

夏のボランティア体験 サマーチャレンジ 2025

体験期間: 7月22日(火)
~8月31日(日)

こんな活動が体験できます



ボランティア団体での活動



高齢者施設・障がい者施設での活動

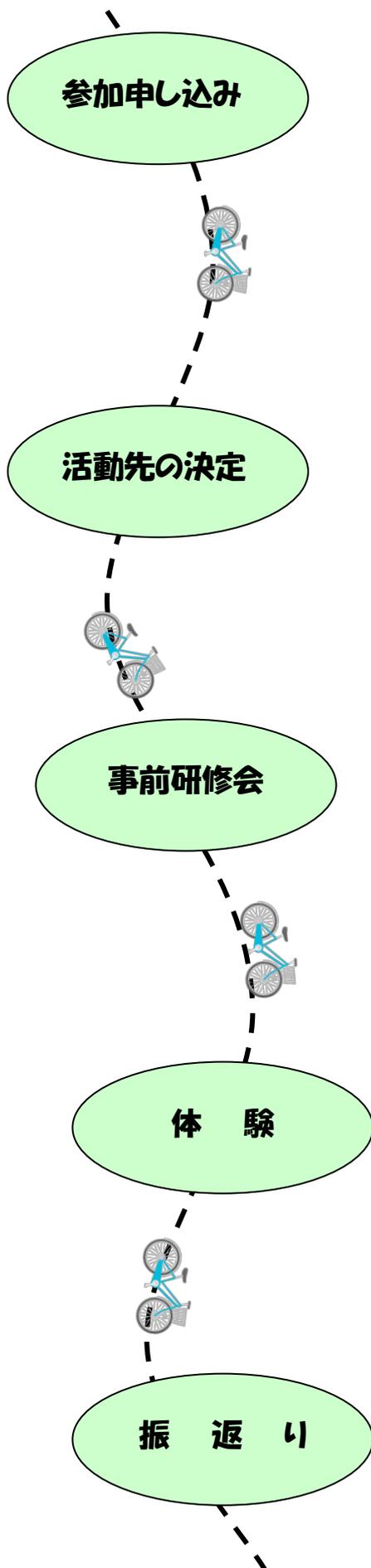


申込はこちらから



主催: 諏訪市社会福祉協議会
諏訪市ボランティア・市民活動センター
後援: 諏訪市教育委員会

体験の流れ



申し込み期間 6月1日(日)から6月20日(金)

希望の活動・日程を選び参加申し込みカードに記入し、下記まで、持参または郵送、FAXにてお申し込み下さい。

○諏訪市社会福祉協議会／ボランティア・市民活動センター
〒392-0024 諏訪市小和田19-3

TEL：54-7715 FAX：57-1231

- ・参加対象：小学生以上の方（※活動先により異なります）
- ・参加費：500円（ボランティア保険代等）

※事前研修会の際に集めます

活動先の決定

- ・先着順で活動先を決定いたします。
- ・受け入れ人数により、第一希望の活動先をご紹介できない場合もございますのでご了承下さい。
- ・後日、申し込んでいただいた皆様に活動先決定通知をお渡しします。

事前研修は必ず下記のいずれかにご参加下さい。

体験に必要な資料をお渡しします。

- ・7月10日(木) 四賀公民館

18:00~19:00

- ・7月12日(土) いきいき元気館 交流ひろば

10:00~11:00

※上記の日程で予定があわない場合は個別に対応しますのでご相談ください。

ボランティア活動 7月22日(火)から8月31日(日)

