

松本市市民活動フェスタ2026

講堂 19日 (土)

10:00
手絵劇「十二支のはじまり」
松本手話サークル

10:40
大好きな曲に合わせて、ダンスを踊ります！
すまいるダンスくらぶ

11:10
小・中学生が、元気にかっこよく踊ります。NPO総合体操クラブWing

11:40
楽しく運動、親子で心身ともにリフレッシュ！
日本ダウン症協会
長野県松本支部
松本ひまわりの会

12:10
懐かしい曲を草笛の音色でお楽しみ下さい。
アルプス草笛会

13:00
「魔法の言葉」「さんぽ」「小さな世界」を手話で歌います。
手話ダンスの会

13:30
ニュースポーツ『ボッチャをやってみよう!!』
福祉団体 つなぐ会

15:10
美ヶ原王ヶ原〜三城間のロープウェイ建設と周辺の整備事業について、他
溪流保護ネットワーク・砂防ダムを考える

講堂 20日 (日)

10:00
新体操のリボンを体験してみよう。
NPO総合体操クラブWing

11:00
お手玉あそびを楽しみましょう！
チャレンジ大会もあるよ。
子どもの育ちを支える会

13:00
朝日村砂防ダム利用の小水力発電の問題、他
溪流保護ネットワーク・砂防ダムを考える

会議室 19日 (土)

会議室1 10:00-16:00
プラレールで遊ぼう！
古い電車で新しい語らいの会

会議室2 13:30-15:00
当事者と来場者がまったりゆったりおしゃべり。出入り自由です。
精神障害当事者会ひびき

会議室 20日 (日)

会議室1 10:00-12:00
プラレールで遊ぼう！
古い電車で新しい語らいの会

会議室1 13:00-14:30
当事者と来場者がまったりゆったりおしゃべり。出入り自由です。
精神障害当事者会ひびき

会議室2 10:00-12:00
「アロマハンドトリートメント」を受けてみよう！
福祉団体 つなぐ会

会議室2 13:00-15:00
シニア世代が考えた「おもしろパズル」2種類を作って遊ぼう！(各25名)
(公財)長野県長寿社会開発センター

きれいな花手水(はなちょうず)もやってるよ！見に来てね！

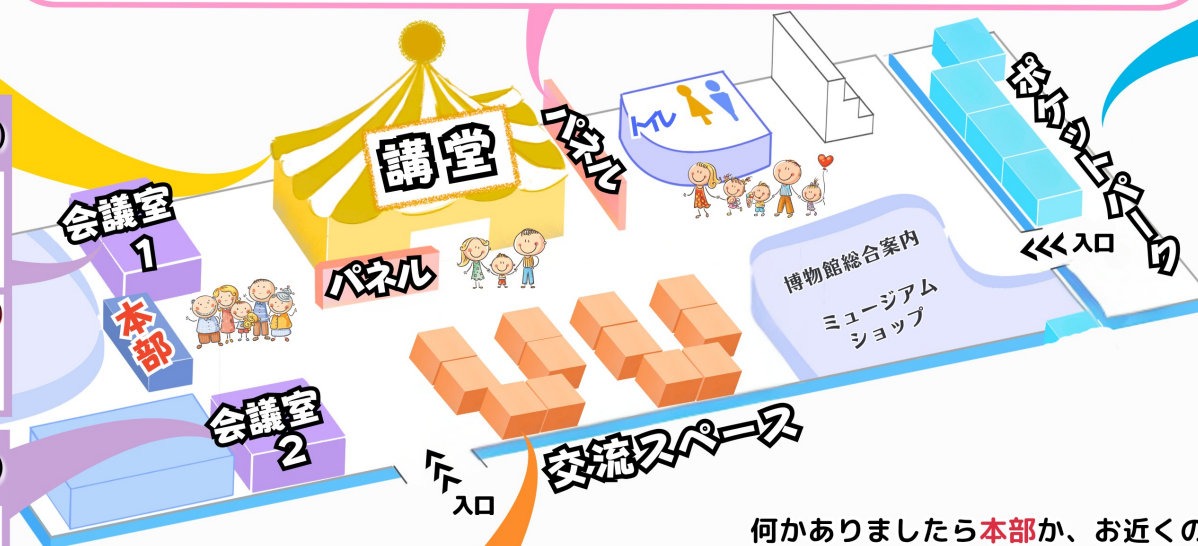
9/19 (土) 9/20 (日)
10:00~16:00 10:00~15:00



