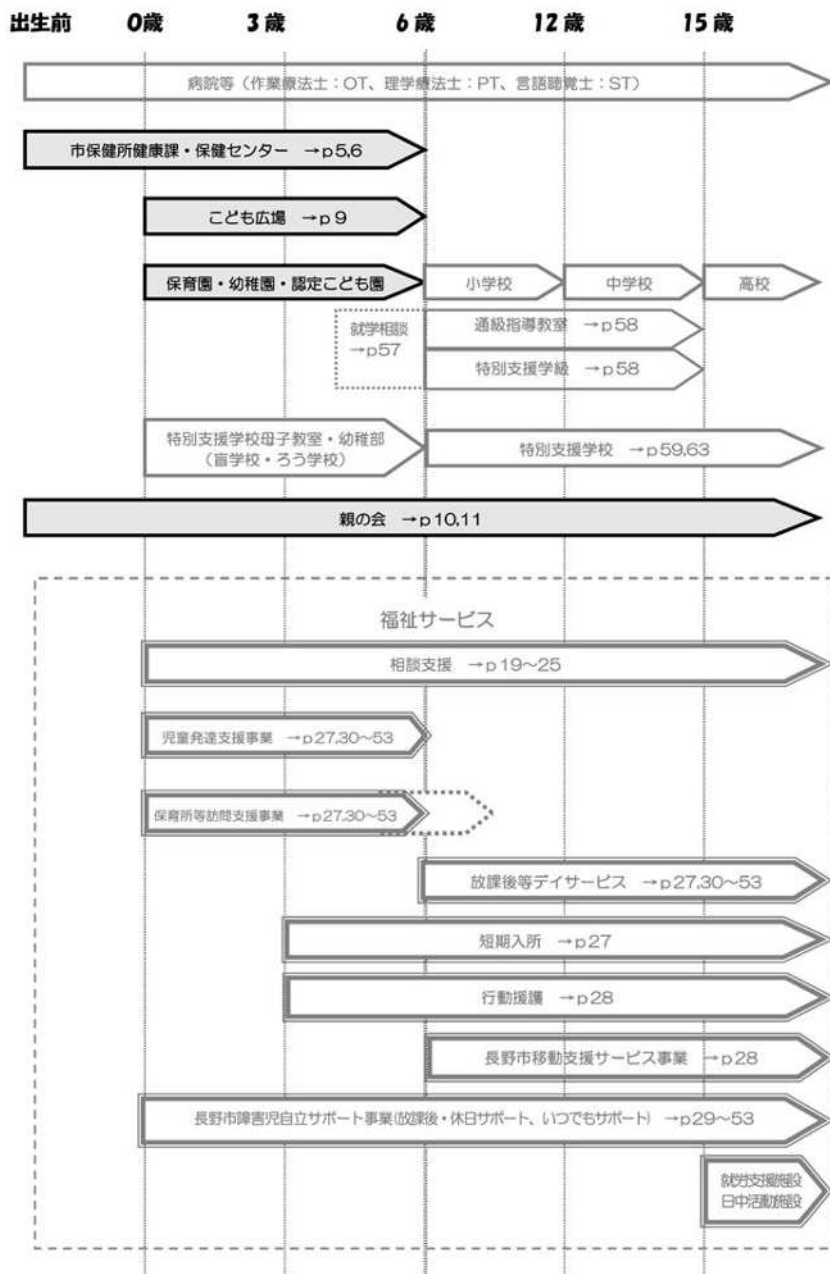


1 保健・子育て

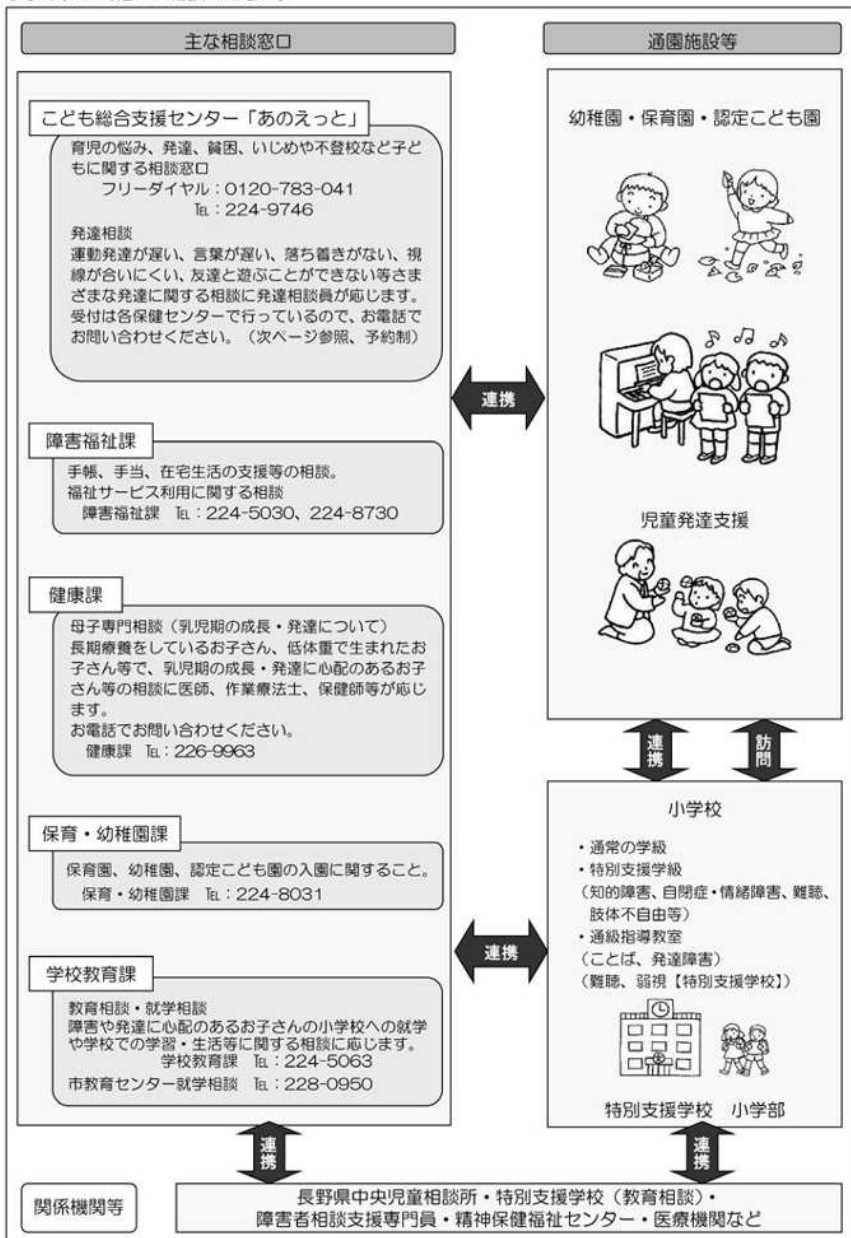


ライフステージで使えるサービス



(1)子どもの発達に不安や悩みを感じたら

まずは、お気軽にご相談ください。



(2)健康・育児・発達相談

お子さんやご家族の健康・育児・発達に関することのご相談は、お近くの保健センター等へどうぞ

名称	地区	所在地	電話
北部保健センター	第一・第二・浅川	長野市上松4丁目40番6号	259-2088
三陽保健センター	古枚・大豆島・朝陽	長野市大字西尾張部1124番地6 (三陽保健福祉センター内)	259-3434
吉田保健センター	三輪・吉田・若槻	長野市吉田3丁目22番41号 ノルテながの1階	263-7361
東部保健センター	古里・柳原・長沼	長野市大字露竹1570番地1	295-3330
西部保健センター	第三・第四・第五・ 芹田・安茂里・小田切・七二会・ 信州新町・中条	長野市大字安茂里1777番地1 (安茂里総合市民センター内)	224-1101
犀南保健センター	篠ノ井・信更	長野市里島62番地	293-8080
真島保健センター	川中島・更北	長野市真島町真島1361番地22	286-1010
松代保健センター	松代・若穂	長野市松代町東条3580番地1 (松代保健福祉センター内)	278-0021
豊野保健センター (豊野支所内)	豊野	長野市豊野町豊野624番地2	257-5871
戸隠保健センター	戸隠・芋井	長野市戸隠豊岡1550番地	254-3800
鬼無里保健センター	鬼無里	長野市鬼無里日影2750番地1 (鬼無里支所内)	256-3159
大岡保健センター	大岡	長野市大岡乙287番地	266-3110
信州新町支所	信州新町	長野市信州新町新町1000番地1	262-2201
中条総合市民センター	中条	長野市中条2383番地1	268-3004

