

つどう・気づく・ささえる・つなぐ
地域福祉情報誌



発行者／社会福祉法人千代田区社会福祉協議会
千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階
TEL:03-3265-1901 FAX:03-3265-1902
<https://www.chiyoda-cosw.jp/>

ちよだ社協 Chiyoda

no. 249
Spring
2026.4



社協HP



社協
Instagram



社協
YouTube

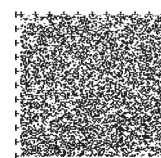
特集

“あなたのチカラが地域をささえるチカラに”



こども食堂「^ちみりおん家～ごはんもあるよ～」での活動の一コマ

千代田区社会福祉協議会は住民が主体となって行う地域福祉活動を支え、
地域の皆さまと力を合わせて千代田区の福祉をすすめる団体です。



“あなたのチカラが地域をささえるチカラに”

今回は、千代田区で活躍されている5人の方に、始めたきっかけやどんな思いで活動されているのかインタビューしました。

生まれ育ったこのまちで、自分の「得意」で誰かを笑顔に!



内藤さん プロフィール

児童館で長年勤務する傍ら、ファミリー・サポート・センターで子どもの送迎、NPO法人あいぼーとステーションで児童館での一時預かり支援員としてご活躍。その他、社協で開催する「子育て広場」の見守りボランティア、こども食堂「みりおん家～ごはんもあるよ～」で子どもたちにカレーをつくるボランティア活動している。

ふと目にとまった千代田区の広報誌から始めました

仕事と育児で忙しい毎日でしたが、子ども達が成長し自分の時間ができた時、ふと目にとまった千代田区の広報誌に「ふれあい食事会」の調理ボランティア募集記事を見つけました。とても楽しい活動で、今でも仲間と交流しています。その後、あいぼーとの「子育て支援員」の研修を受け、今は子どもの支援が中心の生活です。



カレーを食べてみんなが笑顔に

「みりおん家」は子どもと保護者のための新しい居場所です。立ち上げ時のミーティングや初回の活動に参加できなかったのが不安でしたが、わからないことはメンバーの皆さんがすぐに教えてくれました。私はカレーづくりを担当していて、ひたすら無心に野菜を切っている時間が好きです。なによりも自分が調理したものをみんなが食べて笑顔になっている様子を見守る時間がすごく幸せです。



インタビュー

地域で活動する魅力

街で出会った時、声をかけてもらえる嬉しいです。赤ちゃんの頃に関わったお子さんも、小さい頃はやんちゃだったのに、成長して立派になった姿を見ることが出来ます。活動を通じて出会うお母さんたちとの雑談も大切にしています。お母さんが笑顔で子どもたちと触れ合っている姿を見ると嬉しいです。社協主催のイベントなど、楽しそうな企画を見つけると「参加してみたら?」とお声かけています。



千代田のお父さん・お母さんへ

家事と育児で忙しい日々、お父さんの協力は必須です。少しの時間でもいいので、家族で協力しつつ、お母さんも「自分の時間」を作ってくださいね。そして、お子さんたちに笑顔を見せてあげてほしいです。

「活動したい!」という気持ちを大切に

迷ったときは、まず一歩踏み出してみてください。自分の得意なことや好きなことで、誰かが笑顔になる。その喜びが力になります。無理せず、細く長く。その先に、素敵な出会いが待っています。



子どもたちに教えてもらったユニット折り紙

私たち、高齢者活動センター企画運営サポーターで活動しています!

「ひつじの会」のメンバーとして千代田区から編み物を被災地に届ける活動に携わり、多世代交流事業Ciao!のスタートと同時に企画運営サポーターとして活動を開始。



柳原さん

新たなつながりを持ちたいとボランティア活動を開始。多世代交流事業Ciao!のスタートと同時に企画運営サポーターとして活動を開始。



柳さん

5年前に犬の散歩仲間に誘われ、企画運営サポーターの一員に。「自分にできることをしたい」という思いから現在も積極的に活動中。



市原さん

高齢者活動センターにドライビングレンジがあることを知り、通うようになる。活動を通じて知り合いも増え、何か貢献できないかと企画運営サポーターの一員に。



岩本さん

企画運営サポーターとは??

