

令和7年度第2回中央区地域支えあいづくり協議体次第

日 時 令和8年1月9日（金）午前10時00分
会 場 中央区社会福祉協議会3階会議室

1 開 会

2 会長挨拶

3 新任委員紹介

4 各委員より報告

5 議 題

（1）高齢者施策推進室より報告

（2）生活支援コーディネーターによる取組みについて

（3）「支えあいのまちづくり協議体(第2層協議体)」実施報告

（4）意見交換

テーマ：自分自身の経験や強み、特技を活かした高齢者の地域参加について

6 今後の協議体実施予定

7 閉 会

中央区地域支えあいづくり協議体運営要綱

平成 29 年 6 月 1 日
29 中福高第 999 号

(趣旨)

第 1 条 この要綱は、地域における高齢者の生活支援体制の整備を推進するため、中央区生活支援体制整備事業実施要綱(平成 29 年 4 月 1 日 28 中福高第 3936 号)第 3 条に規定する中央区地域支えあいづくり協議体(以下「協議体」という。)の運営に関し必要な事項を定めるものとする。

(所掌事項)

第 2 条 協議体の所掌事項は、次のとおりとする。

- (1) 高齢者からの支援に関するニーズ及び生活支援・介護予防サービスを行う団体等地域資源に係る情報の共有
- (2) 前号の情報の集約化による地域課題及び実態の把握
- (3) 既存の生活支援・介護予防サービス、通いの場等の活用
- (4) 開発が必要な生活支援・介護予防サービスの議論
- (5) おとしより相談センター等関係団体との連携
- (6) 前各号に掲げるもののほか、区長が必要と認める事項

(組織)

第 3 条 協議体は、次に掲げる者のうちから区長が委嘱し、又は任命する 20 人以内の委員をもって組織する。

- (1) 学識経験を有する者
- (2) 民生・児童委員
- (3) おとしより相談センター等関係団体に従事する者
- (4) 生活支援コーディネーター及び地域福祉コーディネーター
- (5) 社会福祉法人中央区社会福祉協議会職員
- (6) 中央区職員
- (7) 前各号に掲げるもののほか、区長が必要と認める者

(任期)

第 4 条 委員の任期は 2 年とし、再任を妨げない。

2 委員に欠員が生じた場合における後任の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

(会長等及びその職務)

第 5 条 協議体に、会長及び副会長を置く。

2 会長は委員の互選により選出し、副会長は委員の中から会長が指名する。

3 会長は、協議体を代表し、会務を総理する。

4 副会長は、会長を補佐し、会長に事故があるときは、その職務を代理する。

(招集)

第 6 条 協議体は、会長が招集する。

(定足数及び表決)

第 7 条 協議体は、委員の半数以上が出席しなければ、会議を開くことができない。

2 協議体の議事は、出席した委員の過半数をもって決し、可否同数のときは、会長の決するところによる。

(関係者等の出席)

第 8 条 協議体は、必要があると認めるときは、専門的事項について学識経験を有する者その他関係者の出席を求めて、意見を聴くことができる。

(会議の公開)

第 9 条 協議体の会議は、公開とする。ただし、会長が適当でないと認めるときは、この限りでない。

(庶務)

第 10 条 協議体の会議の庶務は、高齢者福祉課及び社会福祉法人中央区社会福祉協議会において分担し、処理する。

2 高齢者福祉課の業務は次に掲げるものとする。

(1) 協議体の設置に関すること。

(2) 委員の選定及び就任依頼に関すること。

3 社会福祉法人中央区社会福祉協議会の業務は次に掲げるものとする。

(1) 協議体の運営に関すること。

(2) 謝礼の支払いに関すること。

(3) 前 2 号に掲げるもののほか、協議体に関する業務

(委任)

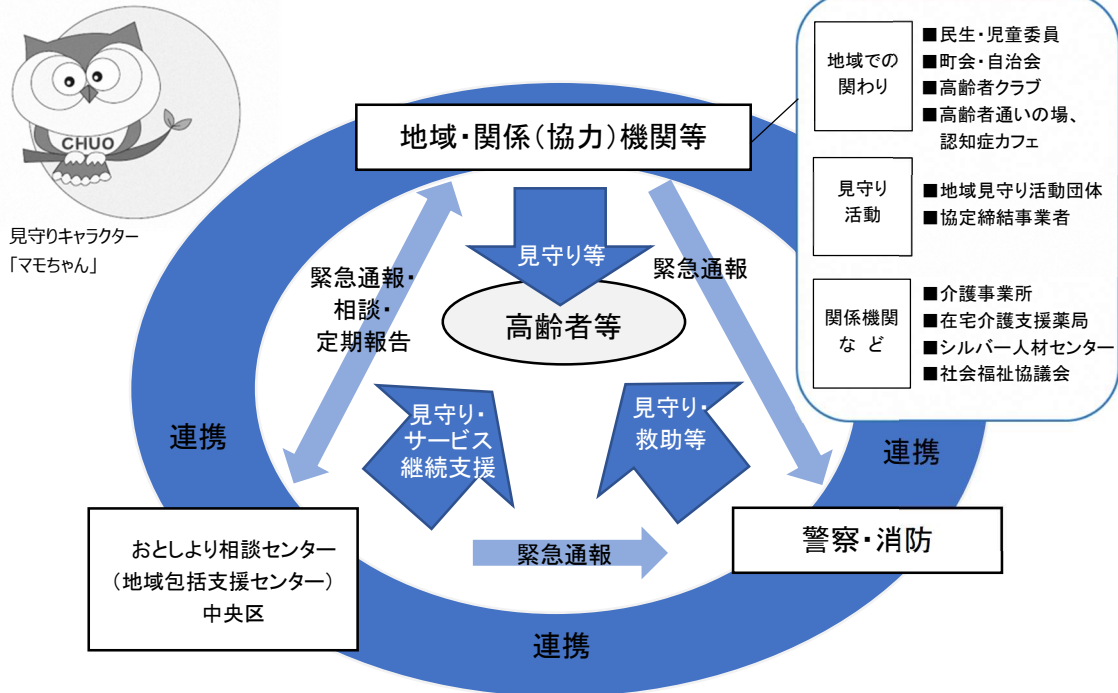
第 11 条 この要綱に定めるもののほか、協議体の運営に関し必要な事項は、会長が定める。

附 則

この要綱は、平成 29 年 6 月 1 日から施行する。

地域見守りネットワーク

おとしより相談センターを中心に、民生・児童委員や町会・自治会をはじめ、地域見守り活動団体などさまざまな方々の協力や連携によるネットワークを構築し、高齢者の生活を地域全体で見守り、支えます。



地域見守り活動支援事業

一人暮らしの高齢者の方などが、地域で孤立することなく住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の方々に組織された団体で行われる「地域見守り活動」に対し支援を行います。

