

ボランティア団体が行う体験・交流メニューリスト（令和3年2月調べ）

※お問い合わせの際はボランティアセンターにご連絡ください

No.	団体名	メニュータイトル	内容	対象	時間	費用負担
1	赤塚東山 ふれあいネットワーク	おこづかいゲーム	すごろくゲームを通して、ゲームの中で お小遣い帳をつけながらお金の価値を 教えます	小学生	2時間	あり (資料代)
2	筑波よさこい連	よさこい踊り	よさこい踊りの指導と踊り	小学生～ 一般	15～20分	なし
3	茨城沖縄三線会「唄遊人」	メンソーレ沖縄	・三線の演奏プログラム ・沖縄の方言の紹介 ・沖縄の衣装紹介や解説 ・カチャーシーの紹介(手踊り)と踊り	小学生～ 一般	30～60分	あり (交通費等)
4	つくばシルバーリハビリ体操 指導士会	シルバーリハビリ体操で、 健康長寿を目指す	シルバーリハビリ体操指導	小学生 65歳以上	90分以内	なし
5	点訳サークル あすなろの会	点字教室（体験）	・視覚障害者について ・点字の成り立ち ・点字体験	小学4年生 以上	2時間程度	なし
6	並木点訳の会	点字ってなあに？	・身近にある点字を読んでみる ・点字の仕組みを知る ・点字を打つ、名刺を作る 等	小学4年生 以上	1～2時間 程度	なし
7	おもちゃライブラリー さくらんぼ	おもちゃや本の貸し出し	イベント時や保育園などに、おもちゃや 本の貸し出しをします	幼児		なし
8	並木おはなし会	楽しいおはなし会 (春・夏・秋 他)	・昔話などの語り ・絵本の読み聞かせ ・パネルシアター、手遊び ・わらべ歌	幼児～ 小学生	30～60分	なし
9	つくば遊ぼう広場の会	遊ぼう広場	毎月第1.3土曜日 10:00～14:00 流星台フレイパークにおいて、 自然・自由遊び	主に幼児	4時間	なし
10	自主保育 コロボックル	コロボックル 「0才からの外あそび」 inフレイパーク	毎週月曜日 10:00～14:00 流星台フレイパークにおいて、野外での 自由遊び	1～6歳	4時間	なし
11	パネルシアター ゆめぼっぼ	パネルシアターの公演	パネルシアターの公演	乳児～ 高齢者	20～50分	あり (交通費)
12	子育てほっとステーション オアシス	ご近所さんのつながり 井戸のない井戸端づくり	(子供)工作教室、読み聞かせ (大人)・オアシス始め ・主任児童委員や放課後指導員を通し ての子ども達の現状 ・市内の子育て支援の場について 他	地域づくり・子 育て支援に興 味のある方	1～2時間	あり (交通費 資料代)
13	子育て休憩室	ご近所さんのつながり 井戸のない井戸端づくり	(子供)工作教室、読み聞かせ (大人)・休憩室始め ・休憩室の活動を通して感じた子育て の現状とボランティアとしての思い 他	地域づくり・子 育て支援に興 味のある方	1～2時間	あり (交通費 資料代)
14	すくすく子育てひろば	ご近所さんのつながり 井戸のない井戸端づくり	・すくすく子育て広場の事始め ・すくすく子育て広場のこれからを一緒 に考えるワークショップ 他	地域づくり・子 育て支援に興 味のある方	1～2時間	あり (交通費 資料代)
15	NPO法人 ままとーん	①つどいの広場 (子育て支援拠点事業) ②赤ちゃんが学校にやっ てくる！～いのちと出会う、感 じる授業～	①集いの広場の見学や親子交流 ②子育ての話や赤ちゃんとのふれあ い、性教育の講話	全年齢 (未就園児は 親子で)	応相談	②あり (授業料)
16	吾妻まつり実行委員会	吾妻まつりボランティア	地域のまつり「吾妻まつり」の活動内容 の紹介(お化けの森、手作りいかだ大 会、模擬店設営など)	原則、吾妻中 学校区にゆか りのある方	60分	なし
17	民話と語りの会	おはなし会	・絵本の読み聞かせ ・民話の語り ・パネルシアター	幼児～ 小学生 高齢者	30～60分	なし
18	筑波山ガマロ上保存会	ガマの油売り口上	・ガマ口上の実演 ・ガマの油の効能説明 ・クイズ 他	全年齢	60分	なし
19	つくば蕎麦愛好会	そば打ち教室	・そば打ち実演、指導 ・手打ちそばの提供	親子	3～4時間	あり (材料費)
20	特定費営利活動法人 つくばアーバンガーデニング	スモールガーデン作り	・ミニプランターによる寄せ植え ・地植え花壇作りのアドバイス	幼児～ 高齢者	50分	あり (材料費)

