



定年前に、
今後やりたいことを
見つけたい



仕事以外の
つながりを作りたい



土日・朝だけでも
地元で何か
してみたい



あなたの地域デビューを
応援します！

大人

のための

ボランティア体験

令和7年度

対象：市内在住・在勤・在学の18歳以上

参加費無料(※任意でボランティア活動保険に加入する場合は別途 350円が必要)



- ・新しいことをはじめたい方
- ・仕事とは別に地域で活動してみたい方
- ・定年退職を機に地域と関わりたい方
- ・子育てがひと段落して次のライフステージを考えている方

こんな方におすすめ！

詳細は裏面を
ご覧ください

< 大人のためのボランティア体験とは >

松戸には、自分たちの街をより暮らしやすい街にするために、自分の経験やスキルを活かして地域で活躍している人やグループ（＝市民活動団体）がたくさんいます。

このプログラムでは、初めて地域で活動する一歩目に参加しやすい体験をご紹介しますので、松戸の市民活動を気軽に体験することができます。「自分の興味関心に近いことをしたい」「地元で知り合いを作りたい」…キッカケは何でも構いません。「まずは1回」、地域で活動体験してみませんか？



参加までの流れ・申込方法

① 申込み

「大人のためのボランティア体験」
WEB ページ内にある
申込フォームにて必要事項と
レポートをご入力ください。



★手書きの申込書はまつど市民活動 WEB ページ
サポートセンターにて配布しています。

② 面談（体験先のご紹介など）

お申込を受理後、まつど市民活動
サポートセンターにお越し頂きます。

コーディネーターとの面談を
通して、希望する体験や日程を
受け入れ団体と決定します。



★質問やご相談などもお気軽にお話しください。

★体験先については、後日メール等で決定する
場合もございます。

③ ボランティア体験期間

面談を通して決定した
団体の活動に参加します。



アンケート

体験後には
アンケートのご回答を
お願いします！

< 主催・お問い合わせ >

まつど市民活動サポートセンター

(指定管理者：NPO 法人まつど NPO 協議会)

〒271-0094 松戸市上矢切 299-1 総合福祉会館 1F

メール：hai_saposen@matsudo-sc.com

(件名に「ボランティア体験の件」とご記入ください)

TEL：047-365-5522

「自分にもできるかも！」と
思うことが増えました！

職場と家の往復では
出会えない人と地元で出会えた

体験プログラムの一例



- 多世代が集まる地域の居場所づくり
- シニアの健康づくり体操活動
- 市内の自然豊かな森の整備活動
- 市内の農作業ボランティア活動
- 外国にルーツを持つ子どものための日本語支援活動
- こどもの居場所づくりや体験活動
- 市内の子ども食堂での活動
- 町会自治会等での地域向けイベント

※上記は一例です。

体験内容・団体は期間中、変更となる場合があります。



< まつど市民活動サポートセンターについて >

「自分たちの地域をより良くしたい！」という想いをカタチにするために、コーディネーターが全力でお手伝いしています。現在 940 以上の団体が登録しており、年間 5 万人が利用している公設民営の施設です。



WEB サイト

<http://www.matsudo-sc.com/>