調布市社会福祉協議会

令和
8年度

ひだまりサロン



#ひだまりサロン豆知識

#市内98か所で行われているひだまりサロンの紹介

お問い合わせ先

社会福祉法人　調布市社会福祉協議会　地域福祉推進係

TEL: 042- 481- 7693　　FAX: 042- 481- 5115

E-mail: chofu-co@ccsw.or.jp

相談時間：平日9時～12時、13時～17時（休館日を除く）

目次

ひだまりサロンとは・・・・・・・・・・・・・・０１

ひだまりサロン活動マップ・・・・・・・・・・０４

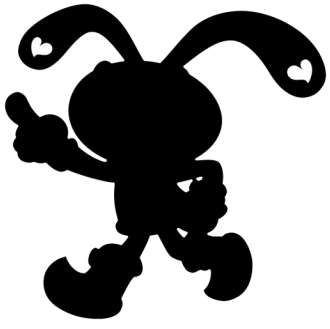
ひだまりサロン主な活動種類別一覧目次・・・０６

コーディネーター紹介・・・・・・・・・・・・２３

地域別ひだまりサロン一覧・・・・・・・・・・２４

活動紹介・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３５

関連資料・・・・・・・・・・・・・・・・・・・８４



ひだまりサロンとは



だれでも気軽に参加でき、参加者のみなさんでつくる地域の交流の場です。それぞれのひだまりサロンが工夫を凝らした活動を行い、参加されたみなさんと交流しています。

つながり　近所に知り合いができることで、家に閉じこもりがちだった方も外へ出るきっかけに。

みまもり　日常的な見守りが生まれ、何かあったときは互いに支え合う関係に。

ひろがり　身近な居場所があることが、地域の支えに。

ひだまりサロン助成金の財源は...

ちょビット協力金

活動費など、ひだまりサロンの活動に必要な費用として助成金を交付しています。その助成金の主な財源として充てられているのは、地域のみなさまからご寄付いただいた**ちょビット協力金**です。



詳しくは94ページへ



ひだまりサロンに参加するには・・・

1 ひだまりサロンを探してみる

ひだまりサロン冊子、調布市社会福祉協議会のホームページなどで、ひだまりサロンの活動情報が確認できます。身近な地域にあるサロンを探してみましょう！

問合せ先：社会福祉法人　調布市社会福祉協議会

☎042-481-7693　✉chofu-co@ccsw.or.jp

調布社協HP

2 調布社協に相談してみる

気になるひだまりサロンが見つかったら、調布社協へご連絡ください。
どんなひだまりサロンがあるのか知りたい、活動の様子をもっと詳しく知りたいなど、ひだまりサロンに関することはお気軽にご相談ください。

3 見学・参加してみる

行ってみたいひだまりサロンが見つかったら、調布社協がサロンの代表と連絡を取り、見学の調整をします。
見学が決まった日に活動場所へ行ってみましょう。
ひだまりサロン担当職員が同行し、ご案内することも可能です。
会場では参加されるみなさんが活動について教えてくれます。



ひだまりサロンを立ち上げたい！



一軒家で一人暮らし。
自宅を開放して、たくさんの方と話す機会をつくりたい！



趣味はウォーキング！
せっかくなら歩きながら交流して、仲間づくりができたらいいな。

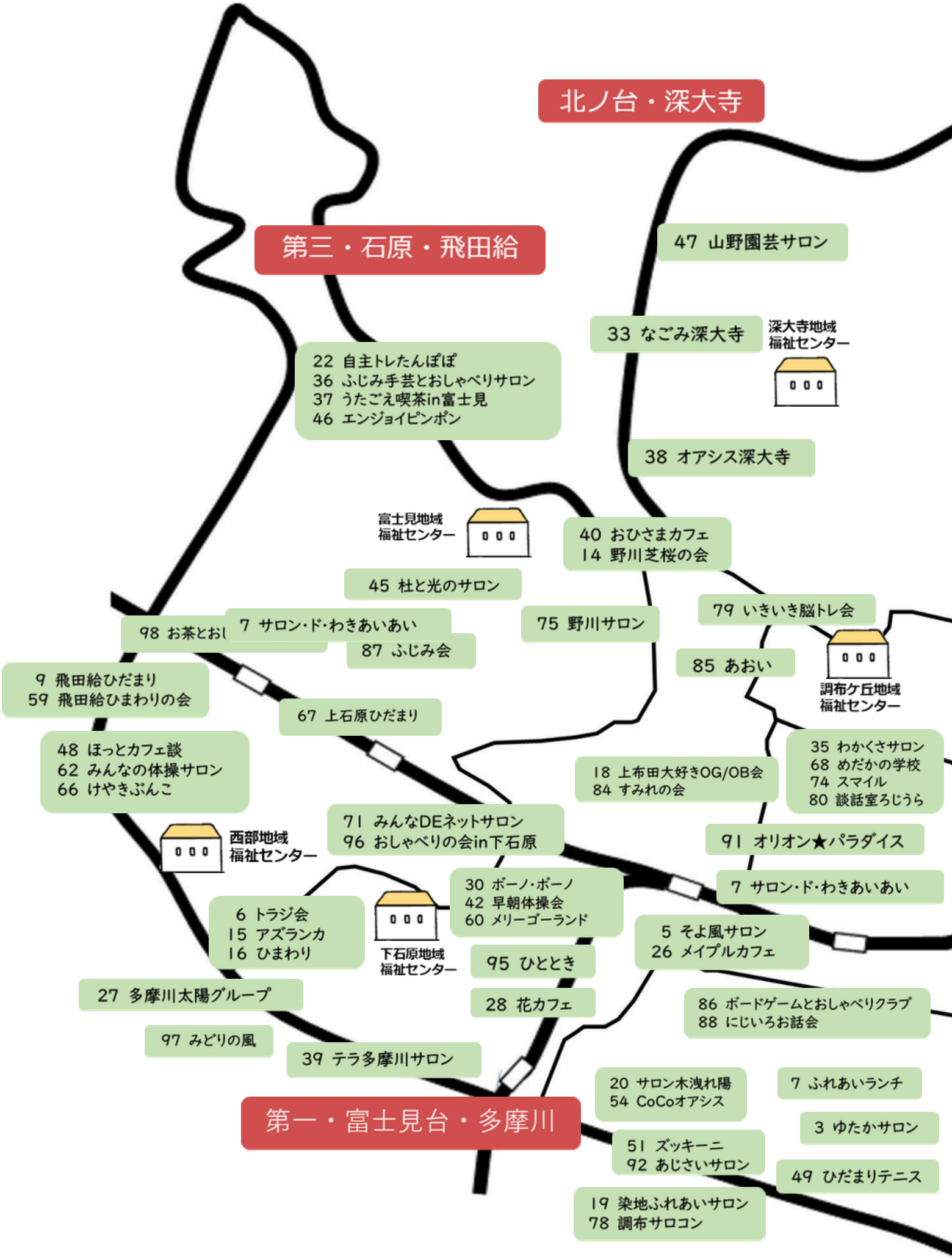


孤立している高齢者が多くて心配だなぁ。
集会所を使って茶話会をしよう！

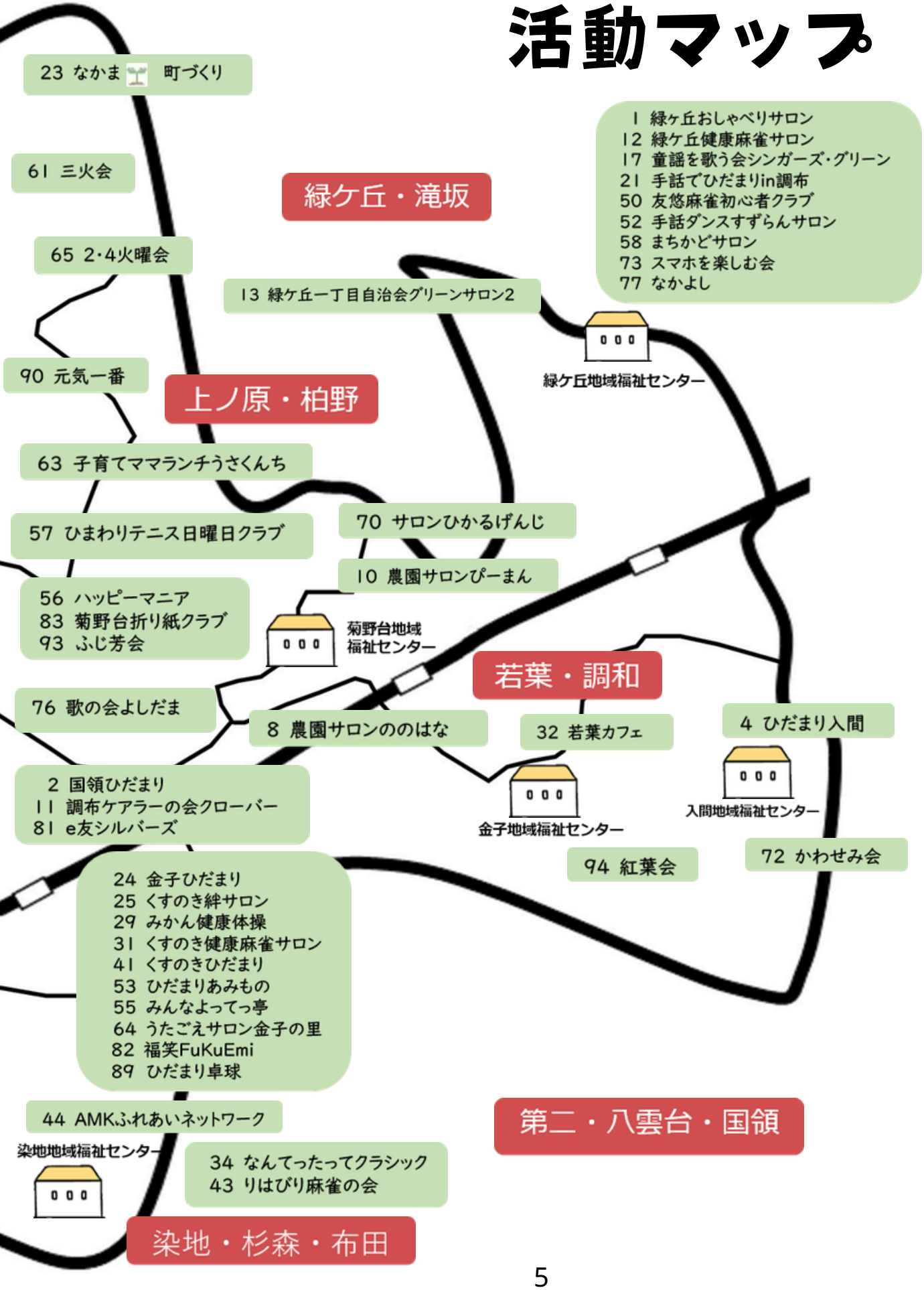
ひだまりサロン立ち上げや活動継続していくために、調布社協や**ひだまりサロン応援スタッフ**がサポートします！
また、ひだまりサロンは調布社協が加入している保険の対象となるほか、活動に必要な費用の一部を助成します。

ひだまりサロン応援スタッフ

ひだまりサロン事業を適正に運営し、地域に活動を広めるため、地域住民という立場からひだまりサロン事業の運営に関わっていただくスタッフです。
交流会の企画・運営、サロン便りの発行、新規ひだまりサロンの立ち上げや活動継続の相談などにご協力いただいています。
新たにサロンスタッフとしてご協力いただける方を募集中です！


北ノ台・深大寺
第三・石原・飛田給
47 山野園芸サロン
33 なごみ深大寺
深大寺地域
福祉センター
22 自主トレたんぽぽ
36 ふじみ手芸とおしゃべりサロン
37 うたごえ喫茶in富士見
46 エンジョイピンポン
38 オアシス深大寺
富士見地域
福祉センター
40 おひさまカフェ
14 野川芝桜の会
45 杜と光のサロン
79 いきいき脳トレ会
75 野川サロン
98 お茶とおし
7 サロン・ド・わきあいあい
87 ふじみ会
85 あおい
調布ケ丘地域
福祉センター
9 飛田給ひだまり
59 飛田給ひまわりの会
67 上石原ひだまり
48 ほっとカフェ談
62 みんなの体操サロン
66 けやきぶんこ
35 わかくさサロン
68 めだかの学校
74 スマイル
80 談話室ろじうら
18 上布田大好きOG/OB会
84 すみれの会
71 みんなDEネットサロン
96 おしゃべりの会in下石原
西部地域
福祉センター
91 オリオン★パラダイス
30 ボーノ・ボーノ
42 早朝体操会
60 メリーゴーランド
7 サロン・ド・わきあいあい
6 トラジ会
15 アズランカ
16 ひまわり
下石原地域
福祉センター
5 そよ風サロン
26 メイプルカフェ
95 ひととき
27 多摩川太陽グループ
28 花カフェ
86 ボードゲームとおしゃべりクラブ
88 にじいろお話会
97 みどりの風
39 テラ多摩川サロン
20 サロン木洩れ陽
54 CoCoオアシス
7 ふれあいランチ
第一・富士見台・多摩川
3 ゆたかサロン
51 ズッキーニ
92 あじさいサロン
49 ひだまりテニス
19 染地ふれあいサロン
78 調布サロコン

ひだまりサロン
活動マップ



ひだまりサロン主な活動種類別一覧　目次

茶話会・・・・・・・・・・・・・・・・・・０７

体操・運動・介護予防・・・・・・・・・・１１

歌・音楽・・・・・・・・・・・・・・・・・１４

子育て・・・・・・・・・・・・・・・・・・１６

野外活動・園芸・・・・・・・・・・・・・・１７

手芸・工作・絵・・・・・・・・・・・・・・１７

麻雀・ゲーム・・・・・・・・・・・・・・・１９

スマホ・・・・・・・・・・・・・・・・・・２０

食事・調理・・・・・・・・・・・・・・・・２０

手話・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２１

学習会・読書・朗読・・・・・・・・・・・・２１

※主な活動種別で分類しています。
　詳細は各活動紹介ページをご覧ください。



ひだまりサロン主な活動種類別一覧

茶話会		
ページ	団体名	活動内容
p.35	緑ヶ丘おしゃべりサロン	おしゃべり・軽い体操
p.35	国領ひだまり	お茶・おしゃべり
p.36	ゆたかサロン	茶話会
p.36	ひだまり入間	茶話会・ぼけない君ビー玉
p.37	そよ風サロン	茶話会・歌・体操・読書 学習会・ミニコンサート
p.37	トラジ会	食事・体操 軽スポーツ・相談
p.39	飛田給ひだまり	茶話会・健康体操・軽スポーツ
p.40	調布ケアラーの会 クローバー	家族介護者の集いの場
p.43	上布田大好きOG/OB会	食事・相談・ものづくり 街中の話題・自分PR
p.44	サロン木洩れ陽	食事・おしゃべり
p.47	くすのき絆サロン	水彩画・塗り絵・お茶会
p.47	メイプルカフェ	介護について話し合う