●利用できる方

(1) 地域見守り活動団体

町会、自治会、マンション管理組合などの地域の方々おおむね5人以上で組織された団体

(2) 見守り対象となる方

65歳以上の一人暮らし高齢者の方や高齢者のみの世帯の方・その他見守りが必要な高齢者の方など

●活動の内容

(1) 活動の内容

- ・月1回以上、対象者の自宅訪問やまちで見かけたときの声かけなどの安否確認
- ・「変だな？」と気付いたときに「おとしより相談センター」へ相談や連絡
- ・「おとしより相談センター」への定期的な報告など

(2) 区の支援内容

見守り対象者1人につき、年間3千円を上限に、通信費などの団体の運営費を助成します



見守りキャラクター マモちゃん

地域の高齢者をみんなで見守るまちへ

－高齢者見守り協定事業者を募集しています－

中央区では、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の事業者の皆さまと「高齢者の見守り活動に関する協定」を締結しています。（裏面参照）

あなたの事業所も、無理なく社会に貢献してみませんか？

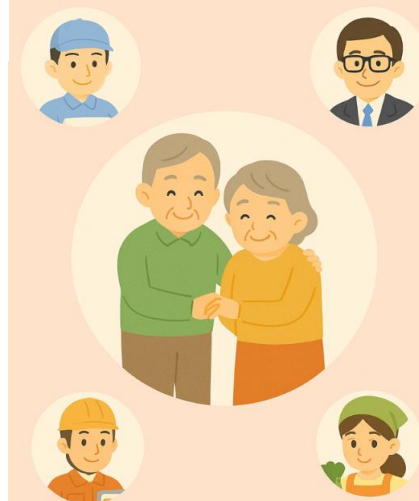
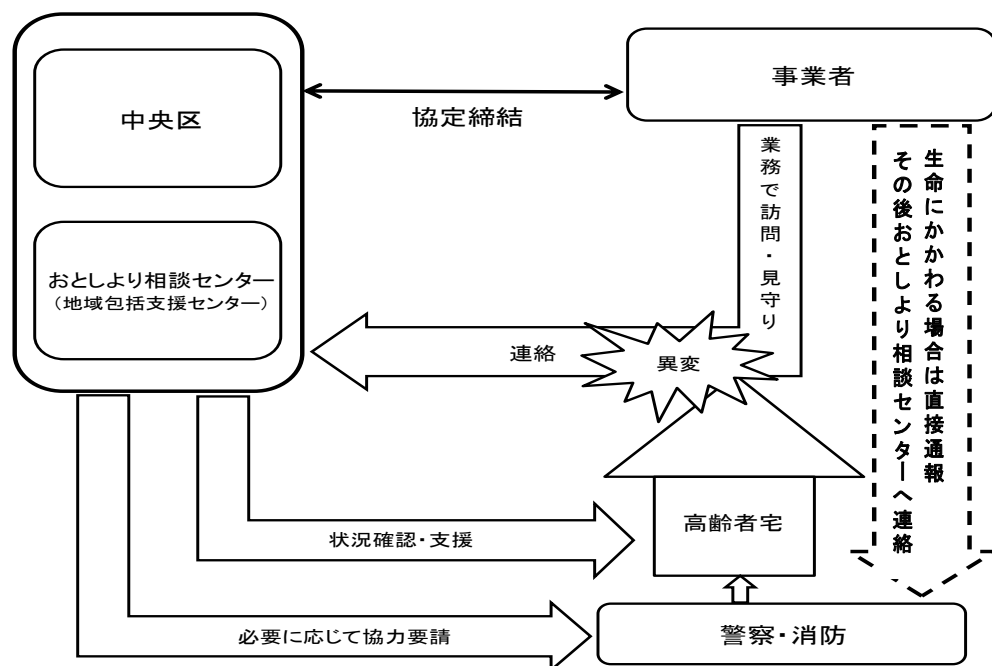
特別な作業は一切ありません。

通常業務の中で気づいた高齢者の異変を、お近くの「おとしより相談センター」へご連絡いただくだけです。連絡を受けたおとしより相談センターは、状況を確認し、必要に応じて支援をしていきます。



見守りキャラクター
マモちゃん

【協力事業者による高齢者見守り活動の運用の流れ】



あなたの“いつもの仕事”
が地域の安心を支えます。

▼例えば、こんな時にご連絡をお願いします。

- ・ 何度訪問しても応答がない
- ・ 郵便物や新聞、宅食が数日分たまっている
- ・ いつもと様子が明らかに異なる
- ・ 体調不良が疑われる発言・態度が見られた

協定のお申込み、お問い合わせは下記担当係まで。ご連絡をお待ちしています！



中央区

中央区福祉保健部高齢者福祉課高齢者福祉係

TEL (3546) 5354 FAX (3248) 1322

Mail kofuku_O1@city.chuo.lg.jp

ともに築く、安心のまち中央区。見守り活動にご協力を。

「高齢者の見守り活動に関する協定書」締結事業者一覧

令和7年4月1日現在

	事業者名	業種	締結日
1	ヤマト運輸株式会社 東東京主管支店	宅配業	平成27年5月25日
2	アルフレッサ株式会社 千代田・中央支店	医薬品卸売業	平成27年12月11日
3	生活協同組合 パルシステム東京江東センター	生活協同組合	平成27年12月17日
4	布亀株式会社	配置薬・宅配事業	平成28年4月28日
5	日本郵便株式会社 銀座郵便局	郵便事業	平成28年9月1日
6	日本郵便株式会社 日本橋郵便局	郵便事業	平成28年9月1日
7	日本郵便株式会社 晴海郵便局	郵便事業	平成28年9月1日
8	東都生活協同組合	生活協同組合	平成29年2月17日
9	生活協同組合コープみらい	生活協同組合	平成29年2月24日
10	株式会社エコ配	宅配業	平成29年5月15日
11	東京都公衆浴場業生活衛生同業組合中央支部	公衆浴場業	平成29年7月12日
12	東京都理容生活衛生同業組合中央支部	理容業	平成29年11月16日
13	公益社団法人東京都日本柔道整復師会 千代田中央支部	柔道整復業	平成30年5月9日
14	三井住友海上あいおい生命保険株式会社	保険業	平成31年2月25日
15	三菱UFJ信託銀行株式会社 日本橋支店	金融業	令和元年6月21日
16	あいおいニッセイ同和損害保険株式会社 東京中央支店	保険業	令和元年10月29日
17	23区南生活クラブ生活協同組合	生活協同組合	令和元年12月9日
18	中央区新聞販売同業組合	新聞販売業	令和2年8月11日
19	東京都住宅供給公社	賃貸住宅事業	令和2年11月10日
20	城北信用金庫 中央支店	金融業	令和2年11月17日
21	東京ヤクルト販売株式会社	卸売業	令和3年6月21日
22	明治安田生命保険相互会社 丸の内支社	保険業	令和3年9月2日
23	第一生命保険株式会社 都心マーケット営業室	保険業	令和3年12月2日
24	佐川急便株式会社 東京営業所	宅配業	令和4年4月6日
25	西武信用金庫 日本橋支店	金融業	令和4年12月22日
26	ダイハツ東京販売株式会社	自動車販売業	令和5年3月29日
27	朝日信用金庫	金融業	令和5年5月8日
28	東京保健生活協同組合	生活協同組合	令和5年6月19日
29	ワタミ株式会社	宅食業	令和5年8月24日
30	株式会社シニアライフクリエイト	宅食業	令和5年10月25日

