

夏のボランティア体験 サマーチャレンジ 2026

体験期間: 7月21日(火)

~8月31日(月)

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

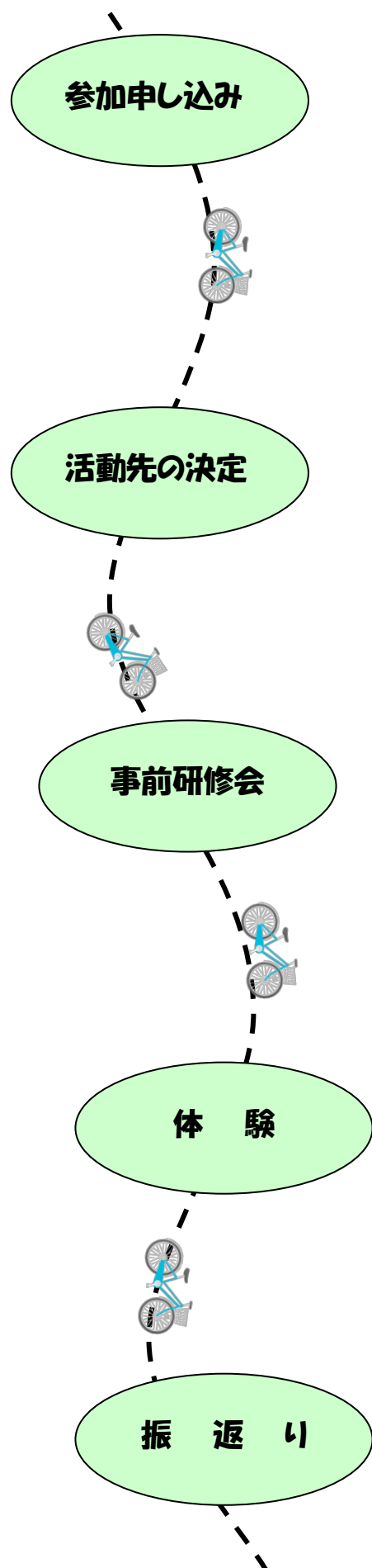


主催: 諏訪市社会福祉協議会

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(月)から6月17日(水)

希望の活動・日程を選び Google フォームまたは参加申し込みカードに記入し、下記までお申し込み下さい。

○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郵送します。

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8日(水) いきいき元気館 交流ひろば
18:00~19:00

・7月9日(木) いきいき元気館 交流ひろば
18:00~19:00

※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21日(火)から8月31日(月)

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。

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。

サマーチャレンジ2026 活動先一覧

◇◆ボランティア団体◆◇

No.	施設名	体験できる内容	対象者
1	霧ヶ峰パークボランティア	植物に名前のカードを取り付ける作業・ゴミ拾い	小学3年以上
2	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
3	諏訪市赤十字奉仕団朗読班	広報すわを朗読しパソコンに録音する	小学5年以上
4	諏訪赤十字奉仕団 点訳班「光の会」	視覚障がい者の方への広報の発送・点字体験	中学生以上
5	さわやか信州レクリエーション協会	高齢者と一緒にレクリエーション	小学5年以上
6～ 10	みんなの居場所ゆめひろ (NPO法人末広プロジェクト)	・みんなで食堂・ゆめひろプレイパーク・まなび舎 ・夏期無料補習・通常業務のお手伝い	中学生以上
11	信州子ども食堂with温泉寺	子ども食堂の準備や片付け・食材配布など	中学生以上
12	骨髄バンク 長野ひまわり会	ひまわり会の活動を知る・啓発グッズの袋詰め	特になし
13	赤い羽根共同募金募金箱を作ろう！	赤い羽根共同募金について学ぶ・募金箱作り	特になし
14	さわやか！ 諏訪湖畔のゴミ拾い×すわっこいきいき体操	湖畔のゴミ拾いとすわっこいきいき体操	
15	花の輪編集委員会	花の輪の取材・記事の作成・委員会参加	
16	ライフドアすわ	認知症について学ぶ・認知症啓発グッズ作り	
17	ライフドアすわ	認知症カフェでのお手伝い・地域の方との交流	
18	花火大会翌日のゴミ拾い	諏訪湖の花火大会の翌日のゴミ拾い	

