

夏の ボランティア体験 2026

活動プログラム集

この夏、ボランティアにチャレンジしてみませんか？

子どもも 学生も 大人も、

どなたでもお気軽にご参加ください

杉並ボランティアセンターが

みなさんのボランティア体験をサポートします！

杉並社協
マスコットキャラクター
「うえるくん」



社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会

杉並ボランティアセンター



杉並ボラセン
ホームページ



杉並ボラセン
YouTube

目次

◆ はじめに

- ・ 杉並区社会福祉協議会とは？、杉並ボランティアセンターとは？ P.3
- ・ ボランティアとは？、ボランティアの4原則 P.4
- ・ 活動時の約束事 P.5
- ・ 夏のボランティア体験(夏ボラ)とは？ P.6

◆ 福祉学習プログラム一覧 P.7

- ・ 福祉学習プログラム参加の流れ P.8

障害

- 1. 手話で聴覚障害者の方と交流しよう！ P.9
- 2. 点字を学んで「見えない」を知ろう！ P.10

◆ 体験プログラム一覧 P.11

災害

- 1. 写真洗浄ボランティアで東京から被災地支援をしよう！
- ・ 体験プログラム参加の流れ P.12

◆ 施設プログラム一覧 P.13

- ・ 施設プログラム参加の流れ P.14

高齢

- 1. さんじゅ阿佐谷(特別養護老人ホーム) P.16
- 2. さんじゅ久我山(特別養護老人ホーム) P.17
- 3. 西荻ふれあいの家(デイサービス) P.18
- 4. 和泉ふれあいの家(デイサービス) P.19
- 5. すだちの里すぎなみ(入所支援施設) P.20

障害

- 6. どんまい福祉工房(就労継続支援B型事業所) P.21
- 7. けやき亭(就労継続支援B型事業所) P.22
- 8. つばさ／みのり(放課後等デイサービス) P.23

子ども

- 9. 荻窪北保育園(保育園) P.24
- 10. 阿佐谷保育園(保育園) P.25
- 11. Picoナーサリ新高円寺(保育園) P.26
- 12. 上水保育園(保育園) P.27
- 13. ぐーちよきばあ(子育てきずなサロン) P.28
- 14. すぎなみ子どもサポート(子ども食堂) P.29
- 15. ゆうゆう和田館(ゆるゆるma～ma / 子育て支援) P.30
- 16. コミュニティふらっと東原(ゆるゆるma～ma / 子育て支援) P.31

国際支援

- 17. オイスカ(国際NGO) P.32
- 18. 日本生活語学・支援機構(外国人支援)&チャイルド・ファンド・ジャパン(国際NGO) P.33

杉並区社会福祉協議会とは？



社協(しゃきょう)と呼ばれています！

お互いさまでささえあう みんなが認めあえるまち

- ◆ 行政とは別に民間の立場から、社会福祉活動を推進していく「かなめの役」を果たすために設けられている団体です。
- ◆ 障害の有無に関わらず、誰もが安心してその人らしく暮らせるように、地域全体で支え合う活動を推進しています。
- ◆ 地域の中で、役に立ちたいと思っている人、困っている人へのサポートを行っています。

＼ 福祉に関する相談を受け付けています ／

- ・ 家事や子育て、介護を手伝ってほしい
- ・ どのような福祉サービスが使えるのか知りたい
- ・ 地域で何か活動したい
- ・ 車いすを貸してほしい



杉並社協HP

杉並ボランティアセンターとは？

- ◆ ボランティア活動に関する相談を受け、ボランティア活動をしたい人と、ボランティアを必要としている人をつなぐ(コーディネート)役割を果たしています。

- ・ ボランティア活動のサポート・コーディネート
- ・ ボランティア同士の交流支援
- ・ 災害ボランティアセンターの立ち上げ・運営
- ・ 福祉教育の推進、体験用具の貸出



杉並ボラセンHP

どのようなボランティアがあるか知りたい等、
ボランティアに関するご相談を受け付けています。
お気軽にご相談ください！

ボランティアとは？

- ◆ ボランティアの語源は、ラテン語の「ボランタール」と言われ、自由意思を意味しています。
- ◆ ボランティアと言っても、活動内容や対象者は様々です。どのようなことに興味があるか、活動時間の確保はできるか等、自分なりの活動スタイルを見つけましょう。

ボランティア活動例

- ・ 高齢者、障害児・者を対象とした活動
- ・ 子どもを対象とした活動
- ・ 環境を守るための活動
- ・ 防災、防犯活動
- ・ 国際交流活動
- ・ 被災地・者を支援するための活動



