

大人のボランティア体験
「Let's 春ボラ」

プログラム集



団体名：

NPO 法人古瀬の自然と文化を守る会

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所：下小目地区 田んぼアート会場

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

つくばみらい市に残された農村地域と都市住民との交流を行っています。
地域の都市住民をはじめ、市外県外の住民を主体とした農村体験活動の場として、田んぼアートの運営、古民家松本邸の維持管理、竹林管理作業等を現在実施しています。

③ボランティア体験の内容

田んぼアートの田植え作業に向けた現地測量などの準備、田植え作業

④ボランティア体験日時

5月21日(火)から5月26日(日)

各日 9:00-16:00

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

当日の持ち物など：当日は実際に田んぼに入っの作業が中心となります。

一般の長靴では田んぼに入っても動けませんので、素足作業を想定した汚れても良い服装でお越しください。また、屋外作業のため、帽子を着用し、飲料水をご用意ください。

作業日時は天候と作業の進捗で直前に変更になることがあります。ご了承のほどお願いいたします。

団体名：

NPO 法人地球の緑を育てる会

①活動体験場所

屋内

屋外

屋内および屋外

つくばみらい市狸穴 1402-1 育苗圃 雨天の場合、農業用ビニールハウスの中

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

地球温暖化、気候変動からの地球環境悪化を考える時、炭酸ガスを固定する植樹を実践する活動が一つの方策と考え 23 年前から続けています。

その土地本来のどんぐりを収集、それを発芽させて苗にするのが、この場所での活動です。

植えごろの苗(2、3 年かかる)になったら、適切な場所に植えていきます。

③ボランティア体験の内容

発芽した苗のポットへの移植作業、水やり、ポット苗に生える雑草取りなどが作業です。

その作業をする合間に、参加者や、スタッフと楽しく交流することができます。

④ボランティア体験日時

月 1 回

4/20(土)、5/11(土)、6/30(土)の 3 回開催

(各回 10:00-12:00)

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

- ・基本、土の上の作業なので、長靴または汚れても構わない靴
- ・長袖、長ズボン、日除帽子、虫除け対策、飲料水、軍手など

団体名：

ちょうちょ会

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所：つくばみらい市狸穴7 鹿島神社付近

②団体の概要（目指していることや活動内容など）

「バタフライガーデンを作り花粉媒体者（チョウやハチ等）を守り、エコトーン（自然）を保全していく会」

- ・蜜源（花木）を植え、野鳥が住める環境にする美化活動
- ・野生動植物の個体数の把握及び観察

③ボランティア体験の内容

管理敷地で昆虫や鳥の調査（種類、数、気温、場所、風等の記録）

④ボランティア体験日時

毎月第3土曜日 10：00～11：30

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

- ・汚れてもよい服装（長袖・長ズボンが望ましい）
- ・タオル・水筒（または飲料物）
- ・帽子、靴（泥が付くため注意）
- ・紙袋（あれば）
- ・一人用レジャーシート（あれば）

団体名：

花あそび

①活動体験場所

屋内

屋外

屋内および屋外

場所：きらくやま

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

植物を通じて情報交換の場を作り、もっと深く植物の事について勉強したいと思っています。

お花を愛でる事によって、楽しい笑顔で仲間を作りたいと思います。

③ボランティア体験の内容

環境美化

④ボランティア体験日時

4/24(水) 9:00~12:00

5/15(水) 9:00~12:00

6/19(水) 9:00~12:00

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

外作業なので、手袋・帽子・エプロン・汗拭きタオル・長靴・飲料水等をご自分で用意してください。

団体名：

つくばみらい市日本語ひろば

①活動体験場所 ■屋内 □屋外 □屋内および屋外

場所 ・伊奈公民館（つくばみらい市福田195）
・みらい平コミュニティセンター-supported by 成島建設（つくばみらい市紫峰が丘4-4-1）

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

外国の方々が生活する為に、日本語を教えるなどして役に立てられれば良いと考えています。

③ボランティア体験の内容

- ・日本語を教えます。
- ・一緒に遊んで交流を図ります。

④ボランティア体験日時

- ・毎週木曜日 19:00～20:30（みらい平コミュニティセンター-supported by 成島建設）
- ・毎週日曜日 14:00～15:30（伊奈公民館）

