

隨時募集ボランティア一覧

(令和8年1月現在)



ボランティアを始める心得

あ

いさつは
元気にはっきりと！



おはよう
ございます！

ありがとうございます

活

動中は

携帯・ゲームにさわらない



ボランティア活動中は、携帯の電源を切るかマナーモードにして、カバンの中にしまっておきましょう。

体

調不良の場合は
担当者に相談を！



体調が悪いときは、活動先の担当者に早めに連絡を入れましょう。無理に活動をすると、利用者さんに風邪や病気をうつしてしまうかもしれません。

清

潔で
動きやすい服装を！



【NGな服装】

スカート・露出の多い服装・サンダル・ハイヒール・ピアスなどのアクセサリー

【団体によってはNGな服装】

ジーンズ・短パン・Yシャツ

【好ましい服装】

シンプルなポロシャツ・無地のTシャツ・チノパン・スニーカー



秘

密は守りましょう



誰にでも、ヒミツにしておきたいことってありますよね。活動先で知った利用者さんの個人情報は、家族や友人もふくめ、他の人に話さないようにしましょう。

氣

づいたことは
担当者に報告を！



「〇〇さんが転んでしまった！」「〇〇さんの具合が悪そう…」活動中気がついたことは、すぐに担当者さんか近くの職員さんに報告しましょう。

ちょこっとボランティア

ボランティアセンター内で出来るお気軽ボランティア	
概要	活動はしたいけど何から始めればいいか迷っている方、1時間のスキマ時間を活用したい、1日だけ活動したいなどにお勧めです。
活動場所	日野市多摩平2-8-9 日野市立福祉センターたまだいら内（中央線「豊田」駅から徒歩10分）
内容	封入作業…食品の袋詰め、広報誌等の封入作業 軽作業…シール作り、シール貼りなど
日時	火曜日・金曜日 午前10時～12時 木曜日 午後13時～15時
持ち物等	特になし
備考	特になし

スマホ講座のお手伝い	
概要	交流センターや地区センターでスマホ講座があった時にそのサポートをしてもらっています。
活動場所	日野市内
内容	高齢者にスマホの使い方を教えるボランティア
日時	講座の日が決まったらご連絡します。
持ち物等	スマートフォン
備考	活動先までの送迎応相談

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

高齢者と関わる活動

南平ふれあいサロン

概要	地域に住む高齢者が集まってお茶を飲んだりおしゃべりをする居場所です。
連絡先 活動場所	日野市南平7-6-14（京王線「南平」駅から徒歩3分）
内容	高齢者との話し相手・お茶出し
日時	月・火・木・金 10:00~15:00
持ち物等	要問合せ
備考	午前のみ、午後のみでも可

ぬくもりテラス（主に高齢者サロン）

概要	南平駅西交流センター運営委員が運営している地域サロンです。体操やレクリエーションを通じてお話しやお茶のみを楽しんでいます。
活動場所	日野市平山4-18-1都営アパート6号棟1F（京王線「南平」駅から徒歩3分）
内容	利用者の話し相手やお茶出し
日時	第4土曜日 13時~16時
持ち物等	特になし
備考	特になし

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

介護老人保健施設 カトレア

活動場所	日野市日野本町6-3-17（中央線「日野」駅から徒歩15分）
内 容	①ドライヤーかけ・お茶出し ②話し相手・傾聴 ③音楽演奏、ダンス等のレクリエーション ④お昼配膳・片付け
日 時	①～③月～土 13：15～14：45の間で1時間程度 ④11：30～13：00
持ち物等	室内履き
備 考	特になし

介護老人保健施設 サルビア

活動場所	日野市万願寺1-18-1（多摩モノレール「万願寺」駅から徒歩8分）
内 容	①入浴後のドライヤーかけ ②書道の指導…道具の準備・片付け・指導
日 時	①月～土 10時～12時 ②木 13：30～14：30
持ち物等	マスク
備 考	駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

高齢者在宅サービスセンター マザアス多摩川苑

概要	特別養護老人ホームマザアス日野の5Fで行っているデイサービスです。毎日趣味活動を企画しています。
活動場所	日野市万願寺1-16-1 5F (多摩モノレール「万願寺」駅から徒歩9分)
内容	午後のプログラム時間内で何かご披露いただける方。
日時	曜日指定なし 時間帯14:00~15:00
持ち物等	特になし
備考	特になし

