜日に行っています。また、主に中信地区などのイベント演奏や老人福祉施設等でのボランティア演奏をしています。



活動日

毎週土曜日

活動場所

安曇野市近辺

会員数

7人

会費

なし

代表者 伊藤 由佳

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

安曇野ノエルズ

活動内容

私たちは、ミュージックベルを使って老人介護施設などで演奏します。皆様に音楽を楽しんでいただき、元気になってほしいと思っています。

東京・横浜にも“ノエルズ”の仲間がいて、定期的に指導・交流を図り、楽しく活動しています。



活動日

毎月1回程度

活動場所

安曇野市内公民館

会員数

7人

会費

なし

代表者 竹田 園子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

安曇野ブルースターズ

活動内容

安曇野周辺が拠点の親父バンドです。
懐かしの歌謡曲などをエレキサウンド
で奏でます。



お気軽にお声
掛けください。

活動日

基本的に土・日 平日は要相談

活動場所

安曇野市内

会員数

15人

会費

なし

代表者 勝浦 健之

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

メール azumino.bluestars@gmail.com

安曇野マジッククラブ

活動内容

安曇野市近在の老人ホーム、デイサービス、保育園、
敬老会、各施設から依頼あれば慰問。



活動日

第1・3金曜日 18時~21時

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

6人

会費

なし

代表者 矢崎 敬

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

あめんぼの会

活動内容

堀金児童館キッズ、学童クラブで、手遊びや紙芝居など読み聞かせを通し、人との出会いを大切にし共に楽しい時間を共有し得る支え合いを主たる目的とした地域支援活動です。

また、郷土の先人の方々の紙芝居を作成して、地域の子ども達に伝えています。



活動日

月1回、年1回の常念フェスティバル

活動場所

堀金（児童館キッズ・児童館クラブ）

会員数

5人

会費

なし

代表者 山田 百合

電話 0263-72-5690

FAX 0263-72-5690

メール yamada3.y824@eagle.ocn.ne.jp

オカリナサークル 色えんぴつ

活動内容

依頼があれば、オカリナの演奏をいたします。



活動日

依頼による

活動場所

文化祭、市民マラソン応援、依頼があれば

会員数

8人

会費

代表者 高山 由紀子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

オカリナ・サークル おひさま

活動内容



オカリナの他に、ギターやパーカッションを入れたアンサンブルを楽しんでいます。福祉施設やNPO法人の催しでボランティア演奏を行ったり、年に2～3回、ステージ演奏を行っていましたが、コロナ禍でこの1年は発表の機会がほとんどありませんでした。一日も早く、安心して活動できる日が来ることを願っています。

活動日

第1・第3水曜日 13:30～15:30

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

6人

会費

なし

代表者 堀内 ゆき子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

オカリナ スワン

活動内容

月に1回、オカリナのアンサンブルを楽しんでいます。老人ホームへ演奏ボランティアに行ったり、安曇野マラソンの沿道応援のボランティアをしています。

メンバー随時受け付けています。
興味のある方お待ちしております。



活動日

毎月1回 土曜日午前中

活動場所

社協 ささえあいセンターにし

会員数

6人

会費

年1,000円

代表者 高橋 恵子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

オカリナみに

活動内容

毎月2回、2時間ほど楽しくオカリナの練習をしています。

依頼があれば、演奏、紙芝居、手遊びなどもして楽しんでもらっています。



活動日

年2～3回 依頼があれば

活動場所

福祉施設、宅老所、グループホームなど

会員数

6人

会費

なし

代表者 高山 由紀子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

隠岐 美江子 (個人)

活動内容

皆さんの健康寿命を長く維持するために、愛唱歌を歌うことを中心に、軽い体操、脳トレなどを取り入れた活動をしています。

ご希望の方、団体がございましたらお声掛けください。

お力になりたいと思います。



活動日

活動場所

安曇野市内

会員数

会費

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

おたのしみボランティア シャボン玉

活動内容

おたのしみボランティアです。
オカリナの演奏を中心に、手遊び、クイズ、パネルシアター、唄など。

80cm×110cmの大きな紙芝居は、皆さんに喜んでいただいています。



活動日

月2~3回 希望の時間で

活動場所

福祉施設、その他依頼があればどちらでも

会員数

2人

会費

なし

代表者 高山 由紀子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

おとの輝^か（オカリナ・サークル）

活動内容

童謡からクラシックまでジャンルを問わず色々な曲に挑戦し、オカリナではなかなかできないアンサンブル演奏を、指導者を迎えて練習しています。



活動日

土曜日 12:15~13:45 月1回~3回

活動場所

ささえあいセンターにし 他

会員数

7人

会費

1,000円

代表者 山本 佳世子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

万年青(おもと)の会

活動内容

市内外の老人福祉施設や、敬老会等を訪問し、舞踊、民踊、歌等を見ていただき一緒に踊ったり、歌ったりしながら一時を楽しく過ごしていただければと願いながら活動しています。会員高齢になり、参加できる人数も少ない時もありますがそれぞれ稽古に励んでいます。

活動日

社協、各施設より依頼された日時。
年間15回前後。30分～1時間

活動場所

安曇野市内外福祉施設・敬老会等

会員数

14人

会費

500円

代表者 箕浦 美代子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

音連詩～オレンジ

活動内容

音が連なり、詩が連なり、皆様の心に響きます。
ビタミンカラーのオレンジ色をテーマカラーに、音楽で元気や癒しを皆様にお届けする活動をしています。
演奏内容：歌とエレクトリックピアノ



活動日

月に2～3回

活動場所

高齢者福祉施設・公民館など

会員数

2人

会費

なし

代表者 増田 貴子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

合唱団ユリの木

活動内容

月2～3回木曜日の夜、三郷公民館で楽しく練習しています。デイサービス訪問時の曲や三郷地域ふれあいコンサート参加の曲を練習をしています。



2011年度 安曇野市三郷地域 市民ふれあいコンサート 10月22日(土)



