

2026

サマーチャレンジ ボランティア

みんなの力が
川を元気にする



主催：社会福祉法人長野市社会福祉協議会

協 賛 長野県中小企業団体中央会長野支部・株式会社八十二長野銀行・長野
商工会議所・公益社団法人長野青年会議所・株式会社TOSYS・連合
長野 長野地域協議会（順不同）

後 援 長野市・長野市教育委員会・長野市PTA連合会・信濃毎日新聞社・
SBC信越放送・NHK長野放送局・NBS長野放送・TSBテレビ信州・
長野朝日放送・FM長野・FMぜんこうじ・INC長野ケーブルテレビ・
長野市民新聞社・一般社団法人長野県歯科医師会（順不同）

サマーチャレンジボランティアって？

サマーチャレンジボランティア、略して「サマチャレ」は、夏の長い休みを利用して、「ボランティア活動体験」ができるプログラムです。

「ボランティアってどんなことするんだろう？」「ボランティアはしてみたいけど・・・何をすればいいのかわからない」など、やってみたい気持ちはあっても、なかなか一歩をふみだすのは・・・という人。「ぜひやってみたかったんだ！学生最後の夏休みに！」という人。「友達に誘われたから・・・」「先生に勧められたから」という人。中学生以上なら誰でも参加できます。

この夏、サマチャレで新感覚の夏を体感してみませんか？

サマーチャレンジボランティア 2026

- 目的 ■ 誰もが自分らしく暮らすことができる社会を実現するために、社会の課題に気づき自ら活動するボランティアの役割は非常に大きくなっています。しかし実際には、多くの方がボランティア活動に参加するチャンスがない状況です。そこで、誰でもボランティア活動の第一歩を踏み出せる場として、サマーチャレンジボランティアを実施します。また、多くの方がボランティアに参加する中で、様々な体験をすることが豊かな地域をつくる未来へのステップとなることをめざします。
- 主催 ■ 社会福祉法人長野市社会福祉協議会 長野市ボランティアセンター
- 協賛 ■ 表紙参照
- 後援 ■ 表紙参照
- 実施方法 ■ 7月～9月の活動体験期間中に、市内福祉施設やボランティアグループ等において、一般募集した参加者がボランティアの活動プログラムを体験します。
- 諸注意 ■ 参加証明書の発行は行いませんのでご了承ください。
- <日程>
- 参加者募集期間 6月20日(土)～7月5日(日) 平日10:00～19:00 土日10:00～16:00
最終ページの申込書に必要事項を記入の上、長野市ボランティアセンターに参加者本人が直接申込み。FAX、郵送による申込みは不可とします。
- 事前研修会 7月18日(土) 13:00～16:00(受付12:00～)
【場所】長野市ふれあい福祉センター(長野市大字鶴賀緑町1714-5)
- ボランティア活動の期間 7月18日(土)～9月5日(土)
活動先1か所につき3日間以上活動。活動先は1人1カ所まで。
- 事後研修会 9月12日(土)
午前の部10:00～12:00(受付9:30～)
午後の部14:00～16:00(受付13:30～)
【場所】長野市ふれあい福祉センター(長野市大字鶴賀緑町1714-5)
- 参加資格■ 中学生以上。活動期間中、1か所につき3日間以上ボランティア活動ができ、事前研修会及び事後研修会に参加できる人に限ります。
- 定員■ 300人(先着順)
- 参加費■ 500円(ボランティア活動保険代を含みます)
※活動先により別にかかる費用、研修会場・活動先までの交通費等については各自負担とします。また、申し込み後の返金はいたしかねますのでご注意ください。
- 活動先■ 老人福祉施設・障害者福祉施設・児童福祉施設・ボランティアグループ・NPO等
- その他■ 感染症等の感染拡大や自然災害が発生した場合、本事業を休止または中止する場合があります。



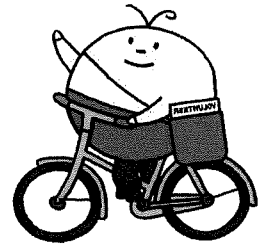
ぼく、ボラキュラ。ぼくにかまれるとみんな
ボランティアしたくなっちゃうんだ

サマチャレに参加するには？

1

パンフレットを見て活動先を決める

このパンフレットに掲載されている施設・団体から、自分のやりたい活動を探して決めてください(第3候補くらいまで決めるといいよ)。活動日数は1つの活動先につき、3日間以上です。



2

申込みをする

6月20日(土)～7月5日(日)の間に、ボランティアセンターで、申込みを受付けます。**必ず本人が申込みをしてください。**迷ったり、希望の活動先が定員に達していたら、ボランティアセンター職員に相談してください。

参加費 500円
(ボランティア活動保険代を含む)

3

事前研修会に参加する

7月18日(土)の事前研修会に参加し、ボランティアについて学びます。活動先の人と打ち合わせも行います。いよいよ活動です！

4

さあっ!活動です!!

7月19日(日)～9月5日(土)の間、1つの活動先につき、3日以上活動をします。



5

事後研修会に参加する

9月12日(土)の事後研修会で活動を振り返り、他の参加者の活動を知り、感じたことをみんなで共有します。

事前・事後研修会 会場

事前研修会

7月18日(土) 13:00～16:00

(受付 12:00～)

場所：長野市ふれあい福祉センター

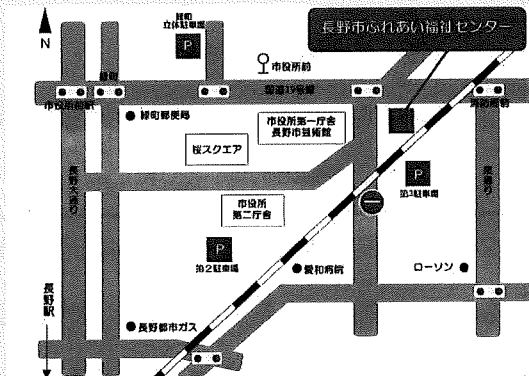
事後研修会

9月12日(土)

午前の部：10:00～12:00 (受付 9:30～)

午後の部：14:00～16:00 (受付 13:30～)

場所：長野市ふれあい福祉センター



<会場>

住所：長野市大字鶴賀緑町 1714-5

■ JR「長野駅」から徒歩10分

■ 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩5分

■ アルピコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

目 次

分類	No.	施 設 ・ 団 体 名 称	ページ
高 齢 者	1	吉田介護サービスセンター通所介護事業所	5
	2	篠ノ井介護サービスセンター通所介護事業所	6
	3	中条介護サービスセンター 大岡サテライト通所介護事業所	
	4	氷鉋介護サービスセンター (かがやきひろば氷鉋)	7
	5	信州新町デイサービスセンター	
	6	長野市柳町老人福祉センター (かがやきひろば柳町)	8
	7	鬼無里老人福祉センター (かがやきひろば鬼無里)	
	8	かがやきひろば三陽 (三陽老人福祉センター)	9
	9	かがやきひろば安茂里 (安茂里老人福祉センター) 安茂里デイサービスセンター	
	10	若槻ホーム デイサービスセンター	10
	11	株式会社ライフケア デイサービスセンター七瀬	
	12	医療法人コスモス コスモス長野デイサービスセンター	11
	13	介護老人保健施設 コスモス長野	
	14	地域密着型介護老人福祉施設コスモス苑	12
	15	(株)コスモスポールスター 川中島デイサービスセンター	
	16	コスモスプラネット稲里デイサービスセンター	13
	17	社会福祉法人 睦会 地域密着型介護老人福祉施設 柴やすらぎの園	
	18	社会福祉法人 睦会 総合福祉施設 やすらぎの園	14
	19	特別養護老人ホーム 大本願ユートピアわかほ	
	20	介護老人保健施設 ゆたかの	15
	21	老人保健施設ふるさと	
	22	NPO法人グループもみじ 小規模多機能ホーム みんなのあもり	16
	23	グループホームまゆ松代	
障 害 児 ・ 者	24	花工房福祉会 就労継続支援B型事業所 わくワーク	17
	25	社会福祉法人花工房福祉会 多機能型事業所エコーンファミリー	18
	26	社会福祉法人稲田会 あすなろクラブ 放課後等デイサービス	
	27	長野県立総合リハビリテーションセンター障がい者支援施設	19
	28	長野県聴覚障がい者情報センター	
	29	特定非営利活動法人 五つ葉福祉会	20

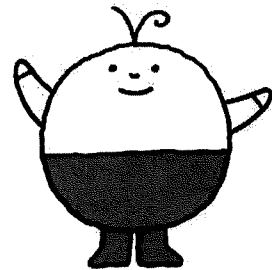
分類	No.	施 設 ・ 団 体 名 称	ページ
障害児・者	30	ひふみ 長野吉田第2教室	20
	31	社会福祉法人ともいき会 ウイズみらいサポートセンター	21
	32	社会福祉法人育護会 ポポラス	
	33	社会福祉法人廣望会 アトリエCoCo	22
	34	絆の会 信州そば工房きすな	
	35	長野県社会福祉事業団 水内荘	23
	36	社会福祉法人 長野県社会福祉事業団 小春日和	
子ども	37	柳原子どもプラザ	24
	38	古牧子どもプラザ	25
	39	大豆島子どもプラザ	
	40	西条子どもプラザ	26
	41	城山子どもプラザ	
	42	山王子子どもプラザ	27
	43	古里子どもプラザ	
	44	篠ノ井東子どもプラザ	28
	45	南部子どもプラザ	
	46	徳間子どもプラザ	29
	47	三本柳児童センター	
	48	徳間児童センター	30
	49	古里児童センター	
	50	南部児童センター	31
	51	松代東条児童センター	
	52	加茂児童センター	32
	53	柳原児童センター	
	54	長野市大豆島児童センター	33
	55	古牧児童センター	
	56	篠ノ井こども広場このゆびとまれ	34
	57	東和田寺小屋カフェ	
	58	長野市もんぜんびら座 こども広場「じゃん・けん・ぽん」	35

分類	No.	施 設 ・ 団 体 名 称	ページ
ボ ラ ン テ ィ ア ・ N P O	59	自分史を綴り語り継ぐ会	36
	60	自習室きたほり	
	61	篠ノ井忠富農園Smile Farm（遊休農地SOS）	37
	62	NPO法人 戸隠森林植物園ボランティアの会	
	63	NPO法人 飯綱高原よっこらしょ	38
	64	長野手話サークル①/3（昼）	
	65	長野手話サークル②/3（夜）	
	66	長野手話サークル③/3（篠ノ井）	39
	67	ねこはんでんサロン	
	68	信州こども食堂 古里こどもカフェ	40
	69	やまびこ会	
	70	ながのTV	41
	71	らその会	
	72	ボーイスカウト長野第一団	42
	73	ボランティアセンターA	
74	ボランティアセンターB	43	
75	ボランティアセンターC		
76	フードバンク信州	44	
77	hanpo		
医 療	78	長野松代総合病院	46
	79	愛和病院	
そ の 他	80	更北地区住民自治協議会	47
	81	ながのこども館	
	82	長野市立博物館	48

サマーチャレンジボランティア 2026

高齢者

No. 1 ~ 23



番号 1	分類 高齢者	担当者 小林 新樹
ふりがな	よしだかいごさーびすせんたーつうしょかいごじぎょうしょ	
施設・団体名称	吉田介護サービスセンター通所介護事業所	
ふりがな	ながのしよしだ3ちようめ22-41	
住所	〒 381-0043 長野市吉田3丁目22-41	
電話番号	(026) 263 - 1775	FAX番号 (026) 263 - 1776
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービスセンター。一日の利用者は38名定員です。	
② 参加者へのメッセージ	利用者の皆さんとエコバック作りや各種作業やレクリエーションや集団体操等、利用者の皆さんと一緒にいながら、介護体験やふれあいを楽しんでください。	
③ 活動内容	お年寄りの皆さんと一緒に過ごし、楽しく過ごしましょう。 各種作業や様々な活動を通して皆さんから学びを得て、運動やレクリエーションを行うことで在宅生活を送り続けられるように支援しています。	
④ 活動場所	住所と同じ センター内	
⑤ 活動時間	9時 30分 ~ 15時 30分 まで	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件 なし
⑧ 持ち物	動きやす服装・屋食・飲み物・上履等	
⑨ その他		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

しなの鉄道北長野駅から徒歩5分
ノルテながの 1階 吉田保健センター併設

番号	分類	担当者
2	高齢者	小林 新樹

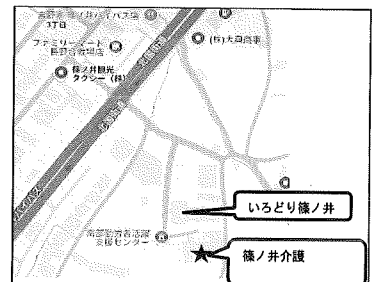
ふりがな	しののいかいごさーびすせんたーつうしょかいごじぎょうしょ		
施設・団体名称	篠ノ井介護サービスセンター通所介護事業所		
ふりがな	ながんのしののいこもり587ばんち		
住所	〒 388-8003 長野市篠ノ井小森587番地1		
電話番号	(026) 293-2001	FAX番号	(026) 293-3930
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービスセンター。一日の利用者は38名定員です。		
② 参加者へのメッセージ	利用者の皆さんとエコバック作りや畑作業やレクリエーションや集団体操等、利用者の皆さんと一緒にいながら、介護体験やふれあいを楽しんでください。		
③ 活動内容	お年寄りの皆さんと一緒に過ごし、楽しく過ごしましょう。 畑作業や軽作業などを通して皆さんから学びを得て、運動やレクリエーションを行うことで在宅生活を送り続けられるように支援しています。		
④ 活動場所	住所と同じ センター内		
⑤ 活動時間	9時 30分 ~ 15時 30分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	動きやすい服装・昼食・飲み物・上履等		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR篠ノ井駅から徒歩25分

番号	分類	担当者
3	高齢者	本堂 浩之

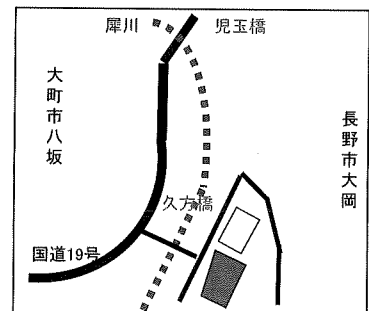
ふりがな	なかじょうかいごさーびすせんたーおのおおかさてらいとつうしょかいごじぎょうしょ		
施設・団体名称	中条介護サービスセンター 大岡サテライト通所介護事業所		
ふりがな	ながのしおのおおかつ3117		
住所	〒381-2703 長野市大岡乙3117 大岡介護サービスセンターことぶき荘		
電話番号	(026) 266-2150	FAX番号	(026) 266-2155
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービスセンター。利用者は20人、同施設内でショートスティも併設しております。		
② 参加者へのメッセージ	北アルプスの山々や四季折々の農村風景を眺めつつ、市街地と一味違った自然豊かな環境で福祉に携わってみませんか。		
③ 活動内容	ご高齢の方とふれあって、1日楽しくお付き合いしてください。 特技披露（楽器演奏やダンス、歌、折り紙、お手玉など） 一緒にお話したり、お手伝いをしてください。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時 30分 ~ 16時 0分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗を拭くタオル		
⑨ その他	昼食 持参、月・金曜営業日、火・水・木曜日はショートのみ営業。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

公共交通機関ハッピー号のみ、
自家用車

番号
4

分類
高齢者

担当者
増尾

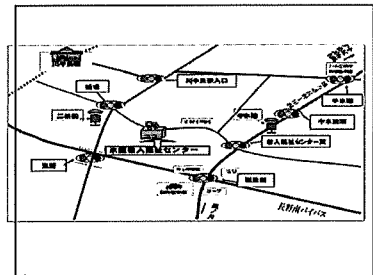
ふりがな	ひがのかいごさーびすせんたー かがやきひろばひがの	
施設・団体名称	①氷鉋介護サービスセンター ②かがやきひろば氷鉋	
ふりがな	ながのしいなさとまちなかひがの	
住所	〒381-2215 長野市稲里町中氷鉋405	
電話番号	(026) 284-8100	FAX番号 (026) 286-7768
① 施設・団体の説明	①介護の必要な高齢者が、入浴や機能訓練のために通う施設です。 ②趣味や健康づくりのため、元気な高齢者に通ってもらう施設です。	
② 参加者へのメッセージ	人生の大先輩と交流しましょう！	
③ 活動内容	①利用者の話し相手、作業プログラム（調理、エコバッグづくりなど）のお手伝い ②子ども体験教室でのお手伝い	
④ 活動場所	かがやきひろば氷鉋（介護サービスセンターと同じ建物です）	
⑤ 活動時間	13:00～16:00	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2～3人	⑦ 受入れ条件 特になし
⑧ 持ち物	動きやすい服装、上履き（スリッパ不可）、タオル、飲み物	
⑨ その他		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR東日本 川中島駅から徒歩20分
アルピコバス 中氷鉋バス停より徒歩15分

番号
5

分類
高齢者

担当者
増尾

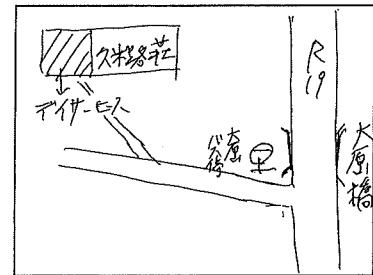
ふりがな	しんしゅうしんまちでいさーびすせんたー	
施設・団体名称	信州新田デイサービスセンター	
ふりがな		
住所	〒381-2422 長野市信州新田日原東2186番地1	
電話番号	(026) 262-5090	FAX番号 (026) 262-5188
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービス。 耳の遠い方も対応です。	
② 参加者へのメッセージ	この場所での交流も残り、他者との関わりが深い方もいる（おしゃべり、たくさん話しかけてほしい）です。	
③ 活動内容	午前中は入浴後の利用希望者の対応。午後はイスに座り、体操、レクリエーション等を楽しんでほしい。一緒に盛り上げてほしい。ぜひご参加ください。	
④ 活動場所	住所と同じ	
⑤ 活動時間	10:00～16:00	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件 年齢制限なし
⑧ 持ち物	動きやすい服装、上履き	
⑨ その他		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