茶話会		
ページ	団体名	活動内容
p.48	多摩川太陽グループ	茶話会・体操・軽スポーツ 絵手紙・粘土・編物など
p.48	花カフェ	コーヒー・紅茶 菓子・会話
p.52	わかくさサロン	お茶会・頭の体操 小物づくり
p.53	オアシス深大寺	茶話会・手芸・情報交換・ 出前講座・脳トレ
p.54	おひさまカフェ	相談・出前講座
p.55	くすのきひだまり	カラオケ・お茶会
p.56	AMKふれあいネットワーク	懇親会・同好会 各種イベント
p.57	杜と光のサロン ※令和8年度活動休止	輪投げ・おしゃべり
p.61	CoCoオアシス	ゲーム・麻雀 おしゃべり・くつろぎ
p.62	みんなよってっ亭	歌・懇談
p.63	まちかどサロン	茶話会・歌・その他
p.64	飛田給ひまわりの会	歌・体操・勉強会 おしゃべり・交流会

茶話会		
ページ	団体名	活動内容
p.64	メリーゴーランド	交流歓談
p.65	三火会	茶話会
p.65	みんなの体操サロン	体操・茶話会
p.68	上石原ひだまり	体操・歌・茶話会
p.68	めだかの学校	体操・茶話会
p.69	サロン・ド・わきあいあい	おしゃべり・工作・体操
p.70	みんなDEネットサロン	スマホ・ネット活用について 情報交換・相談・お茶
p.70	かわせみ会	体操・お茶・おしゃべり
p.71	スマホを楽しむ会	スマホ・ネット等の活用 お茶・おしゃべり
p.71	スマイル	手芸・茶話会
p.72	野川サロン	茶話会
p.72	歌の会よしだま	歌・茶話会

茶話会

ページ	団体名	活動内容
p.74	談話室ろじうら	茶話会・麻雀・絵手紙
p.75	福笑FuKuEmi	茶話会
p.76	すみれの会	茶話会
p.77	ボードゲームと おしゃべりクラブ	ボードゲームとおしゃべり
p.78	ふじみ会	おしゃべりの会
p.78	にじいろお話会	おしゃべり会・ピアサポート
p.80	あじさいサロン	茶話会・健康体操・絵手紙
p.81	紅葉会	体操・絵本の朗読 歌・ぬり絵
p.82	ひととき	茶話会
p.82	おしゃべり会in下石原	おしゃべり・運動
p.83	みどりの風	体操・歌・茶話会
p.83	お茶とおしゃべり輪の会	茶話会・脳トレ・体操

体操・運動・介護予防		
ページ	団体名	活動内容
p.35	緑ヶ丘おしゃべりサロン	おしゃべり・軽い体操
p.37	そよ風サロン	茶話会・歌・体操・読書 学習会・ミニコンサート
p.37	トラジ会	食事・体操 軽スポーツ・相談
p.39	飛田給ひだまり	茶話会・健康体操 軽スポーツ
p.44	染地ふれあいサロン	歌（ピアノ伴奏つき）・演奏会 体操・手芸・出前講座
p.45	自主トレたんぽぽ	体操
p.46	金子ひだまり	輪投げ
p.48	多摩川太陽グループ	茶話会・体操・軽スポーツ 絵手紙・粘土・編物など
p.49	みかん健康体操	体操
p.49	ボーノ・ボーノ	体操
p.50	若葉カフェ	歌・アトラクション（人形劇） ミニ勉強会・その他
p.52	わかくさサロン	お茶会・頭の体操 小物づくり

体操・運動・介護予防		
ページ	団体名	活動内容
p.53	オアシス深大寺	茶話会・手芸・情報交換 出前講座・脳トレ
p.54	テラ多摩川サロン	体操
p.55	早朝体操会	健康体操・太極拳・サロン
p.56	AMKふれあいネットワーク	懇親会・同好会 各種イベント
p.57	杜と光のサロン ※令和8年度活動休止	輪投げ・おしゃべり
p.57	エンジョイピンポン	ピンポン
p.58	ほっとカフェ談	朗読・フレイル予防
p.59	ひだまりテニス	テニス
p.60	手話ダンス すずらんサロン	手話とダンスの練習
p.62	ハッピーマニア	子育て・軽スポーツ
p.63	ひまわりテニス 日曜日クラブ	テニス
p.64	飛田給ひまわりの会	歌・体操・勉強会 おしゃべり・交流会

体操・運動・介護予防		
ページ	団体名	活動内容
p.65	みんなの体操サロン	体操・茶話会
p.67	2・4火曜会	体操
p.68	上石原ひだまり	体操・歌・茶話会
p.68	めだかの学校	体操・茶話会
p.69	サロン・ド・わきあいあい	おしゃべり・工作・体操
p.69	サロンひかるげんじ	体操・講演会 講座・おしゃべり
p.70	かわせみ会	体操・お茶・おしゃべり
p.77	あおい	体操
p.79	ひだまり卓球	卓球
p.79	元気一番	体操
p.80	あじさいサロン	茶話会・健康体操・絵手紙
p.81	紅葉会	体操・絵本の朗読 歌・ぬり絵

体操・運動・介護予防

ページ	団体名	活動内容
p.82	おしゃべり会in下石原	おしゃべり・運動
p.83	みどりの風	体操・歌・茶話会
p.83	お茶とおしゃべり輪の会	茶話会・脳トレ・体操

歌・音楽

ページ	団体名	活動内容
p.35	緑ヶ丘おしゃべりサロン	おしゃべり・軽い体操
p.37	そよ風サロン	茶話会・歌・体操・読書 学習会・ミニコンサート
p.38	ふれあいランチ	食事・歌
p.41	緑ケ丘一丁目自治会 グリーンサロン２	歌
p.43	童謡を歌う会 シンガーズ・グリーン	歌う姿勢や身体の使い方などを学び、 抒情歌や懐かしい歌などを楽しむ
p.44	染地ふれあいサロン	歌（ピアノ伴奏つき）・演奏会 体操・手芸・出前講座
p.50	若葉カフェ	歌・アトラクション（人形劇） ミニ勉強会・その他

歌・音楽		
ページ	団体名	活動内容
p.51	なごみ深大寺	歌（ハーモニカ伴奏） 折り紙
p.51	なんてったってクラシック	CDによるクラシック鑑賞
p.53	うたごえ喫茶in富士見	DVDに合わせて歌を歌う
p.55	くすのきひだまり	カラオケ・お茶会
p.60	ズッキーニ	ペン習字・ウクレレ
p.62	みんなよって亭	歌・懇談
p.63	まちかどサロン	茶話会・歌・その他
p.64	飛田給ひまわりの会	歌・体操・勉強会 おしゃべり・交流会
p.66	うたごえサロン金子の里	歌
p.68	上石原ひだまり	体操・歌・茶話会
p.72	歌の会よしだま	歌・茶話会
p.73	調布サロコン	音楽を通じて交流

歌・音楽		
ページ	団体名	活動内容
p.81	紅葉会	体操・絵本の朗読 歌・ぬり絵
子育て		
ページ	団体名	活動内容
p.42	アズランカ	子育て・手芸 ワークショップ
p.62	ハッピーマニア	子育て・軽スポーツ
p.66	子育てママランチ うさくんち	ママの食事・相談
p.67	けやきぶんこ	絵本・子育て
p.78	ふじみ会	おしゃべりの会

野外活動・園芸

ページ	団体名	活動内容
p.38	農園サロンののはな	園芸
p.39	農園サロンぴーまん	園芸
p.41	野川芝桜の会	芝桜の手入れ 野川の清掃
p.58	山野園芸サロン	特養ホームの花・野菜づくり 清掃活動・特養ホーム入所者との交流

手芸・工作・絵

ページ	団体名	活動内容
p.42	アズランカ	子育て・手芸 ワークショップ
p.43	上布田大好きOG/OB会	食事・相談・ものづくり 街中の話題・自分PR
p.44	染地ふれあいサロン	歌（ピアノ伴奏つき）・演奏会 体操・手芸・出前講座
p.46	なかま🌱町づくり	手芸・好きな物づくり おしゃべり
p.47	くすのき絆サロン	水彩画・塗り絵・お茶会
p.48	多摩川太陽グループ	茶話会・体操・軽スポーツ 絵手紙・粘土・編物など
p.51	なごみ深大寺	歌（ハーモニカ伴奏） 折り紙

手芸・工作・絵

ページ	団体名	活動内容
p.52	わかくさサロン	お茶会・頭の体操 小物づくり
p.52	ふじみ手芸と おしゃべりサロン	前掛け・雑巾袋 カバーなどの作製
p.53	オアシス深大寺	茶話会・手芸・情報交換 出前講座・脳トレ
p.61	ひだまりあみもの	あみもの
p.64	飛田給ひまわりの会	歌・体操・勉強会 おしゃべり・交流会
p.69	サロン・ド・わきあいあい	おしゃべり・工作・体操
p.71	スマイル	手芸・茶話会
p.74	談話室ろじうら	茶話会・麻雀・絵手紙
p.76	菊野台折り紙クラブ	折り紙
p.78	ふじみ会	おしゃべりの会
p.80	オリオン★パラダイス	折り紙
p.80	あじさいサロン	茶話会・健康体操・絵手紙

麻雀・ゲーム		
ページ	団体名	活動内容
p.40	緑ケ丘健康麻雀サロン	麻雀
p.42	ひまわり	食事・料理・麻雀
p.50	くすのき健康麻雀サロン	健康麻雀
p.56	りはびり麻雀の会	麻雀
p.59	友悠麻雀初心者クラブ	麻雀
p.61	CoCoオアシス	ゲーム・麻雀 おしゃべり・くつろぎ
p.73	なかよし	麻雀
p.74	いきいき脳トレ会	麻雀・ランチ おしゃべり
p.74	談話室ろじうら	茶話会・麻雀・絵手紙
p.75	e友シルバーズ	eスポーツゲーム
p.77	ボードゲームと おしゃべりクラブ	ボードゲームとおしゃべり

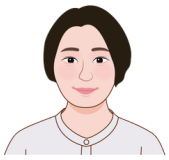
スマホ		
ページ	団体名	活動内容
p.70	みんなDEネットサロン	スマホ、ネット等の活用の情報共有、 相談・お茶・おしゃべり
p.71	スマホを楽しむ会	スマホ・ネット等の活用 お茶・おしゃべり
食事・調理		
ページ	団体名	活動内容
p.37	トラジ会	食事・体操 軽スポーツ・相談
p.38	ふれあいランチ	食事・歌
p.42	ひまわり	食事・料理・麻雀
p.44	サロン木洩れ陽	食事・おしゃべり
p.66	子育てママランチ うさくんち	ママの食事・相談
p.74	いきいき脳トレ会	麻雀・ランチ おしゃべり
p.81	ふじ芳会	菓子・料理作り

手話		
ページ	団体名	活動内容
p.45	手話でひだまりin調布	手話の勉強会
p.60	手話ダンスすずらんサロン	手話とダンスの練習

学習会・読書・朗読		
ページ	団体名	活動内容
p.37	そよ風サロン	茶話会・歌・体操・読書 学習会・ミニコンサート
p.44	染地ふれあいサロン	歌（ピアノ伴奏つき）・演奏会 体操・手芸・出前講座
p.48	多摩川太陽グループ	茶話会・体操・軽スポーツ 絵手紙・粘土・編物など
p.50	若葉カフェ	歌・アトラクション（人形劇） ミニ勉強会・その他
p.53	オアシス深大寺	茶話会・手芸・情報交換 出前講座・脳トレ
p.54	おひさまカフェ	相談・出前講座
p.58	ほっとカフェ談	朗読・フレイル予防
p.60	ズッキーニ	ペン習字・ウクレレ

学習会・読書・朗読		
ページ	団体名	活動内容
p.64	飛田給ひまわりの会	歌・体操・勉強会 おしゃべり・交流会
p.69	サロンひかるげんじ	体操・講演会 講座・おしゃべり
p.81	紅葉会	体操・絵本の朗読 歌・ぬり絵

調布市内の各地域に**地域福祉コーディネーター**と
地域支え合い推進員が配置されています。
ひだまりサロンについてはもちろん、些細なことでも
地域担当までお気軽にご相談ください。

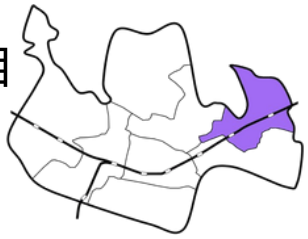
担当地域	地域福祉コーディネーター	地域支え合い推進員
緑ケ丘・滝坂小学校地域	 めぐろ 目　黒	 みさわ 三　沢
若葉・調和小学校地域	 よしだ 吉　田	 あ　べ 阿　部
上ノ原・柏野小学校地域	 しばがき 柴　垣	 なかむら 中　村
北ノ台・深大寺小学校地域	 しむら 志　村	 いとう 伊　藤
第二・八雲台・国領小学校地域	 にしうら 西　浦	 さとう 佐　藤
染地・杉森・布田小学校地域	 かわはら 川　原	 たかばたけ 高　畠
第一・富士見台・多摩川小学校地域	 みうら 三　浦	 かねこ 金　子
第三・石原・飛田給小学校地域	 たけだ 武　田	 ね　ぎ 根　木

詳しくは89ページへ

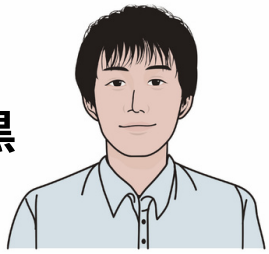
地域別ひだまりサロン一覧

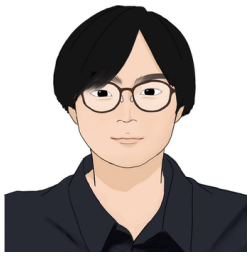
緑ケ丘・滝坂　小学校地域

●仙川町１～３丁目　　●緑ケ丘１丁目・２丁目
●若葉町１丁目の一部　　●菊野台１丁目の一部
●東つつじケ丘１～２丁目・３丁目の一部
●西つつじケ丘１～４丁目の一部