◇◆高齢者・障がい者施設◆◇

No.	施設名	体験できる内容	対象者
19	諏訪市障がい者デイサービスセンター	利用者さんとのお話・お茶入れ・ゲームなど	特になし
20	デイサービスセンター 湯の里	利用者さんとのお話・お茶出し・ドライバーなど	中学生以上
21	デイサービスセンター 西山の里	利用者さんとのお話・お茶出しなど	特になし
22	介護老人保健施設 かりんの里	配膳下膳・レクリエーション活動参加・ドライバー	中学生以上
23	リハビリデイサービスいずみ	利用者さんとのお話・レクリエーション活動参加	特になし
24	かりんの里デイサービスセンター あおぞら	利用者様との交流・レクリエーション参加	要相談
25	通所介護こころ高島	デイルーム内でのお手伝い・利用者さんとのお話	中学生以上
26	特別養護老人ホーム すばらしき仲間たち	利用者さんとのお話・シーツ交換など	特になし
27	養護老人ホーム 聖母寮	清掃・お話相手・食事補助	中学生以上
28	諏訪市福祉作業所 さざ波の家	利用者と一緒に生産活動	高校生以上

◇◆子ども関係施設◆◇

No.	施設名	体験できる内容	対象者
29	諏訪市児童センター	利用者との関わり・職員補助など	中学生以上
30	すわせいぼ幼稚園	水遊びの準備・片付け・保育の手伝い	高校生以上
31	片羽保育園	幼児との関わり・保育準備・片付けなど	中学生以上
32	城南保育園		
33	中洲保育園		
34	こなみ保育園		
35	豊田保育園		
36	四賀保育園		
37	神戸保育園		
38	角間川保育園		
39	きみいち保育園		
40	一般法人くるみ 放課後等デイサービス みのり		
41	この街福祉会 児童発達支援センター この街きっず学園	子どもたちと遊ぶ・製作・掃除など	
42	この街福祉会 児童発達支援センター 放課後等デイサービス ふ～もん		

ボランティア団体

1 霧ヶ峰パークボランティア（担当：有賀）

- 活動内容 ①センター前の園地に咲く花々につける植物の名前カードを取り付ける作業
②センター前の園地に生えている外来植物の抜き取りやゴミ拾い
- 活動日時 ①7月30日（木） ②8月11日（火・祝） いずれも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（未成年は保護者同伴）
- 受入人数 1日5名（保護者を除く）
- 持ち物 筆記用具、飲み物、長袖長ズボン、軍手、帽子、日焼け止め、歩きやすい靴
- その他 参加の様子を当センターFacebookやホームページに掲載します。（顔は写さない）

2 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月30日（木）、8月6日（木）、8月20日（木）、8月27日（木）
いずれも19:00～20:30
- 活動場所 いきいき元気館3階 交流ひろば（8月27日は会議室1）
- 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。

3 諏訪市赤十字奉仕団 朗読班（担当：矢島）

- 活動内容 広報すわを朗読し、パソコンに録音する
- 活動日時 8月1日（土） 10:00～12:00
- 活動場所 諏訪市図書館 会議室
- 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

4 諏訪赤十字奉仕団 点訳班「光の会」（担当：原）

- 活動内容 視覚障がい者の方への広報の発送・点字打ち体験
- 活動日時 8月7日（金） 13:30～15:00
- 活動場所 いきいき元気館3階 会議室1
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 5名
- 持ち物 筆記用具
- その他