バス交通 大原、バス停
から徒歩1分

番号	分類	担当者
6	高齢者	田中

ふりがな	ながのしやなぎまちろうじんふくしセンター (かがやきひろばやなぎまち)		
施設・団体名	長野市柳町老人福祉センター (かがやきひろば柳町)		
ふりがな	ながのしみわ1252-1		
住所	〒380-0803	長野市三輪1252-1	
電話番号	(026) 235-0019	FAX番号	(026) 217-7789
① 施設・団体の説明	長野市在住の60歳以上の高齢者へ各種講座を通して生きがいづくりや交流の場を提供している施設です。		
② 参加者へのメッセージ	難しいことは何ともありません！みなさんのペースと一緒に楽しく活動しましょう。		
③ 活動内容	体操、囲碁などの講座で60歳以上の元気な利用者さんと一緒に活動したり、お手伝いさせていただきます。 館内清掃、草取りなどの簡単な作業も行っています。		
④ 活動場所	かがやきひろば柳町		
⑤ 活動時間	◎9:30~12:30		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	3~5人	◎受入れ条件 高齢者とお話が得意な方を大歓迎します。囲碁、体操が好きな方も大歓迎です。
⑧ 持ち物	汚れてもよく動きやすい服装、水分補給用の飲み物、上履き(運動靴)		
⑨ 屋 食	屋食は必要ありません。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

バス[長電バス] 柳町中学校前

番号	分類	担当者
7	高齢者	芦澤

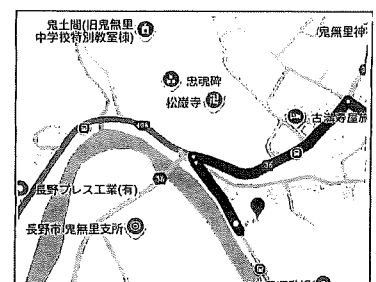
ふりがな	きなさ ろうじん ふくし センター		
施設・団体名	鬼無里老人福祉センター (かがやきひろば鬼無里)		
ふりがな	ながのし きなさ		
住所	〒381 - 4301	長野市鬼無里 160-3	
電話番号	(026) 256 - 3158	FAX番号	(026) 256 - 3160
① 施設・団体の説明	デイサービスなどの介護サービスセンターと併設の施設です。老福では60歳以上の方を対象に生きがいづくりや介護予防の講座を開催しています。		
② 参加者へのメッセージ	ボランティア活動が初めての方も安心して、世代間交流を楽しみにお出かけください。		
③ 活動内容	講座の準備や片付け、講座と一緒に参加して楽しんでください。 デイサービスセンターでは、ご利用者の皆さんとお話をしたり、体操やエコバッグ作りのお手伝いをお願いします。特技の披露も大歓迎！		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時00分~16時00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	2人	⑦ 受入れ条件 中学生以上
⑧ 持ち物	動きやすい服装・上履き・飲み物・屋食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

市営バス 鬼無里線
長野駅~鬼無里支所入口
バスで50分
バス停留所から徒歩1分

番号	分類	担当者
8	高齢者	長岡

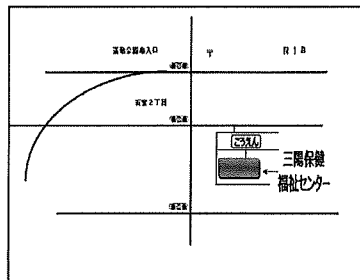
ふりがな	かがやきひろばさんよう		
施設・団体名称	かがやきひろば三陽 (三陽老人福祉センター)		
ふりがな	ながのしにしおわりべ		
住所	〒381-0034 長野市西尾張部1124-6		
電話番号	(026) 259 - 2411	FAX番号	(026) 259 - 2477
① 施設・団体の説明	60歳以上の方が、体操や歌などの講座を受けたり、グループで活動しています。 併設のデイサービスセンターの方とも交流します。		
② 参加者へのメッセージ	元気な高齢者の方たちがたくさん活動しています。若いみなさんとの交流を楽しみにお待ちしております。		
③ 活動内容	講座の準備、受付、片付けなど。一緒に講座を受けてもうらうこともあります。 グループ活動のみなさんと一緒に活動します。 デイサービスで、利用者の方と一緒に話をしたり作業をしたりします。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時～16時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上
⑧ 持ち物	お弁当・水筒・タオル		
⑨ その他	動きやすい服装		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

アルピコ交通 北屋島線 西尾張部
長電バス 須坂屋島線 南長池

番号	分類	担当者
9	高齢者	巨

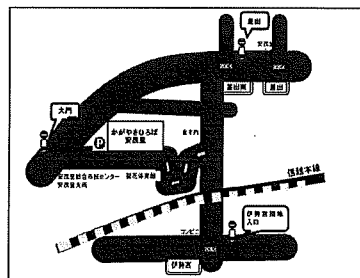
ふりがな	かがやきひろばあもり (あもりろうじんふくしせんたー)		
施設・団体名称	かがやきひろば安茂里 (安茂里老人福祉センター) 安茂里デイサービスセンター		
ふりがな	ながのしおおあざあもり1775ばんち		
住所	〒380-0941 長野市大字安茂里1775番地		
電話番号	(026) 225 - 8500	FAX番号	(026) 225 - 8503
① 施設・団体の説明	高齢者に生きがいづくり、健康づくりや地域福祉活動、世代を超えた交流の場 学びの場、地域とのつながりを目的とした施設です。		
② 参加者へのメッセージ	世代間を超えた交流の場を楽しみましょう。		
③ 活動内容	・メンズクッキングクラブのボランティア ・安茂里デイサービスのお話相手ボランティア ・安茂里デイサービスのエコバックづくりボランティア		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	10:00～15:00(変更になる時があります)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	動きやすい服装 汗拭きタオル 水分補給 お昼		
⑨ その他	8/6(エプロン マスク 三角巾)		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩20分
JR安茂里駅から徒歩20分アルピコバス 差
出バス停より徒歩5分

番号
10

分類
高齢者

担当者
清水

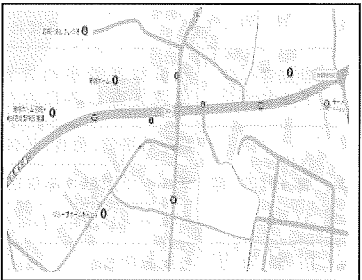
ふりがな	わかつきほーむ でいさーびすせんたー		
施設・団体名称	若槻ホーム デイサービスセンター		
ふりがな	ながのし たなか		
住所	〒 381 - 0086 長野市田中1464-1		
電話番号	(026) 251 - 3505	FAX番号	(026) 295 - 3400
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービス。利用者は30名程度。 お話し好きの方が多いです。		
② 参加者へのメッセージ	世代を超えてお話をしてみたい方、高齢者福祉に興味のある方お待ちしています。		
③ 活動内容	利用者様とお話したり、レクリエーションを一緒に楽しんだりとコミュニケーションが大きな活動内容となっています。それ以外にも補水の用意（お茶出し）や手指消毒といった生活の中での支援をしていきます。		
④ 活動場所	若槻ホーム 本館 1F		
⑤ 活動時間	9:00~16:00 休憩1時間含む		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、お弁当		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

○JR長野駅よりバスで約40分 田中南下車
○JR北長野駅、長野電鉄信濃吉田より
タクシーで約12分

番号
11

分類
高齢者

担当者
平林・福澤

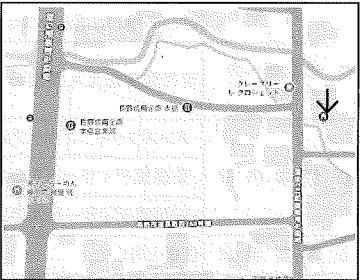
ふりがな	かぶしきがいしゃらいふけあ でいさーびすせんたーななせ		
施設・団体名称	株式会社ライフケア デイサービスセンター七瀬		
ふりがな	ながのしつるがいまち115-5		
住所	〒 380-0901 長野市鶴賀居町115-5		
電話番号	(026) 223 - 6061	FAX番号	(026) 226 - 7883
① 施設・団体の説明	ご利用者様は、毎日10人前後お越しになり、認知症の方もいらっしゃいます。 地域の方の笑顔と安心を支える施設です。		
② 参加者へのメッセージ	お話やちょっとしたお手伝いで、ご利用者様に笑顔をお届けできる活動です。 温かく家庭的な雰囲気のデイサービスです。		
③ 活動内容	お茶出しや配膳などの簡単なお手伝い、ご利用者さまとお話相手、レクリエーションの見守りなどを行います。高齢者の方と交流しながら楽しく活動できますよ😊 職員と一緒に活動しますので、初めての方でも安心して参加いただけます。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:30~12:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限無し
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗拭きタオル、水筒(必要に応じて)		
⑨ その他	活動中はアクセサリは外してください。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅東口から 徒歩約20分
アルピコ交通 長野鶴賀バス停から 徒歩4分

番号
12

分類
高齢者

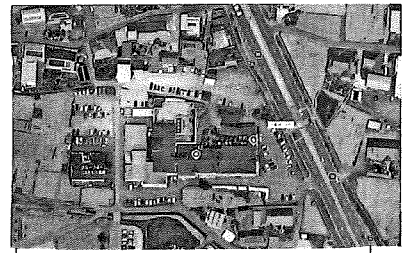
担当者
篠原、大町

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

川中島駅
小仏代線「小島田」下車
徒歩5分

ふりがな	いりょうほうじん ながの		
施設・団体名	医療法人コスモス コスモス長野デイズ - ビスビー		
ふりがな	ながのし おしまだまち		
住所	〒381-2212 長野市小島田町380番地		
電話番号	(026) 283-8578	FAX番号	(026) 283-8657
① 施設・団体の説明	高齢者の方の運動(筋力トレーニング、ストレッチ体操)、交流、生きがい作りを目的とした、定員40名の通いの施設です。		
② 参加者へのメッセージ	介護に興味のある方、人生の大先輩と関わり、自分の世界を広げましょう!!		
③ 活動内容	高齢者の方のお話をしたり、体操や歩行、塗り絵等の作業活動の付添いや、お手伝いをお願いしませ。特技披露(楽器演奏、歌、etc.)も大歓迎です!		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時 00分 ~ 16時 00分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	昼食、飲み物、動きやすい服装、靴(施設内下履可)		
⑨ 昼食	各自で持参 有料で提供 (円)		

番号
13

分類
高齢者

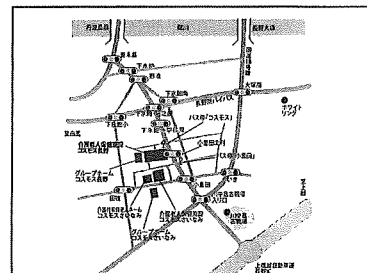
担当者
青木、若谷

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

■バス(長野方面アルピコ)長野駅善光寺口「古戦場・松代行き」乗車→「小島田」で下車。徒歩3分
■バス(松代方面アルピコ)「古戦場・県庁前行」乗車→「コスモス」で下車
■タクシー(JR長野駅)から20分
■お車→上信越自動車道長野ICから5分

ふりがな	かいごろうじんほけんしせつ こすもすながの		
施設・団体名	介護老人保健施設 コスモス長野		
ふりがな	ながのしおしまだまち		
住所	〒388-2122 長野市小島田町 380番地		
電話番号	(026) 285-2654	FAX番号	(026) 285-2732
① 施設・団体の説明	介護が必要な方が入所してリハビリをしたり、自宅に帰る事を目指す施設です。利用者は140人、3つのフロアに分かれて生活しています。		
② 参加者へのメッセージ	ちょっとしたチャレンジをしてみませんか?初めての方も大歓迎!一緒に楽しい時間を過ごしましょう!!		
③ 活動内容	利用者さまとお話しをしたり、歌や折り紙、お手玉、楽器の演奏や体操等 なんでもOKです! 上記が苦手な方も、車いす掃除や窓ふき等の作業も大歓迎です。		
④ 活動場所	介護老人保健施設コスモス長野		
⑤ 活動時間	10:00~16:00の中で応相談		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人(応相談)	⑦ 受入れ条件	特になし
⑧ 持ち物	動きやすい服装、汗拭きタオル、水分やお弁当等		
⑨ その他			

番号 14	分類 高齢者	担当者 松本
----------	-----------	-----------

ふりがな	ちいきみつちやくがたかいごろうじんふくしせつ こすもすえん		
施設・団体 名称	地域密着型介護老人福祉施設コスモス苑		
ふりがな	ながのしさしでみなみ		
住所	〒380-0948 長野市差出南三丁目7-1		
電話番号	(026) 228 - 1500	FAX番号	(026) 267 - 5556

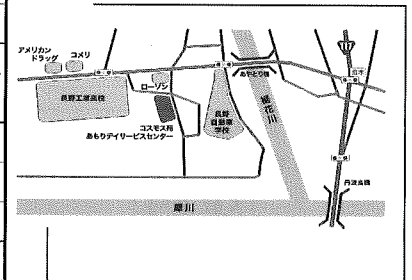
① 施設・団体の説明	介護の必要な高齢者が地域で暮らし続けられるように支援しています。 29名の方が3つのユニットに分かれて生活しています。		
② 参加者へのメッセージ	平均年齢90歳のおじいちゃん、おばあちゃんの経験豊富なお話は、学校では聞けない魅力がいっぱいです。楽しいですよ。		
③ 活動内容	・たくさん会話をしてください。 ・レクリエーションのお手伝い(カラオケ、朗読、手芸など) ・近所を車いすを押しながら、散歩をします。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:30~16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗ふきタオル、帽子、お弁当、水筒		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅から犀北団地行バスで、長野工業前下車し、徒歩5分
安茂里駅から徒歩20分

番号 15	分類 高齢者	担当者 清滝/藤根
----------	-----------	--------------

ふりがな	こすもすぽーるすたー かわなかじま でいさーびすせんたー		
施設・団体 名称	(株)コスモスポールスター 川中島デイサービスセンター		
ふりがな	ながのし かわなかじままち みくりや		
住所	〒381-2221 長野市川中島町御厨1131-1		
電話番号	(026) 214-6865	FAX番号	(026) 214-6866

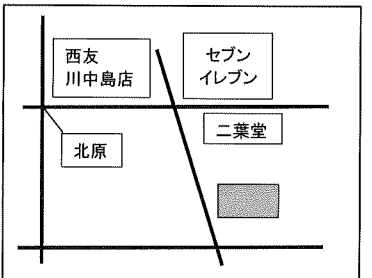
① 施設・団体の説明	高齢者を対象としたデイサービスセンターです。定員は20名と小規模です。 ゆったりとした雰囲気のデイサービスです。		
② 参加者へのメッセージ	家庭的な雰囲気の中、何気ないおしゃべりを楽しみませんか。やさしくお話ししてさせていただきます。皆様のご参加をお待ちしています！		
③ 活動内容	・レクリエーションや体操を一緒に行いましょう ・昼食の配膳や移動補助などデイサービス業務のお手伝いをお願いします ・絵・歌・ダンスなど特技があれば是非！披露してください		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:30 ~ 16:00まで可能です		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、昼食、水分、タオル		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR今井駅から徒歩 20分
川中島の西友から徒歩 5分

番号 16	分類 高齢者	担当者 横水かおり
----------	-----------	--------------

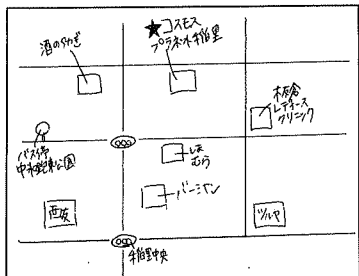
ふりがな	ニモモスプラネット いなまて でいさーびすせんたー		
施設・団体 名称	コスモスプラネット 糸里 ティサービスセンター		
ふりがな	いながレ いなまてちゅうおう (ちゆうめい15ばん (ごう		
住所	〒381-2217 長野市 糸里町中央 1丁目 15番1号		
電話番号	(026) 214-3010	FAX番号	(026) 214-3011
① 施設・団体の 説明	高齢者を対象としたティサービスセンターでの利用者は平均、1日14名ほど。アットホームな雰囲気の中、季節をたのびながらイベントを企画している。		
② 参加者への メッセージ	人生の大先輩とのふれあいを過ごし、自分自身を高められるチャンスが 一般にたのしいひとときを過ごしましょう。じゆん。		
③ 活動内容	・お年寄りの方とお話をしたり、簡単な手芸を一緒にしましょう。 ・特技をぜひ披露して下さい!(楽器・ダンス・絵・将棋など) ・夏のイベントのお手伝い(スイーツ作り、夏祭り、おでかけ等)		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	10:00 ~ 15:00 (数時間のみもOK!ご相談を。)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり上限 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上着、動きやすい服装、汗を拭くタオル、水筒(水分)等		
⑨ その他			

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	27	28	29	30	31	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	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR川中島駅より徒歩30分
川中島バス 中央総合公園から徒歩5分

番号 17	分類 高齢者	担当者 吉澤
----------	-----------	-----------

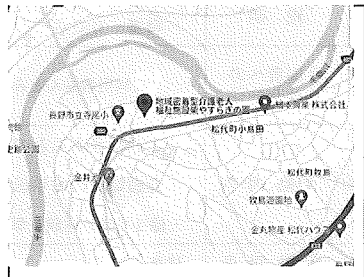
ふりがな	しゃかいふくしほうじんつむかいかい ちいきみつちやくがたかいごろうじんふくしせつしばやすらぎのその		
施設・団体 名称	社会福祉法人 睦会 地域密着型介護老人福祉施設 柴やすらぎの園		
ふりがな	ながのしまつしろまちしば330ばんち1		
住所	〒381-1214 長野市松代町柴330番地1		
電話番号	(026) 214-7830	FAX番号	(026) 214-7831
① 施設・団体の 説明	長野市内にお住まいで、介護が必要なお年寄りが生活することのできる老人ホーム。 生活されているお年寄りの方は29名。		
② 参加者への メッセージ	やる気、目的を持って参加して下さる方をお待ちしております。		
③ 活動内容	お年寄りとの話し相手、車椅子の移動補助。 特技などあれば披露、職員のお手伝いをお願いします。 施設行事のお手伝いもお願いします。		
④ 活動場所	柴やすらぎの園		
⑤ 活動時間	10時00分 ~ 16時00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上で介護に関心のある方
⑧ 持ち物	動きやすい服装、上履き(運動靴)、タオル、マスク、昼食、飲み物		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅よりアルピコ交通(旧川中島バス)
金井山線「松代行き」バス乗車
「金井山」バス停 下車 徒歩1分

