

中央区ボランティアセンター 登録ボランティア団体一覧 (令和8年4月1日現在)

団体名が**ピンク色**で塗られている所は団体のホームページにアクセスできます!



中央区社協
イメージキャラクター ニジノコ

※感染症等の影響を受け、活動休止や会員募集を一時停止するなど掲載内容に変更がある場合もございますので予めご了承ください。

※各団体に関するお問い合わせはリンク先またはボランティアセンターまでお願いします。

分野別	団体名	活動内容とメッセージ	会員募集	主な活動日時	主な活動場所
福祉	1 家で死ねるまちづくり「はじめての一步の会」	私たちは、「住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくり」を合言葉に、活動しているボランティア団体です。地域でサポートを必要とされている方へ、ちょっとした見守りや傾聴活動を行ったり、地域の交流拠点として「互いに語りあう会」等を定期的に開催しています。 聖路加国際大学と連携した協働活動も特徴で、学びや交流を通じて住民同士の温かいコミュニティを育てています。そのほか他団体との活動も積極的に実施中です。 年一回の会報で、私たちの活動や地域の情報をお届けしています。皆さんと語り合える日を楽しみにしています。	○ ※	定例会：毎月第2土曜10時～12時 企画会議(不定期)	聖路加国際大学内
	2 おさんぽ応援団	外出機会の少ない高齢者と外出することで季節を肌で感じ、心の活性化ができるよう外出の機会の提案や散歩等の支援をしています。また、高齢者やメンバーと活動することにより自分自身の心身の活性化にもつながっています。	○	お散歩:数回1回 「お花見散歩と音楽会」開催: 3月下旬～4月上旬	晴海トリトンスクエア周辺
	3 傾聴ボランティアグループうさぎの会	中央区内の高齢者施設に入所している方々に傾聴活動を実施しています。また「勝どきデイルーム」「はまる一む」「ツキチカ!」等の「おとなりカフェ」に参加しています。さらに、区民の方々へ傾聴ボランティア活動を理解してもらうための啓発活動を進めています。	○	高齢者施設:平日午後 おとなりカフェ:平日午後の開催日	高齢者施設(優つくり村中央湊、 ドーム月島駅前、グループホーム人形町) 勝どきデイルーム・はまる一む「おとなりカフェ」
	4 シニアとハンディの為のおしゃれを楽しむ会「シンデレラ」	高齢者デイサービス施設への慰問。介護服の作成と提案や、ダンスに眠っている着物をリフォームしファッションショーを行っています。 ※モデルさん募集しています。	○	不定期	シルヴァーウイング新とみ 中央区健康福祉まつり
	5 中央区手話サークル翼	楽しく手話の勉強をしたり、聞こえない方たちとの交流を行っています。より多くの人に手話の楽しさ、素晴らしさを伝えていきたいと思ひます。 ※中央区在住・在勤者で高校生以上	○ ※	毎週水曜10時30分～12時 毎週金曜18時30分～20時 第五週、祝日は休み	水曜日 中央区立福祉センター 金曜日 築地社会教育会館
	6 敬・サポート	読書に不自由がある方の読書環境をサポートするために、パソコンで文字を読むためのデータ作成を依頼に応じて自宅で作業しています。毎月2回、レインボーハウス明石でパソコン就労支援教室を開催しています。	○	テキストデータ作成:随時(各自自宅) レインボーハウス明石(パソコン教室):毎月第2・4木曜 その他:不定期	自宅、レインボーハウス明石
	7 スタンプの会	中央区社会福祉協議会ボランティアセンターに送られてきた使用済み切手の整理・分類を行っています。	○	毎週月曜(祝日除く) 10時～12時	中央区社会福祉協議会 3階会議室
	8 中央区更生保護女性会	区内では健康福祉まつりのバザー、折り紙教室、小学校登下校時のパトロール、高齢者施設での書道教室等の活動を行い、区外では更生保護施設での給食の提供活動を行っています。	○	通年	中央区内、区外