5 さわやか信州レクリエーション協会（担当：宮坂）

- 活動内容 高齢者と一緒にレクリエーション（カードゲームや広告パズル、手足を使う簡単なもの等）
- 活動日時 7月29日（水） 14:00～15:30
- 活動場所 デイサービスセンター西山の里
- 受入条件 小学校高学年～中学生
- 受入人数 5～8名
- 持ち物 飲み物、タオル、上履き、動きやすい服装
- その他

特定非営利活動法人 末広プロジェクト (担当：石城)

住所 諏訪市末広1-11 みんなの居場所ゆめひろ 電話 55-8734 FAX 55-8734

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。
いずれも受け入れ条件 中学生以上 受け入れ人数 特になし

6 みんなで食堂

- 活動内容 食事支援、食材配布等
- 活動日 7月26日(日)、8月30日(日)
- 活動時間 10:00~14:00
- 持ち物 エプロン、三角巾等

7 ゆめひろプレイパーク

- 活動内容 外遊び場作りのお手伝い
- 活動日 8月19日(水)
- 活動時間 10:00~16:00

8 まなび舎

- 活動内容 小学生、中学生の個別学習を支援
- 活動日 7月22日(水) 7月29日(水) 8月5日(水)
8月12日(水) 8月19日(水) 8月26日(水)
- 活動時間 16:00~18:30

9 夏期無料補習

- 活動内容 小学生、中学生の個別学習を支援
- 活動日 8月6日(木)~ 8月9日(日)
- 活動時間 9:30~12:20

10 通常業務のお手伝い

- 活動内容 スタッフ補助等
- 活動日時 平日：12:30~18:30 土日祝祭日：それぞれ

11 信州子ども食堂with温泉寺 (担当：廣瀬)

- 活動内容 子ども食堂の準備や片付け、食材配布等
- 活動日時 8月16日(日) 9:30~14:00
- 活動場所 温泉寺
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 5名
- 持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装、帽子、エプロン
- その他 昼食はお弁当が出ます。

12 特定非営利活動法人骨髄バンク長野ひまわり会 (担当：笠原)

- 活動内容 骨髄バンクって何？活動やその思いを知り、啓発グッズの袋詰めをしましょう！
- 活動日時 7月25日(土)、8月8日(土) いずれも13:00~15:00
- 活動場所 いきいき元気館 会議室1
- 受入条件 特になし
- 受入人数 5~10名
- 持ち物 特になし

ボランティア・市民活動センター

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。

13 赤い羽根共同募金 募金箱を作ろう！ (担当：武井)

- 活動内容 赤い羽根共同募金について学び、募金箱を制作します。
- 活動日時 7月28日（火） 13:30～15:30
- 活動場所 いきいき元気館3階 会議室2
- 受入条件 特になし ●受入人数 10名
- 持ち物 筆記用具、ペンや色鉛筆等(募金箱にイラストを描きます)

14 さわやか！諏訪湖畔のゴミ拾い×すわっこいきいき体操 (担当：武居)

- 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す。
- 活動日時 7月31日（金） 9:30～10:30
- 活動場所 諏訪湖畔公園(石彫公園)
- 受入条件 特になし ●受入人数 特になし
- 持ち物 帽子、動きやすい服装、軍手、必要な方は飲み物
- その他 体操は撮影が入ることがあります。雨天時は中止です。

15 花の輪編集委員会 (担当：藤澤)

- 活動内容 花の輪の記事の取材と記事の作成・花の輪編集委員会への参加
- 活動日時 7/27（月）～8/7（金）の間で取材 ※活動決定後調整します。
8月10日（月） 13:30～15:00 花の輪編集委員会
- 活動場所 いきいき元気館3階 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 作成した記事はボランティア情報誌「花の輪」として諏訪市内へ配布されます！

16 ライフドアすわ 「認知症啓発グッズを作ろう！」 (担当：小澤)