～誰でも歓迎、気軽に体験～

フレイル
予防フェア

令和8年1月29日(木)

午前11時～午後2時30分

(午後2時最終受付)

中央区役所8階大会議室

(中央区築地1-1-1)

入場
無料

参加賞あり

事前申込

講演会

午前11時～正午

今からできるフレイル予防の
たんぱく習慣
～料理で学ぶ“ちょい足しテク”～

講師:中央区介護保険課 管理栄養士

定員:50名(事前申込先着順)

申込:12月17日から開始

電話または申込フォーム
でお申し込みください。

お申し込みはこちら▶▶▶

フレイル予防応援キャラクター
粋なさつきちゃん「フレイルって何？」
「自分にはまだ関係ないかな」
という方こそ、この機会にフレイル
予防に取り組んでみませんか？
ご来場お待ちしております。事前申込
不要

体験会

午後0時30分～2時30分

測定コーナー

握力、5回立ち上がりテスト、滑舌チェック
でフレイルの兆候をその場でチェック

運動コーナー

タオルを使って自宅でできるフレイル
予防におすすめの簡単運動を体験
※動きやすい服装でご来場ください。

発見コーナー

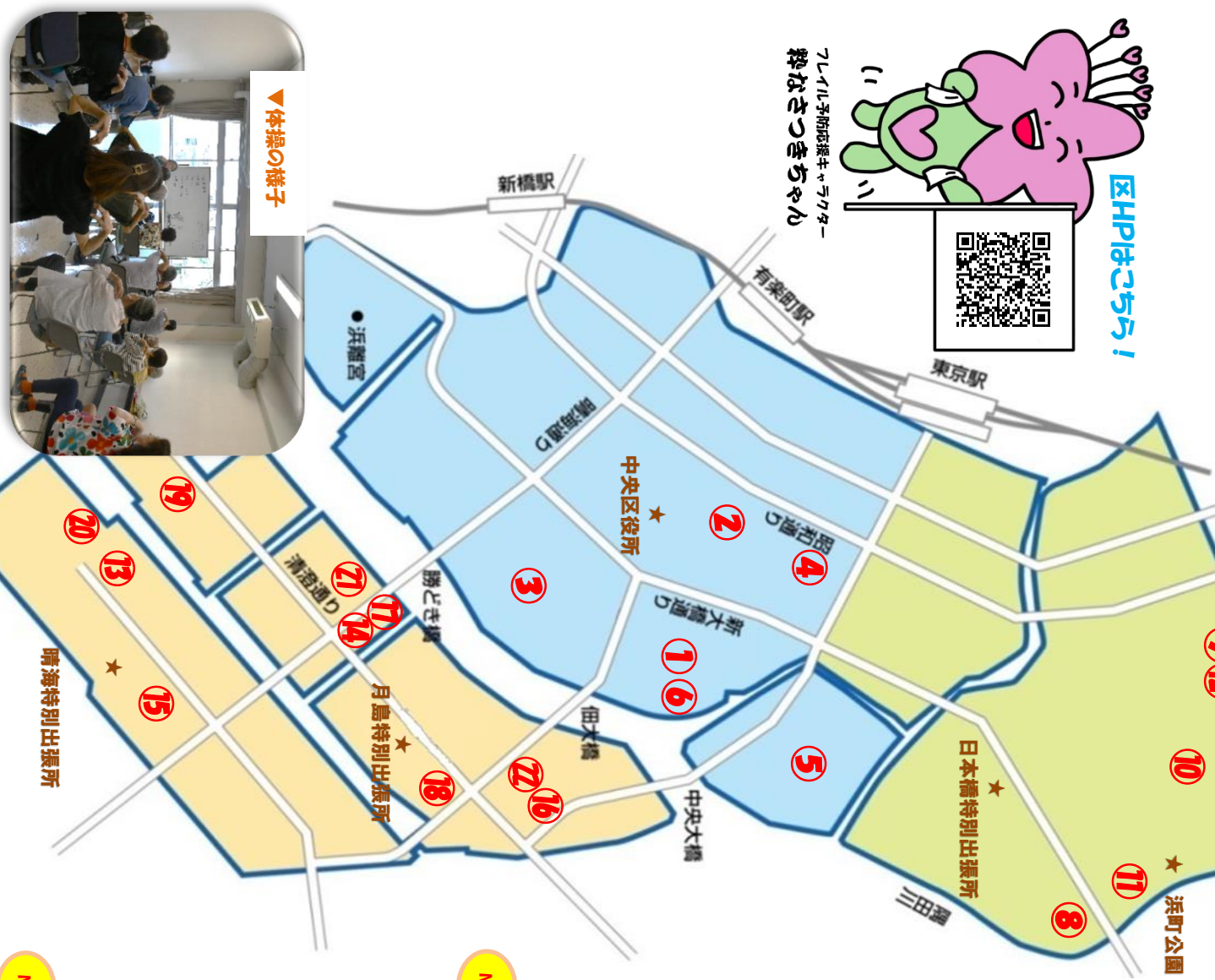
低栄養予防と口腔機能の維持に関する
展示、高齢者通いの場の紹介、フレイル
予防・介護予防に関する案内などいろ
んな情報の中からご自分に合った情報
を発見

5
区役所

中央区高齢者通いの場マップ

地域の方が運営する交流サロン「高齢者通いの場」が区内各地で開催されています。
おおむね65歳以上の方なら自由に参加できます。お気軽にご参加ください。（令和7年12月1日現在）