番号 18	分類 高齢者	担当者 鈴木
----------	-----------	-----------

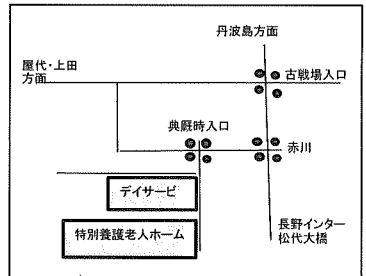
ふりがな	しゃかいふくしほうじん むつみかい そうごうふくしせつ やすらぎのその		
施設・団体名称	社会福祉法人 睦会 総合福祉施設 やすらぎの園		
ふりがな	ながのしののいきねぶち		
住所	〒 388- 8019 長野市篠ノ井杵淵213-4		
電話番号	(026) 293 - 2600	FAX番号	(026) 293 - 2959
① 施設・団体の説明	在宅で介護を必要とする高齢者のために、日中入浴・食事・日常動作訓練を行う通い福祉サービスです。		
② 参加者へのメッセージ	みなさんの元気と笑顔をお待ちしております。		
③ 活動内容	利用者との話し相手・レクリエーション補助・移動補助 他		
④ 活動場所	やすらぎの園デイサービスセンター		
⑤ 活動時間	9時30分～16時00分まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1人	⑦ 受入れ条件	中学生以上社会人
⑧ 持ち物	上履き(運動靴)・動きやすい服装・飲み物・昼食(各自で持参)		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

・長野市巡回バス「篠ノ井ぐるりん号」で「やすらぎの園前」下車 目の前
・川中島バス松代行、「典厩寺入口」下車 徒歩10分

番号 19	分類 高齢者	担当者 宮澤
----------	-----------	-----------

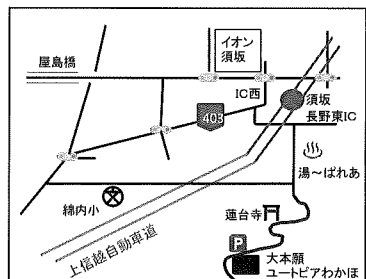
ふりがな	とくべつようごろうじんほーむ だいほんがんゆーとぴあわかほ		
施設・団体名称	特別養護老人ホーム 大本願ユートピアわかほ		
ふりがな	ながのしわかほわとうち4429ばんち		
住所	〒 381-0101 長野市若穂綿内4429番地		
電話番号	(026) 282 - 3522	FAX番号	(026) 282 - 3523
① 施設・団体の説明	日常的に介護が必要な高齢者の方の生活のお手伝いをする施設です。 特養：60名 小規模特養：20名		
② 参加者へのメッセージ	ご利用者さんとふれあって笑顔を引き出していただければ嬉しく思います。		
③ 活動内容	・ご利用者さんとのふれあい（お話し相手・風船パレーなど） ・介護職員のお手伝い（食事配膳・サロン清掃など） ・福祉用具の体験（車イスや介護用リフトの体験、福祉車両の乗車体験など）		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時30分～15時30分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	特にありません
⑧ 持ち物	上履き・動きやすい服装（更衣室あり）・タオル・筆記用具		
⑨ その他	感染症予防に留意して、当日、自身に体調不良がある場合は事前連絡してください。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

施設前までの公共交通機関はありませんので、自家用車をお勧めします。自転車も可能ですが、約2km上り坂です。

番号
20

分類
高齢者

担当者
中野 小林

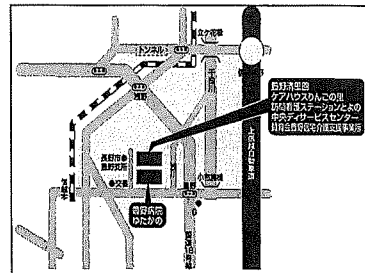
ふりがな	かいごろうじんほけんしせつ ゆたかの		
施設・団体名称	介護老人保健施設 ゆたかの		
ふりがな	ながのしとよのまちとよの		
住所	〒389-1105 長野市豊野町豊野634		
電話番号	(026) 257-3000	FAX番号	(026) 257-5145
① 施設・団体の説明	高齢者のリハビリを中心とした在宅復帰施設で、96名の方が生活されています。 一人一人がその人らしく、安心して生活ができるように支援しています。		
② 参加者へのメッセージ	お年寄りとおふれあいのあるひとときを過ごしてみませんか？ 福祉の仕事が体験できる良い機会です。		
③ 活動内容	入所している皆さんと一緒に過ごします。 お話し相手やレクリエーションや体操のお手伝い、特技披露も大歓迎です。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	10:00~16:00		
⑥ 受入れ人数	2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR豊野駅より徒歩12分

番号
21

分類
高齢者

担当者
檀原 弘幸

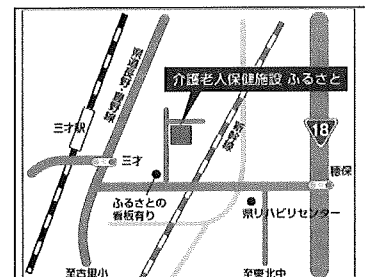
ふりがな	ろうじんほけんしせつふるさと		
施設・団体名称	老人保健施設ふるさと		
ふりがな			
住所	〒 381-0081 長野市三才683		
電話番号	(026) 251-3155	FAX番号	(026) 251-3156
① 施設・団体の説明	長野医療生活協同組合の運営する介護事業所です。100床の入所と通所リハビリテーション、訪問リハビリテーションを行っています。ひとりひとりの利用者の方に合わせた計画をたて、在宅生活を支援しています。		
② 参加者へのメッセージ	利用者の方とお話をしたり、一緒に体操をして楽しみましょう。		
③ 活動内容	通所リハビリテーションでの体操の補助、配茶、配膳 利用者の方とお話をしたり、一緒に体操をする 特技の披露（楽器演奏やダンス、歌…）		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:30~16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	
⑧ 持ち物	タオル・動きやすい服装・飲み物・昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

しなの鉄道北しなの線 三才駅から徒歩15分

番号
22

分類
高齢者

担当者
寺島

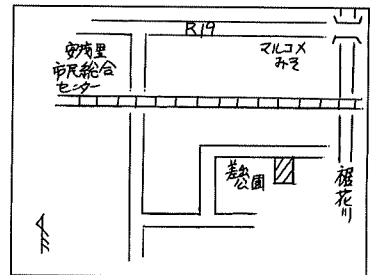
ふりがな	（おまろ 女王のホーム） NPO法人 グループおまじ		
施設・団体名称	小規模多機能ホーム みんなのあてり		
ふりがな	おまのし あてり ふれあふろ		
住所	〒380-0941 長野市 安房里 霞ヶ3割 1861		
電話番号	(026) 226-0903	FAX番号	(026) 226-0903
① 施設・団体の説明	利用者さんが住みながら自宅で暮らせるおまろのうらみサービスを組み合わせて365日、24時間支えます。		
② 参加者へのメッセージ	まず、「知る」から始めませんか。あなただけの明るく笑顔が続いています。		
③ 活動内容	利用者さん、ご家族、ご近所さん、スタッフをみんなが過ごすくらしの場です。特技の披露、大歓迎。普通の生活の「家族ぶこ」をしてみませんか。		
④ 活動場所	施設内		
⑤ 活動時間	10時00分～16時00分（内1時間休憩）		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	特になし
⑧ 持ち物	動きやすい服装。		
⑨ その他	昼食、有料で提供 /食200円		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅からマルコムみぞ工場方面へ
徒歩15分
並中央公園隣

番号
23

分類
高齢者

担当者
宮原、小林

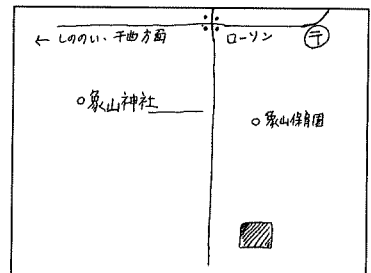
ふりがな	かがしき かいしゃいかけあ くろ-おほ-む まゆまつろ		
施設・団体名称	株式会社 ライフケア グループホーム まゆ松代		
ふりがな	ながのし まつろまち まつろ 1455-1		
住所	〒381-1231 長野市松代町松代 1455-1		
電話番号	(026) 214-0661	FAX番号	(026) 214-0662
① 施設・団体の説明	認知症の利用者様 18名のグループホームです。天気の良い日は近くの象山神社や山寺常山邸がお散歩コースです。		
② 参加者へのメッセージ	元気で笑顔で、一緒に楽しい時間を過ごしていきましょう！		
③ 活動内容	認知症の方と一緒に話したり散歩の付き添い（天気による）、配膳やおやつ準備のお手伝い等にります。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	10:00～16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、マスク、飲み物、昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



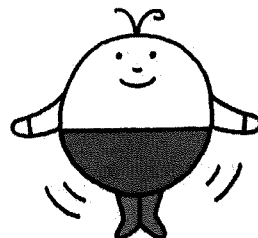
⑫交通機関

バス停「松代馬場」から
徒歩13分

サマーチャレンジボランティア 2026

障がい児・者

No.24～36



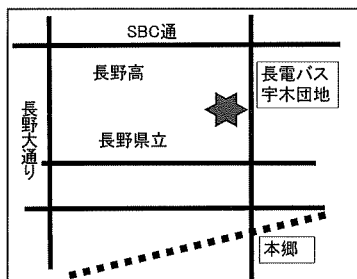
番号	分類		担当者
24	障がい児・者		山口
ふりがな	はなこうぼうふくしかい しゅうろうけいぞくしえんぴーがたじぎょうしょ わくわーく		
施設・団体名	花工房福祉会 就労継続支援B型事業所 わくワーク		
ふりがな	ながのしみわ 8-51-36 あさばはいつうき 2F-8		
住所	〒 380-0803 長野市三輪 8-51-36 アサバハイツ宇木 2F-8		
電話番号	(026) 233 - 5210	FAX番号	(026) 233 - 5210
① 施設・団体の説明	障がいを持っている方々の『働く』を応援する事業所です。 利用者さんは20代～60代と幅広く、毎日元気に活動しています。		
② 参加者へのメッセージ	一緒に作業をしながらたくさんお話して、障がいを持っている方々への理解を深めてもらえたらいいな、と思います。「楽しかった」と思ってもらえる体験になるように、私たちも応援します！		
③ 活動内容	利用者さんと一緒に作業に取り組んでいただきます。 作業内容（室内：各種お菓子の箱折り／外作業：パン販売、公園や建物内の清掃・草取りなど） 利用者さん達とコミュニケーションを取りながら楽しんでほしいです。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9：00～16：00／（水）は15時まで（午前、または午後のみでもOK）		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	特にありません
⑧ 持ち物	動きやすい服装、水筒、昼食（コンビニ近くにありますが／お弁当注文もできます ¥500）		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- 長野電鉄 本郷駅から徒歩10分
- 長電バス『宇木団地』下車 徒歩1分

番号 25	分類 障がい者	担当者 米山 彩華
----------	------------	--------------

ふりがな	しやかいふくしほうじん いなだかい あすなろくらぶ ほうかこうどういさーびす		
施設・団体名称	社会福祉法人 稲田会 あすなろクラブ 放課後等デイサービス		
ふりがな	ながのし とくま いちいちよんよんのこ わーくせんたーゆい にかい		
住所	〒381-0041 長野市徳間1144-5 ワークセンターYUI 2階		
電話番号	026-255-7770	FAX番号	026-255-7771
① 施設・団体の説明	地域の小、中、高校在学中の障害のあるお子さんが利用している福祉施設です。平日は学校が終わってから放課後の時間に、学校の休日は朝から1日を通してご利用いただけます。曜日ごと、それぞれの集団（8名前後）にマッチングできる活動を提供しています。		
② 参加者へのメッセージ	お子さんたちの元気な笑顔に会いにきてください。活動に参加して、全員と一緒に楽しみましょう。また、これを機会に福祉サービスに興味を持っていただけたらとても嬉しいです。		
③ 活動内容	調理、お掃除、制作、室内ゲーム、運動、音楽（ダンス）、公園遊び、水遊び、プール、公共交通機関、お買物、外食、その他		
④ 活動場所	上記活動内容によって変わります。		
⑤ 活動時間	9時00分～17時00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり1人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履き、昼食、水筒、タオル、着替え、運動ができる服装、靴、（水着）		
⑨ その他	昼食は活動内容によって変わります（各自で持参、有料で提供、外食の場合もあり）。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- ・今井駅カブツ徒歩 15分
- ・川中島駅カブツ徒歩 20分

番号 26	分類 障害児	担当者 仁科
----------	-----------	-----------

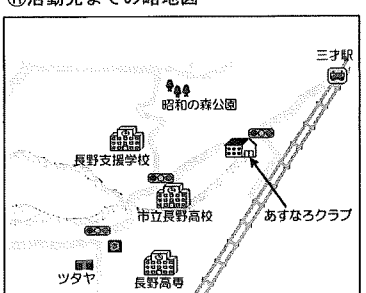
ふりがな	しやかいふくしほうじん いなだかい あすなろくらぶ ほうかこうどういさーびす		
施設・団体名称	社会福祉法人 稲田会 あすなろクラブ 放課後等デイサービス		
ふりがな	ながのし とくま いちいちよんよんのこ わーくせんたーゆい にかい		
住所	〒381-0041 長野市徳間1144-5 ワークセンターYUI 2階		
電話番号	026-255-7770	FAX番号	026-255-7771
① 施設・団体の説明	地域の小、中、高校在学中の障害のあるお子さんが利用している福祉施設です。平日は学校が終わってから放課後の時間に、学校の休日は朝から1日を通してご利用いただけます。曜日ごと、それぞれの集団（8名前後）にマッチングできる活動を提供しています。		
② 参加者へのメッセージ	お子さんたちの元気な笑顔に会いにきてください。活動に参加して、全員と一緒に楽しみましょう。また、これを機会に福祉サービスに興味を持っていただけたらとても嬉しいです。		
③ 活動内容	調理、お掃除、制作、室内ゲーム、運動、音楽（ダンス）、公園遊び、水遊び、プール、公共交通機関、お買物、外食、その他		
④ 活動場所	上記活動内容によって変わります。		
⑤ 活動時間	9時00分～17時00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり1人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履き、昼食、水筒、タオル、着替え、運動ができる服装、靴、（水着）		
⑨ その他	昼食は活動内容によって変わります（各自で持参、有料で提供、外食の場合もあり）。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



- 最寄り駅：しなの鉄道三才駅 徒歩10分
最寄り停留所：長電バス駒沢団地 徒歩2分

番号	分類	担当者
27	障がい者	松本

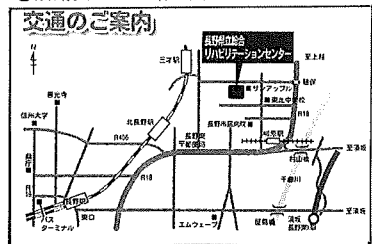
ふりがな	ながのけんりつそうごうりはびりてーしょんせんたーしょうがいしゃえんしせつ		
施設・団体名	長野県立総合リハビリテーションセンター障害者支援施設		
ふりがな	ながのししもこまざわ618-1		
住所	〒381-8577 長野市下駒沢681-1		
電話番号	(026) 296-3953(代表)	FAX番号	(026) 296-3954
① 施設・団体の説明	身体障害者、高次脳障がい者などの方に自立訓練、職業訓練、日常生活訓練等の各種リハビリを提供して社会、家庭復帰を目指す施設。入所者40名弱。		
② 参加者へのメッセージ	入所者の皆さんが訓練のない週末を楽しく過ごし、リハビリへの活力へ繋がるふれあいをしてみませんか。		
③ 活動内容	特技披露（楽器演奏、合唱、大道芸、演劇、太鼓演奏など）		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	土日祝日の午後の時間帯		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	20人	⑦ 受入れ条件
⑧ 持ち物	なし		
⑨ その他	なし		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR三才駅より徒歩20分
長野駅方面から長野電鉄バス「三才線」乗車。「リハビリセンター」にて下車。
バス停より徒歩約100m

番号	分類	担当者
28	障がい児・者	小野沢

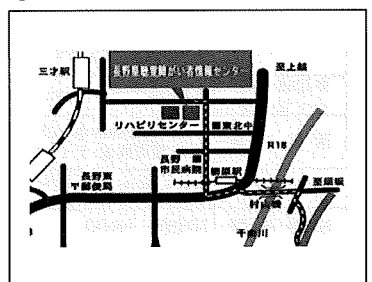
ふりがな	ながのけんちょうかくしょうがいしゃじょうほうせんたー		
施設・団体名	長野県聴覚障がい者情報センター		
ふりがな	ながのししもこまざわ		
住所	〒381-0008 長野市下駒沢586		
電話番号	(026) 295-3530	FAX番号	(026) 295-3567
① 施設・団体の説明	聴覚障がい者のための情報提供施設です。 手話や字幕の入ったDVDの貸し出しなどをしています。		
② 参加者へのメッセージ	自分のペースで進められるボランティアです。		
③ 活動内容	聴覚障がい者のための字幕を作ります。 映像を見ながらせりふを書き出し、要約した字幕文をパソコンに入力します。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	13時 30分 ~ 16時 00分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	4人	⑦ 受入れ条件
⑧ 持ち物	筆記用具		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

しなの鉄道 三才駅より徒歩20分
長電バス 三才線 リハビリセンター下車 すぐ

番号	分類	担当者
29	障害者・児	佐藤

ふりがな	とくていひえいりかつどうほうじん いつはふくしかい		
施設・団体名称	特定非営利活動法人 五つ葉福祉会		
ふりがな	ながのし まめじま		
住所	〒381-0022 長野市 大豆島 5282		
電話番号	(026) 214 - 6263	FAX番号	(026) 214 - 6297