デイサービスあすなろ

活動場所	日野市百草1042-21
内容	①囲碁・将棋の相手 ②傾聴・話し相手 ③歌や踊り、手品などのレクリエーション
日時	①木 9:30~10:20または12:30~13:20 ②月~土 9:30~10:20または12:30~13:20 ③日曜日以外の隨時 特に月末の2日間
持ち物等	特になし
備考	駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

デイサービスセンター多摩あんしん館

活動場所	日野市多摩平1-14-97（中央線「豊田」駅から徒歩7分）
内 容	①麻雀の相手 ②利用者の話し相手やお茶出し ③絵手紙の指導 ④歌・演奏などのレクリエーション
日 時	①火・金 11時～12時 ②火・木・土 ③月～金 14時～15時（月に1回程度） ④月～土 14時～15時（月に1回程度）
持ち物等	動きやすい服装
備 考	特になし

高幡みさわの杜

活動場所	日野市三沢3-22-14（京王線「高幡不動」駅から徒歩8分）
内 容	リネン交換
日 時	月～金 9：30～16：00の中で可能な時間
持ち物等	動きやすい服装
備 考	特になし

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

友遊ケアセンター

活動場所	日野市西平山2-2-15（京王線「平山城址公園」駅から徒歩14分）
内 容	①お茶出し・ドライヤーかけなど ②歌、マジックなどレクリエーション
日 時	①木・土 10:00～12:00 ②月～土曜日 13:45～14:45
持ち物等	動きやすい服装、室内履き
備 考	駐車場有

グループホーム友遊

活動場所	日野市西平山3-24-6 (京王線「長沼」駅から徒歩11分) (中央線「豊田」駅からバス12分)
内 容	○傾聴ボランティア ○歌や簡単な体操を一緒にしてください方
日 時	曜日指定なし。午前10時～12時の間
持ち物等	特になし
備 考	駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。

☎042-582-2318

木下の介護 ライフコミューン日野

活動場所	日野市万願寺2-34-7 (多摩モノレール「万願寺」駅から徒歩7分)
内 容	音楽・踊りなどのレクリエーション
日 時	金曜日以外 その他応相談
持ち物等	マスク着用
備 考	交通費応相談。駐車場有

ツクイ日野 (デイサービス)

活動場所	日野市万願寺3-13-4 (多摩モノレール「万願寺」駅から徒歩7分)
内 容	楽器問わず演奏・歌などで披露して下さる方。 個人でもグループでも可
日 時	14:00~14:45
持ち物等	特になし
備 考	交通費応相談。駐車場有 (2~3台)

日野ケアセンターそよ風

活動場所	日野市南平4-37-3 (京王線「南平」駅から徒歩13分)
内 容	・ドライヤーかけ ・話し相手
日 時	月~土曜日 10:00~12:00
持ち物等	特になし
備 考	駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎ 042-582-2318

特別養護老人ホーム 浅川苑

活動場所	日野市高幡864-4（京王線「高幡不動」駅から徒歩7分）
内 容	畠仕事（庭）
日 時	適時
持ち物等	汚れてもいい服装と履物、軍手
備 考	駐車場有

浅川苑サービスセンター

活動場所	日野市高幡864-4（京王線「高幡不動」駅から徒歩7分）
内 容	お茶出し、傾聴、レクリエーション手伝い
日 時	応相談
持ち物等	上履き、飲み物
備 考	特になし

デイサービスセンター百草

活動場所	日野市百草999 百草団地2-6-1-101
内 容	①傾聴、話し相手 ②レクリエーション活動補助 ③ドライヤーかけ ④施設内清掃 ⑤食器洗い ⑥芸事披露（歌、楽器、マジックなど）
日 時	①～⑤月～金 10時～17時の間 ⑥月～金 14時～16時
持ち物等	特になし
備 考	交通費応相談、駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

障害のある人と関わる活動

社会福祉法人おおぞら やまばと

概要	知的・発達障がいのある方が、日中通う施設です。
活動場所	日野市旭が丘2-42-5（中央線「豊田」駅から徒歩20分）
内容	活動の補助、話し相手
日時	個別活動：第1・第3水曜の午後 ミニスポーツ：第2木曜の午前 おやつ作り：第2水曜の午後 調理活動のメニュー作成と指導：第4木曜の午前
持ち物等	要問合せ
備考	特になし