希望の活動場所によって体験可能な日程が異なりますので、一覧から活動場所・日程をご確認下さい。

2日以上の体験を目指しましょう。

体験施設体験・ボランティア団体での体験、またはその両方というように活動を自由に選んでいただくことができます。

施設での体験の場合は同じ施設で2日間以上活動して下さい。

活動の振返り（体験カードの提出）

体験最終日に、体験カードへ体験中に気がついたこと、感じたことを記入して活動先の担当者へ渡して下さい。

後日、社協職員が回収し、参加者へ体験カードをお返しします。

サマーチャレんじ2025 活動先一覧

◆◆ボランティア団体◆◆

No.	団体名	体験できる内容	対象
1	諏訪市手話サークル	手話学習、聴覚障がい者との交流	特になし
2	骨髓バンク長野 ひまわりの会	啓発グッズの袋詰めをしながら骨髓バンクを穴びましよう。	特になし
3	光の会	点字体験、発送の準備	中学生
4	SUWART(スワート)	臨床美術の理解を深め、当日は制作の様子を見学	中学生以上
5	諏訪赤十字奉仕団	広報すわを朗読してパソコンに入力する。	小学高学年以上
6	霧ヶ峰パークボランティア	名前のカードを取り付ける作業、ゴミ出し	小学3年以上
7	特定非営利活動法人 広末プロジェクト	皆で食堂、ゆめひろプレイパーク、まなび舎、日々のお	中学生
8	諏訪市ボランティア市民活動センターで行うボラン	情報メール便発送、切手整理・リサイクル封筒作り	特になし
9	さわやか！諏訪湖畔のゴミ拾い、すわっこいきいき体	ゴミ拾いをした後、石彫公園でいきいき体操	特になし
10	花火大会翌日のゴミ拾い	諏訪湖の花火大会の翌日、ゴミ拾いをします。	特になし
11	花の輪編集委員会	花の輪の記事の作成、花の輪編集委員会への参加	特になし
12	ボランティア市民活動センター 思いやり部会・防災運動会	防災運動会の準備と運営スタッフ	誰でも
13	ライフドア 認知症サポーター	専門職、地域の方と交流しながらカード等の制作	特になし
14	ライフドア 認知症カフェ	認知症、その家族の方と交流	特になし

◆◆高齢者関係施設◆◆

No.	施設名	体験できる内容	対象
15	デイサービス 湯の里	利用者との会話、お茶だし	特になし
16	リハビリデイサービス いずみ	高齢者と交流	高学年
17	特別養護老人ホーム ふくろうの森	レク手伝い	中学生以上
18	かりんの里 デイサービスセンター あおぞら	利用者との交流、レク参加	相談
19	グループホーム こまくさの森	利用者の方と調理、洗濯、掃除	小学生以上
20	デイサービス 西山の里	利用者の方とお話をしたり、お茶をだしたり	特になし
21	デイサービス 聖母憩の家	利用者の方の傾聴、レク手伝い、配膳・下膳	中学生以上
22	宅幼老所 あやとり	レク、散歩、ドライヤー、配膳・下膳	特になし
23	通所介護 こころ高島	ホール手伝い、傾聴	特になし

◆◆障がい者関係施設◆◆

24	諏訪市障がい者デイサービスセンター	利用者との会話、入浴見守り、配膳	特になし
25	福祉事業所 さざなみ	利用者と一緒に作業	中学生以上
26	森の工房あかね舎	活動を通して障害のある方と交流、ものづくり	中学生以上
27	児童発達支援センター この街学園	0～6歳までの子どもと遊ぶ、掃除など	中学生以上
28	この街きつず学園放課後等デイサービス	6～18歳までの子ども達と遊ぶ。制作、掃除、消毒など	中学生以上

◆◆子ども関係施設◆◆

No.	施設名	体験できる内容	対象
29	諏訪市児童センター	利用者との関わり、職員の補助、遊具などの消毒	中学生以上
30	すわせいぼ幼稚園	水遊びの準備片付け	高校生以上
31	ひなどり保育園	未満児の保育	中学生以上
32	諏訪市立きみいち保育園	子ども達と安全に遊ぶ	小学生不可
33	諏訪市立城北保育園	園児と遊び、保育士の手伝いをする	保育に興味ある方
34	神戸保育園	園児と遊んだり保育の手伝いをする	土日祝は不可
35	四賀保育園	園児達と遊ぶ、見守り、消毒、保育準備	中学生以上
36	文出保育園	園児達と遊ぶ、清掃、準備等の手伝い	中学生以上
37	角間川保育園	園児達と遊ぶ等	特になし

ボランティア団体

1 諏訪市手話サークル（担当：袖岡）

- 活動内容 手話学習、聴覚障がい者との交流
- 活動日時 7/24、8/7,21,28 いずれも19:30~20:30
- 活動場所 総合福祉センター 湯小路いきいき元気館 交流ひろば
- 受入条件 特になし
- 受入人数 特になし ●持ち物 特になし
- その他 手話に興味のある方、聴覚障がいについて知りたい方大歓迎です。
8/28のみ会議室1になります。