目　黒





三　沢

地域の担当は私たちです！

この地域の
地域包括支援センターは
つつじヶ丘

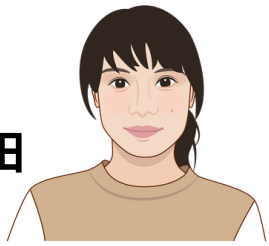
p.35	緑ヶ丘おしゃべりサロン	【体操・運動・介護予防】【歌・音楽】
p.39	農園サロンぴーまん	【野外活動・園芸】
p.40	緑ケ丘健康麻雀サロン	【麻雀・ゲーム】
p.41	緑ケ丘一丁目自治会グリーンサロン２	【歌・音楽】
p.43	童謡を歌う会シンガーズ・グリーン	【歌・音楽】
p.45	手話でひだまりin調布	【手話】
p.59	友悠麻雀初心者クラブ	【麻雀・ゲーム】
p.60	手話ダンスすずらんサロン	【体操・運動・介護予防】【手話】
p.63	まちかどサロン	【茶話会】【歌・音楽】
p.71	スマホを楽しむ会	【茶話会】【スマホ】
p.73	なかよし	【麻雀・ゲーム】

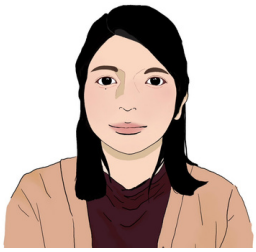
若葉・調和　小学校地域

●東つつじケ丘３丁目の一部
●西つつじケ丘３・４丁目の一部
●入間町１～３丁目
●若葉町１丁目の一部・２丁目・３丁目
●菊野台１丁目の一部・２丁目・３丁目
●国領町８丁目の一部



吉　田





阿　部

この地域の
地域包括支援センターは
仙川

地域の担当は私たちです！

p.36	ひだまり入間	【茶話会】
p.38	農園サロンののはな	【野外活動・園芸】
p.50	若葉カフェ	【体操・運動・介護予防】【歌・音楽】など
p.70	かわせみ会	【茶話会】【体操・運動・介護予防】
p.81	紅葉会	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など

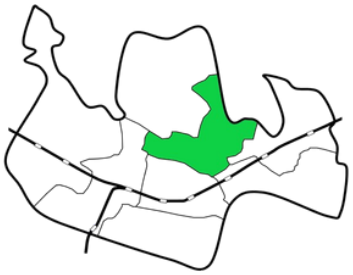
ひだまりサロン豆知識　～歴史～

ひだまりサロン事業は
平成17年度(2005年)から始まり、
令和7年度(2025年)には20周年を迎えました。

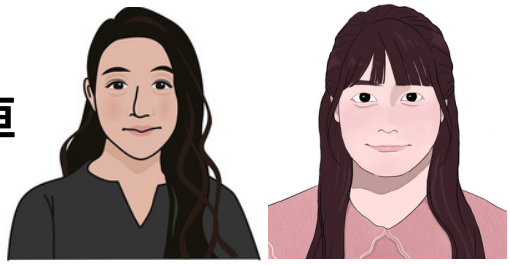


上ノ原・柏野　小学校地域

●調布ケ丘３丁目の一部
●柴崎１丁目・２丁目
●菊野台１丁目の一部
●西つつじケ丘１丁目の一部・２丁目の一部
●深大寺東町２丁目の一部・３丁目・４丁目
●深大寺南町１～３丁目の一部・５丁目の一部
●深大寺元町２丁目の一部
●佐須町１丁目の一部・２丁目・３丁目の一部・４丁目・５丁目



柴　垣



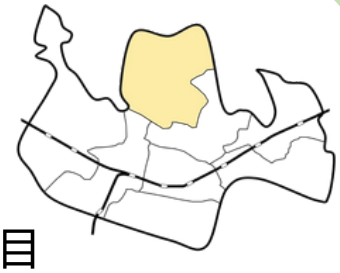
中　村

地域の担当は私たちです！

この地域の
地域包括支援センターは
至誠しばさき

p.41	野川芝桜の会	【野外活動・園芸】
p.62	ハッピーマニア	【体操・運動・介護予防】【子育て】
p.63	ひまわりテニス日曜日クラブ	【体操・運動・介護予防】
p.66	子育てママランチうさくんち	【子育て】【食事・調理】
p.69	サロンひかるげんじ	【体操・運動・介護予防】
p.74	いきいき脳トレ会	【麻雀・ゲーム】【食事・調理】
p.76	菊野台折り紙クラブ	【手芸・工作・絵】
p.79	元気一番	【体操・運動・介護予防】
p.81	ふじ芳会	【食事・調理】

北ノ台・深大寺　小学校地域



●佐須町１丁目の一部
●深大寺北町１～７丁目
●深大寺元町２丁目の一部・３～５丁目
●深大寺東町１丁目・２丁目の一部・５～８丁目
●深大寺南町１～３丁目の一部・４丁目・５丁目の一部

志　村





伊　藤

この地域の
地域包括支援センターは
はなみずき

地域の担当は私たちです！

p.46	なかま🌱町づくり	【手芸・工作・絵】
p.51	なごみ深大寺	【歌・音楽】【手芸・工作・絵】
p.53	オアシス深大寺	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.58	山野園芸サロン	【野外活動・園芸】
p.65	三火会	【茶話会】
p.67	２・４火曜会	【体操・運動・介護予防】

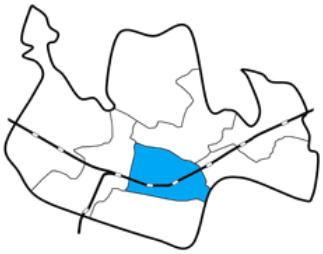


ひだまりサロン豆知識　～事業のはじまり～

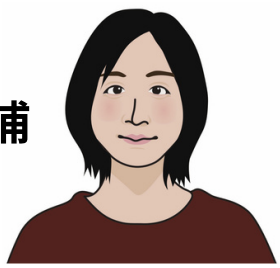
ミニデイサービスひだまり事業と
ふれあいいきいきサロン事業が
統合され、ひだまりサロン事業が
スタートしました。

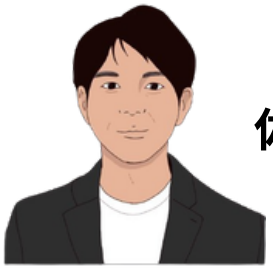
第二・八雲台・国領　小学校地域

●佐須町３丁目の一部　●八雲台１丁目・２丁目
●国領町１～５丁目、８丁目の一部
●調布ケ丘２丁目・３丁目の一部
●布田２丁目・３丁目



西　浦





佐　藤

地域の担当は私たちです！

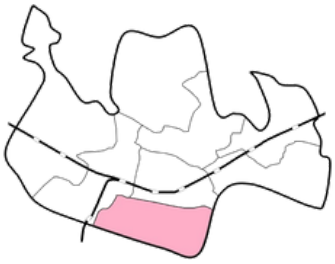
この地域の
地域包括支援センターは
ゆうあい

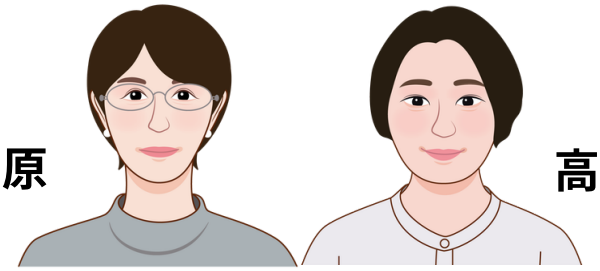
p.35	国領ひだまり	【茶話会】
p.40	調布ケアラーの会クローバー	【茶話会】
p.46	金子ひだまり	【体操・運動・介護予防】
p.47	くすのき絆サロン	【茶話会】【手芸・工作・絵】
p.49	みかん健康体操	【体操・運動・介護予防】
p.50	くすのき健康麻雀サロン	【麻雀・ゲーム】
p.52	わかくさサロン	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.55	くすのきひだまり	【茶話会】【歌・音楽】
p.61	ひだまりあみもの	【手芸・工作・絵】
p.62	みんなよってっ亭	【茶話会】【歌・音楽】
p.66	うたごえサロン金子の里	【歌・音楽】

p.68	めだかの学校	【茶話会】【体操・運動・介護予防】
p.69	サロン・ド・わきあいあい	【体操・運動・介護予防】など
p.71	スマイル	【茶話会】【手芸・工作・絵】
p.72	歌の会よしだま	【茶話会】【歌・音楽】
p.74	談話室ろじうら	【茶話会】【麻雀・ゲーム】など
p.75	e友シルバーズ	【麻雀・ゲーム】
p.75	福笑FuKuEmi	【茶話会】
p.77	あおい	【体操・運動・介護予防】
p.77	ボードゲームとおしゃべりクラブ	【茶話会】【麻雀・ゲーム】
p.78	にじいろお話会	【茶話会】
p.79	ひだまり卓球	【体操・運動・介護予防】

染地・杉森・布田　小学校地域

●国領町６～７丁目　●染地１～３丁目
●布田５～６丁目　●多摩川６～７丁目





川　原　　高　畠

地域の担当は私たちです！

この地域の
地域包括支援センターは
ときわぎ国領

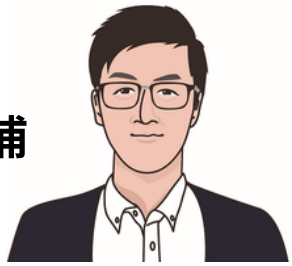
p.36	ゆたかサロン	【茶話会】
p.38	ふれあいランチ	【歌・音楽】【食事・調理】
p.44	染地ふれあいサロン	【体操・運動・介護予防】【歌・音楽】など
p.44	サロン木洩れ陽	【茶話会】【食事・調理】
p.51	なんてったってクラシック	【歌・音楽】
p.56	りはびり麻雀の会	【麻雀・ゲーム】
p.56	AMKふれあいネットワーク	【茶話会】【体操・運動・介護予防】
p.59	ひだまりテニス	【体操・運動・介護予防】
p.60	ズッキーニ	【歌・音楽】【学習会・読書・朗読】
p.61	CoCoオアシス	【茶話会】【麻雀・ゲーム】
p.73	調布サロコン	【歌・音楽】
p.80	あじさいサロン	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など

第一・富士見台・多摩川　小学校地域

●富士見町２丁目の一部　●小島町１～３丁目
●多摩川１～５丁目　●布田１丁目・４丁目
●下石原１～３丁目の一部
●深大寺元町１丁目
●調布ケ丘１丁目・３丁目の一部・４丁目



三　浦





金　子

地域の担当は私たちです！

この地域の
地域包括支援センターは
ちょうふ花園

p.37	そよ風サロン	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.43	上布田大好きOG/OB会	【茶話会】【手芸・工作・絵】
p.47	メイプルカフェ	【茶話会】
p.48	多摩川太陽グループ	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.48	花カフェ	【茶話会】
p.49	ボーノ・ボーノ	【体操・運動・介護予防】
p.54	テラ多摩川サロン	【体操・運動・介護予防】
p.54	おひさまカフェ	【茶話会】【学習会・読書・朗読】
p.55	早朝体操会	【体操・運動・介護予防】
p.64	メリーゴーランド	【茶話会】
p.70	みんなDEネットサロン	【茶話会】【スマホ】

p.72　野川サロン　【茶話会】

p.76　すみれの会　【茶話会】

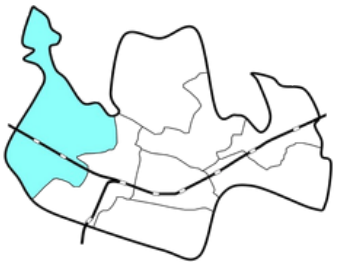
p.80　オリオン★パラダイス　【手芸・工作・絵】

p.82　ひととき　【茶話会】

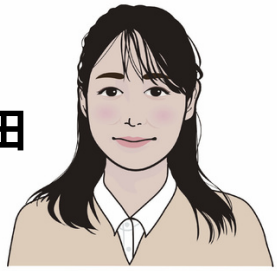
p.82　おしゃべり会in下石原　【茶話会】【体操・運動・介護予防】

第三・石原・飛田給　小学校地域

●野水１丁目・２丁目　●西町
●飛田給１～３丁目　●上石原１～３丁目
●富士見町１丁目・２丁目の一部・３～４丁目
●下石原１～３丁目の一部



武　田





根　木

地域の担当は私たちです！

この地域の
地域包括支援センターは
ちょうふの里

p.37	トラジ会	【茶話会】【体操・運動・介護予防】【食事・調理】
p.39	飛田給ひだまり	【茶話会】【体操・運動・介護予防】
p.42	アズランカ	【子育て】【手芸・工作・絵】
p.42	ひまわり	【麻雀・ゲーム】【食事・調理】
p.45	自主トレたんぽぽ	【体操・運動・介護予防】
p.52	ふじみ手芸とおしゃべりサロン	【手芸・工作・絵】
p.53	うたごえ喫茶in富士見	【歌・音楽】
p.57	杜と光のサロン	【茶話会】【体操・運動・介護予防】　※R8休止
p.57	エンジョイピンポン	【体操・運動・介護予防】
p.58	ほっとカフェ談	【体操・運動・介護予防】など
p.64	飛田給ひまわりの会	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など

p.65	みんなの体操サロン	【茶話会】【体操・運動・介護予防】
p.67	けやきぶんこ	【子育て】
p.68	上石原ひだまり	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.78	ふじみ会	【茶話会】【子育て】【手芸・工作・絵】
p.83	みどりの風	【茶話会】【体操・運動・介護予防】など
p.83	お茶とおしゃべり輪の会	【茶話会】【体操・運動・介護予防】

