

地域力ルテ (月島地域)



地域カルテとは・・・

人口をはじめとした基礎的な統計情報や地域の特徴、地域活動情報などをまとめたものです。

令和2年3月に策定した「中央区保健医療福祉計画2020」の資料編に掲載した内容を毎年更新しています。

区民や地域でさまざまな活動を行っている皆さまが、身近で起きている課題の解決や地域の将来をともに考える場合などにご活用ください。



地域カルテの活用例

地域カルテには地域に関する様々な情報、より魅力的な地域になるための「ヒント」を掲載しています。

地域カルテを参考に、これからの地域について考えてみませんか？

＜ステップ1＞地域の「今」を知ろう！

- 地域カルテには、地域の基本的な統計情報、活動情報等「今」の地域の姿・特徴を掲載しています。

今まで知らなかった地域の一面を、知ることができるかもしれません。

- 地域の好きなところはどこですか？

例) 誰でも参加できるカフェがある、地域の活動拠点がある！

＜ステップ2＞地域の活動に参加してみよう！

- 地域カルテに掲載されている活動にまずは参加してみませんか？

例) 誰でも参加できるサロンに参加してみる！

- 地域カルテを参考に周囲の方に活動情報を案内してみませんか？

＜ステップ3＞できることから一歩ずつ！

- 地域活動への参加がきっかけとなり、新しい仲間との出会い、新たな活動の誕生へとつながることもあります。まずは一歩、地域に踏み出してみませんか？

考えてみませんか？住んでいるまちのこと

- わたしの住んでいるまち
(まちの由来、町会・自治会、学区域)
- まちの特徴
(ここが好き！自慢できる！ここが心配！こうだと良いな！)
- ご近所とのかかわり
(顔見知りの方やいざという時に頼れる方はいますか？)
- 地域とのかかわり
(まちのお祭りをご存じですか？地域活動に参加したことはありますか？)



始めてみませんか？明日からできること

- わたしの特技や経験
(子育てや介護を経験した、パソコンが得意、外国語が話せる、スポーツが好き)
- わたしにできること
(ご近所の方に挨拶をする、お祭りに参加する、特技や経験を生かして活動する)



【地域福祉ワークショップ】令和8年1月に中央区役所にて開催

参加者同士の自由な意見交換により地域の課題解決に向けた方策を話し合い、横のつながりを深めるとともに、支えあいの地域づくりを推進することを目的に開催しています。

令和7年度は『中央区における支え合いのこれから～福祉・防災の面から～』をテーマに、「地域の魅力」や「地域の課題」について意見交換を行いました。

地域福祉ワークショップについて⇒



地域活動拠点「勝どきデイルーム」 勝どき1-5-1(1階)

地域に開かれた多世代交流の場所として、どなたでも参加いただける「おとなりカフェ・ちょこっと相談会」の開催や、「にこにこカレー食堂」など、様々なイベントや地域貢献活動をボランティアの方々が行っています。