	9 中央区点字友の会	・点訳活動:雑誌のエッセイをはじめ、単行本やリーフレットなど視覚障害者の依頼に応じて点訳をしています。また、中央区社会福祉協議会の広報紙「中央区社協だより」の点字版も年5回発行しています。 ・福祉体験講座:区内の小中学校・高校や児童館などに行き、点字体験講座を行っています。また、夏休みの「イナっこ教室」や秋の「中央区健康福祉まつり」にも参加しています。	○	原則、毎月第1または第2水曜 14時～16時	中央区立福祉センター
	10 日本障害者ダンス推進会	障害者ダンス普及に貢献することを目的とし、様々な障害を持つ方々とダンスを通じて、ともに楽しい時間を共有し、手と手をつなぐ輪を広げる障害者ダンスの普及推進活動を行っています。	○	毎月第1土曜日 13時30分～15時30分 (変更あり 8月は休み)	中央区立福祉センター3階など
	11 ほがらかサロン京橋	独居高齢者や引きこもりがちな高齢者を対象に、体操・歌・散歩・創作活動などを行う、企画・運営スタッフを募集しています。 あわせて、昼食の提供を行う食事グループスタッフも募集しています。	○	毎月第3木曜 10時30分～14時	男女平等センターブーケ21
	12 ほがらかサロン月島		○	毎月第4木曜 //	月島社会教育会館
	13 ほがらかサロン佃		○	毎月第4木曜 //	シニアセンター 1階
	14 ほがらかサロン日本橋		○	毎月第2木曜 //	日本橋社会教育会館 B2
	15 朗読VGわかはや会	視覚障害者への対面朗読や、録音図書制作、高齢者施設での朗読奉仕、地元イベントでの朗読発表などを行っています。	○	定例会:毎月第2金曜日 毎月第4月曜日 その他:随時	福祉センター、男女平等センターブーケ21、本の森ちゅうおう、日本橋図書館
食事サービス	16 勝どき枝豆プロジェクト	地域の居場所としてコミュニティファーム活動や、みんなの食堂などの活動を通じて助け合いの社会をつくることを目的に活動しています。 ※活動時はマスク・エプロン・三角巾をお持ちください。	○ ※	①みんなの食堂:毎月第4土曜日 13時30分～19時 ②コミュニティファーム:随時	①勝どきデイルーム ②グロースリンクかちどき
	17 勝どきにここカレー食堂	第4木曜日はカレーの日! 様々な年代が集い、食事をともにするみんなの食堂です。タワーマンションが林立し、住民が急増するこの地域で、孤食になりがちな家庭の一助となるための活動です。美味しい食事が、明日の活力につながる事を信じて! 前向きな参加者をお待ちしております! ※お手伝いをする際には三角巾・エプロン着用	○ ※	第4木曜日 14時～19時 ※8月、12月を除く	勝どきデイルーム
	18 食事サービス かぼちゃの花	ほがらかサロン利用者の方々や、地域の高齢者の方々へ昼食を提供し、交流や安否の確認をしています。夏休みには「福祉・ボランティア体験イナっこ教室」に参加するボランティアを受け入れ、一緒にお弁当をつくって届けることで笑顔の交流をしています。 ※活動時はエプロン・三角巾を持参。 中央区日本橋在住で自転車利用可能な方。	○ ※	毎月第2、4木曜	日本橋社会教育会館
	19 ここにこ食堂	子ども食堂の活動を基本として、食育や地域交流を理念に活動しています。 第2木曜日は、忙しい家庭の子ども達にバランスの良い食事と共食の場を提供しています。 第3木曜日は弁当調理です。 ※お手伝いをする際には三角巾・エプロン着用の事。中央区在住・在勤が望ましい。	○ ※	第2・3木曜日 14時～	第2木曜日:シニアセンター2階 第3木曜日:キッズドア
	20 リラの花	京橋地区の70才以上の方に、旬の食材を摂り入れ昼食の提供をしています。 健康な心身は食事から!! ※エプロン・三角巾持参	○ ※	毎月第3木曜	男女平等センターブーケ21

