

しおじり 市民活動 図鑑。

塩尻と
そのまわりの
市民活動が
わかるBOOK

2021





もっと身近に！ 市民活動

本誌では、えんぱーくを含めた塩尻市、および周辺地域を
主な活動エリアとしている市民活動団体をご紹介します。
手に取ってくださったみなさんが、お手元に置いて、「市民
活動ってよくわからない」「どんな団体があるの？」とちょっと
気になった時にぜひご覧ください。

なお、掲載は団体の任意であり、活動中の市民団体はほか
にも多数あります。

※各ページは、団体から提出された原稿に基づいて構成しています。
※本誌中、正式団体名における「特定非営利活動法人」を「NPO法人」と略記しています。



表紙の絵 / norizo <https://chobino87moji.wixsite.com/site-fo>

Contents (50音順)

- | | |
|-----------------|-------------------|
| 2 囲碁・将棋サロン | 13 塩尻朗読ボランティアグループ |
| 3 うつ리카バリーエンジン | 14 自然エネルギーネットまつもと |
| 4 えんのわ | 15 ジョイフル |
| 5 学習支援センター 実帰舎 | 16 信州アルプス大学 |
| 6 グループHIYOKO | 17 長野サマライズ・センター |
| 7 子どものミカタプロジェクト | 18 のじゅーる |
| 8 塩尻おもちゃ図書館 | 19 hana-tomo |
| 9 塩尻景観ネットワーク | 20 春の小川 |
| 10 塩尻子ども劇場 | 21 PCNしおじり |
| 11 塩尻市体育協会 | 22 ほっこり |
| 12 塩尻学びサポート | 23 わおん |

主な活動分野を、大きくジャンル分けして、アイコンで表しています。
どんな活動をしているかを知る目安にお役立てください。



自然



環境



暮らし



福祉



子ども



家族



シニア



生きがい



ビジネス



ものづくり



地域



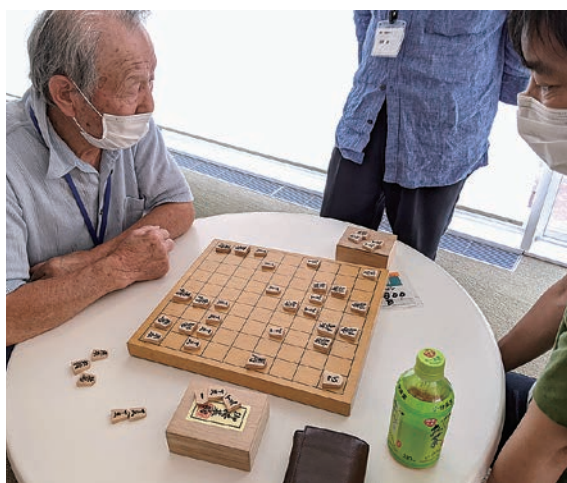
教育



そのほか



囲碁・将棋サロン



シニア



生きがい



こども

活動内容

古来からの伝統文化、囲碁・将棋を通して中高齢者の仲間づくり・生きがいづくりの推進をしております。

毎週月曜日（AM9時からPM5時まで）、えんぱーく2Fフリーコミュニティーで活動中。初心者大歓迎！どなたも年会費500円だけで何回も参加できます。

PRしたいこと

年齢を問わず誰でも気軽に参加できることから、女性・子ども大歓迎！特に未発達中の子どもさんには、柔軟な論理的思考の養成・礼節・しつづけを学ぶことができます。

無縁社会、引きこもり、認知症…「自分探しの場所」ここに見つけてみませんか！

お問い合わせ

代表者 佐倉 建夫

事務局 主な活動場所：

塩尻市市民交流センター

えんぱーく2F フリーコミュニティー

連絡先 0263-52-0605／090-4823-4154

H P



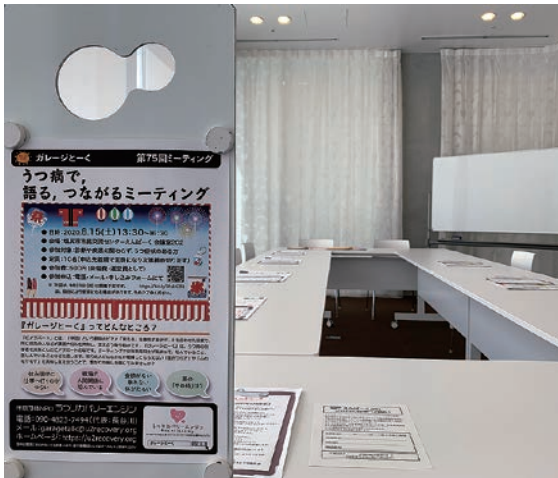
うつリカバリーエンジン



そのほか

活動内容

自らのうつ病の経験から、「うつ病からのリワーク・リカバリーを応援したい」との思いを抱き、2013年8月に設立しました。うつ病に対する誤解や偏見はまだまだ多く、また一度発病すると、様々な生きづらさを抱えてしまうのが現実です。「うつ病であっても正々堂々と生きたい。うつ病であっても、社会の中で再び光り輝きたい。」そんな思いの実現を目指して、ともに歩み続けたいと思います。



PRしたいこと

毎月1回えんぱーくで、診断や疾患に関わらず、うつ症状のある方を対象としたピアサポートグループ『ガレージとーく』を開催しています。生活のこと・仕事のこと・体調のこと。その悩みは自分だけではなく、みんなが悩んでいることかもしれません。話すことで気持ちがスッキリしたり、解決のヒントをもらえたりすることもあります。悩みや不安を共有し、繋がりや癒やしを感じてみませんか？