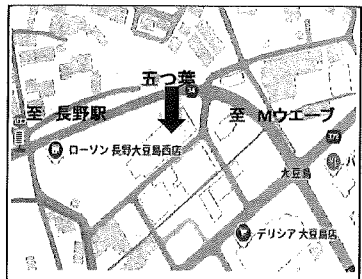
① 施設・団体の説明	障がいのある方が安心して一日過ごせるよう食事・入浴・排泄など日常生活のサポートを行いながら、その方らしい時間を楽しめる活動の機会を提供しています。		
② 参加者へのメッセージ	「人と関わることが好き」その気持ちがあれば大歓迎です。		
③ 活動内容	利用者さんと一緒に制作やゲームを楽しんだり、散歩に付き添って季節を感じたり 自然なふれあいの中で笑顔が生まれる活動です。 「自分にもできることがある」と実感できる、やりがいのある活動です。		
④ 活動場所	同施設内		
⑤ 活動時間	9時00分～16時00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履 動きやすい服装 タオル等		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

アルピコ交通・長電バス 大豆島川田線
大豆島中區南バス停から徒歩5分

番号	分類	担当者
30	障がい児	松澤

ふりがな	ひふみ ながのよしだ だいに きょうしつ		
施設・団体名称	ひふみ 長野吉田第2教室		
ふりがな	ながのし よしだ 2-7-17		
住所	〒381-0043 長野市 吉田 2-7-17		
電話番号	(026) 266-0808	FAX番号	(026) 266-0812

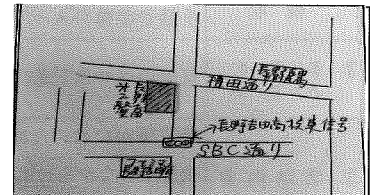
① 施設・団体の説明	小学生から高校生を対象に平日の放課後にお子様へ療育を提供する施設です。土曜・祭日・学校の長期休みは、10時から16時まで課外活動に出かけることが多く、活動を通して体と脳を鍛え、人間関係や社会のルールを学びます。1日の定員は15名まで利用できます。全スタッフ数で10人ほどの教室になります。介助が必要のないお子様が利用しています。日曜は運営していません。		
② 参加者へのメッセージ	自然の中で子どもたちと一緒に楽しく遊んでください！		
③ 活動内容	学校の長期休み中なので、終日活動になります。暑すぎる日は活動が変更になります。BBQ・調理実習・デイキャンプ・プール・海・水族館・カラオケ・動物園等。		
④ 活動場所	屋外や屋内施設内(調理は教室内)		
⑤ 活動時間	10:00-16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生から
⑧ 持ち物	お弁当(外でお弁当購入も可)・飲み物(飲み物用のお小遣い)・日焼け止め・帽子等		
⑨ その他	・動ける服装なら自由・マスク着用自由・髪型自由 吉田第2教室の活動ブログはほぼ毎日更新していますのでそちらもご覧ください。 https://yoshida2.k-hfm.com/blog/		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野電鉄信濃吉田駅より 徒歩15分
しなの鉄道北長野駅より 徒歩15分

番号
31

分類
障がい児・者

担当者
小林

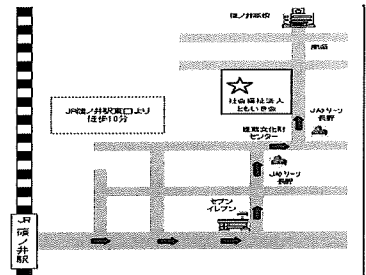
ふりがな	しゃかいふくしほうじんともいきかい ういずみらいさぽーとせんたー		
施設・団体名	社会福祉法人ともいき会 ウィズみらいサポートセンター		
ふりがな	ながのししののいふせたかだ		
住所	〒388-8007 長野市篠ノ井布施高田1034-1		
電話番号	(026) 293-3090	FAX番号	(026) 299-3839
① 施設・団体の説明	幼児期の子どもの対象に、できることに着目し個別に応じた課題学習をしています。 学齢期の子どもを対象に、遊び経験を通して社会性を身につけていきます。		
② 参加者へのメッセージ	利用者の方と一緒に思いきり楽しんでください。		
③ 活動内容	公園に出かけたり、プールや川で水遊びを行います。 利用者の大人になった姿や将来を考えながら活動を行っています。		
④ 活動場所	住所と同じですが、一緒に外出することもあります。		
⑤ 活動時間	9時30分～16時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	動きやすい服装、水着、タオル、昼食(コンビニ等で購入可能)、水分		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR篠ノ井駅から徒歩10分

番号
32

分類
障害者福祉

担当者
草間美江

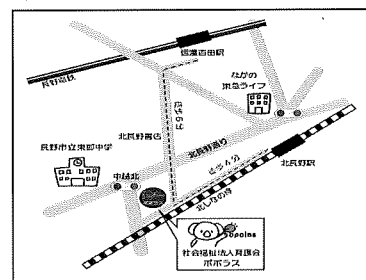
ふりがな	しゃかいふくしほうじん いくごかい ぽぽらす		
施設・団体名	社会福祉法人 育護会 ポポラス		
ふりがな	ながのしながごえにちょうめ35の14		
住所	〒381-0044 長野市中越2丁目35-14		
電話番号	(026) 217-1606	FAX番号	(026) 217-1806
① 施設・団体の説明	障がいをお持ちの方の働く場です。「パン・菓子工房」で商品を製造、販売したり、内職の仕事をおこなっています。		
② 参加者へのメッセージ	元気で若い利用者さんと一緒に活動してみませんか。皆さんの笑顔を待っています。		
③ 活動内容	利用者の方と簡単な作業や活動をしていただきます。 (シール貼りや検品等)		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:00～15:15 (12:00～13:00昼食休憩)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き 水分 動きやすい服装 昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

(北しなの線)「北長野駅」より徒歩4分
(長母電鉄)「しなの吉田駅」より徒歩6分
(長電バス)「東部中学」より徒歩2分

番号 33	分類 障がい者	担当者 千野
----------	------------	-----------

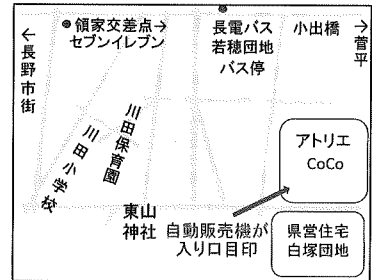
ふりがな	しゃかいふくしほうじん こうぼうかい あとりえこ		
施設・団体名	社会福祉法人廣望会 アトリエCoCo		
ふりがな	ながのけんながのしわかほほしな		
住所	〒381-0102 長野県長野市若穂保科3654		
電話番号	(026) 268 - 5220	FAX番号	(026) 268 - 5230
① 施設・団体の説明	障がい者をお持ちの方が通所される日中サービス事業所。大勢の利用者さんが日々仕事に励みながら社会参加と自立を目指しています。賑やかな事業所です。		
② 参加者へのメッセージ	この夏、ともに汗を流して下さる方々を求めています！暑い毎日、仕事は大変ですが、日々の利用者さんとの関わりはやりがいにも溢れています！		
③ 活動内容	障がいのある利用者さんと一緒に作業をしていただきます。クリーニング作業・農作業・軽作業、様々な作業種があります。8月には地域の方々やお客さんをお招きしての夏祭りも予定されています。一緒に盛り上がりましょう。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	①9:00～12:00 ②13:00～16:00 ③9:00～16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2～3 人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗拭きタオル、必要な方は着替え、農作業の方は軍手・長靴		
⑨ その他			

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	27	28	29	30	31	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	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長電バス若穂団地バス停から徒歩約10分

長野駅から車で約30分

番号 34	分類 障害	担当者 土村
----------	----------	-----------

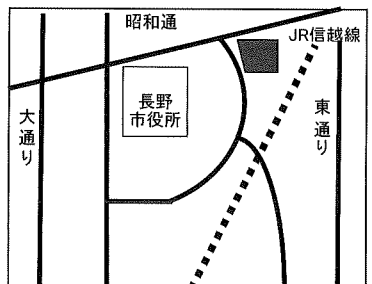
ふりがな	きずなのかい しんしゅうそばこうぼうきずな		
施設・団体名	絆の会 信州そば工房きずな		
ふりがな	ながのし やなぎはら		
住所	〒381-0012 長野市柳原659-1		
電話番号	(026) 263 - 9788	FAX番号	(026) 217 - 5220
① 施設・団体の説明	障害ある方が、就労意欲を維持し能力を高めながら工賃を稼ぎます。自分なりの働き方の実現を目指しています。		
② 参加者へのメッセージ	このたび、ふれあい福祉センター1階にて食堂喫茶を開設します！新しい事業開始にあたり、仲間として一緒に参加しませんか。		
③ 活動内容	・ランチ時間にうどんやそばの食事作り、午後のティータイムにコーヒーや菓子の盛付 ・利用者の皆さんと一緒に来客への食事を提供します ・来客、メンバー問わず、楽しく交流します		
④ 活動場所	ふれあい福祉センター1階		
⑤ 活動時間	10時～15時くらい		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2 人	⑦ 受入れ条件	午前のみ、午後のみも可
⑧ 持ち物	上履き、エプロン、三角巾や手ぬぐい（頭用）		
⑨ その他	活動場所の住所は「長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター」		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩15分、
長野電鉄市役所前駅から徒歩7分

番号
35

分類
障がい者

担当者
滝澤

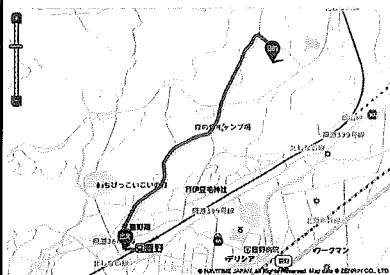
ふりがな	ながのけんしゃかいふくじぎょうだん みのもちそう		
施設・団体名称	長野県社会福祉事業団 水内荘		
ふりがな	ながのし とよのまち とよの		
住所	〒389-1105 長野市 豊野町 豊野 2230		
電話番号	(026)-257-2194	FAX番号	(026)257-4744
① 施設・団体の説明	障がい者を有する方が生活をする支援施設です。入所40名、通所20名。自然が多く豊かな土地で様々な年齢の方が生活をしている、和気あいあいとした雰囲気です。		
② 参加者へのメッセージ	障がいのある利用者さんと関わってみたい、興味がある方はぜひ参加してみませんか？福祉関係に興味がある方も大歓迎です！		
③ 活動内容	利用者さんとレクリエーション(折り紙、貼り絵、ラジオ体操、体育館での軽運動など)や、一緒にお話をして触れ合っていたきたいです。ボランティアさんの特技披露も大歓迎です。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時30分～15時30分まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限等なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、飲み物		
⑨ その他	昼食はご自身で持参されてもokです！施設の食堂でも有料(526円)ですが食べることができます！		

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月				22	23	24	25
	26	27	28	29	30	31	1
8月	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					

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

しなの鉄道・JR東日本豊野駅から徒歩25分。必要に応じて豊野駅まで送迎いたします。駐車場もあります。

番号
36

分類
障がい者

担当者
仲田

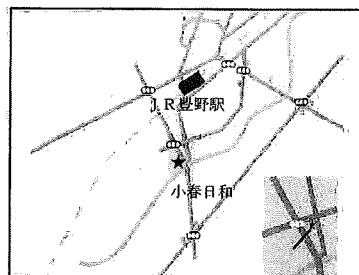
ふりがな	こはる びより		
施設・団体名称	小春日和		
ふりがな			
住所	〒389-1105 長野市 豊野町 豊野 376-4		
電話番号	(026) 217-7440	FAX番号	(026) 217-7441
① 施設・団体の説明	障がいを持った利用者さんの『働きたい』という気持ちを応援する施設です。毎日、幅広い種類の作業に取り組んでいます。		
② 参加者へのメッセージ	様々な障がいを持った利用者さんが一生懸命働いています。そのお手伝いをしませんか？		
③ 活動内容	お土産品のシール貼りやお菓子の箱折りなど、幅広い種類の作業をおこなっています。利用者さんと一緒に作業をしたり、出来上がった製品の確認作業などをしてもらいます。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	8:30～16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	年齢制限なし
⑧ 持ち物	上履き、昼食、水筒(ペットボトル)		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR豊野駅から徒歩10分

サマーチャレンジボランティア 2026

子ども



No.37~58

番号	分類	担当者
37	児童	西澤

ふりがな	やなぎはらこどもぶらざ		
施設・団体名	柳原子どもプラザ		
ふりがな	ながのしこじま702		
住所	〒381-0017 長野市小島702(柳原小学校内)		
電話番号	(026) 296-4277	FAX番号	(026) 296-4277
① 施設・団体の説明	柳原小学校の多目的教室を利用して運営しています。受け入れ児童は3年生~6年生です。夏休み中は8時30分~18時迄受け入れています。利用児童数は80人程度で柳原小の他に信大附属小の児童も利用しています。		
② 参加者へのメッセージ	夏休み中、元気一杯の子ども達と一緒に楽しく過ごしてみませんか？ 子供たちは一緒に遊んでくれる皆さんを待っています。		
③ 活動内容	日中の暑いときは室内で過ごし、夕方の涼しい時間に外遊びを、雨の日は体育館で遊びます。 教室では、宿題サポートやゲーム、折り紙、工作も大好きなので教えてください。 グラウンドではサッカー、野球等、体育館ではバスケ、バドミントン、ドッジボール等の相手をして下さい		
④ 活動場所	住所に同じ		
⑤ 活動時間	13時 0分 ~ 17時 30分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	特に制限なし
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗を拭くタオル、飲み物、おやつ (50円ぐらい)		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫父道機関

長野電鉄柳原駅より徒歩で10分

番号	分類	担当者
38	子ども	古川

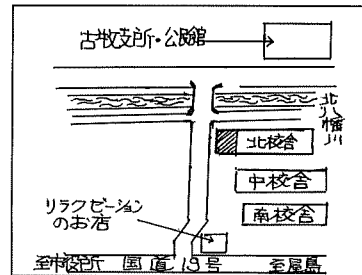
ふりがな	こまき こども ぷらざ	
施設・団体名称	古牧子どもプラザ	
ふりがな	ながのしまたか	619-2 こまきしょうがっこうきたがしや
住所	〒381-0034 長野市高田619-2 古牧小学校北校舎	
電話番号	(026) 243-7510	FAX番号 (026) 243-7510
① 施設・団体の説明	小学校3年生から6年生まで、朝～夕まで保護者のお迎えがあるまで過ごす施設です。室内や校庭で遊び、宿題をひたして一日をたぎります。	
② 参加者へのメッセージ	長い夏休みの期間を子どもたちと遊んだり、宿題のサポートもしてください。	
③ 活動内容	子どもたちの遊び相手となり(室内での遊び・外遊びの相手)、宿題サポートをして頂きます。夏休み中、外部から有償ボランティアをお招きして、子どもたちに遊びを提供して頂きますが、そのお手伝いをお願いすることもあります。	
④ 活動場所	住所と同じ	
⑤ 活動時間	9時～17時	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件 特になし
⑧ 持ち物	汗拭き用タオル、運動のできる服装、上履き、運動靴(下足)、水筒	
⑨ その他	昼食は持参してください	

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

アルピコ交通 北屋島行に乗車
長野駅善光寺口前より約10分
古牧小学校前にて下車
そこから徒歩約3分

番号	分類	担当者
39	子ども	中原

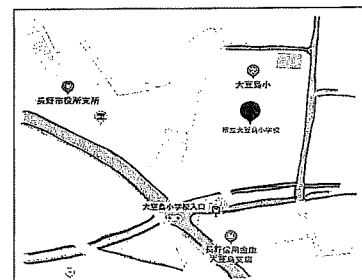
ふりがな	まめじまこどもぷらざ	
施設・団体名称	大豆島子どもプラザ	
ふりがな	ながのしまめじま	
住所	〒381-0022 長野市大豆島1004-2(大豆島小学校内)	
電話番号	(026) 221-4199	FAX番号 (026) 221-4199
① 施設・団体の説明	大豆島小学校内において、同小学校の高学年(4~6年生)を放課後と学校休業日に預かり、遊びや宿題などの活動を見守っています。	
② 参加者へのメッセージ	元気いっぱい子ども達が待っています。子ども達と一緒にスポーツをしたり、お話をしたり、楽しく過ごしてくれる方をお待ちしています。	
③ 活動内容	子どもの安全を見守りながら一緒に遊んだり、規則的な生活の手助けをします。話し相手になってもらい、スポーツ(卓球、サッカー、バドミントン、バスケット)鬼ごっこゲーム、将棋などをしながら一緒に遊びます。	
④ 活動場所	大豆島小学校内(多目的ホール、体育館、校庭)	
⑤ 活動時間	9:30~16:30	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件 子どもと遊ぶことが好きな方
⑧ 持ち物	運動のできる服装(上履き、下履き)、タオル、着替え、飲み物、昼食	
⑨ その他	西側駐車場側よりプラザ事務室にお入りください。	

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関



番号
40

分類
子供

担当者
西沢 茂

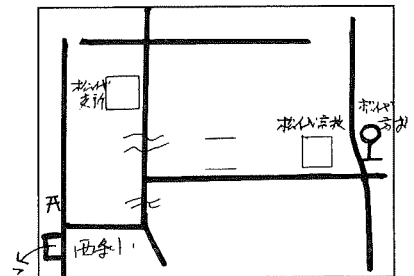
ふりがな	にしじょう ことども プラザ		
施設・団体名称	西条 子とも プラザ		
ふりがな	ながのし まつろまち にしじょう		
住所	〒387-1232 長野市 松代町 西条 4番地		
電話番号	(026) 278-3196	FAX番号	(026) 278-3196
① 施設・団体の説明	学童保育、放課後の児童あずかり		
② 参加者へのメッセージ	子どもたちと、楽しくイベントなどに過ごしたい。 様々な子どもに寄り添う 優しくと広い心で。		
③ 活動内容	長期休業中の学童と共に、運動、宿題、工作、遊びなどを一緒にこなして行きたい。		
④ 活動場所	西条子どもプラザ、西条小学校 体育館、校庭。		
⑤ 活動時間	8:30~18:00の間、何時間でもOKです。		
⑥ 受入れ人数	1日あたり3~4人	⑦ 受入れ条件	特にありません
⑧ 持ち物	昼ごはん、弁当持参。上履き、動きやすい防水の服装等。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