単発での活動・継続する活動、
自宅やオンラインで参加できる
活動もあります！

ボランティアの4原則

① 自発性・主体性

自分の意志に基づいて、行動を起こすこと。
自分自身の「やってみよう」という気持ちを大切にしましょう。

② 無償性・無給性

金銭的な利益を目的としたり、労働対価を求めたりしないこと。
活動目的の達成によって、出会いや発見、感動、よろこびが精神的な報酬となります。

③ 社会性・公益性

お互いに支え合い、学び合うこと。
多くの人びとと協力しながら力を合わせて行動することが大切です。

④ 先駆性・創造性・多様性

よりよい社会を創ること。
従来の考え方にとらわれることなく、自由な発想やアイデアを大切にしましょう。

活動時の約束事

1. あいさつが重要です

活動先の職員・利用者の方に対し、挨拶・自己紹介・お礼を、元気にハキハキと伝えましょう。

2. 積極的に活動しましょう

指示を待つだけでなく、自ら行動するようにしましょう。
活動中は、スマホや携帯電話の使用は控えましょう。



3. 活動先の役割について調べましょう

ホームページ等で活動先を調べ、活動先の役割や事業内容等を理解し、活動に取り組みましょう。

4. 無理はしないようにしましょう

活動中に体調が悪くなった場合は、職員の方に伝えましょう。
欠席する場合、やむを得ず遅刻する場合は、必ず活動先へ連絡しましょう。

5. 困ったことがあれば職員の方に尋ねましょう

自分の考えだけで判断せず、分からないこと・不安なことは職員の方に質問しましょう。

6. 個人情報必ず守りましょう

活動中に知り得た個人情報等は、外部に漏らしてはいけません。口外したり、SNS等のインターネットで発信するのは厳禁とします。
写真撮影は基本的にご遠慮ください。撮影をする場合は、職員の方に許可をとりましょう。

7. 勧誘は禁止です

活動中に、宗教・政治・営利活動等を相手にすすめたり、強要してはいけません。
物品のやり取りや金銭の貸し借りも禁止です。



服装について

熱中症対策も
忘れずに！

- ☒ 汚れてもいい・濡れてもいい、動きやすい服装で参加してください
(ノースリーブ・半ズボン・スカート不可)。
- ☒ ピアスやネックレス等のアクセサリーは外してください。
- ☒ 爪は短く整えてください
(ネイル不可)。
- ☒ スニーカー等の歩きやすい靴で参加してください。



検温について

活動日の2～3日前から検温をしてください。

- ・自身に発熱があった場合は、無理せずに休みましょう。
- ・家族に発熱があった場合は、活動先に相談しましょう。

感染症対策にご協力ください。

夏のボランティア体験 (夏ボラ) とは？

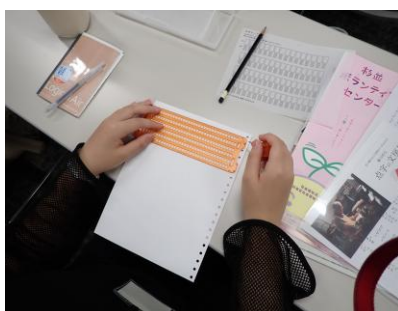
杉並区内に在住・在学・在勤する方を対象に、区内の福祉施設(高齢者、障害児・者)や保育園、ボランティアグループ等の協力を得て、活動場所へ出向き、利用者の方々と直接ふれあうボランティア体験プログラムです。

今年の夏ボラは？

- ◆ **福祉学習プログラム** … 手話や点字を通して、当事者の方と交流するプログラム。
- ◆ **体験プログラム** … 写真洗浄体験を通して、被災地支援を体験するプログラム。
- ◆ **施設プログラム** … 区内の福祉施設(高齢者、障害児・者)や保育園、団体支援等の施設に出向き活動するプログラム。

プログラムごとにボランティア体験までの流れが異なるため、次ページからのプログラム詳細をよく確認してください。

※ 活動の一部です



この夏ボランティアデビューしてみませんか？
みなさまのご参加お待ちしております！

昨年の様子はこちら→



福祉学習プログラム一覧

福祉学習プログラムは、オリエンテーションへの参加は不要です。

福祉学習プログラムは、活動証明書の発行はできません。

分 野	ページ	プログラム名	参加対象者
聴覚障害	P.9	1. 手話で聴覚障害者の方と交流しよう！	中学生以上 ※保護者同席であれば 小学生も可
視覚障害	P.10	2. 点字を学んで「見えない」を知ろう！	中学生以上 ※保護者同席であれば 小学生も可

福祉学習プログラム参加の流れ

① 参加したいプログラムを決める

- ◆ 福祉学習プログラム一覧(P.7)と各プログラム(P.9、10)を読み、参加したいプログラムを決めましょう。

申込開始
7月1日(水)午前10時～

② 参加申し込みフォームに入力する

- ◆ 当センターのホームページから、福祉学習プログラムごとの参加申し込みフォームに必要な事項を入力し、送信してください。

※ この時点ではまだ申し込みは完了していません。



参加承諾書→

③ 参加承諾書を提出する

- ◆ 参加承諾書を、① 持参、② 郵送、③ 参加承諾書をメールに添付、のいずれかの方法で、福祉学習プログラム当日の1週間前までに提出してください。

※ 高校生以下の方は保護者の署名が必要になります。

参加申し込みフォームと参加承諾書の提出を確認できた方から順に、受付完了メールをお送りします。それをもって申し込み完了となります。

受付完了メールの送信にお時間をいただく場合があります。
<info@borasen.jp>からのメールを受信できるようにしておいてください。

④ 福祉学習プログラム当日



- ◆ **参加費 300円**(行事保険+資料代)を持参してください。
- ◆ 欠席する場合や、やむを得ず遅刻する場合は、当センター(03-5347-3939)までご連絡ください。

