

2004年
6月 No. 260

SINCE 1977

発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5
長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513
http://www.vnetnagano.or.jp
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp



ボランティア かわらばん

編集発行 ながのボランティアかわらばん編集委員会



地域とつながる子どもたち

・・・生徒会活動や授業での取り組み・・・



小さなナスが生む
大きな地域との輪

長野市
篠ノ井東小学校

「小森ナス」ご存知ですか

篠ノ井東小では毎年、3年生の総合学習で取り組む学習でナスを取り上げて学んでいます。このナスは、小森地区が発祥の地として知られる「小森ナス」という名の丸ナスです。地元ゆかりの丸ナスを育てて、加工する過程を通じ生徒たちが多くのことを学んでいる様子を紹介します。

この学習の特徴は、地域の大勢の方たちに関わってもらっている点です。

まず生徒は「小森ナス」を育てるにあたって、地域のおじいちゃん、おばあちゃんの中の「ナス博士」から育て方のポイントを教えてもらいます。苗を植えるのは参観日。親子で一緒に作業をします。このとき初めて「小森ナス」のこ

▼ みんながネットワーク

このかわらばんは信販販売センターのご好意で一部地域へボランティアで配付いただいています。

毎月1回発行/購読料・年間300円
[購読料は会費に含まれます]

とを知っておとなもいるそう
す。立派に育った「小森なす」
が収穫されると、こんどは地
元の漬物会社が協力をしてく
れます。どんな味付けのお漬
物に向いているのか、経験ゆ
たかなプロの知識を教え
てもらっています。生徒
たちが育てた皮がちよつ
と硬い丸ナスは、特色を
生かして粕漬けにされる
そうです。

お漬物でいっそう広がる 地域の輪

こうして地元の人々の
協力できあがった「小
森ナス」の粕漬けはとて
も好評だとか。毎年、秋に行
われる東小学校フェスティバ
ルで保護者や地域のみなさん
に披露されます。ほかに、地
域のおじいちゃんやおばあち
ゃんにもお裾分けされています。
フェスティバルでは漬物工場
長さんの講演会も行われます。
今では忘れがちな地元ゆかり
の「小森ナス」ですが、親子
でナスや地域を再認識する絶
好の機会になっているそうで
す。

多くの人々と関わるこうし
た学習を通じて、東小学校の
3年生は自分たちが住む地域

の特産品を知り、名人を知る
ことができず。小さなナス
が生む大きな地域との連携の
輪は、生徒たちにきつと大切
な何かをもたらしてくるで
しょう。



あいさつから 始まる 地域の絆

長野市
西部中学校

「一声かけ運動」の取り組み

西部中学生徒会では、毎年
テーマを決めて活動をしてい
ます。昨年度のスローガンは
「絆―創り上げよう第二の出
発点―」でした。「出かけよ
う」を合言葉に、始めた「一
言かけ運動」。学校の帰り道
に西部中近くで独り暮らしを
されているお年寄りのお宅に
出かけていき、挨拶をかわす
運動です。挨拶から始まって
お年寄りの体験談を聞いた
り、また普段ふれ合う機会

い西部中生を知っても
らうことで自分の暮ら
す地域の人たちと絆を
深めようと考えたので
す。

お年寄りにも生徒にも 楽しいひととき

運動は、毎週水曜日
の1時間ほど。短い時
間でしたが、「玄関先
での挨拶では物足りな
い。ゆつくり寄っていつてね」
とお菓子を用意して生徒たち
が来てくれるのを大変楽し
みにしているお年寄りも多
かつたようです。また、生徒の中
には足の悪いお年寄りの代わ
りにバス停の時刻表を見に行
く子供もいて大助かりだ
と好評でした。生徒たちも
「自分たちの知らない話
が聞けて楽しかった、ぜひ
また訪ねて行きたい」とう
れしそうに目を輝かせて
いました。核家族化が進
む中での交流の時間は子
供たちにとっても貴重な
ひとときとなつてい
るようです。