(3)子育て応援情報

①地域子育て支援センター

保育園・認定こども園内に併設されている地域子育て支援センターでは、地域の子育てネットワークの中心になって、皆さんの子育ての応援を行っています。育児に関するアドバイスや、育児情報の提供を専門の子育て支援員等が担当します。子ども同士、親同士が交流し、情報交換もできます。お気軽にお出かけください。
(状況により、園開放時間等が変更になる場合があります。)

主な内容

- 園開放 部屋や園庭で遊びます(事前に確認の上、ご参加ください)
- 育児相談 子育てに関する不安や悩みについて、電話・面談での相談に応じます
- 地域活動の支援 親子交流・子育てサークル支援
- 保育サービスの情報提供 子育てや育児に関する様々な情報を提供します
- 詳しくは各子育て支援センターへ直接お問い合わせください

園 名 電 話	園開放	育児相談	その他
博愛保育園 (鶴賀) 227-2204	火・水・木 9:00~14:00 全年齢利用できます	◎電話相談(月~金) 9:00~16:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~16:00(予約制)	◎子育てミニ講座 ◎みんなでおしゃべり 火曜日 9:00~11:00 ◎遊びの教室 木曜日 9:00~11:00
山王保育園 (北石堂町) 228-6090	◇9:00~11:30 月・水・金:妊婦・全年齢 火・木:0歳児 ◇13:00~15:30 月~金:妊婦・全年齢	◎電話相談(月~金) 9:00~16:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~16:00(予約制)	◎子育てサークルの育成・支援(予約制) ◎遊びの広場 ◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎看護師による健康相談
りんどう保育園 (三輪) 252-7024	水・木・金 8:30~13:30 利用制限なし	◎電話相談(月~金) 8:30~13:30 ◎面接相談(月~金) 8:30~13:30(予約制) ◎食事相談(金) 15:00~16:00	◎料理・育児講座 (年間10回) ◎りんどう図書館 水~金曜 8:30~13:30 ◎りんどう支援センター予定表の発行(2ヶ月に1回)
柳町保育園 (三輪) 244-9090	◇8:45~11:45 月・金:妊婦・全年齢 火:1・2歳児 水:0歳児 木:0・1歳児 ◇13:00~15:00 月~金:妊婦・全年齢	◎電話相談(月~金) 9:00~16:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~16:00(予約制)	◎子育てサークルの育成・支援(予約制) ◎遊びの広場・ミニ講座・出前広場 ◎看護師による健康相談
杉の子あびつく 保育園 (原島) 222-0044	◇9:00~12:00 月:妊婦・0歳児 火:1歳児 木:2・3歳児 ◇13:00~15:00 月・火・木:妊婦・全年齢	◎電話相談(月~金) 9:00~17:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~17:00(予約制)	◎子育てミニ講座 ◎子育て情報の提供 ◎看護師による健康相談(予約制)
かざぐるま 保育園 (稲田) 241-5177	火・水・木 9:00~14:00 全年齢利用できます	◎電話相談(月~金) 9:00~16:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~16:00(予約制)	◎子育てミニ講座 ◎園外活動・季節の行事をその都度開催 ◎子育て情報の提供
松ヶ丘保育園 (安茂里小市) 228-6180	火・木・金 8:30~12:00 13:00~14:30 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談(月~金) 9:00~16:00 ◎面接相談(月~金) 9:00~16:00(予約制)	◎ミニ講座 ◎遊びの広場 ◎子育て情報の提供