第50回 長野県母親コーラスまつり 平成21年11月3日・4日 松本善文ホール

活動日

月2回 木曜日夜8時～9時半

活動場所

三郷公民館 スタジオ101

会員数

12人

会費

月2500円

代表者 降旗 とも子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

紙芝居劇団 実帰舎

活動内容

紙芝居の3要素（筋書き、絵、上演の語り）を小中高生に教えています。

子ども食堂を上演の場として、お子さまたちへのお楽しみを提供しています。

オリジナル紙芝居を子どもたちは1年に4本ほど作成し上演しています。



活動日

月に1回 第4土曜日 11:00～13:00

活動場所

子ども食堂開催場所（安曇野市・松本市・塩尻市）

会員数

18人

会費

無料

代表者 家田 典和

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-57-6203

メール iedanorikazu@gmail.com

琴伝流大正琴 赤穂教室 ボランティア会

活動内容

私たちは4人のメンバーで保育園、介護施設、病院等へ出かけて演奏しているグループです。

それぞれの会場で「良かったわね、ありがとう、また来てくれるかいね！待っているでね！」と声をかけていただき感謝の気持ちと出会いを大切にしながらこれからも活動して行こうと思っています。



活動日

平均 月3回 その時によれば月6回

活動場所

介護施設、病院、イベント 等

会員数

5人

会費

なし

代表者 赤穂 富子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

クラウンJoie

活動内容

バルーンアートとマジックで、驚きと感動のパフォーマンス。時にはピエロに変身して、皿回し、ジャグリング、手品と大いに笑って楽しめるピエロショー。



活動日

不定期

活動場所

公民館・福祉施設・児童館・イベント各種

会員数

1人

会費

なし

代表者 手塚 喜啓

連絡先 安曇野市社協豊科支所

連絡先 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

劇団あやめ

活動内容

振り込め詐欺を、誰にでもわかりやすい劇にして、
防犯の意識を高めてもらえるよう、

啓発活動を行っています。

お気軽にお声掛けください。



活動日

活動場所

公民館等

会員数

8人

会費

なし

代表者 三好 さき子

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

顕栄会 (けんえいかい)

活動内容

津軽三味線 顕栄会 福嶋孝顕を会主とし、山梨、長野県下、60名ほどで構成されております。

日本の伝統的な楽器、三味線。生の音をなかなか聞けないのが現状です。

三味線の音色を皆様
に知っていただき日本
伝統芸能を楽しんでい
ただけるきっかけにな
ればと思い活動させて
頂いております。



活動日

月1回

活動場所

安曇野市内

会員数

10名

会費

なし

代表者 丸山 知佳

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

弦楽アンサンブル「リアン」

活動内容

イベント出演、福祉施設、児童館などでコンサートを行っております。クラシック、アニメソング、洋楽、演歌など小さなお子様から高齢者の方まで楽しんでいただけるように、幅広いジャンルを演奏いたします。



(@gengakurian で検索)

※活動は土・日のみとさせていただきます。

活動日

不定期

活動場所

三郷公民館、三郷農村環境改善センター 他

会員数

5人

会費

なし

代表者 鈴木 美恵子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

コーラスボランティア 野の花

活動内容

歌の好きな仲間が集って、コーラスでボランティア活動をしています。

懐かしい歌、皆知ってる歌など訪問先の皆さんと一緒に楽しく歌っています。



活動日

毎月第2・第4金曜日 午後1時～3時

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

13人

会費

2月500円

代表者 島田 緑

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

心と身体を健康にする演奏集団 マリンバ・マミーズ

活動内容

マリンバの音に気を一つにした我々仲間は心と身体を健康にする演奏を楽しんでもらったり、音楽療法を取り入れた活動を展開しています。小学校、保育園、福祉施設等、社会教育の現場にも演奏活動をしております。



活動日

毎月2回 土曜午前中（不定期もあり）

活動場所

ハーモニー学園スタジオ

会員数

10人

会費

なし（特別の時はあり）

代表者 降旗 幸子

電話 090-3093-0559

FAX 0263-32-9037

メール haemonypoco@amail.plala.or.jp

サウンドスケープ

活動内容

サウンドスケープは、主に老人施設、病院等で昔懐かしい歌謡曲を中心に演奏活動をしています。皆さんのニーズに合わせて、我々世代の知らない曲などにも積極的に取り組み、多くの方々が笑顔になって頂ける様、日々色々な曲と向き合い練習を重ねています。



活動日

特に指定せず

活動場所

ささえあいセンターにし 等

会員数

5人

会費

なし

代表者 小林 利恵

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

三匹のこぶた

活動内容

安曇野市及び周辺地域で、公民館行事や児童・老人福祉施設などでイングリッシュハンドベルの演奏をしています。

童謡・唱歌・懐メロ・アニメソング・洋楽など幅広いレパートリーで多くの方に楽しんでもらえるように心がけています。奏者にとっての脳トレにもなっています。

メンバー募集中です。



活動日

月2回 月曜日 9:30~12:00

活動場所

安曇野市社協穂高支所

会員数

5人

会費

200円

代表者 耳塚 知美

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

信州安曇野 あすなろの会

活動内容

小中学生を中心とした太鼓グループで、おはやし系を取り入れるなど、和やかな雰囲気の中で練習をしています。

市内の各種イベント、祭典での演奏、介護施設への訪問などで交流を深めています。

年2~3回、お楽しみ会、親睦会を開催。

活動日

毎週金曜日 19:00~21:00

活動場所

明北小学校 体育館

会員数

17人

会費

年5,000円

代表者 平林 千代

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

大正琴ボランティア

活動内容

ボランティアで演奏できることが生きがいであり、楽しみになっています。

お声を掛けて頂ければ喜んで行きます。



活動日

第2・4水曜日練習 ・ボランティアは月1~2回

活動場所

本村コミュニティセンター・デイサービスなど

会員数

7人

会費

2,000円

代表者 市川 節子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

中国伝統芸能・変面ショー

活動内容

中国伝統芸能をたくさんの方々に知っていただきたく活動しています。



活動日

ご連絡ください。

活動場所

ご連絡ください。

会員数

1人

会費

代表者 小林 一矢

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

西中 康晴 (個人)

活動内容

ウインドシンセサイザーによる演奏。
 子供向けのアニメソングから高齢者向けの懐メロまで、
 幅広いレパートリーの中からイベントに
 合わせてプログラムを組みます。

