

松本市ボランティアセンター募集情報（2025.12.10更新）

期間	募集人数	活動先	活動先住所	活動内容	資格・特技他
随時	一	①デイサービスセンター カモミールハウス ②デイサービスセンター カモミールハウス野溝	①松本市大字島立中村3129 (3803-1) ②松本市野溝木工2-2-48	①花壇・畑作りの補助 ②お話し相手	問わず
※日時の詳細は直接お伝えします	一	松本市北部障害者 デイサービスセンター	松本市旭町2-11-39	いきいき理学療法士の教室、エコクラフト、レザークラフト、ヨガ体操系、料理おやつ 等	問わず
随時	一	松本市内	児童センターや学校など	桜むねとして活動している方々との乳がん等の病気で乳房を失っても乗り越えて生きていくことができる事を伝える人形劇や認知症の世界を伝える人形劇のお手伝い	高校生・専門学生・短大生・大学生の興味のある方なら誰でも大歓迎です！
随時	一	松本市内	地区や町会など	演劇を通して福祉や防災についての啓発活動を目的としている“社協つむぎちゃん劇団”的劇団員または、脚本や裏方などでのご協力	問わず
毎週火曜日	1名	筑摩あんしん館	長野県松本市筑摩4丁目3-6	将棋のボランティア 利用者さんのお相手をしていただける方	将棋ができる方
①毎月第4土曜日 11～13時 ②毎月第2木曜日 17～19時	一	信州こども食堂学び塾&松本駅前記念公園	松本市本庄1丁目1-5	信州こども食堂のお手伝い	問わず (希望した理由や得意なことを教えてください。)
随時（継続的に）	一	松本市内 (松本駅～キッセイ文化ホール横 スケートボード場など)	一	依頼者：中学2年生男子（軽度の障害あり） 依頼者と共に松本駅からキッセイ文化ホール横のスケートボード場まで徒歩またはバスで行き、一緒に遊んでくれる方	・本人がケガをするなど、何かあった場合は、救急連絡やご家族への連絡をしていただきます。 ・活動前に、顔合わせをさせていただきます。
月1回土曜日 9:00～14:00	一	ヒッポポ食堂	神林公民館 (松本市神林1557-1)	子ども食堂のお手伝い 内容：学習支援・生活体験・食事提供	問わず
第2・4金曜日 15時～18時	一	子ども食堂	松本市笹賀3971-3	学習支援・生活体験・食事提供	問わず

松本市ボランティアセンター募集情報（2025.12.10更新）

期間	募集人数	活動先	活動先住所	活動内容	資格・特技他
毎月第2日曜日 13時～15時	一	松本市市民活動サポートセンター	松本市大手3丁目8-13 松本市役所大手事務所2F	軽いあがり症～過度な緊張症（社交不安症）の方向けのサークル活動 ※月会費が500円かかります。（学生免除）	・トークにカフェ巡りを楽しんでくださる方。 ・定期継続参加できる方 ・10代～40代
随時	一	松本市内	地区や町会など	「子育て応援ボランティア」として、行事・イベント等におけるお子様の見守りのお手伝い	問わず
毎週月曜日・木曜日	3名程	松本市中央公民館 (M ウィング)	松本市中央1-18-1	外国の方を対象とした日本語教室での支援員	ご年配の方歓迎！
随時	若干名	特定非営利活動法人 国際保健支援会	松本市筑摩3-15-31	国際保健支援会で運営している、アジア・アフリカ支援農場における農作業ボランティア。農作業に興味がある方、農作物の育て方を学んでみたい方大歓迎	・20歳以上 ・心身ともに健康な方（炎天下での作業や共同で行う作業があるため。）
随時	若干名	特別養護老人ホーム うつくしの里	松本市里山辺藤井910-1	週1回実施しているコーヒー喫茶でのボランティア。15時のおやつに合わせ、マシンで淹れたコーヒーを利用者さんに提供する。 活動時間：14時～16時（準備・片付け含む）	問わず
毎週月曜日 16:30～18:00	一	子ども食堂（ボジラボ食堂）	・波田公民館 ・桙川公民館	・食事作りのお手伝い ・学習支援（対象：小・中学生） ・子どもの見守り・遊び	問わず
各イベントごと	一	各イベントごと	各イベントごと	松本視覚障害者福祉協会が開催するイベントにおける視覚障がい者への支援（視覚情報の提供、移動支援、料理位置の告知、必要に応じた器の移動など） 詳細は、別紙「松本視覚障害者福祉協会 イベントボランティア募集」をご覧ください。	誰でも可