お問い合わせ

代表者 長谷川 洋

事務局 塩尻市

連絡先 090-4823-7494

info@u2recovery.org

H P <https://u2recovery.org>

[https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/u2recovery/)

[u2recovery/](https://www.facebook.com/u2recovery/)

<https://twitter.com/u2recovery>





NPO
法人

えんのわ



地域

活動内容

地域活動における様々な課題を解決するため、一緒に考えます。主催事業でのセミナー開催のほか、塩尻市、松本市、安曇野市、長野県等の行政が開催するセミナーで講師を務めています。また、塩尻市市民活動支援業務の一環で、しおじり協働通信「トトモニ」の取材・編集や、塩尻市内で活動している団体と市民をつなぐ「まちづくりフェスティバル」の企画運営をしています。

PRしたいこと

NPO法人設立講座、チラシの作り方、イベントスケジュールの組み立て方、ファシリテーション、想いや活動を広げる伝えるコツ、活動のための資金調達など、様々なテーマで講師を務めています。また、全国で活躍する講師陣を招いてのセミナーも開催しています。講師の依頼は、ご希望のテーマや日程をお知らせください。

お問い合わせ

代表者 大塚 佳織

事務局 塩尻市大門一番町12-2

塩尻市市民交流センターえんぱーく

連絡先 0263-54-3320

ennowa@hotmail.co.jp

H P <http://ennowa.naganoblog.jp>

<http://www.facebook.com/ennowa/>





学習支援センター 実帰舎



こども

活動内容

不登校・病弱・発達障害で学校へ行かない中学生・高校生の学習支援を行っています。「エジソンの母塾」という家庭内学習とインターネットのテレビ電話システムを使用して、不登校に比例した勉強の遅れを最小限にする仕組みを2020年から始めました。不登校の高校生年代には、私立高野山高校広域通信制の教材を使い正規の高校卒業証書を手にしていただけるように学習支援を行います。

PRしたいこと

毎年11月にえんぱーく3階で開催される「しおじりまちづくりフェスティバル」で、紙芝居を上演しているオジサンが先生をしていると言えば、不登校の生徒さんへの接し方が伝わるといいます。実帰舎と高野山高校通信制のクラブ活動として、“紙芝居&演劇部”を立ち上げました。不登校の生徒さんは、お客様としての幼稚園児や老人らに紙芝居を上演することで、苦手意識を克服できます。

お問い合わせ

代表者 家田 典和
事務局 塩尻市大門一番町12-2
塩尻市市民交流センター 協働オフィス
連絡先 0263-57-6203
iedanorikazu@gmail.com

H P



NPO
法人

グループHIYOKO



生きがい



くらし



地域

活動内容

『情報技術を活用し、地域の誰もが生き生きと暮らせる社会を作る』を目標に、パソコン講座の企画・運営、Webサイトの作成・支援、また、インターネット安全教室・タブレット講習会・プログラミング体験会等を開催、マルチメディアデジ図書に関する活動もしています。

平成28年4月に塩尻市の条例指定NPO法人に認定され、地域の皆さんに応援していただける団体を目指し、日々活動しています。

PRしたいこと

年間定期開催のパソコン講座、タブレット講座をおこなっています。個別講習・サポートのご希望や文書作成、インターネット安全講習のご相談にもお応えいたしております。“パソコンで困ったら”お気軽にご相談ください。グループHIYOKOと一緒に活動してくださる方、活動を応援してくださる方も募集中です。

お問い合わせ

代表者 代表理事:豊澤 吉弥

事務局 塩尻市大門八番町4-1

連絡先 0263-54-7226

hiyoko@ghiyoko.net

H P <https://ghiyoko.net>

[https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/ghiyoko/)

ghiyoko/





子どものミカタプロジェクト



こども



家族



地域

活動内容

子どものミカタプロジェクト(略して、ミカプロ)は、「見方を学んで、味方になろう!」を合言葉に活動しています。カウンセリング実績17年以上の臨床心理士が中心となり、結成! 母親としての子育て経験と、心理の専門家としての専門知をベースに、私たちが本来もつ力を引きだす「見方」を伝える活動を通して、“自分に生まれてきてよかった!”と思える地域づくりに貢献しています。

PRしたいこと

【子育て講座 ご依頼承ります!】行政や子育てサークル等の皆様から、子育て講座等のご依頼を承っております。【実績】安曇野市子ども発達支援相談室、長野県男女共同参画課などからご依頼をいただき、母親向け子育て講座、父親向け子育て講座等を企画・運営・実施しております。【ご依頼はメールで!】講座実施をご希望の団体様は、メールにてお気軽にご連絡くださいませ。

お問い合わせ

代表者 上間 春江
事務局 塩尻市広丘高出307-3
連絡先 info.mikata.p@gmail.com
H P <https://ameblo.jp/happy-mirai-create>
<https://www.niji-no-kakehashi.net/>





塩尻おもちゃ図書館



こども



家族



福祉

活動内容

子どもの遊びは生きる力を育む泉です。よいおもちゃと出会い、親子・家族・友だち・ボランティアと共に自由に遊べる場がおもちゃ図書館です。開館日には、いろいろなおもちゃと遊べるおもちゃ広場、人形劇やパネルシアター、紙芝居などのおはなし会、手品・腹話術・風船遊びなどの遊びの広場を開催しています。障がいのある子もない子と共に遊び育ち合うことを願って活動しています。

PRしたいこと

◎2020年11月 しおじりまちづくりフェスティバル出展 ◎新型コロナウイルス感染防止のため、開館日の入室人数の制限を行っております。入室前の検温、おもちゃの消毒等、御協力をお願いいたします。 ◎開館日のお手伝いをして下さるボランティアを募集しています。準備、片付け、おもちゃの消毒、行事企画、おもちゃ遊び等、楽しみながら動いて下さる方歓迎します。

お問い合わせ

代表者 今井 昌子
事務局 塩尻市大門七番町
連絡先 0263-54-0709
H P



塩尻景観ネットワーク



地域



環境

活動内容

大自然に囲まれた美しい長野県塩尻市の風景を再認識し、地域の景観づくり、まちづくりについて考え、語り合い、行動する事を基本に!!