モルックやボッチャなど、誰もが気軽に参加できる「おとなりサロン」も不定期で開催しています。

ぜひ足を運んでみませんか？

「勝どきデイルーム」について⇒



地域カルテ 月島地域



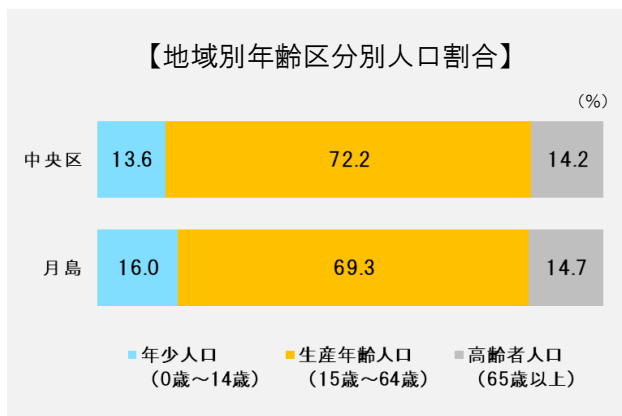
1 地域の概要

【地域の特徴】

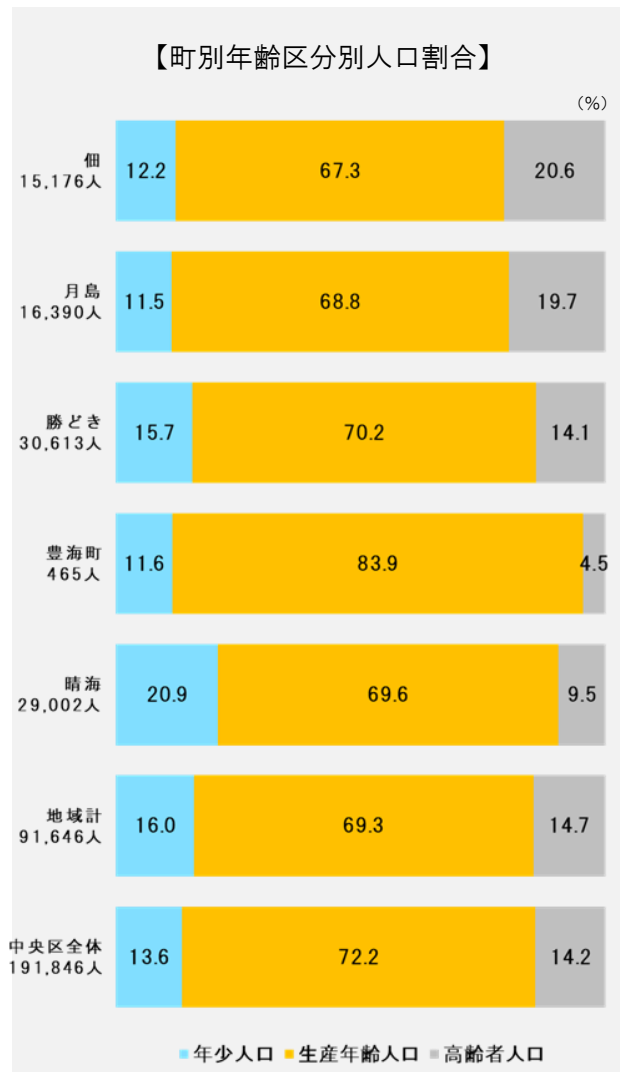
この地域は江戸時代から、明治、大正、昭和にかけて埋め立てられた人工の島で、隅田川と運河に囲まれた水辺環境の豊かな地域です。下町情緒にあふれた路地が残り、どこか懐かしさを感じられる一方で、再開発が急速に進み、高層マンションが建ち並ぶなど、高層マンションと昔ながらのまちなみが調和する古くて新しい街です。

3地域の中で最も人口が多く、中央区全体の人口の約半数近くを占めています。また、3地域の中で唯一、年少人口の割合が高齢者人口の割合を上回っています。

晴海地区では、東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会選手村跡地の再開発により人口が大幅に増加しており、今後も人口増加が見込まれています。



	月島地域	中央区全体
総人口	91,646人	191,846人
0歳～14歳	14,649人 (16.0%)	26,092人 (13.6%)
15歳～64歳	63,546人 (69.3%)	138,442人 (72.2%)
65歳以上	13,451人 (14.7%)	27,312人 (14.2%)
75歳以上 (再掲)	7,478人 (8.2%)	15,239人 (7.9%)



