

番号	活動先	種別	活動内容(予定)	活動日時	活動場所	定員	服装・持ち物	備考
1	あずみのかいの ×こどもみらい食堂 「水草と土を使って、メダカに優しいビオトープを作ってみよう。」	学習支援	○小中学生の夏休み宿題サポート 小学生から中学生がバケツで作るビオトープづくりの補助。 子どもと一緒に楽しんでください。 メダカの育て方などについて、夏休みワークシートや観察日記もあるので、書きはじめる手伝いをしてあげてください。 ○一緒にビオトープ作りに参加し持ち帰りできます(事前申込)	◇7月29日(月) 10:30~15:00 (①10:30~12:00/ ②13:30~15:00) ※原則①②通しの活動	長岡聖契キリスト教会1階 (長岡市学校町1-10-31) ※現地集合	各回 20人	・汚れてもいい動きやすい服 (水草や土など作業のできる服装) ・タオル ・飲み物 ・筆記用具	・通しが困難な方は選択でも可。 ・①②通しで参加の方は、昼食を用意します。(無料) ・活動終了後の片付けも協力願います。 ※7/27(土)の事前説明会に参加できる方に限ります。
2	長岡技術科学大学TEC ×こどもみらい食堂 「TECサイエンスショー」	学習支援	○小学生の夏休み宿題サポート ◇8/5「オリジナル細胞を作ろう!」 小学生がプラ板で作った細胞小器官を細胞の型に入れてオリジナルの細胞を作るための補助。 ◇8/6「磁性スライムを作ろう!」 小学生がスライムに砂鉄を混ぜて不思議なスライムを作るための補助。	◇8月5日(月) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00 ◇8月6日(火) ①10:30~12:00 ②13:30~15:00	長岡聖契キリスト教会1階 (長岡市学校町1-10-31) ※現地集合	各回 10人	・飲み物 ・筆記用具	・活動日と①②を選択してください。 ・①②通しで参加の場合、昼食を用意します。(無料) ・活動終了後の片付けも協力願います。
3	熊木七菜子 ×こどもみらい食堂 「長岡をテーマにおもちゃを作ろう!」(仮)	学習支援	○小学生の夏休み宿題サポート 小学生が長岡の地域資源を題材におもちゃを作るための補助	◇8月18日(日) ①13:00~14:30 ②15:00~16:30	長岡聖契キリスト教会1階 (長岡市学校町1-10-31) ※現地集合	各回 5人	・飲み物 ・筆記用具	・①②を選択してください。 ・①②通しでの参加も可。 ・活動終了後の片付けも協力願います。
4	ながおカスポーツ・レクリエーションフェスタ	スポーツ振興 健康増進	○会場の設営及び片付け、各ブースの運営補助	◇8月10日(土) ① 9:00~12:00 ②12:00~15:00	アオーレ長岡アリーナ (長岡市大手通1-4-10) ※現地集合	各回 10人	・水分補給用の飲み物 ・動きやすい服装	・①②を選択してください。 ・①②通しでの参加も可。 ・主催者が用意したピブスを着用します。 ・ながおカペイ500円相当分のプレゼントあり(当日QRコード形式で付与)。
5	まちなかコミュニティ食堂	地域 こども食堂	○地域、子ども食堂のお手伝い&子どもの見守り ・お弁当作り、調理、配膳、配布 ・会食会場での見守り	◇8月22日(木) 14:00~18:00	表町コミュニティセンター (長岡市中島5-7-7) ※現地集合	10人	・エプロン ・水分補給用の飲み物 ・タオル ・内履き	・館内冷房入りですが各自必要な対策をお願いします(クールネックなど) ・お弁当各自1個提供あり(無料) ・三角巾等は不要(ハンダナを現地で用意します)
