

夏の ボランティア体験 2025

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？

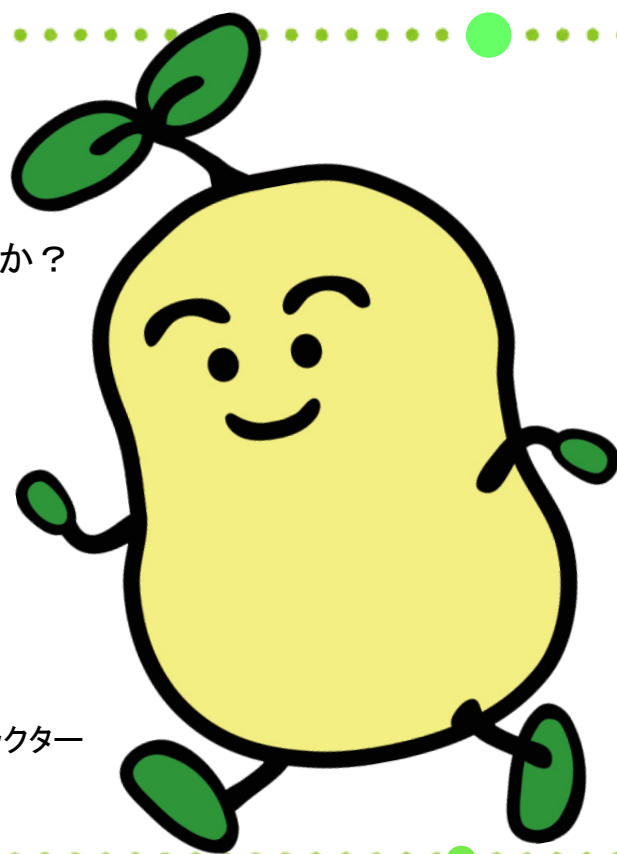
子どもも 学生も 大人も、

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

◆ 体験プログラム一覧 P.7

- ・ 体験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

◆ 施設プログラム一覧 P.11

- ・ 施設プログラム参加の流れ P.12

高 齢

- 1. さんじゅ阿佐谷(特別養護老人ホーム) P.14
- 2. さんじゅ久我山(特別養護老人ホーム) P.15
- 3. 西荻ふれあいの家(デイサービス) P.16
- 4. 和泉ふれあいの家(デイサービス) P.17

障 害

- 5. すだちの里すぎなみ(入所支援施設) P.18
- 6. どんまい福祉工房(就労継続支援B型事業所) P.19
- 7. けやき亭(就労継続支援B型事業所) P.20
- 8. つばさ(放課後等デイサービス) P.21
- 9. みのり(放課後等デイサービス) P.22

子 ど も

- 10. 荻窪北保育園(保育園) P.23
- 11. 阿佐谷保育園(保育園) P.24
- 12. Picoナーサリ新高円寺(保育園) P.25
- 13. 上水保育園(保育園) P.26
- 14. ぐーちょきぱあ(子育てきずなサロン) P.27
- 15. すぎなみ子どもサポート(子ども食堂) P.28
- 16-① ゆるゆるma～ma(子育て支援) P.29
- 16-② ゆるゆるma～ma(子育て支援) P.30

支 団 援 体

- 17. オイスカ(国際NGO) P.31

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。
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？

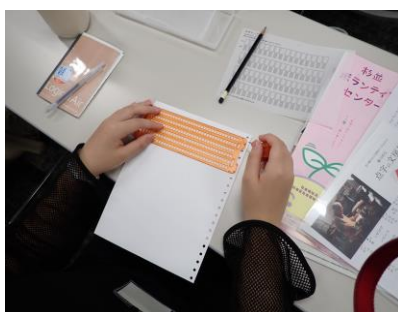
杉並区内に在住・在学・在勤する方を対象に、区内の福祉施設(高齢者、障害児・者)や保育園、ボランティアグループ等の協力を得て、活動場所へ出向き、利用者のみなさんと直接ふれあうボランティア体験プログラムです。

今年の夏ボラは？

- ◆ **体験プログラム** … 手話や点字を通して、当事者の方と交流するプログラム。
- ◆ **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→



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。

体験プログラムは、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

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(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(火)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、体験プログラムごとの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。