分野別	団体名	活動内容とメッセージ	会員募集	主な活動日時	主な活動場所
健康	21 中央カーレットクラブ	カーレットの精神に則り、マナー・ルールを厳守しつつ、技術向上を目指して楽しく練習をしています。 また、体験会などでカーレットの普及を図っています。	○	月3回月曜 9～12時	シニアセンター
音楽・演芸	22 えごのき	高齢者福祉施設の入居者を対象に、懐かしい歌をピアノ・ギター・フルート・バイオリン・クラリネット・サキソフォンの生演奏に合わせて一緒に歌っています。	○	土曜日、日曜日 午後	ONODERAナッシングウイ京橋 グットタイムナッシングホーム・日本橋
	23 演芸ボランティアグループ中央美世の会	品、日舞、民謡、太極拳、唄(カラオケ)など演芸を通して福祉施設などでの交流や慰問活動を行っています。	○	月1回程度(不定期)	マイホームはるみ
	24 トルナーレライブクラブ	演奏や芸能披露を通じて、聴衆者に元気を与えます。演奏等の仲間を募集し、内容の充実を図り、聴衆を増やすことにより街ににぎわいを造り出します。出演演奏も承ります。	○	コンサート:毎月第4日曜 14時～16時 ピアノBGM:毎日	中央区日本橋浜町3-3-1-103 ドトールコーヒー日本橋浜町店
	25 浜町音頭保存会	健康福祉まつり、大江戸祭り、高齢者施設慰問、浜町音頭保存会盆踊、神田明神盆踊り出演依頼等に参加。 浜町音頭の継承につなげている。	○	【三味線と唄】月4回金曜日 19時～20時 【踊り】月4回金表日 19時～20時45分	中央区立総合スポーツセンター
環境・美化	26 SPOSSA(スポッサ)	スポーツ×環境保護の活動推進を目標とし、個人、家族、地域の方々とランニングやウォーキングなどのスポーツを楽しみながら、ゴミ拾いを行う活動などを中央区内で広げ、より多くの方に地球温暖化の環境問題を意識する為の糸口にしてもらう活動をしています。	○	随時 毎月第3土曜日 午前中	中央区内
	27 中央区環境保全ネットワーク	個人・団体・企業・行政とパートナーシップを取り、お互いに情報を交換しながら、中央区の環境保全活動をしています。 【実施イベント】子どもとためす環境まつり、浜離宮クリーンエイド、研修会 【参加イベント】エコまつり、ブーケ祭り、環境活動フェス、ecoワーク発表会	○	不定期	中央区内
生活・子育て	28 子育てリーダーCHUO	地域の子育てを応援することを目的に、子育てに関する講演会やイベント(子育てリフレッシュ等)を行っています。	○	毎月1回、イベント等	男女平等センターブーケ21ブーケ21、月島社会教育会館 その他、日本橋・築地
	29 こぼと会(こぼとおもちゃのとしょかん)	おもちゃ図書館の開館(管理・運営)とその準備、イベントの実施を行っています。	○	毎月第1・3日曜日 10時30分～14時開館	子ども発達支援センター3階
	30 中央おもちゃの病院	おもちゃの病院を定期的に開院(おもちゃの修理)しながら、各種イベントでの臨時開院も行っています。電気・機械系の技術者で、一緒に活動して下さる方を募集しています。	○	毎月第2・3日曜日 10時～15時	リサイクルハウスかざぐるま箱崎町
	31 中央区おもちゃドクターの会	おもちゃ病院を開いて、壊れたおもちゃの修理や、使わなくなったおもちゃを持参していただき、他のお子さんに使っていただく仲介とおもちゃの寄贈を行い、楽しくリユースをしていただく活動をしています。	○	毎月第3土曜日13時～16時 (会場都合で変更有)	築地社会教育会館 他
	32 りぷりんと・中央区	区内の小学校・幼稚園・保育園・児童館等を定期的に訪問し、子どもたちに良質な絵本の読み聞かせを通して、絵本の楽しさを伝えます。また、地域の人たち、子どもたちと世代間交流を図ることを目的として活動しています。 ※会員対象は養成講座修了者です。	○ ※	定例会毎月第3火曜日 (8月を除く)	区内小学校・幼稚園・保育園・児童館