小さな機一つ、電源、時間があ
 れば伺います。



活動日	基本的に土曜日の午後、日曜日のみ
-----	------------------

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

ニュー・モダンデュークス

活動内容

ピアノ、トランペット、サクソなどのジャズバンド。
 モダンジャズ。

依頼を受け、市内外の公民館など
 で演奏活動を行っています。

活動日	不定期
-----	-----

活動場所	穂高公民館
------	-------

会員数	5人
-----	----

会費	なし
----	----

代表者 中田 光男
 連絡先 安曇野市社協穂高支所
 連絡先 0263-82-2940
 FAX 0263-82-9621

バイオリン&ピアノ
デュオ「スマイル♪」

活動内容

市内・県内の福祉施設をはじめ、各種イベント、カフェ、宿泊施設などのロビーコンサートを行っています。
あかちゃんから大人、高齢者まで幅広い方々の対応が可能。



活動日

演奏時間は30～45分程度・応相談

活動場所

市内福祉施設・児童館・各種イベント

会員数

2人

会費

なし

代表者 新井 美那子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

ひといちばシニアクラブ
「カラオケサークル」

活動内容

- 人生百年の時代に向かって、カラオケサークル活動で認知症と免疫カアップと仲間のコミュニケーションと健康づくり。
- デイサービス訪問時に利用者の皆さんと昔時代の懐かしい歌をうたいます。また、皆さんと一緒に合唱しながらコミュニケーションを取ります。



活動日

毎月1回 午後2時45分～3時35分

活動場所

デイサービスセンター三郷

会員数

20人

会費

なし

代表者 宮坂 治

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

マリンバ

活動内容

マリンバの柔らかい音色に魅せられさまざまな演奏を聴き、「この曲はマリンバで演奏したらどうなるか」等と模索しながら選曲し、音楽に親しみ音楽の楽しさを味わい、皆さんにも味わっていただけたらと思います。デイサービスや老人福祉施設等を訪問し、お年寄りの方々と一緒に楽しんでいます。今後も楽しみながら、音楽の楽しみのおすそわけをと思っています。



活動日

活動場所

デイサービスセンター・老人福祉センター

会員数

1人

会費

なし

代表者 高木 恭子
電話 0263-72-2114

望月 みどり (個人)

活動内容

デイサービスセンター、児童館、保育園、図書館などでマジックを上演します。

ご希望に応じて、読み聞かせもいたします。お気軽にお問合せください。



活動日

活動場所

安曇野市内

会員数

会費

連絡先 安曇野市社協明科支所
電話 0263-62-2429
FAX 0263-62-5025

読み聞かせ「おはなしどりいむ」

活動内容

穂高地区の3児童館で、乳幼児と学童に絵本・紙芝居を生の声で届けています。

読み聞かせボランティアをしたい方、随時募集しています。申し込みは社協穂高支所まで。



活動日

定例会・勉強会 第1・3水曜 10:00~12:00

活動場所

穂高地区3児童館

会員数

13人

会費

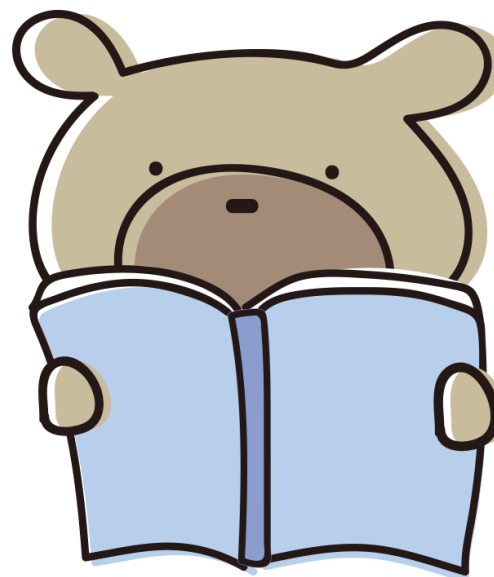
なし

代表者 半田 里枝子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621



安曇野案内人倶楽部

活動内容

「案内人」は全ての商店さんの案内、旅人の案内（道祖神、寺、イベント、さんぽ市、ウォッチング、街中さんぽ、あめ市、ラリーその他）をします。

一つ一つの物語

道祖神、堰、古い家、方言、祭り、しきたり、寺・・・

なぜそういう名前なのか…なぜそこにあるのか…

なぜ祭りがどんなことから始まったのか…

ふつうに行われていることが知らない人が多い

中、自分の住んでいる所が、どんな所で、いつ

から始まったのか…。そんな事をしらべて案内

しています。



活動日

「安曇野を歩く路」を作り案内を始めます。随時(要予約)

活動場所

安曇野市穂高5971-1（カイクラフトショップ内）

会員数

15人

会費

5,000円

代表者 高松 伸幸

電話 090-1615-1440

メール info@azumino-guide.com

あづみ野太鼓保存会

活動内容

太鼓演奏、指導を通して、地域の活性化、交流を図ります。市内イベントでの演奏、老人ホーム等慰問演奏、豊科北中での太鼓指導、安曇野市太鼓連盟、長野県太鼓連盟での活動（演奏合同練習）など、他団体との交流も刺激になり、とても楽しく活動しています。

年齢問わず、随時会員募集中。太鼓をやりたい方、意欲のある方お待ちしております。



活動日

日曜日の夜 7:30~9:00

活動場所

豊科北中学校体育館

会員数

12人

会費

月1,000円

代表者 丸山 由美

電話 0263-72-2278

FAX 0263-72-2278

安曇野地区更生保護女性会

活動内容

「更生保護活動」「犯罪・非行防止活動」「地域の課題に沿った活動」を柱に、少年院「有明高原寮」の少年たちとの交流を行っています。その他各支部で子育てに関わる支援をはじめとした活動をしています。

活動日

毎月1回役員会・活動は各地域で

活動場所

役員会は主に豊科老人福祉センター大広間

会員数

150人

会費

1,000円

代表者 大谷 由美子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

NPO法人 あづみ野風土舎

活動内容

知恵と力を出し合っ”がモットーで、安曇野の風土大好き人間が集まっています。大きな柱となる活動の一つに『緑のカーテン広げよう』があります。



暑い日差しを遮る、つる性植物の育て方講習、環境にも人にも優しい「緑のカーテン」の普及を図っています。最近は市内だけでなく近隣市町村からの講座参加者も増えています。



また、地元に伝わる民話「八面大王」の、大型紙人形劇を施設・学校・公民館等で公演し好評を得ています。

活動日

定例会は毎月第3月曜日・必要に応じ随時

活動場所

市内の施設・学校・公民館など

会員数

18人

会費

年3,000円

代表者 磯野 康子

連絡先 今泉 一

電話 0263-73-2652

潮第4常会サロン

活動内容

- 内 容
 - ・開催状況 原則1回/月
 - ・映画鑑賞 (DVD)
プロジェクター・スクリーン・DVDは社協から借用
 - ・茶話会
 - ・合唱 童謡、県歌《信濃の国》、懐メロなど
 - ・健康体操
 - ・出前講座
- 持ち物 お茶など各自持参