社会福祉法人おおぞら 生活介護事業所はくちょう

概要	介護が必要な障がい者の方が、日中通う施設です。
活動場所	日野市日野台4-31-7（中央線「日野」駅からバス14分）
内容	手芸ボランティア（スウェーデン刺繡の布を使って巾着等の製品を作成する）
日時	月～金
持ち物等	特になし
備考	給食提供有り

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

社会福祉法人 東京光の家	
概 要	視覚障害者の為の複合施設です。
活動場所	日野市旭が丘1-17-17（中央線「豊田」駅から徒歩18分）
内 容	日中活動の補助・作業補助・散歩のヘルパー
日 時	曜日・時間帯応相談
持ち物等	特になし
備 考	特になし

光の家就労ホーム	
概 要	知的障害のある方が生活する施設です。
活動場所	日野市旭が丘1-17-17（中央線「豊田」駅から徒歩18分）
内 容	日中活動の補助・作業補助
日 時	曜日・時間帯応相談
持ち物等	要問合せ
備 考	特になし

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

八王子生活実習所	
概要	障がいの方が日中通う施設です。
活動場所	八王子市台町1-24-7 (中央線「西八王子」駅から徒歩15分) (京王高尾線「山田」駅から徒歩10分)
内容	日中活動の補助・洗い物など
日時	月～金 10時～17時の間
持ち物等	軽装・上履き
備考	駐車場有

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

子どもと関わる活動



備考欄に「要検便」と書いてある施設は検便が必要です。
活動の2~3週間前に検便を行ってください。

日野すみれ塾

概要	経済的な事情などで有料塾に通えない子供を対象とした学習支援しています。
活動場所	日野市大阪上3-11-1-12（中央線「日野」駅より徒歩13分）
内容	すみれ塾の運営補助 ①プリントのコピー・作成などの事務のサポート ②合宿・社会科見学やイベントの時のお手伝い ③フードバンク物資の受け取り ④おむすびを作る、手作りお菓子も持ってくるなどの支援
日時	小学生クラス：第1・第3木曜日(16:30~18:00) 中学生クラス：毎週木曜日(18:30~20:30) 受験生クラス：毎週日曜日(15:00~18:00)
持ち物等	要確認
備考	活動日に来れなくてもご自宅からお手伝いも可

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。
☎042-582-2318

フリースクール寺子屋 のびのーび	
概要	子どもの居場所&学習支援 探求学習の時間に算数・数学・国語・漢字・理科・社会等のドリル教材の自習をしています。分からぬところを個別に教えていきます。
活動場所	日野市東豊田3-23-3 湧水亭（中央線「豊田」駅より徒歩8分）
内容	・小・中学生の学習指導 ・給食の調理補助・手伝い ・農作業や郊外学習の際の付き添い
日時	月・木・金 10時～15時
持ち物等	動きやすい服装（汚れてもいい）・スニーカー（動きやすいくつ）・月・木はお弁当持参
備考	食費支給300円（金のみ）



関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。

☎042-582-2318

日野市平山小学校（放課後算数教室）

活動場所	日野市平山4-8-6（日野市平山小学校）
内 容	1～6年までの算数が苦手な児童を対象に復習プリントを用いた学習時に解き方のわからない児童へ解説。
日 時	火曜日 14:30～14:55 木・金曜日 15:20～15:45
持ち物等	特になし
備 考	1時間1000円×活動時間数。駐車場有

日野市平山中学校放（課後自主教室ポップコーン教室）

活動場所	日野市平山4-8-6（日野市平山小学校）
内 容	平山中学校放課後自主教室ポップコーン教室のサポート。自習にくる生徒の質問に対応して欲しい。対象科目は主に数学、国語、英語）
日 時	毎週水曜日 15:00～17:00
持ち物等	特になし
備 考	塾に行かれない生徒の学習サポート。※比較的成績の低い生徒なので丁寧に指導して欲しい。 1回2000円。

関心のある方はボランティアセンターまでご連絡下さい。

☎042-582-2318