※ 撮影・録音はご遠慮ください。

※ 当センターでは記録として写真を撮影いたします。撮影した写真は、ホームページやSNS、チラシ等に使用させていただきます。

1.手話で聴覚障害者の方と交流しよう！

- 【内 容】 ・ 当事者の方からの講話
聴こえ方の違いやコミュニケーション方法などについてお話しいたします。
・ 手話体験
手話の表し方や決まりごとを学び、手話でコミュニケーションをとってみましょう。
- 【日 時】 ① 7月31日(金) 14時～15時30分(受付開始は13時40分から)
② 8月19日(水) 14時～15時30分(受付開始は13時40分から)
- 【場 所】 ① ウェルファーム杉並 4階 共用会議室1・2(天沼3-19-16)
② 特別養護老人ホーム フェニックス杉並(天沼3-19-14)
- 【講 師】 手話サークル「杉の会」、杉並区聴覚障害者協会、
杉並区中途失聴・難聴者の会 の皆さん
- 【対 象】 中学生以上
※ 保護者同席であれば小学生も可
- 【定 員】 各回20名(先着順)
- 【申込締切】 ① 7月24日(金) 正午まで
② 8月12日(水) 正午まで
- 【参加費】 300円



申込みはこちら↑



HPはこちら↑

2.点字を学んで「見えない」を知ろう！

- 【内 容】
- ・ 当事者の方からの講話
見え方の違いや体験談、日常生活での工夫などをお話しいただきます。
 - ・ 点字体験
点字の打ち方や決まりごとを学び、点字器を使って名前や単語を打ったものを、講師の皆さんに読んでいただきます。
 - ・ チャレンジ内見学
点字に関する作業（点字入力、点字校正、印刷）をしている様子を見学します。
 - ・ 自主製品や点字製品の紹介、展示

【日 時】 8月6日（木） 10時～12時（受付開始は9時40分から）

【場 所】 西荻地域区民センター 2階 第1・2集会室（桃井4-3-2）
※ 講座内で、就労継続支援B型 チャレンジ
（桃井4-4-3 スカイコート西荻窪2）へ移動します。

【講 師】 視覚障害者支援総合センター 就労継続支援B型 チャレンジ の皆さん

【対 象】 中学生以上
※ 保護者同席であれば小学生も可

【定 員】 20名（先着順）

【申込締切】 7月30日（木） 正午まで

【参加費】 300円



[申込みはこちら↑](#)



[HPはこちら↑](#)

体験プログラム一覧

体験プログラムは、オリエンテーションへの参加は不要です。

分 野	ページ	プログラム名	参加対象者
災害	P.11	1. 写真洗浄ボランティアを体験しよう！	中学生以上

1.写真洗浄ボランティアで東京から被災地支援をしよう！

【内 容】 ・ 写真洗浄ボランティアとは
・ 被災地の様子と団体の活動について
・ 写真洗浄体験 等

【日 時】 8月1日(土) 13時30分～16時30分(受付開始は13時10分から)

【場 所】 ウェルファーム杉並 4階 共用会議室1・2(天沼3-19-16)

【講 師】 課外のあらいぐま 副代表 松浦 亜希子 氏

【対 象】 中学生以上

【定 員】 30名(先着順)

【申込締切】 7月25日(土) 正午まで

【参 加 費】 300円



申込みはこちら↑



HPはこちら↑

体験プログラム参加の流れ

① 参加したいプログラムを決める

- ◆ 体験プログラム一覧とプログラム(P.11)を読み、参加したいプログラムを決めましょう。

申込開始
7月1日(水)午前10時～

② 参加申し込みフォームに入力する

- ◆ 当センターのホームページから、参加申し込みフォームに必要事項を入力し、送信してください。

※ この時点ではまだ申し込みは完了していません。



参加承諾書→

③ 参加承諾書を提出する

- ◆ 参加承諾書を、① 持参、② 郵送、③ 参加承諾書をメールに添付、のいずれかの方法で、体験プログラム当日の1週間前までに提出してください。

※ 高校生以下の方は保護者の署名が必要になります。

参加申し込みフォームと参加承諾書の提出を確認できた方から順に、受付完了メールをお送りします。それをもって申し込み完了となります。

受付完了メールの送信にお時間をいただく場合があります。
〈info@borasen.jp〉からのメールを受信できるようにしておいてください。

④ 体験プログラム当日

- ◆ **参加費 300円**(行事保険+資料代)を持参してください。
- ◆ 欠席する場合や、やむを得ず遅刻する場合は、当センター(03-5347-3939)までご連絡ください。



※ 撮影・録音はご遠慮ください。

※ 当センターでは記録として写真を撮影いたします。撮影した写真は、ホームページやSNS、チラシ等に使用させていただきます。

施設プログラム一覧

施設プログラムは、オリエンテーションへの参加が必要です。

分野	ページ	施設・団体名	参加対象者
高 齢	P.16	1. さんじゅ阿佐谷（特別養護老人ホーム）	中学生以上
	P.17	2. さんじゅ久我山（特別養護老人ホーム）	中学生以上
	P.18	3. 西荻ふれあいの家（デイサービス）	中学生以上
	P.19	4. 和泉ふれあいの家（デイサービス）	中学生以上
障 害	P.20	5. すだちの里すぎなみ（施設入所支援）	中学生以上
	P.21	6. どんまい福祉工房（就労継続B型施設）	中学生以上
	P.22	7. けやき亭（就労継続B型事業所）	中学生以上
	P.23	8. つばさ/みのり（放課後等デイサービス）	高校生以上
子 ども	P.24	9. 荻窪北保育園（保育園）	中学生、高校生、大学生
	P.25	10. 阿佐谷保育園（保育園）	中学生、高校生
	P.26	11. Picoナーサリ新高円寺（保育園）	中学生以上
	P.27	12. 上水保育園（保育園）	中学生以上
	P.28	13. ぐーちょきぱあ（子育てきずなサロン）	中学生以上
	P.29	14. すぎなみ子どもサポート（子ども食堂）	高校生以上
	P.30	15. ゆうゆう和田館（子育て支援）	中学生以上
	P.31	16. コミュニティふらっと東原（子育て支援）	中学生以上
国際支援	P.32	17. オイスカ（国際NGO）	中学生以上
	P.33	18. 日本生活語学・支援機構(外国人支援) &チャイルド・ファンド・ジャパン(国際NGO)	中学生、高校生、大学生

