



# 社協だより

2026  
令和8年  
3/1  
No.423

発行編集 諏訪市社会福祉協議会 〒392-0024 諏訪市小和田19-3 ☎52-2508

乗ってみよう!

## チョイソコかりんちゃん 予約・乗車体験会

■日 程：3月26日(木)

- ① 10:00~12:00 スマホ(ネット)予約の方
- ② 13:30~15:30 電話予約の方

■場 所：諏訪市総合福祉センター(湯小路いきいき元気館)3階

■内 容：チョイソコかりんちゃんバスの予約・乗車体験  
※乗車日は別日設定できます。

- ① スマホ予約：3/26(木)~3/31(火)※土日祝除く
- ② 電話予約：3/26(木)~4/2(木)※土日祝除く

■対象者：65歳以上の方(市内在住)、そのご家族

■持ち物：会員証(お持ちの方)、携帯電話またはスマートフォン

要申込

参加無料



問合せ・申込先：諏訪市社会福祉協議会 電話 52-2508  
主催：ライフドアすわ／諏訪市



## 安心くらしの総合相談所

### ●ボランティア・市民活動相談

- 相談日：毎日(祝祭日除く)午前9時~午後5時  
但し、祝祭日が土日の場合は、相談可
- 相談員：ボランティアコーディネーター等(社協職員)
- 会 場：いきいき元気館3階  
ボランティア・市民活動センター  
電話 54-7715

### ●結婚相談(第1・3土 第2・4水)

- 相談日：3/7・21 午後1時~午後4時  
3/11・25 午後6時~午後8時
- 相談員：常任相談員・結婚相談員 ※予約制
- 会 場：いきいき元気館3階 会議室1

### ●介護相談(24時間)

- 在宅介護支援センター湯の里  
電話 57-1000 FAX 57-3800
- 在宅介護支援センター西山の里  
電話 56-1000 FAX 57-1711

### ●生活や就労等の相談

- 「仕事をしたくても見つからない」「病気があり仕事や生活が不安」などのお困りごとをお気軽にご相談ください。
- 相談日：月~金(祝祭日除く)  
午前8時30分~午後5時15分
- 相談員：相談員・就労支援員(社協職員)
- 会 場：諏訪市役所2階(旧204会議室)  
諏訪市生活就労支援センター  
「まいさぼ諏訪市」  
電話 52-4141(内線237)

### ●心配ごと相談(第1金)

- 「どこに相談したらいいのか」「話を聞いてもらいたい」など、お気軽にご相談下さい。
- 相談日：3/6(豊田・中央地区民生委員)  
午後1時~午後3時
- 会 場：いきいき元気館2階 相談室

### ●成年後見制度相談

- 相談日：月~金 午前9時~午後5時
- 相談員：専門員(社協職員)
- 会 場：いきいき元気館2階  
諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター  
※来所時は事前にご連絡下さい。

### ●権利擁護相談・生活相談

- 相談日：月~金  
午前9時~午後5時
- 相談員：専門員(社協職員)
- 会 場：いきいき元気館2階 相談室  
※来所時は事前にご連絡下さい。

### ●法律相談(第2・4水)

- 相談日：3/11 午後1時~午後3時  
3/25 午後1時~午後3時
- 相談員：弁護士・司法書士 ※完全予約制
- 会 場：いきいき元気館2階 相談室

諏訪市<sup>しゃ</sup>社会福祉<sup>きょう</sup>協議会 電話 52-2508 FAX 57-1231 ※湯小路いきいき元気館は毎月第3月曜日全館休館です。  
毎日(土・日・祝祭日、第3月曜日を除く)、相談の受付を行っております。「相談窓口がわからない」という方も、お気軽にお問合せ下さい。



「社協だより」の発行には、諏訪市社会福祉協議会の会費及び「赤い羽根共同募金」の配分金が使われています。

令和  
7年度

## 第2回諏訪市第1層協議体 開催しました！

12月23日(火)諏訪市総合福祉センターにおいて、25名の参加者により協議体(話し合いの場)を行いました。今回のテーマは「地域の共同浴場」でした。諏訪の資源でもある温泉の効果は清潔保持だけではなく、良くも悪くも地域コミュニティ形成の場でした。心身の機能変化が生じて住み慣れた地域で暮らし続けることで出来るためには「自助」「互助」「共助」「公助」での取り組みが欠かせません。今後も「誰もが元気に安心して暮らせるまちづくり」を目指して、実りある話し合いを行っていきます。