活動日

年10回 土曜日 (午後1時30分頃~4時頃まで)

活動場所

明科東川手潮第4常会所

会員数

4人
(参加者22人)

会費

必要額

代表者 矢澤 久男

電 話 0263-62-3432

小倉 あそびの広場

活動内容

子ども時代のふるさととは一生の宝物。小倉の子どもたちに、自由に遊べる場所を作ろう!と始めました。令和3年度は51名の小学生が参加していました。

将来、私たちはこの会が、子どもたちだけの居場所ではなく、地域の方々が誰でも集まれる素敵な場所になるように…と夢を描き活動しています。



活動日

月2回不定期 PM3:00~6:00

活動場所

三郷小倉 多目的研修集会施設

会員数

54人

会費

年1,000円
(保険料込)

代表者 大倉 美保

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電 話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

上長尾地区ボランティア会

活動内容

- ・上長尾公民館、公園、区内幹線道路の環境美化・清掃活動
- ・子ども見守り活動、「いきいきサロン上長尾」への協力



活動日

環境美化清掃活動…年3回・いきいきサロン…年12回

活動場所

上長尾地区内

会員数

31人

会費

なし

代表者 内山 淳一

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

北小倉地区ボランティア

活動内容

- ・小倉メナーでの車いす清掃、ホールの机などの清掃、窓拭き、くもの巣取り
- ・いきいきサロンの手伝い
- ・長寿クラブとの交流
- ・会員間の交流

などを行っている。

活動日

毎月1回程度
午後7時30分から1時間30分ぐらい

活動場所

小倉メナー

会員数

19人

会費

なし

代表者 塚田 久司

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

下長尾いきいきサロン 忘れな草

活動内容

春と秋はミニ旅行を楽しみ、夏と冬は健康指導士から健康体操を教わり、老いを忘れていく。

又、中間には音楽を聞き若さを取り戻し、食の勉強もしている。

暮れには忘年会、正月には新年会と、一ヶ月に一度は集まって懇親を深め、元気ハツラツである。

冬のバザーは楽しみだったが、コロナ禍で中止してしまい残念である。

活動日

月1回第2火曜日 PM1:30~3:30・年12回

活動場所

下長尾公民館

会員数

32人

会費

月100円

代表者 小木曾 進 連絡先 中嶋 園子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

下堀地区ボランティア

活動内容

高齢者・独り暮らしの方を対象に交流会を年3~4回開催します。季節に合わせた手料理でおしゃべり・アトラクションを楽しみながら交流します。

また、福祉員と連携し小地域での交流・異世代交流をはかり、地域の支え合いを進めます。その他日常生活の困りごとにも対応します。



活動日

年間3~4回の交流会・研修会など

活動場所

下堀公民館 及び 下堀区内

会員数

23人

会費

交流会200円

代表者 青柳 和義

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

信州継美隊 安曇野支部

活動内容

毎月第一日曜日に、「全国一斉宝物拾い」と称してゴミ拾いを行っています。大好きな安曇野のまちをきれいにしませんか？

子どもから大人まで、みんなで交流しながら、楽しい宝物時間を過ごしましょう！

健康にも良くて、町もきれいになって、仲間もできて、素敵な時間です！ご参加お待ちしております！



活動日

毎月第1日曜日 AM7:00~9:00

活動場所

県道、私道、公園

会員数

15人

会費

なし

代表者 寺島 めぐみ

電話 090-4461-8332

田多井地区ボランティアの会

活動内容

田多井地区の環境整備、花壇づくり、荒廃地の刈り払い等。

高齢者の皆さんへの菊鉢配布、雪かき作業、春祭りの協力などの活動をしています。



活動日

活動場所

主に田多井地区内

会員数

14人

会費

なし

代表者 鹿川 正英

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

富田ボランティア会

活動内容

- 75歳以上の方を招待して、年3回ふれあいサロン
会員の手作り料理で11時～15時開催。
内容はクイズ・ゲーム・カラオケ・
外来講師の話・食事など。
- 敬老の日に75歳以上全員に手製の品プレゼント。花植えと世話。



活動日

・ふれあいサロン(年3回)・プレゼント作り(年8回)・花植え(年1回)・学校花壇(年5回) 他

活動場所

富田振興センター・富田公民館・穂高西中学校

会員数

23人

会費

なし

代表者 丸山 三郎

電話 0263-83-2798

七日市場 ボランティア会

活動内容

- ・いきいきサロン当番 年5回
- ・七日市場コミュニティーセンター清掃年1回
- ・ひとり暮らしの高齢者へのお弁当作り
- ・「子どもたちとのふれあい会」
- ・七日市場公園の落葉掃き、清掃



活動日

年数回

活動場所

七日市場 地区内

会員数

20人

会費

なし

代表者 布山 章子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

虹の会

活動内容

岩原地区の高齢者の皆さんに気軽に集ってもらい、お茶会を楽しみ、親睦を深めています。
始めたばかりですが、参加者も少しずつ多くなってきています。



活動日

年3回 午前11時～午後2時ごろまで

活動場所

岩原公民館

会員数

7人

会費

なし

代表者 丸山 徹

電話 0263-73-2309

FAX 0263-73-2309

野バラ会(中堀ボランティア)

活動内容

年3回のお楽しみ会で手品やビンゴゲーム、歌う会を楽しんでいます。

手作り弁当やお菓子などを用意しています。



活動日

年3回程度

活動場所

堀金烏川 中堀公民館

会員数

6人

会費

なし

代表者 平林 信枝

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

一日市場地区ボランティア

活動内容

- 地区社協への協力
- ボランティアの育成、研修支援
- ふれあい会食会
- ぬくもり弁当配食
- サロンひといちば
- みたけ会参加



活動日

毎月第4月曜日

活動場所

一日市場コミュニティセンター

会員数

46人

会費

あり

代表者 丸山 みどり
 連絡先 安曇野市社協三郷支所
 電話 0263-77-8080
 FAX 0263-77-8081

ふれあいいいきいきサロン中萱

活動内容

地域の高齢者の生きがい作りを目的として、お茶会、日帰りバス旅行、健康体操、唱歌など月毎に趣向を変えて実施するほか、夏祭り出店、ふれあいバザー等、地区社協の事業に協力している。

