イベント情報 ～松本市 及び周辺で行われる各種事業～

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。）
　　〇令和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、問い合せ先：080-8821-3327　宮下

◆その他：
　〇安曇野市・上田市・長野市・佐久市でも定期的に開催しています。
　　・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）

2026/11/12

子ども支援の現場で見える「意図しない妊娠」の現状と地域課題

ー 安心して相談できる支援の在り方と連携を考える ー

予期せぬ妊娠や将来への不安を抱える若者は
「誰にも言えない・・・」とひとりで悩んでしまうことがあります。
本研修では、若者の気持ちに寄り添い、安心して相談できる関わり方や連携・支援のポイントを学びます。

◆日時：2026 年 11 月 12 日（木）14:00～16:30（受付 13:30 から）

◆会場：長野県松本合同庁舎　５階　502 号会議室（長野県松本市大字島立１０２０）
https://maps.app.goo.gl/TZTV24DiAhy4Uygu9 （Google マップの URL）

◆内容：14:00～　開会
14:05～　講演（第１部）
演題：「意図しない妊娠」によりそう～知ることからはじめよう～
15:30～　交流会（第２部）
16:30～　閉会

◆講師：栗岩　美保　氏（長野県助産師会　助産師）
〇助産師として活躍する傍ら、学校や地域で命の大切さや性に関する学びを伝える講師として活動されています。
ユースクリニックまつもと相談員
思春期保健相談師／保育士

◆対象：松本地域子ども応援プラットフォーム参加団体、信州こどもカフェ運営団体・関係者
将来世代応援県民会議会員
※上記を除く参加を希望される方は下記の問合せ先までご連絡ください。

◆参加費：無料

◆定員：50 名（先着順）

◆申込先：下記のいずれかの方法でお申し込みください。
①右の QR コードから申込フォームへアクセス
②メール：matsuchi-kodomo@pref.nagano.lg.jp
③FAX：0263-47-7821

◆申込締切：2026 年 10 月 30 日（金）

◆問合せ先：松本地域子ども応援プラットフォーム事務局（松本地域振興局総務管理課内）
〒390-0852　長野県松本市大字島立 1020
電話：0263-40-1955（担当：原田　降簇）
FAX：0263-47-7821
メール：matsuchi-kodomo@pref.nagano.lg.jp

◆主催：松本地域子ども応援プラットフォーム／将来世代応援県民会議松本地域会議

◆共催：長野県松本地域振興局

2026/11/17

令和８年度ボランティア養成講座×地域デビュー講座

傾聴から学ぶ
おはなし相手ボランティア養成講座

〈講座内容〉１、傾聴とは　傾聴の基本的な知識やスキルについて
２、聴くことを体験する　すぐに実践できる傾聴ワーク
３、活動者インタビュー　実際に活動されている方の体験談を聞いてみよう！

〇こんな方におすすめ！　傾聴や地域活動について興味がある、傾聴のスキルを活かしたい

◆講　師：内山 二郎氏（フリージャーナリスト／前 長野市傾聴電話運営委員長）

◆日　時：11 月 17 日（火）13:30~16:00

◆会　場：松本市総合社会福祉センター4 階　大会議室
（https://maps.app.goo.gl/bcUYF2fMXjv1skND8）

◆参加費：無料

◆締め切り：11 月 9 日（月）

◆お申込み：先着 50 名
QR コード・お電話・メールよりお申込みいただけます

◆主　催：松本市社会福祉協議会　地域福祉課
TEL：0263-27-3381　E-mail：vol@syakyo-matsumoto.or.jp

◆共　催：松本市（市民活動サポートセンター）

2026/11/19

餃子の王将 2026 冬休み「お子様弁当」の実施について

　株式会社王将フードサービス様によるこの寄贈は、
学校給食がなくなる長期休み中に子どもの栄養状態が悪化しやすいという課題や、
物価高騰による厳しい生活環境が続く現状を受け、
「心を込めて調理したお子様弁当で、子どもたちを元気に・笑顔にしたい」という王将フードサービス様の強い思いから実施されています。
支援を必要とするお子さまのもとへ確実に届くよう、寄贈概要を必ず一読のうえ、注意事項を守って適切にご活用くださいますようお願いいたします。

◆実施期間：2026 年 12 月 21 日（月）～12 月 23 日（水）
　　2027 年 1 月 6 日（水）～1 月 8 日（金）
　　1 月 12 日（火）～1 月 15 日（金）
　　1 月 18 日（月）～1 月 19 日（火）　〈平日のみ計 12 日間〉