### 協議体とは？

住み慣れた地域でいつまでも安心して暮らし続けるために、市内の関係団体と地域の現状や困りごと・課題を共有し、必要な取り組みやしきみ等について話し合いをする場です。



話し合いの様子



2025 新コーナー

## 地区社会福祉協議会 発足から30年

### これからの地域福祉を考えよう ～地域福祉 2.0～

地域特集  
イマ★ココ



中洲地区  
社会福祉協議会  
浅尾会長

諏訪市にお住いの皆様、こんにちは。「中洲地区社協改革はじまり物語」の最終話です。

▶ テーマは… 「さあ、何から取り掛かろうか」 です

最終回の今回は今春からの新体制でどんなふうに進めていくかのご案内をさせていただきます。中洲地区の7つの自治区協議会のご協力により、新委員を選出していただき、知的でにぎやかな「やさしい街づくりの作戦協議」を始められる見込みとなりましたことに深く感謝いたします。何をやるか、どのようにやるかに関心が向きがちだと思いますが、「何を狙って・何のために」がもっとも大切なことだと考えますので、以下の中心概念について簡易図でお示しします。

### 中洲地区社協の使命の見つめなおし

これまで 1995年～2025年		これから 2026年～
主目的	住民間の豊かなつながり支援	住民間の豊かなつながり醸成
着眼点	相互扶助の心に火をつける	既存の灯を持続的に拡げる仕掛けの敷設
方法1	地区社協組織に入ってもらい実感から促し、機運を広げる	忘れられている組織の存在意義(7つの自治区の合意で作った背景)を再認識してもらい、中洲地区の自治区に当事者意識を強めてもらう
方法2	小さな自主活動の企画・実施により波及を期待 交流の場/学習の場/奉仕の場	すでにある各区での善意の取り組みをもっと知ってもらうための方策を考える それらへの関りを簡便に可能にする方策を考える ●情報共有プラットフォーム ●マッチングプラットフォーム

妨げはイベント  
の数ではない  
のではないかと  
いう仮説

この左側から、右側の考え方へのシフトが、今後の取組みの中心概念ですが、ご理解いただけますでしょうか？左側の考え方が地域がより幸せになる最良策だという風に誰もが信じて、地道に誠実に取り組んできたのですが、それが簡単に通用しない世の中になっていく中で、どう適応させていくかを真面目に考えることが必須であるというメッセージです。あまりにも浸透してきた、従来の「交流の場づくり企画」にかけた労力を「しきみを設計する」という取組みにウェイトを移すという作戦です。この意識の変化には時間がかかるものとも思っていますが、私にはこの自主変化への努力の先にこそ実効ある明るい未来づくりがあるものと感じられます。

新体制では 既定の任期のルールにより、ほとんどが各区から選任いただいた新委員となります。そして新体制では上記のミッションを達成させるために二つの専門部会を設置いたしました。「もっと繋がる部会」と「もっと知ってもらう部会」です。諏訪市社協さんからも私たちのこの住民主体の挑戦を好意的に見守っていただいています。第5次福祉計画を推進中の諏訪市行政の皆様にも格別のご支援をいただけますようよろしくお願いいたします。

ご意見・ご感想箱フォームから  
応援メッセージお待ちしております

<https://forms.gle/CuKa2UfP-jTGSSoQt9>



# 湯小路 いきいき元気館

諏訪市総合福祉センター(湯小路いきいき元気館)は、子どもからお年寄りまで広く多数の市民が集い、交流の場として、また福祉を支える関係団体・各種ボランティア団体の活動を支える場として利用されています。



## 施設のご案内

- 1階： 障がい者デイサービスセンター  
諏訪圏域障がい者総合支援センター「オアシス」  
健康増進施設(浴場・歩行浴室・休憩室)
- 2階： 諏訪市児童センター  
諏訪市社会福祉協議会(事務局)  
諏訪市・下諏訪町成年後見支援センター
- 3階： ボランティア・市民活動センター  
交流ひろば、会議室

※3階交流ひろば・会議室は、諏訪市内、諏訪圏域で活動する福祉団体の方、またはボランティア・市民活動を行う団体が利用される場合にご利用いただけます。

※ご利用には総合福祉センターの登録が必要です。また、現在ご登録いただいている団体の皆様も年度ごとの更新が必要です。

### 諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館

#### 令和8年度 利用登録説明会のお知らせ

- 日程 令和8年3月13日(金)
- 時間 ①午後2時～3時 ②午後7時～8時
- 場所 諏訪市総合福祉センター  
いきいき元気館3階 交流ひろば

※令和7年度に登録がある団体は事前に書類をお送りいたします。ご記入の上説明会当日にお持ち下さい。

#### ●登録ができない団体●

- ・福祉・ボランティア活動を行っていない団体
  - ・趣味の練習・活動を目的としている団体
  - ・政治、宗教色の強い団体
  - ・一般法人
  - ・営利目的で利用する場合
- ※新規でご登録をお考えの方は活動内容や、団体の概要が分かる資料をお持ち下さい。