生徒会が推進する ボランティア活動

長野東高等学校

生徒たちが動き始めた

長野東高校では数年前から
生徒たちにボランティアに
関心を持ってもらおうと、様
々な取り組みが行われてい
ます。はじめは学校側から
働きかけだつたようですが、
今は生徒会が自主的に生徒
のボランティア活動全般をサ
ポートしているとのこと。最
最近では、善光寺三門にス
ロープを設置しようとして
活動をしたり、今年2月に
行われたスペシャルオリン
ピックスプレ大会では、お
弁当のケータリング（配膳
給仕）に参加するなどボラ
ンティア活動の輪が広がっ
ています。生徒会副会長の
渡辺君にお話をお聞きしま
した。



なかまのゆる気を コーディネート

Q 生徒会ではどのような推進をしているのですか。

A 「地域と社会に参加できる学校づくり」をしようと、



ボランティアアセンターなどから得た情報を学校のみんなに連絡しています。時間があの日頃からボランティアに携わっている人はもちろん、普段は部活や勉強に熱中している人も時間のあるときに参加してもらいたいと思っています。せっかく学校にいるのだから、広く呼びかけてみんなの力を活かしてやっていきたい。そこで、やる気のある人が誰でも登録できる制度を作り、現在60人ほどがメンバーとして登録されています。そのメンバーの中から今日はこちら

の施設の介助ボラに、こちらの大会支援にとそれぞれの都合に合わせて気軽にに行けるような体制をとっています。

Q 生徒会がコーディネーター役ですね。

A 先生がやっている場合もあるけれど、生徒同士のほうが気軽だし誘いやすいので。

Q 卒業後もボランティアにかかわっていききたいですか？

A はい。でもその前に今やるべきことは、システム作りです。今は僕たち3年生が引つ張っているけれど、卒業後も後輩たちに安心して任せられるように環境を整えることが大切だと思う。そのため



に今は1、2年生に積極的に声をかけ、参加してもらっています。その中で自然に身につけていってもらいたい。実際活動に参加すると、みんな「またやりたい！」って必ず言いますからね。この調子でみんなを巻き込んでいけたら良いと思っています。



地域の宝は 学校の宝

長野市
加茂小学校

姉妹学級での活動

加茂小学校から歩いて約10分くらいのところ、旭山の北のふもとに里島発電所があります。その里島発電所から2、3分歩くと、そこに「カタクリの群生地」が広がっています。

加茂小学校では、この「カタクリ群生地」の保護活動を10年前から続けています。学校全体の活動として4月に新入生が入学すると新しい姉妹学級で「カタクリ群生地」へ

出かけます。カタクリの絵を描いたり、観察をしたりとカタクリをめぐり活動内容はさまざまです。

課題は地域との連携

また、児童会では生活委員会が「カタクリ群生地」の木道のゴミひろい、ベンチの拭き掃除、カタクリの花の観察など群生地の環境整備をすすめています。

「カタクリ群生地」は地域の方々も大変大事に保護活動をされているそうです。

地域の方と群生地と一緒にすることもあり、そんなときはカタクリの花についていろいろと教えていただくこともあるそうです。

今現在、地域の方と連携をとっての活動はまだ出来ていませんが、今後、連携をとった活動に発展していけたらと考えているそうです。

自分たちの住む地域の大事な資源を大切に育てていこうとする子どもたちの気持ちが伝わってきました。カタクリの花は地域の宝、加茂小の宝です。





ボランティアセンター事業レポート

サマチャレ 編

みなさんはサマーチャレンジボランティアをご存知ですか？このキャンペーンは、夏の期間を利用してボランティア活動が体験できるプログラムです。100を超える施設が受入先となり協力、運営されています。そこで今年度受入を考えている施設・団体との連携を深めるため、4月27日、ふれあい福祉センターで受入先連絡会議が行われました。当日は昼と夜に分かれ、多くの施設・団体の皆さんが出席しました。今年もいっぱい素敵な出会いがあるといいですね！



サマーチャレンジボランティア2004

参加対象者 中学生以上
 ボランティア募集期間 6月21日(月)～6月29日(火)
 事前研修会 7月17日(土)
 活動体験期間 7月18日(日)～8月31日(火)
 事前研修会 9月上旬
 参加費 ¥500 (但しボランティア活動保険未加入者は保険料¥300が必要)
 定員 先着500名 (但しFAXでの申し込み、代理での申し込みは不可)