松代公民館前(善光寺)より 徒歩15分

番号
41

分類
児童

担当者
木村・岡澤

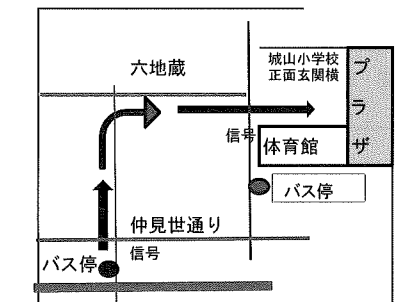
ふりがな	じょうやまこどもプラザ		
施設・団体名称	城山子どもプラザ		
ふりがな	ながのしひがしのもんちよう		
住所	〒380-0852 長野市東之門町404-1 (城山小学校内)		
電話番号	(026) 232-3101	FAX番号	(026) 232-3101
① 施設・団体の説明	1~6年生が1日100~130人利用する学童施設です。城山小学校の校庭・体育館・多目的室等で活動しています。夏休み中、朝から保護者のお迎えまで子どもたちが過ごしています。		
② 参加者へのメッセージ	小学生と一緒に夏を過ごしてみませんか。遊んだり、おしゃべりしたり、ときには勉強を教えたりと楽しみながら過ごしましょう。		
③ 活動内容	子どもたちと鬼ごっこなどの遊びやスポーツ、工作、トランプゲーム、将棋を一緒にしてください。また、子どもたちの話し相手になったり、ふれあったりしてください。		
④ 活動場所	城山小学校内の体育館・校庭・多目的室。		
⑤ 活動時間	10時00分 ~ 16時00分まで 活動時間については応相談		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上。
⑧ 持ち物	うわばき・水筒(水分補給)・昼食・動きやすい服装		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



アルピコバス→若槻団地行・若槻東条行
バス停→善光寺大門もしくは城山小学校前
バス停より徒歩5分

番号
42

分類
子ども

担当者
山口 祐子

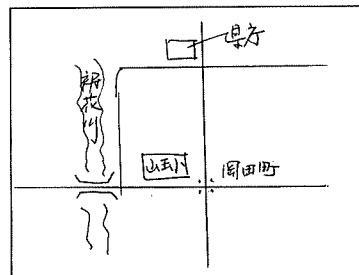
ふりがな	さんせい ンゴも プラザ		
施設・団体名称	山王子どもプラザ		
ふりがな	ながのし 市 西 町 西 1 丁目		
住所	〒380-0926 長野市大字中御所20番地1		
電話番号	(026) 226-4416	FAX番号	(026) 226-4416
① 施設・団体の説明	小1~小6 約100名が登録されている子どもプラザです。山王小の併設施設です。		
② 参加者へのメッセージ	子どもたちに楽しく遊べる場所の人材を探しています。		
③ 活動内容	子どもたちの体を動かして遊んだり、ゲームをしたり、話し相手になる、という活動です。		
④ 活動場所	山王小学校内		
⑤ 活動時間	開校記念祭 9:30~14:00 (昼休みあり)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生・大学生
⑧ 持ち物	上履き(運動靴)、水筒、運動がしやすい服装		
⑨ その他			

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	(27)	(28)	(29)	(30)	(31)	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
9月	30	31	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩15分

番号
43

分類
子ども

担当者
青沼 恵子

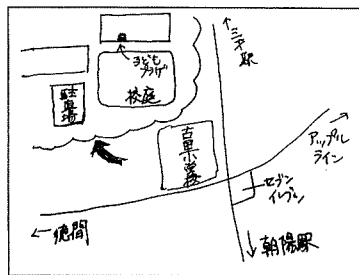
ふりがな	ふるさと 子どもプラザ		
施設・団体名称	古里子どもプラザ		
ふりがな	ながのし 市 西 町 西 1 丁目		
住所	〒381-0007 長野市大字金箱 439-2		
電話番号	(026) 295-4050	FAX番号	(026) 295-4050
① 施設・団体の説明	小学校3年生~6年生のお子さんを放課後、長期休み、学校休業日にお預りしています。		
② 参加者へのメッセージ	夏休みの長い時間で着いですが、子供達に寄り添って楽しく過ごしてください。		
③ 活動内容	夏休みの一日間館で長い時間を過ごします。教室は学年ごとに3つで活動し、遊んだり、宿題、お昼と一緒に食べたりもします。		
④ 活動場所	各教室、校庭、体育館		
⑤ 活動時間	9:30 ~ 15:30		
⑥ 受入れ人数	1日あたり1~4人	⑦ 受入れ条件	中学生から
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗拭きタオル、水筒、食卓、帽子		
⑨ その他			

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	(27)	(28)	(29)	(30)	(31)	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
9月	30	31	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野電鉄長野線「朝陽駅」から徒歩14分
北信濃線「三才駅」から徒歩18分

番号
44

分類
子ども

担当者
倉島克巳

ふりがな	しののい ひがし こども ぶらざ		
施設・団体名	篠ノ井東子どもプラザ		
ふりがな	ながのし ののい どうふくじ		
住所	〒 388 - 8002 長野市篠ノ井東福寺1538		
電話番号	(026) 292-4134	FAX番号	(026) 292-4134
① 施設・団体の説明	長野市放課後子ども総合プランの施設で保護者の就労時間中の小3から6年生と学習、遊びをして過ごす場所です。		
② 参加者へのメッセージ	小学生と一緒に汗をかいてみませんか		
③ 活動内容	夏休み中、子どもプラザの児童(小3~6年生)と学習補助、運動、遊びに 特技があったら、楽器演奏、歌、ダンス等一緒に参加を		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	① 8:30~13:30 ② 13:30~18:00 ③ 8:30~18:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上
⑧ 持ち物	上履き(スリッパ不可)・汗拭きタオル・①、③は昼食持参		
⑨ その他	動きやすい支度で		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

しなの鉄道篠ノ井駅から自転車20分
アルピコ交通田牧線下布施杜南20分
松代線典蔵寺徒歩15分

番号
45

分類
子ども

担当者
伊藤

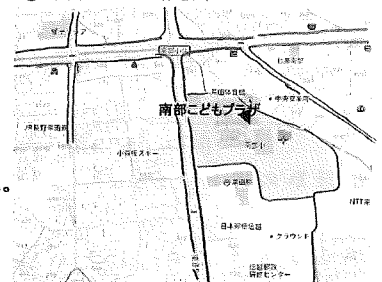
ふりがな	なんぶこどもぶらざ		
施設・団体名	南部子どもプラザ		
ふりがな	ながのしつるが		
住所	〒 380 - 0905 長野市鶴賀500(南部小学校内)		
電話番号	(026) 227-7318	FAX番号	(026) 227-7318
① 施設・団体の説明	南部小学校の3年生から6年生が利用する施設です。 夏休みの利用人数は、80名前後です。		
② 参加者へのメッセージ	子どもたちが長い夏休みを楽しく過ごせるよう、一緒に遊んでください。 昨年も高校生のお兄さん、お姉さんと楽しい思い出ができました。		
③ 活動内容	・卓球、工作、折り紙、コマ遊び、将棋、ゲームなど。 ・長い夏休み、子どもたちが安全に楽しく過ごせるよう、遊び相手になってください。 ・お屋の準備やお掃除のお手伝いをお願いします。		
④ 活動場所	北校舎3階プラザ室、資料室、相談室		
⑤ 活動時間	10時~15時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、タオル、飲み物		
⑨ その他	昼食は各自持参		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅東口から徒歩15分

番号 46	分類 子ども	担当者 原山
----------	-----------	-----------

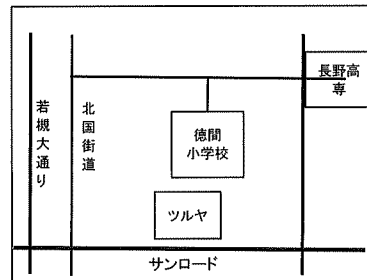
ふりがな	とくまこどもぶらざ		
施設・団体名称	徳間子どもプラザ		
ふりがな	ながのしおおあざとくま		
住所	〒 381-0041 長野市大字徳間570(徳間小学校内)		
電話番号	(026) - 244 - 2164	FAX番号	(026) - 244 - 2164
① 施設・団体の説明	長野市放課後子ども総合プランの施設で留守家庭の児童を受け入れている。 通常は下校後の利用だが、長期休みは全日の預かりとなる。		
② 参加者へのメッセージ	元気いっぱい子ども達が待っています。 夏休み一緒に遊んだり勉強したり...思いで作ってください。		
③ 活動内容	児童の宿題フォロー 活動時間の様々な遊び相手や話し相手		
④ 活動場所	住所と一緒に		
⑤ 活動時間	9:00~17:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2 人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	上履き・帽子・汗拭きタオル・昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

北信濃線 三才駅 徒歩20分
 長野電鉄 信濃吉田駅 徒歩20分
 長電バス バス停 徳間小学校 徒歩5分

番号 47	分類 子ども	担当者 青木(久)
----------	-----------	--------------

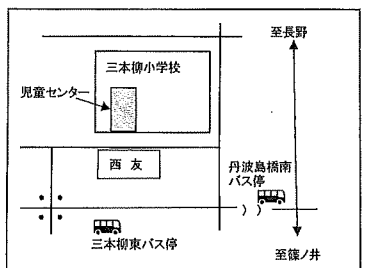
ふりがな	さんぽんやなぎじどうせんたー		
施設・団体名称	三本柳児童センター		
ふりがな	ながのしさんぽんやなぎひがし		
住所	〒 381 - 2245 長野市三本柳東2-2		
電話番号	(026) 284 - 5354	FAX番号	(026) 284 - 5354
① 施設・団体の説明	三本柳小学校の1・2年生約140名程が登録利用の児童施設。 夏休み中は100名弱の利用があり朝8:00~夕19:00まで開館し利用		
② 参加者へのメッセージ	長い夏休み、元気な子どもたちが待っています!		
③ 活動内容	・子ども達と一緒に遊ぶ(宿題も一緒に) ・トッチボール、なわとび、一輪車、ジャンピング、サッカー(外遊び) ・工作、カードゲーム、将棋、レゴブロック、おり紙、セロ等々		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9:00 ~ 16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2 人	⑦ 受入れ条件	どなたでも
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗を拭くタオル、弁当、飲み物・帽子・ハンカチ		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

・JR川中島駅より自転車10分
 ・川中島バス「三本柳東」下車徒歩1分

番号 48	分類 児 童	担当者 嵩 崎
----------	-----------	------------

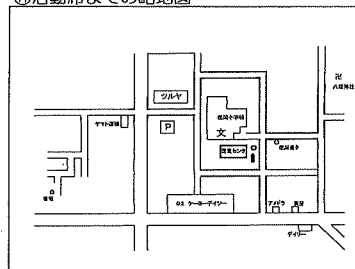
ふりがな	とくま じどう		
施設・団体	徳間 児童センター		
ふりがな	ながのし おおあざ とくま		
住所	〒 381 - 0041 長野市大字徳間570番地		
電話番号	(026) 243 - 4125	FAX番号	(026) 243 - 4125
①施設・団体の説明	徳間小学校の1・2年生の児童を対象とし、放課後及び長期休業日に保護者が迎えに来るまで、安全で元気に活動できるように支援しています。 1年生60名・2年生53名が登録しています。		
②参加者へのメッセージ	元気一杯の子ども達と遊び、触れ合い、思い出に残る夏休みを過ごしませんか。 子ども達が楽しみに待っています。長期(3日以上)参加出来る人歓迎		
③活動内容	*子ども達との遊び・ふれあい(一緒に運動や遊びをする。) *行事への参加手伝い(夏まつり・七夕まつり等) *職員の補助(読み聞かせ・紙芝居他)		
④活動場所	徳間児童センター内・外		
⑤活動時間	9 時 0 0 分 ~ 17 時 0 0 分まで		
⑥受入人数	1日あたり 3 人	⑦受入れ条件	高校生以上
⑧持ち物	昼食・上履き(運動靴) 運動が出来る服装(ジャージ等) タオル・飲料水		
⑨その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日にまる〇をしてください。

⑪活動席までの略地図



⑫交通機関

◎ 長電バス	
市民病院行	緑ヶ丘住宅入口下車
市民病院行	徳間小学校前下車

番号 49	分類 子 ども	担当者 加 藤
----------	------------	------------

ふりがな	ふるさと じどう センター		
施設・団体名称	古里 児童センター		
ふりがな	ながのし おおあざ かねぼこ		
住所	〒 381 - 0007 長野市 大字 金箱 559-22		
電話番号	(026) 296 - 3883	FAX番号	(026) 296 - 3883
①施設・団体の説明	古里小学校の1・2年生170名が登録しています 「安全に楽しく」勉強や遊びができるように見守っています		
②参加者へのメッセージ	夏休み中の元気いっぱいの子供達と楽しく遊ばせよう 子供たちが待っています。		
③活動内容	○子どもたちと遊ぶ(ゲーム、工作、折り紙、絵を書く等) ○運動あそびをする(サッカー・ドッチボール、一輪車、なわとび、フリスビー、フラフープなど) 職員補助(そうじなど)		
④活動場所	古里 児童センター		
⑤活動時間	9:00 ~ 17:00		
⑥受入れ人数	1日あたり何人でも	⑦受入れ条件	子どもが好きな方
⑧持ち物	上履き 汗拭きタオル 弁当 飲み物		
⑨その他	動きやすい服装		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に〇をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR 三才駅より 徒歩 25分
長野電鉄 朝陽駅より 徒歩 20分

番号	分類	担当者
50	小学1年生、2年生	下野雄一郎

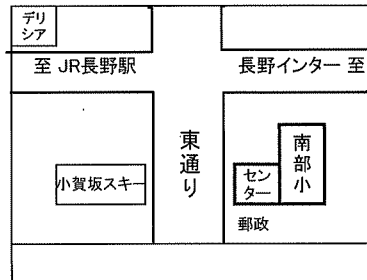
ふりがな	なんぶじどうせんたー		
施設・団体名称	南部児童センター		
ふりがな	ながのしつが		
住所	〒 380 -0907 長野市鶴賀550番地		
電話番号	(026) 224 - 0906	FAX番号	(026) 224 - 0906
① 施設・団体の説明	小学生の放課後総合プラン事業をしている南部小学校区の児童館です。夏休み中朝から夕方までセンターで過ごしています。 小学生1・2年生で約100名の登録があります。		
② 参加者へのメッセージ	明るく元気な小学生と遊んでみませんか？ゲーム遊びやボール運動など一緒に汗を流して触れ合ってみてください。		
③ 活動内容	安全が第一ですので見守りが中心ですが、子どもたちの遊びに入ってもらって子どもたちにとって楽しい体験や経験を与えてくれればありがたいです。ゲームや工作など、また話し相手なども。		
④ 活動場所	南部児童センターの屋内、及び前庭（遊具など）		
⑤ 活動時間	10:00～16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	子どもに理解のある方、好きな方。
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、タオル、お茶などの飲み物		
⑨ その他	昼食は各自持参です。		

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月			21	22	23	24	25
8月	26	27	28	29	30	31	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					

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅より徒歩15分

番号	分類	担当者
51	子ども	飯島

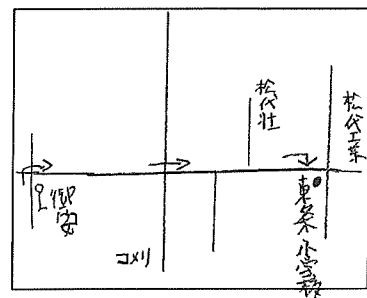
ふりがな	まつしろひがしじょうじどうせんたー		
施設・団体名称	松代東条児童センター		
ふりがな	ながのしまつしろまちひがしじょう		
住所	〒 381 -1221 長野市松代町東条2427-1		
電話番号	026-278-8411	FAX番号	026-278-8411
① 施設・団体の説明	小学生一年二年を対象とした児童館です		
② 参加者へのメッセージ	この夏！歴史と文化の町松代東条で君たちのパワーを発揮しませんか		
③ 活動内容	宿題の手伝い 遊戯室、グラウンドでのバドミントン、一輪車、サッカー、鬼ごっこ等 図書室、トランプ、オセロゲーム、レゴブロック等対戦相手やお手伝い		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時～12時 13時～16時 9時～16時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 6人	⑦ 受入れ条件	経験年齢制限無し
⑧ 持ち物	上履き、動きやすい服装、汗拭きタオル、水分、(一日の方昼食)		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

松代高校行きバス停御安より徒歩で20分
東条小学校敷地内

番号	分類	担当者
52	子ども	田中

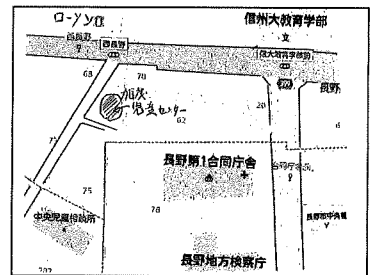
ふりがな	か も じ じ ょう セ ン タ ー		
施設・団体名称	加茂児童センター		
ふりがな	ながの し に し ながの		
住所	〒380-0871 長野市西長野 74-4		
電話番号	(026) 234-5595	FAX番号	(026) 234-5595
① 施設・団体の説明	加茂小学校 1~3年生の児童 60名が登録利用。 夏休みは午前8時~午後6時半まで開館		
② 参加者へのメッセージ	子どもと元気に遊んでくひるお兄さん、お姉さんお待ちしています!! (OB、OG大歓迎)		
③ 活動内容	子ども達と一緒に遊ぶ (ドッジボール、サッカー、一輪車、バドミントン、バスケ、ハンドバース ビニールボール遊び、トランポリン、ホッピング、ぬり絵、工作、ラQ等)		
④ 活動場所	センター屋内、玄関前広場		
⑤ 活動時間	午前9時~午後5時。午前のみ、午後のみも可能		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上
⑧ 持ち物	動きやすい服装、上履き、昼食(旧の人)、飲み物、タオル、着替え		
⑨ その他	1日の場合、休憩時間あり。欠席時は要連絡。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