※住民基本台帳 令和8年4月1日現在

【地域のデータ】

			月島地域	中央区全体
面積			2.331km ²	8.276km ²
人口	総人口		91,646 人	191,846 人
	内外国人人口		7,887 人	13,671 人
世帯	世帯数		46,868 世帯	109,150 世帯
	世帯人員		1.96 人	1.76 人
高齢者の 状況	要支援 1		426 人	869 人
	要支援 2		363 人	720 人
	要介護 1		544 人	1,102 人
	要介護 2		422 人	901 人
	要介護 3		369 人	789 人
	要介護 4		296 人	611 人
	要介護 5		203 人	405 人
	要支援・要介護者数 合計		2,623 人	5,397 人
	要介護認定率		19.85%	19.94%
	高齢者単身世帯※ ¹		3,692 世帯	8,107 世帯
	高齢者夫婦世帯※ ¹		1,940 世帯	3,882 世帯
障害者の 状況	身体障害者手帳		1,428 人	2,964 人
	愛の手帳		312 人	580 人
	精神障害者保健福祉手帳		660 人	1,338 人
	障害者手帳所持者数 合計		2,400 人	4,882 人
	人口に占める割合（手帳所持者数/人口(R8.4.1)）		2.61%	2.54%
	自立支援（精神通院）受給者数		860 人	1,792 人
	難病患者医療費助成受給者数※ ²		969 人	1,995 人
虐待通報 状況	児童虐待通報件数※ ²		553 件	886 件
	障害者虐待通報件数※ ²		4 件	18 件
	高齢者虐待通報件数※ ²		18 件	36 件
組織・活動 の状況	町会数		14 町会	142 町会
	自治会数		29 自治会	31 自治会
	防災区民組織	組織数	42 組織	153 組織
		組織率	95.45%	93.87%
	高齢者クラブ数		16 クラブ	52 クラブ
	民生・児童委員現員数（欠員数）		40 人（18 人）	100 人（25 人）
	青少年対策地区委員会数		4 委員会	19 委員会
	青少年委員数		10 人	25 人
	高齢者等地域見守り活動団体数		10 団体	18 団体
	あんしん協力員数		64 人	134 人
	見守り対象者数		326 人	529 人
	認知症サポーター数※ ² （延べ人数）		231 人（2,809 人）	781 人（22,015 人）
	ささえあいサポーター数		73 人	※ ³ 224 人
	ふれあい福祉委員会数		2 団体	16 団体
	個人ボランティア登録数※ ²		17 人	※ ⁴ 53 人
	虹のサービス	協力会員数	53 人	※ ⁵ 159 人
		利用会員数	47 人	107 人
	ファミリーサポート	提供会員数※ ²	141 人	※ ⁶ 278 人
		依頼会員数※ ²	741 人	1,516 人
	両方会員数※ ²		36 人	68 人
備考	○ 令和8年4月1日現在 ※1 （出典）令和2年国勢調査 ※2 令和7年度（令和8年3月末）時点 ※3 区外の54人を含む。 ※4 区外の16人を含む。 ※5 区外の12人を含む。 ※6 区外の9人を含む。			《資料》人口・世帯：住民基本台帳

宝町
八丁堀
新富町
築地
築地市場
月島スポーツプラザ
月島
月島保健センター
月島清澄通り
コミュニティルーム
勝どきコミュニティルーム
勝どき第二小学校
勝どき児童館
勝どき
勝どきおとしより相談センター
豊海学区民館
(令和9年3月まで
仮施設で運営中)
豊海小学校
晴海地域交流センター
「はるみらい」
晴海西小学校・晴海西中学校
聖カタリナ病院
晴海区民館
晴海児童館
晴海区民センター
△晴海おとしより相談センター
★晴海図書館
◎晴海特別出張所
◎晴海保健センター

● 知的障害者
グループホーム等「リヴェール月島」
△ いきいき勝どき(勝どき敬老館)
▲ 勝どき区民館
★ 勝どきティールーム
● 月島児童館
△ シニアセンター
● 月島小学校
● 月島中学校
● 石川島記念病院
● 月島区民センター
● 月島児童館
△ 月島おとしより相談センター
★ 月島図書館
★ 月島社会教育会館
◎ 月島特別出張所
● 月島保健センター
● 月島区民館
● 月島清澄通り
コミュニティルーム
● 月島第二小学校
● 月島第一小学校
● 東京都立大学
晴海キャンパス
● 晴海総合高校
● 晴海中学校
△ 特別養護老人ホーム及び
高齢者在宅サービスセンター
「マイホームはるみ」
● 月島第三小学校
● 福祉センターふれあい作業所
★ 月島社会教育会館晴海分館
アートはるみ

□ 教育関係施設
● 子ども・子育て支援関係施設
△ 高齢者関係施設
◎ 障害者関係施設
♥ 医療施設
▲ 地域・集会施設
★ 文化施設
◎ 区役所、保健所など
■ 防災拠点