施設プログラム参加の流れ

活動期間

7月21日(火)～8月28日(金)

① 参加したいプログラムを決める

- ◆ 施設プログラム一覧(P.11)と各プログラム(P.14～31)を読み、参加したいプログラムを決めましょう。
- ◆ 1プログラムにつき、最長3日間まで申し込みができます。1日だけではなく、2～3日間の活動をおすすめします。

申込開始

7月1日(水)午前10時～

② オリエンテーションに申し込む (必須)

- ◆ 当センターのホームページから、オリエンテーション参加申し込みフォームに必要事項を入力してください。

参加申込フォーム→



③ 参加申込書と参加承諾書を準備する

- ◆ オリエンテーション当日に、必要項目を記入した参加申込書と参加承諾書を持参してください。**高校生以下の方は、参加承諾書に保護者の署名が必要です。**

参加申込書→



参加承諾書→



活動証明書の発行について ※必要な方のみ

- ◆ 指定書式がある方 → 活動先へ持参し、作成を依頼してください。
- ◆ 指定書式がない方 → オリエンテーションの際に配布する「ボランティア活動証明書」書式を活動先へ持参し、作成を依頼してください。

④ オリエンテーションに参加する

【日 程】 ①7月11日(土) 14時～15時30分 【会 場】 ①ウェルファーム杉並 2階 会議室1・2
②7月18日(土) 10時～11時30分 ②③ウェルファーム杉並 4階
③7月23日(木) 14時～15時30分 共用会議室1・2 (天沼3-19-16)

- ◆ 上記日程のいずれか1日に、必ず本人が参加してください。
- ◆ 受付開始は、オリエンテーション開始時間の20分前からです。
- ◆ 定員は各回30名程度です。各回の2日前までにお申し込みください。

【持ち物】筆記用具、自分の予定がわかるもの、参加申込書、参加承諾書、

参加費 500円(ボランティア保険料350円 + 資料代150円)

※すでにボランティア保険へ加入されている方は、150円(資料代)を持参してください。

【内 容】

- ・夏ボラの流れや、プログラムの概要、注意事項等について説明します。
- ・説明後、参加申込書と参加承諾書を確認しながら、当センター職員が活動希望先の日程調整を行います(先着順)。

⑤ 活動先へ事前連絡をする

- ◆ 活動日の1週間前を目安に、参加者本人が活動先へ連絡し、訪問日程や注意事項等の確認をしてください。
- ◆ 電話をかける時はメモを用意し、確認したい内容は事前にまとめておきましょう。



【例】夏のボランティア体験で〇月〇日にお伺いする〇〇〇〇です。
活動日と注意事項等を確認したく、ご連絡しました。

⑥ 参加準備をする

- ◆ ホームページ等で、活動先の役割や事業内容を調べましょう。
- ◆ 活動先の詳細(活動先までの行き方、開始時間、持ち物、服装)を確認しましょう。

⑦ 施設プログラム当日

- ◆ P.5の「活動時の約束事」を参考に、活動を行いましょう。
- ◆ 活動証明書が必要な方は、忘れずに持参しましょう。
- ◆ 活動終了後、アンケートへの回答にご協力ください。



**夏ボラ体験後もボランティア活動に参加したい場合は、
杉並ボランティアセンターへご相談ください！**

1. 特別養護老人ホーム さんじゅ阿佐谷

- 【活動内容】・ 7月22日(水): 書道クラブ
・ 7月29日(水): ギター演奏会 & 喫茶クラブ
・ 8月 9日(日): 納涼祭
・ 8月12日(水): 喫茶クラブ
・ 8月19日(水): フラワーアレンジメント
・ 8月26日(水): 書道クラブ



HPIはこちら↑

【場 所】 さんじゅ阿佐谷(阿佐谷北1-2-1)

【連 絡 先】 03-5373-3911

【施設紹介】 病気や障害などを理由に要介護認定を受けた高齢者が、
介護や看護のサポートを受けながら生活する入所施設です。

【ホームページ】 <https://sanjyukai.jp/>

【日 時】 7月22日(水)、29日(水)、8月9日(日)、12日(水)、19日(水)、26日(水)
① 13時30分～15時30分

【休 日】 なし

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで(要相談)

【持 ち 物】 上履き

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 動きやすい服装で、マスクを着用のうえご参加ください。
・ 体調不良、体調違和感がある場合(身の回りの方含む)は、
施設までご連絡ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
9時～17時 (不在時は折り返しの連絡となります)

2. 特別養護老人ホーム さんじゅ久我山

- 【活動内容】・居室の掃除
・壁面装飾
・デイ活動のお手伝い



HPIはこちら↑

【場 所】 さんじゅ久我山(久我山3-47-16)

