



中学生以上の方向け活動先一覧

サマーチャレンジ2025



参加者募集中



主催：下諏訪町社会福祉協議会

「サマーチャレンジ」は、これからボランティアを始めてみたい、ボランティアにチャレンジしたい人に、ボランティア活動の理解と関心を深める場をつくっていただける体験プログラムです。この夏、新たな「ふれあい」と「発見」をしてみませんか。

- 1 実施期間 7月19日（土）～ 8月17日（日） ※受入日は施設により異なります。
- 2 参加者募集期間 6月 9日（月）～ 6月27日（金）
- 3 参加資格
 - ・小学4年生以上の方（活動先により条件が異なります。）
 - ・期間内に同施設で2日以上活動できる方（原則）
 - ・下記の事前研修のどちらかへ参加ができる方

（出席できない方は事前にご相談ください）

7月10日（木）午後5時30分から 下諏訪町老人福祉センター
7月11日（金）午後5時30分から 下諏訪町老人福祉センター
- 4 参加費 350円（ボランティア活動保険代）
※活動先でかかる費用、食費、交通費等は、自己負担です。
- 5 活動先 先着順に、活動先を決定します。
※詳しくは、活動先一覧表をご覧ください。
活動先一覧表は、社会福祉協議会または各学校にあるものをご覧ください。
か、下諏訪町社会福祉協議会ホームページにも掲載しております。
- 6 その他 事業詳細は別紙開催要項をご覧ください。
- 7 申込方法 2次元コードを読み込んでいただき、Google フォームよりお申込みいただくか、「参加申込書」にご記入いただき、下記まで郵送またはFAXをおねがいします。窓口でもお申込みいただけます。



申込2次元コード



活動先一覧はこちら

<お問い合わせ>

社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会

地域福祉推進係 企画推進グループ

TEL:0266-27-8886 FAX:0266-27-0890

〒393-0092 下諏訪町 162 番地 4（砥川住宅 1 階）

担当：逸見（へんみ）・両角

下諏訪町社会福祉協議会 夏のボランティア体験 サマーチャレンジ2025 開催要項

1 趣 旨

超高齢社会の到来や無縁社会が叫ばれている中で、「地域のささえあい」「住民参加による福祉のまちづくり」を推進していくためにも、ボランティアの役割が日に日に大きくなってきています。また、昨今の各災害復興支援ではボランティアが大きな力を発揮し、ボランティアに対する関心も高まってきています。その一方で、ボランティア活動を始めるきっかけを掴めず、一步を踏み出すことのできない方もいます。

「サマーチャレンジ2025」は、ボランティア体験をとおして、ボランティア活動への正しい理解と関心を深め、今後の活動のステップとしていただくことを目的に実施します。

2 主 催

社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会

※「サマーチャレンジ」事業は、諏訪地域6市町村社協で実施されます。

(他市町村の内容詳細は、直接お問い合わせください。)

3 参加資格

小学校4年生以上の方(体験先によって違います。)

※ 小・中・高校生の場合は、必ず保護者の方の同意をお願いします。

・期間中に同施設で原則2日～3日間活動ができて、事前研修に参加できる人

(学生に限らず小学校4年生以上の方であればどなたでも参加できます)

4 実施方法

7月～8月中に、福祉施設・団体でボランティア体験を行う。

【日程】

[1] ボランティア募集期間 6月 9日(月)～ 6月27日(金)

[2] ボランティア活動の体験期間 7月19日(土)～ 8月17日(日)

[3] 事前研修

下記の①②どちらかに出席してください。保険加入手続きを行い、体験に必要な書類をお渡しします。

どうしても出席できない方は社協までご連絡ください。個別研修の対応をいたします。

① 7月10日(木) 午後5時30分～ 下諏訪町老人福祉センター

② 7月11日(金) 午後5時30分～ 下諏訪町老人福祉センター

[4] 各施設・団体で、ボランティア体験をする(体験最終日に、ふりかえりシートを記入して提出)