問合せ：諏訪市社会福祉協議会 電話 52-2508



## すわっこいきいき 体操講座



すわっこいきいき体操は、諏訪市社協オリジナルのご当地体操です。市内各地で健康づくりに取り入れている方が増加中!今回の講座では体操考案講師が丁寧に指導してくれます!ご参加をお待ちしています。

■日時：3/9(月)・3/17(火)・3/24(火) (全3回)  
午後1時30分～3時

■場所：諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館 3階

■講師：藤森 陽子 氏(管理栄養士、認定スポーツ栄養士、健康運動指導士)

■内容：すわっこいきいき体操を中心とした体操、健康ミニ講座 等

■参加費：無料

※推進リーダーTシャツ(ピンク)は別途費用が発生いたします。

■定員：10名(市内在住)

要申込



申込・問合せ：諏訪市社会福祉協議会 福祉係 電話：52-2508 ファックス：57-1231

# 地域住民グループ支援事業(共催負担金)申請グループ(団体)募集

諏訪市社会福祉協議会では、諏訪市から委託を受け、地域住民による健康づくり・介護予防活動の推進に取り組んでいます。このたび、「地域住民グループ支援事業(共催負担金)」の申請グループ(団体)を募集します。本事業では、諏訪市内の住民グループ(団体)が健康づくり・介護予防に取り組む活動に対し、講師謝礼などの費用の一部を社協が負担します。

- 対象団体：諏訪市ボランティア・市民活動センター／ふれあいいきいきサロン登録団体
- 対象活動：諏訪市内で行う、**地域住民を対象とした介護予防に貢献する活動**
- 対象項目：諸謝金、印刷費、通信費、会場費、消耗品費(消毒液)など
- 申請方法：企画型およびメニュー選択型の2種類
  - 【企画型】……………グループ(団体)で事業を企画し、講師調整等を行えます。
  - 【メニュー選択型】…下表から希望の講座を選べます。
- 申請書：4月6日(月)よりボランティア・市民活動センターおよび社協窓口にて配布・受付

	No.	内 容
全体	1	介護予防講演会(体操・脳トレ含む)
運動機能向上	2	体操「ヨガ」
	3	体操「ピラティス」
	4	体操「太極拳」
	5	体操「腰痛予防」
	6	体操「転倒予防」
	7	体操「筋力アップ」
	8	体操「ストレッチ」
	9	体操「尿失禁予防」
	10	足つぼ・セルフリンパマッサージ
	11	足の爪切り・フットケア

	No.	内 容
栄養改善	12	介護予防料理教室
口腔機能向上	13	口腔ケア・オーラルフレイル予防
認知症予防 閉じこもり防止 うつ予防	14	芸術療法
	15	音楽療法
	16	色彩セラピー
	17	レクリエーション
	18	音楽レクリエーション
その他	19	会長が認めるもの



申請グループ(団体)募集に先立ち、説明会を開催します。

- 日時：4月6日(月) 午後7時から／4月7日(火) 午前10時から  
(ご都合の良いほうにご参加ください)
- 会場：諏訪市総合福祉センター 湯小路いきいき元気館 3階

## 申請期間

令和8年4月6日(月)から5月8日(金)午後5時まで ※祝祭日を除く  
社協窓口にご持参ください

こちらも募集!



健康づくり・介護予防活動の登録講師を随時募集中!お気軽にご相談ください。

問合せ：諏訪市社会福祉協議会 福祉係 電話 52-2508

## 物品の寄付

<1/16~2/15>

ご 芳 名	寄 付 物 品	寄 付 先
(株)諏訪プロパン様	使用済み切手	ボランティア・ 市民活動センター
諏訪郵便局様	使用済み切手	
山田隆志様	ポータブルトイレ	

## 社協への寄付

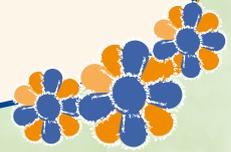
「ご厚意を深く感謝し、福祉事業に活用させていただきます。ありがとうございます。」

