


ボランティア ガイドブック

令和5年6月発行版



社会福祉法人中央区社会福祉協議会
ボランティア・区民活動センター



【ガイドブックご利用にあたって】

このガイドブックは、本センターに登録しているボランティア団体・区内福祉施設・区内のボランティア活動について記したものです。問合せ先記載の団体は、各団体へ。問合せ記載のない団体は本センターへお問い合わせください。

※最新情報はお問い合わせください。

【目次】

分野	名称	頁	分野	名称	頁	
高齢	家で死ねるまちづくり「はじめの一歩の会」	1	健康・生活	シンプル生活を楽しむ会	7	
	おさんぽ応援団			中央カーレットクラブ		
	傾聴ボランティアグループ「うさぎの会」		音楽・演芸	えごのき		
	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」			演芸VG中央美世の会		
	ほがらかサロン			大正琴すみれ会		
	高齢者向け体操などボランティア			トルナーレライブクラブ		
障がい児・者	考える会プールサークル	2	動物	浜町音頭保存会	8	
	手話サークル「翼」			動物と暮らしやすいまちづくり会		
	障害者の読書環境を考える会		ハッピーキャット			
	中央区点字友の会		国際交流	中央区女性海外研修者の会		
	日本障害者ダンス推進会			中央区文化・国際交流振興協会(COIEA)		
	朗読 VG わかはや会			ワンワールド・ワンピープル協会		
	中央区かえで学級ボランティア		教育・文化	自分結い大江戸和髪学会		9
子ども	子育てリーダーCHUO	中央区区民メディアリポーターの会				
	こぼと会(こぼとおもちやのとしよかん)	中央区生涯学習コーディネーターの会				
	中央おもちゃの病院	中央区伝統文化塾—国際倶楽部—				
	中央区おもちゃドクターの会	中央区文化財サポーター協会				
	福祉教育サポーター VOLLO(ヴォロ)	中央区内施設等		グループホーム人形町	10	
	りぷりんと・中央区			ケアサポートセンター十思		
	認定 NPO 法人キッズドア			ケアサポートセンターつきしま		
	認定 NPO 法人ファミリーハウス			シルヴァーウイング新とみ		
	プレディサポーター		晴海苑			
福祉・医療	国立がん研究センター中央病院		日本橋高齢者在宅サービスセンター	11		
	スタンプの会		ポケット中央			
	中央区更生保護女性会	マイホーム新川				
食事	勝どき枝豆プロジェクト	5	マイホームはるみ	11		
	食事サービス かぼちゃの花		リバーサイドつつじ			
	食事サービス だいこんの花		レインボーハウス明石			
	にこにこ食堂		優つくり村中央湊			
	リラの花					
環境・美化	SPOSSA(スポッサ)	6				
	中央区環境保全ネットワーク					
	NPO 法人育てる芝生～イクシバ! プロジェクト					
	花壇ボランティア					
	まちかどクリーンデー					
花守さん						

《 高齢 》

団体名	家で死ねるまちづくり「はじめの一步の会」		
活動内容	“区民と共に安心して最後まで暮らせるまちづくり”を目指して、在宅の高齢者の方、お身体の不自由な方、独居の方等、お住まいに訪問して、見守り、傾聴、散歩、買い物等のお手伝いをしています。会員の研鑽の為に研修会、施設の見学、他団体との協働活動等、また一般の方を交えて「互いに語りあう会」を開催しています。語りあいと互いに学びの場にもなっています。この会は聖路加国際大学の支援で活動しています。会報年1回発行。		
主な活動日	毎月第2土曜日、企画会議(不定期)	主な活動場所	聖路加国際大学2号館
ホームページ等	http://www.alexgroup.com/ippo/index.html		

団体名	おさんぽ応援団		
活動内容	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。		
主な活動日	原則偶数月1回:グループホーム晴海苑の方との散歩と行事手伝い。 桜の咲く時期「お花見散歩と音楽会」を開催。	主な活動場所	晴海トリトンスクエア周辺

団体名	傾聴ボランティアグループ「うさぎの会」		
活動内容	中央区内の高齢者施設に入所している方々へ傾聴活動を実施しています。個人宅へ訪問して傾聴する活動も常時実施しています。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すすめています。		
主な活動日	随時	主な活動場所	相生の里、晴海苑、マイホーム新川、グループホーム人形町、ケアサポートセンター十思、障害者就労支援センター、個人宅への訪問傾聴活動 等