5 参加費

350円(ボランティア活動保険代) 事前研修会の際にお持ちください。

※ボランティア活動保険は令和8年3月31日までのボランティア活動に有効です。

※町社協で一括して保険の加入手続きをいたします。

※活動先により別にかかる費用、研修会場や活動先までの交通費等については自己負担です。

6 活 動 先

福祉施設等：老人福祉施設／障がい者福祉施設／児童福祉施設／福祉機関・団体／社協事業 など
活動先は、申し込みの早い順から先着で決定いたします。

※ 活動先が決定しましたら、後日郵送でご本人に決定通知をお送りいたします。

※ 施設によっては、年齢制限がある場合があります。予めご了承ください。

7 参加募集から活動までの流れ

- ① 町内の小学校４年生～高校生に、開催概要を記した案内冊子を学校を通じて配布・周知する。
一般向けには、新聞掲載及び各公共施設等に案内冊子を設置する。
- ② 参加希望者は、Google フォームで申し込むか、申込用紙に記入して、下諏訪町社会福祉協議会へ持参、もしくは郵送及びFAXで提出をする（FAXの場合は、受信確認の電話を社協までお願いします）。
郵送の場合は、６月２７日必着となるよう余裕をもって発送してください。
Google フォームで申し込まれた方には受付時に申込受付のメールが自動送信されます（自動送信のメールをもって受付の完了とします）。
- ③ 社協は、活動先決定通知（小・中・高校生の場合は保護者の方の同意書も同封）を郵送する（受け入れ人数により第１希望の活動先をご紹介できない場合もございますのでご了承ください）。
- ④ 参加者は、事前研修会へ出席し、ボランティア活動保険の加入手続きおよび事前研修を行う。
小・中・高校生は、保護者の方の同意書を提出する。
- ⑤ 参加者は、活動先受け入れ担当者と事前に打ち合わせを行い、当日に活動を行う。
- ⑥ 参加者は、活動最終日にふりかえりシートを活動先の受け入れ担当者へ提出する。
- ⑦ 社協は、ふりかえりシートをとりまとめ、参加者へお返しする。
※いただいた感想等は社協だよりに掲載させていただく場合があります。

8 その他

○ご本人の都合で参加できなくなった場合の参加費（保険料）の返金はありません。

○アレルギーや病気で活動に制限のある方は、事前に下諏訪町社会福祉協議会までお知らせください。

○活動中、社協担当者が取材に伺い、写真を撮影することもあります。あらかじめご了承ください。



<お問い合わせ>

下諏訪町社会福祉協議会 地域福祉推進係 企画推進グループ
「サマーチャレンジ2025」担当：逸見（へんみ）・両角
〒393-0092 長野県諏訪郡下諏訪町162番地4
TEL 0266-27-8886 fax 0266-27-0890
メール seikatsuouen@shakyo-shimosuwa.or.jp

サマーチャレンジ2025 活動先一覧

(中学生以上対象)

分 類	No.	施 設・イベント名
イベント	1	下諏訪観光ガイド
	2	夏休み みんなの遊び場 主催：児童の居場所づくり推進員会
	3	なつやすみ 宿題おたすけ隊！（社協事業）
	4	一般社団法人学び舎楽人 わくわくキッチン楽人（下諏訪）
高齢者	5	テイサービスセンター スマイル
	6	諏訪共立ケアセンター赤砂 すずかぜ通所リハビリテーション
	7	社会福祉法人サン・ビジョン グレイスフル下諏訪
障がいのある方	8	社会福祉法人 この街福祉会 第2この街学園
	9	あかりの会（点訳ボランティア）
小学生	10	下諏訪北小学校第2学童クラブ
保育園児	11	下諏訪町さくら保育園
	12	下諏訪町とがわ保育園
	13	下諏訪町みずべ保育園
	14	きっずるーむ TAN・TAN（企業内託児所）



1 下諏訪観光ガイド

TEL : 28 - 2545 fax : 28 - 2545

担当：白倉 弘子 （会長）

◆活動内容 7月26日：春宮、万治石仏等コース
8月 2日：秋宮、下諏訪宿等コース

◆活動時間 午後1時から3時

◆受入条件 小学4年生から高校生

◆受入人数 最大40名
2名ガイド付

◆持ち物 水筒

◆食 事 無し

◆交通機関 徒歩

◆メッセージ 下諏訪町の歴史、文化を学びましょう。
お待ちしております。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							26