川中島バスぐるりん号
「信大教育学部前」下車徒歩3分

番号	分類	担当者
53	児童	内村久美子

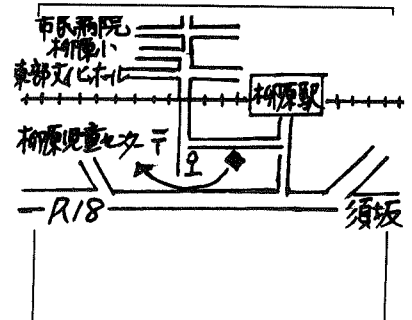
ふりがな	や な ぎ は ら じ じ ょう		
施設・団体名称	柳原児童センター		
ふりがな	ながの し や な ぎ は ら		
住所	〒381-0012 長野市柳原 2108-1		
電話番号	(026)-259-2208	FAX番号	(026)-259-2208
① 施設・団体の説明	・1~2年生を対象とした児童施設(児童数 約80名) ・児童センターは2階建ての施設 ・児童センターと隣接して公園も利用可能		
② 参加者へのメッセージ	・明るく元気な方を募集 ・子ども達と一緒に元気いっぱい楽しんでください。 ・子ども達はお兄さんやお姉さんが大好きです。		
③ 活動内容	・運動や読み聞かせ等特技を生かし、チャレンジしてみてください。 ・子ども達と一緒におしゃべりしたり、遊んでください。 ・お昼の準備やお掃除等のお手伝いをお願いします。		
④ 活動場所	柳原児童センター内及び隣接する公園		
⑤ 活動時間	9時 0分 ~ 16時 30分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	中学生以上
⑧ 持ち物	活動しやすい服装、帽子、上履き、タオル、マスク、お弁当(昼食)、水筒		
⑨ 昼食	各自で持参 ・ 有料で提供 (円)		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野電鉄 柳原駅 徒歩2分
長電バス (市民病院行)
柳原駅下車すぐ

番号
54

分類
子ども

担当者
横山・中澤

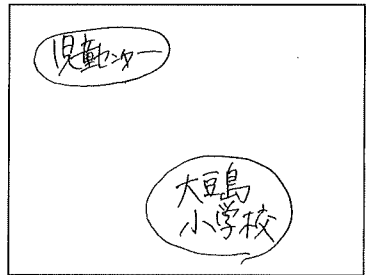
ふりがな	なごし まめじま じゆうせんたー		
施設・団体名称	長野市大豆島児童センター		
ふりがな	なごし まめじま		
住所	〒381 - 0022 長野市大豆島1005-1		
電話番号	(026) 221 - 4690	FAX番号	(026) 221 - 4664
① 施設・団体の説明	放課後・長期休等 安全を第一に楽しくする施設です。 小学1年生から3年生までの約240名在籍しています。		
② 参加者へのメッセージ	子どもの大好きな方、この夏休みぜひ子ども達と楽しくしませんか。		
③ 活動内容	子ども達と遊ぶ、折り紙・将棋・工作等一緒にしてくだ さい。図書室も充実しています。水遊びの日も計画中です。 子ども達と楽しく遊んでください。		
④ 活動場所	センター内		
⑤ 活動時間	9:00 - 16:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 4人	⑦ 受入れ条件	子どもの好きなお方
⑧ 持ち物	お弁当・飲み物・上履き・タオル・動きやすい服装		
⑨ その他			

⑩活動可能日

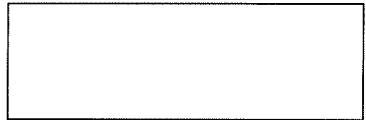
	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	27	28	29	30	31	1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29
9月	30	31	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関



番号
55

分類
子ども

担当者
山本匡彦

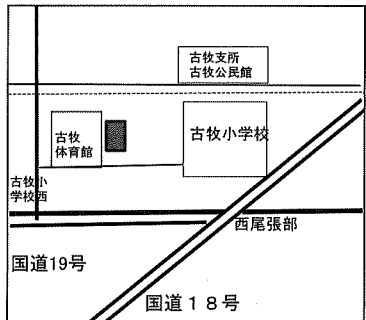
ふりがな	こまきじどうせんたー		
施設・団体名称	古牧児童センター		
ふりがな	ながのしおおあざたかだ603-1		
住所	〒381-0034 長野市大字高田603-1		
電話番号	(026) 259 - 5000	FAX番号	(026) 259 - 5000
① 施設・団体の説明	平日放課後及び土曜日、長期休業中の放課後留守家庭児童受入施設です。 小学校1, 2年生が所属しています。登録児童は約130名。職員は15名です。		
② 参加者へのメッセージ	かわいい子どもたちと触れ合って夏休みの思い出をつくってみませんか。 真剣に子どもに寄り添ってくれる熱意溢れる方に来ていただきたいです。		
③ 活動内容	小学校1,2年生と一緒に外で遊んだり、遊戯室や庭で鬼ごっこをしたり、長縄跳びしたり 室内で勉強したり、一緒にトランプやオセロや折り紙をしたりして、たくさん子どもに 関わってほしいです。		
④ 活動場所	センターの建物内及びセンターの庭		
⑤ 活動時間	午前9時～午後4時。午前のみ(9時～12時)、午後のみ(1時～4時)も可能		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 4人	⑦ 受入れ条件	中学生以上
⑧ 持ち物	上履き 動きやすい服装 昼食(1日の人) 水筒		
⑨ その他	感染症防止のため昼食時のおかず交換はできません。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



【交通機関】

【北屋島】行きバス 「古牧小学校前」下車
【柳原】行きバス 「和田公園入口」下車

番号	分類	担当者
56	子ども	長岡

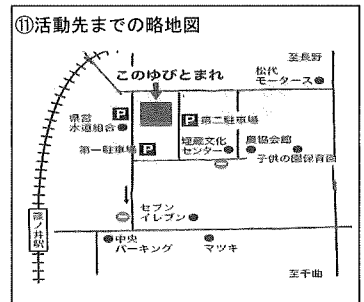
ふりがな	しののいこどもひろばこのゆびとまれ		
施設・団体名	篠ノ井こども広場このゆびとまれ		
ふりがな	ながのししのいふせたかだ1021		
住所	〒 388-8007 長野市篠ノ井布施高田1021		
電話番号	026-293-8860	FAX番号	026-293-8870
① 施設・団体の説明	主に0歳から3歳の乳幼児と保護者の皆さんの遊びと交流の地域子育て施設です。いつでも利用でき、子育てに関する相談や情報交換ができます。 開館時間は9:30~17:30、休館日は毎週月曜日です。		
② 参加者へのメッセージ	親子とふれあいながら、思い出に残る夏休みを過ごしてみませんか。		
③ 活動内容	子どもと遊んだりお父さんお母さんとおしゃべりを楽しんだりします。 絵本や紙芝居の読み聞かせ、手遊びや歌、ピアノ伴奏など自分の得意なことに挑戦してください。工作などの準備もあります。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時	30分	~ 12時 30分 まで
⑥ 受入れ人数	1日あたり	2人	⑦ 受入れ条件 高校生以上
⑧ 持ち物	帽子 飲み物 服装は学校ジャージ 靴下着用		
⑨ 昼食	なし		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR篠ノ井駅から徒歩5分

番号	分類	担当者
57	子供	山岸

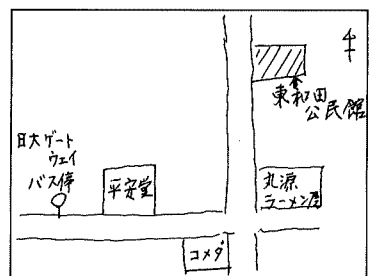
ふりがな	うがいわだてらこや		
施設・団体名	東和田寺子屋カフェ		
ふりがな	ながのししのいふ	うがいわだてらこや	
住所	〒 381-0038 長野市東和田 525-1 東和田公民館		
電話番号	(080) 1208-8564	FAX番号	(026) 244-7502
① 施設・団体の説明	子供食堂です。利用者は子供、大人30人~50人 その日によって参加者の人数が変わります。		
② 参加者へのメッセージ	明るく元気に笑顔で子供達に接して下さい		
③ 活動内容	子供達の宿題や夏休み帳を見てやってほしい。 また、元気良く一緒に遊んで楽しく過ごしてほしい。 (卓球・将棋・折り紙・鬼ごっこ等)		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	午前 10:00 ~ 13:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	3人	⑦ 受入れ条件 特になし
⑧ 持ち物			
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野電鉄バス 柳原行き
日大ゲートウェイ停留所から
徒歩5分

番号
58

分類
子ども

担当者
伊藤直子

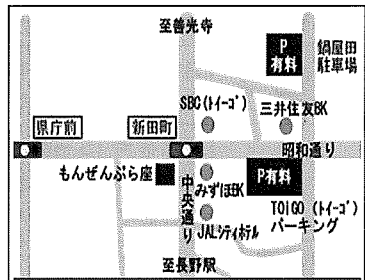
ふりがな	ながのしもんぜんぶらざ こどもひろば「じゃん・けん・ぽん」	
施設・団体名	長野市もんぜんぶら座 こども広場「じゃん・けん・ぽん」	
ふりがな	ながのしのおおざみなみながのしんでんちょう1485-1 もんぜんぶらざ2かい	
住所	〒380-0835 長野市大字南長野新田町1485-1 もんぜんぶら座2階	
電話番号	(026)219-0022	FAX番号 (026)223-0731
① 施設・団体の説明	子育て支援の拠点施設です。乳幼児とその保護者の皆さんの遊びと交流の広場です。	
	無料の専門家相談やボランティアさんによるイベント等を日常的に実施。	
	開館時間 9:30~17:30	
② 参加者へのメッセージ	乳幼児とのふれあいを通して「命の大切さや親になるってこんなこと?！」を知って! ボランティアを通して、自分が親になった時を想像してみよう!	
③ 活動内容	乳幼児とのふれあい、子育て体験	
	絵本の読み聞かせ、ピアノ伴奏、手遊び、体操など自分の得意なことを生かして、活動できます。工作等の準備など作業もあります。	
④ 活動場所	住所と同じ	
⑤ 活動時間	9時~16時	
⑥ 受入れ人数	1日あたり1~2人	⑦ 受入れ条件 中学生以上で子どもが好きな方
⑧ 持ち物	上履き・動きやすい服装・飲み物・筆記用具	
⑨ その他	体調がすぐれない時やご家族に感染症の方がいるときは、休んでください。説明・研修会の日程が合わない方はご相談ください。(7/24,25のどちらかにご参加ください)	

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください
△:説明・研修会(10:00~12:00)

⑪活動先までの略地図

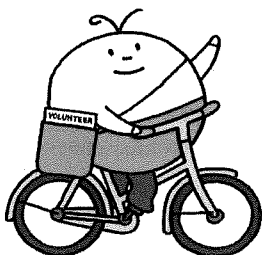


⑫交通機関

- ・JR長野駅より徒歩10分
- ・各バス路線「昭和通りバス停」より徒歩30秒

サマーチャレンジボランティア2026

ボランティア ・NPO



No.59~77

番号	分類	担当者
59	ボラ・NPO	細川

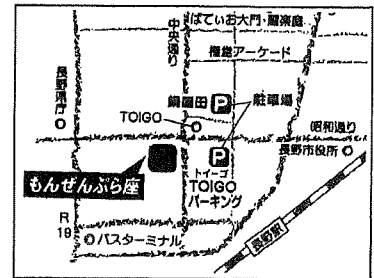
ふりがな	じぶんしをつづり かたりつくかい		
施設・団体名称	自分史を綴り語り継ぐ会		
ふりがな	ながのし みわたまち 1292 うえはらびる2かい		
住所	〒 380-0816 長野市三輪田町 1292 上原ビル 2 階		
電話番号	(026) 237- 9393	FAX番号	(026) 237- 9393
① 施設・団体の説明	人生を振り返り、「自分史づくり」に挑戦しています。核家族化の今、家族へ伝えられなかった「戦争体験」や「心の声」が綴られています。		
② 参加者へのメッセージ	日本人が80数年前に体験した太平洋戦争。そのむごさや悲しみを知ってみませんか。あなたの声で、遺された戦争の実相を伝えませんか。		
③ 活動内容	毎年8月15日開催の「戦争体験を聞く集い」（今年は第16回）に、遺された戦争体験記を朗読していただきます。事前に朗読練習あり。あわせて当日のサポートもお願いします。		
④ 活動場所	8月15日のイベント会場。もんぜんぶら座予定		
⑤ 活動時間	朗読練習1～2回1～2時間。8/15イベント当日 午後約3時間		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 制限なし	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	筆記用具		
⑨ その他	服装制限など、特に無し		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関



番号	分類	担当者
60	ボランティア・NPO	石井 亮

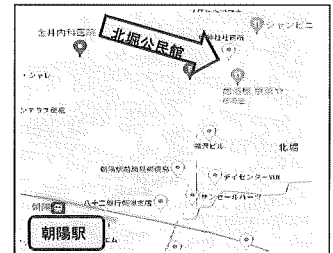
ふりがな	じしゅうしつきたほり		
施設・団体名称	自習室きたほり		
ふりがな	ながのしきたほり きたほりこうみんかん		
住所(活動場所)	〒381-0005 長野市北堀 6 3 8-5 (北堀公民館)		
電話番号	090-9922-7660	FAX番号	() -
① 施設・団体の説明	小中学生を対象にした地域の自習室です。勉強だけでなく、「みんなの時間」として遊びや交流の時間も大切にしています。子ども食堂とも連携し、地域の子どもの居場所づくりを行っています。ホームページ・インスタグラムもぜひご覧ください。「自習室きたほり」で検索！		
② 参加者へのメッセージ	子どもたちと一緒に「楽しい時間」をつくるボランティアです！勉強を見たり、一緒に遊んだり、子どもたちとたくさん関わることができます。初めての方でも大歓迎！一緒に楽しい時間を過ごしましょう。室長の石井由貴（いっしー）と一緒に、子どもたちの居場所づくりをしてみませんか？		
③ 活動内容	小中学生と一緒に遊んだり、宿題のサポートを行います。また、イベントや遊びの企画にも関わることができます。「見守り」だけでなく、子どもたちと積極的に関わる体験ができます。		
④ 活動場所	北堀公民館(長野市北堀638-5)		
⑤ 活動時間	13時45分～18時15分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	飲み物・タオル・動きやすい服装		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野電鉄朝陽駅から徒歩5分

番号
61

分類
ボラ・NPO

担当者
松本真紀

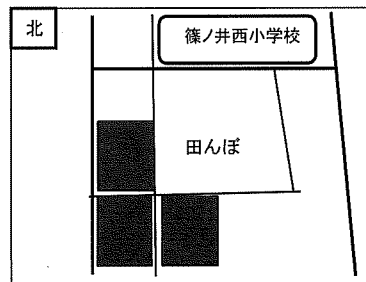
ふりがな	しののいただとみのうえんすまいるふぁーむ (ゆうきゅうのうちえすおーえす)		
施設・団体名称	篠ノ井忠富農園Smile Farm(遊休農地SOS)		
ふりがな	ながのししののいふたつやなぎ406		
住所	〒380-8012 長野市篠ノ井ニツ柳406		
電話番号	(090)7805-5740	FAX番号	() -
① 施設・団体の説明	昨年425本のさつまいもを苗を植え収穫、販売まで目的として地域の方と活動してきました。同時に若い人に農業に興味を持ってもらいたい、地域の人の居場所作りを目標に頑張っています。		
② 参加者へのメッセージ	昨年、大変好評だった流しそめん大会(64名参加)のアシスタントをお願いします。篠ノ井西児童センター子どもたちにも、流しそめん体験をしてみようお手伝いをお願いします。		
③ 活動内容	7月25日(土) 16:00集合 流しそめん大会打ち合わせ・さつまいも畑草取り17:30終了予定		
	7月26日(日) 9:30集合 農地での流しそめん大会手伝い 16:00終了予定		
	7月27日(月)11:00集合 篠ノ井西児童センター流しそめん大会手伝い 14:00終了予定		
④ 活動場所	住所に同じ		
⑤ 活動時間	活動内容に記載時間		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 10人まで	⑦ 受入れ条件	どなたでもOK
⑧ 持ち物	水分補給用の飲み物・軍手・800円集金します		
⑨ その他	打合せ欠席の方は、ご自分で確認連絡をください。遅刻厳禁をお願いします。		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- ①篠ノ井駅より徒歩約20分
- ②篠ノ井駅からタクシー約6分弱

番号
62

分類
ボランティア・NPO

担当者
加藤邦武

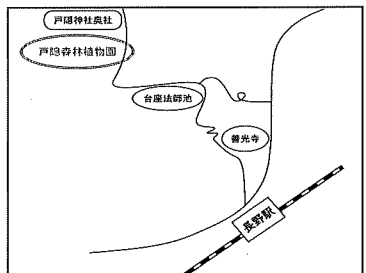
ふりがな	とがくししんりんしょくぶつえんぼらんていあのかい		
施設・団体名称	NPO法人 戸隠森林植物園ボランティアの会		
ふりがな	ながのしかどさわ		
住所	〒380-0881 長野市 門沢 3745-475		
電話番号	(080)5141-9924	FAX番号	() -
① 施設・団体の説明	戸隠森林植物園及び戸隠高原を活動フィールドに毎週日曜日は自然観察会を、年間の中ではバードウォッチングやロングウォーキングなどを行っています。		
② 参加者へのメッセージ	植物や野鳥などに自然に興味があって、戸隠の独自の景観と豊かな自然環境に魅力を感じている方はぜひ一緒に活動してみませんか。		
③ 活動内容	自然観察会での受付、誘導などガイドの補助。		
④ 活動場所	戸隠森林植物園		
⑤ 活動時間	9:00~12:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	
⑧ 持ち物	植物園内を歩ける服装、靴、雨具など。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- ・ループ橋経由戸隠線
- ・戸隠観光連絡バス
- ・観光特急戸隠線

番号 63	分類 ボランティア・NPO	担当者 志村
----------	------------------	-----------

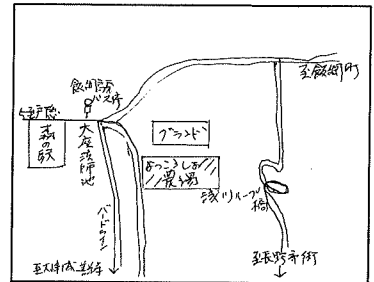
ふりがな	えぬが、のりほうじんいっすなこうげんごころしよ		
施設・団体名称	NPO法人 ぬがの郷高原ごころしよ		
ふりがな	ながのしあげや 2471-241		
住所	〒380-0588 長野市上ヶ屋 2471-241		
電話番号	(090) 1467-0292	FAX番号	(026) 239-2315
① 施設・団体の説明	自然体験、ヤギのふれあい、農業体験、林業体験。		
② 参加者へのメッセージ	小学生から80代まで、幅広い年代の方々に楽しく活動している団体です。若者から教えてもらう事もあり、その中で学びの機会を多く提供いたします。		
③ 活動内容	スズ作り、ヤギの世話、食育。		
④ 活動場所	住所と同じ。		
⑤ 活動時間	10時～3時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり2～3人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	長ぐつ、手袋、帽子、汗拭きタオル、作業用靴、服装、お昼		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