団体名	シニアとハンディの為にのオシャレを楽しむ会「シンデレラ」		
活動内容	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。		
主な活動日	不定期	主な活動場所	シルヴァーウイング新とみ、月島社会教育会館

団体名	ほがらかサロン(京橋・佃・日本橋・月島)			
活動内容	地域の一人暮らしや引きこもりがちな高齢者を対象に、食事ボランティアグループが作ってくれたお弁当と一緒に食べ、体操・歌・散歩・創作活動などを行い、交流を図っています。			
京橋	活動日時	毎月第3木曜 10時半～14時	活動場所	ブーケ21
佃		毎月第4木曜 10時半～14時		シニアセンター
日本橋		毎月第2木曜 10時半～14時		日本橋社会教育会館
月島		毎月第4木曜 10時半～14時		月島社会教育会館

団体名	高齢者向け体操などボランティア(区 高齢者福祉課)		
活動内容	さわやか体操リーダー	区が主催するマシントレーニング教室や、高齢者クラブなどで体操を指導するボランティア	
	元気応援サポーター	新たに体操サークルを立ち上げたり、高齢者通いの場(地域の交流サロン)などへ出張して気軽に取り組める体操や脳トレーニングなどを高齢者と一緒に行うボランティア	
対象	おおむね40歳以上で、高齢者向けの体操の指導などに興味のある区内在住者		
主な活動日	随時	主な活動場所	区内施設
問い合わせ	区 高齢者福祉課高齢者活動支援係	電話番号	03-3546-5716
※ボランティア活動希望の方は、育成講座を受講していただきます。詳しくはお問い合わせください。			

《 障がい児・者 》

団体名	考える会プールサークル		
活動内容	知的障害児・者の水泳活動の補助		
主な活動日	第 1・2・3 土曜 14 時～16 時(変更の場合有り)	主な活動場所	区内のプール

団体名	手話サークル「翼」		
活動内容	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。		
主な活動日	毎週水曜 10 時 30 分～12 時 00 分 毎週金曜 18 時 30 分～20 時 00 分	主な活動場所	水:福祉センター 金:築地社会教育会館

団体名	障害者の読書環境を考える会		
活動内容	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。		
主な活動日	第 2・4 木曜(レインボーハウスにて)、その他不定期	主な活動場所	自宅、 レインボーハウス明石
ホームページ等	http://kei-support.net/index.html		

団体名	中央区点字友の会		
活動内容	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しています。また、中央区社会福祉協議会の情報誌「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:中央区内の小中学校・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。		
主な活動日	月 1 回 水曜 14 時～16 時	主な活動場所	福祉センター

団体名	日本障害者ダンス推進会		
活動内容	障害者ダンス普及に貢献する事を目的とし、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。		
主な活動日	毎月第 1 土曜 14 時～16 時	主な活動場所	福祉センター3 階 等

団体名	朗読 VG わかはや会		
活動内容	視覚障害者への対面朗読や録音図書制作、高齢者施設訪問での朗読奉仕、地元イベントでの朗読発表などを行っています。		
主な活動日	毎月第 1 月曜日定例会、その他随時	主な活動場所	福祉センター、 京橋図書館 等

団体名	中央区かえで学級ボランティア (区 区民部文化・生涯学習課)		
活動内容	学級生の学習活動(15 歳以上の知的障害のある方の生涯学習)支援および講師の補助		
対 象	知的障害児・者に対する知識があり、意欲がある方。運動やレクリエーションで安全を考慮して学級生と共に動ける方 ※書類選考および面談があります。		
主な活動日	月 2 回程度(主に第 2・4 日曜日)年間 19 回のうち 宿泊 2 回の計 21 日開催予定	主な活動場所	主に銀座中学校、 築地社会教育会館
問い合わせ	区 区民部文化・生涯学習課生涯学習係	電話番号	03-3546-5524

《 子ども 》

団体名	子育てリーダーCHUO		
活動内容	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。		
主な活動日	毎月1回、イベント等	主な活動場所	日本橋・月島社会教育会館、ブーケ21、福祉センター