- 京橋地域（6か所）
- 日本橋地域（6か所）
- 月島地域（10か所）



京橋地域		会場	活動日時	活動内容
①	気まま広場	優つくり村中央 1階多目的室 (浅2-16-23)	第1・3金曜日 午後1時～2時	脳トレ、ストレッチ、日本舞踊の動きを使った体操
②	銀座ぶらっとサロン	京橋プラザ コミュニテイルーム (銀座1-25-3)	第1・3水曜日 午前10時30分～12時	ストレッチ、筋トレ、モルツク、ボール体操、エア縄跳び
③	築地集いの場	築地あかつき コミュニテイルーム (築地7-9-13)	第2・4水曜日 午前10時～11時30分	脳トレ、ボッチャ、筋トレ、ストレッチ、歌、手芸工作
④	八丁堀元気ひろば	京華スクエア 町会会議室 (八丁堀3-17-9)	第1・3火曜日 午後1時30分～3時30分	折り紙、脳トレ、笑いヨガ、モルツク
⑤	ふらっとルーム新川	新川区民館 1号室 (新川1-26-1)	毎週水曜日 午後1時30分～3時30分	ラジオ体操、ストレッチ、脳トレ、吹き矢、コーラス
⑥	湊カフェ	優つくり村中央 1階多目的室 (浅2-16-23)	第2・4木曜日 ①午前10時30分～12時30分 ②午後1時30分～3時30分	健康体操、脳トレ、モルツク、ボッチャ、歌
日本橋地域		会場	活動日時	活動内容
⑦	かけはしサロン	浜町コミュニケーションルーム (日本橋浜町1-2-3)	第2・4木曜日 午前10時30分～12時	フレイル予防・介護予防のための運動、栄養・社会参加・認知症予防のための講話
⑧	カラフル	はまるーむ (日本橋浜町3-40-3)	第2・3水曜日 午後2時～4時30分	ぬり絵、工作、歌体操、脳トレ、折り紙、ヨガ、季節の行事、ストレッチ、コーラス
⑨	Tokyo Rose	協働ステーション中央 (日本橋小伝馬町5-1 十思スクエア2階)	第2・4火曜日 午後2時～3時30分	モデルウォーキング、歌唱、おしゃべり講義、ダンス
⑩	日本橋サロン	久松町区民館 1・2号室 (日本橋久松町1-2)	第1・3金曜日（祝日を除く） 午後1時30分～3時30分	体操、脳トレ、手品、歌、ゲーム、レクリエーション、健康講座、朗読、参加者同士の交流
⑪	浜町カフェ	浜町メモリアル 4階 (日本橋浜町2-59-48)	第2・4木曜日 午後1時30分～4時	顔・体の体操、脳トレ、歌、健康講座、小物づくり
⑫	わくわくパーク十思	十思スクエア別館 小ホール (日本橋小伝馬町5-19)	毎週水曜日 午後2時～3時	脳トレ、口腔えん下体操、音読、歌唱、手足指の体操
月島地域		会場	活動日時	活動内容
NEW	⑬いごっか！晴海 粋いきひろば	晴海地域交流センターはるみらい 集会室5 (晴海5-2-3)	第2・4水曜日 午前9時30分～11時30分	脳トレ、脳トレ、季節の健康講座、参加者同士の交流
⑭	からだスマイル倶楽部	勝どきデイルーム (勝どき1-5-1)	第1・3月曜日 午後1時30分～2時45分	ヨガ、脳トレ、ストレッチ、ツボ押し、筋トレ、えん下レーニング
⑮	Campo 晴海シニアサロン	カンボレアル・ポर्ट 2階 (晴海4-6-5)	第1・3水曜日 ①午前10時～12時 ②午後12時30分～2時30分	健康麻雀、健康体操、菜園、ウォーキング ※予約が必要となる場合があります。
⑯	クレストシニアサロン (マリンコート住民のみ参加可)	ザ・クレスタタワー28階スカイラウンジ (佃2-11-6)	毎週木曜日（第5週を除く） 午前10時～12時	カーレット、体操
⑰	ステツアツククラブ	勝どきデイルーム (勝どき1-5-1)	第1・3水曜日 午前10時～11時30分	身体機能向上体操、脳トレ
⑱	月島交流カフェ	月島区民館 3号洋室 (月島2-8-11)	第1・3火曜日 午後1時30分～3時30分	体操、脳トレ、クイズ、歌、ゲーム、栄養講座、手品、折り紙
⑲	豊海いきいきクラブ	豊海区民館 3号室 (勝どき6-7-8)	第2・4火曜日 午後1時30分～4時	転倒予防体操、脳トレ、吹き矢、カーレット
NEW	⑳HF交流広場	晴海フラッグ サンビレッジC棟 オーブンダイニング	毎週木曜日 午前10時～12時	健康麻雀、体操

…中央粋なまちトレーニング実施団体

粋トシ（中央粋なまちトレーニング）は、転倒予防や認知機能の向上に効果が見込まれる中央区オリジナルの介護予防体操です。

動画はコチラ →

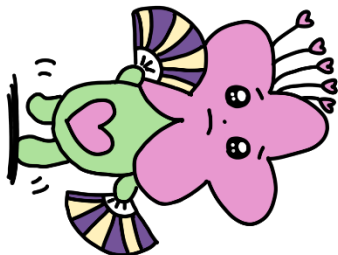
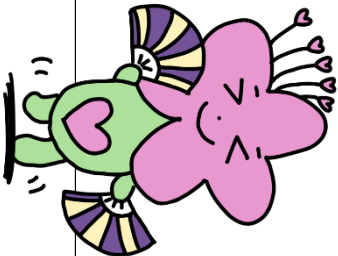
※会場、活動日、活動時間は、変更となる場合があります。

＜問い合わせ＞中央区 福祉保健部 介護保険課 高齢者健康支援係 電話：6264-7084

中央区高齢者通いの場開催カレンダー

(令和7年12月1日現在)

	月	火	水	木	金
第1週			① ステュアートクラズ 午前10時～11時30分 ⑤ Campo 晴海シニアサロン ①午前10時～12時②午後12時30分～2時30分 ② 銀座ぶらんどサロン 午前10時30分～12時 ③ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時	⑭ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
	⑭ からだスマイル倶楽部 午後1時30分～2時45分	④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	③ 築地集いの場 午前10時～11時30分 ⑦ おひたちクラズ 午前10時30分～11時30分 ⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	① 気まき広場 午後1時～2時 ⑩ 日本橋サロン 午後1時30分～3時30分
		⑭ 豊海いきいきクラズ 午後1時30分～4時 ⑨ Tokyo Rose 午後2時～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分 ⑬ いごっか！晴海 群いきひろば 午前9時30分～11時30分 ③ 築地集いの場 午前10時～11時30分 ⑦ おひたちクラズ 午前10時30分～11時30分 ⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
第2週			⑭ 豊海いきいきクラズ 午後1時30分～4時 ⑨ Tokyo Rose 午後2時～3時30分 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
		④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
第3週			④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
		④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
第4週			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
		④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
第5週			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
			⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分
		④ 八丁堀元気ひろば 午後1時30分～3時30分 ⑬ 月鳥交流カフェ 午後1時30分～3時30分	⑤ ふらっとルーム新川 午後1時30分～3時30分 ⑭ わくわくパーク十思 午後2時～3時 ⑧ カラフル 午後2時～4時30分	②⑩ HF交流広場 午前10時～12時 ⑬ クレスシニアサロン 午前10時～12時 ⑥ 滝カフェ ①午前10時30分～12時30分②午後1時30分～3時30分 ⑦ かけはしサロン 午前10時30分～12時 ⑪ 浜町カフェ 午後1時30分～4時 ⑫ HF交流広場 午前10時～12時	②⑩ ライオンスタア一月鳥サロン 午前9時30分～11時30分