1. 手話で聴覚障害者の方と交流しよう！

- 【内 容】 ・ 聴覚障害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だきます。
・ 手話体験
手話のやり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30日(水) 14時～15時30分(受付開始は13時40分から)
② 8月19日(火) 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 の皆さま
- 【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23日(水) 正午まで
② 8月12日(火) 正午まで
- 【参 加 費】 300円



申込みはこちら↑



HPIはこちら↑

2. 点字を学んで「見えない」を知ろう！

- 【内 容】
- ・ 視覚障害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7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31日(木) 正午まで
- 【参 加 費】 300円



申込みはこちら↑



HPはこちら↑

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.14	1. さんじゅ阿佐谷（特別養護老人ホーム）	中学生以上
	P.15	2. さんじゅ久我山（特別養護老人ホーム）	中学生以上
	P.16	3. 西荻ふれあいの家（デイサービス）	中学生以上
	P.17	4. 和泉ふれあいの家（デイサービス）	中学生以上
障 害	P.18	5. すだちの里すぎなみ（施設入所支援）	中学生以上
	P.19	6. どんまい福祉工房（就労継続B型施設）	中学生以上
	P.20	7. けやき亭（就労継続B型事業所）	中学生以上
	P.21	8. みのり（放課後等デイサービス）	高校生以上
	P.22	9. つばさ（放課後等デイサービス）	高校生以上
子ども	P.23	10. 荻窪北保育園（保育園）	中学生、高校生、大学生
	P.24	11. 阿佐谷保育園（保育園）	中学生、高校生
	P.25	12. Picoナーサリ新高円寺（保育園）	中学生以上
	P.26	13. 上水保育園（保育園）	中学生以上
	P.27	14. ぐーちょきぱあ（子育てきずなサロン）	中学生以上
	P.28	15. すぎなみ子どもサポート（子ども食堂）	高校生以上
	P.29	16-① ゆるゆるma～ma（子育て支援）	中学生以上
	P.30	16-② ゆるゆるma～ma（子育て支援）	中学生以上
団体支援	P.31	17. オイスカ（国際NGO）	中学生以上

施設プログラム参加の流れ

活動期間

7月22日(火)～8月23日(土)

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(火)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】 7月12日(土) 14時～15時30分
19日(土) 10時～11時30分
24日(木) 14時～15時30分

【会 場】 ウェルファーム杉並 2階
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23日(水) : 書道クラブ
 - ・ 8月10日(日) : 納涼祭
 - ・ 8月13日(水) : 喫茶クラブ
 - ・ 8月20日(水) : フラワーアレンジメント



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、自宅で生活することが困難となった場合に、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23日(水)、8月10日(日)、13日(水)、20日(水)
① 13時30分～16時

【休 日】 なし

【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】

- ・ 動きやすい服装で、マスクを着用のうえご参加ください。
- ・ ご自身やご家族が1週間以内に発熱があった際は、施設へ報告してください。

2. 特別養護老人ホーム さんじゅ久我山

- 【活動内容】
- ・ご利用者様の話相手
 - ・レクリエーションの補助
 - ・掃除
 - ・シーツ交換

※その他やってみたいことをご相談ください。



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】 ご高齢の方が穏やかに生活されている施設です。
ご利用者様ともコミュニケーションをとっていただけたらと思いますが、
ボランティアを始めてみよう！というきっかけになればと思います。

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

【日 時】 7月23日(水)～8月20日(水)
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

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】

- ・動きやすい服装で、ピアスなどのアクセサリは外してご参加ください。
- ・マスクの着用と活動前の検温を必ずお願いします。
- ・ご自身やご家族が1週間以内に発熱があった際は、施設へ報告してください。

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】 ・ 夏祭りの縁日の手伝い
・ 朝の待ち時間の話し相手

【場 所】 西荻ふれあいの家(西荻北2-12-2 西荻ビル1階)

【連 絡 先】 03-5311-3631

【施設紹介】 西荻ふれあいの家は、高齢者のデイサービスセンターです。
平均年齢89歳ですが、比較のお元気な方が通所されています。
女性のご利用者さんが多く、体操や音楽、絵や書道などに楽しく参加しています。