団体名	こばと会(こばとおもちゃのとしょかん)		
活動内容	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。		
主な活動日	毎月第1・3日曜 11時～14時開館	主な活動場所	子ども発達支援センター3階
ホームページ	https://kobatoomocha.jimdoofree.com/		

団体名	中央おもちゃの病院		
活動内容	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。		
主な活動日	毎週第2・3日曜 10時～15時	主な活動場所	リサイクルハウスかざぐるま箱崎町、シニアセンター

団体名	中央区おもちゃドクターの会		
活動内容	おもちゃ病院を開いて、壊れたおもちゃの修理と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。		
主な活動日	毎月第3土曜 13時～16時 (会場都合のため変更有)	主な活動場所	築地社会教育会館 他
ホームページ	https://chuokuomocha.jimdo.com 、 https://www.facebook.com		

団体名	福祉教育サポーター VOLO(ヴォロ)		
活動内容	子ども達が福祉に関心を持ち、福祉の理解を深めていくことを目的に、区内の小中学校、高校が取り組んでいることを支援するため、社会福祉協議会の福祉体験講座の講師ボランティアとして活動しています。内容としては「障害」の疑似体験(車いす体験・アイマスク体験)、高齢者疑似体験等です。		
主な活動日	随時	主な活動場所	中央区内

団体名	りぷりんと・中央区		
活動内容	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。		
主な活動日	定例会毎月第3火曜(8月除く)	主な活動場所	区内小学校・幼稚園・保育園・児童館

団体名	認定NPO法人キッズドア		
活動内容	学習支援ボランティア		
対象	小・中学生に勉強を教えたり、子どもとの時間を楽しみながら居場所づくりの支援をしたい方、大歓迎です。ボランティアの年代は、シニア、会社員、大学生の方まで様々です。(高校生以下の方は受け入れておりません)		
主な活動日	小学生対象: 火曜 16時～18時 中学生対象: 火曜・金曜 18時半～20時半	主な活動場所	月島近辺(詳細は参加決定後にお知らせします)
ホームページ	https://kidsdoor.net/ ※申込方法など詳しくは、ホームページをご覧ください。		
問い合わせ	認定NPO法人キッズドア	メール	chuo@kidsdoor.net

《子ども》

団体名	認定NPO法人ファミリーハウス		
活動内容	施設(ハウス)の清掃、消毒、備品補充、電化製品等の安全確認、「うさぎさんのおうち」施設内菜園の管理		
主な活動日	毎週水曜	主な活動場所	中央区勝どき・築地、「うさぎさんのおうち」 「かちどき橋のおうち」、「おさかなのおうち」
ホームページ等	https://www.familyhouse.or.jp/		
問い合わせ	認定特定非営利活動法人ファミリーハウス 担当:植田桃子		
電話番号	03-6206-8372	FAX	03-3256-8377
※ボランティア活動希望の方は、毎月2回行う説明会にご参加ください。(開催日時はホームページ参照) ※自宅のできるボランティア(ぞうきを縫って下さる方)も募集中。詳しくは、お問い合わせ下さい。			

団体名	令和5年度プレディサポーター(区 教育委員会事務局庶務課)		
活動内容	学校内で放課後などにプレディを利用する児童の安全確認 (一緒に遊んだり、教えたり、おしゃべりをしながら児童を見守る)		
対象	活動日時内で2時間程度の活動が可能な方 ※申込方法:希望するプレディに「サポーター登録申込書」を提出する。		
主な活動日	月～金曜日 午後3時～5時 夏・冬・春休みの月～金曜日 午前10時～午後5時 土曜日 午前10時～午後5時		
主な活動場所	区内プレディ設置校		
問い合わせ	区 教育委員会事務局庶務課プレディ事業係	電話番号	03-3546-5690

《福祉・医療》

団体名	国立がん研究センター中央病院		
活動内容	病院で図書の貸出や総合案内、小児とのふれあい等を行っています。		
主な活動日	平日	主な活動場所	国立がん研究センター中央病院

団体名	スタンプの会		
活動内容	ボランティア・区民活動センターに届いた使用済み切手の整理・分類を行っています。		
主な活動日	毎週月曜(祝日除く)10～12時	主な活動場所	中央区社会福祉協議会 3階会議室