	日	月	火	水	木	金	土
8月							2

〈所在地地図〉 Googleマップを使用しています。



2

下諏訪町児童の居場所づくり推進委員会 夏休み みんなの遊び場

住 所：〒393-8501 下諏訪町4611 - 40 下諏訪町役場教育こども課（事務局）
TEL：27-1111（担当） FAX：28-0131

担 当：上野 詩織（事務局）

◆活動内容 浮き島で小学生の川遊びの見守り

◆活動時間 午前9時30分～午後12時00分（準備～片付けまで）

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2～3人

◆持 ち 物 水遊びのできる支度（必要なら着替え）

◆食 事 なし

◆交通機関 公共交通機関、徒歩、自転車

◆メッセージ 浮き島周辺の川遊びで小学生と一緒に遊びながら安全を見守って下さい。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							26
	27						

〈所在地地図〉



3

社会福祉法人 下諏訪町社会福祉協議会

なつやすみ 宿題おたすけ隊！

住 所：〒393-0092 下諏訪町162番地4（砥川住宅1階）（担当）
 TEL：27-8886 FAX：27-0890

担 当：逸見 海斗



◆活動内容 小学生の宿題の見守り、レクリエーション

◆活動時間 9時30分から12時ころまで

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2～3人
 （ボランティアの人数で調整させていただく場合があります）

◆持 ち 物 水分、筆記用具、動きやすい服装

◆食 事

◆交通機関 老人福祉センター：あざみ号 老人福祉センターバス停下車
 にこっと：下諏訪駅から徒歩4分程度、あざみ号 大社通り四ツ角バス停下車

宿題の見守り、レクリエーションを通じて小学生とたくさんお話して、たくさん遊んで交流してください。
 ◆メッセージ 子どもたちと交流したい方、居場所づくりに関心のある方、将来子どもとかかわるお仕事をしたい方、お待ちしております。どちらか1日だけでもOKです。

ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
					31		

	日	月	火	水	木	金	土
8月							
		4					

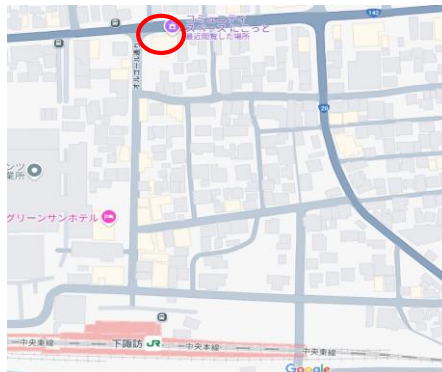
〈所在地地図〉

Googleマップを使用しています。

＜下諏訪町老人福祉センター＞



＜コミュニティスペースにこっと＞



4 わくわくキッチン楽人(下諏訪)

住 所：〒393-0000 下諏訪町4611-40
TEL：080-4934-3558

担 当：曾根原 裕美



◆活動内容 平日昼間のお昼ご飯の提供と居場所

◆活動場所 下諏訪総合文化センター

◆活動時間 9：00～13：00、もしくは10：00～11：20頃

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日3～5名

◆持ち物 わくわく楽しむ気持ち、エプロン、三角巾もしくはタオル、マスク、筆記用具

◆食 事 食べ放題



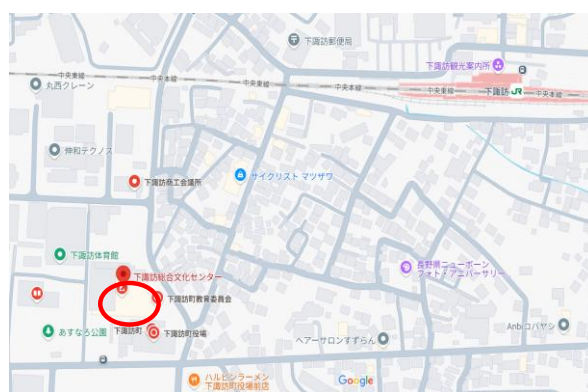
◆交通機関等 あざみ号東山田線・高木高浜線・スワンバス、文化センター前

◆メッセージ ①お昼ご飯を作る。
②視聴覚室で子ども達の勉強をみたり一緒に遊んだりする。
どちらかお選びください。わくわく楽しく活動しましょう！

ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
8月			5	6	7	8	

〈所在地地図〉



※ Googleマップを使用しています。

5

デイサービスセンタースマイル

住 所：〒393-0092 下諏訪町121-5 (大門2)
TEL：27-0084 FAX：28-0737

担 当：笠 原(管理者)