【ホームページ】 <https://sugimomo.com>

【日 時】 8月4日(月)、5日(火)、6日(水) 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】 ・ 当日は検温をしてきてください。マスクの着用をお願いします。
・ 袖なし及び半ズボンやスカート不可。長い髪はまとめてください。



HPI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】
- ・ 利用者と体操
 - ・ レクリエーションの補助
 - ・ トランプや作品作りの補助
 - ・ お茶出し



HPI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】 30名前後の高齢者が集まり、体操やレクリエーション、趣味活動をして過ごす施設です。

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

【日 時】 7月22日(火)～8月23日(土) 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

【駐 輪 場】 なし

- 【そ の 他】
- ・ 活動日の5日前から検温をしてください。
(体調チェックシートはオリエンテーションの際に配布します)
 - ・ 服装の指定は特にありません。
 - ・ 基本的には、お一人様1回(1日)の参加をお願いしています。

5. 杉並育成園 すだちの里すぎなみ

- 【活動内容】 ・ 納涼祭での利用者支援
・ 物品準備や飾りつけ



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】 すだちの里は、地域移行をスローガンに掲げ、地域生活に必要な生活と働く体験を提供している障害者支援施設です。18歳以上の成人の方で、知的障害のある方が暮らされています。
日中時間帯は、パン工房や喫茶店、機織りやビーズアクセサリ作り、TEACCHプログラムを活用した個別プログラム等を提供しています。
季節のイベントでは、納涼祭や文化祭(10月18日(土))、望年会(12月26日(土))を開催しています。

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

- 【日 時】 A.「納涼祭」
8月12日(火) ① 9時～15時
B.「日中活動や生活ユニットでの活動」
7月22日(火)～24日(木)、28日(月)～8月1日(金)、
4日(月)～8日(金)、12日(火)、18日(月)～21日(木)
① 9時～15時30分 ② 9時～12時 ③ 13時30分～15時30分

【休 日】 なし

【対 象】 中学生以上

【定 員】 「納涼祭」：5名
「日中活動や生活ユニットでの活動」：1日あたり1～2名まで

【持 ち 物】 昼食

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 発熱や体調不良の際はお知らせください。
・ 動きやすい服装でお越しください(ズボン、Tシャツ等)。

6. どんまい福祉工房

- 【活動内容】
- ・ 障害のある人たちと一緒に、クッキーやプリンを作る手伝い
 - ・ カフェや区役所での商品販売のサポート
 - ・ 作業をしている人たちへの声掛けや検品（正確にできているかを確認する作業）



HPはこちら↑

【場 所】 どんまい福祉工房（本天沼1-24-9）
tomarigi（高円寺南3-20-13）

【連 絡 先】 03-3396-2881（どんまい福祉工房）

【施設紹介】 どんまい福祉工房は、障害のある人が“働くこと”にチャレンジできる場所です。
ここは「就労継続支援B型」というしくみで運営されていて、学校を卒業した後などに、すぐに会社で働くのがむずかしい人たちが、自分のペースで仕事の練習をする作業所です。
施設の中では、クッキーやプリンなどのお菓子を作ったり、区役所やカフェ tomarigi（高円寺の作業所）での販売活動にも取り組んでいます。
「まずは通ってみたい」「ゆっくり仕事に慣れたい」「地域の人と関わってみたい」——そんな気持ちを大切にしながら、職員が毎日そばで寄り添い、支えています。一人ひとりの「やってみたい」を応援する、あたたかく安心できる場所です。

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

【日 時】 7月22日（火）～8月22日（金） ※ 8月12日（火）～15日（金）は休み
① 9時～16時 ② 9時～12時 ③ 13時～16時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 各施設1日あたり1名まで

【持 ち 物】 上履き、エプロン、バンダナ、
希望者には昼食の提供あり（1食330円、当日払い、弁当持参も可）

【駐 輪 場】 どんまい福祉工房：あり
tomarigi：なし

【そ の 他】 施設内には基礎疾患がある方もいらっしゃるため、原則としてマスクの着用をお願いします。

7. けやき亭

【活動内容】 ・利用者さんと調理作業、接客、内職

【場 所】 けやき亭(成田東3-2-1)

