

瑞沼市民センター

- ③三郷点字サークル「ウィズ」
- ④ロービジョン「愛夢の会」
- ⑤三郷市聴覚障害者協会・手話サークルさくら草
- ⑬⑭北児児童館



全メニュー
汚れてもいい、
動きやすい服装で
マスクを着けて
参加してね！



ボラ太郎©MVC

記号の意味

- 市 市民活動
- 高 高齢者
- 障 障がい者
- 子 子ども



市 三郷市ボランティアセンター

①切手の仕分け

活動内容
使用済み切手の仕分けを行います。

メッセージ
ボランティアの一歩として身近な使用済み切手の仕分けを行ってみませんか？
お友だちや親子での参加をお待ちしています。

- 1 活動日時 18/3Ⓢ 午後1時30分～3時30分
- 2 募集人数、対象 20人 小学生以上(親子参加可)
- 3 持ち物や自己負担 3はさみ、のり、定規、飲み物(水筒)
- 4 活動場所 4花和田638-1 (健康福祉会館5階会議室)
- 5 交通手段 5 三郷市役所 徒歩2分
- 6 参加メモ 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 ロービジョン「愛夢(あいむ)の会」

④視覚障がいのあるかたのお話と交流

活動内容
白杖・便利グッズの体験とゲームなどをします。

メッセージ
視覚に障がいのあるかたの話を直接聞けます。へえ～と思うことがたくさんあります。

- 1 8/6Ⓢ 午前10時～11時30分
- 2 10人 小学生以上
- 3 飲み物(水筒)
- 4 上彦名870 (瑞沼市民センター)
- 5 三郷市役所 徒歩15分、又は三郷南循環一街区 徒歩5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 三郷点字サークル「ウィズ」

③点字体験

活動内容
視覚に障がいのあるかたのお話を聞いたり、点字の仕組みを教わって実際に点字を打ったりします。

メッセージ
ちょっと不思議な点字に触れてみよう！打った点字を、視覚に障がいのあるかたが指で読んでくれますよ。

- 1 8/22Ⓢ 午後1時～3時30分
- 2 15人 小学生以上(親子参加可)
- 3 筆記用具、資料代(100円)、飲み物(水筒)
- 4 上彦名870 (瑞沼市民センター)
- 5 三郷市役所 徒歩15分、又は三郷南循環一街区 徒歩5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 三郷市ボランティアセンター

②切手の仕分け

活動内容
使用済み切手の仕分けを行います。

メッセージ
ボランティアの一歩として身近な使用済み切手の仕分けを行ってみませんか？
お友だちや親子での参加をお待ちしています。

- 1 8/12Ⓢ 午後2時～4時
- 2 30人 小学生以上(親子参加可)
- 3 はさみ、のり、定規、飲み物(水筒)
- 4 早稲田5-4-1 (文化会館中会議室)
- 5 三郷市役所 徒歩15分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 グループホームサンハウス

7利用者との交流

活動内容
精神障がい者との交流や生活支援の体験をします。

メッセージ
精神障がいの福祉に興味のあるかたの参加をお待ちしています。

- 1 1日から可 8/2㊗、8/9㊗、8/16㊗、8/23㊗ 午後1時～4時
- 2 1日2人 大学生以上
- 3 飲み物(水筒)
- 4 早稲田4-23-5
- 5 ㊗㊗㊗ 15分 しらさぎ公園の前
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 三郷フレンズHAND in HAND

6スポーツレクリエーションボランティア

活動内容
障がいのあるかたとバドミントンやフライングディスク、卓球などのスポーツをします。

メッセージ
一緒に楽しく汗をかきましょう。

- 1 1日から可 7/26㊗、8/2㊗、9㊗、16㊗、23㊗、30㊗ 午後7時～9時
- 2 1日3人 中学生以上
- 3 上履き、飲み物(水筒)、着替え、タオル、45ℓゴミ袋 ※持ってればバドミントンラケット
- 4 大広戸1001(瑞穂中学校体育館)
- 5 ㊗㊗㊗ 20分、又は㊗㊗㊗⇄新三郷南循環 瑞穂中学校前 ㊗㊗ 2分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 三郷市聴覚障害者協会・手話サークルさくら草