活動日

原則として毎月1回開催（第3月曜日）13:30～15:30の2時間を予定

活動場所

中萱公民館

会員数

19人

会費

月200円

代表者 宮下 光義
 連絡先 安曇野市社協三郷支所
 電話 0263-77-8080
 FAX 0263-77-8081

本村婦人会

活動内容

- ・豊岳荘の洗濯物たたみ
- ・高齢者の配食サービス(年2回)
- ・地区公民館などの行事の手伝い
- ・南豊科駅であいさつ運動
- ・学校消毒ボランティア
- ・その他、地区事業に合わせて活動する。

活動日

上 記

活動場所

地域の公民館など

会員数

23人

会費

年1,000円

代表者 丸山 千里

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電 話 0263-73-7143

F A X 0263-73-7147

真々部にここここサロン

活動内容

令和3年度は室内での活動は一回も出来ませんでした
が、梓川沿いの散歩・農業用ハウス内でのゲーム、また
社協職員さんにボッチャを教えていただき、皆で何回も
楽しむことが出来ました。

今年度も、月1
回の活動を楽しみ
たいと思います。



活動日

毎月1回 2時間

活動場所

サロン会員宅の茶室

会員数

22人

会費

200~300円

代表者 二木 静子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電 話 0263-73-7143

F A X 0263-73-7147

真々部ボランティアクラブ

活動内容

- 会長以下47人のクラブ員が、年2回区内の老人福祉施設(3施設)の庭園美化整備作業。(6・9月)
- 市所有施設の児童遊園地管理清掃業務。
- 区民から身体清拭用布の提供を受け、老人福祉施設へ配布。(10月)
- 会員の研修会を実施。



活動日

通年地域支援ふれあい活動(本文参照)

活動場所

真々部区内

会員数

47人

会費

なし

代表者 丸山 久夫

連絡先 安曇野市豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

三郷義民太鼓保存会

活動内容

私達は地域ボランティアとしてお祭り、企事のイベントで太鼓の演奏をしています。

芸能発表会での演奏や、育成活動もしています。

初心者からでも楽しめる太鼓指導もいたします。



活動日

毎週木曜日 19:30~21:30

活動場所

三郷社会体育館

会員数

11人

会費

1,500円

代表者 中嶋 諭

電話 090-4463-3104

南小倉地区ボランティアクラブ

活動内容

私達は、地区社協事業へ協力参加し、自分たちも楽しみます。小倉メナーへおやつ作りに出かけたり、小学生ともまゆ玉づくりをします。年末には、80歳以上の方への友愛訪問を行います。他、各種学習会を行っております。



令和4年12月 フラワーアレンジメント講習会



高齢者宅への友愛訪問

活動日	ふれあいサロン	7.8.12.1.2.3月	13:30~15:30
	小倉メナー	7.1.2月	13:00~15:30

活動場所	南小倉林業センター 他
------	-------------

会員数	27人	会費	あり 100~500円
-----	-----	----	----------------

代表者 降幡 淳子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081



おはなしムーン

活動内容

児童館・認定子ども園・小学校の子供達に、又依頼に応じて施設・地域支援などに出向き、絵本の読み聞かせや紙しばいなどをおこなっています。



活動日

活動場所の要請に応ずる。

活動場所

児童館、認定子ども園、小学校、地域支援

会員数

17人

会費

なし

代表者 鈴木 智恵子
 連絡先 安曇野市社協豊科支所
 電話 0263-73-7143
 F A X 0263-73-7147

木のおもちゃ みっぴー工房

活動内容

想像力をたくさんつかって遊んでもらえるよう、こちらでデザイン、作製した0さいから6さい位向けの木のおもちゃのキット約20種類の中から選んでもらってつくっています。

木のこと、メンテナン
ス法も教えます。



活動日

1ヶ月1回位 依頼日

活動場所

社協豊科支所・依頼された場所

会員数

1人

会費

なし

電話 090-2257-6839

劇団こまねずみ

活動内容

穂高在住の母子で結成して15年目になります。皆の知っているお話をアレンジして「楽しく・笑える」舞台を！！と決して無理しない程度にこまごまくるくる頑張っている劇団です。主に市内の保育園、児童館、デイサービス等で活動しています。



活動日

不確定

活動場所

社協穂高支所・メンバー自宅

会員数

10人

会費

なし

代表者 岩淵 小姫子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

H P 「劇団こまねずみ」検索

特定非営利活動法人 子育て支援ぱおぱお

活動内容

ぱおぱおは、子育て中の方々が安心して元気に過ごせる第二の居間を目指して設立しました。「お母さん・お父さんが元気なら子供も元気!!」をコンセプトに、子育て支援を行っています。毎日の子育ての中で、喜びも大きいけれど心配もあります。そんな時、一緒に遊び、話をして、皆で子育てをしていけたらとの思いを込めて活動しています。

桧造りの平屋建て、冷房床暖房完備、そうさんの滑り台と砂場のある芝生の庭は、はだして遊べます。柵がありますので安心して親子で過ごすことができます。

ぱおぱおカソ・マキッズ 功サバ・こちょこちょサロンなど月3~4回イベントがあります。



活動日

平日 月~金 AM10:00~PM3:30
(現在 感染予防のため AM10:00~12:00)

活動場所

安曇野市三郷明盛1363-1 ぱおぱおのおうち

会員数

41人

会費

年会員3,000円
月会員 500円

代表者 小口 茂子

連絡先 0263-77-1180

メール paopao2006412@cap.ocn.ne.jp

H P <http://www.matsuz.biz/paopao/>

こちょこちょの会

活動内容

「こちょこちょの会」では、子育てに関わる人、興味のある人が、育て直し・育ち直し実践アドバイザーの角田春高先生から、どのように関わっていったらいいのかを学び、現場で実践したり親子講座で伝えたり、講演会を企画する等の活動を行っています。