【連絡先】 03-3311-6101



HPIはこちら↑

【施設紹介】 けやき亭は、精神の障害がありながらも、地域にあってより質の高い生活が送れるよう、活動の場、憩いの場、交流の場を提供しています。定食形式の家庭的な料理をお客様へ提供する作業を中心に、内職やクッキー作りなどを行っています。利用者は自分にあったペースで参加できます。
お互いに親睦を深めたり、運営に関わってくださる方、また地域の方々とも交流をしていくなかで、自分らしい社会参加をしていけるよう支援をしています。

【ホームページ】 <https://www.keyakitei.com/>

【日 時】 7月22日(火)～8月22日(金) ※ 8月13日(水)～15日(金)は休み
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】 上履き、エプロン、三角巾、
希望者には昼食の提供あり(1食450円、当日払い、弁当持参も可)

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 動きやすい服装でご参加ください。

8. 放課後等デイサービス みのり

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



HPIはこちら↑

【場 所】 みのり(桃井2-1-3 葉ビル2階)

【連 絡 先】 03-6454-7475

【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、おやつを食べて楽しく過ごす居場所です。集団活動では体を動かしたり、工作を行ったりしています。

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

【日 時】 7月22日(火)～8月22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。

9. 放課後等デイサービス つばさ

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



HPIはこちら↑

【場 所】 つばさ(桃井1-3-4 高橋ビル2階)

【連 絡 先】 03-6913-8718

【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、おやつを食べて楽しく過ごす居場所です。集団活動では体を動かしたり、工作を行ったりしています。

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

【日 時】 7月22日(火)～8月22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。

10. 荻窪北保育園

- 【活動内容】
- ・ 保育補助(子どもたちと遊ぶ)
 - ・ 雑務(掃除、洗濯、消毒作業)
 - ・ 製作(秋祭りの景品作り)



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歳の子どもたちが通っている保育園です。
子どもたち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29日(火)～31日(木)、8月5日(火)～7日(木)、
12日(火)～15日(金)、19日(火)～21日(木)
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、外履き、着替え、昼食、水筒

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】

- ・ 来園する時の服装と、保育に入るとき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。
- ・ 参加日ごとに感想文の提出があります(2日間体験した場合は、2回分の提出が必要です)。

11. 阿佐谷保育園

【活動内容】 ・ 各クラスの保育補助
・ 雑務などの保育者体験

【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歳から就学前の5歳児が元気にのびのびと生活している保育園です。子どもたちの興味関心が学びの種になると考え、常に子どもたちにとってよりよい環境や豊かな生活が送れるように、日々の保育内容を考えて生活しています。

【ホームページ】 現在作成中

【日 時】 7月22日(火)～8月22日(金)の7日間程度
① 9時～16時 ② 9時～12時

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生、高校生

【定 員】 1名(全日通して最大7名まで)

【持 ち 物】 外履き、着替え、昼食(終日参加者のみ持参)、戸外活動があるので紫外線対策・水分補給

【駐 輪 場】 なし

【そ の 他】 ・ 動きやすく汚れてもいい服装でご参加ください。
・ 事前にオリエンテーションがあります。
・ 学校などからの依頼文がある方はご持参ください。
・ 参加日ごとに感想文の提出があります(2日間体験した場合は、2回分の提出が必要です)。

12. Picoナーサリ新高円寺

【活動内容】 ・ 保育補助(子どもと遊ぶ、水遊びの補助など)
・ 環境整備(室内清掃など)

【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】 Picoナーサリ新高円寺は3階建ての保育園です。
0～5歳児のお子様に通っています。

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

【日 時】 7月22日(火)～8月23日(土)
① 9時～18時 ② 9時～12時 ③ 15時～18時

【休 日】 日曜祝日、年末年始

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり3名まで

【持 ち 物】 上履き、着替え、昼食(終日参加者のみ持参)、必要に応じて暑さ対策
(帽子、水筒など)

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 特になし



HPIはこちら↑

13. 上水保育園

- 【活動内容】 ・ 保育環境整備(園内、園外の掃除など)
・ 保育助手
・ 夏まつりの準備(7月25日(金))



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22日(火)～8月22日(金)
① 9時～18時30分 ※ 活動日数や時間については応相談