問合せ先
 長野市ボランティアセンター
 サマーチャレンジボランティア係
 TEL 026-227-3707
 FAX 026-224-1513

グリーンノート

花が咲いたら・・・



香りのよいラベンダーは、花穂を収穫して暮らしに利用できます。開花直前が収穫には最適。

今年は早くから雨の日が多く、5月晴れに映えるはずの花たちも、重たげにうつむきがち。花がら摘みもいつもよりもていねいに手を入れた方がよさそうです。盛りをすぎた花をそのままにしておくと、枯れてカビなどの病気が発生しやすくなります。また結実のために養分を使います。株を長く楽しむため、来年もまたあふれる花に出会えるよう元気な株にしておくために、花がら摘みや花後の手入れをお忘れなく。

グリーンボランティア 徳永

スタッフ日記

最近の映画は、『ジョゼと虎と魚たち』があります。「男のくせに」「女のくせに」と言われたら貴方はどんな気分ですか？怒る人、嫌な気分を抱く人様々でしょう。では、『冒険者のくせに』と言われたらどうだろう。『裸の王様』、『パリの身障者』、『世間様に顔向けができない』……。様々な人がさまざまな言葉で歩けないジョゼを形容していくこの映画は単なる福祉映画ではありません。是非一観を。『ジョゼと虎と魚たち』DVD 8月6日発売予定。原作は田辺聖子、角川文庫刊。(T)

ボランティアセンターのフロアに座り、外部からの電話、問い合わせ、来訪者などの用件に応じそれぞれの係りへの取り次ぎなどが主な活動だとのことです。

また余力で水周りの整理(戸棚・茶道具・ふきん)など縁の下の仕事

事を黙々と続けています。現在スタッフは15名、それぞれ別々のグループで忙しく動いている方達です。

紹介者 あすなるの会



よりいい会
 グループ名
 よりいい会
 第30回

あすなるの会

5 ボランティアセンターの 月分の相談現場



退職して暇になったので何かしたい

ボラ
したい

動物園で飼育係をしていた。動物の世話や子どもたちに接すること、施設の掃除のようなことでもいいが何かしたい。

→ ボランティの活動状況を伝える。動物園の様子をいろいろ話す。小学校や施設の飼育の手伝いなどができたら言いなと気持ちが出てくる。とりあえず自分の住んでいる地域の活動状況を調べながら活動につなげていくようにする。

サークルの仲間となにかしたい

Vサークルの仲間とボランティア活動をしたい。どんな活動が出来そうか話を聞きたい。

→ 長野市VCの状況をはなす。施設Vも可能だが、グループでなにか活動をしていくこともできるのでは・・
→ グループのメンバーの考えも交えながら検討していく。

子育て中の外国人母親、日本になじめない

ボラ
求む

外国人主婦を支援しているグループに相談。なかなかうまくいかない。外国人だということで見られる。と言っている。

→ ハーブの会へ相談。対応できそう

飯綱登山で6年生男児を背負ってくれる人はいませんか
飯綱登山障害を持った6年生男児を背負って登ってくれる人はいませんか。

→ 山岳ボランティアかつごう会へ相談 実施へ向けて打ち合わせ中

ふれあい福祉体験を開催するんですが

情
報
求
む

地区の支所より地区社協でふれあい福祉体験を実施するんですが、その時使用する車椅子、アイマスクなどはそちらでお借りできますか？

→ こちらで貸し出ししています。

全国盲導犬使用者の会全国交流会開催に関わる参加者の受入体制についての相談

全国盲導犬使用者全国交流会に参加する視覚障害者が自分のホテルに宿泊するとのこと。ホテルスタッフの障害者への接客の注意点などの教育や、また点字での表示の作成に協力してほしい。

→ 関われるボランティアグループと調整をとる

会の運営について困っています

活
動
上
の
情
報
求
む

会の運営を任せられるほどの能力もないが、あてにされると困ってしまう。

→ お話をゆっくりお聴きし、会員同士のコミュニケーションを取ることや、会の運営については複数の担当を決めなど、話し合ってみたらどうですか。



現
場
状
況
5
月
分

相談件数

ボランティアしたい	31件
ボランティア求む	21件
情報求む	53件
ボランティア活動支援	10件
ボランティア活動上の悩み	5件
よろず相談・悩みごと	15件
ボランティア保険・事故処理	3件
その他	6件
合計	144件

問い合わせ件数

会議室予約	312件
伝言	239件
情報提供	296件
機材貸し出し	135件
チラシ・掲示板	83件
その他	363件
受付(よりいい会等)	1109件
合計	2537件

(取りまとめ期間:4月26日～5月31日)

情報カード受付	51件
機材貸し出し	34件 233ヶ

ボランティア保険加入

ボランティア活動保険	56件
行幸用保険	10件
在宅福祉サービス総合保険	0件
送迎サービス補償保険	0件
合計	66件

催し

市民活動アドバイザー養成塾 ご近所の難題で困っている人集まれ!