園 電 話	園開放	育児相談	その他
東部保育園 (篠ノ井東福寺) 293-6222	月～金 9:00～11:30 13:00～15:30 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～16:00 (予約制)	◎子育てサークルの育成・ 支援 (予約制) ◎遊びの広場 ◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎看護師による健康相談
杉の子保育園 (篠ノ井西寺尾) 292-3339	◇9:00～12:00 月：全年齢 火：0・1 歳児 木：2・3 歳児 ◇13:00～15:00 月・火・木：全年齢	◎電話相談 (月～金) 9:00～17:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～17:00 (予約制)	◎ミニ講座 ◎遊びの広場 ◎子育て情報の提供
東条保育園 (松代町東条) 278-7766	月～金 9:00～12:00 13:30～15:30 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～16:00 (予約制)	◎子育てサークルの育成・ 支援 (予約制) ◎遊びの広場 ◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎看護師による健康相談
ころぼっくる こども園 (川中島町御厨) 286-6877	◇9:00～12:00 月・金：全年齢 火：Baby の日 水：0・1 歳児 木：2・3 歳児 ◇13:00～15:00 月～金：全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～16:00 (予約制)	◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎育児講座 ◎子育て情報の提供
丹波島こども園 (青木島) 284-2727	◇9:00～12:00 月：全年齢 火：1 歳半～3 歳児 水・木：Baby の日 金：1 歳～2 歳児 ◇13:00～15:00 月～金：全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:30～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:30～16:00 (予約制)	◎ミニ講座 ◎保健講座 ◎保育園行事に参加
七二会保育園 (七二会己) 229-2958	月～金 9:00～11:30 13:00～15:30 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～16:00 (予約制)	◎子育てサークルの育成・ 支援 (予約制) ◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎看護師による健康相談
豊野ひがし 保育園 (豊野町大倉) 257-6868	月～金 9:00～12:00 13:00～15:00 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～12:00 13:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～12:00 (予約制) 13:00～16:00 (予約制)	◎子育てサークルの育成・ 支援 (予約制) ◎遊びの広場 ◎ミニ講座 ◎出前広場 ◎看護師による健康相談
早月かがやき こども園 (上野) 295-6061	月～金 9:10～12:00 12:30～14:40 妊婦、全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 9:00～16:00 ◎面接相談 (月～金) 9:00～16:00 (予約制)	◎子育て情報の提供 ◎ミニ講座・出前広場 ◎看護師による健康相談 ◎子育てサークルの育成・ 支援 (予約制)
ひかり ほいくえん (榎里町下水鉾) 285-9434	月・水・金 10:00～15:00 全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 10:00～15:00 ◎面接相談 (月～金) 10:00～15:00 (予約制)	◎子育て支援講習会 ◎子育て情報の提供
フレンド こども園 (川中島町今井) 214-7039	火・水・金 10:00～15:00 全年齢利用できます	◎面接相談 (月～金) 10:00～15:00 (予約制)	◎子育て支援講習会 ◎子育て情報の提供
ほらりす (川中島町今里) 214-8470	火・木・金 10:00～15:00 全年齢利用できます	◎電話相談 (月～金) 10:00～15:00 ◎面接相談 (月～金) 10:00～15:00 (予約制)	◎子育て支援講習会 ◎子育て情報の提供 ◎看護師による健康相談

※曜日指定は平日のみ対象。園開放は事前確認の上参加してください。

②こども広場

こども広場は、主に0歳から3歳までの乳幼児と、その保護者の皆さんの遊びと交流の広場です。スタッフが子育てに関する相談に応じるほか、各種講座やイベントなども開催しています。お気軽にお出かけください。

長野市もんぜんぶら座 こども広場

じゃん・けん・ぽん

電話219-0022

◎開館時間 10:00～18:00

◎休館日 第1・3水曜日（祝日の場合はその翌日）及び年末年始（12月29日～1月3日）

◎施設 会議室のご利用は事前にお申し込みが必要です。

もんぜんぶら座2階です（プレイスペース・乳児コーナー・絵本コーナー）

小さな子どもたちがのびのびと遊べる広場です。保護者の交流の場としても活用してください。専門家による子育て相談も定期的に行っています。授乳室・お昼寝ルームも完備しています。

トイレ

子どもトイレ・親子トイレ（車イス対応）・大人用トイレ（男・女）・おむつ交換台

◎イベント・行事

折り紙教室、おはなし会、パネルシアター、ベビーマッサージ、小児科医・歯科医・助産師・栄養士による相談会など、盛りだくさんのメニューがそろっています。参加費は無料で、内容によっては実費がかかる場合もあります。

