

つながる



Vol.90
2025.5

安曇野市市民活動サポートセンター通信

私たちが
市民活動サポートセンター職員
です!!

サポートセンターの
イベントを知りたい!



サポートセンターって
なにができるの?

これを見ればサポートセンターの

すべてが分かる!?

令和7年度の市民活動サポートセンターの
年間予定をまるっと掲載!
活動に役立つサポートセンターの
機能も紹介します!

詳しくは次ページを
チェック!



ゆるつな茶話会

事前の申込み不要！
途中参加・退出しても大丈夫！

ゆるつな茶話会は誰でも自由に集まり、ゆる～く交流する場です。
誰かとなつなりたい！こんなことやってみたい！困りごとを解決したい！
そんな思いに共感してくれる人と出会えるチャンスかも！？
お菓子を食べたり、お茶を飲みながら、みんなでおしゃべりしませんか？



令和7年度〇年間予定

時間：9時30分～11時30分

- 5月24日(土) 市役所 1階東側ロビー
- 6月21日(土) 堀金支所 1階ロビー
- 8月23日(土) 市役所 1階東側ロビー
- 11月16日(日) 市役所 1階東側ロビー
- 12月20日(土) 堀金支所 1階ロビー
- 1月18日(日) 市役所 1階東側ロビー
- 2月15日(日) 堀金支所 1階ロビー

堀金支所での様子



市役所での様子



毎回、たくさんの出会いが
生まれています♪



4月

5月

24日ゆるつな

21日ゆるつな

6月

7月

8月

23日ゆるつな

28日フェスタ

9月

9月28日
開催!!

市民活動フェスタ

詳細は市ホームページを
ご確認ください！



「地域をより良くしたい！」と活動する皆さんのことを市民の皆さんに広く知ってもらうためのイベントです。今年はANCアリーナが会場！パネル展示は13日間、市役所1階東ロビーでの開催となり、より多くの方に見てもらえるように！

運営メンバー随時募集中！

運営チームメンバーとなって一緒にワクワクするフェスタを作りませんか？
参加を希望される方は市市民活動サポートセンターまでぜひお気軽にお声がけください♪



つなひろ講座

地域の未来を市民の皆さんと共に考え、より良いまちづくりを進めるために、協働のまちづくり講演会を開催します。

詳細は様報をお待ちください

市民活動セミナーが名前を新たに再始動！活動のスキルアップに役立つ講座を開催します！今年度はプロのグラフィックデザイナーを講師に招き、今までのセミナーとはひと味違う形の講座を企画し準備を進めています♪

協働のまちづくり講演会 つなひろ成果発表会

つなひろ補助金を活用した団体の皆さんが1年間の成果を発表します。市内で活動する団体を詳しく知るチャンス！



チラシづくり・広報デザイン講座

日時：①2月1日(日) 9時00～12時00分

②3月1日(日) 9時00～12時00分

会場：市役所1階東ロビー

内容：チラシづくりのポイント、アイデアスケッチ、完成チラシの発表会

※連続講座のため両日参加必須

※内容が変更になる場合があります



10月
26日講演会

16日ゆるつな

11月

12月
20日ゆるつな

18日ゆるつな

1月

1日セミナー

2月

15日ゆるつな

1日セミナー

3月

8日成果発表会

安曇野市市民活動
サポートセンターで
できること

←市役所1階情報コーナー



相談できる！

「何か始めたいけど、どうしたらいいかわからない」「助成金について教えて！」など、幅広い相談を受け付けています。

情報が手に入る！

市役所1階情報コーナーでは、スキルアップに役立つセミナーや助成金情報など、役立つ情報をお知らせします。活動のヒントになる書籍も多数！※市ホームページでも紹介しています。

広報ができる！

もっと活動のことを知ってもらいたい登録団体の皆さんの活動を様々なかたちで広報します！メール、チラシの持ち込みなど都合のいい方法でお寄せください。

市役所2階の
この看板が目印！



《利用時間》

平日 8時30分～17時15分

※年末年始を除く

《場所》

安曇野市役所本庁舎 2階4番窓口
(市民生活部 地域づくり課内)

《連絡先》

電話：0263-71-2013

メール：kururin@city.azumino.nagano.jp

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

- ボッチャの体験・練習をしながら交流しませんか？
- ・日 時 6月15日(日) 13:00~15:00
 - ・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
 - ・活動協力金(任意) 100円 協力可能な方はお願いします。
 - ・お問合せ ココクルボッチャクラブ
hirobakokokuru@gmail.com

要申込 第1回カノンの会の交流会

- カノンの会は、大人の発達障がい当事者会です。日頃思っていること、感じていること、悩みや趣味などを自由に語り合うことにより、気持ちが少しでも楽になり安らげることを目的としています。会場で聞いたことは、他の場所で話さないことをルールとしているので、安心してお話ができます。
- ・日 時 6月14日(土) 13:20~16:40(入退室自由)
 - ・場 所 明科子どもと大人の交流学習施設 ひまわり
 - ・対 象 当事者及びご家族の方(発達障がいかなと思っ
ている方、グレーゾーンの方も参加できます。)
 - ・参加費 無料

要申込 自己分析セミナー

- 心の声、ちゃんと聴けていますか？プロのカウンセラーが自己分析の方法を教えます！
- ・日 時 6月28日(土)10:00~12:00、13:00~15:00
※各回のテーマの詳細については、二次元コードよりご
確認ください。
 - ・会 場 豊科交流学習センターきぼう
 - ・参加費 1,000円(各回のコースごと)
 - ・主 催 メンタルカウンセリング・ブレイン
 - ・お問合せ 070-2643-2516
koto@brain-tanaka.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！をモットーにカフェを開きます。
- ・日 時 6月28日(土) 11:30~13:30
 - ・場 所 北村集会場(明科光 243-1)、
倉田地区公民館(堀金烏川 1746-6)
 - ・メニュー おにぎり、豚汁、デザート(限定 25食)
 - ・参加費 大人 300円、子ども無料
 - ・お問合せ きき Cafe
taka_h8oasis@yahoo.co.jp

第3回 安曇節の作詞募集

- 7・7・7・5の節で作る郷土民謡・安曇節の歌詞を募集します。選考された作詞は10月5日(日)に国営アルプスあづみの公園で行われる「新作歌詞発表会・安曇節を踊ろう！」で披露します。
- ・応募期間 6月16日(月)~7月25日(金)必着
 - ・応募方法 ①郵送(はがき可) <<〒399-8303 安曇野市穂高5047 安曇野市穂高公民館まで>>②応募申込書を専用ポスト(市役所1階、みらい、きぼう、ゆりのき等に設置)へ投函 ③インターネットによる応募
 - ・問い合わせ 安曇節推進保存連絡協議会
TEL: 090-1552-1935

子どもゆめ基金

- ・助成対象 青少年教育に関する活動を行う民間団体(法人格は問わない)
- ・助成内容 こどもを対象とする体験・読書活動
- ・助成金額 最大300万円(活動規模の要件あり)
- ・助成期間 令和7年10月1日から令和8年3月31日まで
- ・募集期間 6月17日(火)17時まで
- ・提出先 独立行政法人国立青少年教育振興機構子どもゆめ基金
- ・問い合わせ <https://yumekikin.niye.go.jp/>

【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り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

