



ボランティアのすすめ

『ボランティア』とは、「志願者」「有志者」という意味を持つ言葉です。誰もが、自分でできることを自分の意志で周囲と協力しながら、無償で行う奉仕活動のことをいいます。

ボランティアを続けると、たくさんの発見や喜び、充実感が味わえるものです。多くの発見・学びがあり、人間的な成長ができると言われていています。「夏休み」という比較的時間が作りやすいこの時期だからこそ参加が可能です。受験勉強の合間に“自分磨き”のため、積極的にトライしてみませんか。

2020年教育改革でも

数年前に改められた大学入試制度では、これからの教育は、①知識があるのではない ②論理的に考える力 ③未知の領域に果敢にチャレンジできる行動力を求めています。特に中学生段階では、「クリエイティブな思考力を高めること」が求められており、読書などを通じた豊かな言語環境や自然体験・ものづくり体験・職場体験・ボランティア体験等の充実が、「豊かな人間性を育み、机上での学びの効果が高まる」とされています。高校入試でもこの改革のながれを受け、学校内外での多様な主体的活動を評価しようとする動きがあり、ボランティア等の活動の参加について、公立高校・私立高校を問わず積極的に評価しようとする学校が増えています。(継続的に取り組んだ場合、調査書に記載することができます。)

《ボランティアをやってみたいと思ったら…》

○自分のことをよく知ろう

自分ができること、やりやすいことを身の回りから見つけてみましょう。特別な知識や技術を身につけていなくても、今持っている趣味や仕事、好きなことを活かせる活動があります。

○活動することを決めよう

まわりをよく見渡して、自分が何をしたら良いのか考えてみましょう。ボランティアには勇気と積極性が大切です。待っていても誰も指示してくれないかもしれません。勇気を出して、一歩踏み込んでみましょう。そこには、きっと違った自分や世界が広がっています。

○気をつけること

- ・ボランティアは、決して「～してあげる」活動ではありません。「させていただく」気持ちでお手伝いしましょう。福祉ボランティアに取り組む際、感傷や哀れみの気持ちは禁物です。
- ・自分ひとりの考えでは判断が偏ってしまうことも。仲間やたくさんの人に相談しながら、力を借りながら、広い視野で考えていくことが、より良い活動に繋がっていくことでしょう。

ボランティア体験講座 Let's体験!! 2026 申込み方法

- ① 専用フォーム または 電話 または 右のQRコードで まつど市民活動サポートセンターへの来館予約をしよう!
- ② 決まった日時にサポートセンターへ来館(右図)して、コーディネーターさんと面談!(※60~90分程度かかります)

【持ち物】筆記用具、夏休みのスケジュールがわかるもの

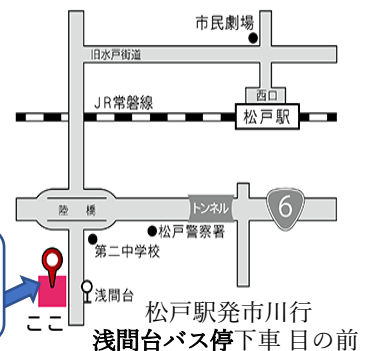
- ③ 面談で参加したいプログラムが決まったら、団体さんとマッチング! ⇒ **7/18(土)PM** ※この日の参加ができない場合 7/22(水)、23(木)、25(土)に参加する
- ④ マッチングで団体さんと直接話して、自分の活動先・体験場所を決めよう!