未来の塩尻の街へ向けて、守りたい景観、創造する景観等に興味関心の有る方と共に活動しています。活動は、学習会や勉強会、研修会、街を歩きながらの観察会、講演会、意見交換会等を行っており、全て市民ボランティアの地域活動です。

PRしたいこと

■塩尻市内の「景観を楽しむイベント」

いつも、気にも留めない見慣れた景色も、普段は気付かない事も大変多いものです。塩尻市内の身近な風景を見ながら、ぶどうの郷塩尻を楽しんでみませんか？

■地域景観に役立つ「園芸の学習研究」

極力費用や手間をかけずに綺麗で管理が楽な花壇を模索中。お気軽にご参加下さい。

お問い合わせ

代表者 堀内 泉

事務局 塩尻市

連絡先 0263-52-6676 (兼用電話)

shiojiri.keikan@gmail.com

H P [https://www.facebook.com/](https://www.facebook.com/ShioKanNet/about/?ref=page_)

ShioKanNet/about/?ref=page_ internal





塩尻子ども劇場



こども

活動内容

塩尻子ども劇場は、優れた舞台芸術を届けたい、子どもの仲間集団をつくり自主性・創造性を育てたい、地域のひとりぼっちの子育てをなくしたいという願いのもと、1983年に発足しました。生の舞台を通して子どもも大人も楽しい時間を過ごしながら感性を育てる鑑賞活動と、遊びの中で経験値を増やし、子どもたちの健やかな育ちを応援する自主活動を2本の柱として取り組んでいます。

PRしたいこと

いつでもどなたでも入会できます。

【会員募集中】

1人につき 入会金 400円 会費 月1,000円
4歳以上(4歳未満は無料です)

お問い合わせ

代表者 横山 裕美
事務局 塩尻市大門二番町(事務局)
連絡先 090-2157-5672(古屋)
marge_f.3271@docomo.ne.jp

H P



NPO
法人

塩尻市体育協会



そのほか

活動内容

体育協会加盟44団体が市民のスポーツ振興、健康体力づくりの推進、競技力の向上及びスポーツ文化に関する事業を行い、スポーツを通して健全な精神の高揚を図り、明るく健康的な社会の建設に寄与することを目的とする。

市民向けイベント「日本土真ん中ウォーク」、「いきいき体育学園」、「元気っ子教室」などを開催している。

PRしたいこと

主催する多種多様な競技大会、初心者向けの講習会、地区ごとに開催されるイベントなどに大勢参加してください。お知らせは、塩尻市体育協会ホームページをご覧ください。

運営を支援していただく、正会員や賛助会員を募集していますので、是非ご支援をお願いいたします。

お問い合わせ

代表者 丸山 智之

事務局 塩尻市大門六番町
5番27号

連絡先 0263-53-1393

nposhiojiri@yahoo.co.jp

H P <http://shiojiri-taikyo.sakura.ne.jp>





塩尻学びサポート

(無料こども塾えんぱーく分室)



こども



教育

活動内容

こども達の学校や勉強の悩みは様々ですが、授業においていかれそう、誰かに教わりたいという思いは切実です。学習塾に通うのも容易ではありません。そんなこども達の学びをサポートしたい思いで2016年に無料塾を始めました。小学校高学年から中学生、高校生までが集まって、それぞれ勉強に励んでいます。集中力、質問力、克服力、積極性、そして自信をつけることがスタッフの願いです。

PRしたいこと

えんぱーく2階フリーコミュニティで、毎週火曜日の17:15から19:30まで、出入り自由です。手持ちの問題集・宿題などを用意して参加してください。月に1回は科学遊びや言葉遊び、年に数回お楽しみクッキングもやります。参加希望の方は、会場に来ていただくか右記連絡先へお電話ください。スタッフ(ボランティア)も募集しています。元教員、現元学生など多方面の参加を歓迎します。

お問い合わせ

代表者 三浦 登
事務局 塩尻市宗賀 1641-4 (三浦宅)
連絡先 090-9667-1641
agatanmiura3@yahoo.co.jp

H P



塩尻朗読ボランティアグループ



福祉



地域

活動内容

塩尻朗読ボランティアグループは、視覚に障害があったり、病気や高齢等により、目からの文字情報の入手が困難な方へ「目のかわり」として、月1回の広報紙、新聞記事、依頼図書等の音声情報をデジタル録音図書としてお届けしています。また、市公式ホームページに「声の広報しおじり」として、担当課に音声データを提供しています。

PRしたいこと

広報誌、新聞記事、依頼図書等の音声情報をお届けするだけでなく、利用会員と直接ふれ合う機会として、対面朗読や老人施設での朗読会を定期的に行っています。また、年1回の交流会では利用者と活動会員の交流を深めています。会では定期的に学習会を行い、会員のレベルアップを心掛けています。利用をご希望の方は、お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