2 骨髄バンク長野 ひまわりの会（担当：笠原）

- 活動内容 啓発グッズの袋詰めをしながら骨髄バンクを学びましょう。
- 活動日時 7/26 or 8/2 両日とも 13:00~15:00
- 活動場所 総合福祉センター 湯小路いきいき元気館
- 受入条件 誰でもOK
- 受入人数 何人でもOK
- 持ち物 特になし。
- その他

3 光の会（担当：原）

- 活動内容 点字体験、発送の準備
- 活動日時 8/1 13:30~14:30
- 活動場所 ふれあいの家
- 受入条件 中学生
- 受入人数 1日4名
- 持ち物 筆記用具
- その他

4 SUWART（スワート）（担当：小島）

- 活動内容 打合せで臨床美術の理解を深めて、それを踏まえ、講座当日は制作の様子を見学予定。
プログラムは「夏色ドローイング」
- 活動日時 7/29 9:00~12:00 打合 7/26or27or28 60~90分（試作体験）
- 活動場所 総合福祉センター 湯小路いきいき元気館
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数
- 持ち物 アートが苦手の方も新鮮な体験をして頂けると思います。
- その他 特になし

5 諏訪赤十字奉仕団朗読班（担当：小松）

- 活動内容 広報すわを朗読して、パソコンに録音する。
- 活動日時 7/30 10:00~12:00
- 活動場所 諏訪市図書館
- 受入条件 小学校高学年以上
- 受入人数 5名
- 持ち物 筆記用具・飲み物
- その他 8月号の広報が届いていたら読んで来て下さい。

6 霧ヶ峰パークボランティア (担当：有賀)

- 活動内容 7/28 園地に咲く花につける名前のカードをとりつける作業
8/11 園地に生えている外来植物のぬきとり、ゴミ出し
- 活動日時 7/28・8/11 9:30~12:00 ※雨天中止
- 活動場所 霧ヶ峰自然保護センターとその周辺
- 受入条件 小学3年生以上
- 受入人数 1日5名まで
- 持ち物 筆記用具、長袖長ズボン、のみもの、軍手、帽子、日焼け、歩きやすい靴
- その他 顔を映さず当センターのフェイスブックやホームページに掲載します。

7 特定非営利活動法人 広末プロジェクト (担当：石城)

- 活動内容 みんなで食堂、ゆめひろプレイパーク、まなび舎無料夏期講習、まなび舎、日々のお弁当
- 活動日時 食堂 (7/27 8/31 10時~14時) ゆめひろ (8/6 10時~16時)
無料講習 (8/2,3,4,5 9時30分~12時20分)
お当番活動 (開館日7/23,30 8/6,20,27 12時30分~15時30分 15時30分~18時30分)
まなび舎 (7/23,30 8/6,20,27 17時30分~18時30分)
- 活動場所 みんなの居場所ゆめひろ ●受入人数 特になし
- 受入条件 中高生
- 持ち物 内容によりそれぞれ

ボランティア・市民活動センター (担当：林)

日にちによって、受入条件とプログラムが異なりますので、お気をつけください。

8 ◎諏訪市ボランティア・市民活動センターで行うボランティア

- 活動日時、人数、内容

	日時	人数	プログラム内容
8/1	10:00~11:30	2名程度	情報メール便発送ボランティア
8/8	10:00~11:30	5名程度	切手整理・リサイクル封筒づくり

- 活動場所 総合福祉センター 湯小路いきいき元気館3階 ●受入条件 どなたでも

9 ◎さわやか！諏訪湖畔のゴミ拾い×すわっこいきいき体操

- 活動内容 湖畔のゴミ拾いをしたあと、石彫公園で、すわっこいきいき体操をしましょう！
ボランティア活動初めての方、大歓迎！
- 活動日時 7/31 9:00~10:30
- 活動場所 諏訪湖畔
- 受入条件 特になし
- 受入人数 特になし
- 持ち物 帽子、軍手、必要な方は飲み物 ●その他 雨天時は中止です。

10 ◎花火大会翌日のゴミ拾い

- 活動内容 諏訪湖の花火大会の翌日、ゴミ拾いをを行います。
- 活動日時 8/16 6:00~7:00
- 活動場所 諏訪湖畔
- 受入条件 特になし。
- 受入人数 特になし。
- 持ち物 軍手・帽子
- その他