番号 64	分類 ボランティア・NPO	担当者 白倉
----------	------------------	-----------

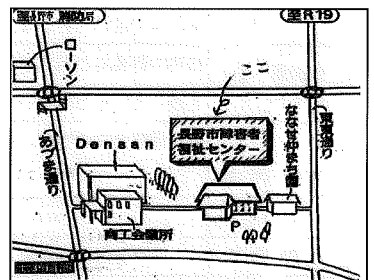
ふりがな	ながのしゆわさーくる		
施設・団体名称	長野手話サークル ①/3(昼)		
ふりがな	ながのしつるがなせなかまち ながのししょうがいしゃふくしせんたー		
住所	〒380-0904 長野市鶴賀七瀬中町276-10 長野市障害者福祉センター一気付		
電話番号	(090) 4008-1193	FAX番号	(026) 278-2159
① 施設・団体の説明	聞こえない人と会員が集まって活動をしているサークルです。手話を含めさまざまなことを学んでいます。		
② 参加者へのメッセージ	この夏、手話にもチャレンジしてみませんか？ 耳の聞こえない人たちと楽しく交流してみましょう！！		
③ 活動内容	聞こえない人たちと楽しく交流してください。 聞こえない人とのコミュニケーション方法は手話ではありません。 筆談等、いろいろな方法を体験してください。		
④ 活動場所	長野市障害者福祉センター		
⑤ 活動時間	10:00～12:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 5人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	筆記用具		
⑨ その他	マスクは個人の判断、体調不良時は参加をご遠慮ください		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩17分

番号 65	分類 ボランティア・NPO	担当者 白倉
-----------------	------------------	-----------

ふりがな	ながのしゅわさーくる		
施設・団体名称	長野手話サークル ②/3(夜)		
ふりがな	ながのしつるがなせなまち ながのしょうがいしゃふくしせんたー		
住所	〒380-0904 長野市鶴賀七瀬中町276-10 長野市障害者福祉センター気付		
電話番号	(090) 4008-1193	FAX番号	(026) 278 - 2159

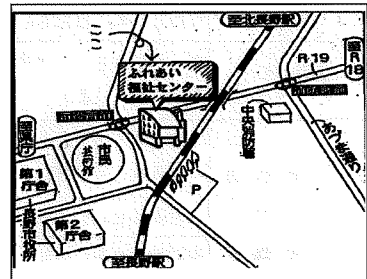
① 施設・団体の説明	聞こえない人と会員が集まって活動をしているサークルです。 手話を含めさまざまなことを学んでいます。		
② 参加者へのメッセージ	この夏、手話にもチャレンジしてみませんか？ 耳の聞こえない人たちと楽しく交流してみましょう！！		
③ 活動内容	聞こえない人たちと楽しく交流してください。 聞こえない人とのコミュニケーション方法は手話ではありません。 筆談等、いろいろな方法を体験してください。		
④ 活動場所	長野市ふれあい福祉センター		
⑤ 活動時間	19:00~21:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 5人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	筆記用具		
⑨ その他	マスクは個人の判断、体調不良時は参加をご遠慮ください		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩15分、
長野電鉄市役所前駅から徒歩7分

番号 66	分類 ボランティア・NPO	担当者 白倉
-----------------	------------------	-----------

ふりがな	ながのしゅわさーくる		
施設・団体名称	長野手話サークル ③/3(篠ノ井)		
ふりがな	ながのしつるがなせなまち ながのしょうがいしゃふくしせんたー		
住所	〒380-0904 長野市鶴賀七瀬中町276-10 長野市障害者福祉センター気付		
電話番号	(090) 4008-1193	FAX番号	(026) 278 - 2159

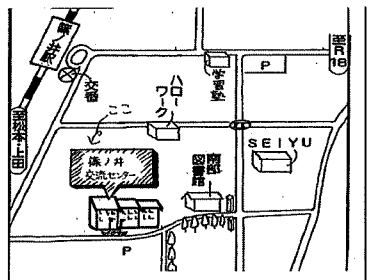
① 施設・団体の説明	聞こえない人と会員が集まって活動をしているサークルです。 手話を含めさまざまなことを学んでいます。		
② 参加者へのメッセージ	この夏、手話にもチャレンジしてみませんか？ 耳の聞こえない人たちと楽しく交流してみましょう！！		
③ 活動内容	聞こえない人たちと楽しく交流してください。 聞こえない人とのコミュニケーション方法は手話ではありません。 筆談等、いろいろな方法を体験してください。		
④ 活動場所	篠ノ井交流センター		
⑤ 活動時間	19:00~21:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 5人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	筆記用具		
⑨ その他	マスクは個人の判断、体調不良時は参加をご遠慮ください		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR篠ノ井駅から徒歩7分

番号
67

分類
ボランティア・NPO

担当者
西沢

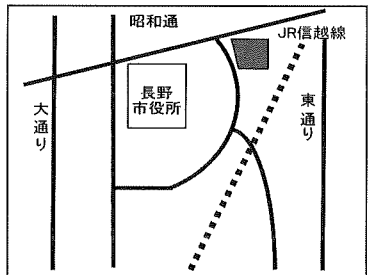
ふりがな	ねこはんでんサロン		
施設・団体名	ねこはんでんサロン		
ふりがな	ながのしおおあづつがみどりちょう1714-5 ながのしふれあいふくしせんたー 1かい		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター1階		
電話番号	(026) 227 - 3707	FAX番号	(026) 224 - 1513
① 施設・団体の説明	被災地支援の活動として長野にいても支援できるねこはんでんづくり 作成したねこはんでんを被災地に届けています		
② 参加者へのメッセージ	自分にできることで被災地の支援ができます。どなたでも参加できます。 お待ちしております		
③ 活動内容	・着物の古着をこわし、布にする作業・アイロンがけ・裁断・ミシンがけ・ 綿入れ・くけ縫い・などを経て一枚に仕上がります ・世間話をしながら、みんなで仕上げる達成感もあります		
④ 活動場所	長野市ふれあい福祉センター1階テーブル		
⑤ 活動時間	7/23は9:00~12:00 その他は9:00~15:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人	⑦ 受入れ条件	なし
⑧ 持ち物	裁縫道具(ある人) 飲み物 弁当		
⑨ その他	性別・年齢に関係なくいろいろな方が参加しています		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- JR「長野駅」から徒歩10分
- 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩5分
- アルビコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

番号
68

分類
ボランティア・NPO

担当者
木下

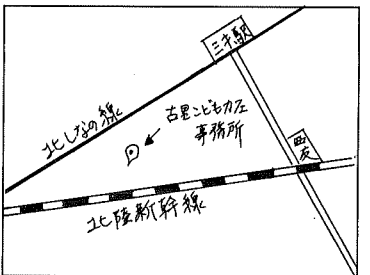
ふりがな	しんしゅう こども しょくどう ぶろとこども かふえん		
施設・団体名	信州子ども食堂 古里こどもカフェ		
ふりがな	ながのしおおあづつがみどりちょう1714-5		
住所	〒381 - 0082 長野市上馬向沢 393-8		
電話番号	(026) 296 - 5735	FAX番号	(026) 296 - 5735
① 施設・団体の説明	原則として毎月一回、地域の集会所等に子供食堂を開催。 会食・学習支援・食料日用品の提供。外部施設にて出張子供食堂。		
② 参加者へのメッセージ	古里こどもカフェは、あらゆる人々が安心して集える居場所づくり を目指しています。スタッフも楽しく活動中!! 若い力を待っています!!		
③ 活動内容	・7/31(金) 事務所の整理、食料配達の仕分け等 ・8/8(土) 子供食堂開催前日の準備、仕込み ・8/9(日) 子供食堂開催日。当日の設営、子供達のサポートなど		
④ 活動場所	7/31と8/8は 古里カフェ事務所。8/9は「なかのきみこば(東北)」		
⑤ 活動時間	7/31と8/8は10時~14時のうち2時間(応相談) 8/9は、9時~14時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	エプロン、バンダナ、マスク、動きやすい服装で		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- しなの鉄道三井駅から徒歩13分。
- ※途中からの送迎は応相談

番号
69

分類
ボラ・NPO

担当者
山口和子

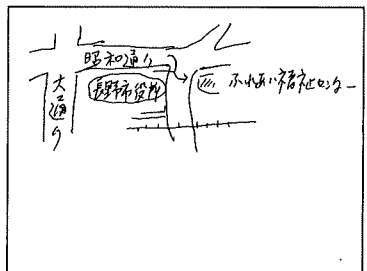
ふりがな	やまびこ かい		
施設・団体名称	やまびこ 会		
ふりがな	ながのしおおあざつるがみどりまちふれあいセンター		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター		
電話番号	(090) 5412-9348	FAX番号	() -
① 施設・団体の説明	目の不自由な方への音読本朗読会です。耳からの情報を通して社会参加の機会、日常生活の自立支援をします。		
② 参加者へのメッセージ	見る・聴くだけでなく出来る視覚障害の方達の情報の入手、読書方法を体験してみませんか。		
③ 活動内容	・音読の勉強、視覚障害の方と交流 ・デジタル図書作成体験 ・やまびこテレホンサービス体験		
④ 活動場所	長野市ボランティアセンター（住所と同じ）		
⑤ 活動時間	9:30～12:00分		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	定員外、特になし
⑧ 持ち物	筆記用具、飲み物		
⑨ その他	各自の持ち物		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅より徒歩15分
長野電鉄市役所前駅より徒歩7分

番号
70

分類
ボランティア・NPO

担当者
阿部

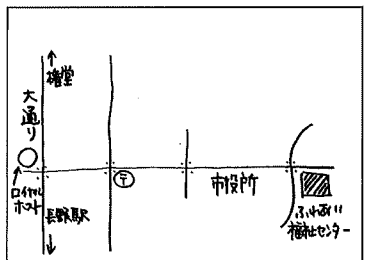
ふりがな	ナガノテレビ		
施設・団体名称	ながのTV		
ふりがな	ながのしおおあざつるがみどりまち ふれあいふくしせんたー		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 ふれあい福祉センター1階		
電話番号	(026) - 227 - 3707	FAX番号	(026) 224 - 1513
① 施設・団体の説明	地域の活動を動画で発信する住民ディレクターのグループです。毎月第2火曜日の19:00～生放送で「ながのボランティアステーション」と、毎年夏休みに企画する長野市内の地区のお宝を掘り起こす「プラナガノ」という番組を企画運営しています。		
② 参加者へのメッセージ	youtuberを目指している人、人と話すのが好きな人、番組作りをやってみたい人、編集をしてみたい人など一緒に楽しく活動しましょう!!		
③ 活動内容	毎年夏に実施する「プラナガノ」のスタッフになって、取材→生放送に参加します。取材は終日の活動となります。取材先は未定(昨年は戸隠でした)です。現地までの送迎はメンバーがします。		
④ 活動場所	7/20と8/11はふれあい福祉センター1階。7/26は取材地(長野市内)		
⑤ 活動時間	7/20 13:30～2時間程度、7/26取材日8:30～16:30、8/11放送日17:00～21:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	高校生以上
⑧ 持ち物	7/26取材日は暑さ対策(帽子、水分、昼食代1000円程度)		
⑨ その他	8/11以降の毎月の活動に参加希望の方大歓迎です!ゆるゆる楽しくやりましょう		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅から徒歩15分
長野電鉄市役所前駅から徒歩5分

番号
71

分類
ボランティア・NPO

担当者
中村

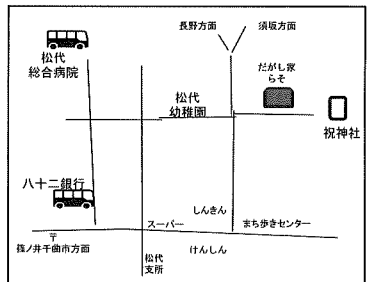
ふりがな	らそのかい		
施設・団体名称	らその会		
ふりがな	ながのしまつしろまち まつしろ 590 だ が し や ら そ		
住所	〒 381-1231 長野市松代町松代590 だ が し 家 ら そ		
電話番号	(090) 7280-0131	FAX番号	(026) 278-7228
① 施設・団体の説明	駄菓子と軽食を提供「駄菓子を買いに、ご飯を食べに」 居場所や交流の場を目指し、有志で企画運営をしています		
② 参加者へのメッセージ	この夏、新たな出会いと新たな自分発見をしませんか！ そして、あなたのアイデアを発揮してください！		
③ 活動内容	らそごはん(毎週土曜日)、木・金・土ランチ提供 駄菓子の販売 ワークショップのお手伝い 子どもたちとの交流(学習支援も含む) さまざまな方と触れあいながら、心地よい場所づくりを一緒につくってください。		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時45分から15時45分 8/5(水)8/19(水)は13時~17時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1人	⑦ 受入れ条件	興味関心がある方なら、どなたでも。
⑧ 持ち物	サンダルは不可。エプロンを持参してください。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅より松代高校行きバス乗車。
松代病院総合前か八十二銀行前下車。
徒歩5分。
篠ノ井線、須坂屋代線のバスもあります。

番号
72

分類
ボラ・NPO

担当者
中島広光

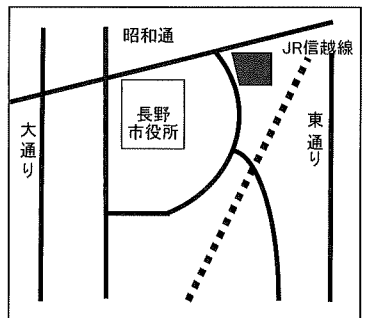
ふりがな	ぼーいすかうとながのだいいちだん		
施設・団体名称	ボーイスカウト長野第1団		
ふりがな	ながのみわ		
住所	〒380-0803 長野市三輪10-14-5		
電話番号	090-1548-0262	FAX番号	
① 施設・団体の説明	ボーイスカウトは人と地球によりよい未来をつくる 世界最大の青少年運動です		
② 参加者へのメッセージ	ボーイスカウトが行っている募金活動を体験してみませんか		
③ 活動内容	①ミーティング 募金活動の準備 ②街頭募金の実施 ③評価 野外料理を体験しながら発表・意見交換		
④ 活動場所	①、③ ふれあい福祉センター ②長野駅前		
⑤ 活動時間	13:00~17:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3~8人	⑦ 受入れ条件	3人以上
⑧ 持ち物	動きやすい服装、汗を拭くタオル、水分補給の水筒など		
⑨ その他	①と③の活動場所の住所は「長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター」		

⑩活動可能日

	日	月	火	水	木	金	土
7月	19	20	21	22	23	24	25
8月	26	27	28	29	30	31	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	1	2	3	4	5

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩15分、
長野電鉄市役所前駅から徒歩7分

番号
73

分類
ボランティア・NPO

担当者
西沢・中村

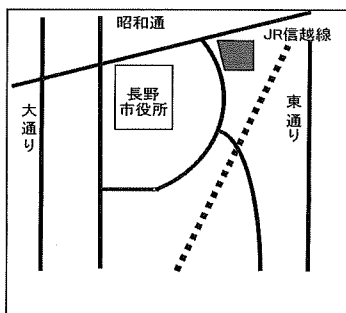
ふりがな	ながのしぼらんていあせんたーえー		
施設・団体名	長野市ボランティアセンターA		
ふりがな	ながのしおあざつるがみどりちよう1714-5 ながのしふれあいふくしせんたー 1かい		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター1階		
電話番号	(026) 227 - 3707	FAX番号	(026) 224 - 1513
① 施設・団体の説明	多様なボランティアグループに活動の場として提供しています。 ボランティア活動に関するさまざまな相談を受けています。		
② 参加者へのメッセージ	ボランティアセンターで活動しているボランティアグループさんと一緒に活動します。リサイクル・ものづくり・花壇整備などさまざまな活動を知るチャンスです!		
③ 活動内容	8/4(火)エコ封筒づくり 10:00~11:30		
	8/3(月)8/17(月)布草履づくり 10:00~16:00		
	8/6(木)花や緑とふれあうグリーンボランティア 13:30~15:30		
	8/7(金)切手のリサイクル 切手の整理と小箱づくり 10:00~16:00 その他 ベルマークの仕分けや切手の整理などの「ちょこっとボランティア」も体験しよう		
④ 活動場所	長野市ふれあい福祉センター1階		
⑤ 活動時間	活動内容による		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	2人	⑦ 受入れ条件
⑧ 持ち物	水筒、昼食など 活動によっては動きやすい服装でお越しください。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- JR「長野駅」から徒歩10分
- 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩5分
- アルピコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

番号
74

分類
ボランティア・NPO

担当者
中村・西澤

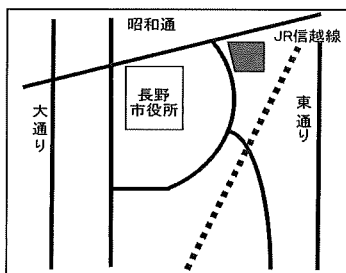
ふりがな	ながのしぼらんていあせんたー わかもの・あいであらば		
施設・団体名	長野市ボランティアセンター B(わかもの・アイデア・LABO)		
ふりがな	ながのしおあざつるがみどりちよう1714-5 ながのしふれあいふくしせんたー 1かい		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター1階		
電話番号	(026) 227 - 3707	FAX番号	(026) 224 - 1513
① 施設・団体の説明	多様なボランティアグループに活動の場として提供しています。 ボランティア活動に関するさまざまな相談を受けています。		
② 参加者へのメッセージ	わかもの・アイデア・LABOでは、若者世代のみならず、ボランティアセンターに行きたくなるようなアイデアを出し合う場です。若者の皆さんならではの楽しくワクワクするアイデア出しあいましょう。		
③ 活動内容	・ボランティアセンタータンケンハッケンホットケン		
	・アイデア妄想会議		
	・アイデアプレゼン大会		
④ 活動場所	長野市ふれあい福祉センター1階		
⑤ 活動時間	10時から15時(日によっては午前のみ、午後のみの時もあります)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり	3人	⑦ 受入れ条件
⑧ 持ち物	水筒、昼食など 活動によっては動きやすい服装でお越しください。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- JR「長野駅」から徒歩10分
- 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩5分
- アルピコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