活動日

年12回+9回

活動場所

社協 堀金支所 ほか

会員数

12人

会費

あり

代表者 赤沼 美奈子

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

和み手（なごみて）

活動内容

親子のふれあいを楽しんでいますか？ベビーマッサージは、赤ちゃんの脳や身体の発達にすごく良いものです。

子育てが楽しくなるベビーマッサージ。育児のお悩みや相談、ママの息抜きに、お友達作りに、お茶会や工作等で交流しています。

お気軽に遊びに来てください。



活動日

毎月1回、主に火曜日（不定期）・ 10時半～12時

活動場所

ささえあいセンターにし

会員数

会費

600円

代表者 井出 敏江

連絡先 080-6806-3700

ママの働き方応援隊「赤ちゃん先生」

活動内容

子育て中のママだからこそ出来るお仕事をしています。
我が子を通して命の大切さを伝え、
社会の役に立つ。

お年寄りに赤ちゃんパ
ワーを感じてもらおう。
子どもと一緒に社会参加
しませんか？
仲間をお待ちしています。



活動日

活動場所

教育機関・施設 その他

会員数

23人

会費

なし

代表者 藤原 久美子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

HP <http://www.mamahata.net/>

ママヨガサークル プチなちゅら

活動内容

子育て世代のママを中心に構成されたヨガサークルで
す。ハードな動きはなく、自分の体調に合わせてながら
日頃のストレス解消や健康増進を目的と
して活動しています。

ゆったりした雰囲気の中、楽しみなが
らレッスンを行っています。



活動日

月3回 木曜日 10:00~11:15

活動場所

堀金公民館、三郷福祉センター 他

会員数

15人

会費

月1,200円

代表者 望月 未来

電話 080-1021-6014

メール imochi.071-imikkitty.129@docomo.ne.jp

あづみの国際化ネットワーク（AIN）

活動内容

「世界にやさしい安曇野」を目指し、学校や地域での日本語支援や生活支援をはじめ、国や文化の違いを超えた多様性を楽しみながら、“新しいスタイル”の国際活動に、外国人住民と共に、楽しく取り組んでいます。



活動日

毎日（活動内容による）

活動場所

寺所公民館

会員数

25人

会費

年2,000円

代表者 丸山 美枝

電話 090-1869-9547（代表）

HP <https://azuminokokusaikanet.wixsite.com/ain-hp>

学習支援センター実帰舎

活動内容

不登校・母子家庭・貧困家庭のお子さんを対象に、勉強の遅れや貧困から脱却することを目的とし活動しています。

貧困から脱却する一番勝率の高い戦い方は、勉強することだと子どもたちは気がついていきます。



活動日

月に2回 第2,第4火曜日 17:00~19:00

活動場所

ささえあいセンターにし・塩尻市えんぱーく2階

会員数

15人

会費

無料

代表者 家田 典和

電話 0263-57-6203

メール iedanorikazu@gmail.com

とよしな親と子の日本語教室

活動内容

日本語を母語にしない方々の日本語学習を支援いたします。生徒の希望に沿って、生徒1人にスタッフ1人が学習を支援します。



活動日	毎週日曜日 10:00~12:00 2時間
-----	-----------------------

活動場所	ささえあいセンターにし
------	-------------

会員数	13人	会費	なし
-----	-----	----	----

代表者 輪湖 隆二
 連絡先 安曇野市社協豊科支所
 電話 0263-73-7143
 FAX 0263-73-7147

ボーイスカウトあづみ第二団

活動内容



ボーイスカウト本来の活動をはじめ、ごみ拾い、募金活動などを行っている。



活動日	月1~2回
-----	-------

活動場所	豊科を拠点とし市内
------	-----------

会員数	29人	会費	なし
-----	-----	----	----

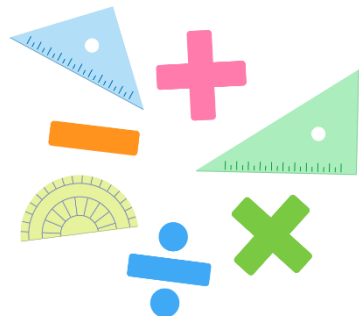
代表者 小川原 幸雄
 連絡先 野本 博
 電話 090-7219-4612

まちの自習室

活動内容

地域の小中高生のために、予習・復習・テストの振り返りなどの学習支援をしています。

算数・数学を中心に社会に出てから必要な「考える力」をつけてあげたいと思っています。



活動日	毎週土・日曜日 10~12時、13~17時
-----	-----------------------

活動場所	飯田公民館、ささえあいセンターにじ
------	-------------------

会員数	1人	会費	なし
-----	----	----	----

代表者 鈴木 健司

電話 0263-73-5233

FAX 0263-73-5233

メール suzuki.kenzi@kxf.biglobe.ne.jp



「安曇族」研究会

活動内容

「安曇族」の歴史、関係他、研究者との交流会を行っています。

1. 安曇族の研究者との交流
2. 関係地域との交流
3. 歴史の考証
4. フォーラム開催

活動日

研究会 1回/2か月・史跡探訪 不定期

活動場所

安曇野市・全国

会員数

70人

会費

3,000円

代表者 宗像 章

電話 0263-73-3743

メール munakata@sweet.ocn.ne.jp

安曇誕生の系譜を探る会

活動内容

安曇野の歴史をアマチュアならではの自由な視点で総合的に研究しています。

- *様々なテーマと講師による一般参加歓迎の講演会
「安曇野歴史サロン」を毎月開催。
- *会員相互の研鑽と親睦を図るための勉強会と研修旅行を実施。
- *史跡・文化財の保護活動への取り組み。
- *会報「安曇人」を年2回発行。

活動日

不定期・月1回以上を目標

活動場所

安曇野市内

会員数

103人

会費

2,000円

代表者 丸山 祐之

連絡先 川崎 克之

電話 090-5779-5058

メール fooybow#gmail.com

H P <http://azuminorekishi.sakura.ne.jp>

やまこの学校

活動内容

安曇野市穂高有明地区で、240年以上前から飼育が続けられている野生の蚕ヤママユガ（やまこ、天蚕ともいわれています）ですが、もっと身近に感じていただくために、飼育から織り体験まで10講座を国営アルプスあづみの公園堀金・穂高地区を拠点に活動し、伝統文化、里山文化の伝播、伝承を図り、飼育、繰糸の技術を後継者へ引き継ぐことを目的としています。



活動日

月1回程度

活動場所

国営アルプスあづみの公園

会員数

17人

会費

なし

代表者 等々力 秀和

連絡先 古田 春江

電話 080-1010-0981

メール harue0263@air.ocn.ne.jp

ゆめりんの会

活動内容

- 文化振興
（民話の掘り起し・研究により、地域の伝統と伝え交流を図る）
- 紙芝居（信濃の民話）
無料出張いたします。
- 地球温暖化防止推進活動
（省エネ、CO₂削減、グリーンカーテン）
- 手芸講習会（材料費実費必要）
- 手芸作品の展示



活動日

依頼があれば随時

活動場所

公民館、あんしん広場、児童館、市内小中学校、
デイサービス施設、塩尻市レザンホール、穂高病院

会員数

11人

会費

なし

代表者 高橋 渡

電話 0263-73-3736

メール mtk.246@docomo.ne.jp

安曇野市不用食器リサイクル実行委員会

活動内容

循環型社会をつくるため、ご家庭で使わなくなった食器を集め希望者に無料で持ち帰っていただく再利用（もったいない市）と埋立ゴミの減量、資源の有効活用を目的とする活動をしています。