◎駐車場

①TOIGO 駐車場（じゃん・けん・ぽんご利用の方は1時間100円（3時間まで））②鍋屋田駐車場（1時間100円）が指定駐車場です。

できるだけ公共交通機関をご利用ください。JR長野駅から徒歩10分です。



長野市篠ノ井こども広場

このゆびとまれ

電話293-8860

◎開館時間 10:00～18:00

◎休館日 第2・4水曜日（祝日の場合はその翌日）及び年末年始（12月29日～1月3日）

◎施設 活動室・会議室のご利用は事前にお申し込みが必要です。

1階〈プレイルーム〉

主に0歳から3歳までの乳幼児と、その保護者の皆さんの遊び・集いの場です。遊具、絵本などを用意しています。

2階

〈活動室・会議室〉会議、育児サークル活動などに利用できます。事前の申し込みが必要となります。

〈お昼寝室・授乳室〉お昼寝や授乳ができます。乳幼児用寝具、哺乳設備を備えています。

〈飲食ルーム〉食事、おやつや飲水ができます。販売していません。

※活動室・会議室以外のご利用は事前にお申し込みが必要ありません。

トイレ

子どもトイレ・親子トイレ（車イス対応）・大人用トイレ（男・女）・おむつ交換台

◎イベント・行事

赤ちゃん体操・ママトーク・リトミックなど盛りだくさん！内容によっては、実費がかかる場合もあります。子育て相談は随時受け付けています。専門家（助産師・歯科衛生士）による相談日も設けています。

◎駐車場

駐車台数が35台です。できるだけ公共交通機関などをご利用ください。JR篠ノ井駅から徒歩7分です。



③親の会

グループ名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
長野県自閉症協会 北信地区 いとくるまの会	おしゃべりサロン 啓発活動など	児童発達支援 センター にじいろキッズ らいふ	普通よりも細かい配 慮を必要とする人の 親または支援者	E-mail : itogurumanokai@gmail.com HP : http://itogurumanokai.doorbl og.jp/
えんがわ	不定期、情報交換など	長野市	知的・身体障害の子を 抱える家族、関係者 (人と人の「縁」が「和・ 精・話」を作ります。 いろんな「わ」を大切に 繋げていきたい。)	代表 大久保さん Tel : 090-2213-5716 E-mail : engawah24@gmail.com
子どもの発達に 気になる親の会 「こもれび」	茶話会・学習会など	市内	子どもの発達に気にな る家族	代表 花石さん Tel : 090-9357-8976 E-mail : komorebi2@gmail.com
全国重症心身障害児 者を守る会 長野県支部	総会年 1 回 支部会報発行年 1~2 回 会本部間の情報交換・ 勉強会・研修会・大会 参加	長野県内	施設入所・在宅重症 心身障害児者の親 (兄弟姉妹)の会	会長 鉢呂さん 携帯電話: 090-8558-3575
長野アスペ親の会 (通称: パルパル)	親の会(親の懇談会、 子の会(子のレク) 親子の会(親子一緒に のレクなど)	児童発達支援 センター にじいろキッズ らいふ	知的発達遅れがない 自閉タイプの子どもを 持つ親を会員とする。 会員は親及び該当児 及び兄弟が会に参加 できる。	E-mail : palpalhomado@live.jp
長野市肢体不自由児者 父母の会	年 3 回会報発行、希望の 旅、行事・大会への参加	長野市障害者 福祉センター	身体障害児者を もつ親	会長 丸山さん Tel : 284-8122
長野市手をつなぐ 育成会	研修会、ピアカウンセリ ング、親なき後相談室、 通信・機関紙の発行等	長野市ふれあい 福祉センター	知的障害者の家族	長野市社会福祉協議会総務課 Tel : 225-1234
小さなお茶会	不定期でお茶会を開催 (情報交換会など)	にじいろキッズ らいふ	0 歳~小学校低学年 くらいまでの医療ケ アが必要な子どもと 家族・関係者	にじいろキッズらいふ(相談) Tel : 219-3781 Fax : 223-6011 E-mail:n.klife-wakuwaku@ nagano-shajikyo.or.jp
ひまわりの会 (長野北信地方の ダウン症親の会)	定例会(毎月)を開催、 情報交換・勉強会等、 会報発行(隔月)	長野市保健所 ハーモニー 桃の郷 サンアップル等	ダウン症児の親	長野市保健所 健康課母子保健担当 Tel : 226-9963
ブルースカイ (登校拒否を考える 親と子の会)	親の会 毎月第 3 水曜日 親子の居場所 毎週水曜日 月 1 回会報発行	長野市障害者 福祉センター	学校に 行けない(行かない) 当事者とその親	代表 松田さん Tel : 278-7223 Fax : 278-7223
子どもの発達に 悩む親の会 「ウルトラの会」	当事者グループ、情報 交換、定例会、ネット ワークづくり	須坂	発達障がいの子を 持つ親	須高地域総合支援センター Tel : 248-3750