5ろう者の言葉!手話体験

活動内容
聞こえない人と楽しく交流しながら手話を体験します。

メッセージ
自分の名前やあいさつを手話で話してみましょ。

- 1 8/3㊗ 午後1時30分～3時30分
- 2 10人 小学4年生～中学3年生
- 3 飲み物(水筒)
- 4 上彦名870(瑞沼市民センター)
- 5 ㊗㊗㊗ 15分、又は㊗㊗㊗⇄新三郷南循環 一街区 ㊗㊗ 5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 サステナイズム

10第6回三郷ジャンクションクリーン作戦

活動内容
ゴミ拾いをします。

メッセージ
三郷ジャンクションをみんなできれいにしませんか?

- 1 8/15㊗ 午前8時～9時
- 2 100人 小学生以上
- 3 汚れても良い服
- 4 インター南1-2-1
- 5 駐車場26台 ㊗㊗㊗ 30分、又は㊗㊗㊗⇄流通01 流通団地中央 ㊗㊗ 5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 ひこなり親子食堂マハロかふえ

9子ども食堂のお手伝い

活動内容
親子食堂で配付するお弁当を作ります。

メッセージ
毎日多忙なお父さん、お母さんたちに月に一度お手軽にランチBOXを作って配付しています。ぜひ体験してみませんか?

- 1 1日から可 7/24㊗、8/21㊗ 午前9時～午後1時
- 2 1日3人 中学生～高校生まで
- 3 エプロン、手拭き用タオル、飲み物(水筒)
- 4 彦野1-161(彦成地区文化センター2階調理室)
- 5 ㊗㊗㊗ ㊗㊗㊗⇄ピアラシティ ㊗㊗ 10分、又は㊗㊗㊗⇄ピアラシティ ㊗㊗ 彦野排水機場 ㊗㊗ 10分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

市 コミュニティサロンなごみ

8子ども食堂のお手伝い

活動内容
お弁当の盛り付けや室内の消毒などのお手伝いをしてもらいます。また、子ども食堂に来た保護者と子どもにお弁当を提供し交流を図ります。

メッセージ
利用者も提供者も同じ地域の仲間。支え合いをモットーに住みよいまちづくりの一環として活動しています。

- 1 1日から可 7/24㊗、7/31㊗、8/7㊗、8/14㊗、8/21㊗、8/28㊗ 午前10時～午後2時
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 エプロン、飲み物(水筒)、昼食代(100円)
- 4 早稲田4-19-9
- 5 ㊗㊗㊗ 15分 しらさぎ公園の前
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

障 光座

13利用者との交流、日中活動の手伝い

活動内容
利用者との外出や、制作、レクリエーションなどを楽しみます。

メッセージ
素直な気持ちで参加してみてください。自分の地域でこんな施設があるんだと知っていただきたいです。

- 1 1日から可 7/25㊗～8/31㊗ 午前10時～午後4時 ※土日祝、8/11㊗～14㊗を除く
- 2 1日2人 小学生以上 ※小学3年生以下は中学生以上の保護者同伴をお願いします。
- 3 上履き、飲み物(水筒)、昼食(月・木) ※火・水・金は給食あり
- 4 早稲田1-21-8
- 5 ㊗㊗㊗ 8分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

障 障害者の生活・作業施設 ひまわりの家

12日中作業ボランティア

活動内容
障がいのあるかたと一緒に作業(内職、畑、アルミ缶つぶしなど)やレクリエーション活動などを行います。

メッセージ
個性豊かな仲間たちと一緒に楽しい時間を過ごしてみませんか。

- 1 1日から可 7/26㊗～8/31㊗ 午前9時～午後4時 ※土日祝、8/8㊗～12㊗を除く
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 上履き、タオル、昼食、着替え、飲み物(水筒)
- 4 新和4-562-3
- 5 ㊗㊗㊗⇄㊗㊗ ㊗㊗ 5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