◆活動内容 高齢者との交流、身のまわりのお世話

◆活動時間 9：30～15：30

◆受入条件 小学4年生以上

◆受入人数 2名

◆持 ち 物 上はき、三角巾、タオル、水分 エプロン

◆食 事 弁当持参OK

◆交通機関等 徒歩、自転車 公共交通機関（下諏訪町老人福祉センター前バス停）

◆メッセージ デイサービスはお一人お一人に対して対応する場面と全員一緒に対応する場面があります。いろいろ体験をして楽しんで下さい。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
8月			5	6			

〈所在地地図〉



諏訪共立ケアセンター赤砂 すずかぜ通所リハビリテーション

住 所：〒393-0047 下諏訪町4429-6 (赤砂)
TEL：26-3033 FAX：26-2135

担 当：内山 浩幸

◆活動内容 デイケア利用者のリハビリ・介護のお手伝い

◆活動時間 8：30～16：30

◆受入条件 小学4年生以上

◆受入人数 1日2名まで

◆持 ち 物 動きやすい服装、上履き

◆食 事 昼食代（680円）、弁当持参可

◆交通機関等 徒歩、自転車

◆メッセージ 高齢者の方との交流や介護・リハビリ・看護の仕事に興味がある方、お待ちしております。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
			22	23			
8月							
			5	6			
			12	13			

〈所在地地図〉



※ 地理院地図を加工して引用しています。

7

社会福祉法人サン・ビジョン グレイスフル下諏訪

住 所：〒393-0033 下諏訪町高木9375-1

TEL：26-7001 FAX：26-7005

担 当：斉藤 健一



◆活動内容 高齢者の介護のお手伝い、交流

◆活動時間 9：00～16：00
(時間要相談、10：00～、～15：00でも可)

◆受入条件 小学4年生以上

◆受入人数 1日2人まで

◆持 ち 物 上履き、動きやすい服装、水分、タオル

◆食 事 なし

◆交通機関等 あざみ号 藤ノ木バス停下車5分

介護の仕事に興味がある方、お待ちしております。

◆メッセージ 高齢の方々と話をしたりレクに参加したり一緒に楽しい時間を過ごしましょう。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
		21	22		24	25	
		28	29	30	31		
8月						1	
		4	5	6			
		11	12	13	14	15	

〈所在地地図〉



8

社会福祉法人 この街福祉会 第2この街学園

住所：〒393-0000 下諏訪町6129-7（湖浜）
TEL：27-8974 FAX：27-8975

担当：武藤 雅人（副主任）

◆活動内容 障がいのある成人の方々の活動や仕事のお手伝い

◆活動時間 9：30～16：00

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2人まで

◆持ち物 上履き、帽子、動きやすく汚れても良い服装

◆食事 給食あり（500円実費）

◆交通機関 下諏訪駅より徒歩10分

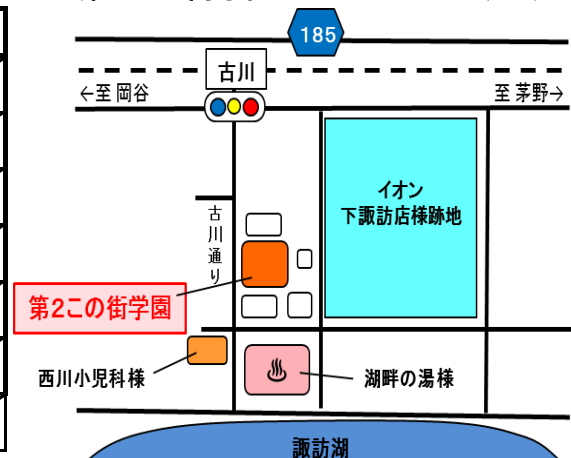
◆メッセージ 障がいをお持ちの方を支援する気持ちのある方
一緒に楽しく活動しましょう。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
			22	23	24	25	
8月		28			31		
						1	
		4	5	6	7	8	