11 ◎花の輪編集委員会

- 活動内容 花の輪の記事の取材と記事の作成・花の輪編集委員会の参加会
 - 活動日時 8/4 13:00～15:00
 - 活動場所 諏訪市ボランティア・市民活動センター
 - 受入条件 特になし。
 - 受入人数 2名
 - 持ち物 筆記用具
 - その他
-

12 ◎ボランティア・市民活動センター 災害思いやり部会

- 活動内容 防災運動会の準備と当日の運営スタッフをお願いします。
一緒に楽しく防災について考えましょう！
 - 活動日時 準備：7/28 10:00～12:00 当日：8/3 9:00～12:00
 - 活動場所 いきいき元気館
 - 受入条件 誰でもOK！
 - 受入人数 2名
 - 持ち物 筆記用具
 - その他
-

13

◎ライフドアすわ 認知症サポーター

- 活動内容 専門職、地域の方と交流しながらカード等の制作
 - 活動日時 8/5 10:00～12:00
 - 活動場所 諏訪市医師会館 検診センター
 - 受入条件 特になし。
 - 受入人数 10人
 - 持ち物 筆記用具、飲み物
 - その他
-

14

◎ライフドアすわ 認知症カフェ

- 活動内容 受付、認知症の方、その家族の方と交流
 - 活動日時 8/19 12:30～15:00
 - 活動場所 諏訪市医師会館 検診センター
 - 受入条件 特になし。
 - 受入人数 10人
 - 持ち物 筆記用具
 - その他
-

高齢者関係施設

15 **デイサービス 湯の里** TEL 57-1800 FAX 57-3800

担当 矢島 住所 諏訪市大字四賀2213-1

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	×	×			
8月					×	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	×	×	×

- 活動内容 利用者との会話、お茶出し
- 活動時間 10:00～15:00
- 受入条件 特になし
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、飲み物、弁当
- 交通機関 かりんちゃんバス「上赤沼」
- その他

16 **リハビリデイサービス いずみ** TEL 52-1677 FAX 52-5678

担当 宮下 住所 諏訪市上川1-1544

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

- 活動内容 高齢者との交流
- 活動時間 10:00～16:00
- 受入条件 高学年
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 飲み物、昼食
- 交通機関
- その他 得意なものを活かして活動して下さい。

17 **特別養護老人ホーム ふくろうの森** TEL 53-5577 FAX 54-2255

担当 川瀬 住所 諏訪市四賀2398-1

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

- 活動内容 レクの手伝い
- 活動時間 13:30～17:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1～2名
- 持ち物 上履き、飲み物
- 交通機関
- その他 高齢者の方とのコミュニケーション好きな方お待ちしております。

18 **かりんの里デイサービスセンター
あおぞら** TEL 54-2210 FAX 54-2215

担当 今井 住所 諏訪市四賀桑原861

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	×	×	×	×			
8月					×	2	×
	4	5	6	7	8	9	×
	11	12	13	14	×	16	×
	18	19	20	21	22	23	×
	25	26	27	28	29	×	×

- 活動内容 利用者との交流、レクリエーション参加
- 活動時間 9:00～15:30
- 受入条件 相談
- 受入人数 1日2名まで
- 持ち物 上履き、弁当
- 交通機関 四賀出張所バス停車 徒歩2分
- その他

19 グループホーム こまくさの森

TEL 53-8811 FAX 53-8815

担当 秋山 住所 諏訪市中洲5924

- 活動内容 利用者の方達と一緒に調理 洗濯、掃除
- 活動時間 10:00~13:00
- 受入条件 小学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、水筒、お弁当、タオル
- 交通機関
- その他 動きやすい服装

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	×	×	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

20 デイサービス 西山の里

TEL 56-1700 FAX 57-1711

担当 藤森 綾子 住所 諏訪市湖南4016-1

- 活動内容 利用者の方とお話したりお茶を出したり
- 活動時間 10:00~15:00
- 受入条件 特になし
- 受入人数 1日1~2名
- 持ち物 上履き、水筒、お弁当
- 交通機関
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	13	14	15	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

21 デイサービス 聖母憩の家

TEL 52-1594 FAX 52-2252

担当 小林 住所 諏訪市大和1-5-7

- 活動内容 利用者さんの傾聴、レク手伝い、配膳・下膳など
- 活動時間 8:30~15:30
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、エプロン、お弁当
- 交通機関 かりんちゃん子バス 聖母寮前 下車0分
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					×	×	×
	4	5	×	7	8	×	×
	11	12	×	14	×	×	×
	18	19	×	21	22	×	×
	25	26	×	28	29	×	×