団体名	中央区更生保護女性会		
活動内容	区内では児童館での折り紙教室、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。		
主な活動日	通年	主な活動場所	中央区内

《 食事 》

団体名	勝どき枝豆プロジェクト		
活動内容	地域の居場所としてコミュニティファーム活動や、子ども食堂・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。		
主な活動日	みんなの食堂：毎月第4土曜日 コミュニティファーム：不定期	主な活動場所	勝どきデイルーム グロースリンクかちどき
ホームページ	https://www.edamame.group/		

団体名	食事サービス かぼちゃの花		
活動内容	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「イナっこ教室」に参加するボランティアを受入れ、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。		
主な活動日	毎月第2・4木曜	主な活動場所	日本橋社会教育会館

団体名	食事サービス だいこんの花		
活動内容	高齢者に喜んでいただける、おいしい食事の提供をしています。		
主な活動日	月1回第4木曜日 9時～15時	主な活動場所	シニアセンター

団体名	にこにこ食堂		
活動内容	にこにこ食堂は子ども食堂の活動を基本とし食育や地域交流を理念に活動をしています。第2木曜は、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4木曜は、カレーの日！どなたでも参加できる「みんなの食堂」です。		
主な活動日と場所	毎週第2木曜 15時～19時 シニアセンター 毎週第4木曜 15時～19時 勝どきデイルーム ※いずれも8月を除く		

団体名	リラの花		
活動内容	地域の70歳以上の方に、旬の食材を摂り入れ昼食を提供しています。健康な心身は食事から！！		
主な活動日	毎月第3木曜	主な活動場所	ブーケ21

《 環境・美化 》

団体名	SPOSSA (スポッサ)		
活動内容	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ための糸口にしてもらう活動をしています。		
主な活動日	随時・毎月第3土曜日 午前中	主な活動場所	中央区内
ホームページ	https://spossa.org/		

団体名	中央区環境保全ネットワーク		
活動内容	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、浜離宮自然保護・観察、打ち水、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		
主な活動日	運営委員会月1回 その他不定期	主な活動場所	環境情報センター、ブーケ21 等
ホームページ	https://ckhnet.web.fc2.com/		

《環境・美化》

団体名	NPO法人 育てる芝生～イクシバ！プロジェクト		
活動内容	芝生を育てています。万年人手不足なので、いつでもご参加お待ちしております。地面を触って草の香りに気分はリフレッシュ！まちがいなし！！詳しくはブログでご確認ください。		
主な活動日	日曜等	主な活動場所	黎明橋公園等
ホームページ等	[ホームページ] https://ikushiba.com/ [ブログ] https://ikushiba.blog.fc2.com/		

団体名	花壇ボランティア（区 環境土木部水とみどりの課）		
活動内容	花や緑でつまれた美しいまち・清潔なまちの実現に向け、公園内や「花咲く街角」等の花壇で草花の植え付けなど、管理のお手伝い ※区の支援：草花や肥料などの提供・移植ゴテや軍手などの支給や保険の加入		
対象	区内在住・在勤で、年間を通じて草花の植え替え、手入れ、除草などの活動を実施していただける個人または団体		
主な活動日	随時	主な活動場所	区内の花咲く街角、公園、児童遊園、緑地帯等
問合せ	区 環境土木部水とみどりの課 課道路緑化施設係	電話番号	03-3546-5437

団体名	まちかどクリーンデー（区 環境土木部環境課）		
活動内容	ご自宅や事業所等の周辺清掃（清掃用具は各自ご用意ください）		
対象	区民、自治会、商店会、事業所の方々等、どなたでも参加できます。		
主な活動日	毎月10日 午前9時から30分程度 （都合が悪い場合は、他の日時でも構いません）	主な活動場所	区内
ホームページ等	https://www.city.chuo.lg.jp/index.html		
問合せ	区 環境土木部環境課	電話番号	03-6278-8243
※区のホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。			

団体名	花守さん（公益財団法人 東京都公園協会） （隅田川テラスの花壇・プランターのボランティア）		
活動内容	お花は、年に2回、春（5月頃）と秋（11月頃）に植え替えをして、草ぬき、水やり、花がらつみなどの日常管理を定期的に行っています。 ※花壇管理の道具は借りられるので個別に用意する必要はありません。		
主な活動日	随時	主な活動場所	隅田川テラス（隅田川沿いの遊歩道）
ホームページ等	https://www.tokyo-park.or.jp/mizube/ ※詳細はホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。		
問合せ	公益財団法人 東京都公園協会 公園事業部 公益事業推進課 水辺公益係		
電話番号	080-1177-2097[平日 9:00～17:00]	メール	mizube_koueki.sm@tokyo-park.or.jp