個人
申込



バス
乗車時間
約10分



TEL 047-365-5522

mailto:hai_saposen@matsudo-sc.com

●申込の前に以下を確認してください

◆中学生の場合、保護者の承諾が必要なプログラムが一部あります（特に活動場所での体験など）

◆活動中のけが・補償については「松戸市市民活動総合補償制度」を適用します。 ※任意で「ボランティア保険」に入る場合は別途 350 円必

要。

※ 部活動のある日にボランティアへ参加する場合は、必ず顧問の先生に報告し、了承を得て参加すること。

関さんの森を育む（里山保全）	森の保全活動	8/2⑩10時～12時 ※虫よけ、肌が出ない服、軍手、水筒、帽子（昼食）	新松戸関さんの森
松戸里やま応援団（三樹の会）	竹林の保全活動	8/1⑩10時～14時 ※肌が出ない白系の服、帽子、水筒、筆記用具、昼食は団体が用意	金ケ作自然公園隣
松戸里やま応援団（樹人の会）	森の保護整備	7/26⑩、8/5⑩、23⑩10時～12時※肌が出ない服、軍手、帽子、水筒	市松高横 野うさぎの森
まつどゼロウェイスト	河川敷清掃活動	7/20⑩、8/2⑦7時～9時 7/25④、8/8④、22④9:15～11時 8/11⑩7時～9時半 ※水筒、筆記用具、帽子、汚れてもよい服、雨天時レインコート	8/11→新松戸駅西口改札前 他の日→松戸中央公園
MATSUDO CENTRALPARK KEEPERS	公園清掃活動	7/25、8/8、22 全て④7時半～9時 ※水筒、筆記用具、帽子、雨天時レインコート	松戸中央公園
メイク松戸ビューティフル	駅清掃活動	7/26、8/9、23 全て④6時～40分 8/1④16時～花火ボイ捨て×	松戸駅前デッキ
リペアカフェ30	再生修理	7/27⑩、8/24⑩13時半～17時半 ※筆記用具、裁縫道具、壊れた大切な物	松戸根本さんまの家
一般社団法人 銀座環境会議	プラごみ削減活動	7/30⑩14時～17時 ③2日目は相談で決定 ※水筒、筆記用具、タオル	銀座環境会議（北松戸）
明第2東みんなの秋祭り実行委員会	夏祭企画補助	8/8④10時～12時 9/19④、20④秋祭り	明治神社内上本郷倶楽部
松戸まちづくり会議	イベント補助	8/29④、30④12時～20時 ※1日参加可 ※要熱中症対策、筆記用具	松戸中央公園聖徳大前
紙敷中内すすき浦町会	清掃活動	8/15④7時～8時 ※軍手、帽子、水筒 雨天時防災マップ作成	JR 東松戸駅 KFC 前
松戸宿坂川献灯まつり実行委員会	夏祭り補助	7/29 説明会、8/8④準備、9④～10④祭、11④片付 ※1日参加可	行き松戸裏坂川
松戸市赤十字奉仕団	献血の啓発	7/21～8/28④④④13:45～16時⑦7/28、8/25とお盆は×※制服、水筒、タオル	献血ルーム・キミマツト [®] 前
NPO 法人人材ワークアップセンター わくわくステーション	高齢者運動補助	⑩三日月・小金原3丁目④ 馬橋④④ 馬橋東④ 八ヶ崎④他	希望の市民センター
オレンジカフェ ひなげし	高齢者交流	7/28④、8/25④9:45～12時半 ※マスク、筆記用具	Gracias Matsudo
車椅子レクダンスの会	障がい者支援	8/8④14時～16時 ※動きやすい服装、スニーカー	ふれあい22 3Fホール
松里福祉会 小金わかば園	障がい者支援	7/21④～8/31④の希望日 9～16時（小金わかば）10～15時（わかば）	小金わかば園
松里福祉会 ここらぼまつさと	障がい者支援	8時半～16時半（ここらぼ）9時半～15時半（ワクライフ）	ここらぼまつさと
松里福祉会 わかば園	障がい者支援	※お盆、④④④不可	わかば園
松里福祉会 ワクライフまつさと	障がい者支援	※弁当、上履、水筒、帽子、動きやすい服（スカート・短パン不可）	ワクライフまつさと
ケローパルコミュニティまつど(GCM)	国際交流補助	8/2⑩13時～17時 ※異文化体験、ゲーム ※筆記用具、水筒	松戸市民活動サポートセンター
PARADISE AIR	海外アーティスト支援	7/28④13時～16時 ※来日アーティスト制作補助 ※筆記用具	PARADISE AIR