22 宅幼老所 あやとり

TEL 52-6229 FAX 52-6229

担当 赤沼 住所 諏訪市小和田9-6

- 活動内容 レク、散歩、ドライバー、配膳・下膳など
- 活動時間 9:00~16:00
- 受入条件
- 受入人数 1日2名
- 持ち物
- 交通機関
- その他 食事は、あやとりで注文することも可（無料）

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	26	×
	28	29	30	31			
8月					1	2	×
	4	5	6	7	8	9	×
	11	12	13	14	×	16	×
	18	19	20	21	22	23	×
	25	26	27	28	29	30	×

23

通所介護 ころろ高島

TEL 54-5564 FAX 54-5561

担当 小川 住所 諏訪市高島3-1300-1

- 活動内容 ホール手伝い、傾聴
- 活動時間 9:00~16:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 お弁当、上履き、エプロン、飲み物
- 交通機関 アルピコ交通長野日報前 徒歩2分
- その他 お弁当持参出来ない場合は前日までにご連絡あれば給食も可能

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×			
8月					1	2	3
	4	5	6	×	8	9	10
	11	12	13	×	15	16	17
	18	19	20	×	22	23	24
	25	26	27	×	29	30	31

障がい者関係施設

24 諏訪市障がい者デイサービスセンター

TEL 54-7712 FAX 54-2725

担当 甲斐 住所 小和田19-3

- 活動内容 利用者との会話、入浴見守り、配膳
- 活動時間 9:00~16:00
- 受入条件 特になし
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 飲み物、上履き、タオル、弁当
- 交通機関 かりんちゃんバス
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	11	12	13	14	×	×	×
	×	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

25

福祉作業所 さざ波の家

TEL 52-3649 FAX 52-3649

担当 近藤 住所 諏訪市清水3丁目3663番地

- 活動内容 利用者と一緒に作業
- 活動時間 8:30~12:00
- 受入人数 1名
- 受入条件 中学生以上
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物
- 交通機関 かりんちゃんバス 清水町野球場前
- その他 利用者さんと一緒に作業しよう！お弁当は不要。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	×	×	×	×			
8月					×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×

26

森の工房あかね舎

TEL 55-7230

FAX 55-5593

担当 井上・佐藤

住所 諏訪市中洲5244-2

- 活動内容 活動を通して障がいのある方と交流物づくり、
- 活動時間 ①9:30~12:00 ②12:30~15:30 ③9:30~16:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日1~4名
- 持ち物 上履き、水筒、タオル、昼食など
- 交通機関 かりんちゃんバス 福島入り口より徒歩5分
- その他 明るく元気な方が多いです。
食事は1食600円（おやつ含む）

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	26	27
	28	29	30	31			
8月					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15	16	17
	18	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

27

児童発達支援センター この街きっず学園

TEL 58-2349 FAX 同様

担当 田中 住所 諏訪市大字四賀 388-7

- 活動内容 0~6歳までの子ども達と遊ぶ、そうじ等
- 活動時間 9:00~16:00
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、帽子、エプロン、タオル、着替え、弁当水筒
- 交通機関 路線バス「白狐入口」下車5分
- その他 着替えがあると安心。7/24,25中学生の職場体験の受入可能性あり。8/18,19は9:00~13:30受入可能。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	△	△	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	△	△	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

28

この街きっず学園
放課後等デイサービス

TEL 58-2349

住所 諏訪市大字四賀388-7

- 活動内容 6~18歳までの子ども達と遊ぶ、制作、そうじ、消毒
- 活動時間 7/25~8/20 9:00~16:00 その他15:00~18:30
その他15:00~18:30
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 1日2名まで
- 持ち物 上履き、帽子、エプロン、お弁当、水分、タオル
- 交通機関 路線バス「白狐入口」下車徒歩5分
- その他 着替えがあると安心です。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	5	6	7	8	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	23	×
	25	26	27	28	29	×	×