《 健康・生活 》

団体名	シンプル生活を楽しむ会		
活動内容	「元気に暮らす7つの生活習慣」が身につく術を勉強します。他にセミナー開催や恒例の手作り味噌づくりを行い、シンプル生活の輪を広げています。		
主な活動日	毎月1回、 第2・3水曜 14時～16時	主な活動場所	総合スポーツセンター会議室、日本橋社会教育会館

団体名	中央カーレットクラブ		
活動内容	カーレットを通じて、子どもから高齢者まで、共に地域交流を図り、健康的な地域環境を目指しています。また、体験会を開催しカーレットの普及を図っています。		
主な活動日	月3・4回月曜	主な活動場所	シニアセンター内
ホームページ等	https://peraichi.com/landing_pages/view/curlet		

《 音楽・演芸 》

団体名	えごのき		
活動内容	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・サクソフォンの生演奏に合わせて一緒に歌っています。		
主な活動日	毎月2～3回、午後	主な活動場所	マイホーム新川、ケアサポートセンター十思、ニチイホーム勝どき、未来邸日本橋等

団体名	演芸VG中央美世の会		
活動内容	手品、日舞、民踊、太極拳、唄(カラオケ)等の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。		
主な活動日	月1回程度不定期	主な活動場所	マイホームはるみ、区民館等

団体名	大正琴すみれ会		
活動内容	高齢者施設等を訪問し、大正琴の演奏で歌声広場(楽器指導も)として、利用者みなさまに楽しんでいただいています。		
主な活動日	随時	主な活動場所	シルヴァーウイング新とみ 等

団体名	トルナーレライブクラブ		
活動内容	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。出張演奏も承ります。		
主な活動日	毎月第4日曜 14時～16時	主な活動場所	トルコーヒー日本橋浜町店
ホームページ等	http://coffee.sun.bindcloud.jp/music.html		

団体名	浜町音頭保存会		
活動内容	高齢者施設等への慰問活動、健康福祉まつり、区内盆踊りのイベントや神田明神の盆踊りに参加しながら浜町音頭の継承をしています。		
主な活動日	【三味線と唄】月3回金曜 17時30分～18時30分 【踊り】月4回金曜 19時00分～20時45分	主な活動場所	総合スポーツセンター

《 動物 》

団体名	動物と暮らしやすいまちづくり会		
活動内容	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。		
主な活動日	常時	主な活動場所	中央区内
ホームページ	https://www.hcfa.jp/		

団体名	ハッピーキャット		
活動内容	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。		
主な活動日	常時	主な活動場所	中央区内

《 国際交流 》

団体名	中央区女性海外研修者の会		
活動内容	男女共同参画を国際的な視野からとらえた「台所から世界が見える」を主催。大江戸まつり、ブーケ祭り等地域のイベントに参加協力し、国際交流・文化継承活動を行っています。また、自己啓発のための課題を学ぶ自主研修を続けています。		
主な活動日	不定期	主な活動場所	ブーケ 21

団体名	中央区文化・国際交流振興協会（CCIEA）		
活動内容	地域の外国人との相互理解と友好親善のため、下記5種類のボランティアを随時募集しております。 A 通訳・翻訳ボランティア(区事業等での通訳など) B 防災語学ボランティア(区の総合防災訓練での通訳など) C イベントスタッフボランティア(各種交流事業の運営) D 日本語ボランティア(日本語教室指導員) E 国際交流サロンボランティア(国際交流サロンの運営) ※D および E のボランティアは登録前に講座やイベントへの参加が必要になります。		
主な活動日	随時	主な活動場所	区内施設など
ホームページ	https://www.chuo-ci.jp/		
問合せ	中央区文化・国際交流振興協会	住所	中央区新富町 1-13-24 新富分庁舎 3F
電話番号	03-3297-0251	FAX	03-3297-0251