高齢者活動センターの利用者で構成されるボランティア活動グループ。主に多世代交流事業Ciao!のイベントの企画や運営を行い、多世代交流事業の一翼を担っている。
※高齢者活動センターは区内在住の60歳以上の方が利用できる施設です。

多世代交流って楽しい

柳原さん

子どもが参加する企画では、まるで孫と一緒に過ごしているような気持ちになります。また印象的なのは、参加者である高齢の方が、会場で遊ぶ子どもの様子を見て「危ないことはないかな」と気にかけている姿です。同じイベントの参加者でありながら、自然と「見守る・見守られる」関係が生まれている点や、子どもたちとその親・高齢の方・障がいがある方など、多様な方々と交流できることに魅力を感じています。

柳さん

市原さん

企画運営サポーターとして活動しているCiao!のイベントは、普通の生活では体験できない企画が多いです。受付やイベントの準備をお手伝いしながら、非日常な体験を味わえることはいいなと常に思っています。

岩本さん

普段関わるのが少なかった外国籍の方や、子どもたちと接する機会が増えたことで、一緒に楽しく活動し私自身の学びにもつながっています。



色々な世代に楽しく参加してほしい



柳原さん

「多世代交流であること」を意識して活動しています。それぞれに合わせた配慮や気遣いを大切に、色々な世代の方に参加してもらえよう心掛けています。楽しく・明るく・自由に過ごしてほしいという思いがある一方で、全員が安全に気持ちよく過ごすための声かけも大切にしています。

柳さん

市原さん

「自分が誰かのためにできることをしておこう」という思いが強いです。誰かのお役に立てているのなら嬉しいと思います。

岩本さん

企画運営サポーターを始めたばかりですが、参加者にどうしたら楽しんでもらえるかを常に意識しています。

一緒に活動してみませんか?

柳原さん

企画運営サポーターは、子どもや高齢の方、障がいのある方など色々な人と気軽にふれあえるボランティア活動です。楽しい時間を過ごせて、相手にも喜んでもらえる、そんな温かい活動です。ぜひ仲間になってみんなで楽しく交流しませんか?活動歴や立場に関係なく関わることができます。それぞれが自分のできるときに、できることを持ち寄りながら、無理なく続けていける活動です。

柳さん

市原さん

興味がわいたら臆せずに行ってみたり、参加してみるといいと思います。「自分が考えていたのと違う」と思ったら一歩引いていいですし、無理なく続けられれば嬉しいです。

岩本さん

様々な方々と交流することにより、ご自身の世界観や活動範囲が広がります。魅力を感じた活動に積極的に参加するのがオススメです。



音声コードでバリアフリー化

このマークは視覚に障がいをおもちの方が使う音声コード (Uni-Voice) です。読み取り機能付き携帯電話などを用いて記録内容を読みとることができます。



それぞれの世代ができる形で地域と関わり、「誰かが支える」ではなく「みんなで支える」ことで誰もが年齢問わず安心して暮らせる地域社会につながります。

社会福祉協議会からのお知らせ

赤い羽根共同募金・歳末地域たすけあい募金へのご協力ありがとうございました

歳末地域たすけあい募金は、共同募金運動の一環として、新たな年を迎える時期に、支援を必要としている人々が安心して暮らすことができるよう実施している募金です。みなさまの温かいお気持ちは、要援護世帯、障がいのある方やひとり親家庭へのお見舞品としてお届けしました。また、地域たすけあい活動費として、翌年度の千代田区内の地域福祉活動費に活用させていただきます。

一部をご紹介

歳末地域たすけあい募金 募金総額 4,404,474円

お見舞品として **3,861,750円** 令和7年度地域たすけあい活動費として **138,600円**

支援を必要とする方々へ 456,500円 (11世帯)
 障がいのある方へ 2,859,350円 (1079人)
 ひとり親(母子・父子)のご家庭へ 545,900円 (206世帯)