【休 日】 土日曜日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1日あたり3名まで

【持 ち 物】 外履き(運動靴など履いてきて可)、着替え(着てきた洋服とは違う動きやすい洋服)、エプロン、水筒(水や麦茶など)、希望者には給食の提供あり(1食380円、当日払い、弁当持参も可)

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 園が指定する健康調査票の予防接種歴をご記入ください。
(健康調査票はオリエンテーションの際に配布します)

14. 子育てきずなサロン ぐーちょきばあ

- 【活動内容】 ・ お子さんと遊ぶ
・ 会場準備や後片付け

【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)

【連 絡 先】 080-1243-7563

【施設紹介】 主に、0歳～2歳ぐらいのお子さんとお母さんがゆったり遊んだり、おしゃべりして過ごすことが出来る集いの場です。

【ホームページ】 なし

【日 時】 7月24日(木)、31日(木)、8月7日(木)、21日(木)
※8月14日(木)は休み
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(終日参加者のみ持参)、マスク

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 動きやすい汚れても良い服装でご参加ください。



Instagramは
こちら↑

15. NPO法人 すぎなみ子どもサポート

【活動内容】 「夏の！子ども食堂in東京立正」

通常子ども食堂は、妙法寺で月2回程度行っています。
春休みと夏休みには、東京立正高等学校の校舎をお借りしてカレーを300食提供し、複数のワークショップも開催しています。

- ・ 配膳、来場者の誘導や案内
- ・ ワークショップ(うちわ作り、缶バッチ作り、アートバールーン)で、子どもたちにやり方を教える、一緒に遊ぶ



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】 子ども食堂の運営、中学生の学習支援、区内中学生吹奏楽部と日本フィル演奏家指導によるワークショップなど、「子どもが真ん中」の居場所づくりを目指し活動をしています。

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

【日 時】 8月2日(土) ① 11時～14時30分 ※ 活動時間は応相談

【休 日】 なし

【対 象】 高校生以上

【定 員】 5名

【持 ち 物】 エプロン、マスク、飲み物

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 ・ 昼食(カレー)の提供があります。
・ 活動日の当日や前日に、下痢の症状がある方や体調が優れない場合は、ご連絡ください。

16 - ① NPO法人 ゆるゆるma～ma

【活動内容】 「夏のお楽しみ会」：ワークショップの手伝い
「夏休みゆうゆう学習室」：学習支援の教え手
「夏休みお昼ごはんP」：子ども食堂の調理や片付け



HPはこちら↑

【場 所】 ゆうゆう大宮堀ノ内館(堀ノ内1-27-9)
ゆうゆう和田館(和田1-41-10)

【連 絡 先】 090-6129-3631

【施設紹介】 子育て支援のNPOです。夏休み中の子ども食堂(調理・片付け・子どもの見守り)や学習支援、ワークショップなどのお手伝いをして頂けるボランティアさんを募集しています。子どもの年齢は乳幼児～小学生くらいまでのお子さんです。

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

【日 時】 A. 「夏のお楽しみ会」：ゆうゆう大宮堀ノ内館
7月26日(土)
① 13時30分～20時30分 ② 13時30分～15時30分
③ 15時30分～18時 ④ 18時～20時30分

B. 「夏休みゆうゆう学習室」：ゆうゆう和田館
7月28日(月)、30日(水)、8月4日(月)、6日(水)、18日(月)、
20日(水)
① 9時30分～11時30分

C. 「夏休みお昼ごはんP」：ゆうゆう和田館
7月28日(月)、30日(水)、8月4日(月)、6日(水)、18日(月)、
20日(水)
① 9時～13時

※「夏休みゆうゆう学習室」と「夏休みお昼ごはんP」続けての参加も可能です。

【休 日】 指定日のみ

【対 象】 中学生以上

【定 員】 1プログラムあたり5～6名まで

【持 ち 物】 上履き、調理の補助をする場合はエプロン、三角巾、タオル

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 いずれの活動でも、動きやすい服装でご参加ください。

16 - ② NPO法人 ゆるゆるma～ma

- 【活動内容】 「みんなのいばしょ 東原Pタイム」
子どもたちのための放課後の室内遊び場です。
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、水遊びをすることもあります。