- 活動内容 認知症サポーター、地域の方と交流を楽しみながら啓発グッズを作ります。
- 活動日時 8月4日（火） 10:00～12:00
- 活動場所 諏訪市医師会館1階 検診センター
- 受入条件 特になし ●受入人数 10名
- 持ち物 筆記用具

17 ライフドアすわ 認知症カフェ (担当：小澤)

- 活動内容 受付や飲み物の提供、座談会を通して認知症の方・その家族の方と交流を行います。
- 活動日時 8月18日（火） 13:00～14:30
- 活動場所 諏訪市医師会館1階 検診センター
- 受入条件 特になし ●受入人数 5名
- 持ち物 筆記用具

18 花火大会翌日のゴミ拾い (担当：武居)

- 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月16日（日） 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

高齢者・障がい者関係施設

19 諏訪市障がい者デイサービスセンター TEL 54-7712 FAX 57-1231
 担当 宮下 住所 諏訪市小和田19-3

1~2日間

- 活動内容 お茶入れ、お話相手、ゲーム(オセロ等)
- 活動時間 9:30~15:00
- 受入条件 特になし
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物(時間によっては昼食)
- 交通機関 「総合福祉センター」バス停 徒歩0分
- その他

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

20 デイサービスセンター 湯の里 TEL 57-1800 FAX 57-3800
 担当 矢島 住所 諏訪市四賀2213-1

2日間

- 活動内容 お茶入れ、お話相手、ドライヤー
- 活動時間 9:00~15:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物、昼食
- 交通機関
- その他

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

21 デイサービスセンター 西山の里 TEL 56-1700 FAX 57-1711
 担当 藤森 住所 諏訪市湖南4016-1

2~3日間

- 活動内容 お茶入れ、お話相手、脳トレなどお手伝い
- 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、昼食
- 交通機関 かりんちゃんバス「湖南公民館」より徒歩5分
- その他

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

22 介護老人保健福祉施設 かりんの里 TEL 57-5755 FAX 57-5766
 担当 吉田、赤羽 住所 諏訪市湖岸通り5-11-5

3日間

- 活動内容 食事配膳・下膳、ドライヤー、お話相手
レクリエーション活動参加
- 活動時間 10:00～15:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2～3名
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物、昼食
- 交通機関 かりんちゃんバス「日赤」または「けんしん」徒歩5分
- その他 体調に留意していただき発熱や席がある場合はお休みして下さい。

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

23 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

希望日数

- 活動内容 利用者さんとのお話、レクリエーション活動参加
- 活動時間 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00
- 受入条件 特になし
- 受入人数 1日1～2名
- 持ち物 特になし
- 交通機関
- その他 お昼をまたぐ場合は昼食持参

	月	火	水	木	金	土	日
7月		21	22	23	24	×	×
		27	28	29	30		
8月						×	×
	3	4	5	6	7	×	×
	10	11	12	×	×	×	×
	17	18	19	20	21	×	×
	24	25	26	27	28	×	×
	31						

24 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861

2日間

- 活動内容 利用者さんとの交流、レクリエーション参加など
- 活動時間 9:00～15:30頃
- 受入条件 要相談
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 上履き、飲み物、昼食
- 交通機関 「四賀出張所前」バス停 徒歩2分
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		21	22	23	24	25	×
		×	×	×	×		
8月						×	×
	×	4	5	6	7	8	×
	10	11	12	13	14	×	×
	17	18	19	20	21	22	×
	24	25	26	27	28	×	×
	×						

25 通所介護事業所こころ高島

TEL 54-5564 FAX 54-5561
 担当 小川、今泉 住所 諏訪市高島3丁目1300-1

2日間

- 活動内容 テイルーム内でのお手伝い、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 上履き、飲み物、昼食、エプロン、動きやすい服装
- 交通機関 かりんちゃんライナー「長野日報」より徒歩5分
- その他

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

26 特別養護老人ホームすばらしき仲間たち

TEL 57-2111 FAX 57-2002
 担当 名越 住所 諏訪市湖南4894-1

2日間

- 活動内容 利用者とのふれあい、シーツ交換など
- 活動時間 9:30~16:00
- 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、昼食
- 交通機関
- その他