◆配布の対象：支援を必要としている子ども・若者（20 歳まで）のみ
- こども食堂等を利用している
- 食支援を受けている、孤立している
- 次の施設で支援を受けている（受けていた）
  ひとり親家庭支援施設・若者支援施設・里親・母子生活支援施設・児童養護施設　等

- 大人への配布について（原則対象外です）
  〇一人きりで食事をする子どもに寄り添う大人（1～2 名）
  以下の理由は対象外です。
  料理の手間を減らすためや、家庭全員の夕食の代わりとしての配布
  孤食の高齢者への配布
  大人向けのイベント、集客目的での配布
  ボランティアへの謝金としての配布
  ※保護者の方の利便性や家事負担の軽減を目的としたものではないことをご理解のうえ、適切にご利用ください。

◆寄贈商品：餃子の王将「お子様弁当」
　　餃子３個（餃子のたれ）、鶏の唐揚２個、シャウエッセン®1 本、ライス（中）
　　カルピスウォーター®1 缶（160ｇ）
　　（アサヒ飲料株式会社様から子どもたちへのご協賛です）
　　※餃子の主要食材はすべて国産です
　　豚肉、キャベツ、ニラ、生姜、にんにく（青森県産）、小麦粉（北海道産）

◆アレルギー情報：お子様弁当…小麦・卵・大豆・豚・鶏・ゴマ
　　カルピスウォーター®…乳・大豆
　　アレルギーの詳細は URL または二次元コードより

https://www.ohsho.co.jp/menu/allergy/ （餃子の王将　食物アレルギー情報）

◆お渡し方法：お持ち帰り用の袋に入れてお渡しします。
- 箸・王将マジックパウダー・個別ラップ包装・個別の袋は、原則、付いていません。
  必要に応じて、団体様側でご準備をお願いいたします。

◆注意事項：必ず無料で配布してください。
- 受取から 2 時間以内に喫食してください。
- 衛生面の観点から、可能であれば食べる前に電子レンジでの加熱をおすすめします。
  （容器は電子レンジに対応しています）
- 高温多湿を避けて、衛生的に保管いただきますよう宜しくお願いいたします。

◆受取店舗：アルピコプラザ松本店

◆受取時間：〈午前〉11:00～11:30　〈午後〉16:00～16:30

◆申込み期間：11 月 19 日（木）から 11 月 26 日（木）24 時まで
- 申込期間の終了後は、申込予約サイトからの新規申込・変更・キャンセルはできません。
- 無料配布分以外に、ご購入での追加注文は、対応できません。
- 申込み期間終了後に、やむを得ずキャンセルする場合は、本寄贈を紹介してもらった団体へご連絡ください。
- 店舗では、予約内容の変更・キャンセルの受付、問い合わせ対応はできません。

◆申込回数・食数制限：できるだけ多くの子どもに届くよう、原則、子ども 1 人に対して 1 食の配布にご協力ください。
- 1 団体 5 回まで（食数は、各店舗の上限数まで）申込みが可能です。
- あらかじめご計画いただき、必要な食数に即した数量でお申込みください。
  ※多めに予約したり、見込みなく上限数を予約したりして、後日キャンセルする行為はお控えください。
  ※学校の始業日・終業日・給食の有無を事前にご確認の上、お申込みください。

◆紹介元団体登録情報：
※予約サイトの会員登録時に以下の情報が必要となります。
※また、本寄贈についてのお問合せは、下記連絡先が窓口となります。
- 紹介をもらった団体の団体名：【その他】全国食支援活動協力会
- 紹介をもらった団体の担当者名：事務局
- 紹介をもらった団体の連絡先番号：03-5426-2547

◆ご利用の流れ：
- ステップ①会員登録（事前に済ませておくとスムーズです）
  登録には、本寄贈を紹介してもらった団体の団体名・担当者名・連絡先が必要です。
  ※紹介元団体から届くメール文に記載されています。ご不明な場合は、紹介元団体へお問い合わせください。

- ステップ②申込み手続き
  申込予約サイトからお申込みください。
  ※申込期間中は、サイトから予約のキャンセル・変更が可能です。
  ※申込期間終了後は、サイトから変更・追加はできません。
- ステップ③予約確認
  予約完了メールは届いているか、申込予約サイトの予約確認ページで【確定】になっているかをご確認ください。
- ステップ④受取票を印刷・お弁当の受取
  受取票は 11 月 27 日（金）～12 月 4 日（金）にメール配信予定です。
  必ず印刷のうえ、時間内に店舗までお越しください。
  受取票が届かない場合は事務局までお問い合わせください。

- 申込予約サイト使い方マニュアル　※必ず事前にご確認ください。
  https://mow.jp/userdata/ohshomanual

◆お問合せ先：一般社団法人　全国食支援活動協力会　事務局
〒158-0098　東京都世田谷区上用賀 6-19-21
Tel:03-5426-2547（平日 10 時から 17 時）
Mail:saposen@mow.jp