□教育関係施設	●子ども・子育て支援関係施設	△高齢者関係施設
・ 佃島小学校 ・ 月島第一小学校 ・ 月島第二小学校 ・ 月島第三小学校 ・ 豊海小学校 ・ 晴海西小学校 ・ 佃中学校 ・ 晴海中学校 ・ 晴海西中学校 ・ 晴海総合高校 ・ 東京都立大学 晴海キャンパス	・ 子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室 ・ 佃児童館 ・ 月島児童館 ・ 勝どき児童館 ・ 晴海児童館	・ 月島おとしより相談センター ・ 勝どきおとしより相談センター ・ 晴海おとしより相談センター ・ いきいき勝どき（勝どき敬老館） ・ シニアセンター ・ 特別養護老人ホーム及び高齢者在宅サービスセンター「マイホームはるみ」 
◎障害者関係施設	♥医療施設	▲地域・集会施設
・ 福祉センターふれあい作業所 ・ 知的障害者グループホーム等「リヴェール月島」	・ 聖カタリナ病院 ・ 石川島記念病院 ・ 中央区休日応急診療所 ・ 中央区休日応急薬局 	・ 佃区民館 ・ 月島区民館 ・ 勝どき区民館 ・ 豊海区民館 ・ 晴海区民館 ・ 月島清澄通りコミュニティルーム ・ 勝どきコミュニティルーム ・ 晴海地域交流センター「はるみらい」
★文化施設	◎区役所、保健所など	■防災拠点
・ 月島図書館 ・ 勝どきデイルーム ・ 月島社会教育会館 ・ 月島社会教育会館晴海分館 ・ アートはるみ ・ 月島スポーツプラザ ・ 晴海図書館	・ 月島特別出張所 ・ 月島保健センター ・ 晴海特別出張所 ・ 晴海保健センター	・ 佃島小学校 ・ 佃中学校 ・ 月島第一小学校 ・ 月島第二小学校 ・ 月島第三小学校 ・ 晴海中学校 ・ 豊海小学校 ・ 晴海西小学校・晴海西中学校

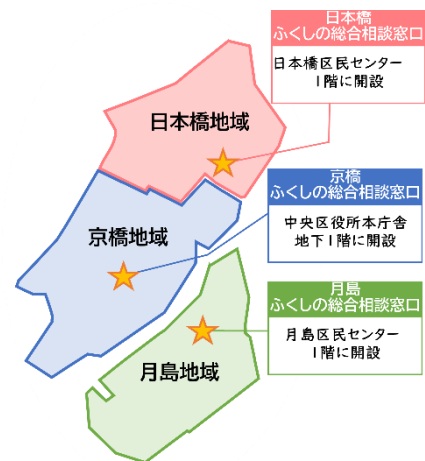
ふくしの総合相談窓口

福祉に関して、年齢や属性にかかわらず、さまざまな不安や困りごとをいったん受け止め、関係機関と連携しながら解決に向けて継続的に支援を行う窓口です。

どの窓口に相談すればよいかわからない福祉に関する困りごとや、近所に困っている人がいる場合にご相談ください。



←ふくしの総合相談窓口について



3 地域資源マップ（令和8年7月現在）



◆ 町会・自治会（連合町会）

主な活動内容

- ・ 会員相互の親睦活動、情報交換など
- ・ 防災、防犯、交通安全活動
- ・ 敬老行事、慶祝行事など
- ・ 環境美化、資源リサイクルの推進
- ・ 青少年育成活動
- ・ 盆おどり大会等のイベント開催

町会・自治会名		該当区域
佃連合町会	佃一丁目町会	佃一丁目全域
	佃二丁目町会	佃二丁目全域（自治会を除く）
	佃三丁目町会	佃三丁目全域
月島連合町会	月島一之部東町会	月島二丁目 1～12 番
	月島一之部西町会	月島一丁目 1～14 番
	月島二之部町会	月島一丁目 15～27 番（自治会を除く）、 月島二丁目 13～20 番
	月島三之部町会	月島三丁目 1～12 番、月島四丁目 1～5 番
	月島四之部東町会	月島四丁目 6～21 番（自治会を除く）
	月島四之部西町会	月島三丁目 13～32 番
勝どき・豊海 連合町会	勝どき西町会	勝どき一丁目 8～13 番、勝どき三丁目、 勝どき五丁目（自治会を除く）、 勝どき六丁目（自治会を除く）
	勝どき東町会	勝どき二丁目（自治会を除く）、 勝どき四丁目
	勝どき町会	勝どき一丁目 1～7 番
	豊海町会	豊海町全域
晴海連合町会	晴海町会	晴海全域（自治会を除く）
	晴海 4 丁目住宅自治会	晴海四丁目 1 番 1 号
	晴海自治会	晴海一丁目 6 番 4 号、6 号、7 番 2 号
	ソフトタウン晴海自治会	晴海二丁目 5 番 16 号
	経節センター自治会	晴海三丁目 4 番 9 号（東京経節センター）
	晴海一丁目北自治会	晴海一丁目 1・2 番
	晴海ガーデンコート自治会	晴海一丁目 7 番 1 号
	晴海ビュータワー自治会	晴海一丁目 6 番 1・2 号
	晴海アーバンプラザ自治会	晴海一丁目 8 番 7 号