お近くの地域に気になるひだまりサロンは

見つかりましたか？

お気軽にひだまりサロン担当までご相談ください。



団体名	1	みどりがおかおしゃべりさろん **緑ヶ丘おしゃべりサロン**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター （緑ケ丘2-18-49）				
活動日	①第2火曜日 ②第3月曜日	活動時間	13：30～15：30		
活動内容	①おしゃべり、 ピアノ伴奏に合わせた歌 ②軽い体操	参加者数	26 人	参加費	①100円 ②無料
ＰＲ	軽い体操や手話のほか、プロジェクターの映像を見ながら懐かしい歌、童謡、誤嚥防止の歌などを楽しく歌います。お茶タイムでは曲にまつわる興味深い話などおしゃべりに花が咲き、楽しいひと時を過ごしています。				

団体名	2	こくりょうひだまり **国領ひだまり**			
活動場所	調布市市民プラザあくろす 2階はばたき （国領町2-5-15）				
活動日	第2・4金曜日	活動時間	13：00～14：30		
活動内容	お茶、おしゃべり	参加者数	10 人	参加費	100円
ＰＲ	おしゃべりが中心の会です。お菓子をつまみながら、ニュースの話、季節、健康、思い出話などなど、みんなと話す事で、スッキリしたり、ホッコリしたり、情報交換して楽しく過ごしましょう。				

団体名	3	ゆたかサロン **ゆたかサロン**		
活動場所	ライオンズマンション調布管理棟1階談話室 （染地2-8-3）			
活動日	第1・3火曜日	活動時間	10：00～12：00	
活動内容	茶話会	参加者数	16 人	参加費	無料
ＰＲ	ゆたかサロンが発足して今年は21年目を迎えます。第1・3火曜日午前10時～12時までの2時間、マンション管理棟の談話室で行っています。 特にテーマは決めていませんが、縁があって同じマンションに住むことになった方々と、和やかな雰囲気で多くの方が気軽に自由に話せる会にしたいとスタッフ一同心がけています。			

団体名	4	ひだまりいりま **ひだまり入間**		
活動場所	入間地域福祉センター （入間町1-13-2）			
活動日	第3火曜日	活動時間	13：00～15：00	
活動内容	茶話会、 ぼけない君ビー玉	参加者数	14人	参加費	200円 お弁当のとき 300円
ＰＲ	コロナ禍のため食事は実施できていませんが、以前は10時から体操、12時から食事をしていました。ぼけない君ビー玉使用。歌謡曲（昭和）アカペラ。ボケない・ボケる、お座敷小唄替え歌。トランプ、おしゃべりなどをしています。			

団体名	5	そよかぜさろん **そよ風サロン**			
活動場所	①個人宅（小島町2丁目） ②調布住宅集会室（小島町2丁目）				
活動日	①第1月曜日 ②第4木曜日	活動時間	①10：00～12：00 ②14：00～16：30		
活動内容	茶話会、歌、体操、読書 学習会、ミニコンサート	参加者数	10 人	参加費	無料
ＰＲ	調布駅から5分の10階建集合住宅で活動をしています。 便利なので、周辺の方も参加しています。近況報告、情報交換、学習会、お茶タイムなど歓談を楽しんでいます。 「地域包括支援センターちょうふ花園」の指導で10筋体操を健康づくりに取り入れました。また、健康力測定をしてフレイル予防に取り組んでいます。				

団体名	6	とらじかい **トラジ会**			
活動場所	西東京南部同胞生活相談綜合センター （上石原3-56-17）				
活動日	第1木曜日、第3土曜日	活動時間	11：00～14：00		
活動内容	食事、体操 軽スポーツ、相談	参加者数	20人	参加費	500円
ＰＲ	高齢者たちへの感謝と恩返しの気持ち、サラン(愛)を込めてボランティアスタッフたちがお迎えしています。				

団体名	7	ふれあいらんち **ふれあいランチ**			
活動場所	シルバーピア調布染地集会室（染地1-1-2）				
活動日	第1・4木曜日 ※祝日はお休み	活動時間	12：00～14：00		
活動内容	食事、歌	参加者数	23人	参加費	500円
ＰＲ	初めての人でもすぐに打ち解けて、おしゃべりが弾み、笑顔で友達になることができる会食です。 食事の後は歌を歌ったり、頭の体操をしたりして楽しんでいます。 介護予防にもなる会食は人と人との関わりを育み、生活の質を熟成することができます。				

団体名	8	のうえんさろんののはな **農園サロンののはな**			
活動場所	畑（西つつじケ丘3丁目）				
活動日	毎週火曜日（雨天中止） ※祝日は都度ご確認ください	活動時間	（通常）9：00～11：00 （夏）8：00～10：00		
活動内容	園芸	参加者数	6人	参加費	無料
ＰＲ	週に1度（基本的には火曜日）集まって畑を耕し野菜作りを楽しんでいます。自分たちで種から育てた野菜はどれも形は悪くても味がありおいしいと感じます。 早朝の活動で健康づくり、手作りの野菜で食卓を豊かにと思い皆で和気あいあいとやっています。				

団体名	9	とびたきゅうひだまり **飛田給ひだまり**		
活動場所	西部ふれあいの家（飛田給3-53-1）			
活動日	第2木曜日	活動時間	13：00～15：00	
活動内容	茶話会、健康体操、 軽スポーツ	参加者数	10人	参加費　無料
ＰＲ	ひだまりサロンは、自治会やシニアクラブの枠を超えて集える場所です。 年々高齢化していく中、身近で気軽におしゃべりをして、時には手芸や紙細工をしています。 毎回、体操・輪投げ・ボッチャ・ボールなどで身体を動かすことで、笑顔溢れます。			

団体名	10	のうえんさろんぴーまん **農園サロンぴーまん**		
活動場所	畑（西つつじケ丘2丁目）			
活動日	月2回　土曜日 （雨天中止）	活動時間	9：00～11：00	
活動内容	園芸	参加者数	3人	参加費　8,000円/年
ＰＲ	安全・新鮮な野菜が食べられます。 レシピを考え、調理の腕も上がります。			

団体名	11	ちょうふけあらーのかいくろーばー **調布ケアラーの会クローバー**			
活動場所	調布市市民プラザあくろす（国領町2-5-15）				
活動日	第3木曜日	活動時間	13：00～15：00（16：00）		
活動内容	家族介護者の集いの場	参加者数	7人	参加費	無料
ＰＲ	ケアラー（介護者）同士介護について気兼ねなく話ができる場です。 介護の知恵や最新情報等々、おしゃべりをして心のリフレッシュをはかりましょう！ ケアラーならどなたでも。申込み不要です。途中入退出可。 不定期ですが講師を招いて介護についての勉強会も開催しています。				

団体名	12	みどりがおかけんこうまーじゃんさろん **緑ケ丘健康麻雀サロン**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）				
活動日	毎週木曜日	活動時間	13：00～16：45		
活動内容	麻雀	参加者数	13人	参加費	無料
ＰＲ	年齢60～90代の男性主体のサロン。賭けは厳禁。館内は禁煙、禁酒。 緑ヶ丘、仙川町等の地域内はもとより、飛田給、富士見町、染地、深大寺南町などの市内各地から参加されています。和気あいあいの雰囲気の中で、みなさんが健康づくりに励んでいただくために、話し合いで独自のルールを決めています。				

団体名	13	みどりがおか1ちょうめじちかいぐりーんさろん2 **緑ケ丘一丁目自治会グリーンサロン2**			
活動場所	緑ケ丘小学校ふれあい給食室（緑ケ丘2-16-1）				
活動日	第2・4木曜日	活動時間	12：45～14：15		
活動内容	歌	参加者数	20人	参加費	100円
ＰＲ	高齢者にも上手にやさしく指導してくださる先生に恵まれてたいへん幸せです。 是非多くの方に先生の魅力を知ってほしいと思っています。				

団体名	14	のがわしばざくらのかい **野川芝桜の会**			
活動場所	野川河川敷（佐須町4丁目・都営団地公園）				
活動日	第2・4日曜日	活動時間	（通常）9：30～11：00 （夏）8：30～10：00		
活動内容	芝桜の手入れ 野川の清掃	参加者数	43人	参加費	無料
ＰＲ	私たちのサロンは「野川の桜ライトアップを楽しむ会」のボランティアから発足しました。 いつもきれいな野川にし皆に気持ちよく楽しんでほしいという願いから、野川やサイクリングロードを清掃したり、一の橋から大橋までの左岸に芝桜を植え、その手入れをしています。暑い日は水がほしいのでは…草に負けないで…と常に花を思い接しています。 そんな心やさしいスタッフに囲まれ私たちも癒されています。				

団体名	15	あずらんか アズランカ			
活動場所	個人宅 （上石原3丁目）				
活動日	第2・4水曜日	活動時間	9：30～11：30		
活動内容	子育て、手芸、 ワークショップ	参加者数	10人	参加費	無料
ＰＲ	通常のサロンでは、大人達がおしゃべりをしながら手仕事をしています。ワークショップやイベントの時は子どもたちも参加しています。小さい頃から参加しているので、幼稚園や小学校が違っても幼なじみにようになっています。				

団体名	16	ひまわり ひまわり			
活動場所	ネオコーポ調布多摩川集会室（上石原3-60-2）				
活動日	第2水曜日、最終土曜日 ※祝日はお休み	活動時間	（第2水曜日）12：00～13：00 （土曜日）12：30～17：30		
活動内容	食事、料理、麻雀	参加者数	25人	参加費	無料
ＰＲ	私たちのサロンはバラエティーに富んだ活動内容を計画・実施し子どもからお年寄りまで参加できるようにすることで、コミュニケーションの輪が少しでも広がるようにしています。				

団体名	17	どうようをうたうかいしんがーず・ぐりーん **童謡を歌う会シンガーズ・グリーン**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）				
活動日	第2金曜日 ※祝日は年2～3回開催	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	歌う姿勢や身体の使い方などを学び、抒情歌や懐かしい歌などを楽しむ	参加者数	30人	参加費	200円
ＰＲ	発足して25年目、50代くらいから歌の好きな方々が集い、音楽専科の指導の下、手作りの歌集などを活用し楽しく歌っている。和やかな雰囲気を大切に健康づくり、友だちづくりの輪が広がっている。地域との交流も深まっていて、つどい等での舞台参加なども目標に練習の励みになっている。				

団体名	18	かみふだだいすきおーじー／おーびーかい **上布田大好きOG／OB会**			
活動場所	上布田自治会館（布田1-45-2）				
活動日	第1・3月曜日（基本） ※祝日はお休み（一部開催）	活動時間	14：00～16：00		
活動内容	食事、相談、ものづくり、街中の話題、自分PR	参加者数	9～15人	参加費	無料
ＰＲ	1．高齢者同志の話題・交流 2．防災訓練の継続 3．OG・OB竹トンボの製作 4．お互い同志の健康管理の確認 5．安否確認訓練の継続				

団体名	19	そめちふれあいさろん **染地ふれあいサロン**			
活動場所	染地ふれあいの家（染地3-8-26）				
活動日	第3水曜日	活動時間	13：30～15：30		
活動内容	歌(ピアノ伴奏つき)、演奏会、体操、手芸、出前講座	参加者数	36人	参加費	200円
ＰＲ	このサロンではなごやかな雰囲気のなかでまずは軽い体操をしたり、誕生月の方をお祝いし歌を歌います。その後毎月違った催し物（音楽会・手作り会など）を行います。 コーヒーとお菓子を食べながらおしゃべりをして年齢に関係なく交流して仲間づくりをしています。年3回「うたごえカフェ」と称して季節や懐かしの歌をピアノ伴奏に合わせて全員で合唱して過ごす月があります。地域の誰もが集える＂憩いの場”になれるよう続けていきたいと思っています。				

団体名	20	さろんこもれび **サロン木洩れ陽**			
活動場所	調布市こころの健康支援センター別館（布田5-46-1）				
活動日	第2金曜日、第4月曜日 ※祝日はお休み	活動時間	11：00～13：00		
活動内容	食事、おしゃべり	参加者数	20人	参加費	無料
ＰＲ	ランチタイムに、旬の野菜をたっぷり入れた栄養満点の豚汁を提供しています。だしや味噌にもこだわり、手作りの塩こうじに漬けた豚肉を使い、毎回「おいしい」とおかわりの声も。昼食は各自自由に持参しています。				

団体名	21	しゅわでひだまりいんちょうふ **手話でひだまりin調布**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）				
活動日	第1土曜日または第3土曜日	活動時間	13：30～15：30		
活動内容	手話の勉強会	参加者数	10人	参加費	無料
ＰＲ	手話でコミュニケーション楽しく覚えましょう。				

団体名	22	じしゅとれたんぽぽ **自主トレたんぽぽ**			
活動場所	富士見地域福祉センター（富士見町4-15-6）				
活動日	毎週木曜日 ※祝日はお休み	活動時間	10：00～11：30		
活動内容	体操	参加者数	35人	参加費	100円/月
ＰＲ	毎週無理なく続けられ良い習慣になり筋力もついてきたように思います。 会員の親睦を図り乍ら楽しんでおります。				

団体名	23	なかま 🌱 まちづくり **なかま🌱町づくり**			
活動場所	深大寺東第一自治会集会場（深大寺東町8-24）				
活動日	第1・3月曜日、毎週水曜日 （雨天中止）	活動時間	13：00～15：00		
活動内容	手芸、好きな物づくり、 おしゃべり	参加者数	5～ 10人	参加費	（手芸） 300円
ＰＲ	日ごろの活動は都営住宅集会所で4，5人で行っています。また、時にはブランチ調布を会場にN＆Hカフェから出前をとり、食事会を始めました。気分も違い、楽しんでいます。以前のような自分たちで簡単な物も作りたいと思っていますが、急がずゆったりと進められればと…。	 			

団体名	24	かねこひだまり **金子ひだまり**			
活動場所	国領町三丁目第2アパート集会所 （国領町3-17）				
活動日	毎週水曜日	活動時間	9：30～11：30		
活動内容	輪投げ	参加者数	9人	参加費	無料
ＰＲ	輪投げ･お茶･おしゃべり、点数をつけて盛り上がっています。				

団体名	25	くすのききずなさろん **くすのき絆サロン**		
活動場所	都営調布くすのきアパート1号棟集会室（国領町3-8-15）			
活動日	第1・3月曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	水彩画、塗り絵、お茶会	参加者数	10人	参加費　100円
ＰＲ	仲良く和気あいあいと絵を描いています。 親睦と友好が深まりました。			