代表者 山口 和香子（2020年度）
事務局 塩尻市大門六番町4-6
塩尻市保健福祉センター内
塩尻市社会福祉協議会 地域福祉推進センター
連絡先 0263-52-2795（社協）
shiojiriroudoku@gmail.com
H P



自然エネルギーネットまつもと



環境



自然

活動内容

持続可能な社会やエネルギーを学び、考え、実践しようと松本・安曇野を中心に有志が集まり、自然豊かなこの地らしい、自然エネルギーの地産地消を目指しています（2012年2月設立）。活動モットーは“地域にあるものを活かす暮らし”。教育・啓発活動を中心に、誰でも、身近でできる取り組みを提言しています。2020年は「気候非常事態宣言」を提言し、松本市議会で採択されました。

PRしたいこと

私たち（略称：エネットまつもと）は毎月学習会を開催しています。地球規模の問題から、身近な課題まで月ごとにテーマを設定し、意見交換しながら学びあっています。どなたでも参加大歓迎！学習会の開催予告はホームページをご覧ください。一緒に学びましょう。また、環境学習やロケットストーブ作り講習などもご希望に応じて対応します。ホームページからご連絡ください。

お問い合わせ

代表者 平島 安人
事務局 諏訪市
連絡先 nematsu@gmail.com
H P <http://www.enet-matsumoto.net>
<http://www.facebook.com/enet.matsumoto>





NPO
法人

ジョイフル



こども



そのほか

活動内容

不登校・引きこもり・ニートなどに悩む若者やご家族を支援しています。若者が精神的に元気になり、自分自身で悩み、考え、自己責任で行動することができるようになることを、一緒に悩み、考えながら支援している団体です。多くの方たちと手をつなぎ、若者の力になっていきたいと願いながら活動しています。

PRしたいこと

不登校児童生徒支援・自立支援トレーニング・地域若者サポートステーション・コミュニケーションツール開発・中信子ども若者支援地域協議会運営・若年者就業サポート委託などの事業を行っています。15～39歳の若年無業者対象のキャリア・心理カウンセリング、スキルアップ講座、就労トレーニング、居場所などを行っておりますのでお問い合わせください。

お問い合わせ

代表者 理事長:横山 久美

事務局 塩尻市広丘原新田
282-2

連絡先 0263-51-9088

joyful@taupe.plala.or.jp

H P http://www12.plala.or.jp/joyful_npo/





信州アルプス大学



地域



ビジネス



そのほか

活動内容

2016年1月に開校した“プス大”は、ソーシャル系市民大学という地元市民が集う市民大学です。登録学生数も400名を超え、学食（加盟店）も増えていっています。地元や生活に関する授業、ビジネスに役に立つ授業を毎月開催しています。生徒として参加するもよし、あなたのスキルを使って先生になるもよし、学食でお得にランチをするもよし。地元の人の持っている地元の知恵を地元で生かそう！

PRしたいこと

- ①長野県SDGs推進企業に登録しています。より暮らしやすい環境や社会に貢献していきます。
- ②塩尻ワインツーリズムを始めました。
- ③2021年度は、新たな取り組みとしてプログラム教育、PEPTークに取り組む予定です。
- ④講座の企画、ホームページ運営、チラシ作成など、あなたのスキルを生かしたスタッフを募集しています。

お問い合わせ

代表者 代表理事：中村 剣
事務局 塩尻市大門一番町12-2
市民交流センター2F 協働オフィス
連絡先 080-6937-4937
shinshu@alps-univ.net
H P <https://www.alps-univ.net>
<https://www.facebook.com/alpsuniv/>





認定
NPO
法人

長野サマライズ・センター



こども



教育



くらし

活動内容

【みんなと一緒に笑いたい・学びたいという想いを支えます。】

最新の機器やシステムを、福祉の分野に活かせるよう、情報を集め、実際に活用して、お伝えしています。「聴覚障害理解」を求める啓発事業や、パソコン文字通訳サービスの提供・人材育成など、大学などとも連携して、ニーズにお応えしております。



PRしたいこと

「聞こえない」「聞こえにくい」ことが周囲に理解されず、情報が十分に入っていないことで、楽しいはずの学校で孤独な毎日を送っている子ども達があります。彼らの存在や、苦しい胸の内を理解し、一緒に支えてくださる仲間を募集しています。パソコンが得意な方、大歓迎！詳しくはお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ

代表者 宮野 美晃
事務局 塩尻市大門一番町
3-4 2F

連絡先 0263-52-4148
sama4089@gmail.com

H P <https://www.nagasama.net>
<https://www.facebook.com/sama200551/>



のじゅーる



シニア



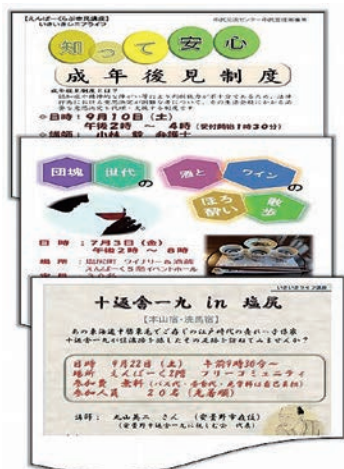
生きがい



仲間づくり

活動内容

2007年から「団塊世代を元気に楽しく」をモットーに活動しているグループです。自分たちが知りたい事、やって楽しい事を企画して、生き甲斐づくりや地域の友人の輪を広げようと張り切っています。主な活動の柱は歌声喫茶「イブニングサロン」といきいきライブ講座「歴史散策」「そば打ち」「男の料理教室」など2～3回/年のイベントを行っています。現在7名で活動していますが仲間を募集しています。