団体名	ワンワールド・ワンピープル協会		
活動内容	スリランカの子どもとお母さんを応援。幼稚園、いのちの水プロジェクト、トイレ建設費、奨学金、野球道具の寄付を募り、スタディツアーでは村に泊まり、笑顔を交わし、必要な施設を村人と作っています。区や外務省主催のイベントに出展し紅茶やカレーを販売、美味しく食べてチャリティーになるチャリティーレストランは月一回開いています。		
主な活動日	① ワンワン Café(15～16 時半)・日本語会話ボランティア(16～17 時半)/第 3・4 週末 ZOOM&協働ステーション中央		
活動場所	② チャリティーレストラン(第 1 日曜日 9～14 時)/メサグランデ等		
ホームページ	http://www.owop.gr.jp/		

《教育・文化》

団体名	自分結い大江戸和髪学会		
活動内容	和髪と着物と盆踊りを通じて地域とのコミュニケーションを図るとともに、日本の伝統文化を未来へ継承していきます。		
主な活動日	毎月第2土曜 11時～20時半	主な活動場所	中央区内

団体名	中央区区民メディアリポーターの会		
活動内容	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。YouTubeにもアップロード。		
主な活動日	定例会毎月第3水曜	主な活動場所	築地社会教育会館
ホームページ	YouTube「中央区区民メディアリポーターの会」で検索		

団体名	中央区生涯学習コーディネーターの会		
活動内容	中央区民カレッジ区民企画講座および一般区民を対象とする講座の企画とその運営を行っています。		
主な活動日	通年	主な活動場所	築地・日本橋社会教育会館他

団体名	中央区伝統文化塾—国際倶楽部—		
活動内容	日本の伝統文化を通じて、区民の生活向上及び会員相互の親睦を図り、日本文化を伝承する活動を行っています。		
主な活動日	毎月第1日曜 13～16時	主な活動場所	いきいき桜川(桜川敬老館)、ブーケ21

団体名	中央区文化財サポーター協会		
活動内容	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します。		
主な活動日	通年	主な活動場所	中央区全域

《 中央区内施設 》

グループホーム人形町		
曜日等	時間	活動内容
	開始時期 未定	お散歩の付き添い、認知症の方への寄り添い、演芸・踊り等の披露、入居者様の衣類の繕い物、雑巾・足ふきマット等の繕い物

【問い合わせ】グループホーム人形町 担当：高橋
〒103-0013 中央区日本橋人形町 2-14-5 電話：6661-6500 F A X：6661-6501

ケアサポートセンター十思			
曜日等	時間	活動内容	活動場所
	日時はボランティアの都合に合わせて調整可	音楽・演芸等の披露 (感染状況により、中止の可能性あり)	地域密着型特別養護老人ホーム 小規模多機能型居宅介護

【問い合わせ】ケアサポートセンター十思 担当：今井
〒103-0001 中央区日本橋小伝馬町 5-19 十思スクエア別館
電話：6264-9981 F A X：6264-9982

ケアサポートセンターつきしま			
曜日等	時間	活動内容	活動場所
	開始時期 未定	クラブ活動（書道・手芸など）、レクリエーションの補助、演芸披露（ピアノの演奏等）、衣類の繕い物のお手伝い、ご入居者のお話の傾聴	地域密着型特別養護老人ホーム

【問い合わせ】ケアサポートセンターつきしま 担当：小岩・鈴木・山下
〒104-0052 中央区月島 1-5-2 キャピタルゲートプレイス ザ・モール 3・4 階
電話：6204-9905 F A X：6204-9906

シルヴァーウィング新とみ			
曜日等	時間	活動内容	活動場所
都合のよい曜日	10:00～12:00 または 13:30～15:30	室内レクリエーション（音楽活動、セラピー ドッグ、太鼓、体操等）のお手伝い	デイサービス センター
	都合のよい時間	趣味の披露（そろばん、手品、音楽、演芸等）	
		食事の配膳・下膳のお手伝い、掃除、洗濯、 利用者のお話し相手等	特別養護老人ホーム
第3、4日曜	16:00～19:00 ※ボランティア活動は 月1回でも可	近隣の小学生向けに開催する「そろばん教室と みんなで食事」の運営補助	テイルーム