内訳 長寿会等地域支援事業 138,600円
 諸経費として(印刷経費、郵送料など) **404,124円**

赤い羽根共同募金 募金総額 974,320円

お見舞品を受け取ったみなさまからの「ありがとう」を紹介します

いつもお世話になり感謝しております。会長はじめ各位の皆さま方のご健康と来たるべき新年のお幸せを祈り上げます。

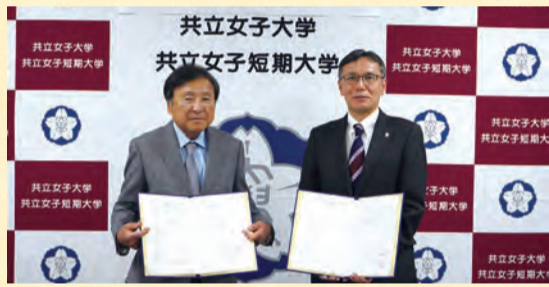
クリスマスプレゼントとして、嬉しく受け取りました。お心遣いへ感謝申し上げます。

この度は年の瀬が迫る中、過大なるご配慮頂き誠にありがとうございます。大切に使用させていただきます。

毎年頂いてありがとうございます。何に使うか考えるのが楽しみです。今年も無事1年を過ごす事が出来たのが、なによりです。

共立女子大学・共立女子短期大学と包括連携協定を締結しました

本会と共立女子大学・共立女子短期大学(学長:佐藤雄一)は、1月29日、包括連携協定を締結しました。本協定は、両者が包括的な連携のもと相互に協力し、地域社会の発展、教育の充実および人材育成の推進に寄与することを目的としています。



寄付者(令和7年9月～令和7年12月) あたたかいご寄付ありがとうございます。(敬称略)

日付	氏名・所属団体名	金額	日付	氏名・所属団体名	物品
9月 5日	興産飯田橋会	90,560円	9月 18日	信越化学工業株式会社	災害備蓄品
9月 25日	明治安田生命保険相互会社 東京第二マーケット開発部	118,900円	10月 6日	モルガン・スタンレー・ホールディングス株式会社	株主優待品
9月 30日	カルビー株式会社	39,963円	10月 22日	三菱UFJモルガン・スタンレー証券株式会社	株主優待品
10月 14日	麹町納涼子ども会	62,000円	11月 12日	モルガン・スタンレー・ホールディングス株式会社	株主優待品
10月 18日	千代田モラジー事務所	30,000円	11月 24日	大和証券ファシリティーズ株式会社	株主優待品
10月 23日	一番町町会	10,000円	12月 8日	匿名	食品
10月 28日	明治安田生命保険相互会社 千代田支社	171,857円	12月 11日	モルガン・スタンレー・ホールディングス株式会社	株主優待品
11月 11日	籠野 美佐子	10,000円	12月 24日	大和証券ファシリティーズ株式会社	株主優待品
11月 21日	東京防犯健全協力会	50,000円	12月 24日	三菱UFJモルガン・スタンレー証券株式会社	株主優待品
11月 28日	宗教法人真如苑	1,000,000円	12月 24日	モルガン・スタンレー・ホールディングス株式会社	株主優待品
12月 1日	一般財団法人東京家政学院 光塩会	10,000円	12月 26日	モルガン・スタンレー・ホールディングス株式会社	株主優待品
12月 3日	匿名	2,000,000円			
12月 10日	ダイセイホールディングス株式会社	30,000円			
12月 24日	匿名	300,000円			
12月 24日	ぞろぞろ会	5,000円			

水色の枠内は広告スペースです 内容は広告主にお問い合わせください



SDGs HelloWork
 特定非営利活動法人
 外国人材は「商品」ではありません。
 特定技能外国人材の受入は人材ビジネスではなく、福祉的アプローチで！
 だからこそ紹介料は無料。ビザ手続きも無料。紹介後、個別対人援助と他機関多職種連携で定着を伴走支援。地域共生社会の実現は千代田区から！
 住所：東京都千代田区神田錦町3-15-228 電話：090-6752-7830
 Mail:info@sdgs-hellowork.com HP:https://sdgs-hellowork.com/