【遺志寄付金】

1/9 故 直江 ゆかり様  
寄付者 松沢 辰信様(中洲)



# 花の輪



ボランティア・市民活動情報誌

## 災害ボランティアセンター 運営研修を開催しました



1月24日(土)に「諏訪市災害ボランティアセンター運営研修」を開催し、市内外より約50名の方にご参加いただきました。午前中は、石川県能登町の漁師 小川勝則氏より「のとでをに暮らす ～日頃から備える受援力～」と題したご講演、長野県社会福祉協議会 山崎博之氏より「災害ボランティアセンター」について情報提供いただきました。午後は災害ボランティアセンターで使用するICTの体験や、グループワークを通じた実務的な研修を行いました。参加者の皆さんは実際に能登半島地震をご経験された小川氏から聞く生の声から、自身の備えについて考えるきっかけとなりました。



講師の小川勝則氏  
2025年11月に開催したボランティアフェスタ2025にて能登物産で出店いただいたご縁で今回の講演が実現しました。



### 参加者の感想

- 被災経験が全くないため、小川さんのリアルな話の数々は大変参考になった。地域のつながりがいかに大切なのか、役に立つのかと考えさせられた。今回の話を地区でも共有できたらもっと良いと思った。
- 「コミュニティマッチング」や「受援力」というお話の中で地域の声を拾い上げる人の重要性を再認識した。同時に自分自身が地域とつながろうとすることが大切だと感じた。

テーマは各地域の「地域資源」について、災害時に活用できる場所やもの、地域の力が集まる活動について考えました。



グループワークの様子



私たちの地区の資源は…

当日の様子は YouTube で見ることができます。当日参加が叶わなかった方もぜひご覧ください。



諏訪市社会福祉協議会では、地区ごと作成を進める「災害時住民支え合いマップ」作製のお手伝いをしています。新たに作成したい・すでにあるものを更新したい、などお気軽にご相談ください。

### 今月号 の 内容

- 災害ボランティアセンター 運営研修を開催しました
- ボランティア・市民活動 助成金報告会・説明会を開催します
- 令和8年度ボランティア・市民活動センター 手続きについて
- 2026年版カレンダー収集・配布を行いました
- 情報コーナー(参加者募集、ボランティア募集 等)

諏訪市ボランティア・市民活動  
キャラクター



ココびい

諏訪市社協  
ホームページ



ボランティア・  
市民活動センター  
公式SNS



ご確認ください！

## ボランティア・市民活動センターの各種手続きについて

ボランティア・市民活動センターでは、年度の切り替えにつき、各種更新・新規受付を行います。助成金申請やボランティア保険の加入、印刷の助成や団体ロッカー使用等は、ボランティア・市民活動センター登録が必要となりますのでご確認くださいませようお願いします。

### 確認事項

#### ① ボランティア・市民活動センター登録

申込期日：4月10日(金)まで

#### ③ ロッカー・メールボックスの貸出

申込期日：令和8年3月31日(火)まで

#### ② ボランティア保険

申込随時受付。

4月1日からの保険加入をご希望の場合は、3月31日(火)までにお手続きください。



現在登録している団体・個人も、改めて更新手続きが必要です

各項目の詳細の情報はホームページに資料を掲載しております。  
不明点はボランティア・市民活動センター(54-7715)へお問い合わせください。

令和  
7年度

## ボランティア・市民活動助成金 公開報告会

4月11日(土) 午前10時00分から12時00分

令和7年度ボランティア・市民活動助成金の助成を受けた団体の公開報告会を開催します。助成金の申請を検討されている方やボランティア活動に興味のある方など、どなたでもご参加いただけます。気になる活動を見つけてつながるチャンス!!ぜひご参加ください。



参加申し込み  
はこちらから

■会場：いきいき元気館3階 交流ひろば

■内容：参加団体による助成金活用報告・質疑応答・参加者同士の情報交換

■助成団体：じくじ・いきいき会 / こもりびとの居場所「ふぁにか」 / コモンズみどり学舎 / 日本語学習支援さくらの会 / 太極柔力球同好会 / ひよこサークルボランティアの会 / 下金子社協つくしんぼ / 福島学習ボランティア / 和太鼓 風楽 / 風のいえ / アーツ・ユニバース / 特定非営利活動法人子どもサポートチームすわ / おかえりキッズぽかぽか広場 / 全諏訪聴覚障害者協会 / NPO 法人すわ子ども文化ステーション / 諏訪防災ネットワーク / 芽生えの会 / univert / 特定非営利活動法人ちゃお / ラン洲羽(20 団体)