難題・課題を解決したい、ご近所力を高めたい、既存の組織を活性化したい、地域でお助けネットを作りたい、地域の現状を深刻に考えている、仲間を増やしたい、今、何か気になることがある、何かしたくて悩んでいる人、大歓迎!! 先駆的で発想力のある企画には「応援金獲得」の道も開けます。

日時: 6月22日(火)~11月18日(木) 全5回
13:30~17:30

場所: 長野市ふれあい福祉センター/定員: 50名
締切: 6月19日(土) 所定の申込用紙に記入の上、
長野市ボランティアセンターへ申し込むこと
参加費: ¥2,000 (全5回)

問: 長野市ボランティアセンター TEL 026-227-3707

催し

シニアほほえみ音楽祭 歌って踊って奏でよう!!

激動の昭和を生き抜いてきた中高年の皆さん集まれ!

日時: 7月10日(土) 13:30~16:00/参加費無料
場所: ビッグハット(長野市若里)

問: NPO法人 長野音楽療法研究会 TEL 026-263-7832

催し

「悪魔の飽食」全国縦断コンサート 長野平和音楽祭第24回特別公演

音楽を通じてたくさんの人々に平和の思いを伝えよう。

日時: 7月18日(日) 14:00/場所: 長野県民文化会館
参加費: 一般¥2,000/小中高生・障害者¥1,000

問: 長野平和音楽祭実行委員会 倉島 TEL 026-233-0384

催し

月例情報市場 どなたでもご参加OK!

企業・NPO・ボランティア活動団体の情報・物品・資源の交換会。参加費無料。

日時: 6月16日(水) 15:30/場所: ふれあい福祉センター
問: ながのボランティア・市民活動支援ネットワーク

TEL 026-227-3707

催し

ガイド付きで歴史の町を巡りませんか? 伝説で巡る善光寺表参道

日時: 6月20日(日) 小雨決行

10:30にJR長野駅自由通路にお集まりください。

問: 歴史の町長野を紡ぐ会事務局 小林

TEL 026-224-2673

催し

盲目の女旅芸人『高田瞽女』講演・演劇 白鳥が翔ぶ日

貧しい時代に視覚障害を抱え、人々の温かい情けを心の杖に、逆境を乗り越えて生き抜いた瞽女の人生。

日時: 6月19日(土) 17:00開演

場所: 長野市文化センター ※視覚障害者は無料

入場: 前売¥2,500/当日¥3,000

問: 瞽女物語公演実行委員会 TEL 026-226-7777

催し

子どもの心を学ぶ会 講師: 精神科医 小林正信氏

現代の子供を取り巻く環境を踏まえ、子供を育てる大人が何を考える必要があるのか、子供の発達段階を追っての心の成長過程を学びます。

日時: 4月~8月 第1木曜日 19:00~21:00

場所: もんぜんぶら座/受講料: 各回¥1,000

問: 子どもの心を学ぶ会 渡辺 TEL 090-4463-5157



催し

ボランティアアドバイザー養成講座 「ご近所の底力」堀尾さんも登場?!

ボランティア活動者で、活動に参加したい人の気持ちを後押ししたり、活動へお誘いするボランティアアドバイザーにあなたもなってみませんか?

日時: 6月11日~10月14日 全9回講座

場所: ふれあい福祉センター/参加費: ¥2,000

締切: 6月8日迄にボランティアセンターへ電話でお申込ください。

問: 長野市ボランティアセンター TEL 026-227-3707

Fax 224-1513



催し

定例見学会のお知らせ 松代大本営を歩いてみませんか?