町会・自治会名		該当区域
晴海連合町会	アーバンタワー自治会	晴海一丁目 8 番 5 号
	晴海スカイリンクタワー自治会	晴海三丁目 6 番 8 号
	ザ・晴海レジデンス自治会	晴海五丁目 1 番 17 号
	ザ・パークハウス晴海タワーズティアロレジデンス自治会	晴海二丁目 3 番 2 号
	ザ・パークハウス晴海タワーズクロノレジデンス自治会	晴海二丁目 3 番 30 号
	パークタワー晴海自治会	晴海二丁目 2 番 42 号
自治会	都営勝どき五丁目アパート自治会	勝どき五丁目 8 番 7 号、10 号
	月島一丁目市街地住宅自治会	月島一丁目 27 番 9 号
	区営月島四丁目アパート自治会	月島四丁目 19 番 13 号
	福寿マンション自治会	月島四丁目 8 番 10 号
	都営勝どき六丁目アパート自治会	勝どき六丁目 6 番 1 号
	リバーシティ 21.3 号棟自治会	佃二丁目 2 番 3 号
	佃2丁目5号棟自治会	佃二丁目 2 番 5 号
	コーシャタワー佃自治会	佃二丁目 2 番 11 号
	勝どき二丁目アパート自治会	勝どき二丁目 9 番 2 号
	佃リバーシティ自治会	佃二丁目 1 番 2 号、2 番 6～10 号
	リバーシティ 21.4 号棟自治会	佃二丁目 2 番 4 号
	THE TOKYO TOWERS 自治会	勝どき六丁目 3 番 1・2 号
	DEUX TOURS 自治会	晴海三丁目 13 番 1・2 号
	晴海テラス自治会	晴海五丁目 1 番 9 号
	HARUMI FLAG 自治会	晴海五丁目 2 番 31 号、3～7 番

◆ 防災区民組織

防災区民組織は、町会・自治会などを母体とし、地域の防災力向上を図るとともに、万一の災害に備え、日頃から活動しています。

主な活動内容

【平常時】

- ・ 防災区民組織を中心とした防災訓練の実施
- ・ 防災資器材の準備と整備点検
- ・ 高齢者、障害者などの支援、援助
- ・ 災害時の避難方法、集合場所、避難所などの周知

【災害時】

- ・ 火災発生時の初期消火活動
- ・ 救出、救護活動
- ・ 防災関係組織との情報の収集、提供
- ・ 避難所などへの住民の誘導

組織名	組織名
佃一丁目町会防災部	アーバンタワー自治会防災区民組織
佃二丁目町会防災区民組織	晴海スカイリンクタワー防災会
佃三丁目町会防災区民組織	ザ・晴海レジデンス防災区民組織
月島一之部東防災区民組織	ティアロ防災団
月島一之部西防災区民組織	ザ・パークハウス晴海タワーズクロノレジデンス 防災区民組織
月島二之部防災区民組織	パークタワー晴海防災区民組織
月島三之部町会防災区民組織	都営勝どき五丁目アパート自治会防災区民組織
月島四之部東町会防災区民組織	月島一丁目公団住宅自治会防災部
月島四之部西防災区民組織	区営月島四丁目アパート自治会防災区民組織
勝どき西町会防災区民組織	福寿マンション自治会防災区民組織
勝どき東町会防災区民組織	都営勝どき六丁目自治会防災区民組織
勝どき町会防災区民組織	佃リバーシティ 21.3 号棟自治会防災区民組織
豊海町会防災区民組織	佃二丁目 5 号棟自治会防災区民組織
晴海町会地区防災連絡協議会	コーシャタワー佃防災会
晴海 4 丁目住宅自治会防災組織	勝どき二丁目アパート防災協力会
晴海自治会防災会	佃リバーシティ自治会防災区民組織
ソフトタウン晴海防災会	リバーシティ 21.4 号棟自治会防災区民組織
晴海一丁目北自治会防災区民組織	THE TOKYO TOWERS 自治会防災組合
晴海ガーデンコート自治会防災の会	DEUX TOURS 防災区民組織
晴海ビュータワー自治会防災区民組織	晴海テラス防災区民組織
晴海アーバンプラザ防災会	HARUMI FLAG 防災区民組織

◆ 高齢者地域見守り活動団体

高齢者地域見守り活動団体は、おとしより相談センター（地域包括支援センター）を中心に地域見守りネットワーク構築の一環として、ひとり暮らし高齢者などが、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、地域の団体が高齢者への声掛けや見守り活動を定期的に行っています。