団体名	26	めいぷるかふぇ **メイプルカフェ**		
活動場所	メドウィン調布1階（布田4-3-5）			
活動日	第2・4水曜日	活動時間	14：00～16：00	
活動内容	介護について話し合う	参加者数	10人	参加費　100円
ＰＲ	介護者の悩みや生き方などを語り合い、体験や情報交換などを通じてより良い介護を学び合います。 配偶者を亡くし、不安を抱えた方の参加も増えています。 調布駅から1分の便利な場所です。 皆様の参加をお待ちしています。			

団体名	27	たまがわたいようぐるーぷ **多摩川太陽グループ**			
活動場所	下石原地域福祉センター（下石原3-72-1）				
活動日	第2木曜日	活動時間	13：30～15：30		
活動内容	茶話会、体操、軽スポーツ、 紙手紙、粘土、編物、 出前講座、押し花アート	参加者数	12人	参加費	150～200円
ＰＲ	いろいろなジャンルの作品を楽しくおしゃべりしながら作っています。聞きたい事、学びたい事等は出前講座で教えていただいています。皆さんイキイキ楽しんでいます。				

団体名	28	はなかふぇ **花カフェ**			
活動場所	①シェアサロンラリス（小島町3丁目医師会となり） ②そんぽの家S調布（多摩川3-17-2）				
活動日	①第1火曜日　②第3火曜日 ※祝日はお休み	活動時間	①13：00～15：00 ②14：20～15：50		
活動内容	コーヒー、紅茶、菓子、 会話	参加者数	13人	参加費	100円
ＰＲ	気分転換やお疲れの際、是非くつろいで過ごしていただけたらと思います。介護されている方、大歓迎です。居心地の良い場を目指しています。				

団体名	29	みかんけんこうたいそう **みかん健康体操**			
活動場所	ライフタウン国領集会所（国領町8-2-9）				
活動日	月2～3回　月曜日	活動時間	（前半クラス）9：50～10：50 （後半クラス）11：10～12：10		
活動内容	体操	参加者数	40人	参加費	500円/回
ＰＲ	転倒防止や膝痛、腰痛の予防改善を目指してストレッチ、筋力トレーニングを楽しく行っています。				

団体名	30	ぼーの・ぼーの **ボーノ・ボーノ**			
活動場所	調布市文化会館たづくり（小島町2-33-1）				
活動日	第1・3火曜日	活動時間	13：00～15：00		
活動内容	体操	参加者数	8人	参加費	無料
ＰＲ	年齢・体力には個人差があります。無理なく、笑い声が絶えない楽しい会です。				

団体名	31	くすのきけんこうまーじゃんさろん **くすのき健康麻雀サロン**			
活動場所	都営調布くすのきアパート1号棟集会室（国領町3-8-15）				
活動日	毎週木曜日（第5は除く）、第1・3土曜日	活動時間	12：30～16：45		
活動内容	健康麻雀	参加者数	39人	参加費	100円/月
ＰＲ	かつては「賭けない麻雀なんて面白くない」と豪語していた人も、今はすっかり健康麻雀に嵌っている。 強いと言われた人も大負けしたりする、そこが麻雀が楽しくて面白いのではないでしょうか？ もっと増やして欲しいと云う声が上がり、月6回行う事にしました。親睦と友好が深りました。本当に始めて良かったと感じています。				

団体名	32	わかばかふぇ **若葉カフェ**			
活動場所	東部公民館（若葉町1-29-21）				
活動日	第3水曜日	活動時間	13：30～16：30		
活動内容	歌、アトラクション（人形劇）、ミニ勉強会、その他	参加者数	14人	参加費	300円
ＰＲ	開会でアトラクションの人形劇は楽しみの1つです。毎月のミニ勉強会は仙川包括・講座・漢方の話、シニアの為の体操、おしゃべり会等です。12年目に入り交流も深まり和やかに仲間が集まり活動しております。				

団体名	33	なごみじんだいじ **なごみ深大寺**		
活動場所	深大寺地域福祉センター（深大寺北町2-40-1）			
活動日	第4金曜日	活動時間	13：30～15：30	
活動内容	歌（ハーモニカ伴奏）、折り紙	参加者数	13人	参加費 無料
ＰＲ	頭の活性化、季節に合わせての折紙。折り上がると嬉しい物です。 唱歌で春夏秋冬歌集を作り大きな声で楽しく歌っています。そしておしゃべり和やかな会です。おやつを食べながら話がはずみます。			

団体名	34	なんてったってくらしっく **なんてったってクラシック**		
活動場所	染地地域福祉センター（染地3-3-1）			
活動日	第3木曜日	活動時間	14：00～16：00	
活動内容	主にCDによる クラシック鑑賞	参加者数	14人	参加費 無料
ＰＲ	私たちの地域は人生の先輩の方達が数多くお住まいです。 その方々と楽しく音楽鑑賞しながら交流したいと思います。			

団体名	35	わかくささろん **わかくさサロン**			
活動場所	都営八雲自治会館（八雲台1-23）				
活動日	第3土曜日	活動時間	10：00～11：30 ※活動によって変更あり		
活動内容	お茶会、頭の体操、 小物づくり	参加者数	9人	参加費	200～500円
ＰＲ	毎回、担当になった方々の催しが何かと楽しみにしています。今回は折紙でくす玉を作りました。				

団体名	36	ふじみしゅげいとおしゃべりさろん **ふじみ手芸とおしゃべりサロン**			
活動場所	富士見地域福祉センター（富士見町4-15-6）				
活動日	第2・4水曜日	活動時間	13：00～15：00		
活動内容	前掛け、雑巾袋 カバーなどの作製	参加者数	6人	参加費	無料
ＰＲ	介護施設からいろいろな（前掛け・ぞうきん・袋・カバー等）注文が来ますが、快く引き受け作り、使っていただいています。 仕事が終わった後に、情報交換をしながらお茶を戴き楽しく過ごしています。				

団体名	37	うたごえきっさいんふじみ **うたごえ喫茶in富士見**		
活動場所	富士見地域福祉センター （富士見町4-15-6）			
活動日	第3土曜日	活動時間	13：30～15：00	
活動内容	DVDに合わせて歌を歌う	参加者数	20人	参加費 100円
ＰＲ	DVDによる美しい日本の風景がスクリーンに写し出されます。 スクリーンには歌詞が字幕に出ます。月１回の歌声を楽しむサークルです。			

団体名	38	おあしすじんだいじ **オアシス深大寺**		
活動場所	個人宅（深大寺元町3丁目）			
活動日	第1月曜日	活動時間	13：30～15：30	
活動内容	茶話会、手芸、情報交換、出前講座、脳トレ	参加者数	15人	参加費 200円
ＰＲ	一種類の事ではなく多種類の事を経験できるのが自慢です。			

団体名	39	てらたまがわさろん **テラ多摩川サロン**			
活動場所	フィットネス＆カルチャースタジオTerra（多摩川5-7-6）				
活動日	第1・3火曜日	活動時間	10：00～10：45		
活動内容	体操	参加者数	6人	参加費	300円
ＰＲ	45分の体操とおしゃべりを楽しむサロンです。 認知症予防、腰痛改善のためにもいっしょに体を動かしましょう！				

団体名	40	おひさまかふぇ **おひさまカフェ**			
活動場所	個人宅（深大寺元町1丁目）他				
活動日	第3金曜日	活動時間	14：00～16：00		
活動内容	相談、出前講座	参加者数	7人	参加費	無料
ＰＲ	毎月1回、個人宅に集まり、近況報告や情報交換をするほか、みんなでテーマを話し合い、お花見や七夕、クリスマスなどの季節行事、介護予防の講座など、それぞれの体調に合わせて無理のない範囲で活動しています。				

団体名	41	くすのきひだまり **くすのきひだまり**			
活動場所	都営調布くすのきアパート1号棟集会室（国領町3-8-15）				
活動日	第2・4月曜日	活動時間	13：00～16：00		
活動内容	カラオケ、お茶会	参加者数	14人	参加費	100円/月
ＰＲ	みなさんが歌うこと聴くことで、友好が深りました。 新曲や唱歌、また昭和と平成ヒット曲の多い盤のDVD・LDを買い足して、約800曲に増えました。 皆さんが楽しんで歌っており、生き生きと元気が出たように感じています。				

団体名	42	そうちょうたいそうかい **早朝体操会**			
活動場所	調布市役所前庭				
活動日	（体操）土曜を除き毎日 （その他活動）不定期	活動時間	6：15～7：25		
活動内容	健康体操、太極拳、サロン	参加者数	40人	参加費	1家族 200円/月
ＰＲ	日々の運動不足を補って体調を整え、朝日を浴びての体操は、‘4つの幸せホルモン’に依る気持ちの安泰を保ちます。会員には高齢者が多く、交流の輪も広がります。				

団体名	43	りはびりまーじゃんのかい **りはびり麻雀の会**			
活動場所	染地地域福祉センター（染地3-3-1）				
活動日	毎週火曜日、第2・4土曜日 ※祝日はお休み	活動時間	13：00～17：00		
活動内容	麻雀	参加者数	19人	参加費	300円 ※第3火曜のみ 大会開催のため
ＰＲ	平均年齢76歳・男性・女性雀士が集い、麻雀を通してお互いのコミュニケーションをとり、楽しい会話をしながら脳の活性化と老化防止の一助となっています。また楽しい懇親会、旅行会も定期的に行っており、和気あいあいのサロンです。皆さまの参加をお待ちしています。最近は女性の方が多いです。				

団体名	44	えーえむけいふれあいねっとわーく **AMKふれあいネットワーク**			
活動場所	朝日マンション国領の諸施設（エントランス、集会室、駐車場、広場など） （国領町7-36-1）				
活動日	活動により様々（毎週～年1回） ※雨天はお休み	活動時間	活動項目により様々		
活動内容	懇親会、同好会、 各種イベント	参加者数	数人～数十人	参加費	必要に応じ 実費の 一部を徴収
ＰＲ	「AMKふれあいネットワーク」は、”友達が沢山いる”“支え合い助け合える”“安心して暮らせる”そんなコミュニティの譲成を目的とするサロンです。 例えば同好会の一つ「サクラはつらつ会」は毎週月曜日ラジオ体操の後に多摩川沿いのウォーキングをしながら、おしゃべりを楽しんでおります。夏は9時、冬は9時半からです。体操は染地通り沿いの駐車場で行っておりますので、見かけましたら飛び入りでの参加をお待ちしております。	 			

団体名	45	もりとひかりのさろん **杜と光のサロン　※令和8年度休止**			
活動場所	サレジオ児童遊園（富士見町3-21-34）及び アトラス調布 ガーデンカフェ（富士見町3-21-3）				
活動日	第1木曜日	活動時間	14：00～15：30		
活動内容	輪投げ、おしゃべり	参加者数	10人	参加費	無料
ＰＲ	「輪投げ」遊びで体を動かしたり、 小物づくりやおしゃべりをしたり、 賑やかなひと時を過ごします。				

団体名	46	えんじょいぴんぽん **エンジョイピンポン**			
活動場所	富士見地域福祉センター（富士見町4-15-6）				
活動日	毎週水曜・土曜日	活動時間	9：00～12：00		
活動内容	ピンポン	参加者数	32人	参加費	無料
ＰＲ	老いも若きもピンポンを楽しむひだまりサロンです。 どなたでも気軽に参加できます。 お互いに他人を思いやり、ルール・マナーを大切にしています！				

団体名	47	さんやえんげいさろん **山野園芸サロン**		
活動場所	特別養護老人ホーム「神代の杜」園庭 他（深大寺北町3-31-1）			
活動日	毎週火曜日	活動時間	（4～10月）8：00～9：00 （11～3月）9：00～10：00	
活動内容	特養ホームの花・野菜づくり、清掃活動、特養ホーム入所者との交流（年数回）	参加者数	14人	参加費 100円/月
ＰＲ	○毎月最後の活動日は「神代の杜」会議室で月例会 ○地域内の特別養護老人ホームの清掃活動、園庭の花づくり、入所者との交流に努めています ○週一、早朝の活動で健康づくりに貢献 ○まちづくりネットワークや市社協が実施する「ふれあい朝市」「ふれあいフェスタ」などに協力しています。 （入所者との交流は、新型感染症対策のため、現在は休止中）			

団体名	48	ほっとかふぇだん **ほっとカフェ談**		
活動場所	西部地域福祉センター（上石原2-15-6）			
活動日	第3金曜日、 第5週目のいずれか	活動時間	（第3金曜日）13：00～15：00 （第5週目）13：30～15：00	
活動内容	朗読、フレイル予防	参加者数	23人	参加費 100円
ＰＲ	美味しいと評判のコーヒーをお目当てに男性の参加者も増えてきました。 読み聞かせの会では朗読・落語・紙芝居と多彩です。 コーヒータイムの前に声を出したり手を動かしたりしてフレイル予防を楽しんでいます。 年度末のカレー会食も大好評です。			

団体名	49	ひだまりてにす **ひだまりテニス**		
活動場所	市民多摩川テニスコートクラブハウス（染地2-43-1）			
活動日	第2・4火曜日	活動時間	12：00～14：00	
活動内容	テニス	参加者数	11人	参加費 200円
ＰＲ	足の動きを軽快に、テニス（ダブルスの試合形式・初級レベル）とコミュニケーションで躍動しましょう。メンバーは男性6名、女性5名（60～80代）で、各自のレベル、体力、体調に合わせてプレーを楽しんでいます。			

団体名	50	ゆうゆうまーじゃんしょしんしゃくらぶ **友悠麻雀初心者クラブ**		
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）			
活動日	第2月曜日、第3水曜日、第4金曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	麻雀	参加者数	20人	参加費 無料
ＰＲ	麻雀の経験ゼロ、年齢制限無し、どちらも大歓迎 楽しい時間を共有出来たらと思います。			

団体名	51	ずっきーに **ズッキーニ**		
活動場所	布田老人憩の家茶室（布田5-50-1）			
活動日	第4月曜日 ※祝日は振替	活動時間	10：00～12：00	
活動内容	ペン習字、ウクレレ	参加者数	3～9人	参加費　無料
ＰＲ	ペン習字とウクレレでの活動をしています。ペン習字はテキストを見ての自主練習ですが合間のおしゃべりやウクレレの伴奏で歌ったり楽しく交流しています。			