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

見学主体になります。
外国の方とやさしい日本語で話してみてください。
特に持ち物は必要ありません。

団体名：

かがやきサロン

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所： みらい平コミュニティセンター-supported by 成島建設（つくばみらい市紫峰ヶ丘 4-4-1）

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

歌を歌ったり、ゲーム、軽い運動をすることにより、高齢者同士がコミュニケーションをうまくとれるようになってもらうこと。

③ボランティア体験の内容

参加している高齢者と一緒に交流してほしい。

④ボランティア体験日時

第1水曜日 10:00~12:00

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

特になし

団体名：

手話サークル すずらん

①活動体験場所 ■屋内 □屋外 □屋内および屋外
場所：・小絹コミセン ・カスミ富士見ヶ丘店 2F ・高齢者センター

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

手話の技術向上、普及活動地域の聴覚障害者との交流

③ボランティア体験の内容

小学校で福祉授業、コミセン祭りなどで手話や歌の発表。
第2、第4のサロンにてお話やゲームなどをして幅広い年齢層の方々との交流

④ボランティア体験日時

- ・第1、第3 水曜日 10時30分～12時30分
- ・第2、第4 水曜日 10時30分～14時30分
- ・第5 水曜日は休みです

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

手話未経験でも、経験者でも大丈夫です。
第2、第4水曜日はお昼をご自身でご用意願います。
日本語とはまた違う視覚言語（目で見る言葉）を少しでも体験してみてください。

団体名：

読み聞かせ「虹の会」

①活動体験場所

■屋内

□屋外

□屋内および屋外

場所：市立図書館本館 おはなし室 市内小学校、保育所、子育て支援など

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

子ども達に絵本を読み聞かせることによって、絵本の世界を楽しみます。やがて、子どもが、ひとりて本を読めるようになることを願います。それまでは、いっしょに絵本を開いてたのしみましょう

③ボランティア体験の内容

小学校や保育所等に行き、絵本の読み聞かせをしていただきます。会員といっしょに体験しますので、心配にはおよびません。(事前に練習時間を作ります)読み聞かせの現場見学だけでもOKです。

④ボランティア体験日時

毎月第二土曜日 14時～30分

場所：図書館本館一階「定例おはなし会」訪問読み聞かせ

市内の小学校(伊奈、伊奈東、小張、谷和原)

保育所(伊奈第二、ふれあい第一、こどもひろば、みらい認定こども園)

:日程は、年間計画表による

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

絵本の読み聞かせは、子どものためばかりではありません。一緒に絵本を楽しめる方、楽しみたい方、歓迎です！絵本には大人の本とは違った感動があります。読書が好きでなかった人も、読み聞かせをしてもらったり、読み聞かせを子どもにしているうちに、本が大好きになりますよ！

団体名：

つくばみらい要約筆記の会

①活動体験場所

屋内

屋外

屋内および屋外

場所：市民活動まちづくりセンター

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

要約筆記とは、耳の不自由な方に話の内容を文字にして表わすことにより、コミュニケーションをサポートするものです。

速記とは異なり、話を聞きながら内容をまとめ、話の大切なポイントを押さえて文字(文章)にしていけます。方法は、手書き、パソコンでの入力などがあります。要約筆記の技術向上だけでなく、耳の不自由な方への理解を深めることを大切に考えて活動しています。

③ボランティア体験の内容

要約筆記の体験

④ボランティア体験日時

毎月第2・第4木曜日 10:30~12:00

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

団体名：

IT 普及 電脳会

- ①活動体験場所 ■屋内 □屋外 □屋内および屋外
場所 ・みらい平市民センター3F 市民活動まちづくりセンター（つくばみらい市陽
光台 3-9-1）
・ボランティア市民活動センター（つくばみらい市福田 195）

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

パソコンを利用して認知症予防、特に中高年を対象に注力中。
予防体操、Bing を活用して知識拡大（スマホ利用）を図る。
間宮林蔵の北方探検紀行（影絵映写）＝自作切絵