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

27 養護老人ホーム 聖母寮

TEL 52-2204 FAX 52-2252
 担当 笠原 住所 諏訪市大和1-5-7

1日間

- 活動内容 清掃、お話相手、食事補助
- 活動時間 10:00~12:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日1名
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物
- 交通機関 かりんちゃんバス「大和郵便局」より徒歩5分
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	22	×	×	×	×
		27	×	29	×		
8月						×	×
	3	×	5	×	×	×	×
	10	×	12	×	×	×	×
	17	×	19	×	×	×	×
	24	×	26	×	×	×	×
	31						

28 諏訪市福祉作業所 さざ波の家

TEL 52-3649 FAX 52-3649
 担当 近 藤 住所 諏訪市清水3-3663-4

1日間

- 活動内容 利用者と一緒に組み立て作業を行う
- 活動時間 8:30~12:00
- 受入条件 高校生以上
- 受入人数 1日1名
- 持ち物 上履き、タオル、飲み物
- 交通機関 「清水町野球場前」より徒歩0分
- その他 楽しい職場です！

	月	火	水	木	金	土	日
7 月			×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×		
8 月						×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	18	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

子ども関係施設

29 諏訪市児童センター

TEL 54-7714 FAX 57-7724
 担当 細井 住所 諏訪市小和田19-3

2日間

- 活動内容 利用者との関わり、職員の補助
- 活動時間 ①9:30~12:00 ②10:00~15:00
③13:00~16:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日1名
- 持ち物 動きやすい服装、帽子、タオル、飲み物
- 交通機関 「総合福祉センター」バス停 徒歩0分
- その他 ②希望の方は昼食持参してください。

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

30 すわせいぼ幼稚園

TEL 52-2339 FAX 52-3115
 担当 矢澤、八幡 住所 諏訪市湖岸通り4-1-36

1~5日間

- 活動内容 水遊びの準備・片付け、保育の手伝い
- 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 帽子、上履き、飲み物、昼食
タオル、水着または濡れても良い服
- 交通機関
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	×	×	×	×	×
	27	28	29	30	31		
8月						×	×
	3	4	5	6	7	×	×
	10	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

31 片羽保育園

TEL 52-2304 FAX
 担当 高橋 住所 諏訪市諏訪一丁目21-16

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20~16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

	月	火	水	木	金	土	日
7月		×	×	×	×	×	×
	×	×	×	30	31		
8月						×	×
	×	×	×	×	7	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

35

豊田保育園

TEL 52-1823 FAX

担当 名 取 住所 諏訪市豊田2428-5

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20～16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		21	22	23	24	×	×
	27	28	29	30	31		
8 月						×	×
	3	×	×	6	7	×	×
	10	×	12	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

36

四賀保育園

TEL 52-1482 FAX

担当 北 河 住所 諏訪市四賀410-1

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20～16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		×	22	23	24	×	×
	27	28	29	30	31	×	×
8 月						×	×
	3	4	5	6	7	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

37

神戸保育園

TEL 53-7671 FAX

担当 矢 嶋 住所 諏訪市四賀2294

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20～16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

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

38

角間川保育園

TEL 52-2242 FAX

担当 飯 田 住所 諏訪市岡村二丁目9-26

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20～16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		21	22	23	×	×	×
	27	×	29	30	31		
8 月						×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

39

きみいち保育園

TEL 58-3976 FAX

担当 小 松 住所 諏訪市中洲4067-2

2日間

- 活動内容 幼児との関わり、保育準備、片付け等
- 活動時間 8:20～16:20
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 期間中3名まで
- 持ち物 食事用エプロン、三角巾、マスク、帽子、
着替え、上履き、食事代
- 交通機関
- その他 給食・おやつ代 390円/日