団体名	52	しゅわだんすすずらんさろん **手話ダンスすずらんサロン**		
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）			
活動日	第1・3木曜日	活動時間	14：15～15：30	
活動内容	手話とダンスの練習	参加者数	8人	参加費　無料
ＰＲ	指や手などを使って会話を伝え合う「手話」が大変評判ですが、この手話を使って伝えるのが「手話ダンス」です。 他のダンスと違って、踊りもゆっくり、手話で指を使うので脳にも刺激になります。 いまは60代から80代の参加者が月2回練習、ここで覚えた「手話ダンス」を地域交流会や高齢者施設への訪問で紹介します。 ぜひ年齢に関係なくご参加ください。大歓迎です。			

団体名	53	ひだまりあみもの **ひだまりあみもの**			
活動場所	ライフタウン国領　第1・2集会所（国領町8-2-9）				
活動日	第1・3金曜日 ※祝日は振替	活動時間	13：00～16：00		
活動内容	あみもの	参加者数	10人	参加費	無料
ＰＲ	今年で13年になりますが、各自編みたいものに挑戦しています。 完成すると皆さん笑顔でとても喜んでいます。 初めての人でも皆さんがやさしく教えてくださいます。 一緒に編み物、おしゃべりを楽しみましょう。				

団体名	54	ここおあしす **CoCoオアシス**			
活動場所	調布市こころの健康支援センター別館（布田5-46-1）				
活動日	偶数月 月2回、奇数月 月1回 ※変動あり	活動時間	13：00～15：30		
活動内容	ゲーム、麻雀、 おしゃべり、くつろぎ	参加者数	10～20人	参加費	無料
ＰＲ	どなたでも参加自由ですが、おもに「こころの健康支援センター」の利用者や作業所に通所されている方の交流の場です。そのご家族の方もいらっしゃいます。 音楽を聴いたり、麻雀をしたり、グループでゲームをしたり、おしゃべりを楽しむ人たちなど、みなさんくつろいで、楽しいひとときを過ごしています。				

団体名	55	みんなよってってい **みんなよってっ亭**		
活動場所	都営調布くすのきアパート4号棟集会室及び前（国領町3-8-15）			
活動日	第2・4火曜日	活動時間	10：00～11：30	
活動内容	歌、懇談	参加者数	40人	参加費　無料
ＰＲ	私たちのサロンはくすのき郵便局横とくすのきアパート4号棟集会室前で開催しています。外の風を直接感じながらのサロンです。（天候によっては室内で行っています）挽きたてのおいしいコーヒーやお茶を飲みながらおしゃべりを楽しんでいます。また月に一度、三味線の演奏にあわせて歌ったり、踊ったり。乳幼児さんから高齢者の皆さんが一緒になって楽しめるところです。フレイル予防にぜひおいで下さい。			

団体名	56	はっぴーまにあ **ハッピーマニア**		
活動場所	菊野台地域福祉センター（菊野台1-38-1）			
活動日	第3日曜日 ※変更あり	活動時間	10：30～12：00	
活動内容	子育て、軽スポーツ	参加者数	20人	参加費　300円
ＰＲ	ハッピーマニアには子育てママを中心に、様々な世代の方が気持ちよく汗を流し、日頃のストレスを解消しています。 回数を経てメンバー同士の会話もはずむようになりました。 はじめての方もとけこみやすい雰囲気が自慢です。			

団体名	57	ひまわりてにすにちようびくらぶ **ひまわりテニス日曜日クラブ**			
活動場所	神代中学校テニスコート（佐須町5-26-1）・市民深大寺テニスコート（深大寺北町4-4-3）・市民多摩川テニスコート（染地2-43-1）				
活動日	第1火曜日、第1木曜日、第2日曜日	活動時間	12：00～14：00（市民コート） 12：00～16：30（神中）		
活動内容	テニス	参加者数	20人	参加費	無料
ＰＲ	ダブルスの試合を中心に行っています。レベルに個人差はありますが、仲間とコートを駆けたりボールを打ち合ったりするうち、あっという間に時間を忘れてしまう楽しさがあります。とても居心地の良い仲間たちです。楽しく、明るく、元気を目標にみんな真剣に頑張っています。おしゃべりに夢中になって、次の試合が遅くなることが度々あります。プレーも大事ですが、おしゃべりタイムも楽しみの一つとなっています。活動時間も4時間半と長い為、入退出自由としています。認知症予防効果もあるテニスを自分に合ったプレースタイルで始めましょう。いつでもコートに遊びに来てください。				

団体名	58	まちかどさろん **まちかどサロン**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）				
活動日	第3水曜日	活動時間	10：00～12：00 （12月・1月）11：00～14：00		
活動内容	茶話会、歌、その他	参加者数	10～15人	参加費	100円
ＰＲ	・おしゃべり上手な人が多く、初めて参加される方でもすぐに打ち解けることができる。 ・毎回、町内へ回覧版でのお知らせや、招待の声をかけ広報している。 ・マナーの良さで気持ちよくサロンが開催されている。 ・内容は情報交換、歌、朗読、紙芝居、認知症予防体操など。町会のお祭りにコーラス隊として参加。年末年始にはパーティーを開催。行事や季節に合わせたプランは参加者で決めている。 ・とにかくよくしゃべりよく笑うサロン。今後は外にも出て季節を感じる散策も企画。				

団体名	59	とびたきゅうひまわりのかい **飛田給ひまわりの会**			
活動場所	西部公民館（上石原3-21-6）				
活動日	原則として月1回 曜日は不定期	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	歌、体操、勉強会、 おしゃべり、交流会	参加者数	15人	参加費	100円
ＰＲ	気軽に集まれる場所として誰もが気軽に参加して、おしゃべりを楽しみながら「笑う門に健康が来るリラックス体操」、「お口の健康体操」、脳トレ、懐かしい唱歌や昭和歌謡を歌ったり、生活関係の勉強、保育園や朗読の会などとの交流を行って地域での暮らしの助け合いのつながりを目標にしています。 右の写真はクリスマス会の様子です。				

団体名	60	めりーごーらんど **メリーゴーランド**			
活動場所	調布市文化会館たづくり3階　他（小島町2-33-1）				
活動日	第1木曜日、第3月曜日 ※祝日の場合は振替	活動時間	13：30～15：30 料理の活動日は9：30～終了時		
活動内容	交流歓談	参加者数	10～15人	参加費	活動内容に応じて 参加費あり
ＰＲ	市内在住の外国人や彼らの友人の方達に私達と一緒に楽しいひとときや相談にのったりと交流していきたいと思います。今後ともよろしくお願いいたします。				

団体名	61	さんかかい 三火会		
活動場所	野ヶ谷ふれあいの家（深大寺東町7-23-2）			
活動日	第3火曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	茶話会	参加者数	3～4人	参加費　無料
ＰＲ	皆おだやかで和気あいあいと楽しく話し合いをしています。			

団体名	62	みんなのたいそうさろん みんなの体操サロン		
活動場所	西部地域福祉センター（上石原2-15-6）			
活動日	第4木曜日 ※祝日はお休み	活動時間	13：30～14：00	
活動内容	体操他、茶話会	参加者数	20人	参加費　無料
ＰＲ	理学療法士の先生のご指導をいただき、＂無理をしない＂をモットーに活動中です。 イケメン先生ですヨ！！ 男性の参加者もいます。 ※今年度は理学療法士の先生はお休みです。 参加者の皆さんで楽しく体操をしています。			

団体名	63	こそだてままらんちうさくんち **子育てママランチうさくんち**		
活動場所	個人宅（佐須町4丁目）			
活動日	第2火曜日、第3水曜日 ※変更あり	活動時間	12：00～14：00	
活動内容	ママの食事、相談	参加者数	5組 10人	参加費　700円
ＰＲ	地元の農家さんの野菜を多く使い、からだにやさしく、ハートフルな家庭料理を楽しめます。ママから離れられる赤ちゃんは、スタッフが見ているので、ゆったりと食事ができるアットホームなうさくんちです。食後はママや赤ちゃんたちの子育てひろばになり、ママ同士会話がはずんでいます。 ※対象は生後1歳までの赤ちゃんをもつママさんです。			

団体名	64	うたごえさろんかねこのさと **うたごえサロン金子の里**		
活動場所	国領町三丁目第2アパート集会所（国領町3-17-25）			
活動日	第4木曜日	活動時間	13：30～15：00	
活動内容	歌	参加者数	25人	参加費　無料
ＰＲ	歌集を見てリーダーに合わせみんなで歌います。伴奏はありませんが、その分歌いやすい音程でたくさん歌えます。ときどき三味線の伴奏やハーモニカに合わせて歌います。 「楽しかったよ」と笑顔で帰る姿に励まされます。			

団体名	65	2・4かようかい **2・4火曜会**		
活動場所	深大寺こもれび（深大寺東町1-9-4）			
活動日	第2・4火曜日	活動時間	10：00～12：00	
活動内容	体操	参加者数	12人	参加費　無料
ＰＲ	介護予防体操（10筋体操）で、少しでも長く身軽に動ける体にしておきたいという理想のもとに集まっています。2時間の前半に体操、後半はおやつタイムで賑やかに雑談ですが、いずれも健康志向の強い仲間ですので話題も役立つことがいっぱい。皆さんとても晴やかな顔で帰って行きます。			

団体名	66	けやきぶんこ **けやきぶんこ**		
活動場所	西部地域福祉センター（上石原2-15-6）			
活動日	第2金曜日	活動時間	10：00～11：00	
活動内容	絵本、子育て	参加者数	15人前後	参加費　無料
ＰＲ	けやきぶんこは親子でも、大人だけでも、誰でも気軽に立ち寄っておしゃべりできる、絵本でつながるサロンです。 10時15分からのお話し会では、絵本や紙芝居を読み、手遊びやクイズなどをします。おしゃべりタイムには絵本を囲んで楽しくおしゃべりしましょう。			

団体名	67	かみいしわらひだまり **上石原ひだまり**			
活動場所	上石原ふれあいの家（上石原2-8-3）				
活動日	第2・4火曜日 ※祝日休み	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	体操、歌、茶話会	参加者数	35人	参加費	無料
ＰＲ	月2回のペースで、10筋体操・オカリナやアコーディオン伴奏による歌唱、茶話会と約2時間を楽しく過ごしています。常時25、6名の参加があり、年齢ではなく気持ちが大事という事で、皆さん元気です。今では道で会ってもにこやかに雑談したりして、当初の目的の一つであった、地域の仲間づくりに役立っているような姿が見受けられます。				

団体名	68	めだかのがっこう **めだかの学校**			
活動場所	八雲台ふれあいの家（八雲台1-42-2）				
活動日	第1・3火曜日	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	体操、茶話会	参加者数	30人	参加費	無料
ＰＲ	めだかの学校は、八雲台を中心とした地域の方が集うサロンです。会うのが楽しみでおしゃべりに花を咲かせ、10の筋力トレーニングで気持ちの良い汗をかき、体力の維持を目指します。年齢層は幅広く50代～90代までの参加があります。一度遊びに来てみませんか？				

団体名	69	さろん・ど・わきあいあい **サロン・ド・わきあいあい**		
活動場所	圓福寺（国領町1-10-11）			
活動日	第1・3火曜日	活動時間	10：00～12：00	
活動内容	おしゃべり、工作、体操	参加者数	15人	参加費　100円
ＰＲ	パスケースなどの実用品の製作や10筋体操など、みんなでおしゃべりをしているうちに次のテーマが決まる、そんなわきあいあいとしたサロンです。			

団体名	70	さろんひかるげんじ **サロンひかるげんじ**		
活動場所	光源寺　香ホール（西つつじケ丘2-30-11）			
活動日	第4木曜日	活動時間	13：00～15：00	
活動内容	体操、講演会、講座、おしゃべり	参加者数	15人	参加費　100円
ＰＲ	住宅街の中のお寺を会場に令和元年3月にスタートしました。地域の皆さんとの交流が目的で「楽しい」「行くところができてうれしい」と思っていただける温もりのあるサロンを目指しています。			

団体名	71	みんなでねっとさろん **みんなDEネットサロン**			
活動場所	ノートルダム修道院「友愛の家」（下石原3-55-1）				
活動日	第3水曜日	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	スマホ・パソコン・ネット活用についての情報交換、相談、お茶、おしゃべり	参加者数	13人	参加費	無料～300円
ＰＲ	むりなく・たのしく・ゆったりと、気軽にお茶・おしゃべりしながら。スマホやパソコン、ネットの活用について相談や情報交換ができるサロンです。近況などのフリートークの時間もあり、毎回和気あいあいと盛り上がります。初めての方も、楽しみながらスマホやインターネットに少しずつ慣れて楽しく活動しています。どうぞお気軽にご参加ください！				

団体名	72	かわせみかい **かわせみ会**			
活動場所	都営調布入間町二丁目アパート集会室（入間町2-2）				
活動日	毎週金曜日	活動時間	10：30～12：00		
活動内容	体操、お茶、おしゃべり	参加者数	14人	参加費	100円
ＰＲ	「10筋体操」を取り入れ、初級から上級までを通して行います。小休憩をはさんでもう一度繰り返します。そのあとはお茶とおしゃべりを楽しみ、心身ともにリフレッシュします。年に数回、体操のあとお花見や納涼祭、クリスマス会などのイベントを開催しています。				

団体名	73	すまほをたのしむかい **スマホを楽しむ会**			
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）				
活動日	①第2土曜日 ②第3土曜日	活動時間	①10：00～12：00 ②14：00～16：00		
活動内容	スマホ、ネット等の活用、お茶、おしゃべり	参加者数	20人	参加費	無料
ＰＲ	地域の皆さんで、ワイワイとスマホを楽しみながら操作方法を学んでいます。第2土曜日は、一対一で個別の質問に対応する個別相談会です。第3土曜日は、皆さんでスマホの分からないことを一緒に操作しながら教え合う会です。 スマホは初めてという方も歓迎です。楽しい会ですので、どなたでもお気軽にお越しください！				

団体名	74	すまいる **スマイル**			
活動場所	①談話室ろじうら（八雲台1-12-3） ②八雲台ふれあいの家（八雲台1-42-2）				
活動日	①第1水曜日 ②第2水曜日	活動時間	①13：00～16：00 ②10：00～12：00		
活動内容	手芸、茶話会	参加者数	20人	参加費	100円
ＰＲ	だれでも一度は経験しているお裁縫。皆で楽しく教え合いながらそれぞれ好きな物をえらんで作っています。 頭と指先を使う事、そして出来上がった時の達成感を得る事で脳の活性化もできます。				