令和  
8年度

## ボランティア・市民活動助成金 説明会

4月6日(月) 午後7時から・4月7日(火) 午前10時から

※いずれも内容は同じ

誰もが安心して暮らせるまちづくりを目指してボランティア・市民活動が市内で行われるよう、それぞれの活動に取り組む団体の立ち上げや団体が行う事業に対し助成金を交付します。

■会場：いきいき元気館3階 交流ひろば

■内容：令和8年度ボランティア・市民活動助成金について  
(地域住民グループ支援事業共催負担金説明会も併せて実施)

■その他：募集要項は、4/7(火)説明会終了後から窓口・ホームページにて配布を行います。

ボランティア市民活動助成金は市内で行われるボランティア活動を応援します!

説明やご相談は窓口でも受け付けております。  
個別での対応も可能ですので、お気軽にお問い合わせください。





## たくさんのご協力ありがとうございました！

今年もご自宅や事業所で余ったカレンダーを集め、必要としている方に配布するカレンダー収集・配布を行いました。昨年度に引き続き、県内に限って収集を行いました。当初6日間予定していた配布期間でしたが、盛況により3日間で配布終了となりました。収集にご協力いただいたみなさん、カレンダーを持ち帰り有効に活用いただいたみなさん、ありがとうございました。

### カレンダーを寄付してくださったみなさん

(順不同・敬称略)

(株)UK様、(株)正星様、柿木観光バス様、太陽工業(株)様、(株)フェリス様、諏訪地区輸送協議会様、(株)ミクロ発條様、(株)サンケイ様、興和自動車グループ様、(株)ダイワ様、(株)アイ・コーポレーション様、(有)えびす屋様、(株)小松精機工作所様、(株)岐阜屋様、(一社)諏訪観光協会様、(株)長野日报社様、日栄電気(株)様、岡谷酸素(株)諏訪南営業所様、小島 春美様、三信物産(株)様、奥原 幹太様、(株)ディースクラフト様、アイデアシステム(株)様、島津 美穂子様、北出 信一様、(一社)日本生前相続サポートセンター様、常盤産業(株) 東日本営業所様、藤森 妙子様、(株)アクアテック杉村様、モロQ様、入倉米穀様、大和電機工業(株)様、(有)渋谷セイケン様、(株)宮沢工務店様、大同生命保険(株)様、南新電気工業(株)様、(有)諏訪冷熱様、日本精機工業(株)様、諏訪湖流域下水道事務所様、(株)若松様、坂本 由美子様、(株)コーエキ様、化興(株)様、(株)岡谷組様、丸二アドバンス(株)様、伊藤忠プラスチック(株)様、(株)かのや様、(株)リビルディングセンタージャパン様、(株)小林工務店様、(株)諏訪プロパン様、原田泰治美術館様、板倉 智美様、丸登電業(株)様、(株)ディーエルディー様、(株)ヤマウラ様、(株)エネブリッジ様



3日間の配布期間で  
約500名の方にご来館  
いただきました。



### 再掲

### 来年度以降のカレンダー配布について



カレンダー収集・配布は地域の支えあい意識向上のための一つの手段として長年実施してきた取り組みです。ボランティア・市民活動センター事業の見直しを行うなかで、カレンダー収集・配布は今年度をもって一区切りとすることとなりました。

これまでカレンダーをご寄付いただいた皆さま、整理ボランティアとして支えあい活動にご協力いただいた皆さま、関わっていただいたすべての皆さまに感謝を申し上げますとともに、今後とも地域福祉推進に向けた取り組みにご理解・ご協力をいただきますようお願い申し上げます。

## 参加者募集

## はじめてのボランティヤ説明会

(ボランティヤ・市民活動センター)

「ボランティヤをしてみたい!でも、はじめてだからちょっと不安」というあなたへ、はじめてのボランティヤ説明会を開催します。自分にあった活動を一緒に探しましょう。

- 日時：3月 3日(火)午後 2時より  
3月12日(木)午前10時より
- ※各回30分程度。上記日時以外も相談を受け付けています。
- 場所：いきいき元気館 3階
- 申込：不要
- 問合せ：ボランティヤ・市民活動センター

## 参加者募集

みんなで食堂 駄菓子屋さん  
・食材配布

(末広プロジェクト)

大人も子どももお年寄りも親子連れも若者も誰でもみんなで集まって、みんなで食べて、食を仲立ちとした楽しいひと時を過ごしてみませんか。あわせて駄菓子屋さんと食材配布も行います。