40団体が集結！
見て・聞いて・触れて
ワクワク体験がいっぱい！
盛りだくさんの2日間！

パネル展示

- ・NPO総合体操クラブWing
- ・中信地区里親会
- ・(公財)長野県長寿社会開発センター
- ・(一社)日本色育推進会 長野色育会
- ・精神障害当事者会ひびき
- ・子どもの権利相談室こころの鈴
- ・子どもを亡くした親の会「たんぽぽの会」
- ・子どもの育ちを支える会
- ・NPO法人 中信多文化共生ネットワーク
- ・日本ダウン症協会長野松本支部 松本ひまわりの会



交流スペース

- ・信州ひねもす (19日)
- ・チャイルドライン中信
- ・出居番丸西 (19日)
- ・子どもを亡くした親の会「たんぽぽの会」
- ・子どもの育ちを支える会
- ・中信地区里親会
- ・地球環境フォーラム
- ・ケアパートナー そらいろ
- ・福祉団体 つなぐ会
- ・松本ホテル学会 (まなぶかい)
- ・講師バンクまつもと
- ・(一社)日本色育推進会 長野色育会
- ・溪流保護ネットワーク・砂防ダムを考える
- ・長野県レクリエーション協会 (20日)
- ・よつば会 (20日)
- ・音色くらぶ
- ・WS安曇野
- ・NPO法人 はぐまつ

何かありましたら**本部**か、お近くのスタッフへお声がけください。

松本市立博物館 1階MAP

ポケットパーク

事業所でつくったお菓子や松本産の野菜の販売を行います。

不用食器を無断配布致します。
松本市「暮らしと環境」を考える会

着物や帯を使って製作した小物などの販売 (19日)
NPO法人 ムーブメントまつもと

在日外国人の方々から、それぞれの国の言葉で挨拶などを教わり、交流を楽しみます。
NPO法人 中信多文化共生ネットワーク

頭骨や毛皮などの標本に触れながら、ツキノワグマの体や暮らしを楽しく学ぼう！(20日)
NPO法人 信州ツキノワグマ研究会

手作りメモ帳、利用者手作りクラフト製品 (カゴ、布バッグ、キーホルダー等)、アニマルピース等を販売します。 NPO法人 Lomi Lomi どんとこむ

アイマスクを着用して、「見えない体験」をしよう！(20日)
信州伴走・伴歩協会

・フードドライブの実施 (19日)
・日頃の活動の展示
労働者協同組合ワークスコープ・センター事業団

福祉と社会環境をメインに情報発信します。
音色くらぶ

アンケートに答えてお楽しみ袋をGETしよう！
こどもの居場所「みなもと」

【主催】
松本市市民活動サポートセンター
(松本市地域づくり支援課内)
☎ 0263-34-3264

皆さまのお越しをお待ちしています！
企画がたくさんあるよ！



本部



アンケートの提出と引き換えに、記念品の交換をしています☆

松本市市民活動フェスタ2026

参加団体情報

アルプス草笛会

草笛は自然からの贈り物、又、遠い昔からの日本の文化とも言えます。葉は公園でもどこでも確保できるなど、お金がかからないのも大きな魅力です。草笛という響きと、懐かしい音色を聴きたいと、デイサービス、福祉ひろばなどへ向かう機会が増えています。

NPO法人 えんのわ

地域活動における様々な課題を解決するため、皆さんと一緒に考えます。活動に役立つセミナー開催のほか、県や市町村のセミナーで講師を務めています。地域活動、市民活動のお悩みなどをお気軽に相談ください。

沖縄を語る会

2018年にあがたの森講堂で「沖縄大浦湾の海洋生物のパネル展示」会を開き、その後「沖縄を語る会」として定期的に辺野古での米軍新基地建設のための埋め立ての状況など、沖縄の抱える問題を考えてきましたが、今回はそれに関するパネル展示です。

（公財）長野県長寿社会開発センター

わたくし達の所属する『公益財団法人 長野県長寿社会開発センター』は、明るく豊かな長寿社会づくりを応援しています。わたくし達「松本地区賛助会」は、世代間を超えた活動を通じて、松本地域を元気に出来るよう日々努めています。

松本手話サークル

週に1回集まり勉強しています。勉強という固いイメージですが、遊びも交え技術と表現力を学んでいます。その成果がこの手絵劇です。興味を持たれたらぜひ一緒に！！

ケアパートナー そらいろ



「子育てをいっしょに」看護師だからこそできる見守りとケアで、お子さまとご家族の毎日をサポートする看護キッズシッターです。安心して子育てができる地域を目指し、一人ひとりの暮らしに寄り添います。

すまいるダンスくらぶ

「療育センターらいふ・みらい」に通所していて、歌や音楽が大好き！体を動かすのが大好き！な子供たちが集まり、親も一緒に楽しく体を動かしています。個性あふれる、笑顔わき出る、すまいるダンスのパフォーマンスをご覧ください。