【連 絡 先】 03-5346-5351

【施設紹介】 要介護認定を受けたご高齢の方が生活する施設です。

【ホームページ】 https://sanjyukai.jp/sanjyu_kugayama/

【日 時】 8月3日(月)～8月21日(金)
① 9時30分～11時30分 ② 13時30分～15時30分

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 上履き、着替え、必要に応じて暑さ対策(帽子、水筒など)

【駐 輪 場】 あり

- 【そ の 他】・動きやすい服装で、アクセサリーは外してご参加ください。
・活動一週間前より検温をしてください。
・当日は新型コロナ・インフルエンザ抗原検査実施します。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の9時30分～16時

3. 高齢者在宅サービスセンター 西荻ふれあいの家

【活動内容】・ 高齢者の話し相手
・ 体操・ゲームのお手伝い

【場 所】 西荻ふれあいの家(西荻北2-12-2 西蔭ビル1階)

【連 絡 先】 03-5311-3631

【施設紹介】 平均年齢90歳の高齢者の一日型デイサービスです。
お元気な方が多く、体操や歌、イベントなど幅広い活動をしています。

【ホームページ】 <https://sugimomo.com>

【日 時】 8月3日(月)、4日(火)、7日(金)、8日(土)、26日(水)、27日(木)
① 9時～12時

【休 日】 日曜日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 上履き

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】・ マスクの着用をお願いします。
・ 袖なしシャツや半ズボン、スカートは不可。長い髪はまとめてください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～土曜日の9時～16時30分



HPはこちら↑

4. 高齢者在宅サービスセンター 和泉ふれあいの家

- 【活動内容】・レクリエーション中の職員補助
・利用者とレクリエーションに参加
・利用者のお話相手
・お茶配り など



HPはこちら↑

【場 所】 和泉ふれあいの家(和泉4-40-31)

【連 絡 先】 03-3321-4808

【施設紹介】介護認定を受けた方が利用できるサービスです。限られた空間ではありますが、体操、レクリエーション、麻雀、その他余暇活動など、ご利用者様一人ひとりが「こう過ごしたい」と思えることの実現を目指しています。ご利用者の中には認知症の方もおられます。それぞれ生活の中に困りごとがあり、私たちは不安を抱えておられる方に対して、できるだけ安心して過ごしていただけるよう寄り添った対応を心掛けています。人と話すことが好きな方、是非お待ちしております。

【ホームページ】 <https://www.3friends.or.jp/izumifureai/>

【日 時】 7月21日(火)～8月28日(金)
① 9時～12時 ② 13時～16時

【休 日】 日曜日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 上履き、マスク、水筒

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】・袖なしシャツや半ズボン、スカートは不可。動きやすく華美でないものが相応しいです。活動中はアクセサリーを外してご参加ください。
・直近5日以内に発熱、嘔吐、下痢などの症状がある場合、体調がすぐれない場合はボランティア活動の自粛をお願いします。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～土曜日の9時～17時

5. 杉並育成園 すだちの里すぎなみ

【活動内容】・利用者さんへの作業提供

- ・運動
- ・8月12日午前はイベントのお手伝い など



HPはこちら↑

【場 所】すだちの里すぎなみ(今川2-14-12)

【連 絡 先】03-5310-3361

【施設紹介】知的障害のある方が日中活動をしたり、入所して他の利用者さんと一緒に生活する中で、将来グループホームなど本人が住みたい場所に行けるようにする施設です。

【ホームページ】<https://sudachinosato.ikuseikai-ky.or.jp/>

【日 時】7月21日(火)から8月27日(木) ※休日記載日を除く

① 9時～15時30分 ② 9時～11時30分 ③ 13時30分～15時30分

【休 日】土日祝日、7月24日(金)、8月12日(水)午後、13日(木)、14日(金)

【対 象】中学生以上

【定 員】1日あたり2名まで

【持 ち 物】着替え、昼食

【駐 輪 場】あり

【そ の 他】・1日を希望される方は昼食をご持参ください。

- ・服が汚れる可能性があるので汚れても良い服装で来てください。
- ・靴に関しては運動靴を履いて来てください。

【電話事前連絡の対応可能時間】

指定は特にございません。

6. どんまい福祉工房

- 【活動内容】・プリンやクッキーの製造や販売のお手伝い
・昼食の準備や片付けのお手伝い
・利用者様とのコミュニケーション
・受注作業の補助 など



HPはこちら↑

【場 所】・どんまい福祉工房(本天沼1-24-9)

【連 絡 先】 03-3396-2881

【施設紹介】障害や年齢、体力などの理由から、一般企業などで雇用契約を結んで働くことが難しい方に対して、就労の機会や生産活動の場を提供しています。私どもでは、受注作業や製菓(プリン、クッキーなど)を通して「就労は難しいけど働きたい」「工賃を稼いで好きな事をしたい」「生活リズムを整えたい」「年をとっても働き続けたい」「将来は企業に就職したい」等、お一人おひとりの「働きたい!」を支援させていただいております。

【ホームページ】 <https://www.donmaikoubo.com/>

【日 時】 7月21日(火)～8月28日(金) ※ 8月8日(土)～16日(日)は休み
① 9時～16時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり1～2名まで

【持 ち 物】 上履き、エプロン、三角巾、マスク

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】・製菓や調理に関わって頂くこともあるので、エプロン、三角巾、マスクをご持参ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の9時～17時