▼健康講座の様子



※各通いの場で、区の保健師による健康講座及び相談、管理栄養士による栄養講座、
歯科衛生士による口腔講座を実施しております。ぜひご利用ください。
＜問い合わせ＞中央区 福祉保健部 介護保険課 高齢者健康支援係 電話：6264－7084

中央区認知症カフェ 実施状況

開催日時や活動内容など詳細は直接お問い合わせください。

名 称	実施主体	開催場所	電話番号	開催頻度
ゆっくりカフェ	奉優会 優っくり村中央湊 (社会福祉法人)	優っくり村中央湊 中央区湊2-16-23 パークシティ中央湊ザレジデンス	03-6280-4663	偶数月第2土曜日 (13:30~16:30)
明石町カフェ	京橋おとしより 相談センター	京橋おとしより相談センター 中央区明石町1-6 リハポート明石等複合施設1階	03-3545-1107	不定期開催
せいるか・ オレンジ・カフェ 本人・家族相談会 (同時開催)	聖路加国際病院 相談・支援センター	聖路加臨床学術センター 1階 るかなび 中央区築地3-6-2	03-5550-7031	偶数月第3木曜日 (13:30~15:00) ※相談会はカフェ 終了後開催
みんな de デイサービス	みんなde デイサービス 実行委員会	相生の里 中央区佃3-1-15	03-5548-2492 (SOMPOケアあいお いに繋がります)	不定期開催
行ってみようか 認知症カフェ	特定非営利活動法人 CIMネット	勝どきデイルーム 中央区勝どき1-5-1	03-6280-3811	第4日曜日 (14:00~16:00)
晴海苑 オレンジカフェ	トーリケアネット 晴海苑 (社会福祉法人)	高齢者総合福祉施設 晴海苑 中央区晴海1-1-26	03-3533-7148	不定期開催
認知症家族の 語りの場	家族中心 (市民活動団体)	高齢者総合福祉施設 晴海苑 中央区晴海1-1-26 オンライン同時開催	03-3533-7148 (晴海苑に繋がります)	奇数月第3日曜日 (13:30~15:00)
サロンはるみさん	サロンはるみさん 運営委員会	ベイシティ晴海スカイリンク タワー2階集会室 中央区晴海3-6-8	03-3531-1005 (月島おとしより相談セ ンターに繋がります)	第1金曜日 (13:30~15:00)

♪ 中央区の認知症カフェ ♪

① ゆっくりカフェ

第2土曜日
(偶数月)
13:30～
16:30



場所: 優つくり村中央湊(湊2-16-23
パークシティ中央湊ザレジデンス 1-4階)
☎ 03-6280-4663

⑤ 行ってみようか認知症カフェ

第4日曜日
14:00～
16:00



場所: 勝どきデイルーム(勝どき1-5-1)
☎ 03-6280-3811

② 明石町カフェ

不定期
開催



場所: 京橋おとしより相談センター
(明石町1-6 リハポート明石等複合施設1階)
☎ 03-3545-1107

⑥ 晴海苑オレンジカフェ

不定期
開催



場所: 高齢者総合福祉施設 晴海苑(1階)
(晴海1-1-26)
☎ 03-3533-7148

③ せいるか・オレンジ・カフェ



場所: 聖路加臨床学術センター
1階るかなび(築地3-6-2)
☎ 03-5550-7031

第3木曜日
(偶数月)
13:30～
15:00

④ みんな de デイサービス

不定期
開催



場所: 相生の里(佃3-1-15)
☎ 03-5548-2492
(SOMPOケアあいおいに繋がります)

⑧ サロンはるみさん

第1金曜日
13:30～
15:00



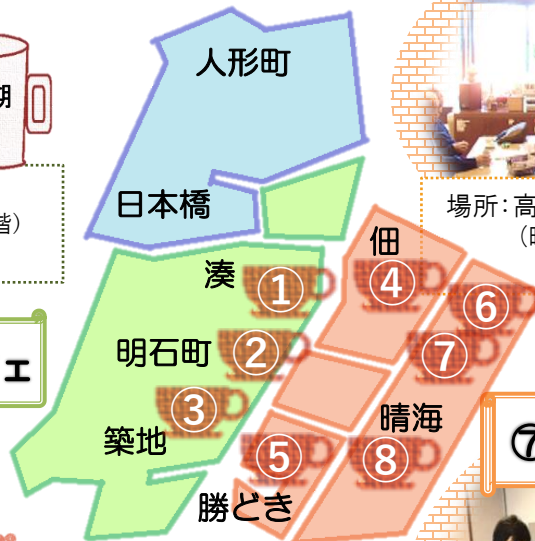
場所: ベイシティ晴海スカイリンクタワー(晴海3-6-8
2階集会室) ☎ 03-3531-1005
(月島おとしより相談センターに繋がります)

⑦ 認知症家族の語りの場

第3日曜日
(奇数月)
13:30～
15:00



場所: 晴海苑、Zoom(オンライン開催)
☎ 03-3533-7148
(晴海苑に繋がります)



開催日時や活動内容など詳細は直接お問い合わせください。

料金後納
郵便

検診に関する大切なお知らせです

介護保険課から
オレンジ色の封筒が
届いていませんか？

(7月25日発送)



受診期間

令和8年 **1/31** (土) まで

検診予約は
お早めに!!