団体名	活動内容
1. 晴海ビュータワーさくら会あんしん協力員会	自宅訪問、街中での声掛け、新聞受け確認、緊急時の警察・消防などへの連絡、おとしより相談センターなどへの連絡
2. 佃リバーシティいきいきクラブあんしん協力員会	
3. ザトウキョウタワーズ音和会あんしん協力員会	
4. クレストクラブあんしん協力員会	
5. シャンボール第二築地あんしん協力員会	
6. ソフトタウン晴海あんしん協力員会	
7. 晴海自治会あんしん協力員会	
8. コーシャタワー佃あんしん協力員会	
9. 晴海スカイリンクタワー自治会あんしん協力員会	
10. 勝どき二丁目アパート自治会あんしん協力員会	

孤独・孤立対策

国および地方において総合的な孤独・孤立対策に関する施策を推進するため、令和6年4月に「孤独・孤立対策推進法」が施行されました。

望まない孤独・孤立を防ぐため、中央区ホームページに孤独・孤立対策に関する情報をまとめています。

詳しくは、中央区「孤独・孤立対策」へ⇒



ヒカリノ

孤独・孤立に寄り添う光の妖精

◆ ふれあい福祉委員会

ふれあい福祉委員会は、町会・自治会等の地域を単位とし、高齢者や障害者をはじめ、誰もが住み慣れた地域の中で安心して暮らしていけるよう、声掛けなどの安否確認、敬老お祝い会や福祉講座の開催などの活動を行っています。

委員会名	活動内容
1. 勝どき一丁目アパート1号棟地区ふれあい福祉委員会	茶話会・食事会&ビデオ体操(奇数月)、ワークショップ(偶数月)
2. 晴海ビュータワー地区ふれあい福祉委員会	お楽しみ会(編み物:毎月、盆踊り:6, 7, 8月)、ストレッチ体操教室(毎月)、暑気払いの会(8月)、クリーンデー(隔月)など
3. THE TOKYO TOWERS 地区ふれあい福祉委員会	HUB ミーティング(毎月)、コミュニティクラブ活動(フォトサークル、太極拳、多言語交流会など)

◆ 地域サロン

● 子ども・子育て向けのサロン等

サロン名	開催日時・開催場所	活動内容
1. あかちゃん天国 (月島児童館内)	9時～17時(祝日等休館日あり) 月島児童館	親子のふれあい、仲間づくり、 子育て相談
2. あかちゃん天国 (晴海児童館内)	9時～17時(祝日等休館日あり) 晴海児童館	
3. あかちゃん天国 (子ども家庭支援センター「きらら中央」勝どき分室内)	9時～17時(祝日等休館日あり) 子ども家庭支援センター 「きらら中央」勝どき分室	
4. 不登校給食	月1回曜日不定 12時～15時 月島周辺で開催	不登校親子のための食事を通じた交流の場 日時・開催場所はInstagram または公式LINE でお問い合わせください。
5. にこにこ食堂	第2木曜17時～19時 シニアセンター	子ども食堂
6. 凸凹カフェ	第3金曜10時～13時 勝どきデイルーム	SLD&LD(学習障がい)を持つ子どもの親、関係者のための支援グッズなどの勉強会&交流会
7. Re i Mo(レイモ)	第3日曜10時～12時 勝どきデイルーム	不登校の子を持つ親の交流会
8. ぎんいちふれあい図書館	第4水曜10時～11時半 勝どきデイルーム	有志の高齢者による読み聞かせやモルックなどを通じた未就学児との交流の場(保育園の予定と重なる際は中止)
9. ままと	第1日曜10時～13時 勝どきデイルーム	子育て中のママ、子育て経験がある女性(世代問わず)が水引細工で心を癒しながら子育て交流の場。子どもと参加可。※予約優先

10.	ピーススマイル学習支援	第1・3木曜17時～19時45分 勝どきデイルーム	小学生高学年～大学受験生を対象とした居場所と学習支援の場
11.	かなで	不定期 勝どきデイルーム	不登校の子とその親の交流の場
12.	あそびばくまのこ	原則毎月平日午前1回、土日祝1回 (開催日や日時の詳細は問い合わせ) 勝どきデイルーム	季節や行事に合わせて親子で記念工作を楽しむ会。地域の方と手仕事を楽しむ繕う会もあり(子連れ可)。
13.	保活座談会	不定期開催 10時半～11時半 勝どきデイルーム、はるみらい	保育園やワークライフバランス、子育ての情報交換や交流の場。子どもと参加可。