HPIはこちら↑

- 「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

【場 所】 コミュニティふらっと東原 1階 多目的室(下井草1-23-23)

【連 絡 先】 03-3397-7225

【施設紹介】 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. 「みんなのいばしょ 東原Pタイム」
7月23日(水)、30日(水)、8月6日(水)、9日(土)、20日(水)、23日(土)
① 13時～17時

B. 「みんなのいばしょ みんなでランチ」
8月6日(水)、20日(水) ① 10時～13時

※ 8月6日(水)、20日(水)は、「東原Pタイム」と「みんなでランチ」続けての参加も可能です。

【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】 「東原Pタイム」 : 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。
「みんなでランチ」 : エプロン

【駐 輪 場】 あり

【そ の 他】 「みんなでランチ」では、昼食の提供があります。

17. 公益財団法人 オイスカ

- 【活動内容】
- ・ 8月1日(金) : 「ふるさと和泉みんなの夏祭り」前日準備
 - ・ 8月2日(土) : 「ふるさと和泉みんなの夏祭り」当日準備
 - ・ その他の日程は、ベルマークの仕分けや集計など
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。



HPIはこちら↑

【場 所】 オイスカ(和泉2-17-5)

【連絡先】 03-3322-5161

【施設紹介】 オイスカは、1961年に設立された、41の国と地域で活動を展開する国際NGOです。アジア・太平洋地域を中心に、人材育成や農村開発、環境保全活動などを行っています。
事務所には約30名のスタッフがいます。デスクワークが中心で、国内外で行われる活動の調整を行っています。
スタッフの海外出張や海外からのお客さんも多いため、事務所に様々な国のお菓子が置いてあることもあります。味見もできますよ！
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. 「ふるさと和泉みんなの夏祭り」
8月2日(土) ① 10時～16時 ② 10時～12時 ③ 13時～16時
- B. 「ベルマークの仕分けや集計作業」
7月22日(火)、23日(水)、28日(月)、29日(火)、30日(水)、
8月1日(金)、2日(土)、4日(月)、5日(火)、6日(金)、12日(火)、
13日(水)、18日(月)、19日(火)、20日(水)
① 13時～17時 ※ 活動時間は要相談

【休 日】 土日祝日

【対 象】 中学生以上

【定 員】 「ふるさと和泉みんなの夏祭り」：10名
「ベルマークの仕分けや集計作業」：1日あたり5名まで

【持 ち 物】 上履き、飲み物、昼食(8月2日(土)の終日参加者のみ持参)

【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。

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

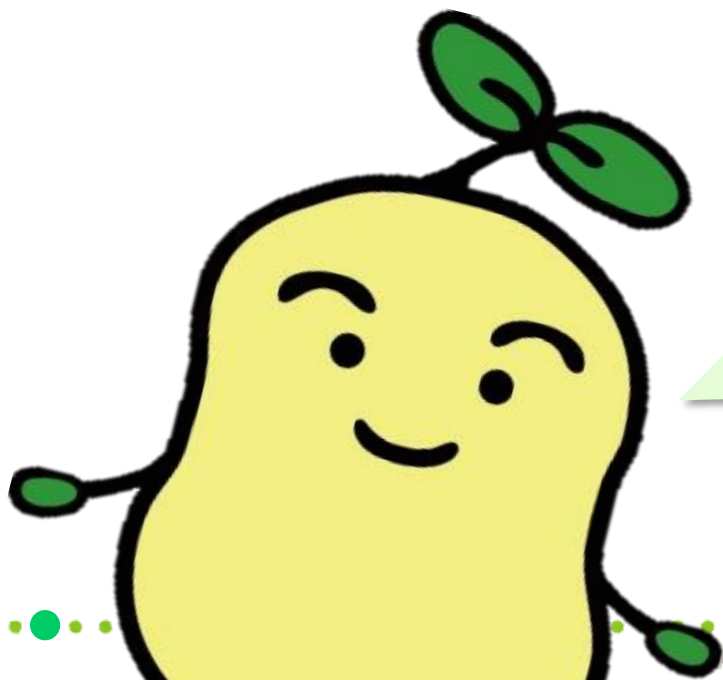
〒167-0032

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
LINE



杉並社協
Facebook



杉並社協
Instagram