中央区

検診の流れ

STEP
1

チェックリストの実施



STEP
2

医療機関に電話等で予約



STEP
3

受診票に必要事項を記入



STEP
4

検診を受ける



問い合わせ先

〒104-8404 東京都中央区築地 1-1-1
中央区役所 介護保険課地域支援係
電話 03-3546-5649・5381

※既に予約・受診がお済みで、行き違いの場合はご容赦ください。

令和7年度開始! × 65歳・70歳・75歳の方限定

もの忘れ予防検診

もの忘れ予防検診とは…

医療機関で認知機能検査を行い、認知症の疑いを
判定する検診です。

早く気づくことのメリット

- Q 今後の生活の準備ができる
- Q 治る認知症や一時的な症状の場合がある
- Q 進行を遅らせることが可能な場合がある

受診票の再発行について



▲申請フォームは
こちら

検診案内を紛失した場合や、令和7年6月1日
以降に転入した場合は、再発行が可能です。
裏面問い合わせ先にご連絡いただくか、左の申
請フォームよりお手続きをお願いいたします。
再発行のお手続きは令和8年1月9日まで

認知症の気づきと備えの第一歩に
検診の受診をご検討ください



検診をおすすめするPOINT

1 検診費用無料

※精密検査や検診内容以外の検査は受診者負担

2 痛みを伴う検査なし

※採血やCT・MRI 検査はありません



3 土曜日対応可能な 医療機関複数あり

※検診案内に同封の実施医療機関名簿をご確
認ください

4 節目の年齢にチェック

※令和8年3月31日時点で65歳・70歳・75歳の
方が対象



生活支援コーディネーターによる取り組みについて(令和 7 年 11 月末現在)

中央区社会福祉協議会 地域ささえあい課には、年齢や対象を問わず困りごとの相談をお受けする地域福祉コーディネーターと、高齢者の介護予防や孤立防止の支援を行う生活支援コーディネーターが配置されており、一体となって支援を行っています。

1 個別支援（生活支援コーディネーター 支援回数・上位 5 ケース）

	主な相談内容	支援回数
1	生活環境改善・生活困窮・家族、親族関係	82
2	独居・生活環境改善・生活困窮・孤立・ひきこもり	72
3	独居・金銭管理・保健医療	57
4	生活環境改善・精神障害・生活困窮	17
5	生活環境改善	16
参考	ささえあい課支援回数 37 ケース 995 回 うち生活支援コーディネーター支援回数 19 ケース 334 回	

2 地域支援

(1) 地域活動に対する支援（生活支援コーディネーター 支援回数・上位 5 ケース）

	主な相談内容	支援回数
1	高齢者の交流と仲間づくりを目的としたサロン活動	92
2	みんなの食堂 A の開催	84
3	みんなの食堂 B の開催	61
4	中央区主任ケアマネと連携して取り組む事業	56
5	高齢者同士の交流の場の開催	45
参考	ささえあい課支援回数 55 ケース 1,147 回 うち生活支援コーディネーター支援回数 34 ケース 773 回	

(2) 京橋地域における地域支援の取り組み

① 築地交流スペース「ツキチカ！」の運営（令和6年7月オープン）

区役所地下1階に「ツキチカ！」を開設し、地域の居場所や多世代交流の場、身近な地域福祉活動に参加できるようサポートしています。

＜令和7年度実績＞

活動団体数 4団体 活動回数 27回
(うち、高齢者関係 3団体 活動回数 18回)

② おとなりカフェ・ちょこっと相談会の開催

「ツキチカ！」ではコミュニティカフェの実施と生活の困りごとをお聞きするちょこっと相談会を月2回実施。「聖路加健康ナビスポット：るかなび」では場所をお借りし、ちょこっと相談会を実施（令和8年1月～は工事のため休止）。

	開催回数	来場者数	相談件数 (うち、高齢者関係)
令和6年度	38	161	33 (11)
令和7年度	24	114	26 (14)

(3) 日本橋地域における地域支援の取り組み

① 多世代交流スペース「はまるーむ」の運営

職員が常駐し、アウトリーチの拠点として運営。

(開所日：毎週月・木・金曜日、第1・3日曜日、第2・4土曜日)

地域の居場所づくりの一環として、福祉に関する講座や多世代交流を目的としたイベントを開催しているほか、住民主体の地域活動をサポートしています。

＜令和7年度実績＞

活動団体数 7団体 活動回数 73回
(うち、高齢者関係 4団体 活動回数 41回)

② おとなりカフェ・ちょこっと相談会の開催

毎週木曜日と第1・3日曜日に、はまるーむでコミュニティカフェと生活の困りごとの相談会を実施。このうち月1回は、高年齢者無料職業紹介所「シルバーワーク中央」の職員による高齢者の就業相談日を設けています。

	開催回数	来場者数	相談件数（うち、高齢者関係）
令和 6 年度	71	915	101 (72)
令和 7 年度	50	606	84 (52)

（４）月島地域における地域支援の取り組み

①勝どきデイルームの運営

勝どき区民館・敬老館に併設された「勝どきデイルーム」を、多世代交流や地域活動の場として活用し、住民主体の地域活動をサポートしています。

<令和 7 年度実績>

活動団体数 20 団体 活動回数 168 回
（うち、高齢者関係 11 団体 活動回数 102 回）

③ おとなりカフェ・ちょこっと相談会の開催

第 2・4 火曜の月 2 回、勝どきデイルームでコミュニティカフェと生活の困りごとの相談会を実施しています。このうち月 1 回は、高年齢者無料職業紹介所「シルバーワーク中央」の職員による高齢者の就業相談日を設けています。

	開催回数	来場者数	相談件数（うち、高齢者関係）
令和 6 年度	43※1	529	91 (72)
令和 7 年度	23※2	296	74 (54)