△ 高齢者向けのサロン等

サロン名	開催日時・開催場所	活動内容
高齢者向け		
1. いこっか！晴海粋いきひろば	第2、第4水曜 9時半～11時半 晴海地域交流センター「はるみらい」集会室5	粋トレ、体操、脳トレ、工作、レクリエーション、筋トレ、季節の健康講座、参加者同士の交流
2. からだスマイル倶楽部	第1・第3月曜13時半～14時45分 勝どきデイルーム	ヨガ、脳トレ、ストレッチ、ツボ押し、筋トレ、えん下トレーニング
3. Campo 晴海シニアサロン	第1・第3水曜 10時～12時 12時半～14時半 カンポ・リアル・マドリッド2階	体操、健康麻雀、菜園 ※事前申込が必要 (TEL: 0120-059-669)
4. クレストシニアサロン	毎週木曜10時～12時 (第5週を除く) ザ・クレストタワー28階 スカイラウンジ	粋トレ、体操、カーレット ※マンションの住民のみ参加可能
5. ステップアップクラブ	第1・第3水曜10時～11時半 勝どきデイルーム	体操、脳トレ
6. 月島交流カフェ	第1・第3火曜13時半～15時半 月島区民館 3号洋室	体操、脳トレ、歌唱、折り紙、レクリエーション、などなど、栄養講座、手品
7. HF 交流広場	毎週木曜10時～12時 晴海フラッグ サンビレッジ C棟 オープンダイニング	体操、脳トレ、歌唱、折り紙、レクリエーション、健康麻雀 ※マンションの住人のみ参加可能
8. よりみちクラブ	第2・第4・第5水曜 10時半～11時半 勝どきコミュニティルーム 4月29日、9月23日、12月30日、 3月24日、3月31日は休み	粋トレ、体力測定、スクエアステップ、参加者同士の交流アクティビティ
9. ライオンズタワー月島サロン	第1・第3金曜9時半～11時半 ライオンズタワー月島コミュニティルーム	カーレット、ラジオ体操
10. サロン勝どき	第4月曜10時半～12時 豊海おさかなミュージアム	茶話会、ゲーム、ゲストを招いてイベントを開催し交流を図る
11. のびのびクラブ	第1・第2・第3金曜 10時半～11時半 月島社会教育会館	介護予防体操、転倒予防体操、ストレッチ

12. 佃の渡しサロン	月1回午後 ※開催日はお問い合わせください シニアセンター	健康、介護、生活に役立つ情報交換と交流（開催日は要問合せ）
13. R65 月島カフェ	第4水曜 12時半～16時 勝どきデイルーム	健康、カルチャー、歌、スマホ・PC教室
14. 絵画を楽しむ会	第1・第3火曜 13時半～15時半 勝どきデイルーム	絵画を描いて交流
15. 豊海いきいきクラブ	第2・第4火曜 13時半～16時 豊海区民館	杵トレ、転倒予防体操、脳トレ、吹き矢、カーレット
介護者家族向け		
16. 月島サロン	年6回程度 不定期 月島区民センターほか	介護の悩みや不安の共有
17. 介護を考える会	第4土曜10時～12時 勝どきデイルーム	介護の情報交換と介護者同士の交流の場

◎ 障害者向けのサロンなど

サロン名	開催日時・開催場所	活動内容
1. くるまイスでふらっとカフェ	不定期 勝どきデイルーム	中央区肢体不自由児者父母の会が主催する重度心身障害児者とその家族の交流の場
2. うつ病、双極性障害の安心の会	第3日曜13時～16時半 （当事者会:13時～15時、家族会:15時10分～16時半） 勝どきデイルーム	うつ病や双極性障害の当事者と家族の交流会

■ 外国人向けのサロン等

（中央区文化・国際交流振興協会 HP <https://www.chuo-ci.jp/>）



サロン名	開催日時・開催場所	活動内容
1. 月島日本語倶楽部	毎週火曜10時～11時50分 月島社会教育会館	外国人のための日本語教室（初級から中級）
2. にこにこ日本語	木曜（月3回）19時～20時半 佃区民館（8月を除く）	外国人のための日本語教室（レベルは問わない）
3. CNC 月島	金曜（月3回）10時～11時45分 月島区民館（8月を除く）	外国人のための日本語教室（初級）