【問い合わせ】特別養護老人ホーム・高齢者在宅サービスセンター シルヴァーウィング
〒104-0041 中央区新富 1-4-6 電話：3553-5228 F A X：3537-2555

晴海苑		
曜日等	時間	活動内容
都合のよい曜日	応相談	将棋、オセロのお相手、マーじゃん、ダンス、民謡・三味線・手品等の演芸披露、手芸・絵手紙・日本画・ペーパークラフト等の活動、華道・茶道等の活動、入居者のシーツ交換、床の掃除、特養利用者を対象とした書道など

【問い合わせ】高齢者総合福祉施設 晴海苑 担当：鈴木
〒104-0053 中央区晴海 1-1-26 電話：3533-7148 F A X：3533-7149

日本橋高齢者在宅サービスセンター

曜日等	時間	活動内容
月～土曜	13:45～14:30	囲碁・将棋・麻雀の相手、楽器の演奏、歌、民謡、手品、踊り、落語、絵手紙、ちぎり絵等 / アクリルたわし・雑巾・手作り小物等提供

【施設連絡先】〒103-0012 中央区日本橋堀留町 1-1-1

電話 3661-8452 FAX: 3661-8463

ポケット中央（精神障害者地域活動支援センター）

曜日等	時間	活動内容
開始時期 未定		プログラム実施のお手伝い等

【問い合わせ】ポケット中央（精神障害者地域活動支援センター）

〒104-0044 中央区明石町 12-1 中央区立福祉センター5階

電話: 3541-1021 FAX: 3541-1022

マイホーム新川

曜日等	時間	活動内容	活動場所
随時	10:00～16:00	車いす清掃等	特別養護老人ホーム

【問い合わせ】マイホーム新川

〒104-0033 中央区新川 2-27-3

電話: 3552-5670 FAX: 3552-5636

マイホームはるみ

曜日等	時間	活動内容	活動場所
月～日曜	11:30～12:30	昼食の準備、配膳・下膳等	デイサービス (1階)
随時	9:30～16:30	利用者のお話し相手・レクリエーション補助等	

【問い合わせ】マイホームはるみ 担当: 小宮・金子

〒104-0053 中央区晴海 1-5-1

電話: 3531-7635 FAX: 3531-7625

リバーサイドつつじ

曜日等	時間	活動内容
随時		軽作業の補助等

【問い合わせ】リバーサイドつつじ（就労継続支援B型事業） 担当: 近藤

〒104-0051 中央区佃 2-17-8 佃区民館 2階

電話: 6673-8081 FAX: 3533-4521

レインボーハウス明石

曜日等	時間	活動内容
月～金曜	10:00～16:00（応相談） ご自宅でのボランティア活動可	手芸品・創作品の仕上げ（機織布を使用したハンドメイド製品の裁縫、クラフト籠の作成、値札の裁断等）

【問い合わせ】レインボーハウス明石（知的障害者生活支援施設）

〒104-0044 中央区明石町 1-6 5階

電話: 6226-1099 FAX: 3546-9082

優っくり村中央湊

曜日等	時間	活動内容	活動場所
随時	9:00～17:00 （応相談）	余暇活動のお手伝い（外出、調理等）、フロアの清掃	小規模多機能型居宅介護（2階）
随時	9:00～17:00 （応相談）	余暇活動のお手伝い（外出、調理等）、利用者のお話し相手（傾聴）	グループホーム（3・4階）

【問い合わせ】優っくり村中央湊 担当: 市宮

〒104-0043 中央区湊 2-16-23 パークシティ中央湊ザレジデンス 2～4階

電話: 6280-4663 FAX: 6280-4631

ちゅうおうボラネット交流サロン

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、様々なテーマをもって、交流サロンを実施します。みんなで情報や意見交換をしていきます。地域や地域福祉、ボランティアに関心がある方、ぜひご参加ください。

◇日時：原則として毎月第1月曜日、午後2時～3時30分（予定）

◇会場：中央区社会福祉協議会 3階会議室



<ご注意下さい>

日時・会場の変更もありますので、ボランティア・区民活動センター（☎3206-0560）にて確認をお願いします。

社会福祉法人中央区社会福祉協議会のご案内



〒104-0032

東京都中央区八丁堀 4-1-5

TEL : 3206-0560

FAX : 3206-0601

メール : vc@shakyo-chuo-city.jp