※1 勝どきデイルーム休室中の R7.1 月～3 月は別会場で計 5 回実施

※2 6 月までは月 4 回実施

3 高齢者の ICT 活用に向けた取り組み

① 「スマホちょこっと相談会」等の実施・従事

多世代交流スペース「はまるーむ」、勝どきデイルームにて「スマホちょこっと相談会」を、各々月 2 回実施しています。

その他、いきいき桜川の「スマートフォンちょこっと交流会」、いきいき浜町の「スマホちょこっと体験会」に各々月 2 回従事しています。

「スマホちょこっと相談会」等には「スマホささえ隊」がボランティアとして活動しています。

また、月島二層協議体が実施した「集まれ！スマホまつり@コーシャタワー佃」に、4名のスマホささえ隊がボランティアとして参加しました。

＜参加者数＞

令和6年度	延 337 名
-------	---------

令和7年度	延 221 名
-------	---------

② 「スマホささえ隊」の養成

高齢者のデジタル格差を解消するため高齢者にスマートフォンの機能や操作を教えるための地域のボランティアを養成しました。

これまでに 77 名のスマホささえ隊を養成しています。

支えあいのまちづくり協議体（第2層協議体）実施報告

中央区に住む方・働く方ができる支えあいの形について、身近な地域で話し合う「支えあいのまちづくり協議体（第2層協議体）」を、京橋・日本橋・月島地域で開催しました。

1 実施日

京橋地域 令和7年10月7日（火）

日本橋地域 令和7年8月5日（火）、12月2日（火）

月島地域 令和7年8月28日（木）、11月28日（金）

2 出席者

日頃高齢者と関わる機会の多い地域住民、関係機関、生活支援コーディネーター

3 内容

- ・出席者近況報告
- ・前回の振り返り、地域支えあいづくり協議体（第1層協議体）の報告、支えあいのまちづくり協議体情報交換会の報告
- ・意見交換

4 意見交換の要旨

■ 京橋地域

これまでの検討内容：引き続き高齢者の課題発見の場として「ゆるっとつながるサロン」を開催。本サロンの振り返りと継続について検討。

◇ 10月7日：「ゆるっとつながるサロン」（8/8）の振り返り、「ゆるっとつながるサロン」の継続とテーマ設定、次回協議体について

項目	内容
イベントの振り返りについて	<p>イベントに従事した所感をメンバー間で共有。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・来場者は21名ほどいたが親子連れが目立ちうまく高齢者の来場につながっていない→そもそも本協議体は高齢者を対象にしているため、高齢者が集まれる居場所でないといけない ・継続して開催することが大切 ・ボッチャなどは高齢者と親子などの多世代交流にもつながっていたため継続も検討
イベントの継続とテーマ設定について	<ul style="list-style-type: none"> ・サロンの継続はメンバーの総意となり決定 ・高齢者が来られるような仕掛けが必要 ・ボッチャは継続してブースを用意するのもよい ・サロンのテーマ設定が大切。テーマ案の候補として次のもの挙がる。音楽、将棋、ゲーム、めんこ、ベーゴマ、のど自慢大会大会、スマホ、食（ちょい足しレシピ）、コーヒーの淹れ方出前講座、スマホで写真、ボランティアの得意なこと

次回協議体について	<p>今後の協議体の取り組みについて検討。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゆるっとつながるサロンを継続するうえで、より多くの高齢者の参加を促すにはテーマ設定が大切ということが総意として挙がる。「ゆるっとつながるサロン」の今後のテーマについてドラフト会議を実施予定。 <p>→年間でテーマ設定し、広報紙「きらきらいふ」に掲載する予定。</p>
-----------	--

■ 日本橋地域

これまでの検討内容：完成した「歩いてつながる 浜町エリアマップ」を地域住民に周知するため、マップを活用したイベントを開催。今後の協議体の方針や活動内容を検討。

◇ 8月5日：「おいしく健康！食べながら学べる簡単レシピ」（7/15）の振り返りと今後の活動について

項目	内容
イベントの振り返り	<p>イベントの結果報告と次回以降の活動に向けた振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・当日の役割分担や話しやすい雰囲気づくりなどを詰めた方が良かった ・広報はなるべく早めに配架し、開催時間は 1.5 時間ほどが良い
今後の活動内容についての意見出し	<ul style="list-style-type: none"> ・ターゲット層を変えてイベントをシリーズ化する ・他地域でのマップを活用したイベントの開催 ・継続的な広報の発行やイベントの企画

◇ 12月2日：今後の活動について

項目	内容
今後の活動と協議体の方針について協議	<ul style="list-style-type: none"> ・「歩いてつながる 浜町エリアマップ」を活用し、浜町周辺の古今の街並みに関する上映会を行うイベントを開催することとした ・他区の事例などを参考にするか検討する ・地域課題の再選定が必要なのではないか

■ 月島地域

これまでの検討内容：孤立しがちな高齢者が ICT 利用を通じてつながれるよう「集まれ！スマサボまつり」を実施。街開きした晴海地区のマップづくりを通じて社会資源を把握。

◇ 8月28日：「集まれ！スマサボまつり」（9/10）、「晴海まち歩きマップ」について

項目	内容
イベントの開催、企画内容について	<ul style="list-style-type: none"> ・会場のセッティングや誘導、当日の流れ（講演会・寄席→相談会）、役割分担 ・チラシ配架先について。当該マンションに限らず、佃リバーシティ全域、シニアセンター、おとしより相談センターにも配架のほか、ほがらかサロンで配布 ・作成資料等について（質問聞き取りシート、スマホ相談先リスト）。
晴海まち歩きマップについて	<ul style="list-style-type: none"> ・分担地域について各自発表 ・歩くうえでの注意ポイント（日陰、風、自転車の往来など）の洗い出し ・施設の種類ごとに色を変えて視認性を高める

◇ 11月28日：「集まれ！スマサボまつり」の振り返り、「晴海まち歩きマップ」について

項目	内容
イベントの振り返りについて	<p>イベントの結果報告と次回以降の活動に向けた振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ・周知はしたが、必要な人に届いていないのか参加者数が少なかった。 ・参加者増に向けた課題整理（開催曜日、時間帯、周知方法、マンション単位） ・次回は防災をテーマに消防署等との連携を検討する
晴海地区のまち歩きマップ作成について	<ul style="list-style-type: none"> ・作成ツール、サイズ、デザイン・レイアウト案、折り方、印刷部数の検討 ・配架先や地図掲載の可否について、交渉が必要 ・完成時期、利用方法、活用イベントについての検討 ・解説文の担当分けと作成作業日の設定（12/19 金）

5 今後の流れ

各地域の取り組み内容に基づき協議を進めていく。

【京橋地域】1月21日（水）に開催予定。

【日本橋地域】2月24日（火）に開催予定。

【月島地域】2月27日（金）に開催予定。

■ 支えあいのまちづくり協議体情報交換会

◇ 11月5日：各地域でのこれまでの取り組みの共有と意見交換

- ・各地域のリーダー、サブリーダーとメンバー1名の計7名が参加。
- ・各地域の取り組みについて社協の生活支援コーディネーターから報告。
- ・3班に分かれ、社会資源、情報発信、高齢者の居場所について意見交換を行い、下記のような意見が挙がった。
- ・高齢者に情報を届けるには、紙媒体（広報紙、エリアマップ）や地域掲示板、集合ポスターの活用が有効。
- ・イベントやサロンの広報に時間を割けなかった反省あり。町会や民生委員、関係機関への早期協力依頼や、チラシ配架場所の検討が必要。
- ・高齢者（特に男性）が興味を持つテーマ設定が外出促進の鍵。運動系や栄養系のテーマは比較的好評。
- ・高齢者の居場所に関する課題。午前中は病院通いが多く、サロン参加者が少ない。
- ・中央区は高齢者向け活動が多く、飽和状態との意見あり → 独自性のあるプログラムが必要。
- ・デイサービス閉所により外出機会が減少 → 単発イベントを定期開催し、外出機会を創出。
- ・認知症や合理的配慮が必要な参加者へのサポート・安全確保が難しい。
- ・「一人ひとりに合った居場所づくり」が重要という点でメンバーの意見一致。

支えあいのまちづくり協議体(京橋地域)
「ゆるっとつながるサロン (8/8)」
実施報告書

1. イベント概要

支えあいのまちづくり協議体(京橋地域)において、前回から継続して「第2回ゆるっとつながるサロン」を開催。テーマは「高齢者の課題発見」。前回と同様に相談コーナーで課題発見の機能を残しつつ、子供から高齢者まで気軽に交流できる機会とする。