7. けやき亭

【活動内容】・調理作業
・接客
・利用者さんとの話し相手



HPIはこちら↑

【場 所】 けやき亭(成田東3-2-1)

【連 絡 先】 03-3311-6101

【施設紹介】主に精神障害者の人達と調理作業や接客・居場所としての活動をしています。

【ホームページ】 <https://www.keyakitei.com/>

【日 時】 7月21日(火)から8月28日(金)
① 9時～15時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 出来れば利用者さんと同じものを食べて欲しいので450円昼食代

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・特になし

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日14時～17時

8. 放課後等デイサービス つばさ / みのり

- 【活動内容】・子どもたちと遊ぶ
・宿題の見守り
・荷物やおやつ準備サポート
・集団活動のサポート など



HPIはこちら↑

【場 所】 つばさ(桃井1-3-4 高橋ビル2階)
みのり(桃井2-1-3 葉ビル2階)

【連絡先】 03-6913-8718 (つばさ)

【施設紹介】 障害のある小学生から高校生までの子どもたちが、友だちと遊んだり、おやつを食べたりして楽しく過ごす居場所です。
集団活動では身体を動かしたり、工作を行ったりしています。

【ホームページ】 <https://www.minnano-ie.com/houkago-minori>

【日 時】 7月21日(火)から8月28日(金)
① 13時～17時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 高校生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 特になし

【駐 輪 場】 事業所前のガードレール沿いに、通行の妨げにならないように駐輪してください。

【そ の 他】 ・動きやすい服装でご参加ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】

月曜日～金曜日の10時～18時

(送迎や活動状況により対応が難しいことがありますのでご了承ください。)

9. 荻窪北保育園

- 【活動内容】・ 保育補助(子ども達と室内やホールで一緒に遊ぶ)
・ 製作(秋祭りの景品づくり等)
・ 雑務(部屋の掃除や消毒作業)



HPIはこちら↑

【場 所】 荻窪北保育園(荻窪5-17-8)

【連 絡 先】 03-3391-5171

【施設紹介】 0～5歳児の子ども達が通っている保育園です。
子ども達が毎日元気に遊んでいます。

【ホームページ】 <https://wakokai.life/ogikita/>

【日 時】 7月21日(火)～8月28日(金)
① 10時～16時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生、高校生、大学生

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 上履き、着替え、昼食、水筒、タオル

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 来園する時の服装と、保育に入る時の服装は分けてください。
・ 動きやすい服装でご参加ください。
・ 参加日毎に感想文を書いてもらっています。
(活動時間内にお願いしています。)

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の10時～17時

10. 阿佐谷保育園

- 【活動内容】・ 保育補助(子どもの見守り・あそびの援助・誘導など)
・ 雑務(掃除など)
・ 行事のお手伝い など



HPIはこちら↑

【場 所】 阿佐谷保育園(阿佐谷北3-36-20)

【連 絡 先】 03-3338-9418

【施設紹介】 0歳児から就学前の5歳児までが日々遊びを通して学び、生活している保育園です。幼児クラスは3歳から5歳が8人ずつの異年齢保育を実施しています。
元気な子どもたちと関わりながら、保育のお仕事を体験してみませんか？

【ホームページ】 <https://wakokai.life/asagaya/>

【日 時】 7月21日(火)～8月28日(金)
① 9時～16時 ② 9時～12時(昼食なし)

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生、高校生

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 外履き, 着替え, 昼食, 暑いので帽子や保冷剤などの暑さ対策のもの、飲み物(お茶)など

【駐 輪 場】 なし

【そ の 他】 ・ 動きやすく汚れてもいい服装、動きやすい靴でご参加ください。
・ 学校などからの依頼文がある方はご持参ください。
・ 参加日毎に感想文を書いてもらっています。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の10時～16時

11. Picoナーサリ新高円寺

- 【活動内容】・ 保育補助(子どもと一緒に遊ぶ、水遊びの補助など)
・ 環境整備(室内清掃、玩具拭きなど)



HPIはこちら↑

【場 所】 Picoナーサリ新高円寺(梅里2-24-6)

【連 絡 先】 03-6304-9580

【施設紹介】新高円寺にある3階建ての保育園です。
0歳～5歳の子ども達が通っています。

【ホームページ】 <https://www.kazenomori.or.jp/piconursery-kouenji/>

【日 時】 8月3日(月)～8月7日(金)
① 9時30分～16時 ② 9時30分～12時 ③ 15時～17時30分

【休 日】 日曜祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 上履き、着替え、昼食、必要に応じて暑さ対策(帽子、水筒など)

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】・ 検便は不要です。
・ 動きやすく汚れても良い服装でお越しください。更衣室もあります。
・ アクセサリーは子どもへの安全配慮のためにお控えください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の10時～17時

12. 上水保育園

- 【活動内容】・ 保育環境整備(園内、園外の掃除など)
・ 盆踊り(7/31)の準備
・ 保育助手



HPIはこちら↑

【場 所】 上水保育園(高井戸東2-3-4)

【連 絡 先】 03-3333-8626

【施設紹介】 就労する保護者の為に子どもの保育をします。
また子育て支援として地域に根ざした事業を行っています。

【ホームページ】 <http://josui.net>

【日 時】 7月21日(火)～8月28日(金)
① 9時～18時30分の間で相談

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり3名まで

【持 ち 物】 外履き、着替え、エプロン、昼食(給食を希望する場合は一食380円)、
水筒(休憩時の水分補給)

