

つながる × 共感 = ひろがり∞

持続性・継続性のある活動にひろげようとする時には、活動の認知の拡大や参加者や運営の仲間集めや資金調達などなど、色んな壁にぶつかります。日頃から幅広いつながりづくりや共感の輪をひろげることを意識して取り組むことで、活動が無量大にひろがります。

「共感」はつながりづくりから

活動を進めていくと、様々な課題が出てきませんか？自分たちの力だけでは難しいこともあります。でも色々な人と思いを共有し協力することができれば、色んなことを乗り越えることができ、活動の発展の機会がグッと広がります！共感を得るための「つながりづくり」を積極的にチャレンジ！！

どうやって つながる？



自分から動かなければつながりは生まれません。
思い切って行動してみましょう！

次ページでは積極的に共感の輪をひろげる活動に
取り組む団体の事例を紹介します！

インタビュー 思いは伝えなければ伝わらない

《WS（ウォーキングサッカー）安曇野》



その活動何のため？伝えなきゃ。

WS安曇野代表の山田さんは、父親を亡くされたことがきっかけで、「もっと気軽に健康づくりができる場を」という思いから始めたのがウォーキングサッカーでした。活動の認知や理解をひろげるため、自身の体験や思いを積極的に行政や民間事業者に出向いて説明をするなど、つながりづくりに意欲的に取り組んだそうです。今では参加者が大幅に増え、共感がひろがり、企業からスポンサー契約までいただけるようになったとのこと！

WS安曇野の取り組みの一例

- 参加者の感想カード
- 店舗巡り（チラシ設置等）
- 近隣市町村巡り（連携依頼）
- イベント参加（他団体交流）
- 情報発信（SNSやHP）

成果

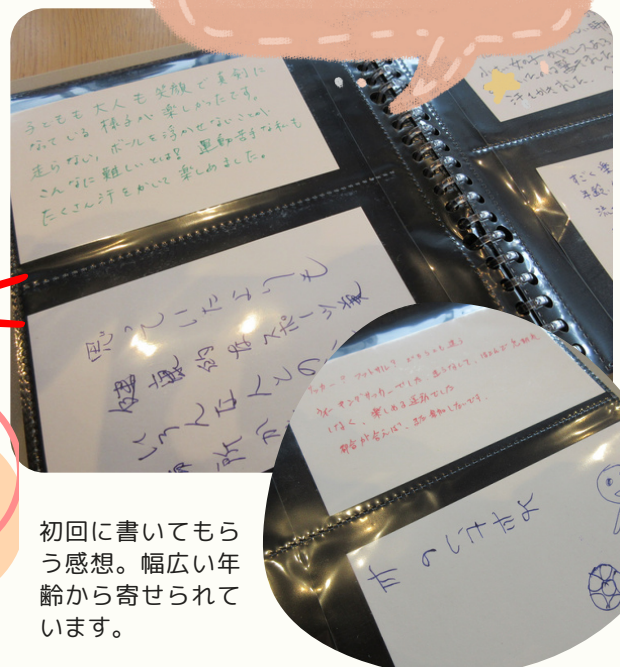
- 参加者 増
- 資金調達（企業スポンサー契約）
- 認知・理解のひろがり（メディアの取り上げ）