障 コンパス

11日中活動ボランティア

活動内容
障がいのあるかたと一緒にパンの販売や内職作業などをします。

メッセージ
少人数の施設なので、アットホームな感じです。一緒にパンの配達や内職作業などを体験してみませんか。

- 1 1日から可 7/25㊗～8/31㊗ 午前9時～午後4時 ※土日祝、8/11㊗～17㊗を除く
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 上履き、昼食代(400円)、飲み物(水筒)
- 4 駒形124
- 5 ㊗㊗㊗ 20分、又は㊗㊗㊗⇄新三郷南循環 ㊗㊗ につき平一丁目 ㊗㊗ 2分
- 6 事前オリエンテーションを行います(日程は応相談)。

障 就労継続支援B型パティオ

16 コミュニケーションボランティア

活動内容

利用者のかたと一緒に軽作業やお話をしたり、ゲームをしたりします。

メッセージ

自然体でどうぞ。

- 1 1日から可 7/25㊸～8/31㊸ 午前9時～午後5時30分 ※土日祝、8/11㊸～15㊸を除く
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 昼食、飲み物(水筒)
- 4 彦成3-7-13-101
- 5 ㊸㊸ 15分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

障 川の郷福祉会「おれんじ」

15 作業ボランティア

活動内容

利用者のかたと一緒に作業や運動をします。

メッセージ

夏休み期間を利用して、障がい者施設での活動をぜひ体験してください。

- 1 1日から可 7/25㊸～8/31㊸ 午前9時～午後4時 ※土日祝、8/11㊸～16㊸を除く
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 飲み物(水筒)、上履き、お弁当(施設での購入は410円)
- 4 彦江1-110
- 5 ㊸㊸ 30分、又は㊸㊸⇄流通01 流通通団地東㊸10分 ※自家用車・自転車可
- 6 事前オリエンテーションを行います(日程は応相談)。

障 みどりの風

14 利用者とのコミュニケーション、内職作業の補助

活動内容

利用者と一緒に内職作業を行います。内職作業(または活動)のサポートやお話し相手をお願いします。

メッセージ

個性豊かな利用者と一緒に過ごしてみませんか。経験がなくても大丈夫です。利用者の魅力や可能性を感じていただけたらと思います。ぜひ、遊びにくるつもりでいらしてください。

- 1 1日から可 7/25㊸～8/31㊸ 午前9時30分～午後3時30分(時間帯応相談) ※土日祝、8/15㊸、16㊸を除く
- 2 1日1人 高校生以上
- 3 上履き、飲み物(水筒) ※昼食は施設で提供します。
- 4 半田1212-2
- 5 ㊸㊸ 7分
- 6 事前オリエンテーションを行います(日程は応相談)。

子 北児童館

19 利用者との交流やお手伝い

活動内容

利用者の小学生と一緒にゲームや遊具などを使って遊ぶ相手になります。

メッセージ

子どもの好きなかた、ボランティアを通して、たくさんの子どもたちと遊んでみませんか? 普段の遊びや工作などのお手伝いをいただけるかたも大歓迎です。

- 1 1日から可 8/1㊸～8/21㊸ ①午前10時～正午 ②午後1時30分～5時 ※8/8㊸、11㊸、14㊸を除く
- 2 1日1人 18歳以上 ※児童福祉、保育、教員専攻の学生のかた
- 3 運動靴、飲み物(水筒) ※1日活動する場合は昼食
- 4 上彦名870(瑞沼市民センター)
- 5 ㊸㊸ 15分、又は㊸㊸⇄新三郷南循環㊸一街区㊸5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 放課後等デイサービス「縁むすび」

18 児童の遊び相手

活動内容

発達に遅れのある児童が通う放課後等デイサービスです。学童保育のような感じで、室内でドッチボールや追いかけっこ、DVDを見たり、ブロックで遊んだりと集団での遊びをします。時には公園に行って遊具で遊んだり、遠出してアスレチックや水族館、博物館に行ったりします。

メッセージ

子どもと遊ぶのが大好きなかた。楽しい時間を一緒に過ごしに来てください!