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 来園する時の服装と、保育に入る時の服装は分けてください。
・ 細菌検査、証明書はこちらで準備しますので記入のみです。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の14時～17時

13. 子育てきずなサロン ぐーちょきばあ

【活動内容】・準備、片付け
・子どもたちと遊ぶ、見守り

【場 所】 ぐーちょきばあ(荻窪4-24-18 荻窪家族レジデンス1階 集会室)

【連 絡 先】 080-1243-7563

【施設紹介】主な利用者は0歳～2歳程度のお子さん親子です。
気軽に情報交換しながらのんびりお茶を飲んだりお話しして
過ごすことが出来るつどいの場です。お子さんも安心して遊んでいます。

【ホームページ】 なし

【日 時】 7月23日(木)、30日(木)、8月6日(木)、20日(木)、27日(木)
① 9時30分～14時30分 ② 9時30分～12時 ③ 12時～14時30分

【休 日】 木曜日以外

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり2名まで

【持 ち 物】 昼食、エプロン、マスク

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・動きやすく汚れても良い服装でご参加ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日



Instagramは
こちら↑

14. NPO法人 すぎなみ子どもサポート

- 【活動内容】・カレーの配膳、席への案内
・赤ちゃん連れのお母さんのサポート
・遊びコーナーへの誘導
・缶バッチ、うちわ作りなどのサポート
・子どもたちと一緒に遊ぶ、楽しむことが出来るボランティアです。



HPIはこちら↑

【場 所】 東京立正高等学校 食堂ほか教室(堀ノ内2-41-15)

【連絡先】 090-8892-0186

【施設紹介】夏休み子どもたちに楽しい時間を過ごしてもらうために、おいしいカレーを提供します。毎回250食から300食を用意します。食事のあとは、イベントコーナーで遊んでもらいます。缶バッチ、うちわ作り、アートバルーンなどのコーナーがあります。夏祭りのような雰囲気です。もちろん無料です。

【ホームページ】 <https://suginami-kosapo.com/>

【日 時】 8月1日(土)
① 11時～14時30分

【休 日】 なし

【対 象】 高校生以上

【定 員】 5名程度

【持ち物】 あればエプロン、マスク

【駐輪場】 あり

【その他】・お昼はボランティアの皆さんにもカレーを召し上がっていただきます。
アレルギーがある場合は、事前にお知らせください。

【電話事前連絡の対応可能時間】
電話に出られない事が多いです。必ずメッセージを残してください。
名前をはっきり入れてください。翌日中にこちらから電話を入れます。

15. ゆうゆう和田館（NPO法人 ゆるゆるma～ma）

- 【活動内容】 A. 子ども食堂(調理):調理補助
B. 子どもの見守り:食堂内の子ども対応
(食事を一緒にする、遊ぶなど)
C. 学習支援:小学生の夏休みの宿題等のサポート



HPはこちら↑

【場 所】 ゆうゆう和田館(和田1-41-10 2階)

【連 絡 先】 090-6129-3631

【施設紹介】当団体のボランティア事業では、子ども食堂、フードパントリー、学習支援等を行っています。実際の現場では、子どもたちが宿題をしたり、一緒に遊んだり、スタッフや地域の方と話したり、食事を囲んで笑顔が生まれたりする時間があります。利用者同士だけでなく、ボランティアも自然と地域とのつながりを感じられる活動です。夏休みのボランティアでは、子どもたちとの交流、調理、配膳や見守り、学習サポートなどを通して、地域の支え合いを体験できます。経験がなくても大歓迎です。

【ホームページ】 <https://www.yuruyurumama.org>

【日 時】 7月27日(月)、29日(水)、
8月3日(月)、5日(水)、17日(月)、19日(水)、24日(月)、26日(水)
A. 子ども食堂(調理) ① 9時～13時
B. 子どもの見守り ② 11時～13時
C. 学習支援 ③ 9時15分～11時30分
※C.の後にB.など、通しての活動も可能

【休 日】 なし

【対 象】 高校生以上

【定 員】 1日あたり3～8名

【持 ち 物】 上履き、子ども食堂調理はエプロン、三角巾

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ ボランティア証明書は事前に希望をお知らせください。
・ 動きやすい服装でご参加ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】

基本的にはいつでも可能ですが、活動中は電話に出られないため、必ず留守番電話にメッセージを残してください。
折り返しこちらからご連絡します。

16. コミュニティふらっと東原（NPO法人 ゆるゆるma～ma）

【活動内容】A.「みんなのいばしょみんなでランチ」

夏休み向けの子ども食堂の活動です。

- ・ 準備や片付け、お弁当の配布
- ・ 昼食後の遊び時間のフォロー

B.「みんなのいばしょ東原Pタイム」

子どもたちのための室内遊び場で利用者は主に小学生です。

- ・ 来館者の受付、遊具の準備・貸出・片付け
- ・ ボールや卓球・バドミントン・大なわなどを使った遊び相手
- ・ 天候によっては、水遊び



HPIはこちら↑

【場 所】 コミュニティふらっと東原（下井草1-23-23）

【連絡先】 090-6129-3631

【施設紹介】「コミュニティふらっと東原」は地域の乳幼児親子からシニア世代までが、ふらっと訪れることができる施設です。どなたでもご利用ができる2つのラウンジと乳幼児親子室、杉並区の高齢者団体や、さざんかねっとで団体利用ができる集会室、多目的室があります。多世代が集う、笑顔あふれる施設運営を目指しています。