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		×	22	23	24	×	×
	×	×	×	×	×		
8 月						×	×
	×	×	5	6	7	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	×	19	20	21	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×						

40 一般社団法人 くるみ
放課後等デイサービス みのり

TEL 75-5092 FAX 75-5093
担当 赤羽 住所 諏訪市高島三丁目1339-13

希望日数

- 活動内容 外出、調理、創作活動等の手伝い
- 活動時間 9:00~14:00
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日1名
- 持ち物 昼食、飲み物、帽子
- 交通機関
- その他 ボランティア前に個別でオリエンテーションを行う場合があります。

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		21	22	23	24	×	×
	27	28	29	30	31		
8 月						×	×
	3	4	5	6	7	×	×
	10	×	12	×	×	×	×
	17	18	19	20	21	×	×
	24	25	26	27	28	×	×
	31						

41 児童発達センター
この街きっず学園

TEL 58-2343 FAX 58-2349
担当 田中 住所 諏訪市四賀388-7

2日間以上

- 活動内容 0~6歳までの子ども達と遊ぶ、制作、清掃等
- 活動時間 9:00~15:30
8/10と8/17は9:00~13:30も可能。
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名まで
- 持ち物 昼食、飲み物、帽子、着替え、上履き、タオル、エプロン
- 交通機関 「白狐入口」バス停より徒歩5分
- その他 体験1週間前から体調確認をします。

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		21	22	23	24	×	×
	△	△	29	30	31		
8 月						×	×
	3	4	5	6	7	×	×
	10	×	×	×	×	×	×
	17	18	19	20	21	×	×
	24	25	26	27	28	×	×
	31						

42 児童発達センター
放課後等デイサービスふ〜もん

TEL 78-1565 FAX 58-2349
担当 岩波・古谷 住所 諏訪市四賀388-7

2日間以上

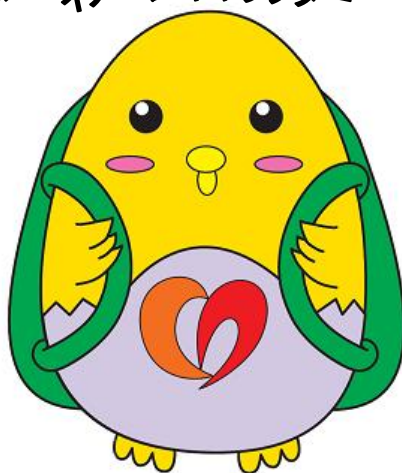
- 活動内容 6~18歳までの子ども達と遊ぶ、制作、清掃等
- 活動時間 7/28~8/18 9:00~16:00
その他 15:00~18:30
- 受入条件 中学生以上
- 受入人数 1日2名まで
- 持ち物 昼食、飲み物、帽子、着替え、上履き、タオル、エプロン
- 交通機関 「白狐入口」バス停より徒歩5分
- その他

	月	火	水	木	金	土	日
7 月		21	22	×	×	×	×
	×	28	29	×	×		
8 月						×	×
	×	4	5	×	×	×	×
	×	×	×	×	×	×	×
	×	18	19	×	×	×	×
	×	25	26	×	×	×	×
	×						

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 2026」
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17日(水)

ふりがな		学校名	
氏名		勤務先	(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2026」に参加する事に同意します。(続柄) 保護者氏名

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8日(金) いきいき元気館(小和田19-3) 18:00~19:00

7月9日(土) いきいき元気館(小和田19-3) 18:00~19:00

●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	18	諏訪市障がいテニサービスセンター	7月24日(金)、8月6日(木)、8月21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	9	認知症について学ぶ、認知症啓発グッズ作り	8月4日(火)
	17	花火大会翌日のゴミ拾い	8月16日(日)

※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。※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			

※アレルギーや障がいなど、配慮が必要な場合は以下にご記入ください。

※FAXでお申込みいただいた際は、確認のお電話をお願いいたします。(送信ミス防止の為)