世帯所得によっては千代田区からの
家賃補助金 最大4万円
千代田区高齢者向け 優良賃貸住宅
安全の設備と 安心の家賃補助
 バリアフリー・手すり・緊急通報装置・平日AM10:00～PM5:00はヘルパー資格2級以上のスタッフが常駐します

入居待機者募集中!
 (空室の都合、待機登録順に斡旋いたします。)
 条件 ①60歳以上の方
 ②区内在住の方(例外規定あり)
 ③一定以下の世帯所得(487,000円)の方
 斡旋可能な建物
 ・外神田、東神田、神田神保町、神田東松下町(区内5棟83戸取扱い)
 国土交通大臣免許(5)第6263号
株式会社 パワーズアンリミテッド
 〒162-0066 東京都新宿区市谷台町8-8
お問い合わせ・斡旋予約 03-3356-0808
 (受付時間 平日9:30～18:30)

“不動産を売るとき”って、どうしたらいいの？ 専門家に学ぶ「不動産の上手な売り方無料個別講座」開催

5月8日(金)～5月31日(日)日本橋で開催!参加無料・要予約
 専門家が不動産売却のノウハウを伝授

日本では相続財産の約4割を占めるのが不動産だそう。いざ、相続が発生してから不動産を売却しようとしても、思い通りにいかなかったり、時間がかかってしまうケースも。最近では、住む予定のない実家などの空き家や空き地の売却について悩んでいる人も多いそう。事前にできる準備で労力を軽減、早めの対策を考えておきたいものです。そこで、三井住友トラストグループの「三井住友トラスト不動産」では、5月8日(金)～5月31日(日)の期間中に、不動産売買の悩みや不安を解決するための「不動産の上手な売り方無料個別講座」を開催します。

売買の基本から価格査定まで 将来を見据えた賢い不動産売却術

無料個別講座では、不動産売却の契約の流れ、進め方のポイントや注意点、売却にかかる諸経費など、不動産を売るときに事前に知っておきたい知識をわかりやすく解説。さまざまなケースを踏まえ、不動産売却の基礎からノウハウを伝授してくれます。今や土地や建物の売却は土地活用の選択肢のひとつ。多くの不動産売買に関わった専門家から、得する売却・損する売却を学んでみませんか?不動産の売却について悩んでいる人や知識を得たい人は、この機会に参加を。不動産の無料価格査定

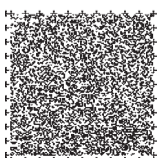
談にも応じてくれます。

場 室町ちばぎん三井ビルディング 12階会議室
 中央区日本橋室町1-5-5コレド室町3 (三井住友トラスト不動産東京マンションプレイス)
 東京メトロ銀座線「三越前」駅徒歩1分
 東京メトロ半蔵門線「三越前」駅徒歩2分
 JR総武本線「新日本橋」駅徒歩3分

時 5月8日(金)～5月31日(日)10:00～17:00
 ※希望日時の3日前までに申し込みを
 ※所在地により対応できない場合があります

定 各日・各回1組(水・祝定休)
特 無料講座の参加者には不動産売買ガイドブックと3,000円分のVISAギフトカードをプレゼント(写真)

申 ☎0120-225-238
 講座事務局(9:30～17:30)
 ※提供された個人情報は主催者が取得し、本講座の申し込み受け付け、運営の管理に利用します



音声コードは全国の行政機関の書類や病院の処方箋、金融機関、企業の情報文書などに採用されています。

音声コードでバリアフリー化

お問合せ 千代田区社会福祉協議会

代表 〒102-0074 千代田区九段南1-6-10 かがやきプラザ4階
 TEL:03-3265-1901 FAX:03-3265-1902 MAIL:info@chiyoda-cosw.jp
 問合せ時間 8:30～17:00 月～金(年末年始・祝日除く)

アキバ分室 〒101-0021 千代田区外神田1-1-13 万世橋出張所・区民館6階
 TEL:03-6285-2860 FAX:03-6285-2861 MAIL:akiba@chiyoda-cosw.jp