グループ名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
長野県LD等 発達障害児者親の会 よつ葉の会	講演会・茶話会等	長野県内	発達障害児者の親	E-mail:naganoyotsubanakai @yahoo.co.jp http://ldyotsuba.naganoblog.jp/
クスクスの会 (呼吸器管理の必要な 子どもをもつ親の会)	情報交換会(年数回) 長野市ふくしネット医 療的ケア支援委員会参 加(月1回) 長野市難病・小児慢性 特定疾病対策地域協議 会参加(年1回) ネットワークづくり	にじいろキッ スらいふ	北信地域に暮らして いる呼吸器管理の 必要な子どもをもつ 父母及び家族	代表 小林さん Tel: 090-4958-3830
吃音中高生 保護者会	吃音中高生の集いを 支える	にじいろキッ スらいふ	吃音のある中高生年 代(およそ10~20 歳)の本人と親	事務局 安川さん Tel: 219-3781 (にじいろキッスらいふ相談)
長野県ことば・ きこえ親の会	親子キャンプ 学習会・相談会 県教委との懇談会	長野県内	難聴・言語障害の子 をもつ親 難聴学級・ことばの 教室の担当者	問い合わせ先 長野市内のことばの教室 (2通級指導教室の「ことばの 教室」参照)
一般社団法人 医ケアの輪	月1回程度の情報交 換、医ケア児保護者の 仕事についても検討中	Zoom や LINE グループなどの オンライン (主に長野県内)	医ケア児保護者及び 医ケアを検討中の 保護者	代表理事: 山本里江 Tel: 090-4127-5626 info@ikeanowa.site
おぶせゆうゆう さーくる	月1回のおしゃべり会 たまに親子レク	小布施町	発達や成長に心配が ある子の親	http://yuyu-c.jimdofree.com/

④支援団体

グループ名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
てんとう虫	プライベートを含む点 訳サービス点訳指導・ 体験教室ほか	長野市ふれあい 福祉センター	点訳必要な方とな ども	ボランティアセンター 片山さん Tel: 026-224-3707
※山岳ボランティア 「かつごう会」	身体障害児の登山の 補助。要請に応じて 対応しています。	—	身体障害児	代表 佐藤さん 電話: 284-8997
やまびこ会	やまびこテレフォン サービス、情報テーブ の作成、依頼された 図書の音訳・対面朗読	長野市 ボランティア センター	視覚障害児者及び 何らかの理由で読む ことが困難な方	代表 山口さん 電話: 090-5412-9348
ながの盲ろう者 りんごの会	当事者同士の交流・情報 交換、盲ろう者の障害 理解のPR、外出企画 (花見・ぶどう狩り・ 防災センター見学等)、 手話・点字などコミュニ ケーション学習	長野市内	盲ろう者 家族 視覚障害者 聴覚障害者 一緒に活動したい人	代表 上原さん 事務局: 善財さん Tel: 259-1504 Fax: 259-1504 E-mail:nagano.ringonokai@gmail.com
長野 「ひまわり号」の会	障害のある人の列車や バスで旅に出たいとい う願いを、年1回実現 する会です。 日帰り、宿泊の旅を続け て37年が過ぎました。 北は北海道、南は沖縄ま で、日本中旅をしてきま した。	長野市障害者 福祉センター	障害のある人、ボラン ティア、職歴は様々で、 会社員、主婦等々年代 も20代から80代まで、 だれもが参加できる 団体です。	代表: 渡辺さん Tel&Fax: 241-2190 090-1123-5401 事務局: 太田耕三さん