- 1 1日から可 7/24㊸～8/31㊸ 午前9時～午後4時30分 ※日祝、8/13㊸、15㊸を除く
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 運動靴、お弁当、飲み物(水筒)、タオル ※参加日によっては水着
- 4 高州2-218
- 5 ㊸㊸⇄㊸㊸⇄㊸㊸ 高州3丁目東㊸3分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 放課後等デイサービス「さとっこ」

17 保育ボランティア

活動内容

知的障がいのある子どもたち(小学生～高校生)と一緒に体育館で遊んだりおやつ作りをしたりします。

メッセージ

知的障がいのある子どもたちと一緒に遊びましょう。夏の思い出を作りましょう。

- 1 1日から可 7/25㊸～8/31㊸ 午前9時30分～午後5時30分 ※土日祝、8/12㊸を除く
- 2 1日3人 中学生以上
- 3 お弁当、又は昼食代、飲み物(水筒)
- 4 幸房1057-3
- 5 ㊸㊸ 10分、又は㊸㊸⇄㊸㊸ 幸房㊸2分
- 6 事前オリエンテーションを行います(日程は応相談)。

子 南児童センター

22 おばけやしき

活動内容

イベントのお手伝い(チケットの確認、列の整理など)をします。

メッセージ

おばけやしきのお手伝いをお願いします。一緒に夏の思い出を作りましょう。

- 1 1日から可 7/30㊸、31㊸ 午前9時～午後5時
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 タオル、上履き、飲み物(水筒)、昼食
- 4 戸ヶ崎2-654
- 5 ㊸㊸⇄㊸㊸⇄㊸㊸ 戸ヶ崎老人福祉センター前㊸7分、㊸㊸八潮駅⇄松戸駅⇄天王橋通り㊸5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 早稲田児童センター

21 利用者との交流やお手伝い

活動内容

おもちゃの貸し出し、消毒、環境整備、子どもとの遊びの補助などをします。

メッセージ

夏休みの空いている日に子どもたちと思い出を作りませんか? 職員はあなたの参加を待っています。

- 1 1日から可 7/23㊸～8/31㊸ 午前10時～午後4時 ※7/31㊸を除く
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 上履き、エプロン、昼食、タオル、飲み物(水筒)
- 4 早稲田3-18-14
- 5 ㊸㊸ 徒歩13分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 北児童館

20 こどもフェスティバルのお手伝い

活動内容

こどもフェスティバルのゲームコーナーやお店の手伝いをします。

メッセージ

ボランティアを通して、たくさんの子どもたちと遊んでお祭りを盛り上げてみませんか? あなたの参加を待っています。

- 1 8/27㊸ ①午前8時50分～正午 ②午後1時～4時30分
- 2 午前・午後各10人 市内在学の中学生のみ
- 3 運動靴、飲み物(水筒)
- 4 上彦名870(瑞沼市民センター)
- 5 ㊸㊸ 15分、又は㊸㊸⇄新三郷南循環㊸一街区㊸5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 MIRATZ三郷中央第一保育園

㉔保育ボランティア

活動内容

子どもたちと遊んだり片付けのお手伝いをします。

メッセージ

小さな子どもたちと触れ合ってみませんか？みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

- 1 1日から可 7/25㊦～8/31㊦ 午前9時～11時 ※土日祝、8/12㊦～8/15㊦を除く
- 2 1日2人 中学生のみ
- 3 タオル、飲み物（水筒）、フードや飾りのない服装
- 4 中央1-5-15-1F
- 5 ㊦㊧㊨㊩ 3分（ヤオコー三郷中央店付近）
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 MIRATZ三郷中央第一保育園

㉔保育ボランティア

活動内容

保育園の子どもたちの食事の手伝いや天気の良い日は散歩や水遊びをします。

メッセージ

小さな子どもたちと触れ合い、将来の夢の実現に向けボランティアを通して心動く経験をしてみませんか。

- 1 1日から可 7/25㊦～8/31㊦ ①午前8時～正午 ②午後3時～6時 ※土日祝、8/12㊦～8/15㊦を除く
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 タオル、飲み物（水筒）、フードや飾りのない服装
- 4 中央1-5-15-1F
- 5 ㊦㊧㊨㊩ 3分（ヤオコー三郷中央店付近）
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 南児童センター

