

みんなで ボランティア体験!

あなたの
やってみたい!を
見つけてね!



レ...ッ! チャレンジ!



もうしこ
申込み

ま
お待ちしています♪

7 / 6 (月)

9 時

もうしこ
申込みスタート!

せんちやくじゅん
先着順



さんか

えら

ふくすうか

1. 参加したいプログラムを選ぶ (複数可)

かく

れんらくさき

にじげん

もうしこ

2. 各プログラムにある連絡先、または二次元コードで申込む

たいけん

3. プログラムを体験する



【問合せ・申込み】

◆富里市ボランティアセンター (8時30分~17時15分 土・日・祝日除く)



電話 0476-92-8221

◆とみさと市民活動サポートセンター (9時~17時 水・日・祝日除く)



電話 0476-93-4123

1

えてがみ さくせい

絵手紙を作成してみよう！

【実施団体】絵手紙サークル「つくしんぼ」

【こんなことやります！】

配食サービスに添える絵手紙を作成します。

【日 時】 7月22日（水）

9時30分～11時30分

【場 所】中部ふれあいセンター（七栄448-10）

【対 象】小学5年生以上

【定 員】5名

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具、飲み物

【服 装】特になし

【申込期間】7月6日（月）～7月15日（水）

【申 込 先】富里市ボランティアセンター

【特記事項】当日連絡先：0476-91-3363
（中部ふれあいセンター）

2

たの はたら

楽しく働きましょう！①

【実施団体】こども食堂 とみさと

【こんなことやります！】

カレー作り、食事をする場所作り
お客様の接待、配膳、片付け、皿洗い

【日 時】 7月26日（日）

9時～13時

【場 所】中部ふれあいセンター（七栄448-10）

【対 象】小学生以上

【定 員】4名

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具、上履き、エプロン、三角巾
マスク、飲み物、タオル

【服 装】特になし

【申込期間】7月6日（月）～7月17日（金）

【申 込 先】富里市ボランティアセンター

【特記事項】当日連絡先：090-1531-9101
（団体代表）

3

たの はたら

楽しく働きましょう！②

【実施団体】こども食堂 とみさと

【こんなことやります！】

カレー作り、食事する場所作り
お客様の接待、配膳、片付け、皿洗い

【日 時】 8月9日（日）

9時～13時

【場 所】中部ふれあいセンター（七栄448-10）

【対 象】小学生以上

【定 員】4名

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具、上履き、エプロン、三角巾
マスク、飲み物、タオル

【服 装】特になし

【申込期間】7月6日（月）～8月3日（月）

【申 込 先】富里市ボランティアセンター

【特記事項】当日連絡先：090-1531-9101
（団体代表）

4

あつ まけ

た

暑さに負けずにモリモリ食べよう！

【実施団体】みなみっこ食堂

【こんなことやります！】

食事の配膳と後片付け
また、フードパントリーを開催するので配付の
お手伝い

【日 時】 7月26日（日）

11時～14時

【場 所】農林業センター（御料695）

【対 象】小学生以上

【定 員】5名

【参加費】無料

【持ち物】筆記用具、エプロン、マスク、飲み物
タオル

【服 装】特になし

【申込期間】7月6日（月）～7月17日（金）

【申 込 先】富里市ボランティアセンター

【特記事項】当日連絡先：070-3822-3547
（団体代表）

5

いろ はなもじ
色あざやかな花文字を
えが
描いてみよう！

【実施団体】花文字 竹から

【こんなことやります！】

カラーペイント、スポンジ筆を使って、植物、動物の絵で文字を描く

【日 時】 7月30日（木）

10時～12時

【場 所】 富里市福祉センター

【対 象】 小学生以上（小学3年生までは保護者同伴）

【定 員】 10名

【参加費】 ひとり200円

【持ち物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 汚れても良い服装

【申込期間】 7月6日（月）～7月23日（木）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：富里市ボランティアセンター



6

ちょうり
みんなで調理ボランティア

【実施団体】 富里市ボランティアセンター
（給食サービス事業）

【こんなことやります！】

給食サービスのお弁当作り



【日 時】 8月5日（水）

10時～12時

【場 所】 富里市福祉センター

【対 象】 小学4年生以上

【定 員】 4名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、エプロン、三角巾、上履き
マスク、飲み物、タオル

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月27日（月）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：富里市ボランティアセンター
送迎での待機は、福祉センター1階
ロビーをご利用ください。

7

いっしょ しゅわ たいけん
一緒に手話を体験

【実施団体】 富里市手話サークル「さとの会」

【こんなことやります！】

ミニ講演会
手話を体験してもらう



【日 時】 8月6日（木）

10時～11時30分

【場 所】 中部ふれあいセンター多目的ホール大

【対 象】 小学生以上

【定 員】 15名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、上履き、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月27日（月）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：0476-91-3363
（中部ふれあいセンター）
協力：富里市聴覚障害者協会