グループ名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
視覚障害者 レクリエーション会 コスモス	視覚障害者も、一緒に 遊べるレクリエーション 遊具の貸し出しや、 視覚障害者の交流会	長野市障害者 福祉センター	視覚障害者、健常者 講習会、学校、利用可 【遊具の貸出し方法】 事前に予約の上、各自 で運搬。2 週間まで 無料。	担当：松本さん、菱谷さん Tel：259-3619 (留守電に入れてください)
パスポート保護者 向け相談会	年6回 現役教師による保護者 相談会	生涯学習 センター等	発達凸凹のある 小学生～高校生位の 保護者	代表 岸上さん Tel：070-6560-8940 E-mail:vanilla0220wh@gmail.com
NPO 法人 にっこりひろば	発達、発育、食事などの相談 (随時受付/無料) グループ相談会(毎週水曜 日10時～12時、15時 ～17時)	にっこりひろば 長野市三本柳西 2丁目74	子育て、孫育て中の方 ～発達に不安のある お子様のこともご相談 いただけます～	事務局 岡宮さん E-mail:nikkorihiroba@gmail.com Tel：080-3418-0088
すずの会	障害のあるお子さんや運動 の苦手なお子さんに対し て、音楽を使いながらの びのび遊ぶ・親の交流。 自宅でもWebでのセッ ション可能です。ご希望の方 はご連絡ください。	ハーモニー 桃の郷	発達障害児及び その保護者・支援者	代 表 木内さん 連絡先 西山さん Tel：284-2217

※詳細は各団体にお問い合わせください。

⑤障害児が参加できる活動を提供しているところ

団体名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
長野県 障がい者福祉 センター サンアップル	①アップルこどもスポーツ クラブ (8月～3月) 月1回 ※スポーツ活動の入り口と して身体を動かすことを楽し みましょう。	長野県 障がい者福祉 センター サンアップル	障がいのある子ども (5歳～中学生)	長野県障がい者福祉センター Tel：295-3111 Fax：295-3511 E-mail：sunapple@avis.ne.jp
	②ムーブメント (こどもの遊び教室) (9月～11月) ※遊びを通して身体をうごか しましょう。		障がいのある子ども (5歳～小学3年生)	
	③夏休みこども水泳教室 (8月) 5回		障がいのある子ども (小学生)	
	④納涼 days (7月) ※体験会、展示、こどもの 水遊びコーナーなど		障がいのある方ない 方どなたでもご来場 いただけます。	
	⑤年末イベント(12月) ※体験会、館内ウォーク ラリーなど		障がいのある方ない 方どなたでもご来場 いただけます。	
	⑥運動あそび(1月～ 3月)		障がいのある子ども (小中学生)	

団体名	活動内容	主な活動場所	対象	代表者・連絡先
公益財団法人 長野県障がい者 スポーツ協会	日頃スポーツをする機会が少ない障がいのある子どもたちのために、キッズ支援事業として、スポーツを通じて支援	県内の運動施設	0～18歳の障がいのある子どもとそのきょうだい、その他協会が認めた方	TEL: 295-3661 Fax: 295-3662 E-mail: info@nsad.or.jp
長野市 障害者スポーツ協会	障害者スポーツの振興のため、スポーツ大会、各種講習会の開催、加盟団体の育成を行うスポーツ用具の貸し出し出前講習会の開催	長野市	障がいのある方 (中学生以上)	TEL&Fax: 266-8834
サポートハウスのびっ子	学習障害、注意欠陥多動性障害、アスペルガー症候群、高機能自閉症などの比較的軽度な発達障害のお子さんたちの健やかな成長の支えとなるよう、園に応じたきめ細やかな指導を目指す学習教室です。	サポートハウスのびっ子	比較的軽度な発達障害のある小・中学生	代表 立山さん TEL: 090-8440-4406
長野市ふれジョブを考える会	ふれジョブ（支援を必要とする子どもたちの職業体験）の実施	長野市内	支援を必要とする子 (会員は障害の有無を問わずどなたでも可)	代表 丸山さん E-mail:naganoprejob@gmail.com
NPIC 長野体育指導センター スマイル教室	マット・とび箱・リング・ボール・パラバルーン・ムーブメントスカーフなどを使い、基礎体力作りと身体の器用さを育てます。 ※入会金、年会費などありません。	長野会場 ルンビニ幼稚園 千曲会場 稲荷山くるみこども園 (千曲市稲荷山)	開催日 毎週木曜日 幼児・児童 16:45～17:45 開催日 毎週月曜日 幼児・児童 16:45～17:45	代表 依田さん TEL: 295-6632 Fax: 295-6670
D×P ビートウッズ	障害のあるお子さんとそのご家族と一緒にダンスを楽しんだり、地域のイベントや定期公演に向けて練習しています。 毎月1回日曜午前中	女性会館 しなのき	障害のある子どもとそのご家族 参加費1家族500円	代表 熊谷さん 事務局: 森と木 (担当: 小山さん) TEL: 259-9966
NPO法人プロ家庭教師のネットワーク アイウィル	寺子屋形式での学習支援。 毎月第2・4土曜日の午後	ふれあい福祉センター	小5～高校生の学習意欲のあるすべての子どもたち 1回500円	理事長 渡辺さん 事務局 上垣さん TEL: 264-2070 E-mail: iwill_info@yahoo.co.jp
SST PASPORT	年6回 子供たちが友達と楽しくふれあい囲碁や百人一首、ペーパーチャレンジなどの楽しいゲーム遊びをやる。	生涯学習センター等	発達凸凹のある小学生～高校生位	代表 岸上さん TEL: 070-6560-8940 E-mail:vanilla0220wh@gmail.com
おでかけバスポート	年4回 長野市周辺のおやきやさんやそばやさん、料理作り等の体験活動や公共交通機関を使ったおでかけをする。	長野市周辺		