団体名	75	のがわさろん **野川サロン**		
活動場所	深大にぎわいの里　調布のやさい畑（深大寺元町1-11-1）			
活動日	第3金曜日	活動時間	10：00～11：00	
活動内容	茶話会	参加者数	12人	参加費　無料
ＰＲ	色々な人がやってきています。もっと時間が欲しいとの声が上がっています。			

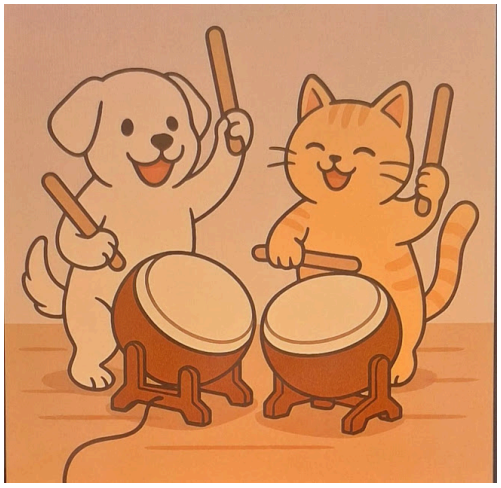
団体名	76	うたのかいよしだま **歌の会よしだま**		
活動場所	個人宅（八雲台1丁目）			
活動日	第2・3月曜日	活動時間	13：00～15：00	
活動内容	歌、茶話会	参加者数	12人	参加費　200円
ＰＲ	童謡、唱歌、抒情歌、演歌、歌謡曲、外国曲（日本語で）等ピアノ伴奏で大きな声で歌っています。2回ある水分補給タイムでのおしゃべりも楽しいです。			

団体名	77	なかよし **なかよし**		
活動場所	緑ケ丘地域福祉センター（緑ケ丘2-18-49）			
活動日	第2・4水曜日	活動時間	18：00～21：00	
活動内容	麻雀	参加者数	6人	参加費　無料
ＰＲ	地域の高齢者が麻雀を通じて安否確認及び、会話をしながら楽しいひと時を過ごし、麻雀のルールを覚えながら脳トレに励んでいます。			

団体名	78	ちょうふさろこん **調布サロコン**		
活動場所	染地ふれあいの家（染地3-8-26）			
活動日	第3日曜日	活動時間	14：00～17：00	
活動内容	音楽を通じて交流	参加者数	10人	参加費　無料
ＰＲ	演奏や様々な音楽体験を通じて交流を図ります。 小さなお子様からご高齢の方まで、世代を問わず楽しくお過ごしいただけます。途中入退出も可。ご都合に応じてご参加下さい。			

団体名	79	いきいきのうとれかい **いきいき脳トレ会**			
活動場所	調布ケ丘地域福祉センター（調布ケ丘3-58-2）				
活動日	第2月曜日、第3土曜日	活動時間	9：00～16：00		
活動内容	麻雀、ランチ、おしゃべり	参加者数	20人	参加費	1,200円/年
ＰＲ	70代から90代までの男女で麻雀を通じて親睦を深めています。昼休憩には皆でお弁当を広げ、持ち寄ったおかずを交換し、おしゃべりに花が咲きます。それも楽しみのひとつです。				

団体名	80	だんわしつろじうら **談話室ろじうら**			
活動場所	談話室ろじうら（八雲台1-12-3）				
活動日	①第2金曜日 ②第4木曜日	活動時間	①11：00～16：00 ②10：00～16：00		
活動内容	茶話会、麻雀、絵手紙	参加者数	5～10人	参加費	無料 （材料費あり）
ＰＲ	麻雀が初めての方が楽しそうに習っています。 ゲームをしたり小物を作ったり、お茶を飲みながら時間を忘れておしゃべりに花が咲きます。 誰もが集える楽しい場所でありたいと思っています。どうぞお気軽にいらして下さい。		 		

団体名	81	いーともしるばーず **e友シルバーズ**		
活動場所	調布市市民プラザあくろす（国領町2-5-15）			
活動日	第1月曜日	活動時間	9：30～12：00	
活動内容	eスポーツゲーム	参加者数	15人	参加費	無料
ＰＲ	音楽に合わせ太鼓を叩く脳活ゲームで若返りに取り組んでいます。 会員の大半がゲーム未経験からのスタートです。「老い」とは無縁の好奇心・創造力があれば誰でも楽しめます。リズムに合わせて目・耳・手を同時に使い脳の刺激を感じながら、自然と笑顔になり、仲間を応援する気持ちが湧いてきます。 遊びの脳トレで健康になりましょう！ 太鼓の達人は「かんたんレベル」から選ぶことができます。			

団体名	82	ふくえみ **福笑FuKuEmi**		
活動場所	都営調布くすのきアパート1号棟集会室（国領町3-8-15）			
活動日	第1・3火曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	茶話会	参加者数	10人	参加費	100円
ＰＲ	近年、地域や家庭の中で人とのつながりが薄れがちな今。昼間ひとりで過ごす方、ご高齢の方、障がいのあるご家族を支える方に向けて、「気軽に集まれる場所」「安心して話せる時間」をお届けしたくて福笑を始めました。お茶を飲みながらほっとひと息。笑ったり、おしゃべりしたり、時には学びの出前講座も。「ここに来ると元気になれる」と思ってもらえるような心と心がつながるあたたかい場所を目指しています。安否確認や健康チェックの役割も兼ねて、地域で支え合い、笑顔を広げていきましょう。			

団体名	83	きくのだいおりがみくらぶ **菊野台折り紙クラブ**		
活動場所	菊野台地域福祉センター（菊野台1-38-1）			
活動日	第2木曜日	活動時間	10:00～11:30	
活動内容	折り紙	参加者数	10人	参加費 500円
ＰＲ	参加者の希望を聞きながら季節の折り紙などを作っています。お互いに教え合いながら楽しく交流しています。地域センターのおまつりで作品を展示しました。			

団体名	84	すみれのかい **すみれの会**		
活動場所	上布田自治会館（布田1-45-2）			
活動日	第2・4火曜日	活動時間	14：00～16：00	
活動内容	茶話会	参加者数	8人	参加費 無料
ＰＲ	令和7年6月に社会福祉協議会ひだまりサロンとして「すみれの会」が登録されました。60年に渡り調布市赤十字奉仕団として奉仕活動をしてきましたが、この活動を3月に休止いたしました。現有勢力の高齢化によるものであります。これからは、福祉活動という大役を終えた個人個人が自らの健康管理を確認し合える居場所として、ひだまりサロン「すみれの会」を運営していきます。			

団体名	85	あおい **あおい**		
活動場所	調布ケ丘2丁目アパート集会室（調布ケ丘2-28）			
活動日	毎週木曜日	活動時間	13：30～15：00	
活動内容	体操	参加者数	7人	参加費　無料
ＰＲ	ゆったり体操 ちょっとの運動で いきいき健康長寿			

団体名	86	ぼーどげーむとおしゃべりくらぶ **ボードゲームとおしゃべりクラブ**		
活動場所	ぷくぷくポレポレの家（布田3-50-9）			
活動日	月2回　火曜日	活動時間	13：00～15：00 ティータイム15：00～16：00	
活動内容	ボードゲームとおしゃべり	参加者数	5～10人	参加費　100円 （お茶代）
ＰＲ	「ラミーキューブ」「マンカラ」って知っていますか？ボードゲームです。脳と手の活性化をとにかく楽しみましょう。 気軽に集まってティータイムしましょう。			

団体名	87	ふじみかい ふじみ会			
活動場所	富士見町三丁目第2アパート集会所（富士見町3-19-1）				
活動日	第1土曜日	活動時間	13：30～15：00		
活動内容	おしゃべりの会	参加者数	10人前後	参加費	100円
ＰＲ	赤ちゃんから高齢者まで集う会です。 おしゃべりしたり、工作したり楽しい時間を過ごしています。12月にはけんちん汁を皆さんで食べます。 （写真は琵琶の演奏です）				

団体名	88	にじいろおはなしかい にじいろお話会			
活動場所	布田駅南ふれあいの家（国領町5-76-3）				
活動日	月1回（土日祝） （前月の会場予約による）	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	おしゃべり会・ピアサポート	参加者数	5～10人	参加費	無料
ＰＲ	調布LGBT＆アライの会が主宰する、月に一度のアットホームなおしゃべりの場です。開催日は当会WEBやSNSをご覧ください。 ジェンダーやセクシュアリティーについて学びたい方、お気軽にご参加ください。				

団体名	89	ひだまりたっきゅう ひだまり卓球		
活動場所	国領町三丁目第2アパート集会所（国領町3-17）			
活動日	毎週日曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	卓球	参加者数	12人	参加費 100円
ＰＲ	初めて卓球をやりはじめた人もすぐに上達し、思いがけない攻略にびっくりしたり大笑いしたりと毎回楽しく行っています。			

団体名	90	げんきいちばん 元気一番		
活動場所	深大寺メディカルビルアネックス（深大寺東町2-23）			
活動日	毎週金曜日	活動時間	13：30～15：30	
活動内容	体操	参加者数	7人	参加費 無料
ＰＲ	ご近所の顔見知りが多く楽しくやっております。年齢も近い方ばかりです。			

団体名	91	おりおん★ぱらだいす **オリオン★パラダイス**		
活動場所	天神前連合自治会館（調布ケ丘1-23-2）			
活動日	第2・4木曜日	活動時間	15：00～16：45	
活動内容	折り紙	参加者数	15人	参加費　無料
ＰＲ	多世代で楽しく折り紙をしませんか 第2木曜はやさしい折り紙 第4木曜はちょっと難しい折り紙をします			

団体名	92	あじさいさろん **あじさいサロン**		
活動場所	布田老人憩の家茶室（布田5-50-1）			
活動日	原則第2月曜日	活動時間	10：00～12：00	
活動内容	茶話会、健康体操 絵手紙	参加者数	7人	参加費　無料
ＰＲ	旬な話題でおしゃべりしています。絵手紙やお化粧講座、簡単ランチ会もやりました。健康・美容・介護・おひとりさま・食の安全から平和についても話したい生き生きシニアのサロンです。			

団体名	93	ふじよしかい ふじ芳会		
活動場所	菊野台地域福祉センター（菊野台1-38-1）			
活動日	第4火曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	菓子・料理作り	参加者数	10人	参加費 500円
ＰＲ	和菓子・洋菓子・パン・パイ・料理等。簡単に作れる物ばかりをおしゃべりしながら作ります。			

団体名	94	もみじかい 紅葉会		
活動場所	金子地域福祉センター（西つつじケ丘4-43-3）			
活動日	毎週水曜日	活動時間	13：00～16：00	
活動内容	体操、絵本の朗読、歌、ぬり絵	参加者数	13人	参加費 無料
ＰＲ	・10筋体操を二回実施。転倒予防や体力維持を目指している。 ・四冊の手作り歌集で季節の唱歌をハーモニカ伴奏により楽しく歌っている。 ・毎回一冊ずつ絵本の朗読（全員が読み手）。童心にかえり、どきどきわくわく心の若返り最高。 ・ぬり絵（60色～100色もの色えんぴつ使用）個性豊かな作品の仕上がりを楽しんでいる。 ・おやつタイムのおしゃべりで多岐にわたる情報交換。「よく笑い、和気あいあい楽しい仲間」です。			

団体名	95	ひととき **ひととき**		
活動場所	個人宅（小島町2丁目）			
活動日	第4日曜日	活動時間	14：00～16：00	
活動内容	茶話会	参加者数	8人	参加費　無料
ＰＲ	近隣の高齢者や一人暮らしの方とコミュニケーションをとり、情報交換をし親睦を深めたい。 楽しかったなぁー、美味しかったなぁーと笑顔になれるひとときを心がけています。			

団体名	96	おしゃべりかいいんしもいしわら **おしゃべり会in下石原**		
活動場所	ノートルダム修道院「友愛の家」（下石原3-55-1）			
活動日	第3水曜日	活動時間	13：30～15：00	
活動内容	おしゃべり、運動	参加者数	15人	参加費　無料
ＰＲ	ふだん介護や健康の悩みや問題を感じていても気軽に相談できないでいることが多いが、お互いに気軽に話したり体操しながらリフレッシュできる場所です。			

団体名	97	みどりのかぜ **みどりの風**			
活動場所	下石原市営住宅集会所（下石原3-30-2）				
活動日	第1・3月曜日	活動時間	13：00～15：00		
活動内容	体操、歌、茶話会	参加者数	約20人	参加費	無料
ＰＲ	～貯筋と新たな出会い～ ①デビューしたての会 ②10筋体操をメインに、歌あり、おしゃべりタイムあり ③男性や車椅子の方もいます ④飲み物持参で直接会場まで！				

団体名	98	おちゃとおしゃべりわのかい **お茶とおしゃべり輪の会**			
活動場所	飛田給ふれあいの家（飛田給1-3-53）				
活動日	第2火曜日	活動時間	10：00～12：00		
活動内容	茶話会、脳トレ、体操	参加者数	10人	参加費	100円
ＰＲ	お茶を飲みながら歌唱・手遊び・早口言葉・10筋体操などを楽しみ、親睦を深め楽しくおしゃべりしましょう。				