不用食器集積状況



もったいない市の様子

活動日

年1回

活動場所

安曇野市内

会員数

50人

会費

なし

代表者 内川 勝治

電話 090-4369-5643

メール uchikatu@anc-tv.ne.jp

安曇野地球温暖化協議会

活動内容

長野県地球温暖化防止活動推進員・元推進員の安曇野市のメンバーが、地域の地球温暖化防止活動に向けて平成28年4月に「安曇野地球温暖化協議会」（安曇野市地球温暖化防止活動推進員協議会を改名）を結成しました。

活動内容は、①一般市民、②学校（小・中学校）、③企業などの依頼を受けて、環境問題に関する講演・講座・学習会などの講師をつとめたり、安曇野環境フェア・安曇野環境市民ネットワークなどに参加し、来場者にパネル展示や解説を行うことで、気球温暖化防止に関する指導・普及と啓発を行っています。メンバーは推進員の資格のほかに「地球温暖化防止コミュニケーター」や「うちエコ診断士」の資格者でもあります。

地球温暖化による極端な気温や降水の増加など、気球温暖化の温室効果ガスを減らす「緩和策」、影響に備える「適応策」は急務で、接続可能な将来に向けていくことが私たちの責務と考え、これからも努力を続けていきたいと思っております。



安曇野環境フェア



「中学生の地球温暖化防止」講座

活動日

依頼があれば随時

活動場所

安曇野市内

会員数

4人

会費

300円

代表者 樋口 嘉一

電話 0263-83-8701

FAX 0263-83-8701

安曇野緑の会

活動内容

自然を守り育て後世に引き継ぐ活動を行っています。桜の苗の育成、その植樹活動。桜マップづくり、観桜会の実施。自然の調査研究や観察会などを主な活動としています。桜の植樹は、保育園、小中学校、アルプスあづみ野公園など700本位植えてきました。観察会では、外来植物調査、安曇野の万葉集の植物調査などを行っています。



活動日

運営委員会：毎月第2木曜日・活動日は月1～2回

活動場所

主に穂高（安曇野市内）

会員数

30人

会費

1,300円

代表者 小河 深美

電話 0263-82-5344

潮廃線敷を守るボランティアの会

活動内容

平成27年5月に潮区は、安曇野市制施行10周年記念事業として、明科東川手潮の篠ノ井線廃線敷に桜を植樹した。本会は、その桜並木の剪定、草刈り及び消毒等の維持管理を行うボランティア団体である。

また、ツツジ等の苗木の植樹も行い、一過性でない花の鑑賞もできるような活動をする。

なお、桜の開花する4月中旬に総会と会員同士の交流を深める花見の宴を行う。

活動日

年5回 土曜日 午前中（8時ころ～12時ころまで）

活動場所

安曇野市明科東川手 潮廃線敷

会員数

46人

会費

500円

代表者 矢澤 久男

電話 0263-62-3432

烏川溪谷緑地市民会議

活動内容

烏川溪谷緑地市民会議は、烏川溪谷緑地の「良好な整備」「適切な維持管理」「効率的な利活用」などの観点から、緑地の現在・今後のあり方に関する諸課題について、市民及び関係者と長野県が「共に考え、共に創る」ことを念頭に、検討・実施していくことを目的として、平成16年2月に発足しました。現在は、会議での議論・検討、検討結果を踏まえた緑地内でのフィールドワークなど、烏川溪谷緑地に関する様々な活動に取り組んでいます。

活動日

時間：9時～16時 頻度：80回／年

活動場所

長野県烏川溪谷緑地

会員数

28人

会費

なし

代表者 岩垂 彰 連絡先 堀口 義貴
 電話 0263-73-0203
 F A X 0263-73-0203
 H P Karasugawa.com

NPO法人 川の自然と文化研究所

活動内容

身近な川を調べ、地域文化との関係や生物の住処としての成り立ちを考え、今後の川の姿に関して提言するNPO法人です。区民の融合と親睦を図る事業を展開しています。

- 1.毎年6月末頃に「川の自然と文化講演会」を一般に向けに開催
- 2.ニュースレターの発行
- 3.研究集録の発刊
 「日本人の川と水への意識」 笹本正治
 「安曇野の魚と人のかかわり」 青木周栄・山崎隆義
 「安曇野の水をめぐる歴史文化と自然」 石田益雄・吉田利男
- 4.自然観察会の開催（明科せせらぎサイエンス、三角島）
- 5.毎月末に「川の自然と文化談話会」松本あがたの森文化会館にて開催

活動日

活動場所

会員数

30人

会費

3,000円

代表者 吉田 利男
 電話 0263-72-3768
 メール m-info@srncf.org
 H P <http://www.srncf.org/>

再生可能エネルギー研究プロジェクト2050

活動内容

2050年ゼロカーボンに向け、SDGs7及び環境を踏まえ、民間の力で、その第一歩から、クリーンエネルギーの研究及び提案をしていくプロジェクトです。

略称：再エネプロジェクト2050



活動日

2~4回/月

活動場所

安曇野市内

会員数

9人

会費

なし

代表者 藤原 正三
電話 090-9844-3520

成相あゆみ会

活動内容

主に成相公園の環境整備として、草取り、清掃と花植と管理をし、憩いの公園になるように努力しています。夏の水くれが大変ですが、頑張った分花も応えてくれ咲き誇ってくれます。

その他社協の行事に参加協力しています。



活動日

毎月第1日曜日 午前7:00~8:30

活動場所

成相公園

会員数

4人

会費

なし

代表者 平田 米子
電話 0263-72-4271
FAX 0263-72-4271

マイ箸づくりサポートボランティア

活動内容

私達は、ひのきの端材を使って世界にひとつだけの箸を作ります。マイ箸をつくり使用する人から、地球温暖化防止について考えるきっかけをつくる講座を進める。

費用 必要により 材料代 一膳 100円



活動日

希望日、昼間

活動場所

安曇野市内

会員数

5人

会費

なし

代表者 矢口 今朝雄

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147



Save the earth!

