

たにあいくらぶ（第2回） あたらしい「よりあい」の試み、始まります。

伊那市でのまちづくり事業の推進にあたり、気軽に集まり、ワークショップを通して対話する機会として、また、主体的に活動するきっかけとして「たにあいくらぶ」を開催します。

1 日 時 令和7年11月9日（日） 午前9時00分～12時00分

2 会 場 市民の森/こもれび広場（ますみヶ丘平地林）

3 主 催 伊那市

4 企画運営 たにあいくらぶ実行委員会

5 内 容

① あなたとわたしの森をひらく。

担当：おとわはるかさん（美術家・ライフコーチ）

参加費：1,000円（要予約・定員8名）

② 森の友だちミッケ隊！（目玉のシールで顔づくり＆ネイチャービンゴ散歩）

担当：ありちゃん（森林セラピー・子どもの森遊びガイド）

おとな200円 / こども100円（お気持ち制）（予約制・当日参加可）

＜いつでもどうぞ＞

たき火会（たき火で焼きたいものなどお持ちください！）

芋煮のふるまい（お昼頃、数量限定、無料）

your mind coffee（季節の焼き菓子と珈琲の出店）

6 その他の

少雨決行、荒天中止。

森のなかでの活動になります。汚れてもよい服装でお越しください。

イスや敷き物などの座れるものご用意をお願いいたします。

7 添付資料 有

本件に関するお問い合わせ先



伊那市役所 企画部 地域創造課
(課長) 田中 久 まちづくり推進係 (係長) 飯島 (担当) 政金
電話: 0265-78-4111 (内線) 2155
FAX: 0265-74-1250 E-mail: jkz@inacity.jp

谷あいに生きる、多様な「あなた」に会いに――

あたらしい「よりあい」の試み、始まります。



1 あなたとわたしの森をひらく。

時 間 | 10:00 - 11:30

参 加 費 | 1,000円

定 員 | 8名 (要予約)

- ① 森と出会う / からだを動かして温める
- ② 森を旅する / ペアになって目をとじて歩く
- ③ 森に還る / 森を絵やからだで表現する

担 当 | おとわはるか @otowa.h

2025年6月に伊那谷へ移住。美術家、ライフコーチ。

アートやコーチングを通して自分の内なる声に耳を澄ませ、
Wholeな自分へ戻っていくための場づくりをしています。

いつでも
どうぞ
(予約不要)

- ⌚ たき火会 | たき火で焼きたいものなどお持ちください！
- ✿ 芋煮のふるまい | お昼頃 / 数量限定 / 無料
- ✿ your mind coffee | 季節の焼き菓子と珈琲の出店

2 森の友だちミッケ隊！

目玉のシールで“顔”づくり &
ネイチャービンゴ散歩

時 間 | 10:00 - 11:00

参 加 費 | おとな 200円 こども 100円 (お気持ち制)

定 員 | なし (予約制・当日参加可)

担 当 | ありちゃん (見上有紗) @mikami.aaaaaa

森林セラピー・子どもの森遊びガイド。五感を使って、
森の小さな“たからもの”をいっしょに見つけよう！

予約

イ ベ ン ト の
ご 予 約 締 切
11月6日(木)



<https://x.gd/oW1Qz>

主催 | 伊那市 企画・運営 | たにあいくらぶ実行委員会

問い合わせ | 伊那市 地域創造課 まちづくり推進係 TEL / 0265-78-4111 (内線2155) MAIL / jkz@inacity.jp (担当: 集落支援員 政金)

た
に
あ
い
く
ら
ぶ
の
お
さ
そ
い

人はそれぞれ個性があって価値
観も事情も異なるけれど、異なったまま
でも同じ場を共有できる「よりあい」みたい
な場所をつくりたいと企画しました。

この「よりあい」では、この場所での体験や出会いを通して、見えなかった・見ようとしていた暮らしの中のモヤモヤを知って、話しても話さなくともいい場所になつたらいいなと始まりました。

そんな場をここからはじめて、これからも続けられるように、今回はワークショップとゆるやかな時間を来てくださったみなさんと過ごしたいと思います。

たにあいくらぶ



● たにあいくらぶ実行委員会

伊那谷で出会った私たち。大きな主張もないけど、こまごまと考えたり感じる日々を送る、所属や生い立ちも異なるメンバー。何かしてもしなくてもほっとしたり、安心して過ごせる「よりあい」をみなさんと作りたいと考える私たちです。