日時: 毎月第2日曜日/象山神社前13:20集合

問: 松代大本営保存を進める会 TEL 026-228-8415

催し

史跡案内ボランティア養成講座

善光寺表参道周辺の史跡や伝説の魅力を観光客や市民の皆さまにお伝えしています。

日時: 6月11日~8月6日 10:30~12:30

場所: もんぜんぶら座3F会議室/参加費: ¥2,000

問: 歴史の町長野を紡ぐ会 TEL 026-224-2673

催し

子どもに学ぶ家庭教育 家庭における親の役割

日時: 6月17日(木) 10:00~12:00

場所: ふれあい福祉センター/参加費無料

問: 信濃家庭教育研究所 高澤 TEL 026-234-6554

次回かわらばんは7月9日(金)発行予定です。掲載希望団体は6月23日までに原稿をお寄せください。

問: 長野市ボランティアセンター 滝沢

TEL 026-227-3707/Fax 224-1513

e-mail vc103@vmetnagano.or.jp



情報かわらばん

情報

18才までのこどもでんわ

チャイルドラインながの

なまえはいわなくていいよ

ヒツは絶対守るよ

いやになったらいつでも切っていいよ

どんなことでもいっしょにかんがえるよ

月・木 16:00~21:00

TEL 026-269-8181

問:チャイルドラインながの事務局 鈴木

TEL 080-1244-6106

情報

「信州松代 夢空間めぐり」発行へー

信州松代のまちおこしNPOが、1年間かけて歩いて開発した町歩きガイドブック。一冊¥1,000。長野市ボランティアセンターでも取り扱い中!

問:NPO法人夢空間松代のまちと心を育てる会 香山

TEL 026-278-7502

催し

携帯電話講座

携帯電話、使いこなせていますか?

トコモのインストラクターを招いて開催します。

日時:6月29日(火)

場所:もんぜんぶら座

問:生き甲斐文化研究所 TEL 026-225-0300

情報

各種助成事業

◆H16長野県NPO活動助成事業

長野県内に事務所を有するNPO法人及び市民活動団体及びボランティア団体を対象に助成。募集期間:7月9日~20日迄

問:長野県生活環境部NPO活動推進室/TEL 026-235-7189

◆わかば基金/NHK厚生文化事業団

地域で活発な福祉活動を進めているグループ対象。上限70万円。

締切:6月25日必着(郵送のみ受付)

問:NHK厚生文化事業団 TEL 03-3481-7855

催し

第6回ボランティア・市民活動文化祭

3年に一度の活動文化祭がやって来る!

今年は元大関KONISHIKIさんをお迎えしてファンタジック・ステージが行われます。

日時:7月25日(日) 13:30~16:30

場所:長野市市民会館

参加協力券:一般¥1,000

小・中・高校生¥500

※7月24日(土)宵祭開催!

問:ボランティア・市民活動文化祭実行委員会

TEL 026-227-3707

情報

FMぜんこうじ6月の出演者はだ~れ?

毎週木曜日、12:45~55、ボランティア関連情報が流れます

周波数76.5MHz.

3日 平和音楽祭実行委員長 倉島氏

10日 ボランティア連絡協議会 活動文化祭のお知らせ

17日 長野市ボランティアセンター サマチャレンジボランティア2004のお知らせ

24日 松代大本営保存を進める会 定例見学会のお知らせ

問:長野市ボランティアセンター 滝沢 TEL 026-227-3707

情報

いつも傾聴でんわ

夜の時間帯も開設しました

どんなことでも なーんでも気軽に話してください。

TEL 026-225-0404

月・土 14:00~18:00/水 14:00~21:00

問:長野市社会福祉協議会長野市ボランティアセンター

いつも傾聴電話係/TEL 026-227-3707

情報

つぼで家族の健康づくり

暮らしの文化を学びながら、体調を整えるつぼを身につけ、介護予防にも役立っていきませんか?参加費無料。

日時:6月29日(火) 13:30~15:30/締切:6月26日

問:鍼灸サポ-トセンター21 近藤 TEL 026-228-8730

情報

成年後見制度に関する相談を始めます

司法書士による来所・電話相談を受付中

日常的な金銭管理ができない場合や、成年後見制度を利用する場合等。TEL相談も開催中。TEL NO. 026-226-2035

相談日時:第3水曜日13:30~15:30

場所:長野県社会福祉総合センター

問:長野県社会福祉協議会権利擁護・相談センター

TEL 026-226-2035

情報

ガイドブックが完成しました

長野市内の全NPO法人の情報を満載

一冊¥200で販売中

問:長野市市民公益活動センター TEL 026-223-0051

求む

ふれあいまつり実行委員大募集中!