NPO法人 中信多文化共生ネットワーク

私たちは、①多様性があり、安全安心な地域社会を作る。②国籍を問わず、全ての子どもの可能性を引き出す環境を作る。ことを理念として活動しています。フェスタでは、在住外国人の方々からそれぞれの国の言葉で挨拶などを教わり、交流を楽しみます。

信州伴走・伴歩協会

視覚障害者の運動支援を主な目的として活動しています。活動する中で、視覚障害者と関わる機会をつくり、つなげる活動の大切さを実感しました。フェスタは久しぶりの参加ですが、アイマスクを着用する「見えない体験」やガイド方法を知って頂く場になりたいと思います。

WS安曇野

当団体は、健康目的のスポーツ教室です。サッカー教室ではございませんのでご了承下さい。2歳から89歳までの方が参加されています。サッカー未経験大歓迎です。参加して下さいの皆様が、無理せず楽しみながら心と体が元気になることを願ってやります。

松本市「暮らしと環境」を考える会

不用食器を無料配布致します。

手話ダンスの会

今年、手話で話をしたり、歌ったりするのが好きな仲間が集まり、活動を始めました。聞こえにくい人も、聞こえる人も一緒に手話を覚えリズムにのり楽しんでできました。皆さんの前で披露できること、そして手話を1つでも覚えて親しんでいただけると嬉しいのです。

子どもを亡くした親の会「たんぼほの会」

子どもたちが遺してくれた大切な「たね」に参加してくれた皆さんとともに語ることで気づき、一緒に育てるためのお手伝いをしています。沈黙も大切な「たね」です。一緒に育てていきましょう。

古い電車で新しい語らいの会

皆さんがご存じのSDGs、交通手段に環境に優しいのが、公共交通。なかでも電車は一番環境に優しいですね。電車に興味を持って頂くために活動しています。特に子どもさんには、電車のオモチャを使って、幼少期から関心を持って貰える様務めています。

子どもの育ちを支える会

当会では中信地区里親会と協力し、絵本「里親ってなあに？」を作成しました。「地域のこどもは地域で育てる」をスローガンに、19日は里親制度の広報啓発活動を行います。制度について知っていただける大切な機会です。また、20日にはどなたでも楽しく交流できる「お手玉遊び」も開催します。子どもたちの未来を地域で支える第一歩として、是非お気軽にご参加ください！

NPO法人 はくまつ

「笑顔で子育て」をテーマに、松本市の子育て情報ポータルサイト「はくまつ」と、子どもの居場所「はくろっポ」を運営中♪



（一社）日本色育推進会 長野色育会

色育（いろいく）は0歳～100歳が対象！色活用で生きる力＝心の成長と自分らしさを目指します。色には個性や才能があり、選んでダメな色は存在しません。すべての人に優しい色育®体験にいらして下さいね。

日本ダウン症協会長野松本支部 松本ひまわりの会

日本ダウン症協会の長野松本支部です。主に中信地区でダウン症の体質をもつ人がより良い人生を送ることができるように、地域で活動している親の会です。健康管理や合併症対策、就園、就学、学校生活、卒業後の生活や余暇活動まで、お互いに相談・勉強しています。

中信地区里親会

県内には、様々な事情で親と暮らせない子どもが約550人います。このうち里親家庭で暮らしている割合は約25%です。まだまだ里親が足りません。里親制度に関心を持っていただき、子どもの未来を育む里親という生き方を選んでみませんか。

NPO法人 LomiLomi どんとこむ SCC松本校

18歳以上の障害を持つ子供の「学び」をサポートする福祉型専攻科「SCC松本校」です。子供達が社会スキルと専門的スキルを向上させるため、日々、地域の方々という人な授業を行っております。随時仲間を募集しております。

松本市子どもの権利相談室 こころの鈴



子ども本人はもちろん、保護者の方、おじいちゃん・おばあちゃん、地域の方からの相談もお聴きしています。子どもたちのことで気になっていること、心配なこと、モヤモヤしていることなどなど、何でもご相談ください。一緒に考えていきましょう。電話：0120-200-195

NPO法人 信州ツキノワグマ研究会

信州のツキノワグマを調査・研究して30余年。科学的知見を基にした被害対策や普及啓発活動を行っています。まずは相手を正しく知ることが何より大切。ツキノワグマについて楽しく学んでみませんか？

NPO総合体操クラブWing



笑顔あふれるWingの仲間になりませんか！0歳からシニア世代までの健康づくりを応援しています。開習スタジオでも体育館でも、お好きな場所で体を動かしましょう！お気軽に問合せ下さい。

NPO法人 DDNC

NPO法人DDNCでは、難病患者の一制度利用推進の一環として、情報支援と実効的支援をボランティアで行っています。難病患者を取り巻く環境として制度利用がままならないという、悪辣な意思を伴う環境の整備も公演事業を行う事で社会に広げて行くことを行いながら、制度利用率0.4%の状況を改善するべく、全国包括にて活動しております。