㉔夕涼み会

活動内容

イベントのお手伝い（各コーナーのゲーム担当・補助など）をします。

メッセージ

ミニ夏まつりのお手伝いをお願いします。一緒に夏の思い出を作りましょう。

- 1 8/20㊩ 午後3時～6時
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 タオル、上履き、飲み物（水筒）
- 4 戸ヶ崎2-654
- 5 ㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 戸ヶ崎老人福祉センター前㊻8分、㊼八潮駅⇄松戸駅㊽天王橋通り㊾5分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 コピープリスクールみさと とがさき

㉔保育士体験

活動内容

子どもたちと遊んだり片付けなど保育士の体験をします。

メッセージ

参加することで保育士の仕事の楽しさを知ってほしいです。子どもたちも皆さんの参加を心待ちにしています。

- 1 1日から可 7/25㊦～8/31㊦ 午前8時30分～午後5時 ※土日祝、8/11㊦を除く
- 2 1日3人 小学4年生以上
- 3 運動靴、上履き、筆記用具、箸、コップ、給食代（275円）、飲み物（水筒）
- 4 戸ヶ崎3-227
- 5 ㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 戸ヶ崎小学校前㊻2分
- 6 事前オリエンテーションを行います（日程は応相談）。

子 MIRATZ三郷中央第二保育園

㉔保育ボランティア

活動内容

おもちゃで遊んだり天気の良い日は水遊びをします。

メッセージ

子どもが好きなかた、素敵な体験をしてみませんか？職員一同お待ちしております。あなたの参加を楽しみに待っています。

- 1 1日から可 7/25㊦～8/29㊦ 午前9時45分～正午 ※土日祝を除く
- 2 1日2人 中学生のみ
- 3 タオル、飲み物（水筒）、フードや飾りのない服装
- 4 中央1-5-15-2F
- 5 ㊦㊧㊨㊩ 3分（ヤオコー三郷中央店付近）
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 MIRATZ三郷中央第二保育園

㉔保育ボランティア

活動内容

保育園の子どもたちと遊びましょう！お散歩に行ったり食事のお手伝いをします。

メッセージ

保育士を目指すかたもぜひいらしてください。あなたの参加を楽しみに待っています。

- 1 1日から可 7/25㊦～8/29㊦ 午前9時～正午 ※土日祝を除く
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 タオル、飲み物（水筒）、フードや飾りのない服装
- 4 中央1-5-15-2F
- 5 ㊦㊧㊨㊩ 3分（ヤオコー三郷中央店付近）
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 っどいの広場「ひだまり広場」

㉔利用者との交流やお手伝い

活動内容

0～3歳くらいの親子と一緒に遊んだり、絵本を読んだりしてもらいます。

メッセージ

小さなお友だちの笑顔はとってもかわいいです。一緒に遊びませんか？ほんわかした気持ちになります。

- 1 1日から可 7/26㊦～8/31㊦の㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 午前10時～正午
- 2 1日2人 中学生以上
- 3 エプロン、飲み物（水筒）
- 4 高州3-60-1（高州地区文化センター）
- 5 ㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 高州地区文化センター入口㊻2分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。

子 コピープリスクールみさと たかの

㉔保育のお手伝い

活動内容

保育のお手伝いをしてもらいます。

メッセージ

明るく元気に笑顔で子どもたちと関わり、楽しんで参加できるかたをお待ちしています。

- 1 1日から可 8/1㊦～8/19㊦ 午前9時～午後4時 ※土日祝を除く
- 2 1日3人 高校生以上
- 3 運動靴、タオル、コップ、飲み物（水筒）、給食代（275円）
- 4 鷹野3-387
- 5 ㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 南中学校前㊻5分
- 6 事前オリエンテーションを行います（日程は応相談）。

子 コピープリスクールみさと ながとろ

㉔保育のお手伝い

活動内容

保育園に登園する子どもたちと遊んだり行事を楽しみます。

メッセージ

子どもたちと元気に楽しく過ごしてください。

- 1 1日から可 8/8㊦～8/10㊦、8/12㊦、8/15㊦～20日㊩ 午前8時30分～午後5時
- 2 1日2人 高校生以上
- 3 運動靴、給食代（275円）、飲み物（水筒）
- 4 鷹野1-415
- 5 ㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺ 大正橋㊻3分
- 6 活動日当日にオリエンテーションを行います。