PRしたいこと

歌声喫茶「イブニングサロン」のえんてらすでの開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染が収束見込みが立たないため2020年度は中止することになりました。2021年度については状況を見て開催をする計画です。

また、企画イベントについては身近な話題があれば、今後企画して開催する予定です。取り上げて欲しい話題がありましたらお知らせください。

お問い合わせ

代表者 小林 敏一

事務局 塩尻市塩尻町283-1

連絡先 0263-88-8387

H P <http://nodule00.naganoblog.jp/>





hana-tomo



自然



生きがい



地域

活動内容

ハンギングバスケットはイギリス発祥の装飾園芸の技法です。普通に売られているポット苗を特殊な器材に植え込むことで、吊るしたり掛けたりして楽しむ事ができます。ハンギングバスケットの制作・講習会を通し、寄せ植えとは一味違った形でイベント会場・公共施設を飾ります。これら活動を塩尻市民と共にすることで、塩尻市が更に魅力ある街になるようにお手伝いしていきます。

PRしたいこと

塩尻市の公共施設を中心に、寄せ植えやハンギングの提案、実施をします。また高校生・個人宅・会社等でも気軽に飾っていただけるよう、1～2回/年のハンギング講習会を実施いたします。植え込みを覚えて庭先・店先をハンギングバスケットで飾りましょう！ 企業様からのハンギング制作・設置の依頼もお待ちしております。文字看板にはない宣伝効果があること間違いなしです。

お問い合わせ

代表者 小山 佐和子

事務局 松本市里山辺

連絡先 090-2559-5320

amaririsu.5051@gmail.com

H P <https://hana-tomo.amebaownd.com>

Instagram.com/hanatomo2020





NPO
法人

春の小川



福祉

活動内容

当法人は、障がいのあるみなさんが一人ひとり尊重され、自分の望む地域でだれでも「あたりまえに安心して生活できる」社会を実現し、豊かな地域社会を築くことに貢献しようと設立された団体です。2005年に開所したグループホーム事業を皮切りに廃食用油回収事業の受託、2012年に相談支援事業、2020年に働く場として就労継続支援B型事業「ちゅーりっぷ」を加え活動を行っています。

PRしたいこと

当法人は、利用者にとって最適な福祉サービスの立案／支援を行う相談支援事業、生活の場であるグループホーム事業、働く場である就労継続支援B型事業を傘下に持ち、一貫した支援ができるよう努めています。利用者を第一に考え、楽しく笑顔があふれる法人を目指しております。働く場である「ちゅーりっぷ」では、利用者が作業するための仕事を募集しておりますので是非一報を！

お問い合わせ

代表者 理事長:小沼 芳博
事務局 塩尻市広丘原新田
93番1

連絡先 0263-51-6393

sarasara@dia.janis.or.jp

H P [http://harunoogawa.](http://harunoogawa.naganoblog.jp)

naganoblog.jp

youtu.be/yumd5VqZZ90





PCNしおじり



こども



ものづくり



生きがい

活動内容

PCNしおじりは、スクラッチプログラミングに
ドはまりした小学生兄弟が運営している子ども
主導のプログラミングクラブです。

合言葉は、“クリエイティブモード・スイッチ
オン!” プログラミングや企画作りなど、私たちの
クリエイティブモードをスイッチオンにする楽し
い機会を企画・運営しております。ゼロから何か
を創り出す楽しさを、ばくたちと一緒に、味わい
ませんか？

PRしたいこと

2019年度は、8月を除く、5月から11月まで、月
に1回、えんぱーくICTルームにて、スクラッチプロ
グラミングの体験会を開催しております。12月以降
は、企画作りに興味がある子どもたちと一緒に、企
画作りから運営までを行う活動を計画中です。ま
た、初めての方向けプログラミング体験会の講師
依頼も、随時受け付けております。企画のお問合せ
や講師のご依頼は、メールにてお願いします。

お問い合わせ

代表者 上間 友輝
事務局 主な活動場所:塩尻市
市民交流センター えんぱーく
ICTルーム

連絡先 info.mikata.p@gmail.com
(子どものミカタプロジェクト内)

H P [https://www.facebook.com/
pcnshiojiri/](https://www.facebook.com/pcnshiojiri/)





シニア



生きがい



くらし

活動内容

塩尻市の平成29年4月からの介護予防・日常生活支援総合事業導入に伴い、その中にある通所型A、訪問型Aの指定事業者となっています。要支援の方と、チェックリストにより対象の方がご利用になれます。

健康教室、軽運動やレクリエーション、創作活動、利用者の声を反映させた活動支援、従来の型にはまらないサービス等を通じ、楽しく健康づくりができ、介護予防につながります。

PRしたいこと

福祉などの職場経験豊かなスタッフが、ご利用者の立場で運営しています。大門原公園に隣接していて、ゆったりとした環境の中で、少人数で楽しく健康づくりができます。気持ちよく過ごせ、地域に愛され親しんでいただける事業所です。随時会員（スタッフ）を募っています。
問い合わせ：月～金の10時～12時（年末年始、盆、祝日を除く）をお願いします。

お問い合わせ

代表者 丸山 くに子
事務局 塩尻市大門並木町6番18号
連絡先 0263-87-8557
H P



NPO 法人 わおん



こども



自然



地域

活動内容

こどもたちがもっと元気に輝く地域を目指して、自然を心と体で感じる自然体感プログラムの実施や、年間を通じた自然体験活動「わおん♪自然探検隊」、単発の自然体験活動「わおん♪キャンプ」などを実施しています。