2. 日時

令和7年8月8日(金) 10:00~11:30

3. 会場

築地交流スペース ツキチカ！

4. 参加者数

参加者 21名

(スタッフ)

見学・協力 1名(うさぎの会・傾聴ボランティア)

支えあいのまちづくり協議体メンバー 6名

生活支援コーディネーター3名

5. 周知

京橋おとしより相談センター(出前講座)、マイホーム新川、聖路加国際病院、湊力フェ、民協、民生委員グループライン、支えあいのまちづくり協議体メンバーや民生委員から案内。

6. イベント内容

- ・おしゃべりコーナー(100円で飲み放題のおとなりカフェとコラボ)
- ・夏遊びコーナー(けん玉・コマ・お手玉・将棋・ポッチャ)
- ・介護・医療相談コーナー

7. 当日写真



支えあいのまちづくり協議体(日本橋地域)

「おいしく健康！食べながら学べる簡単レシピ」

実施報告書

1. イベント概要

支えあいのまちづくり協議体(日本橋地域)において、「ひとり暮らし高齢者のつながりづくり」をテーマに、浜町エリアの社会資源をまとめた「歩いてつながる 浜町エリアマップ」を作成した。本マップの周知及び、ひとり暮らし高齢者のつながり作りを目的として、高齢者の「食」をテーマに管理栄養士による講座及び調理を行うイベントを開催した。

2. 日時

令和7年7月15日(火) 14:30～16:30

3. 会場

多世代交流スペース はまる一む

4. 講師

社会福祉法人 長岡社会福祉協会 管理栄養士 結城明美氏

5. 参加者数

参加者 9名(2名欠席)

(スタッフ)

講師・アシスタント 2名

見学・協力 2名(主任ケアマネ・民生児童委員)

支えあいのまちづくり協議体メンバー 6名

生活支援コーディネーター3名

6. 周知

日本橋/人形町おとしより相談センター、浜町敬老館、近隣郵便局、日本橋図書館、日本橋社会教育会館、はまる一む、総合スポーツセンターの他、支えあいのまちづくり協議体メンバーや民生委員から案内。

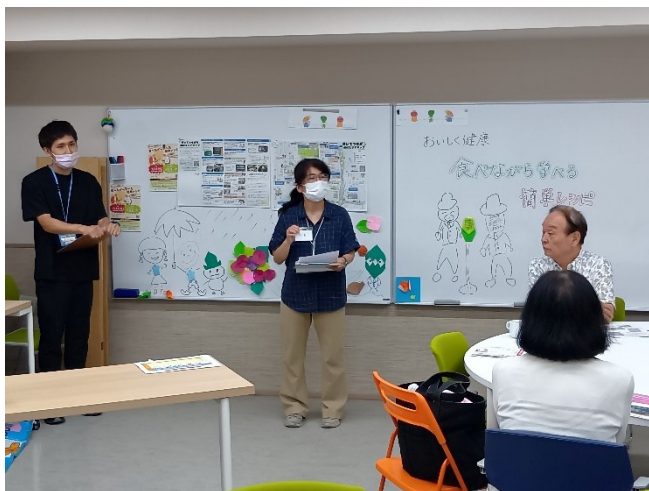
7. イベント内容

- ・協議体の紹介
- ・管理栄養士による栄養講座(講座・調理実演・試食)
- ・「歩いてつながる 浜町エリアマップ」の紹介

8. 参加者/スタッフアンケート集計結果

別紙参照

9. 当日写真



協議体の説明



栄養講座



調理



試食



浜町エリアマップの紹介



集合写真

「集まれ!スマサポまつり」実施報告書

1. 概要

高齢者の ICT を活用したつながり作りを目標に、スマートフォンの何でも相談会、中央区消費生活相談員による消費生活出前講座と寄席といったイベントを実施し、参加者誰もがステップアップすることを目指す。

第 3 回目となる今回はコーシャタワー佃とその周辺にお住まいの方を対象に実施した。

2. 日時

令和 7 年 9 月 10 日(月) 10:00~12:00

3. 会場

コーシャタワー佃集会所(コミュニティサロン)

4. 従事者数 計 24 名

協議体メンバー等	11 名
区民ボランティア	4 名
JKK 住まいるアシスタント	3 名
区消費生活センター	4 名
※その他、見学	2 名

5. 参加者数

7 名 (男性 4 名・女性 3 名)※会長含む

6. アンケート集計結果 (アンケート回収:4 名)

問1 お住まいはどちらですか？

・コーシャタワー佃(2 名) ・それ以外(2 名)(佃二丁目、相生の里)

問2 参加してみてどうでしたか？

・良かった(4 名) ・まあ良かった(0 名) ・良くなかった(0 名)

問3 現在、スマートフォンでどんな機能を使っていますか？(複数回答可)

・電話(3 名) ・メール(1 名) ・LINE(3 名) ・メッセージ(3 名)
・マップ(2 名) ・カメラ(3 名)

問4 消費生活出前講座・寄席のご感想がありましたらご記入ください。

・途中からですが明るい方達で良かったです
・楽しかった。スマホ相談良かった。

問 5 ご感想・ご意見がありましたらご記入ください。

・またやって下さい。

・今日参加してとても役にたち良かった。

7. 相談票集計結果（回答：6 名）

問 1 性別

・男性（3 名） ・女性（3 名）

問 2 年齢

・50～54 歳（0 名） ・55～59 歳（0 名） ・60～64 歳（1 名） ・65～69 歳（0 名）

・70～74 歳（1 名） ・75～79 歳（0 名） ・80～84 歳（1 名） ・85 歳～（3 名）

問 3 使用機種

・iPhone（2 名） ・Android（3 名） ・らくらくスマホ（1 名） ・ガラケー（0 名）

問 4 スマホ利用歴

・未使用（0 名） ・～半年（0 名） ・半年～1 年未満（0 名） ・1 年～2 年（2 名）

・2 年以上（4 名）

問 5 相談の内容（複数回答可）

・本体の使い方（3 名）

（1 台がウイルス感染したので 2 台目購入したが写真と SNS が移行されておらず教えてほしい・画面の消し方）

・LINE や SNS の使い方（3 名）

（写真が一定期間経過し消去されてしまうので保存方法・ブロックの仕方）

・電話やメールの使い方（2 名）

（連絡先の登録方法・履歴表示から連絡先表示にしたい）

・写真の撮り方・見方（0 名）

・検索の方法（地図・乗換など）（1 名）

・アプリの追加や削除（1 名）

（マルエツアプリの追加）

・わからない言葉を教えてほしい（0 名）

・その他（3 名）

（AppleID を忘れた、パスワードとの連携・操作音の消し方・PayPay の復旧の仕方・NTT 固定電話、Web 明細の請求書、明細書をアプリで見たい）

当日写真

