

# 中央区ボランティア・区民活動センター 登録ボランティア団体一覧 (令和6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！  
**緑色**に塗られている所は団体のお問い合わせ先のメールアドレスのリンクを貼っています！



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・区民活動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 <a href="#">家で死ねるまちづくり「はじめの一歩の会」</a>	“区民と共に安心して最期まで暮らせるためのまちづくり”を目指して、在宅の高齢者の方、障がい者の方、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との協働で活動しています。会報年1回発行。	○	定例会：毎月第2土曜 互いに語り合う会： 第3土曜(6・10・2月)	聖路加国際大学2号館
	2 <a href="#">おさんぽ応援団</a>	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活性化にもつながっています。	○	お散歩：隔月平日午後 「お花見散歩と音楽会」開催： 3月下旬～4月上旬	晴海、月島近辺
	3 傾聴VGうさぎの会	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。	○	随時	はまる一む、勝どきデイルーム、区内高齢者施設 等
	4 <a href="#">国立がん研究センター中央病院</a>	病院で図書の出貸や外来案内、面会時間終了後の遊び相手として小児とのふれあい、情報プラザつきじの書籍の整理や片付け等を行っています。	○	移動図書：隔週水・木13時～15時 外来案内：平日9時～14時 小児ふれあい：平日19時～20時	国立がん研究センター中央病院
	5 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、タ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*	要相談	月末土曜14時半～15時	シルヴァーウイング新とみ
	6 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。	○	毎週水曜10時半～12時 毎週金曜18時半～20時	昼：福祉センター、 夜：築地社会教育会館
	7 <a href="#">敬・サポート(旧：障害者の読書環境を考える会)</a>	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をしています。毎月2回、レインボーハウス明石にてパソコン教室を開催しています。	○	テキストデータ作成：随時 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
	8 スタンプの会	ボランティア・区民活動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
	9 中央区更生保護女性会	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は区内、更生保護施設での給食の提供は区外で行っています。	○	通年	中央区内、区外
	10 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。夏休みの「イナこ教室」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水曜 14時～16時	福祉センター
	11 日本障害者ダンス推進会	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共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 14時～16時	福祉センター
	12 福祉教育サポーターVOLO(ヴォロ)	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。内容は車いす体験、アイマスク体験、高齢者疑似体験等です。	要相談	随時	中央区内
	13 ほがらかサロン京橋	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。	○	毎月第3木曜 10時30分～14時	男女平等センター
	14 ほがらかサロン月島		○	毎月第4木曜 //	月島社会教育会館
	15 ほがらかサロン佃		○	毎月第4木曜 //	シニアセンター
	16 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
	17 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。	○	定例会：毎月第2金曜、第4月曜 その他：随時	福祉センター、男女平等センター、本の森ちゅうおう、日本橋図書館 等
食事サービス	18 <a href="#">勝どき枝豆プロジェクト</a>	地域の居場所としての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を目的に活動しています。	○	①みんなの食堂：毎月第4土曜日 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
	19 食事サービス かぼちゃの花	ほがらかサロン利用者の方や、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。	要相談	毎月第2、4木曜 9時～13時	日本橋社会教育会館
	20 食事サービス だいこんの花	高齢者の方に喜んでいただける、おいしい食事の提供をしています。	×	毎月第4木曜 9時～15時	シニアセンター
	21 <a href="#">にこにこ食堂</a>	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。	○	①毎月第2木曜 14時～19時 ②毎月第4木曜 14時～19時 ※いずれも8月を除く	①シニアセンター ②勝どきデイルーム
	22 <a href="#">リラの花</a>	地域の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！！	○	毎月第3木曜	男女平等センター
健康	23 <a href="#">中央カーレットクラブ</a>	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。	○	月3回月曜 9～12時	シニアセンター
音楽・演芸	24 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・サクソフォンの生演奏に合わせて一緒に歌っています。	○	毎月2、3回 午後	マイホーム新川、いきいき馬喰町、ニチイホーム勝どき等
	25 演芸VG中央美世の会	手品、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、施設等
	26 大正琴 すみれ会	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。	○	毎月2回 会員練習 毎月1回 施設訪問	シルヴァーウイング 新とみ、シニアセンター等
	27 <a href="#">トルナーレライブクラブ</a>	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。	○	毎月第4日曜 14時～16時	ドートルコーヒー日本橋浜町店
	28 浜町音頭保存会	高齢者施設等への慰問活動、健康福祉まつり、中央区盆踊りのイベントに参加しながら、浜町音頭の継承をしています。	○	(三味線と唄) 月4回19時～20時(踊り) 月4回金曜19時～20時45分	浜町体育館
環境・美化	29 エコフレ月島	A. cafe サステナブル(地域コミュニティづくり ほぼ毎月第一木曜日) B. 持続可能な暮らしの発信活動(インスタ、LINEなど) C. 中央区内のゴミ拾い活動 D. 中央区内で不用品交換の場をつくる E. 地域のサステナブルなイベントやお店、サービスの紹介	○	月1回(ほぼ毎月第一木曜日)	勝どきデイルーム
	30 <a href="#">SPOSSA(スポッサ)</a>	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行っています。	○	随時 毎月第4土曜日 午前中	中央区内