◎ 誰でも参加できるサロン等

サロン名	開催日時・開催場所	活動内容
1. おとなりカフェ・ちょこっと相談会	第2・4火曜13時～16時 勝どきデイルーム	コミュニティカフェと困りごと相談会を同時開催 不定期で体験型サロン開催
2. セルフケア・カフェ	奇数月第2土曜13時～16時 勝どきデイルーム	五感を活用したモノづくり等を通じて自分自身を元気にするセルフケアの取り組み
3. 晴海苑オレンジカフェ（認知症カフェ）	休止 晴海苑	認知症予防体操や介護についての講座、参加者同士の交流
4. 認知症家族の語りの場（認知症カフェ）	奇数月第3日曜13時半～15時 晴海苑	認知症家族がお互いの気持ちを打ち明けられる場の提供 介護の相談や情報交換 ミニコンサートの実施

5. サロンはるみさん (認知症カフェ)	第1金曜13時半～15時 (1月・5月は第2金曜) ベイシティ晴海スカイリンクタワー 2階集会室	認知症予防体操や参加者同士の 交流
6. 行ってみようか 認知症カフェ (認知症カフェ)	第4日曜14時～16時 勝どきデイルーム	現役医療者等による勉強会及び 相談会。認知症のご本人や家族、 認知症に関心のある地域の方の 交流
7. みんな de デイサー ビス (認知症カフェ)	4・10月第4日曜14時～16時 (変更の可能性もあり) 相生の里	デイサービスの体験、グループ ホーム入所者やその家族との交 流、専門職による個別相談
8. まちのグリーンカフェ「しん・呼吸」	奇数月第2土曜10時～12時 勝どきデイルーム	病気で大切な人を亡くされた経 験を語り合う会
9. 佃・月島元気プロジ ェクト	不定期 ※開催日・開催場所は問い合わせ	「笑顔で地域をつなぐ」を合言 葉に、どなたでも参加が出来る イベントを開催中
10. Campo 晴海アクティ ブクラブ	第1・3水曜、毎週金曜10時半～12時 カンポ・リアル・マドリッド(晴海4 -6-5)	水曜：健康麻雀、菜園クラブなど 金曜：ウォーキングフットボー ル、ミニフットゴルフなどボー ドゲーム等の利用も可。
11. ぽかぽかサロン	第3金曜14時～16時 都営勝どき5丁目アパート集会所 (10号棟南)	誰もが集い、つながる場所とし て、語り・学び・趣味・交流など を行う
12. 育てる芝生。イクシ バ！ プロジェクト	毎週日曜 9時～10時 夏季は時間前倒し、平日の早朝活動あり 黎明橋公園	地域で地域の芝生を育てる活動
みんなの食堂		
13. にこにこカレー食堂	第4木曜16時半～19時(なくなり次 第終了) 勝どきデイルーム	孤食の防止や多世代交流を目的 とした誰でも利用できる食堂
14. ほっこりごはん会	月1回土曜17時～18時 月島聖公会ホール	孤食の防止や多世代交流を目的 とした誰でも利用できる食堂
15. 勝どき枝豆プロジェ クト	第4土曜16時45分～18時 勝どきデイルーム	野菜づくりとみんなの食堂で交 流の場を提供
16. あいおい食堂	第3日曜10時～13時 相生の里	介護体験×子ども食堂。子ども たちが介護体験や食事を通じて 高齢者や地域の大人と交流す る。 開催3日前までに電話で予約。
17. はるみーつ	第2木曜日と第4木曜日(予定) 16時半～18時 Haru-Meets (東京都中央区晴海 5丁目2-3 はるみらい 2階)	孤食の防止や多世代間交流を目的 とした誰でも利用できる食堂 ※限定30食 受付開始16時～(整理券配布)

◆ その他

中央区で活動している NPO、ボランティア団体等の公益活動を実践する社会貢献活動団体で、協働ステーション中央に登録している団体の情報が下記の URL に掲載してあります。(二次元コードからご覧いただけます。)

<https://www.city.chuo.lg.jp/shakaikoukenjouhou/dantai/index.html>



令和8年8月発行

中央区福祉保健部 地域福祉課 地域福祉推進係
〒104-8404 中央区築地1-1-1

電話:03(3546)5393 FAX:03(3544)0505