2026/11/24

第 13 回アロマハンドトリートメント講習会

　寒くなる季節に、アロマオイルを使ったハンドトリートメントを学びませんか？
簡単なツボや、触れ方などをお伝えします。
ご自身のケア、ご家族や大切な方へのケアにお役立てください！
キッズスペースがあるので、お子様と一緒のご参加も安心です♪
男性のご参加も是非☆

◆日時：11 月 24 日（火）14:00~15:30

◆場所：松本市市民活動サポートセンター（２F フリースペース）
https://maps.app.goo.gl/G77fEp9MHzy25YkSA（Google マップ）
TEL：0263-88-2988
※お車は、松本市役所駐車場へお停めください。駐車券をお持ちください。

◆参加費：1000 円（材料費込み）
学生　500 円

◆申し込み先：ご希望の方は、人数把握の為、前日までに下記ご連絡先までお願いします。
〇連絡先：0263-39-1104
※ご予約は、右記予約フォーム、TEL または店頭より、
よろしくお願いいたします。

予約フォーム

◆主催：福祉団体つなぐ会代表　奥家正史
リラクゼーション癒 You 店長　黒田香織

2026/11/24

長野県フードドライブ統一キャンペーン

あつまる！愛ある！ありがとう！
支援を必要としている子どもや家庭に、年末年始に食品を届けませんか。
新年を温かい気持ちで迎えられるよう皆さんのご支援をお待ちしています。

◆食品受付期間：11 月 24 日（火）～12 月 11 日（金）
8 時 30 分から 17 時 15 分まで（平日・土日ともに）

◆受付場所：松本合同庁舎（https://maps.app.goo.gl/jes53Ef7E8rWCHry7）
受付窓口にお声がけください
※詳細は県ホームページをご覧ください。
※大量にご寄付いただける場合は事前に受付機関・団体に連絡をお願いします。

◆募集する食品：缶詰、レトルト食品、カップ麺、菓子類、米など（米は 2025～2026 年度産）
お砂糖やお醤油など調味料も大歓迎！

◆注意点：賞味期限が 1 カ月以上あるもの
未開封のもの
包装や外装が破損されていないもの
日本語表記されているもの
常温保存できるもの
（一部受付団体では生鮮食品、冷蔵、冷凍食品の受取も可）

◆お問合せ：長野県松本地域振興局 （住所：長野県松本市大字島立 1020）
◎総務管理課　TEL:026-235-7210
◎環境・廃棄物対策課　TEL:0263-40-1956
◎保険福祉事務所福祉課　TEL:0263-40-1911

2026/11/25

長野県委託事業　ヤングケアラーのことをみんなで学ぶ研修会
「当事者だったからこそ伝えたいこと　～ヤングケアラーの気持ちと大人の向き合い方～」

僕、ヤングケアラーでした。

　家族のケアや家事を担う子どもたちは、「これが自分の当たり前」と捉え、ひとりで負担を抱え込みがちです。子どもたちの健やかな成長を守るためには、関係機関の支援だけでなく、身近な地域で暮らす一人ひとりの理解と温かいまなざしが欠かせません。
　今回は、かつて当事者だった徳井健太氏（平成ノブシコブシ）に実体験に基づいてお話しいただきます。子どもたちの心の声を知り、周囲の大人ができる関わり方や寄り添い方を、一緒に考えてみませんか？

◆日時：令和８年 11 月 25 日（水） 13:30～15:00

◆会場：長野市若里市民文化ホール（長野市若里３丁目２２－２）
　　https://maps.app.goo.gl/Vmi6RgMYEgFiMhZP9 （Google マップ）
　　公共交通機関のご利用をお願いします。

◆講師：徳井　健太　氏 （平成ノブシコブシ）
　　1980 年生まれ千葉県出身。NSC 東京校 5 期生。
　　2000 年に吉村崇とお笑いコンビ「平成ノブシコブシ」を結成。
　　「ピカルの定理」などバラエティ番組を中心に活躍。
　　最近では、芸人や番組を愛情たっぷりに考察する事でも注目を集めている。

◆対象：教育・学校関係者（教職員、スクールソーシャルワーカー、スクールカウンセラー 等）
　　福祉・行政関係者（自治体・社協職員、福祉施設、地域包括支援センター、まいさぽ等）
　　地域の支援者（民生委員児童委員、子ども食堂関係者 等）
　　当事者・家族（ヤングケアラー・元当事者、きょうだい児、そのご家族）
　　テーマに関心のある県民の皆様