また、大人から子どもまで森の中でたき火や自然あそびを楽しむ「森カフェプロジェクト」や、元気の助っ人「げんすけ」とのふれあい、昔あそびなどをおこなっています。

PRしたいこと

みなさんの地域や団体で、自然体感プログラムや森カフェ等を体験してみたいというご要望がございましたら、お気軽にお声掛けください。事前打ち合わせ等しながら、ご希望に合わせたプログラムを実施いたします。

また、自然の中で子どもたちと一緒に活動してみたい方も随時募集中です。ぜひ一緒に、こどもたちがもっと元気に輝く地域を目指していきましょう。

お問い合わせ

代表者 山田 勇
事務局 塩尻市広丘郷原685
連絡先 0263-87-3005
waon@npowaon.com
H P <http://npowaon.com>
<http://waon.naganoblog.jp>





えんぱーく くるくるマップ

えんぱーく周辺タウンガイド

えんぱーく周辺の、歩いて行ける範囲にある
お店や施設をご紹介します！ホームページでは、
さらに詳しい情報が分かります。
店内写真や動画もありますよ！

パソコン・スマホ

えんぱーく



テイクアウト店

- A ホテル中村屋(お届け料理) 0120-5489-66
- B ブーランジェリーナカムラ 52-3145
- C 小僧寿し塩尻大門店 54-1433
- D ベーカリーパパンガ 54-6855
- E おるごる弁当 52-2953
- F 中津屋酒店 52-0123
- G 珈琲哲学ベーカリーふっくら工房 .. 50-8617

- H 福寿美(ふくずみ)菓子店 52-0371
- I もち処いろは 52-0713
- J 洋菓子かどや 52-0276
- K たいやきさん 52-5186
- L 中野菓子店 52-0406
- M Pinkiecafe ぴんき〜カフェ 090-8328-0454
- N 三河屋 52-0115



※省略してある市外局番はすべて「0263」です。

飲食店

- A あかい靴 52-0057
- B ほっとしてざわ 53-8233
- C フォンターナ デル ヴィーノ 54-5363
- D 中華 万里村(ばんりむら) 54-2443
- E 福和家 53-6530
- F 和彩 拓(わさい・ひらく) 53-5352
- G 三平食堂 52-1071
- H ファミリー割烹ゆたか 52-5040
- I 炉端居酒屋うず潮 54-0868
- J 塩尻呑食堂Tetsu 52-0588
- K 無奏天生(むそうてんせい) 88-3101
- L 塩サバダイニングCava 090-4947-2879
- M レストラン グルメ 52-8710
- N cafe ういずの森 50-5455
- O カラオケハウス ぶどう 31-0107
- P カフェレストkita 53-2012
- Q 串喝久兵衛 52-0337
- R ナチュラルフードTOM'sCafe 88-2863
- S ラ・メゾン・グルマンディーズ 31-6377
- T 創作中華の店RYU-TAN(りゅうたん) .. 52-2340
- U 喫茶店 心花(ここはな) 88-8998
- V 五千石茶屋 52-1329
- W ラーメン専科しんちゃん 54-1983

公共施設

- A えんぱーく
- B ヘルスパ塩尻 54-3939

宿泊・衛生関係

- A ビジネスホテルよこ山 53-0710
- B 美容室こざくら 52-0368
- C 桑の湯 52-0043

商店等

- A おしゃれショップピラカワ 52-5852
- B 光明堂時計店 52-1908
- C 福井商店 52-0254
- D NPO法人グループHIYOKO 54-7226
- E 時計修理工房 53-3707
- F 塩尻メトロスポーツ 52-0099
- G いちた 52-2700
- H 原山商店 52-0070
- I 興文堂書店 52-0352
- J 塩尻熱帯魚センターディスカス 52-2957
- K スポーツ用品のミツワ 52-0225
- L 温(ぬっく) 54-2920
- M 東座(AZUMAZA) 52-0515

市民と共に

えんぱーく

10th
Anniversary
2020

えんぱーくは、開館

1998年にNPOの法人化が認められ、行政と市民、そしてNPOなどの団体が協働しながら地域をより良くしていこう、という機運が2000年代になって高まる中、塩尻市の中心市街地活性化計画づくりが始まりました。その中核になる施設が、塩尻市市民交流センター「えんぱーく」でした。



10周年を迎えました！

市民交流センター「えんぱーく」の歩み

1998

(平成10年)

衆議院にて「特定非営利活動促進法（NPO法）」が可決成立（同年12月1日施行）
 中心市街地における活性化に関する法律が可決成立（中心市街地活性化基本計画）

2003

(平成15年)

塩尻市の中心市街地活性化基本計画づくりに向け、
 大規模なミーティング・ワークショップが開催される。

- ・中心市街地の活性化 ワーキンググループ（489名/34回）
- ・市立図書館の在り方 ワーキンググループ（501名/33回）
- ・中心市街地活性化まちづくり協議会（223名/8回）
- ・飛び込み市民会議（1,500名/42回）
- ・図書館基本計画策定懇話会（366名/30回）
- ・市民交流センター創造会議（329名/14回）
- ・設計者選定協議（提出/191点）
- ・市民ワークショップ（210名/9回）
- ・子育て、図書館等個別ワークショップ・説明会（多数）
- ・サポート組織設立準備会（199名/16回）
- ・市民交流センター公募により愛称が「えんぱーく」に決定（応募654点/投票1,446票）

※丸い円、ご縁の縁、塩尻市の塩。ぱーくは公園のように誰でも気軽に立ち寄ることができる施設であって欲しいとの願いが込められている。（応募者：北海道の川村さん）

塩尻市中心市街地活性化基本計画認定（2008年11月）

建設工事着工（2008年12月）



2010

(平成22年)