No.	団体名	メニュータイトル	内容	対象	時間	費用負担
21	雑木林で遊ぶ会	雑木林で遊ぼう	・火起こしから焚き火、火の扱い方 ・木の枝にロープをつるし、プラコ遊び ・野外キッチン(ピザ、マシュロ焼き)	5～12歳	3～4時間	あり (食材料費) 300～500円
22	つくば環境マイスターの会	①自然観察会 ②筑波山すごろく	①公園などで動植物を観察し図鑑で調べる ②筑波山の自然に関するクイズに回答しながらすごろくを行う	小学生以上	60分	あり (1人100円)
23	認定非営利活動法人 宍塚の自然と歴史の会	自然観察指導 自然体験学習指導	・宍塚の里山での自然観察、体験指導 ・依頼者地域、学校での自然観察、体験指導	幼児～一般	1～3時間	状況により 応相談
24	とよもりボランティア	地域交流は富である	・伝統の日本のうたを歌おう ・地域の交流や助け合い(寸劇)	幼児～ 一般	30～60分	なし
25	テクノパーク桜まちづくりを考える会	読み聞かせや懐かしいフォークソングを歌って楽しもう	子供:絵本の読み聞かせ、歌 高齢:懐かしいフォークソングをみんなで歌う	全年齢	30～60分	なし
26	つくば市更生保護女性会	薬物乱用防止 (ダメ・ぜったい)	薬物乱用防止についてのお話	幼児～ 中学生	60分	なし
27	パソ・デ・ジーバ	初心者を対象としたワード、エクセル、インターネット、メールなどの学習	・はがきやチラシの作成 ・デジタル写真等の加工 ・メールの送受信 ・インターネット検索 ・スマホの扱い方	中高年齢者 障害者	2時間	あり (テキスト材料費)
28	NPO法人 フュージョン社会力創造パートナーズ	「ボランティア」について考えるグループワークや講義	・ボランティアの種類、特徴、ボランティアをする人の気持ち、歴史的偉人についての講義やグループワーク ・災害支援についての講義、グループワーク	小学5年生～ 一般	60～90分	あり 応相談
29	つくばセルフ防災ラボ	防災講座	非常時に命を守るために必要な「自助力」を高める知識 ・家族の状況に応じた災害対策(非常用持ち出し袋の作り方、シェルターづくり、ロープワーク、火起こし等)	小学4年生～ 一般	60分～	あり (材料費等)

ボランティアの受け入れが可能な団体 (令和3年2月調べ)

※お問い合わせの際はボランティアセンターにご連絡ください

No.	団体名	受入対象	活動内容	注意事項
1	グリーンハイツ助け合いの会	小学生～一般	桃源郷づくり(公園、緑地帯の保全と花壇づくり)	
2	筑波よさこい連	小学1年生～一般 (親子受入可)	よさこい踊りの普及	
3	茨城沖縄三線会「唄遊人」	小学4年生～一般	三線の楽譜の見方、三線の弾き方、沖縄の島唄を歌う	三線を習う意思があり、いずれ自分の三線を持つ意思がある方
4	つくばシルバーリハビリ体操指導士会	小学生(3年以上)、一般	シルバーリハビリ体操の普及	
5	カフェロマン	小学校4年生～一般	認知症への正しい知識と理解の普及(サロンやイベント)	認知症への正しい理解について興味・関心のある方
6	つくば遊ぼう広場の会	小学生～一般	子どもと一緒に遊ぶ、見守る、環境整備(自然・自由遊び)	遊ぶことが好きな方
7	子育てほっとステーションオアシス	小学3年生～一般	赤ちゃんや1・2歳児と一緒に楽しく遊び、触れ合う	健康な方、勧誘目的の参加でないこと
8	子育て休憩室	小学3年生～一般	赤ちゃんや1・2歳児と一緒に楽しく遊び、触れ合う	健康な方、勧誘目的の参加でないこと
9	すくすく子育て広場	小学3年生～一般	赤ちゃんや1・2歳児と一緒に楽しく遊び、触れ合う	健康な方、勧誘目的の参加でないこと
10	NPO法人 ままとーん	小学生～一般	赤ちゃん連れ親子への対応や見守り。イベントの企画・準備・開催。フリーペーパーやSNSでの地域の子育て情報の発信。事務作業(パソコン作業や会計)	子育て支援活動のため、年齢によっては見学など活動参加に制限の可能性あり
11	研究学園グリーンネックレスグリーンの会	小学生～一般 (親子受入可)	毎月第1土曜日に草取り、水やりの実施 春(5・6月)、秋(10・11月)花の植え替え	作業しやすい服装での参加