◆参加費：無料

◆定員：300 名　※定員に達した場合、受付を終了します。

◆お申込み：右記の 2 次元コードより事前申込をお願いします。

◆お問合せ：（電話）026-228-4244　（メール） kikaku@nsyakyo.or.jp

◆主催：長野県（委託先　社会福祉法人長野県社会福祉協議会）

2026/12/3

私たち大人は、何ができるのだろうか？

こども若者応援セミナー

　長野県内で暮らすこども若者たちをサポートしている関係機関の資質向上のためにセミナーを行います。こども若者の笑顔あふれる未来のために共に学びましょう。
地域活動にお役立ていただきたく活動報告を中心に開催しますので是非、ご参加ください。

◆日時：2026 年 12 月 3 日(木)　13:30～15:30

◆会場：オンライン

◆内容①：地域を温める「どこでも実家宣言社協」からの活動報告　（各 30 分）
〈地域に笑顔の花が咲く〉地域ニーズ、問題をキャッチし、住民等とともに形にしていくのが社協の役割。今回、地域住民、企業、児童養護施設等と「つながり」、様々な事業を形にしている 2 社協より活動報告をいただきます。

報告者：伊那市社会福祉協議会　山田　伸一　氏　　関口　修一　氏
　　上田市社会福祉協議会　荻原　宏樹　氏

◆内容②：地域を温める NAGANO の資源　（30 分）
信州地域養護若者サポート拠点として親をたよれない、たよりたくないなど、様々な困難を抱えた若者たちをサポートする目的として 2025 年 4 月にスタート。長野県内の地域資源と連携事例についてお伝えします。

報告者：わかさぽ Base　相談員　傳田清

◆対象：行政・市町村社協・まいさぽ・児童養護施設・NPO のほか 本セミナーに関心のある方

◆申込期限：11 月 27 日(金)

◆お申込み：右記二次元コードより申込みください

◆お問合せ：長野県社会福祉協議会　わかさぽ Base
　　TEL：026-217-0515
　　E-mail：wakasapo@nsyakyo.or.jp

◆主催：長野県社会福祉協議会　わかさぽ Base

◆後援：長野県

2026/12/15

信州子ども基金

キックオフフォーラム

今、私たちに必要なのは、食だけでなく身体・心・社会的な健康（ウェルビーイング）までを包括的に支える仕組みです。
本フォーラムでは、小児医療の最前線に立つ専門家、行政、そして草の根で活動する居場所の現場を迎え、長野県の子どもたちが置かれている「リアルな今」を分かち合います。企業の皆様、地域住民の皆様とともに、子どもの未来を地域全体で育む信州子ども基金の第一歩をここから踏み出します。

◆日時：2026 年 12 月 15 日（火）13:30～15:30

◆会場：まつもと市民芸術館 3 階オープンスタジオ
(〒390-0815 長野県松本市深志 3 丁目 10-1)

◆参加費：無料（事前申込制）、定員 80 名

◆お申込み：右記二次元コードより申込みください
https://forms.gle/2Dz4LtdQD5LFZ4KA9

◆内容：１　来賓祝辞「長野県における子ども支援政策と企業・共助への期待」
関 昇一郎 氏 （長野県 副知事）
２　特別講演「医療の現場から見えてくる子どもの健康と居場所の役割」
稲葉 雄二 氏 （長野県立こども病院 病院長）
３　アンバサダービデオメッセージ
藤森 慎吾 氏 （信州子ども基金 アンバサダー）
４　パネルディスカッション
「会社の人にも知ってもらいたいこどもの今～医療・行政・現場・企業で育む信州の未来～」
【登壇予定者】
稲葉 雄二 氏 （長野県立こども病院 病院長）
関 昇一郎 氏 （長野県 副知事）
赤沼 留美子 氏 （株式会社スマイル・ラボ／松本地域子ども応援プラットフォーム 代表運営委員）
石城 正志 氏 （特定非営利活動法人末広プロジェクト／諏訪圏域子ども応援プラットフォーム 代表運営委員）

◆お問合せ：公益財団法人長野県みらい基金　松本事務所
〒390-0852 長野県松本市島立 1020 松本合同庁舎 2 階
TEL：0263-50-5535
E-Mail：matsumoto@mirai-kikin.or.jp

◆主催：公益財団法人長野県みらい基金　松本事務所

◆共催：長野県

◆後援：一般社団法人長野県経営者協会 / 長野県中小企業団体中央会 /
一般社団法人長野県商工会議所連合会 / 長野県商工会連合会 /
一般社団法人長野県労働者福祉協議会 / 社会福祉法人長野県社会福祉協議会

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：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）

〇駐車場あります
〇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。
〇空気の入れ換えをしますので、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）