動物	33 動物と暮らしやすいまちづくり会	中央区犬のしつけ方教室の運営、わんわんパトロール、保護猫活動、地域イベントへの協力等に会員の得意分野を生かしたボランティア活動をしています。区と連携して区民に向けた動物に関する相談支援体制の相談窓口になっています。	○	随時	中央区内
	34 ハッピーキャット	人と動物との調和のとれた社会を目指し、飼い主のいない猫の里親探し、外で暮らす猫の不妊・去勢手術の実施・保護。動物愛護の普及・啓発活動・保健所依頼の区民トラブルのアドバイスを行っています。「飼い主のいない猫の譲渡会」を定期開催しています。	○	随時	中央区内
国際交流	35 中央区女性海外研修者の会	男女共同参画の学び。国際的視野からとらえた「台所から世界が見える」を主催。ブーケ祭り等の地域イベントに参加協力。国際交流・文化の継承活動の学びと行動。 また、自己啓発のための様々な学びの課題を自主研修として続けています。	○	不定期	男女平等センターブーケ21
	36 ワンワールド・ワンピープル協会	スリランカの子どもとお母さんを応援。幼稚園、井戸、トイレ等の建設費を募り、ホームステイinスリランカでSDGsを体感する参加者と村が必要としている施設を作り、完成を喜び、笑顔を交わしています。 区や外務省主催イベントで紅茶やカレーなどを販売。食べるとチャリティになるレストランを毎月開店。難しい日本語をスリランカ学生が楽しく学び続けられるよう、月に1回、話し相手になる日本語ボランティアをしませんか?	○	①ワンワンCafe/日本語ボランティア活動紹介、ホームステイinスリランカ体験/スリランカ在住日本語学習者の話し相手を協働ステーション中央及びZoomで行います。 ②チャリティレストラン スリランカ料理で、幼稚園資金作り。料理ボランティア募集。	①協働ステーション&ZOOM ②澁谷農園『母屋』
教育・文化	37 自分結い大江戸和髪学会	和と輪を重んじる心を大切に、和髪と着物と盆踊りを通して、日本の文化を未来に、世界につなげる活動中!	○	毎月第2土曜 11時～16時	中央区内
	38 中央区区民メディアリポーターの会	区民の目線で、区民が求める地域情報を、地域のメディアを通じて映像作品として発信する活動をしています。制作した作品は東京ベイネットにて放送し、放映後はYouTubeにもアップロードしています。 ※所定の養成講座を修了し、中央区生涯学習サポーター登録をしたもの	○ ※	定例会 毎月第1水曜	本の森ちゅうおう 交流活動室
	39 中央区生涯学習コーディネーターの会	中央区民カレッジ区民企画講座および一般クインを対象とする講座の企画とその運営を行っています。※講習受講者	○ ※	通年	本の森ちゅうおう、社会教育会館等
	40 中央区文化財サポーター協会	中央区の歴史・文化・観光をご案内する中央区初の認定ボランティアガイドです。楽しく分かりやすく、名所・史跡・旧跡等魅力のコースをまち歩きます。	○	通年	中央区内
41 CoderDojo日本橋	7歳～17歳を対象にプログラミングを中心としたITスキルを学習するための場を提供しています。学校や塾とは異なり、こちらが教師となり生徒に教えるという形態は取りません。子どもたちは自主的、能動的に、自分でやりたいことを考え実行してもらいます。私たちは子どもたちから質問を受けたり、詰まってしまった場合に手助けをしています。 参加は無料で、PCも何台かレンタルしています。	○	隔月の土曜午前	中央区立産業会館や人形町区民館などの公共施設	

【お問合せ】 中央区社会福祉協議会 地域支援部ボランティアセンター (開所:平日9時～17時)

【住所】〒104-0032 東京都中央区八丁堀4-1-5

【電話】03-3206-0560 【FAX】03-3206-0601 【メール】vc@shakyo-chuo-city.jp

ちゅうおうボラネットとは・・・

中央区にこれからも住みやすい社会を目指して、助け合いや支え合いの地域の輪を広げるため、地域や地域福祉、ボランティアに関心がある方を対象に様々なテーマをもって、月1回交流サロンを実施、情報や意見交換をしています。「ボランティア連絡協議会」の愛称です。

