

イベント情報 ～松本市 及び周辺で行われる各種事業～

2026/05/19

あいサポート研修 ～障害を知り、共に生きる～

あいサポーターとは：

多様な障がいの特性、障がいのある方への必要な配慮などを理解して、日常生活において、障がいのある方が困っているときなどに、ちょっとした手助けをする意欲があれば、誰でもなることができます。（特別な技術の習得は不要です。）

◆日時：2026年5月19日（火） 11：00～12：00

◆場所：松本市市民活動サポートセンター
（松本市大手 3-8-13 松本市役所大手事務所2階）
<https://maps.app.goo.gl/7MXXKqoCk4XkuiwU9>

◆参加費：無料

◆研修内容：
・信州あいサポート運動について
・障がいについて理解しましょう
・DVDの視聴

◆主催：福祉団体つなぐ会

◆申込み、問い合わせ先：福祉団体つなぐ会 代表 奥家正史 080-4334-1962
（ご予約は、上記電話番号へ、出ないときは留守番電話にメッセージをお願いします。）

2026/06/13

大人の発達障がい当事者会 カノンの会の交流会 参加者募集！

カノンの会は、「大人の発達障がい当事者会」として、2022年（令和4年）10月に発足しました。

この会の目的は、参加者が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。

また、会場内で聞いたことを他の場所で話さないことをルールとしていますので安心してお話ができます。

もしかしたら、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可能です。
会場は、入退出自由で、途中参加、途中退場も OK ですので、お気楽に参加下さい。

◆開催日：偶数月第2土曜日（第1回は、6月13日です。）

○令和8年の開催予定日

6月13日（土） 8月8日（土） 10月10日（土） 12月12日（土）

◆時間：13：20～16：40（入退室自由）

◆場所：松本市市民活動サポートセンター 会議室

（松本市大手 3-8-13 松本市役所大手事務所2階）

<https://maps.app.goo.gl/7MXXKqoCk4XkuiwU9>

◆対象：当事者及びご家族の方

◆参加費：無料

◆内容：話し合い・相談・情報交換等による交流会

◆主催：カノンの会

◆申込み、問い合わせ先：080-8821-3327 宮下

◆その他：

○安曇野市・上田市・長野市・佐久市でも定期的を開催しています。

・安曇野市（開催日：奇数月第3土曜日 場所：明科交流学習施設ひまわり）

・上田市（開催日：毎月第4土曜日 場所：上田市勤労者福祉センター）

・長野市（開催日：奇数月第2土曜日 場所：長野市もんぜんぷら座）

・佐久市（開催日：偶数月第1土曜日 場所：佐久平交流センター）

2026/05/30

ライブラリレーまつもと LIBRARY RELAY MATSUMOTO

「出会う つながる ガク都の広場」—図書館は人と人をつなぐ場所。地域で活躍している方との不定期おしゃべり会です

精神障害者と共に生きる
～自分らしい充実した人生を送るために～

精神障害と共に生きる当事者の感じたこと・考えたこと、そして生きるための工夫などお話を伺います。

◆日時：2026年5月30日（土） 13時30分～

◆会場：松本市中央図書館

（松本市蟻ヶ崎 2-4-40 国宝旧開智学校北隣）

<https://maps.app.goo.gl/YNzQZAYGvYb9qkwK6>（google マップ）

◆おはなしする人：松平 隆史（まつだいら たかし）氏

精神保健福祉士・精神障害当事者

心のサポーター養成研修指導者・入院者訪問支援員

精神障害当事者会ひびき代表世話人

◆プロフィール：・早稲田大学在学中に精神病院で看護助手アルバイトを経験し、精神医療・福祉に興味を持つ。卒業後、精神保健福祉士を取得。

・親友の事故死をきっかけにうつ病に罹患する。現在の病名は双極性障害。通院、服薬を経て結婚を機に松本へ。

◆申込み：右記 QR コードから（電話も可）



◆参加費：無料

◆主催・問い合わせ先：松本市中央図書館

TEL:0263-32-0099 FAX:0263-37-1148 Mail:music@npo-que-sera.org

<https://www.lib.city.matsumoto.lg.jp>

2026/05/16

楽団ケ・セラ 第23回定期演奏会

◆日時：2026年5月16日（土）開場 13時 開演 13時30分

◆会場：キッセイ文化ホール 大ホール

（松本市水汲 69-2）

<https://maps.app.goo.gl/yf3VCaNzjTFEVqvY7>（google マップ）

◆演奏曲：糸

ビリーブ

明日があるさ

栄光の架橋

ケセラセラ 他

◆チケット料金：

○前売り券

自由席 1,500 円 / 中学生以下 (座席を使用する方) 500 円

指定席 2,000 円

○当日券 (完売の際はご容赦下さい)

自由席 2,000 円 / 中学生以下 (座席を使用する方) 1,000 円

◆Web チケット：下記 QR コードから前売り券を購入できます



◆お問合せ：NPO 法人ケ・セラ/ケ・セラ塾

TEL：0263-88-6276 Mail：music@npo-que-sera.org

◆後援：長野県/松本市/長野県教育委員会/松本市教育委員会/長野県社会福祉協議会/
松本市社会福祉協議会/信濃毎日新聞社/市民タイムス

2026/04/08

ほっとウィング

「学校に行きづらい」「学校に行っていない」「ひきこもっている」

お子さんの親の会を開催します。

安心してお話しできるよう、当事者と経験者の会です。

◆日時：毎月第2水曜日 (諸事情により変更あり)

◆会場：松本市島内公民館 講義室

<https://maps.app.goo.gl/qKmoy2CRkPfpq31LA>

◆時間：午後14時00分～16時00分 (出入り自由)

◆会費：200円/回 (お茶菓子代として)

○駐車場あります

○感染症予防対策のため、時間を短縮しています。

簡単な飲み物お茶菓子用意しますので参加費をお願い致します。

○空気の入れ換えをします。寒暖の調節できる服装でお願いします。

※参加される方は 手洗い・マスクの着用をお願い致します。

体調不良や風邪の症状がある方の参加はご遠慮下さい。

【問い合わせ先】

080-1171-4452 渡部

090-1034-3591 原

090-4464-5125 茂木 (もてき)