- 日時：3月29日(日)
- 準備：午前10時から
- 食事：正午から
- 駄菓子屋さん：午後1時から
- 食材配布：午後1時から
- 終了：午後2時
- 場所：みんなの居場所 ゆめひろ
- 対象：どなたでも
- 参加費：大人 300円  
子ども何でもワンコイン
- 食数に限りがありますので事前に予約をお願いします。
- 駐車場は市営駐車場・近隣の有料駐車場をご利用ください。
- 可能な方は準備から片付けまでの参加をお願いします。
- 問合せ：みんなの居場所 ゆめひろ (55-8734)

## ボランティヤ募集

## ワンちゃんのお散歩代行

(SWANS VOLUNTEER(スワズボランティヤ))

犬のお散歩代行をお手伝いくださるボランティヤさんを募集しています。お散歩時間1回約30分。お散歩日程は応相談です。若干名の方を募集します。

- 問合せ：SWANS VOLUNTEER 岡田(53-7685)

## 参加者募集

## がん患者遺族の集いの場

(花水木の会)

愛しい家族を亡くされ、深い悲しみと辛いお気持ちなど様々な想いを抱いて、日常生活を送られているのではございませんか?ご自身のお気持ちの流れに逆らわず、無理をしないで少し先を見てほんの少しだけ一歩を踏み出してみませんか?“集いの場”で語り合い、悲しみを分かち合い、心の痛みを緩和し支え合う場とし、悲嘆からの回復のために集う会にすることを目的にしたいと考えております。

- 日時：3月21日(土)  
午後1時30分から3時30分
- 場所：いきいき元気館 会議室2
- 参加費：300円(茶菓子代)
- 申込：不要
- 問合せ：長谷部(090-9357-1890)  
打田(090-8234-4392)

## 参加者募集

自分の口腔機能を知ろう!  
(口腔ケア教室)

(すわ口福会)

オーラルフレイル、サルコペニア等々について聞いたことはあるけれど、「今の自分はどうか?」と思ったことはありませんか?今の自分の口や飲み込みを知りましょう!今回は、簡単な評価を行いますので、6名定員とします。見学のみの方は、当日直接お越しください。(開始時間が30分早くなっております。ご注意ください。)

- 日時：3月9日(月)  
午前10時30分から11時30分
- 場所：いきいき元気館 会議室1
- 担当：すわ口福会  
代表 小澤(歯科衛生士)
- 対象：口や飲み込みの機能に興味のある方(前回までにこの教室に参加されている方はぜひおこしください。)
- 持ち物：タオル、ティッシュペーパー、コップ
- 参加費：無料 ■定員：6名
- 申込・問合せ：すわ口福会  
代表 小澤 58-8338  
(申し込まれる方は、留守番電話に連絡先を入れてください。)

## 参加者募集

世界自閉症啓発デー  
ブルーライトアップ高島城2026

(世界自閉症啓発デーライトアップ委員会)

4月2日世界自閉症啓発デーおよび4月2日~4月8日発達障害啓週間に、自閉症をはじめとする発達障害の地域理解の推進を願い下記のとおり活動を行います。お近くにお越しの際はぜひお立ち寄りください。

【ブルーライトアップ高島城2026】

- 日時：4月2日(木)午後7時から9時
- 場所：高島城天守閣
- 参加費：無料
- 申し込み：不要
- 国連の定めた世界自閉症啓発デーに自閉症をはじめとする発達障害の地域理解の広がりをお願い『青』で地域のランドマークを照らす活動です。(今回で13回目となります。)
- 問合せ：世界自閉症啓発デーライトアップ委員会  
代表 中村(090-8873-4361)

## 関連展示

【世界自閉症啓発デー告知横断幕掲示  
諏訪市庁舎ロビー】

- 日時：3月27日(金)~4月8日(水)
- 場所：諏訪市庁舎ロビー
- 【世界自閉症啓発デー関連展示 すわっチャオ】
- 日時：3月27日(金)~4月8日(水)
- 場所：すわっチャオ



## お知らせ

ボランティヤ募集、講座の参加者募集、イベントの開催等の募集記事を「花の輪」に掲載しませんか?

掲載を希望される場合は、発行前月の10日までに記事をお寄せください。

- 問合せ/ボランティヤ・市民活動センター
- 住所：諏訪市小和田19-3
- 電話：54-7715
- FAX：57-1231
- E-mail：suwavn@suwacity-shakyo.or.jp