山田さんからひとこと

- 相手に寄り添う気持ちを大切に、つながりづくりをしています。
- 「ゆるつな」の参加がきっかけで、いろんなつながりが広がりました。

感想カード

参加者から寄せられた感想は、活動のPRにもなります。



初回に書いてもらう感想。幅広い年齢から寄せられています。

WS安曇野の
ホームページは
こちら！



取材にご協力いただき、ありがとうございました！！

ゆるーくつながる
出合いの場

「ゆるつな」茶話会に 参加しませんか？

山田さんも参加する
「ゆるつな」って何？

つながりをひろげるきっかけに！
サポートセンターが開催する「ゆるつな」をご紹介します！

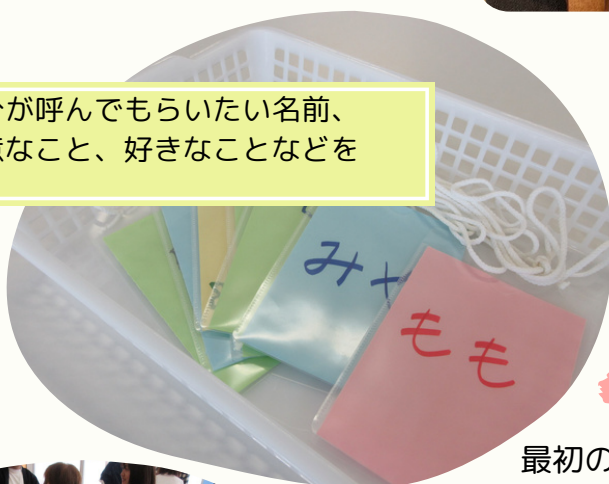
「ゆるつな」茶話会って？

誰かとしゃべりたい、つながりたい！
安曇野が好き！
こんなことやってみたい！
困りごとを解決したい！

そんな思いを持つ人が気軽に集まり、お菓子を
食べながらゆるーく交流する場です。

月1回のペース（たまに隔月）で市役所などの
公共スペースで開催しています。

名札には、自分が呼んでもらいたい名前、
所属団体、得意なこと、好きなことなどを
書きます。



市民活動などに取り組んでいる方は、
団体のPRも積極的に！



ホームページはこちら！

過去の様子が動画でも
確認できます！



参加するには？

申し込み不要！
会場に直接集合です。
途中参加、途中退出もOK！

何してるの？

最初の自己紹介が終わったら自由におしゃべり！

気になっていること、ちょっと相談したいこと、
やってみたいこと、得意なことなどを、気軽に話
してみましょう。新しい世界が広がるかも！？

新たなつながりのきっかけに、
ぜひ「ゆるつな」に遊びに来てください！

今後の「ゆるつな」

9:30

|

11:30

- 11月30日（土） 市役所1階東側ロビー
↑ Instagram プチ講座も開催！
- 1月19日（日） 穂高公民館 講堂
- 2月16日（日） 市役所1階東側ロビー

情報コーナー

イベント情報をお寄せください

市民活動サポートセンター通信やHPで活動やイベントの広報をします。
お気軽にご相談ください。

初回参加要申込 ココクルボッチャクラブ

- ・日 時 12月15日(日)
13:00~14:30 モルック体験
14:30~15:30 ボッチャ練習
- ・場 所 堀金公民館 講堂
- ・対 象 障がいや年齢に関係なくご参加ください
- ・持ち物 うち履き、飲み物
- ・お問合せ ココクルボッチャクラブ
hirobakokokuru@gmail.com

きき Cafe

- 「ひとりで食べるよりみんなでワイワイ食べよう!!」をモットーに北村集会所でカフェを開きます。
- ・日 時 11月30日(土)11:30~14:00
 - ・会 場 北村集会所(安曇野市明科光 243-1)
 - ・参加費 大人 200 円、子ども無料《限定 25 食》
 - ・メニュー ちらし寿司、すまし汁、デザート
 - ・主 催 きき Cafe
 - ・連絡先 090-5788-0458(代表・中林)

安曇野歴史サロン 11 月例会

「木曾義仲とその家臣団」
木曾義仲没後 840 年の今年は義仲を考える上でとても大切な節目でした。改めて木曾義仲像を皆さんと考えます。

- ・日 時 11月24日(日)14:00~15:30
- ・会 場 穂高会館 会議室 1、2
- ・講 師 村石 正行 氏(県立歴史館学芸部文献資料課 課長)
- ・参加費 500 円(資料代として)
- ・定 員 70 名(入場多数の場合はお断りすることがあります。)
- ・主 催 安曇誕生の系譜を語る会
- ・お問合せ 事務局 090-5779-5058(川崎)

要予約 ふるさとさんぽ「安曇野を英語でガイド」PART IX

安曇野の魅力について、英語でのガイドを学ぶレッスンツアーです。今回は、「蕎麦」編～蕎麦って？そして、安曇野(長野県)の蕎麦、蕎麦打ちの手順～を実際に体験しながら、簡単な英語フレーズでガイドしましょう！

- ・日 時 12月15日(日)10:00~12:30
- ・集合場所 あづみの公園(堀金・穂高地区)中央口エントランスホール
- ・ガイド講師 安曇野市地域通訳案内士 小川・小嶋
- ・定 員 10 名(最小催行人数 4名)
- ・対 象 英会話初級レベル
- ・参加費 1,500 円(中学生以下 1,000 円) ほか公園入園料など
- ・申し込み 安曇野案内人倶楽部 小川
090-9942-5928(17:00~21:00)

インクルーシブなあそび広場 Kids Happy Trampoline

安曇野で 3 度目となる地域交流イベント・トランポリン企画！親子みんなで飛んで跳ねて弾けて思いっきり笑って楽しもう！

- ・日 時 12月14日(土)10:00~12:00
- ・場 所 堀金公民館 3 階
- ・参加費 ひと家族 1,500 円、ひとり親、障害者割引あり
- ・講 師 こども王子バジ
- ・主 催 一般社団法人笑顔の花
080-7492-0817(担当:かやふさ)

少子化とこどもの居場所～地域で支える子育て～ 湯浅誠氏講演会

- ・日 時 12月20日(金)10:00~11:30
- ・場 所 松本合同庁舎 会議室 502
- ・対 象 信州こどもカフェ運営団体・こども支援関係者・一般市民 他
- ・参 加 費 無料
- ・定 員 60 名
- ・内 容 基調講演 湯浅誠 氏
「少子化とこどもの居場所～地域で支える子育て～」
- ・主 催 公益財団法人長野県みらい基金
- ・申し込み <https://forms.gle/XgJzznMTA4zBYMPx5>

【ロゴコンセプト】

デザインのモチーフは安曇野の「あ」。文字を構成する様々な形、色の円弧はサポートセンターに集う多種多様な人々を、色が重なっている部分は集う人が交わって新しい価値観やイベントが生まれていく情景を表現しています。

【発行】 安曇野市市民活動サポートセンター

〒399-8281 安曇野市豊科 6000 安曇野市役所本庁舎2階 地域づくり課内

電話 0263-71-2013

メール kururin@city.azumino.nagano.jp

時間 月曜日～金曜日 8:30~17:15

※祝日/年末年始(12/29~1/3)除く



ホームページ

Facebook

Instagram