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
環境・美化	31 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、プーケ祭り、環境活動フェス	○	運営委員会：月1回 その他：不定期	環境情報センター、男女平等センター等
	32 花の会	花壇の散水・除草・花がら除去や活動場所周辺の清掃(ゴミ拾い、落葉の清掃)を中心に活動しています。「お花が好きな方」、「私でもできるかな?」と思っておられる方はどうぞ花の会へ一度参加してみませんか。	○	4~10月 週5~6日 16時~17時30分 11~3月 週3~4日 15時~16時30分	隅田川テラスからはとば公園までの土手周辺
生活・子育て	33 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。	○	毎月第2木曜10時~12時、イベント等	男女平等センター、日本橋・月島社会教育会館等
	34 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 10時30分~14時	子ども発達支援センター3階
	35 シンプル生活を楽しむ会	SDGs精神で、不要品を生かして使いゴミの削減に貢献する。環境にやさしく、片付いた部屋で、快適な生活することを実現する勉強会。恒例の味噌づくりも実施する。	○	毎月第3水曜 11時30分~14時30分	総合スポーツセンター会議室 日本橋社会教育会館料理教室
	36 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日曜10時~15時 臨時に第3日曜10時~15時	リサイクルハウスかざぐるま箱崎町
	37 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行っています。	○	毎月第3土曜 13時~16時	築地社会教育会館等
	38 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ボランティア活動を行っています。	○	随時	中央区内
	39 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、飼い主のいない猫への里親探し、外で暮らす猫の不妊・去勢手術の実施、管理、子猫の保護をしています。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
40 りぷりんと・中央区	区内の小学校・幼稚園・保育園・児童館などを定期的に訪問し、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ています。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	○ ※	活動場所により異なる	区内小学校、区内幼稚園・保育園、児童館	
国際交流	41 中央区女性海外研修者の会	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、プーケ祭り等地域のイベントに参加協力し、国際交流・文化の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。	×	不定期	男女平等センター
	42 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、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。	○	①ワンワンcafé: 15時~16時半 日本語会話ボランティア: 第3・4週末16時~17時半 ②チャリティーレストラン: 第1日曜 9時~14時	①Zoom/協働ステーションなど中央区施設 ②メサグランデ
教育・文化	43 自分結い大江戸和髪学会	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。	○	毎月第2土曜 11時~16時	中央区内
	44 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。	要相談	定例会 毎月第1水曜	本の森ちゅうおう 交流活動室
	45 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。※講習受講者	○ ※	通年	本の森ちゅうおう 等
	46 中央区伝統文化塾 —国際倶楽部—	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、日本の文化を伝承する活動を行っています。	要相談	不定期	男女平等センター等
	47 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

【お問合せ】 中央区社会福祉協議会 ボランティア・区民活動センター (開所:平日8時30分~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。