子ども関係施設

29 諏訪市児童センター TEL 54-7714 FAX 54-7724
 担当 細井 住所 諏訪市小和田19-3

- 活動内容 利用者との関わり、職員の補助、館内・遊具の消毒
- 活動時間 9:30~17:00 (左の時間内の4~8時間)
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 1日1名
- 持ち物 タオル、飲み物、動きやすい服装、昼食(お昼またぐ場合)
- 交通機関 かりんちゃんバス「総合福祉センター」下車すぐ
- その他 0~18才とその保護者を対象とした施設です。様々な年齢の利用者と関わることになります。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	×	29	30	31			
8月					1	×	×
	×	5	6	7	8	×	×
	×	12	13	14	×	×	×
	×	19	20	21	22	×	×
	×	26	27	28	29	×	×

30 すわせいぼ幼稚園 TEL 52-2339 FAX 52-3115
 担当 矢澤・八幡 住所 諏訪市湖畔通り
 4-1-36

- 活動内容 水遊びの準備、片付け、手伝い
- 活動時間 9:00~15:00
- 受入条件 高校生以上 ●受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、帽子、お弁当、飲み物、水着(濡れても良い服)タオル
- 交通機関
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	×	×	×	×	×
		28	29	30	31		
8月					1	×	×
		4	5	6	7	8	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×

31 ひなどり保育園 TEL 53-2408 FAX 53-3677
 担当 小口 住所 諏訪市高島4-1475

- 活動内容 未満児の保育
- 活動時間 9:30~12:00
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 1日2名
- 持ち物 エプロン2枚(保育用、食事用)、避難靴、飲み物、タオル、帽子
- 交通機関 保護者による送迎、自転車、徒歩
- その他 上履きは履かずに靴下ですごします。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	23	×	×	×	×
	×	×	×	×			
8月					×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×

32 諏訪市立きみいち保育園 TEL 58-3976 FAX 58-3976
 担当 金子 住所 諏訪市中洲下金子
 4067-2

- 活動内容 子どもと一緒に安全に遊ぶ
- 活動時間 7:20~16:30
- 受入条件 小学生は不可 ●受入人数 1名
- 持ち物 動きやすい服装、エプロン、三角巾
- 食事 給食、おやつ、一日360円
- 交通機関
- その他 濡れてもいい服、着替え、水筒、タオル等

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	×	×	26	27
	×	×	×	×			
8月					×	2	3
		4	5	6	7	8	9
		11	12	×	×	×	17
	×	×	×	×	×	23	24
	×	×	×	×	×	×	31

33

諏訪市立城北保育園

TEL 52-0127 FAX 52-0172

担当 関 住所 諏訪市大和
3-20-20

- 活動内容 園児と遊んだり保育士の手伝いをします。
- 活動時間 8:20~16:30
- 受入条件 保育士の仕事に興味がある方
- 持ち物 運動する服装、エプロン2枚、三角巾1枚、着替え、水着、中履き、水分、帽子
- 受入人数 2名
- 食事 給食、おやつ代 一日370円
- 交通期間

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	×	×
	×	×	30	31			
8月					×	×	×
	×	×	6	7	×	×	×
	×	12	×	×	×	×	×
	×	19	20	21	×	×	×
	×	×	27	28	×	×	×

34

神戸保育園

TEL 53-7671 FAX 53-7671

担当 小松 住所 諏訪市四賀2994

- 活動内容 園児と遊んだり保育士の手伝いをします。
- 活動時間 8:20~16:30
- 受入条件 ×と土日祝日を除く ●受入人数 2名程
- 持ち物 食事用エプロン・三角巾・マスク・中履き
- 食事 給食、おやつ代 一日370円（おつりが無いように初日に下さい）
- 交通機関

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	×	×	26	27
	×	×	×	×			
8月					×	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	×	×	×	×	×	16	17
	18	19	×	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

35

四賀保育園

TEL 52-1482 FAX 52-1482

担当 名取 住所 諏訪市四賀普門寺410-1

- 活動内容 園児達と遊び、見守り、清掃、整備管理、保育準備
- 活動時間 8:30~16:30
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 3名
- 持ち物 上履き・帽子・タオル・水遊び衣類・水筒・給食用エプロン・
- 食事 給食おやつ有（1日365円ご用意して下さい）
- 交通機関
- その他 汚れても良い服装で。必ず守秘義務をお守り下さい。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		22	23	24	25	26	27
	28	×	×	31			
8月					1	2	3
	4	5	6	7	8	9	10
	11	×	×	×	×	16	17
	×	19	20	21	22	23	24
	25	26	27	28	29	30	31