〈所在地地図〉 第2この街学園ホームページより引用



9

あかりの会（点訳ボランティア）

住 所：下諏訪町4611－77（活動場所） TEL 0266-28-3102（担当）

担 当：中村 精子

◆活動内容 点字体験と視覚障害者について

◆活動場所 まちづくり協働サポートセンター

◆活動時間 14：00～16：00

◆受入条件 小学4年生以上

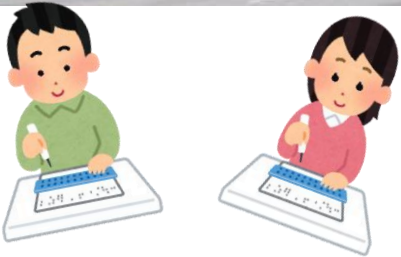
◆受入人数 5人

◆持 ち 物 筆記用具、お茶など（水分）

◆食 事 なし

◆交通機関 徒歩、自転車、公共交通機関（下諏訪総合文化センターバス停）

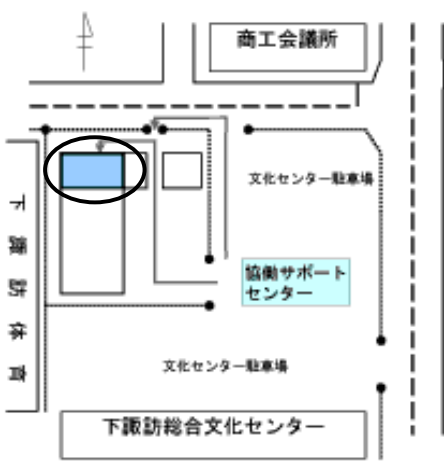
◆メッセージ 点字を打ったり、視覚障害者とのかかわりを学びます



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
					24		
8月					7		

〈所在地地図〉



下諏訪北小学校第2学童クラブ

住 所：下諏訪町社7267 TEL：27-4101（担当）

担 当：河西 高明

◆活動内容 小学校3年～6年生の休日学童における指導援助

◆活動時間 午前8時00分～午後6時30分（時間内であれば可能）

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日1名
期間を通して1～3名
まで

◆持 ち 物 上履き 水筒 帽子

◆食 事 時間によって持参

◆交通機関等 徒歩で来られる方が好ましい

◆メッセージ 学童クラブの役割を体験を通して知っていただくと共に、
子どもたちと一緒に楽しく過ごしてほしいです。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
					24	25	
		28	29	30	31		
8月						1	
		4	5	6	7	8	
		11	12				

〈所在地地図〉



※ 地理院地図を加工して引用しています。

11 下諏訪町さくら保育園

住 所 : 〒393-0077 下諏訪町214番地16 (矢木町)
TEL・FAX : 27-8764

担 当 : 巴



◆活動内容 3・4・5歳児の保育の手伝い

◆活動時間 8:20~16:20

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2人まで

◆持 ち 物 上はき、帽子、水筒、プールができる支度、給食用エプロン、三角巾

◆食 事 給食費 1日280円と主食 (月、水、金ごはん、火、木はパン)

◆交通機関 あざみ号「諏訪共立病院バス停」徒歩2分。 駅より徒歩12分。

◆メッセージ 子どもたちと一緒に楽しくあそんだり、
保育士の仕事を体験してください。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
			22	23			
8月						1	
		4	5	6	7	8	
			12				

〈所在地地図〉



12 下諏訪町とがわ保育園

住 所 : 〒393-0093 下諏訪町社6725-2
TEL・FAX: 27-3315

担 当: 前田 明子

◆活動内容 3・4・5歳児の保育のお手伝い

◆活動時間 8:20~16:20

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2人

◆持 ち 物 帽子、濡れてもよい服装、タオル、上ばき、三角巾、エプロン、水分(水筒)