8

たの
みんなで楽しくチョキチョキ

【実施団体】 チョキの会

【こんなことやります！】

古切手の整理をします。



【日 時】 8月19日（水）

10時～11時30分

【場 所】 富里市福祉センター

【対 象】 ハサミを使用できる人

【定 員】 5名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲み物、スリッパ、ハサミ

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～8月14日（金）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：富里市ボランティアセンター

9

大切なメッセージを
こえ とど
あなたの声で届けよう！

【実施団体】朗読グループ「青空」

【こんなことやります！】

1 日目は団体の紹介と、広報の読み方の説明
2 日目は広報の担当記事を収録

【日 時】 ①8月21日（金）
10時30分～11時30分
②8月25日（火） ※①②両日参加
9時30分～11時 できる方

【場 所】 ①富里市福祉センター
②富里市立図書館（駐車場側玄関入口集合）

【対 象】 小学4年生以上

【定 員】 5名

【参 加 費】 無料

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物
②では広報原稿（①で配付されたもの）

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～8月14日（金）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：090-7170-7822
（団体代表）



10

家で発生する生ごみを肥料に変えて
あんぜん おい やさい つく
安全で美味しい野菜を作ろう

【実施団体】環境美化をすすめる共生の会

【こんなことやります！】

家で発生する生ごみを肥料に変えて、安全で
おいしい野菜を作ろう

【日 時】 8月23日（日）
10時～11時
※雨天中止

【場 所】 EMハウス（七栄250付近）

【対 象】 小学生親子・中学生以上

【定 員】 親子3組または中学生以上3名

【参 加 費】 無料

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物、タオル、マスク

【服 装】 汚れても良い服装

【申込期間】 7月6日（月）～8月17日（月）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：0476-92-8528
（団体代表）
天候不順で心配な場合、お問合せください。



11

えか こうりゅう
お絵描きで交流してみよう！

【実施団体】スペシャルオリンピックス日本・千葉
（絵画）

【こんなことやります！】

知的障がいのある方と一緒に絵描きと鉛筆削り
りなどのお手伝い

【日 時】 9月19日（土）
14時～15時

【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター

【対 象】 小学生以上

【定 員】 5名

【参 加 費】 無料

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～9月14日（月）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 特になし



12

たの からだ うご
みんなで楽しく体を動かそう！

【実施団体】スペシャルオリンピックス日本・千葉
（テニス）

【こんなことやります！】

知的障がいのある方と一緒にテニスを楽しむ

【日 時】 10月3日（土）
9時50分～12時
※雨天の場合：17日（土）

【場 所】 富里ふるさと自然公園テニスコート

【対 象】 小学生以上（親子、兄弟姉妹で参加可）

【定 員】 5名または5組

【参 加 費】 無料

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物、タオル、運動シューズ
ラケット（持っている人）

【服 装】 動きやすい服装

【申込期間】 7月6日（月）～9月28日（月）

【申 込 先】 富里市ボランティアセンター

【特記事項】 当日連絡先：090-4670-1092
（団体代表）



ラケットのない方はお貸しします。
天候不順の場合、心配な方は当日8時までに
お問合せください。

13

5丁目公園

水のあそび場に変身（午前の部）

【実施団体】 特定非営利活動法人
富里ふくろうプレーパーク

【こんなことやります！】

公園にプールを設置して楽しめます。プールの設置、見守り、片付けボランティア募集します。

【日 時】 7月19日（日）

9時～13時

※雨天中止

【場 所】 富里市第7児童公園（通称5丁目公園）
（日吉台5-24-2）



【対 象】 中学生以上

【定 員】 5名

【参加費】 300円

【持ち物】 筆記用具、飲み物、タオル、着替え
ぬれてもよいはきもの

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月14日（火）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 昼食支給（ホットドッグ、かき氷）



14

5丁目公園

水のあそび場に変身（午後の部）

【実施団体】 特定非営利活動法人
富里ふくろうプレーパーク

【こんなことやります！】

公園にプールを設置して楽しめます。プールの設置、見守り、片付けボランティア募集します。

【日 時】 7月19日（日）

12時～16時

※雨天中止

【場 所】 富里市第7児童公園（通称5丁目公園）
（日吉台5-24-2）



【対 象】 中学生以上

【定 員】 5名

【参加費】 300円

【持ち物】 筆記用具、飲み物、タオル、着替え
ぬれてもよいはきもの

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月14日（火）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 昼食支給（ホットドッグ、かき氷）