番号	分類	担当者
75	ボランティア・NPO	松岡

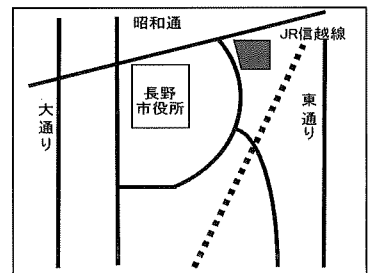
ふりがな	ながのしぼらんていあせんたーしー		
施設・団体名称	長野市ボランティアセンター C		
ふりがな	ながのしおおあざつるがみどりちょう1714-5 ながのしふれあいふくしせんたー 1かい		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふれあい福祉センター1階		
電話番号	(026) 227 - 3707	FAX番号	(026) 224 - 1513
① 施設・団体の説明	多様なボランティアグループに活動の場として提供しています。 ボランティア活動に関するさまざまな相談を受けています。		
② 参加者へのメッセージ	ユニバーサルデザインをみんなで考えます。ユニバーサルデザインってなんだろう？ふれあい福祉センターや長野市役所を探検してみよう。いろんな発見をして、やさしいまちになるためのアイデアを考えてみよう		
③ 活動内容	・車いすでタンケンハッケンホットケン ・ユニバーサルデザインを考えよう ・アイデアプレゼン大会		
④ 活動場所	長野市ふれあい福祉センター1階		
⑤ 活動時間	10時から15時（日によっては午前のみ、午後のみ時もあります）		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人	⑦ 受入れ条件	どなたでも
⑧ 持ち物	水筒、昼食など 活動によっては動きやすい服装でお越しください。		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

- JR「長野駅」から徒歩10分
- 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩5分
- アルピコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

番号	分類	担当者
76	ボラ・団体	美谷島

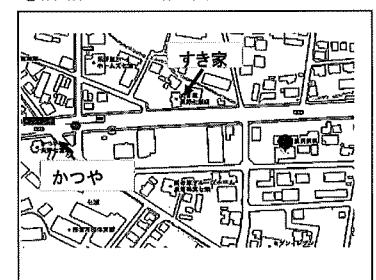
ふりがな	にんていえぬびーおーほうじん ふーどばんくしんしゅう		
施設・団体名称	認定NPO法人 フードバンク信州		
ふりがな	ながのしおおあざたかだ えんどうびるいっかいひがし		
住所	〒381-0034 長野市大字高田1029-1 エンドウビル1F東		
電話番号	(026) 219 - 3215	FAX番号	(026) 219 - 3216
① 施設・団体の説明	もったいないをありがとうへ 食料を大切に食品ロスの削減をすすめながら生活にお困りの方などに必要な食料を届ける活動を通して「食」を通じたセーフティネットの構築を目指す団体です。企業や個人の方から食品のご寄付をいただいています。		
② 参加者へのメッセージ	寄贈いただいた食品を仕分けしたり、箱詰めする作業です。 受け取られた方に笑顔と元気を届けます。 一緒に楽しく作業しませんか。		
③ 活動内容	・食品の仕分け作業 ・食品の袋詰めや箱詰め ・メッセージの封入作業		
④ 活動場所	フードバンク信州事務所		
⑤ 活動時間	10:00~12:00 13:00~16:00 (午前のみ、午後のみでも可)		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 1~2人	⑦ 受入れ条件	特にありません
⑧ 持ち物	動きやすい服装、汗を拭くタオル		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

JR長野駅から徒歩15分

番号 77 分類 非営利・NPO 担当者 草野

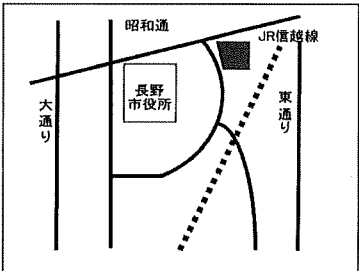
ふりがな	ハンポ		
施設・団体名称	hanpo		
ふりがな	ながのしのおおあざつるがみどりまち ながのし ふくろ		
住所	〒380-0813 長野市大字鶴賀緑町1714-5 長野市ふくろあい福祉センター		
電話番号	(080)1038-3541	FAX番号	() -
① 施設・団体の説明	フリーローラーをつくる団体です。		
② 参加者へのメッセージ	何かの生きづらさを考えろフリーローラーです。楽しい？ とんちに身がまえずに、ふらっと言葉を持ってきてくださいな。		
③ 活動内容	フリーローラーの製本を手作業で行います。 新聞と見比べ、フリーローラーの記事を書き取りをします。		
④ 活動場所	長野市ふくろあい福祉センター		
⑤ 活動時間	13:00 ~ 17:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 4人	⑦ 受入れ条件	中学～大学生
⑧ 持ち物	筆記用具・飲み物・エプロン・タオル・ゴミ袋		
⑨ その他	活動先住所は「長野市大字鶴賀1714-5 長野市ふくろあい福祉センター」		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



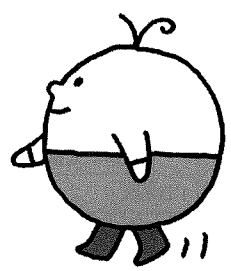
⑫交通機関

- JR「長野駅」から徒歩10分
- 長野電鉄「市役所前駅」から徒歩6分
- アルピコ交通「市役所前バス停」から徒歩3分

サマーチャレンジボランティア2026

医療

No.78～79



番号 78	分類 医療	担当者 滝澤
----------	----------	-----------

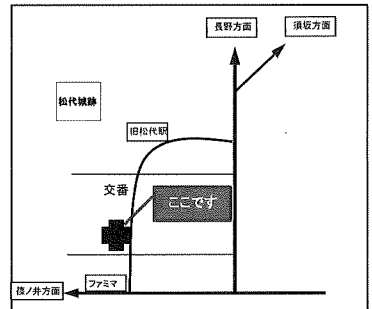
ふりがな	ながのまつしろそうごうびょういん		
施設・団体名称	長野松代総合病院		
ふりがな	ながのしまつしろまちまつしろ183		
住所	〒381-1231 長野市松代町松代183		
電話番号	(026) 278 - 2031	FAX番号	(026) 278 - 9167
① 施設・団体の説明	大きくて、明るくて、きれいで、病院らしくない病院です。		
② 参加者へのメッセージ	自分の力でできることを積み重ねて、あなた自身を育てる夏にしましょう。 * 病院ですので、感染防止策を各自の責任で請じうえて参加してください。		
③ 活動内容	外来通院患者さんの受付、受診補助（案内、声かけ、車椅子介助等）		
	病棟患者さんの介護補助（配膳、シーツ交換等） 院内庭園の手入れ等 * その他 希望により応相談		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時 00分 ~ 15時 00分 まで		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	一生涯命できる方ならどなたでも
⑧ 持ち物	ボランティア活動にふさわしい服装、上履き、筆記用具、不織布マスク		
⑨ その他	昼食は各自で持参、または有料で院内レストラン・売店で購入も可能		

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

アルピコバス 古戦場経由松代行き「長野松代総合病院」下車、長野電鉄バス須坂行き屋代行き「長野松代総合病院」下車

番号 79	分類 医療	担当者 岩本
----------	----------	-----------

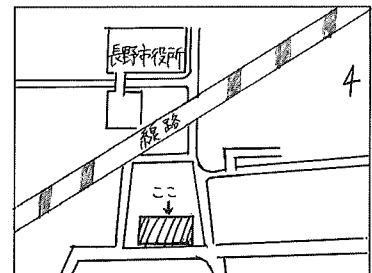
ふりがな	いげうほうし あいわかい あいわかいじん		
施設・団体名称	医療法人愛和会 愛和病院		
ふりがな	ながのしつるがななせなまち		
住所	〒380-0904 長野市鶴賀七瀬中町 1042		
電話番号	(026) 226 - 3863	FAX番号	(026) 223 - 7168
① 施設・団体の説明	地域に根ざした医療機関。緩和ケアを主として入院者数は40人前後 高齢の患者さんや長期療の方が安心して過ごせる病院として力を尽くしています。		
② 参加者へのメッセージ	ボランティアは「人と関わることの大ささ」を体験できる機会。相手思いのやさ 気持ち笑顔で接すること、話を聞く姿勢が大切です。学ぶ良い場所です。		
③ 活動内容	入院患者さんとのふれ合い、お茶会でお話しくたさし。 特技披露（楽器演奏、うた など）		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	大体14時から16時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	特になし
⑧ 持ち物	エプロン、動きやすい服装、タオル		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



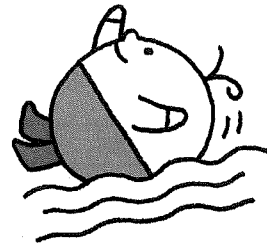
⑫交通機関

・長野駅から徒歩10分

サマーチャレンジボランティア 2026

その他の

No.80~82



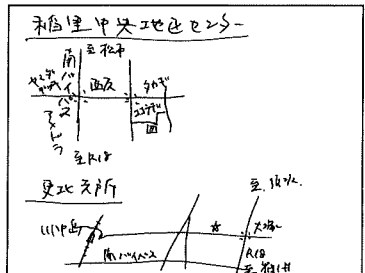
番号	分類	担当者
80	その他	山本
ふりがな	じょうほくろく しやうやんしよ きやうじかい	
施設・団体名称	更北地区住民自治協議会	
ふりがな	ながしきのしあおきよまほろ ちんぱち	
住所	〒381-2205 長野市 青木島町 大塚 881-1 (更北支所奥)	
電話番号	(026) 246-2335	FAX番号 (026) 246-2324
① 施設・団体の説明	青木島、真島、小島、和道地区の自治活動を行う団体です。	
② 参加者へのメッセージ	このイベントのために楽しいゲームと一緒につくりましょう！	
③ 活動内容	8/5の「もたないない交流会の夏祭り」で子供たちから楽しめるゲームをつくる。その準備をする。	
④ 活動場所	準備：更北支所会議室 当日：和道中央地区センター	
⑤ 活動時間	準備：参加者に入社相談、当日：9~15時	
⑥ 受入れ人数	1日あたり 10人	⑦ 受入れ条件 8/5に参加できること。
⑧ 持ち物	筆記用具。	
⑨ その他	販売も可能です。	

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

○和道中央地区センター 最寄りバス停
70020 36 和道生保環状線 和道中央駅方面
中氷館西のY120
○更北支所 最寄りバス停
若生更北橋上り方面 更北支所前

番号	分類	担当者
81	その他	馬場由美子

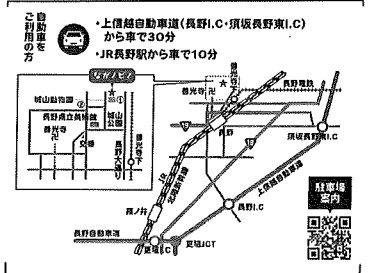
ふりがな	ながのこども館		
施設・団体名称	ながのこども館		
ふりがな	ながのしうえまつ		
住所	〒380-0802 長野市上松2-4-5		
電話番号	026-232-7383	FAX番号	026-232-7383
① 施設・団体の説明	「長野市少年科学センター」からリニューアルし、8月から3年目になります。幼児から小学生を対象に天候に関係なく遊べる屋内施設です。		
② 参加者へのメッセージ	少年長のお兄さん、お姉さんの目線で、子供たちが安心して遊べるよう見守りのお手伝いなどをしてください。		
③ 活動内容	受付、イベント、清掃、見守りなどの手伝い		
④ 活動場所	住所と同じ		
⑤ 活動時間	9時から14時		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 3人	⑦ 受入れ条件	特になし
⑧ 持ち物	タオル、飲み物、昼食		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

ご利用の方	・長野電鉄：善光寺下駅から徒歩15分
ご利用の方	①長電バス：動物園下バス停から徒歩約5分 ②アルピコ交通：「隈田町」バス停から徒歩約10分

番号	分類	担当者
82	子ども・ボランティア	竹下

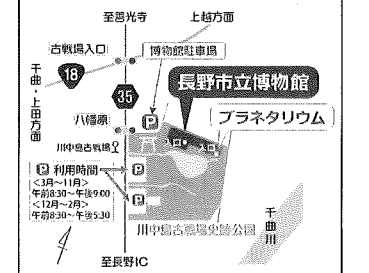
ふりがな	ながのしりつはくぶつかん		
施設・団体名称	長野市立博物館		
ふりがな	ながのしおしまだまち かわなかじまこせんじょうしせきこうえんない		
住所	〒381-2212 長野市小島田町1414 (川中島古戦場史跡公園内)		
電話番号	(026) 284 - 9011	FAX番号	(026) 284 - 9012
① 施設・団体の説明	長野市の自然と文化を展示する総合博物館です。プラネタリウムもあります。常時博物館ボランティアさんがガイドや体験講座、文化財保存活動等で活躍しています。サマチャレ期間中は特別展「長野にセイウチがいた！～オントケトウスからたどる鯨脚類の進化～」を開催中です。		
② 参加者へのメッセージ	見学だけではない様々な活動が博物館にはあります。ボランティア体験を通して博物館の多様な魅力を体感してみませんか？		
③ 活動内容	①毎週金曜日は、令和元年東日本台風により水害被害にあった古文書の応急処置です。泥落としやシワのばし等の簡単な作業です。 ②毎週土曜日は、「子ども☆体験のひろば」のサポートです。簡単な工作体験を、来館する子どもたちと一緒に楽しんでください。毎回内容が異なります。		
④ 活動場所	長野市立博物館		
⑤ 活動時間	①毎週金曜日 10:00～16:00 (10:00～12:00でも可)、②毎週土曜日 9:30～12:00		
⑥ 受入れ人数	1日あたり 2人	⑦ 受入れ条件	元氣よく挨拶できる方
⑧ 持ち物	①・②共通：動きやすく汚れてもよい服装・水分補給を必ず用意(館内給水器なし) ①毎週金曜日は昼食持参・マスク持参		
⑨ その他			

⑩活動可能日

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

※活動可能日に○をしてください

⑪活動先までの略地図



⑫交通機関

長野駅善光寺口バスのりば3番から【30】古戦場経由松代行に乗車、「川中島古戦場」で下車(約25分乗車)バス停から徒歩約3分。自転車可(駐輪場がないので、身障者用駐車場周辺の通路に通行の妨げにならないように駐輪して下さい)。

サマーチャレンジボランティア2026参加申込みについて

申込み期間 令和8年6月20日(土)～7月5日(日)
 申込み先 長野市ボランティアセンター(長野市ふれあい福祉センター1階)
 申込方法 必ず本人が、直接ボランティアセンターへ申込みに来てください
 受付時間 平日 10:00～19:00
 土日 10:00～16:00
 問合せ先 TEL 026-227-3707

記入に関する諸注意

- ・記入例を参考に記載漏れがないようにお願いします。
- ・申込み書はコピーを使用してもかまいません。

記入例


ふりがな	ほらん	たろう	年齢	性別
氏名	姓 募欄	名 太郎	16 歳	<input checked="" type="radio"/> 男・女
住所	〒381-0813 長野市鶴賀緑町1714-5			
電話番号	026-227-3707	携帯電話番号	090-0000-XXXX	
学校・勤務先	ボランティア高校	学年	2 年	学科・部署 ボランティア学科
部活	サッカー部	趣味・特技	カード集め/サッカー 習字	
これまでボランティア活動をしたことがありますか?(サマチャレ含む)		<input checked="" type="radio"/> ある・ない		

緊急連絡先

保護者連絡先	氏名	募欄 花子
	連絡先	080-0000-□□□□

※参加者の安全確保のため、受け入れ先へ連絡先をお伝えします。

変更連絡の受取方(新型コロナウイルス感染症などによる活動変更等急な変更があった場合の連絡手段)

<input checked="" type="radio"/> ①長野市ボラセン公式LINE 	<input type="radio"/> ②メール ()	<input type="radio"/> ③電話 (- -)
---	--------------------------------	-----------------------------------

【事前研修会7/18(土)について】

出席・欠席(欠席理由)

◎(高校生以上の方が対象です。)事前研修会当日のボランティアを

協力できる・協力できない

【事後研修会9/12(土)について】

出席・欠席(欠席理由)

午前の部(10:00～)・ 午後の部(14:00～)

【希望日を確認し、活動希望先をお書き下さい】

第1希望	活動先No.	活動先名	活動日	決定
			/ / / / /	
第2希望	活動先No.	活動先名	活動日	決定
			/ / / / /	

参加申込書


「サマーチャレンジボランティア2026」に参加したいので、下記のとおり申し込みます。

ふりがな			年齢	性別
氏名	姓	名	歳	男・女
住所	〒			
電話番号			携帯電話番号	
学校・勤務先			学年	学科 ・ 部署
部活			趣味 ・ 特技	
これまでボランティア活動をしたことがありますか？(サマチャレ含む)		ある ・ ない		

緊急連絡先

保護者 連絡先	氏名	※参加者の安全確保のため、受け入れ先へ連絡先をお伝えします。
	連絡先	

変更連絡の受取方（新型コロナウイルス感染症などによる活動変更等急な変更があった場合の連絡手段）

①長野市ボラセン公式LINE		② メール ()	③ 電話 (- -)
----------------	---	--------------	-----------------

【事前研修会7/18(土)について】

出席 ・ 欠席 (欠席理由)

◎(高校生以上の方が対象です。)事前研修会当日のボランティアを
協力できる ・ 協力できない

【事後研修会9/12(土)について】

出席 ・ 欠席 (欠席理由)
午前の部(10:00～) ・ 午後の部(14:00～)

【希望日を確認し、活動希望先をお書き下さい】

第1希望	活動先No.	活動先名	活動日	決定
			/ / / / /	
第2希望	活動先No.	活動先名	活動日	決定
			/ / / / /	

受付No.	受付日	受付者名
	/	