36

文出保育園

TEL 58-5970 FAX 58-5970

担当 名取 住所 諏訪市四賀文出1324-1

- 活動内容 園児達と遊び、清掃、準備等の手伝い
- 活動時間 8:20~16:30
- 受入条件 中学生以上 ●受入人数 1名
- 持ち物 上履き、水筒、エプロン2枚、三角巾、動きやすい服、着替え、マスク
- 食事 昼食、おやつあり（料金自己負担）
- 交通機関 自転車、バス、自家用車
- その他 体調が悪い場合は連絡下さい。

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	×	×	25	×	×
	28	29	30	31			
8月					1	×	×
	4	×	6	×	8	×	×
	×	12	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	×	×	×	×	×	×	×

- 活動内容 園児達と遊ぶ等
- 活動時間 8:20~16:00
- 受入条件 ●受入人数 1日2名まで
- 持ち物 動きやすい服、上履き、濡れても良い服、エプロン、三角巾
帽子、水分補給、タオル
- 食事 給食（給食費を徴収します）320円
- 交通機関 上諏訪駅 徒歩15分 正願寺近く
- その他 土日は閉園しています。

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		22	23	24	25	×	×
	28	29	30	31			
8 月					1	×	×
	4	×	×	7	8	×	×
	11	×	×	×	×	×	×
	18	19	20	21	22	×	×
	25	26	27	28	29	×	×

諏訪市以外の諏訪エリアでのボランティアを希望される方は
下記の社会福祉協議会へお問合せ下さい。

岡谷市社会福祉協議会	0266-24-2121
原村社会福祉協議会	0266-79-7228
茅野市社会福祉協議会	0266-73-4431
富士見町社会福祉協議会	0266-78-8986
下諏訪町社会福祉協議会	0266-27-8886

諏訪市ボランティア・市民活動
イメージキャラクター



ここぴい

「夏のボランティア体験 サマーちゃれんじ 2025」

諏訪市社会福祉協議会／ボランティア・市民活動センター

〒392-0024 諏訪市小和田 19-3

TEL 0266-54-7715 FAX 0266-57-1231

参加申込カード

締切 6月20日(金)

ふりがな		学校名 ・ 勤務先	
氏名			(学年 年)
ふりがな		電話番号	
現住所	〒		
生年月日	年 月 日 (歳)		

高校生以下の方は保護者の同意をお願いします。

「サマーチャレンジ2025」に参加する事に同意します。

保護者氏名 続柄 ()

緊急時の連絡先(保護者の連絡先)

(氏名) 続柄 () 携帯電話番号:

(職場) 職場電話番号:

※ご記入いただいた個人情報については、ボランティア保険加入にかかわる保険会社への情報提供や緊急時の連絡、活動先との調整以外に使用いたしません。

●事前研修に参加する日にチェックをしてください。(現在の予定で構いません。いずれかの日程で必ずご参加下さい。)

7月10日(木) 四賀公民館 (四賀桑原804-3) 18:00~19:00

7月12日(土) いきいき元気館(小和田19-3) 10:00~11:00

●希望する活動形態についてチェックをしてください。

1か所での活動を希望 (記入例A)

2か所以上での活動を希望 (記入例B)

記入例A 1か所でのみ体験を希望する場合

	番号	活動先名	活動希望日
第1希望	3	光の会	8月1日(金)

記入例B 2か所以上での体験を希望する場合

	番号	活動先名	活動希望日
第1希望	15	テイサービス 湯の里	8月4日(火)、5日(水)
	31	ひなどり保育園	7月23日(水)

※活動は自由に組み合わせることが出来ます。

ただし、施設での体験はなるべく同じ施設で2日間以上活動して下さい。

希望する活動先(施設での体験/ボランティア団体での体験/その両方)、希望日を記入して下さい。

※必ず第3希望まで記入して下さい。

	番号	活動先名	活動希望日
第1希望			
第2希望			
第3希望			

※申込者全員に後日、活動先決定通知をお渡し致します。

※アレルギーや障がいなど、配慮が必要な場合は、事前に諏訪市社会福祉協議会までお知らせください。

※FAXでお申込みいただいた際は、確認のお電話を一本頂くようにお願いします。(送信ミス防止の為)