15

今日から君も里やま整備隊vol.3

きれいな谷津を守ろう

【実施団体】 特定非営利活動法人NPO富里のホタル

【こんなことやります！】

伸びた草木の刈り取りや、特定外来生物の駆除などを行う他、稀少生物の紹介や里山保全が環境に与える効果についてもお話しします。

【日 時】 7月25日（土）

9時～12時

※雨天中止

【場 所】 天神谷津
（立沢931）



【対 象】 小学校3年生～高校生

【定 員】 10名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、帽子、着替え、虫よけスプレー
飲み物、タオル

【服 装】 汚れてもよい服装（長袖・長ズボン）

【申込期間】 7月6日（月）～7月18日（土）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 特になし

16

絵本の読み聞かせに

チャレンジしてみよう！

【実施団体】 図書館ボランティア もりのなか

【こんなことやります！】

絵本の読み聞かせ体験



【日 時】 7月29日（水）

10時～12時

【場 所】 富里市立図書館

【対 象】 小学4～6年生

【定 員】 5名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月21日（火）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 参加児童の保護者にも、参加児童の“絵本の読み聞かせ”を聞いてもらいたいのので、図書館にいてください。



17

たいけんかい

スクエアダンス体験会

【実施団体】 富里スクエアダンスクラブ

【こんなことやります！】

スクエアダンスの説明と体験会
会員とペアになり、一緒にダンスをします。

- 【日 時】 7月31日（金）
9時30分～10時30分
- 【場 所】 富里市福祉センター2階大会議室
- 【対 象】 小学生以上
- 【定 員】 20名
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 筆記用具、上履き、タオル、飲み物
- 【服 装】 汚れても良いもの（長袖、長ズボン推奨）
- 【申込期間】 7月6日（月）～7月24日（金）
- 【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【特記事項】 特になし



18

 じぶん こえ ひと ところ げんき かんどう
 自分の声で人の心に元気、感動を①

【実施団体】 朗読グループさくら

【こんなことやります！】

発声練習をしてから詩や短編小説の朗読、朗読
劇を行います。

- 【日 時】 8月6日（木）
14時～16時30分
- 【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【対 象】 小学4年生以上（親子での参加歓迎）
- 【定 員】 6名
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 筆記用具、飲み物、タオル
- 【服 装】 特になし
- 【申込期間】 7月6日（月）～7月31日（金）
- 【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【特記事項】 事前に体験で使う資料が欲しい方は、
お申込み時にお知らせください。



19

 じぶん こえ ひと ところ げんき かんどう
 自分の声で人の心に元気、感動を②

【実施団体】 朗読グループさくら

【こんなことやります！】

発声練習をしてから詩や短編小説の朗読、朗読
劇を行います。

- 【日 時】 8月20日（木）
14時～16時30分
- 【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【対 象】 小学4年生以上（親子での参加歓迎）
- 【定 員】 6名
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 筆記用具、飲み物、タオル
- 【服 装】 特になし
- 【申込期間】 7月6日（月）～7月31日（金）
- 【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【特記事項】 事前に体験で使う資料が欲しい方は、
お申込み時にお知らせください。



20

 ふる
 古くなったジーンズでバラの
 つく
 ストラップを作ろう！

【実施団体】 make friends (メイク フレンズ)

【こんなことやります！】

古くなったジーンズを「バラのストラップ」に
蘇らせて、あなただけの作品にアップサイクル
します。

- 【日 時】 8月18日（火）
10時～12時
- 【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【対 象】 小学5・6年生
- 【定 員】 5名
- 【参加費】 無料
- 【持ち物】 筆記用具、飲み物、タオル
- 【服 装】 特になし
- 【申込期間】 7月6日（月）～8月10日（月）
- 【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター
- 【特記事項】 アップサイクルとは不用品に新しい価値を
加え、より価値の高いものへ生まれ
変わらせることです。



21

えんげき ざぐみ はい
演劇の座組（チーム）に入って
うんえい てつだ
運営のお手伝い！①

【実施団体】 Dream Land Circus
with Bad Company

【こんなことやります！】

みんなと一緒に基礎稽古で体を動かしてから、
運営のお手伝い、演者、照明、音響などを体験

【日 時】 8月8日（土）
13時～17時

【場 所】 富里中央公民館4階大会議室

【対 象】 小学生～高校生

【定 員】 10名

【参 加 費】 小・中学生 1,500円

高校生 2,800円

※8日、9日両日参加でも同額

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月31日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 こども達と創る芸術劇場事業2026～芸術劇場
かなでるみらいのあしおと～の富里市教育委
員会との共催事業の一つです。