◆食 事 給食費(1日280円)主食持参

◆交通機関 あざみ号(万治の石仏バス停より徒歩3分)

◆メッセージ 子どもたちが好きな方、保育の仕事に興味のある方、お待ちしております。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
			29	30	31		
8月			5	6	7		

〈所在地地図〉



13 下諏訪町みずべ保育園

住 所：下諏訪町4729番地1 （西四王） TEL・FAX：27-8781

担 当：小松

◆活動内容 3・4・5才児の保育のお手伝い

◆活動時間 午前8時25分～午後4時20分

◆受入条件 中学生以上

◆受入人数 1日2人まで

◆持 ち 物 上履き、帽子、水筒（水分補給）、プールのできる支度、給食費、主食

◆食 事 給食費 1日280円 主食持参

◆交通機関 徒歩

◆メッセージ 小さな子どもたちと生活をしたり、一緒に楽しくあそびましょう。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月			22	30			
						1	
8月		4	5		7	8	

〈所在地地図〉



社会福祉法人サン・ビジョン グレイスフル下諏訪

きっずるーむ TAN・TAN（企業内託児所）

住 所：〒393-0033 下諏訪町9375番地1（北高木）
TEL：26-7001 FAX：26-7500

担 当：神奴 直身（管理者）

◆活動内容 1～3歳までの保育のお手伝い

◆活動時間 9:00～13:00

◆受入条件 小学4年生以上

◆受入人数 1日1名まで

◆持 ち 物 上履き、帽子、水筒

◆食 事 なし

◆交通機関 あざみ号 藤ノ木バス停下車5分

◆メッセージ 1～3歳の子どもが2～5人程度の小さな託児所です。
子どもと一緒に外遊びや制作活動をおこないながら保育のお手伝いを
お願いします。



ボランティアの受け入れができる日

	日	月	火	水	木	金	土
7月							
		21	22	23	24	25	
		28	29	30	31		
8月						1	
		4	5	6	7	8	
		11	12	13	14		

〈所在地地図〉



夏のボランティア体験「サマーチャレンジ2025」参加申し込み書

開催要項を確認したうえで必要事項をボールペン等で記入してください
(鉛筆・消えるボールペン不可)

ふりがな					○印をしてください
氏 名	(男・女)				1 学 生 2 社会人 3 その他
生 年 月 日	年	月	日	(歳)	
住 所	〒				
学校名・勤務先名					電 話 () (学年 年) 電 話 ()
緊急連絡先 (保護者の職場等)					電 話 ()
ボランティア経験	有・無 (有りの方、ボランティアの内容:)				
参加を希望する施設・希望の活動日(第2希望まで書いてください)					
	活 動 先 名			活動希望日 (2日～3日、記入してください)	
第1希望				/	/
第2希望				/	/
事前研修会の参加日に○をつけてください(出席できない場合は必ず社協まで連絡してください)。					
① 7月10日 午後5時30分から 下諏訪町老人福祉センター			② 7月11日 午後5時30分から 下諏訪町老人福祉センター		
参加申し込み理由	1 ボランティア活動に興味を持った 2 社会に役立つ活動をしたかった 3 将来、福祉の仕事がしたいと思って 4 自己成長・学習のため 5 学校から勧められて 6 その他()				
当てはまるものに ○をしてください (複数可)					
2025年度ボランティア活動保険の加入状況について(○印をしてください。)					
1 加入済 2 未加入					
小・中・高校生の方は、保護者様の同意をお願いします。 「サマーチャレンジ2025」に参加することに同意します。					
保護者氏名			続柄 ()		
ご記入いただいた個人情報は、「サマーチャレンジ」事業実施にあたり下記の目的で使用いたします。 1) 活動中の体調不良、ケガ、事故等が発生した場合の連絡 2) 活動にあたり社協・施設から連絡を取る必要がある場合 3) ボランティア保険の加入のための保険会社への個人情報の提供 4) ボランティア受け入れ施設、団体、組織への個人情報の提供 5) 児童、生徒の方については所属校への個人情報の提供 6) 法律により求められた場合による開示 上記以外の目的で使用することはありません。					

下諏訪町社会福祉協議会