No.	団体名	受入対象	活動内容	注意事項
12	雑木林で遊ぶ会	小学3年生～一般 (親子受入可)	焚き火、料理、山遊びを通しての整備活動補助	火の扱い等への注意
13	手話サークル 虹の雫	小学生～一般	手話交流、手話勉強	
13	特定非営利活動法人 つくば アーバンガーデニング	小学生～一般 (親子受入可)	花壇の手入れ、水やり、補植、年2回の植え替え、花に関する交流活動(クラフト作り等)	作業に当たりボランティアリーダーの指示に従い、花や緑に優しく、汚れても良い服装で参加
14	認定非営利活動法人 穴塚の自然と歴史の会	小学生～一般 (親子受入可)	里山のゴミ拾い、保全活動(おちばかき、竹の伐採など)、広報活動、行事の際の係活動(工作準備など)	事前に参加希望を伝え、服装、当日の行動について指導者の指示に従うこと
15	アジア友情の会	小学3年生～一般 (親子参加は小学1年から可)	絵本の内容に沿って翻訳されたシールを切り取って各国の言語による絵本として作っていく	絵本を待っている子どもたちがいることを知り、活動の必要性に理解を深める
16	研究学園グリーンネックレス タウンの会	小学生～一般	月1回、駅周辺のゴミ拾いを行いながら住民同士の交流、地域を知る	
17	NPO法人 桜が丘おはな会	小学生～一般	花壇の手入れ、糞・飲料容器等の等の回収、道路・公園の掃き掃除、公園の遊具等の塗装、青パト車でパトロール	
18	テクノパーク桜まちづくりを 考える会	小学4年生～一般 (親子参加は小学1年から可)	ゴミ拾い、カエルマップウォーキング など (活動はテクノパーク桜地区中心だが出張も可)	公共交通機関または徒歩で参加できる方(駐車場なし)
20	リサイクルを推進する会	中学生～一般 (親子参加なら小学生も可)	リサイクルマーケット開催時(年4回)の受付、会場整理、見回り、後片付け、ゴミ撤収など	宗教、政治、勧誘活動に無関係な方
21	とよもりボランティア	小学生～一般	立哨活動(登下校時)、地域パトロール、ゴミ拾い、地域の花壇づくり	子どもはゴミ拾い、花壇づくりのみ受入
22	つくばの魅力発信プロジェクト	中学生～一般 (親子参加なら小学生も可)	愛郷意識高揚のための郷土再発見、郷土の魅力発掘・発信を目指し、アートマップつくば(仮称)制作に向けた市内調査活動	調査は個々に行い、情報共有を行う、ボランティア保険への加入
23	自主保育ロボックル	中学生～一般	子どもと一緒に遊ぶ見守る、一緒に楽しむ	遊ぶことが好きな方
24	ふれあい筑波	中学生～一般	森林と竹林、里山林と屋敷林の実践整備 (中高生は体験的な作業や見学)	活動安全対策を確認のうえ、ボランティア活動保険に加入
25	NPO法人 子連れスタイル推進 協会	高校生、大学生	学習支援、進学助言	まずは活動状況の見学から始める
26	NPO法人 "矢中の杜"の守り人	高校生、大学生、一般 (親子参加なら子供も可)	邸宅の整備、清掃・庭の整備、邸宅公開や開催イベントの運営など	
27	NPO法人 つくばクリエイティブ リサイクル	高校生、大学生、一般	毎週水、土、日曜日に活動、リサイクル品の販売、値付け、包装、リサイクル品の受付	
28	たのし家クラブ	大学生、一般	ふれあいサロンの健康体操、ミニ講習(手芸、クラフト等)	
29	点訳サークル あすなろの会	大学生、一般	点訳活動	点訳初級講座等を受講され点字の基本を習得された方が望ましい
30	自閉症青年の自立を助ける会	大学生、一般	障害者団体「来夢ハウス」の青年たちの自立活動への資金支援のための福祉バザーを行う	
31	はやぶさ教室	大学生、一般	学習支援	
32	おもちゃライブラリー さくらんぼ	大学生、一般	おもちゃライブラリー開催時(第2金10～16時、第4土10～12時)のおもちゃで遊ぶ場所の設置、おもちゃや本の貸し出しの管理	ライブラリー開催時に参加できる方
33	おはなしの泉	大学生、一般	市内及び近隣でのおはなし会や読み聞かせの活動	
34	子育て支援センター 「チェリークラブ」	大学生、一般	子育て支援センター内における遊びの見守り	様々な子育てに寄り添う気持ちを持って活動を行う
35	葛城里山クラブ 植生ボランティア	大学生、一般	毎月第1,3火曜日の午前中に植物の観察、調査、保全活動を実施	野外の作業をいとわない方
36	桜川ふるさと自然再生の会	大学生、一般	桜川における除草・清掃活動、県・市と協力し、約3haの親水広場を整備する	除草・清掃活動に参加・協力ができる方
37	つくば市環境マイスターの会	大学生、一般	地域の自然環境の観察や説明	