22

えんげき ざぐみ はい
演劇の座組（チーム）に入って
うんえい てつだ
運営のお手伝い！②

【実施団体】 Dream Land Circus
with Bad Company

【こんなことやります！】

みんなと一緒に基礎稽古で体を動かしてから、
運営のお手伝い、演者、照明、音響などを体験

【日 時】 8月9日（日）
13時～17時

【場 所】 富里中央公民館4階大会議室

【対 象】 小学生～高校生

【定 員】 10名

【参 加 費】 小・中学生 1,500円

高校生 2,800円

※8日、9日両日参加でも同額

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～7月31日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 こども達と創る芸術劇場事業2026～芸術劇場
かなでるみらいのあしおと～の富里市教育委
員会との共催事業の一つです。



23 アイロンビーズ制作のお手伝い①

【実施団体】 Dream Land Circus
with Bad Company

【こんなことやります！】

演劇で使用する小道具ドット絵アイロンビーズ
制作体験のお手伝いです。



【日 時】 8月29日（土）
13時～17時

【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター

【対 象】 小学生～高校生

【定 員】 10名

【参 加 費】 お手伝い：無料

制作品を持ち帰る場合：

300円（1プレート）

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～8月21日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 こども達と創る芸術劇場事業2026～芸術劇場
かなでるみらいのあしおと～の富里市教育委
員会との共催事業の一つです。



24 アイロンビーズ制作のお手伝い②

【実施団体】 Dream Land Circus
with Bad Company

【こんなことやります！】

演劇で使用する小道具ドット絵アイロンビーズ
制作体験のお手伝いです。



【日 時】 10月31日（土）
13時～17時

【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター

【対 象】 小学生～高校生

【定 員】 10名

【参 加 費】 お手伝い：無料

制作品を持ち帰る場合：

300円（1プレート）

【持 ち 物】 筆記用具、飲み物、タオル

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～10月23日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 こども達と創る芸術劇場事業2026～芸術劇場
かなでるみらいのあしおと～の富里市教育委
員会との共催事業の一つです。



25

パソコンを使って

役に立つポスターをつくろう

【実施団体】パソコンカフェ・i t 塾

【こんなことやります！】

パソコンでポスターを作ります。

【日 時】 8月25日（火）

13時～16時30分

【場 所】 とみさと市民活動サポートセンター

【対 象】 小学4～6年生

【定 員】 10名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲み物

【服 装】 特になし

【申込期間】 7月6日（月）～8月17日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 特になし



26

ちくりんせいび

たんづく

竹林整備とバイオ炭作り

【実施団体】谷津みらいの会

【こんなことやります！】

谷津整備作業として行っている竹の伐採と、伐採して乾燥させた竹でバイオ炭を作る作業の体験です。

【日 時】 10月20日（火）

9時～11時30分

※雨天の場合：27日（火）

【場 所】 末廣谷津（富里市根本名）
に集合

【対 象】 18歳以上

【定 員】 5名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、軍手、タオル、飲み物

【服 装】 汚れても良いもの（長袖、長ズボン推奨）

【申込期間】 7月6日（月）～10月13日（火）

【申 込 先】 tosakatouge@gmail.com（吉木）

【特記事項】 特になし



27

あき

しゅうかくたいけん

秋のミステリー収穫体験

まな

さとやまほぜんかつどう

& 学ぼう！里山保全活動

【実施団体】おしどりの里を育む会

【こんなことやります！】

秋の味覚の収穫体験（何を収穫するかは参加し
てのお楽しみ）&おしどりの里を散策しながら、
里山保全活動について学びます。

【日 時】 10月24日（土）

9時～12時

※雨天の場合：25日（日）

【場 所】 おしどりの里
（中沢738地先）

【対 象】 小学生以上（小学4年生以下は保護者同伴）

【定 員】 15名

【参加費】 無料

【持ち物】 筆記用具、飲み物、軍手、タオル

【服 装】 長袖、長ズボン、動きやすい靴

【申込期間】 7月6日（月）～8月21日（金）

【申 込 先】 とみさと市民活動サポートセンター

【特記事項】 サンドル不可



☆☆☆ 申込み時の注意点 ☆☆☆

- ① 7月6日（月）午前9時から申込みがスタートします。それ以前の申込みは無効となります。
二次元コードからの申込みも9時以前のものは無効となりますのでご注意ください。
- ② 申込み後、都合が悪くなった場合は必ず申込み先にご連絡ください。
- ③ 記録として活動中の写真を撮影し、市ホームページやサポートセンターのフェイスブック、インスタグラムへの掲載を予定しています。ご都合の悪い方は申込み時にお申出ください。



詳しくは市公式HPを
ご覧ください。

