

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/こもれば広場（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

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](#)

谷あい生きる、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。



2025

11

9 Sun
(日)

9:00 - 12:00 | 小雨決行・荒天中止

会場 | 市民の森/こもれび広場 (ますみヶ丘平地林 | 駐車場: 鳩吹公園)

※森のなかでの活動になります。歩きやすい靴と、汚れてもいい服装でお越しください。

※イスや敷き物など座れるもののご用意をお願いいたします。

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な自分へ還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 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・見ようとしていなかった暮らしの中のモ

ヤモヤを知って、話しても話さなくてもいい場所になったらいい

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。