障害の有無に関係なく一市民として触れ合いませんか?

第1回実行委員会:6月14日18:30~/場所:ふれあい福祉センター

ふれあいまつり:10月3日 若里公園にて開催予定。

問:長野市ボランティアセンター TEL 026-227-3707

ラジオに出演してみませんか?
イベントのお知らせやメンバー募集、こんな活動していますなど、ラジオを使ってアピールしてみませんか?



長野市ボランティアセンター 滝沢

求む!

出会いをつくる 新鮮!! 情報紙

6月 ボランティア
かわらばん
No. 260 ながのボランティアかわらばん編集委員会

ボランティア

します!

発行所/〒380-0813 長野市緑町1714-5 長野市ボランティアセンター内
Tel:026-227-3707 Fax:026-224-1513 http://www.vnetnagano.or.jp
E-mail:volucen@vnetnagano.or.jp

求む お年よりと一緒に七夕 を見に行きませんか

権堂の七夕を見に行きませんか?

日時: 8月2, 4, 5日のいずれか

問: 老健 野沢苑 竹入・北村

TEL 026-237-3800



求む 一緒に活動してくださ る方を探しています

知的障害者の通所施設。日中の活
動や作業に、利用者と一緒に楽し
く活動してくださる方を募集。

問: いつわ苑 はなみずき

羽生田 TEL 026-296-1520

求む 当日スタッフおよび 劇団員募集中

盲目の旅芸員高田馨女の生涯を追っ
た演劇「白鳥が跳ぶ日」の出演者
及び当日スタッフを募集中。

日時: 6月19日(土)

場所: MPA 緑長野

問: 替女物語公演実行委員会

TEL 026-226-7777

求む

全国障害者問題研究会 全国大会ながの運営スタッフ

当会は'67年に障害者とその家族、医療・教育・福祉等の関係者によっ
て組織されました。長野市で開催される全国大会では、保育・参加者移
送・交通案内・物品販売・大会運営等で貴方のお力を貸してください。

日時: 8月6日(金)~8日(日)/場所: 長野市内

問: 全障研第38回全国大会準備委員会 綿貫

TEL 080-1173-6170/Fax 026-235-8277/e-mail swtnk2.avis.ne.jp

求む

携帯電話の使い方を 教えてください

シニア世代対象に携帯電話の使い方講座
を開催します。この講座で受講者のア
シストをしてくださる方を募集中。

問: 生き甲斐文化研究所

TEL 026-225-0300

求む

第25回入夏キャンプ ボランティア募集!

障害の有無に関係なく、夏の
一時を皆で助け合って過ごす
キャンプのボランティア募集中。

問: 長野市ボランティアセンター

TEL 026-227-3707

求む

私達と一緒に 活動しませんか?

精神障害者の作業所や各地の
保健所、病院などでお話相手
や散歩などを共にしています。

問: 精神保健福祉ボランティア

桐の会 TEL 026-226-6045

求む

編物の“め”を 拾ってください

視覚障害者です。趣味で編物をして
いますが「め」を落としてしまうこ
とがあります。

問: 長野市ボランティアセンター滝沢

TEL 026-227-3707

求む

あなたの出会い 体験 夢 感動を...

ふれあい福祉センター開館10周年 作品募集中

ボランティア・市民活動文化祭と、ふれあい福祉センター開館10周
年を記念して、この10年の思い出やあゆみを、エッセイや詩、
感想文などでお寄せください。作品をもとにファンタジックステ
ージを企画します。

要領: ワプロ、パソコン、手書きや点字OK! 400字詰め原稿用
紙 3枚程度。

締切: 6月20日(日)

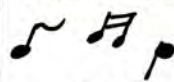
問: ボランティア・市民活動文化祭実行委員会

TEL 026-227-3707

求む

どこでも誰もが歌って踊れる そんな詩を募集します!

ボランティア・市民活動文化祭と、ふれあい福祉センター
開館10周年を記念して、市民が集う時、ボランティア
が活動するときなど、どこでも誰でも歌って踊れる
歌詞を募集中。音頭・歌謡等は自由です。



応募先: 〒380-0813 長野市鶴賀緑町1714-5

長野市ボランティアセンター内 長野市ボランティア連絡協議会

TEL 026-227-3707