7月29日 塩尻市市民交流センター「えんぱーく」オープン

来館者数 648.8万人

視察・見学者数 13,350名

2010年（平成22年度）…41.0万人（8月からの集計）
 2011年（平成23年度）…59.3万人（50万人達成！）
 2012年（平成24年度）…63.9万人
 2013年（平成25年度）…66.9万人
 2014年（平成26年度）…66.2万人
 2015年（平成27年度）…67.1万人
 2016年（平成28年度）…65.9万人
 2017年（平成29年度）…68.8万人
 2018年（平成30年度）…68.3万人（500万人達成！）
 2019年（令和元年度）…64.3万人



50万人達成記念式典



100万人達成記念式典

交流・体験・学び・発見・発信の
拠点として、
市民に育まれて10年。



「市民活動支援係」について

知恵の交流を通じた
人づくりの場

多くの市民のみなさんの意見を受けながら、2010年に誕生した「塩尻市市民交流センター えんぱーく」は、おかげさまで開館10周年を迎えることができました。

えんぱーくの誕生以来、市民活動の活性化に貢献すべく活動してまいりました市民活動支援係は、これからも、市民団体の活動を二人三脚で応援させていただきます



市民活動支援係の役割

市民公益活動団体の活動や、市と団体、また団体間で行われる「協働のまちづくり」を応援しています。

恒例の「さくらフェスタ」や市民活動団体をメインにした「しおじりまちづくりフェスティバル」など、様々なイベントを企画・運営。各種イベントを通して、一般市民のみなさまに、体験や学び・物販などを楽しんでもいただきながら、各団体の活動のPRをお手伝いしています。

「自分達のまちをもっと良くしたい!」という思いをお持ちの方や団体向けの相談会や講座も行っています。



市民団体のみなさまへ

えんぱーくには、市民団体の活動スペース「フリーコミュニティスペース（通称フリコミ）」があり、登録団体は無料で利用できます。（市民活動団体優先スペース・座席予約も可能）

また塩尻市協働の「まちづくりチャレンジ事業補助金制度」があり、新たなまちづくりの担い手となる市民団体に活動助成を行っています。



詳しくは「市民活動支援係」までお問合せください。

えんぱーく

TEL. 0263-53-3350

FAX. 0263-53-3362

E-mail collabo@city.shiojiri.lg.jp

市民活動支援係ではイベント情報や登録団体の活動を中心に情報発信を行っています。たくさんの「いいね」や「シェア」などを活用し、市と団体、また活動団体同士での活発なまちづくりをめざしましょう。

えんぱーく



ホームページ

市民活動支援係



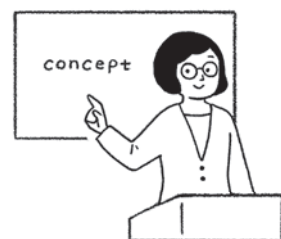
Facebook



Instagram



学びを楽しみ、
好奇心を持ってする体験こそ、
人生最高の贅沢です。



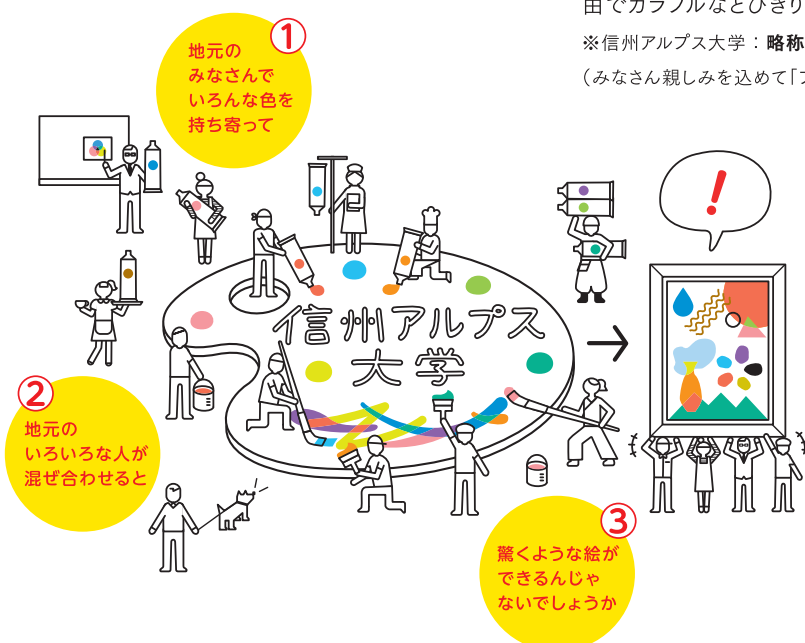
じもと学部&ビジネス学部

信州アルプス大学は
地域の大きなパレットを
目指しています。

特別な「先生」から教わるのではなく、みなさんが持っている知恵やエネルギーを参加者と共有することで、新しいよこびや生きがいを見つけてみませんか。地元の人の持っている地域の知恵を地元で生かそう。信州アルプス大学は、そんなみなさんのための「大きなパレット」。自由でカラフルなとびきり居心地のよい場所を目指します。

※信州アルプス大学：略称「プス大」

(みなさん親しみを込めて「プス大」と呼んでいます)