安曇野グリーン王国

活動内容

農家と消費者との交流を図り、ともに食の安全・安心について理解を深めることを活動の目的としています。

- 地産地消の促進
- 農作業支援



活動日

通年

活動場所

安曇野市全域 松本市梓川

会員数

30人

会費

1,000円

代表者 百瀬 陽子

電話 0263-73-2957

FAX 0263-73-2957

いいな安曇野 花サロン

活動内容

「花のある生活」を身近にできる紹介をしたり、自然農法による野菜を提供しています。

美育・食育等のセミナーもしています。



活動日

毎月第4土曜日 14:00~16:00

活動場所

(有)岡江組事務所

会員数

9人

会費

なし

代表者 岡江 伸子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

生活クラブ 豊科支部

活動内容

食の安全や環境の問題を考え、活動している団体です。その一つとして、遺伝子組み換えがされず、抗生物質やホルモン剤また食品添加物のない、身体に安全な食品を食べる取り組みをしています。支部委員が中心となり、委員会を開き、活動の拡大と継続をしています。



活動日	毎月1回 土曜日13:30~15:30 その他不定期
-----	----------------------------

活動場所	豊科地区
------	------

会員数	役員15人	会費	なし
-----	-------	----	----

代表者 松下 順子
 連絡先 安曇野市社協豊科支所
 電話 0263-73-7143
 F A X 0263-73-7147

ほほえみの会

活動内容

料理の「コツ」は、ちょっとひと手間・ひと工夫をモットーに身近な食材を使って季節の家庭料理を作ります。

味は勿論、普段使っている材料がこんなに变身するなんて！とか盛り付けや色彩の材料の使い方でこんなに美味しくて豪華になるなんて！と喜ばれています。

お子さんもお母さんから離れお友達同士仲良く遊び、出来上がった料理を喜んで食べています。



活動日	月1回
-----	-----

活動場所	豊科保健センター内栄養指導室
------	----------------

会員数	45人	会費	月1,000円
-----	-----	----	---------

代表者 平田 米子
 電話 0263-72-4271
 F A X 0263-72-4271

安曇野パソコンボランティア

活動内容

デジタル社会の中にあってIT機器は情報入手や情報発信・コミュニケーション・地域活動のツールとして必須です。わたしたちはパソコンが苦手なシニア世代や初心者を対象にした、「パソコン講座」を定期的を開催しております。



活動日

パソコン講座(7回/年)開催月の毎週火曜・水曜日の午後

活動場所

ささえあいセンターにじ

会員数

3人

会費

なし

代表者 松島 武比古

連絡先 安曇野市社協豊科支所

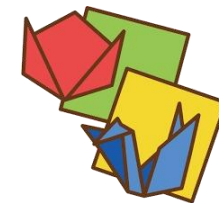
電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147

折り紙ボランティア(明科)

活動内容

- ① 月1回の定例会では、参加者(自由)とメンバーが集い、折り紙を指導。参加者との交流を楽しむ。
※材料費その都度実費徴収(10~100円)
- ② 年1回の明科福祉まつりは折り紙コーナーを設け、折り紙の指導(幼児から大人まで)。参加者の交流を深める。



活動日

毎月第2木曜日 10:00~12:00・明科福祉まつり

活動場所

明科総合福祉センター

会員数

8人

会費

なし

代表者 横内 恵子

連絡先 安曇野市社協明科支所

電話 0263-62-2429

FAX 0263-62-5025

折り紙ボランティア(穂高)

活動内容

会員相互で折り紙を通じて親睦を図ると共に、ボランティアとしてデイサービスでの折紙交流、わんぱく広場ふれあい祭り、折り紙学習、出前折紙指導等。

※出前指導は
不定期
(依頼時のみ)



活動日

学習日 毎月第一水曜日 午後1時～4時/デイサービス

活動場所

社協穂高支所、地域公民館、安曇野市内

会員数

11人

会費

なし

代表者 相河 百合子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

くらふとのわ

活動内容

クラフトバンド手芸を通して、様々な世代のお母さんたちの交流をはかる。年に一度の作品展に向けて、作品の制作を行う。



活動日

木曜10時～12時

活動場所

三郷福祉センター ボランティア室

会員数

約10人

会費

1回500円

代表者 木村 昌子

連絡先 安曇野市社協三郷支所

電話 0263-77-8080

FAX 0263-77-8081

クラフトボランティア

活動内容

布やクラフト紐を使って小物作りをしています。
サロン、児童館、デイサービス等で小物を作りながら交流しています。



活動日

毎月第2・第4水曜日

活動場所

社協穂高支所

会員数

12人

会費

なし

代表者 小澤 千恵子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

チームなでしこ

活動内容

介護施設への手作り小物品の贈呈活動と、介護施設・児童館で高齢者と子育て世代の親子を対象に、小物作り体験教室を開催しております。

会員も自分の経験や特技を活かしたボランティア活動
をすることで、社会参加している喜びを実感しています。



活動日

毎月1回：体験教室・贈呈活動(1時間)
隔月：会員宅や社協穂高支所にて準備作業(2時間)

活動場所

- ・社協穂高支所、会員宅(準備作業)
- ・介護施設、児童館 (体験教室・贈呈活動)

会員数

6人

会費

なし

代表者 岡村 末子

連絡先 安曇野市社協穂高支所

電話 0263-82-2940

FAX 0263-82-9621

陽だまり

活動内容

物を作る楽しみで、手先を使って老化防止。
 お互いの得意なことを教え合い、自分にとって
 新しい物への挑戦。

スカート・パンツ・チュニック等にも挑戦
 しています。

高齢者の集まりに参加で作品作り
 をします。また、作品のプレゼン
 ト等もあります。



活動日

毎月第3火曜日 13:30~15:30

活動場所

安曇野市社協堀金支所

会員数

9人

会費

なし

代表者 入山 秀子

連絡先 安曇野市社協堀金支所

電話 0263-73-5288

FAX 0263-73-5775

らぶ 楽布の会

活動内容

私たちは布を扱い大きな物から小物まで作品を作っています。
 こども病院には廊下の壁面をタペストリーで飾ったり、入院中の子供さんに鯉のぼりの大中小や、図書袋、人形
 なども作ったりしています。

老人福祉センターには履物を入れる袋、防災
 頭巾、テーブルセンターなど、どちらも要望に
 おこたえし、お年寄りの方、入院中の子供さん
 の笑顔を想像しながら、全員力を合わせ頑張っ
 ています。



活動日

毎月2回 第2・4水曜日 午前9:30~11:30

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 小林 由紀

連絡先 安曇野市社協豊科支所

電話 0263-73-7143

FAX 0263-73-7147