※詳細は各団体にお問い合わせください。

⑥障害理解や制度の理解などの学習・研修・講座・講師派遣など

・行政関係または、委託事業で、無料（実費負担）のもの・詳細は、ホームページ、電話等でご確認下さい。

名称	内容等	連絡先
信州あいサポート運動・ あいサポーター研修	◇講座内容：障がいの特性と、必要な配慮について （内訳）信州あいサポート運動について（15分）・障がいについて理解し ましょう（DVD50分）・簡単な手話・筆談講座（10分） 計 75分 ◇派遣講師：あいサポートメッセージャー（県が養成したボランティア講師） ◇ホームページ： http://www.pref.nagano.lg.jp/shogai-shien/kenko/shogai/aisupport/supporterkensyu.html	県健康福祉部障がい者支援課 Tel：235-7105 Fax：234-2369 E-mail： fuku-shakai@pref.nagano.lg.jp
長野県発達障がい者 サポーター養成講座	◇講座内容：発達障がいについての基本的な理解 ◇講座時間：90分、または45分程度の講義 ◇派遣講師：発達障害サポーター養成講座の講師	県発達障がい者支援センター （県精神保健福祉センター内） Tel：266-0280 Fax：266-0502
長野市元気なまち づくり市政出前講座	◇派遣講師：市職員 ◇派遣対象：市民が主催する勉強会・研修会等 ◇内 容：市政に関する説明や専門知識を生かした講座等	長野市広報広聴課 Tel：224-5004 Fax：224-5102
長野県政出前講座	◇派遣講師：県職員◇派遣対象：県民の概ね20名以上のグループ ◇内容：県政が取り組む様々なテーマ、医療・福祉・環境など 暮らしに身近な話題や県が取り組んでいる課題など	県広報共創推進課 Tel：235-7110 Fax：235-7026
若者向け心の バリアフリー事業	◇対象者：高校生（学年ホームルームや保健講話等を活用） ◇内 容：心の健康や精神障がいに関する理解について ◇派遣講師：精神科疾患を経験した当事者	県健康福祉部保健・疾病対策課 Tel：235-7109 Fax：235-7170

会の活動で使える会場

※利用料、申し込み方法、内容など細かい点はお問い合わせください。【車いすトイレ有】

- | | |
|-----------------------|--|
| ■長野市障害者福祉センター | [長野市鶴賀 276-10]
電話：226-4884 FAX：226-6263 |
| ■長野県障がい者福祉センター サンアップル | [長野市下駒沢 586]
電話：295-3111 FAX：295-3511 |
| ■ハーモニー桃の郷 3F 交流ホール | [長野市川中島町今井 1387-5]
電話：285-5303 FAX：285-1908 |
| ■いつわ苑 3F 地域交流スペース | [長野市富竹 1570-3]
電話：296-1510 FAX：296-2257 |
| ■にじいろキッズらいふ | [長野市若里 6丁目 6-14]
電話：219-3780 FAX：223-6011 |