豊かな
人生が
育っています。





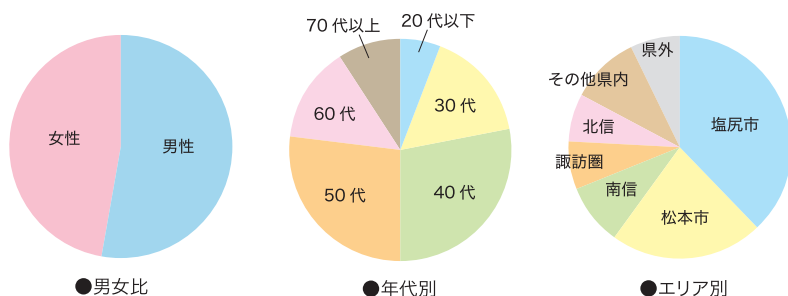
信州アルプス大学は ソーシャル系市民大学

簡単に説明すると、その街に眠る学びのタネを活かし、みんなに共有する場です。都会に住んでいても、地方に住んでいても、意外と地元のことって知らないことが多いですね。だから、ソーシャル系市民大学に入学してみる！そこには、新しい発見、新しい仲間とコミュニティが待っています。



登録学生数 450 名 現在の登録学生状況（2020年11月20日現在）

塩尻市、松本市の方が中心ですが、遠くは神奈川県など他県からの受講生もいます。いろんな方と出会うチャンスでもあるんですね！



「学生登録」随時受付中！

※詳しくは下記電話かメールでお問い合わせください。

←ここから登録



ひとりひとりがもっと生み出す社会へ！

信州アルプス大学

一般社団法人 信州アルプス大学校

〒399-0736 長野県塩尻市大門一番町 12-2 (えんぱーく 2F 協働オフィス)

TEL. 080-6937-4937 Email: shinshu@alps-univ.net

※詳しくはホームページをご覧ください。

www.alps-univ.net

信州アルプス大学

検索

※本校は、学校教育法に定められた大学ではありません。



学食&生協



学生証を提示してください。

信州アルプス大学にも、学食や生協として提携していただいている、地元の飲食店や小売店等があります。

お店で学生証を提示すると、ちょっとイイことがあります♪

しおじり市民活動図鑑2021

2020年12月発行

〈本冊子に関する問い合わせ先〉

塩尻市交流支援課 市民活動支援係

塩尻市大門一番町12番2号 市民交流センターえんぱーく2階

メール collabo@city.shiojiri.lg.jp

電 話 0263-53-3350

信州アルプス大学

事務局 市民交流センターえんぱーく2階 協働オフィス

メール shinshu@alps-univ.net

電 話 080-6937-4937

※掲載の団体に関するお問い合わせは、
各団体の連絡先まで直接お尋ねください。

地方の中小零細企業だって社会貢献はできる！
小さな寄付を集めて地域社会を応援する仕組み！

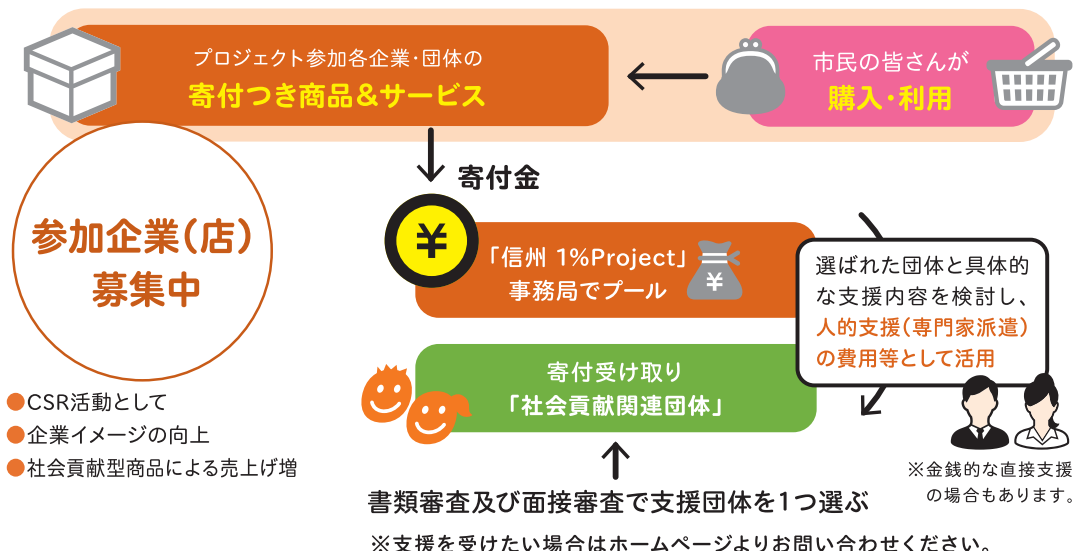
“信州 1% Project”は より良い未来を志し活動している みなさんを応援するための 寄付プロジェクトです。



「信州 1% Project」とは、プロジェクト参加企業の寄付つき商品・サービス等(※1)を購入することで、その売り上げの一部を、社会貢献関連団体への人的支援(専門家派遣)等(※2)の資金として、活用するプロジェクトです。

※1:一定額の寄付の場合もある。 ※2:金銭的な直接支援も含む。

寄付つき商品を買うことで、地域の未来に貢献！



お問い合わせ・申込先

◎ <https://www.1per-pj.net/>
(専用フォーム)

◎ E-mail
aoniyosi9500@gmail.com

◎ 090-8597-2875 (吉国)



運営団体(事務局)

信州ファンドレイジングチーム

〒399-0705 長野県塩尻市広丘堅石 98-2

(「ファンドレイジング日本 2012」に参加した長野県在住のメンバーが中心になり、2012年2月に設立。NPOのためのファンドレイジングを研究・実践する活動を続けながら、地元のNPO法人や地域活性化グループとも協働しています)