長野県レクリエーション協会

子どもから大人まで、一緒に楽しめる手造りの遊びを、たくさん用意しました。まずは、オレンジ旗の下に立ち寄って、見て、造って、遊んで、夢中になっちゃう！そんな楽しさを、お家まで持ち帰って下さい。

福祉団体 つなぐ会

当団体は、「障害を知り、共に生きる」あいサポート運動の一環として、ヘルプマーク普及活動をしています。19日（土）13：30～15：00 講堂で、ポッチャ体験会。20日（日）10：00～12：00 会議室で、ハンドマッサージを体験していただきます。

NPO法人 ムーブメントまつもと

一人ひとりが主人公。一人ひとりの居場所として、日々過ごしています。資源物回収や広報配布、ウエス作りに銅板作業、着物や帯を使っての作品づくり等の活動をしています。初参加です。手づくりの作品を販売しますので、ぜひご覧ください。

溪流保護ネットワーク・砂防ダムを考える

防災を目的に日本の溪流には9万基を超える砂防ダムが建設され続けています。ダムにはこうした機能がありますが、反面環境などに大きな悪影響を及ぼしています。防災のあり方や環境破壊について考え、時には行政への提言をする活動をしています。

信州ひねもす

私たちの生活にとって大切なミツバチについて、一緒に考えませんか。信州は養蜂がとても盛んなエリアです。ミツバチさんは、食糧問題や環境を身近に考える際の素敵な先生です。親子で楽しく参加できるクイズや花の種のプレゼントがあります。ぜひご参加ください。

NPO法人 てくてく

「てくてく」は「歩く速度で暮らしたい」という願いを込めて、H17年、障がい者と共にオープンし、自然の恵みを活かした品々を作っています。その活動がマスコミでも紹介され「森のお菓子コンテスト」最優秀賞、市民力大賞も受賞！ギフトもお承り致します。

こどもの居場所 みなもと

学校に「いけない」「いきたくない」「いけない」そんなこどもたちが、ふらっと立ち寄ってのんびり過ごせるような時間を、ここで過ごしても良いかなと思ってもらえる場所作りをしています。おうちの方も、一息つけるような時間を。フェスタでは「みなもとアンケート」に答えてお楽しみ袋をGETしよう！

精神障害当事者会ひびき

私たちは精神障害を持つ人たちの集まり＝当事者会です。主に市民活動サポートセンターで活動しています。毎月、お話会やフリースペースなどの活動を行っています。今回のフェスタでは会議室で「出張・ヒマはある」を行います。ぜひ、お立ち寄りください。

チャイルドライン中信

何でも話そう！何でも聴くよ！TEL 0120-99-7777（無料）18歳までのチャイルドラインは、毎日午後4時～9時までやってます。「4つの約束」①ヒミツをまもる ②どんなことでもいいよに考える ③名まえは言わなくてもいい ④切りたいときは、電話やチャットを切っていい。お説教はしません。

音色くらぶ

音色くらぶは、環境・健康・福祉をテーマに活動しています。今年は、福祉と社会環境をメインに情報発信します。

よつば会

よつば会は、シニア大学卒業生で発足し、今は50代～80代の10人で活動しています。バック、ポーチ、服他を作り販売し、収益の半額を社協さんを通して、こども食堂に寄付をし、また社協さんから依頼を受け、図書袋、ナフキン、雑布など、学校生活に必要な物を手作りし、無料で届けています。

松本ホタル学会

「ホタルも棲(す)める良い自然」をスローガンに自然環境保全に取り組む団体・個人から構成される「国連生物多様性の日本委員会」認定団体。力点は年間30回程度の講演会、生き物観察会の開催、生き物に関心をもつ子の支援。年60p程のカラー印刷報告書発行。

出居番丸西

誰もが集えるまなびの場・出居番丸西です。フリースクールを軸に地域の居場所づくりを行っています。今回は就労継続支援A型おにぎりワークスさんとコラボし、「よくばり食べものキーホルダー」づくりのワークショップ（500円）を開催します！

講師バンクまつもと

「学びたい」と「伝えたい」をつなぐマッチングサイトを運営中！登録無料です。子どもからおじいちゃんおばあちゃんまでどなたでもお気軽にご登録ください。

地球環境フォーラム

理科や科学の面白さ、不思議さを子ども達中心に伝えてゆきたいと思っています。毎月、各地の公民館で開催しています。交流スペースにてお待ちしています。

労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団

市民や企業の皆様からいただいた食品を、中信のこども食堂や困窮者支援団体の方々に提供しています。（R7実績：4,033kg）。また、『こども応援プロジェクト』として子育て家庭に食品をお送りする事業も行っています（R7実績：2,754kg）。