6	子育ての駅ぐんぐん	子育て支援	○子育てサポート ・館内整美、草刈り ・子どもの見守り(手遊びなど) ・製作の手伝い	◆8月7日(水)~8日(木) ※2日間連続 10:00~12:00	ながおカ市民防災センター1階 (長岡市千歳1-3-85) ※現地集合	3人	・動きやすい服装 ・帽子 ・水筒(水分補給できるもの) ・タオル ・靴下	・内履きは不要(館内は靴下着用)
7	お年寄り介護予防教室 <くらし元気アップ事業>	高齢者福祉	○お年寄りと運動や脳トレなどを通して交流しよう! ・教室の運営補助 ・会場の準備、片付け ・参加者との交流	◇7月30日(火) 10:00~13:30 ◇8月9日(金) 10:00~13:30	旧長岡市社会福祉センター内 介護サービス課 (長岡市水道町3-5-30) ※現地集合	各日3人	・動きやすい服装 ・水筒(水分補給できるもの) ・タオル ・昼食代(530円)	・希望の活動日を選択してください ・内履きは不要
8	<三島地域> 越後みしま竹あかり街道	地域づくり	○三島の地域づくりを学ぶ&竹灯籠づくり ・10/26(土)に開催される越後みしま竹あかり街道(イベント)で使用する竹灯籠作成体験 ※イベントへの当日参加と作品展示も可能です。ぜひ! ・三島で取り組んでいる活動・越後みしま竹あかり街道(イベント)の紹介	◇8月5日(月) 9:00~11:30	長岡市三島支所内 みしまコミュニティセンター2階 大ホール (長岡市上岩井1261-1) ※トモシアから現地まで送迎あり	15人	・動きやすい服装 ・飲み物	・作成に必要な機材は会場に用意します ・手袋はこちらで用意します ・作成した作品は持ち帰りとなります
9	<山古志地域> やまっ子と遊んで山古志の自然を堪能しよう	地域づくり 児童福祉	○山古志の子どもたちとの交流 ・山古志の子どもたちと川でたくさん遊び交流を深めます ・遊びを通して日本の原風景山古志の魅力を学んで体験後にその良さを周りの人たちに発信しよう	◇8月20日(火) 9:30~12:00	やまこしコミュニティセンター (山古志体育館内 長岡市山古志竹沢甲2837-1) ※トモシアから現地まで送迎あり	5人	・動きやすい服 ・帽子 ・サンダル ・着替え ・タオル ・飲み物 ・筆記用具	・川遊びで濡れることが予想されますので濡れても良い服装及び道具が必要になります ・虫刺され等に関するアレルギーをお持ちの方は事前にお申し出ください
10	<寺泊地域> 野積海水浴場	地域づくり	○寺泊の地域づくりを学ぶ&海岸清掃 漂着ゴミを中心にビン、カン、ペットボトル、プラスチックなどの回収	◇8月16日(金) 10:00~13:00	野積海水浴場 まつや浜茶屋 (長岡市寺泊野積11629-56) ※トモシアから現地まで送迎あり	10人	・動きやすい服装、濡れてもよい服装 ・帽子 ・水筒や飲み物(水分補給できるもの) ・タオル ・長靴やビーチサンダル ・昼食代(500円)	・ごみ袋、軍手、 Tong はボランティアセンターで用意します ・昼食代は浜茶屋で提供
11	<栃尾地域> チームつなぐ ~ダンスでつなぐ思いやりの輪	障害者福祉	○ダンスでつなぐ思いやりの輪 知的障害のある方々のダンスサークル「チームつなぐ」の活動体験	◇8月17日(土) 9:30~11:30	栃尾地域交流拠点施設トチオーレ (長岡市中央公園1-67) ※トモシアから現地まで送迎あり	5人	・動きやすい服装 ・水分補給用の飲み物 ・タオル ・内履き	



こどもみらい食堂
(学習支援)



三島地域
(竹灯籠づくり)



新町みんな食堂
(地域こども食堂)



子育ての駅ぐんぐん
(子育て支援)



山古志地域
(山古志木籠ふるさと会)



昨年の
活動の様子



栃尾地域
(赤い羽根グッズづくり)



寺泊地域
(海岸清掃)