【ホームページ】 <https://www.komihurahigashihara.org/>

【日 時】 A. 7月29日（水）、8月5日（水）、19日（水）、26日（水） ①10時～13時

B. 7月22日（水）、29日（水）、

8月1日（土）、5日（水）、12日（水）、19日（水）、26日（水） ②13時～17時

※A.の後にB.など、通しての活動も可能

【休 日】 毎月第1・3火曜日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1プログラムあたり1～3名程度

【持ち物】 A.のみエプロン

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】

- ・ A.「みんなでランチ」では、昼食の提供があります。
- ・ B.「東原Pタイム」は体育館のような場所なので、上履きがあると活動しやすいです。
- ・ いずれの活動も、動きやすい服装でご参加ください。
- ・ ボランティア証明書は事前に希望をお知らせください。

【電話事前連絡の対応可能時間】

基本的にはいつでも可能ですが、活動中は電話に出られないため、必ず留守番電話にメッセージを残してください。折り返しこちらからご連絡します。

17. 公益財団法人 オイスカ

【活動内容】A. ベルマークの仕分け・集計など

(事務所で座ってできる簡単な作業です。

人とのコミュニケーションが苦手な方でも大丈夫です。)

B. 7月31日(金): ふるさと和泉みんなの夏祭り前日の会場設営

C. 8月1日(土): 夏祭り当日の準備の手伝い、子供向けゲームの対応

【場 所】 オイスカ(和泉2-17-5)

【連絡先】 03-3322-5161



HPIはこちら↑

【施設紹介】オイスカは、世界の人たちと協力して、農業や環境、人づくり

などの活動をしている民間の国際協力団体です。このような団体をNGOと呼びます。1961年に設立され、現在は41の国と地域でネットワークを持ちながら活動しています。東京にある本部事務所には約30名のスタッフが働いています。事務所では、国内外の研修センターや海外の事務所、協力して下さる企業や団体と連絡を取りながら、活動がスムーズに進むようにサポートしています。海外とのやり取りも多く、外国からお客様が来ることや、スタッフが海外へ出張することもあります。

そのため、事務所には世界各国のお菓子が置いてあることもあります。皆さんのご参加をお待ちしております。

【ホームページ】 <https://oisca.org/>

【日 時】 A. 7月21日(火)、22日(水)、27日(月)、28日(火)、29日(水)、
8月3日(月)、4日(火)、5日(水)、10日(月)、12日(水)、17日(月)、
18日(火)、19日(水)、24日(月)、25日(火)、26日(水)

① 13時～17時 ※活動時間は相談可能

B. 7月31日(金) ② 15時～18時

C. 8月1日(土)

③ 10時～12時 ④ 13時～16時 ⑤ 16時～19時(高校生以上)

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 A. 1日あたり5名まで B. 1日あたり10名まで
C. ③、④、⑤それぞれの時間帯あたり3名程度

【持 ち 物】 飲み物は各自でご持参をお願いします。

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 作業がしやすい服装でご参加ください。

【電話事前連絡の対応可能時間】

月曜日～金曜日の9時～17時30分

18. 日本生活語学・支援機構 & チャイルド・ファンド・ジャパン

【活動内容】・多文化共生の国際交流イベントを企画してもらう。
イベント内容、それに向けた準備、またチラシやSNSを使った広報も考えていただく。

【場 所】 荻窪タウンセブンビル8F(上荻1-9-1)

【連絡先】 03-6685-0202

【施設紹介】日本生活・語学支援機構(エルジェ)は、生まれた国や地域、文化や習慣の違いにかかわらず、日本で充実した時間を過ごせるよう活動している NPO です。困りごとをどのように解決するかいっしょに考えた り、日本語をいっしょに勉強したりします。また、多様なルーツをもつ人たちが交流し、理解を深め合えるようなイベントも開催しています。

チャイルド・ファンド・ジャパン(CFJ)は、1975年より、アジアを中心に貧困の中で暮らす子どもの健やかな成長、家族と地域の自立を目指した活動を行う国際協力NGOです。フィリピン、ネパール、スリランカを中心に、子どもたちを支援し続けています。杉並区でも外国にルーツのある子どもたちへの教育支援を行っています。

【ホームページ】 日本生活語学・支援機構 <https://www.lj-j.org/>
チャイルド・ファンド・ジャパン <https://www.childfund.or.jp/>

【日 時】 7月25日(土)
① 10時45分～12時30分

【休 日】 なし

【対 象】 中学生、高校生、大学生

【定 員】 20名程度

【持ち物】 筆記用具

【駐 輪 場】 なし

【その他】・特になし

【電話事前連絡の対応可能時間】
月曜日～金曜日の10時～18時



日本生活語学
・支援機構の
HPはこちら↑



チャイルド・
ファンド・ジャパン
のHPはこちら↑

お問合せ

社会福祉法人 杉並区社会福祉協議会

杉並ボランティアセンター

〒167-0032

東京都杉並区天沼3-19-16 ウェルファーム杉並4階

TEL : 03-5347-3939 FAX : 03-5347-2063

MAIL : info@borasen.jp

開所時間: 火～土曜日 8時30分～17時

ボランティアに関するご相談は、
杉並ボランティアセンターまで！



杉並社協
ホームページ



杉並社協
LINE



杉並社協
Facebook



杉並社協
Instagram