No.	団体名	受入対象	活動内容	注意事項
38	国際交流ボランティア 虹の会	大学生、一般	日本の伝統行事や文化を外国人と一緒に体験する	活動の際に、外国の政治情勢や宗教に深く関わらない
39	つくば市更生保護女性会	大学生、一般	薬物乱用防止活動	活動内容のパンフレット説明ができるようにする
40	NPO法人 チャリティーサンタ つくば支部	大学生、一般	クリスマスイブのサンタ活動	活動前に3時間の講習会参加が必要
41	こもればの会	一般	高齢者、障害者施設でのボランティア、イベント協力	
42	桜ニュータウン高齢者等送迎システム さくら	一般	桜ニュータウンの住民ボランティアが自家用車により、高齢者、免許返納者、障害者等を病院、駅、買い物等へ送迎する	
43	一般社団法人 絆	一般	高齢者等の通院や買い物など外出をサポートするドライバーの受け入れ	
44	つくばパソコンボランティアサークル	一般	高齢者や障害者のスマートフォン、パソコン、ネットワーク(LAN)の相談対応	ある程度、活動に必要な作業の操作ができ、教える一緒に行うことが好きな方
45	宝陽台 宝志会	一般、高齢者	生活支援、送迎支援、健康管理	
46	筑波技術大学朗読後援会	一般	医学および生命科学分野の図書を音訳し、デジタル録音したデータ(デジ図書)を全国の視覚障害者に提供する	平日に活動できる方
47	つくば音訳ボランティアの会	一般	音訳活動(広報つくば、市議会だより等)、スキルアップのための勉強会	パソコン操作、朗読・音訳のボランティア活動ができる方
48	朗読・音訳ボランティア「ゆう」	一般	広報つくば、市議会だより、常陽リビングの音訳CD作製、老人施設訪問朗読など	パソコン操作、朗読・音訳のボランティア活動ができる方
49	つくば市朗読ボランティア「けやきの会」	一般	社協通信音訳版作製、視覚障害者への音訳、高齢者施設訪問、音訳勉強会	継続して活動でき、意欲のある方
50	ろうどく はあもにい	一般	音訳活動(広報つくば、市議会だより、依頼図書)、月2回定例会、老人福祉施設での対面朗読、地域活動の協力	パソコン操作、朗読・音訳のボランティア活動ができる方
51	筑波技術大学点訳後援会	一般	点訳・テキスト製作	点訳後援会独自の講習の受講が必要
52	並木点訳の会	一般	つくば市や社協、個人からの依頼に対応しての点訳、地域で点字について知ってもらうための活動	点訳講習会などを受講していることが望ましいが、初めてでもサポート可
53	わたぼうし会	一般	①福祉支援センターさくらで毎月第4火12:20~13:00まで保護者会時の療育児の保育 ②療育中の兄弟時の保育	
54	つくば市おもちゃ病院 さくらんぼ	一般	壊れたおもちゃを原則、無料で修理する活動、科学の面白さを科学工作を通じて子供たちに教える活動	無理せず、自分の活動に責任を持つ
55	並木おはなし会	一般	おはなしの語り、絵本の読み聞かせ、パネルシアター、わらべ歌 など	
56	つくば市食生活改善推進員協議会	一般	「健康つくば21」を推進する活動で、健康に関する講話と調理実習を行う	10~2月頃まで5回の養成講座あり
57	特定非営利活動法人 kosodateはぐはぐ	一般	①家庭訪問型子育て支援「ホームスタート」訪問ボランティアとして利用者の傾聴、一緒に家事や育児を行う ②サロン等への参加、参加ママさん達との交流	ホームスタート訪問活動は養成講座の受講が必要、車での移動が可能な方
58	森の里 炭焼倶楽部	一般	里山の維持管理、共同畑作業	第2.4土曜日の活動に参加できる方
59	研究学園食文化研究会 ぱくぱく	一般	研究学園地区の食文化の調査、地域資源の発掘を通じ、住民交流を促し、コミュニティの活性化を図るとともに地産地消を浸透させる。方策としてパン屋、カフェ地元にある魅力的な飲食店、生産者などの情報収集を行い、その情報発信をする	無理せず、自分の活動に責任を持つ
60	筑波学園病院患者図書室ボランティア	一般	院内の図書室の対応(午前・午後:3時間)	患者さんや家族への思いやり
61	パソ・デ・ジーバ	一般	パソコン操作、学習会(作品作り)	ノートパソコンの持ち込み、自力で参加が可能な方
62	さくらおたすけ会	一般	調理(弁当作り)	桜ニュータウン在住の方