③ボランティア体験の内容

高齢者の方にパソコンを教える。

④ボランティア体験日時

第1水曜日 12:00～16:00（みらい平市民センター3F 市民活動まちづくりセンター）
第3木曜日 12:00～16:00（ボランティア市民活動センター）

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

ご自身のパソコンがあればお持ちください。

団体名：

つくばみらい市立図書館ボランティア

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外
つくばみらい市福田 623 つくばみらい市立図書館

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

図書の配架、修理等、図書館事業を支援いただくことで、図書館の円滑な運営を図ることを目的としています。

内容：①配架（資料の配架と整頓）、②本の修繕、③イベントなどのお手伝い

③ボランティア体験の内容

配架もしくは本の修繕

④ボランティア体験日時

4/17（水）、4/25（木）、5/22（水）、5/30（木）、6/20（木）、6/26（水）
（時間は要相談。30分～1時間程度）

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

配架をご希望の場合は、動きやすい服装でご参加ください。

団体名：

ブックスタート

①活動体験場所 ■屋内 □屋外 □屋内および屋外
つくばみらい市古川 1015-1 保健福祉センター

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

絵本を介して、親子で心ふれあう時間を持つことの大切さを伝えることを目的とした、ブックスタート事業における、参加者対応や読み聞かせを行っていただきます。

③ボランティア体験の内容

3～4 か月児健診で実施するブックスタートの様子の見学

④ボランティア体験日時

4/24 (水)、5/29 (水)、6/19 (水)
各日 13 時 15 分から 15 時 30 分まで

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

団体名：

大正琴を楽しむ会

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

屋内施設 市内コミュニティセンター等

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

日頃の練習成果を福祉施設や市内各種イベントで演奏披露する。

③ボランティア体験の内容

福祉施設での交流

④ボランティア体験日時

毎月第二、第四金曜日 10:00～12:00

みらい平コミュニティセンター-supported by 成島建設にて練習

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

特になし

団体名：

アダージョ・ポコ

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所：松葉台自治会館（つくばみらい市伊奈東）

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

主にフルートアンサンブル演奏を通して、子育て世代から高齢者世代まで幅広く交流を深め、さらに福祉活動につなげる。

③ボランティア体験の内容

いきいきサロンでの演奏会の補助

(例：CD プレイヤー等の操作や会の進行、参加者との交流)

④ボランティア体験日時

5月24日（演奏会当日）

事前に一度、打ち合わせの日をもちたい。

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

音楽や歌が好きな明るい人。楽器演奏はできなくてもかまいません

団体名：

楽しいハーモニカ

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所：谷原分館 or 谷和原公民館

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

- ・ハーモニカ演奏技術の向上
- ・会員相互のコミュニケーションを図り、楽しく過ごす。

③ボランティア体験の内容

- ・施設での演奏活動

④ボランティア体験日時

毎月第2水曜日 9:30~11:30 谷原分館 or 谷和原公民館で練習

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

- ・練習日に手ぶらで参加してください

団体名：

みらい研ぎクラブ

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

つくばみらい市内各公民館、各コミュニティセンター、各地域集会所、自治会館

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

包丁、剪定鋏、鎌の刃研ぎ

③ボランティア体験の内容

包丁、剪定鋏、鎌の刃研ぎ

④ボランティア体験日時

毎月第3木曜日の1回(9:00~12:00)

毎月場所が変わります。

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

初回は使用中の砥石があればご持参ください。無ければそのまま見学に来てください。

団体名：

どりっぷみらい

①活動体験場所 屋内 屋外 屋内および屋外

場所：きらくやま食堂にて

②団体の概要(目指していることや活動内容など)

第二木曜日定例開催しています。

豆から挽いた香り豊かなコーヒーをハンドドリップで淹れ、きらくやまを利用する方に提供しています。

③ボランティア体験の内容

美味しいコーヒーを淹れるコツを実際に体験していただきます。

コーヒーの提供を通じて、利用者のみなさんとコミュニケーションして頂きます。

④ボランティア体験日時

毎月第二木曜日、11時～14時

⑤参加条件・注意事項・当日の持ち物など

前掛け●マスク●昼食●筆記具

コーヒーに関する質問等有りましたら判る範囲で対応しますので、遠慮せず聞いて下さい