おやこDE広場 北小金	子どもと遊ぶ	⑩④④④9:15～12:45or13時～16時半 ※エプロン、靴下、水筒	⑩ピコティ西館他は東館
ほっとる一む新松戸	一時保育補助	⑩以外 9時半～14時or14時～18時半（1日可）※エプロン、タオル、靴下、昼食	ほっとる一む新松戸
ほっとる一む東松戸	一時保育補助	⑩以外 9時半～18時のうち3時間程度（2日以上）※動きやすい服	ほっとる一む東松戸
ほっとる一む八柱	一時保育補助	④以外 9時～17時半のうち3時間程度（2日以上）※動きやすい服	ほっとる一む八柱
野菊野子ども館	子どもと遊ぶ	通常開館日（⑩以外）(1)13時～15時半 (2)15時半～18時※スカート×	野菊野子ども館
森のこども館	子どもと遊ぶ	7/31④～8/3④9時半～16時 ※昼食、水筒、動きやすい服、タオル ※スカート、サンダル不可	21世紀森と広場森の工芸館 パークセンター
子育てひろば ほわほわ	乳幼児サポート	7/27⑩15時～（説明）+ 8/17⑩（夏祭）、8/18、24、25[4日間参加]	紙敷春日神社集会所
大金平グレース保育園	保育園補助	7/21～8/31のうち1～2日 9時～16時 ※お盆、④④④不可※学校ジャージ、弁当	大金平グレース保育園
NPO 法人さんま樋野口こども館	子どもと遊ぶ	7/19～⑩④10時半～19時半④④④10時半～17時半、※3h以上※学校ジャージ	樋野口こども館
NPO 法人すまいるキッズ	小学生と遊ぶ	⑩～④学童クラブ（AM or PM or 1日）※2日以上※スカート、サンダル、キャミソール、厚底×	松飛台二・金ケ作・矢切小
NPO まつどNPO 協議会 popcorn まつど	祭イベント企画補助	7/21④～8/30④11:15～19:45のうち3h以上 ※含閉館準備	市文化ホール 4F
松戸市に夜間中学校をつくる市民の会	学び保障活動	7/31～8/28の毎④18時～21時※8/14④は× ※2日以上参加	松戸市勤労会館 2F
NPO 法人 子どもとまつど	体験イベント補助	7/21～8/27④④13時～18時 ※水筒、筆記用具	青少年会館
NPO 法人 Mama Can	イベント補助	8/23⑩10時～16時 他の活動日未定（④④が多い）	プラレ松戸、市商業施設
	キッチン販売補助	7/19⑩樋野口盆踊 8/1④流经大アトフェス 8/21④稔台集会所 ④→市内で出店、④④→祭、イベントに出店有 ※雨天中止有 ※暑さ対策	秋山・常盤平・六実・ 矢切・古ヶ崎
子ども漫画クラブ	漫画・イラスト	7/20～8/31の毎④12:30～17:00 ※ジャージ、サンダル不可	明市民センター
ゆるっとラボ	子どもと遊ぶ	7/27⑩、8/17⑩10時～12時 ※動きやすい服、水筒、筆記用具	松戸市総合福祉会館
子供プラス未来	子ども食堂	①8/1④、②8/8④共に 11時～12時半 ※水筒、筆記用具	①友愛メディカル本社（六高台） ②友愛薬局松戸センター（千駄堀）
NPO 法人さんま さんま食堂	子ども食堂	毎④④14～19時 ※エプロン、三角巾、マスク、活動しやすい服	松戸根本さんまの家
とうかつ草の根フードバンク	寄贈食品分類	7/28④9時半～12時 ※動きやすい服、水筒	T KF 倉庫（鱈ヶ崎）
はなしまみんなでごはん	子ども食堂	7/27⑩、8/17⑩11時～17時 ※エプロン、三角巾、動きやすい服、水筒	北松戸・古民家隠居屋
松戸市民活動サポートセンター	地域参加	①7/21④、8/25④12時半～17時 まつど地域活躍塾 ②8/19④9時～12時半 市民活動よろず講座 ※水筒、 ③8/21④、30④振り返りの会サポートスタッフ 筆記用具	③新郷茂南長市民活動 3F ②いねんホセセル（岩瀬自治会館）

各ボランティアの詳細⇒ https://www.matsudo-sc.com/wp-content/uploads/2026/05/0531%E7%B5%B1%E5%90%88_compressed.pdf

三中のHPのここをクリックすると 詳細のページに飛びます！

③1・3年昇降口前掲示板および2F職員室前の廊下に 各ボランティアの詳細を掲示しています。