関連資料

社会福祉協議会とは・・・・・・・・・85

始めてみよう！ひだまりサロン・・・87

地域福祉コーディネーター
地域支え合い推進員・・・・・・・・・89

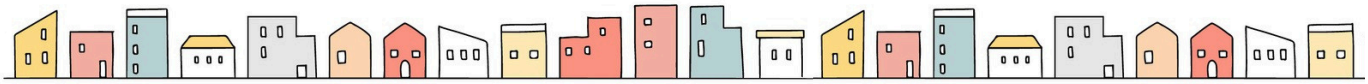
ボランティアコーナー・・・・・・・・90

地域福祉センター一覧・・・・・・・・92

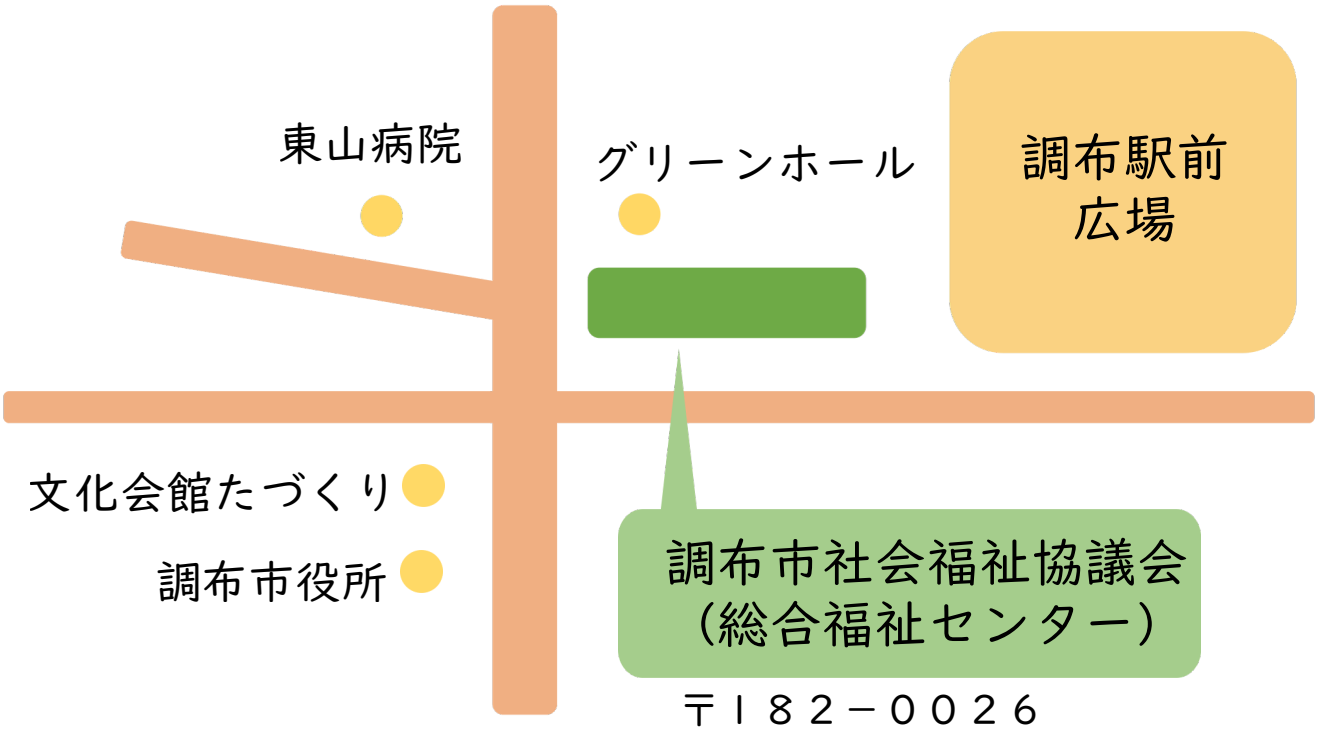
ちょビット協力金・・・・・・・・・・94

社会福祉協議会とは

いつまでも 住みつづけたいと思う まちづくりをめざして



社会福祉協議会は、地域社会において住民が主体となって、地域関係者(団体)とともに地域福祉を推進することを目的として設置された社会福祉法人です。



〒182－0026
調布市小島町2－47－1
総合福祉センター内

市民のみなさんや関係者の参加と協力を得て、住民一人ひとりが互いに支え合い、誰もが安心していきいきと暮らすことができる「福祉のまちづくり」を目指してさまざまな活動をしています。

こんな事業を
行っています



高齢者

見守り事業、ふれあい給食、通所介護「アイビー」、あんしん未来支援事業、友愛訪問　など

障がい者

生活介護施設「希望の家」、障害者地域活動支援センター「ドルチェ」、こころの健康支援センター、同行援護事業、手話通訳者派遣　など

子ども・若者

放課後等デイサービス「ぴっころ」、子ども・若者総合支援事業「ここあ」など

生計

生活困窮者自立相談支援事業「調布ライフサポート」、生活福祉資金、受験生 チャレンジ支援貸付　など

地域活動・ボランティア

地域福祉コーディネーター、地域支え合い推進員、市民活動支援センター、ひだまりサロン、小地域交流事業、調布市地域福祉活動計画　など

普及啓発・人材育成

福祉まつり、福祉大会、福祉人材育成センター、手話講習会、各種講座　など

その他

地域福祉権利擁護事業、ちょビット協力金、募金（共同募金、歳末たすけあい）募金箱、福祉機器の貸出し、他団体事務局　など

素敵な出会いのはじまり♪

始めてみよう！
ひだまりサロン



ひだまりサロンとは

だれでも気軽に参加でき、参加者のみなさんでつくる交流の場です。
茶話会をはじめ、運動、歌、食事、子育てなど様々な活動があります。
身近な地域でひだまりサロンを始めてみませんか？

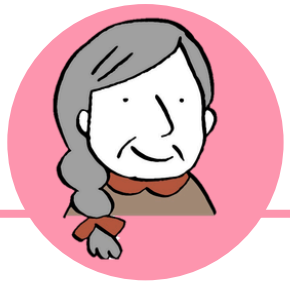
ひだまりサロン
HPはこちら



詳しくは裏面を
ご覧ください

社会福祉法人　調布市社会福祉協議会

立ち上げ相談例



料理が得意！みんなで料理をしてランチを食べながらおしゃべりできる場を開きたいな。



子育て中のママパパや子どもたちが、地域で交流できるサロンを始めてみたい！



最近スマホを購入したけど、操作が難しい…。スマホの操作を教え合える仲間がほしいな。

調布社協がお手伝いします！

運営サポート



活動立ち上げの支援はもちろん、活動を継続するためのサポートをします。

助成金



サロン活動に必要な費用の一部を助成します。

保険



活動中・行き帰りでの事故等は、社協が加入している保険の対象となる場合があります。

活動しているみなさんの声



ひだまりサロンだからこそ、様々な年代の方との出会いがあり、一生の友だちもできました。
活動以外でも、地域で会ったときに声を掛け合える関係になりました。地域でのつながりが広がっていく楽しさが、ひだまりサロンの魅力です！

ひだまりサロンへの登録には要件があります。詳しくはお問い合わせください。

社会福祉法人 調布市社会福祉協議会 ひだまりサロン担当

調布市小島町2-47-1　総合福祉センター内

042-481-7693　FAX 042-481-5115　chofu-co@ccsw.or.jp

子どもから大人まで、ご相談は

地域福祉コーディネーターと地域支え合い推進員へ！

相談例1



自分や家族の悩みごとをどこに相談したらいいかわからない…

▶ ちょっとしたお悩みも、まずはお気軽にご相談ください。一緒に考えます。

相談例2



友人や近隣に心配な方がいる。

▶お近くに心配な方がいたら、教えてください。適切な関係機関と一緒に支援します。

相談例3



こんな活動があったらいいな。活動を立ち上げたい！

▶ 活動の立ち上げ・継続していく上での課題解決や運営のサポートをします。

相談例4



何歳になっても健康を維持したい！

▶ 生きがいづくりや健康づくり・介護予防に関する活動をご紹介します。

相談例5



ご近所さんや共通の話題がある方とつながりたい。

▶ 関心に沿った地域活動や、同じ悩みを話せる集まり、交流の場や居場所におつなぎします。

相談例6



地域に貢献したい。寄付をしたい。

▶ 地域で活用してほしい場所やものを、応援したい活動や必要としている方へ橋渡しをします。



地域ごとに担当の地域福祉コーディネーターと地域支え合い推進員がいます。
詳細は23ページをご覧ください。

各種SNS

地域福祉コーディネーター
地域支え合い推進員
インスタグラム
@chofu.shakyo_co.official

調布社協HP

調布社協X

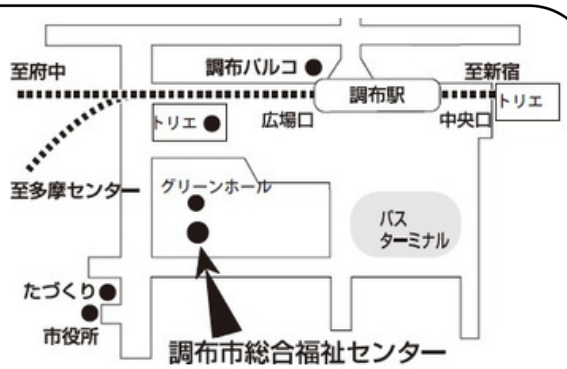
042-481-7693(代表)
chofu-co@ccsw.or.jp
社会福祉法人　調布市社会福祉協議会

ボランティアコーナー

市内７か所にボランティアコーナー（市民活動支援センターブランチ）を設置しています。
各コーナーには専門のボランティア・コーディネーターが配置されていますので、ボランティア活動をはじめ、お困りのことがございましたらご相談ください。

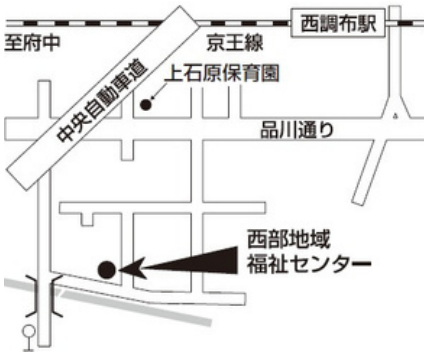
小島町コーナー

開設日時：月～金曜日
時　間：９時から１７時
所在地：小島町２－４７－１
　　総合福祉センター２階
電話番号：０４２－４８１－７６９５
ＦＡＸ番号：０４２－４８１－６６１１
メールアドレス kojimacho@ccsw.or.jp



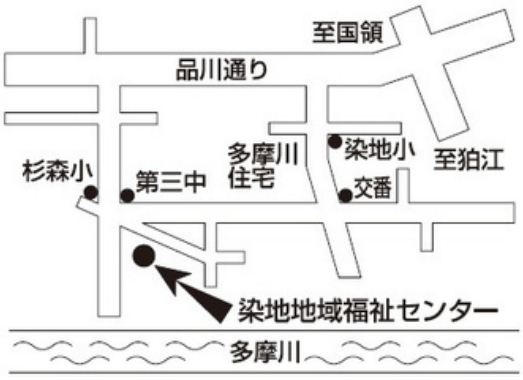
西部コーナー

開設日時 ：火・木・土曜日
時　間：９時から１７時
所在地：上石原２－１５－６
　　西部地域福祉センター内
電話番号：０４２－４２６－４３３５
ＦＡＸ番号：０４２－４２６－４３３５
メールアドレス：seibu@ccsw.or.jp



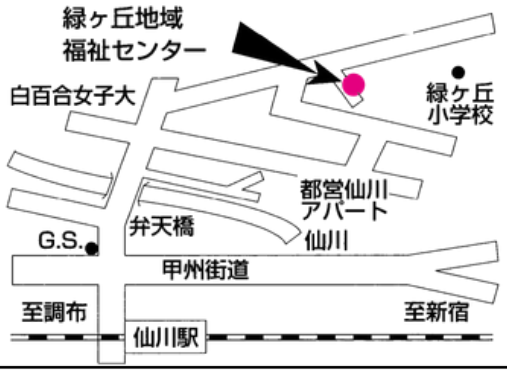
染地コーナー

開設日時：火・木・土曜日
時　間：９時から１７時
所在地：染地３－３－１
　　染地地域福祉センター内
電話番号：０４２－４８１－３７９０
ＦＡＸ番号：０４２－４８１－３７９０
メールアドレス：somechi@ccsw.or.jp



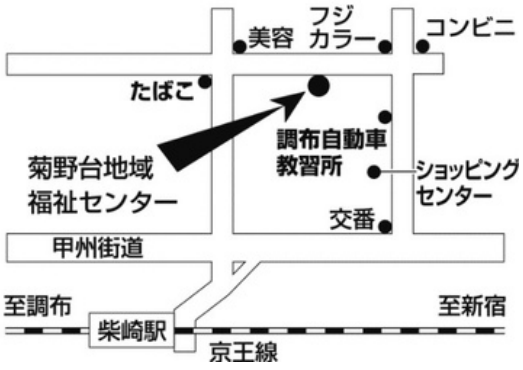
緑ケ丘コーナー

開設日時：火・木・土曜日
時　間：９時から１７時
所在地：緑ケ丘２－１８－４９
　　緑ケ丘地域福祉センター内
電話番号：０３－３３２６－４０８８
ＦＡＸ番号：０３－３３２６－４０８８
メールアドレス：midori@ccsw.or.jp



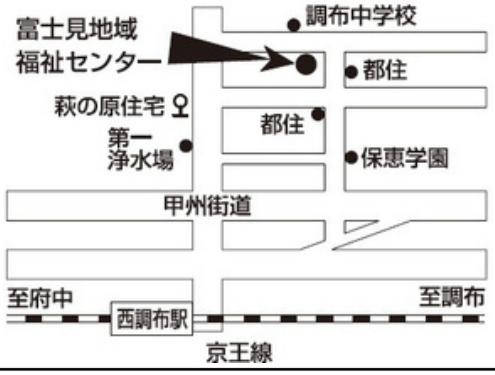
菊野台コーナー

開設日時：火・木・土曜日
時　間：９時から１７時
所在地：菊野台１－３８－１
　　菊野台地域福祉センター内
電話番号：０４２－４８１－６５００
ＦＡＸ番号：０４２－４８１－６５００
メールアドレス：kikunodai@ccsw.or.jp



富士見コーナー

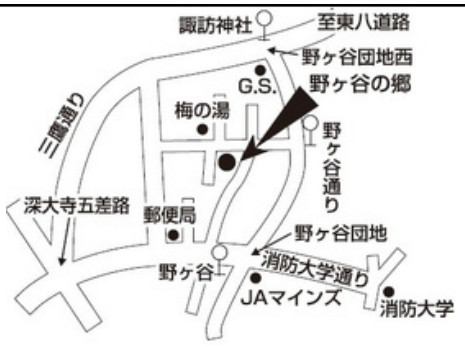
開設日時：火・木・土曜日
時　間：９時から１７時
所在地：富士見町４－１５－６
　　富士見地域福祉センター内
電話番号：０４２－４８１－８７１９
ＦＡＸ番号：０４２－４８１－８７１９
メールアドレス：fujimi@ccsw.or.jp



野ヶ谷の郷

※地域のボランティアが運営。コーディネーターは配置していません。

開設日時：火・木・土曜日
時　間：10時から16時
所在地：深大寺東町６－２７－３
電話番号：０４２－４８１－１８３８
ＦＡＸ番号：０４２－４８１－１８３８



地域福祉センター一覧

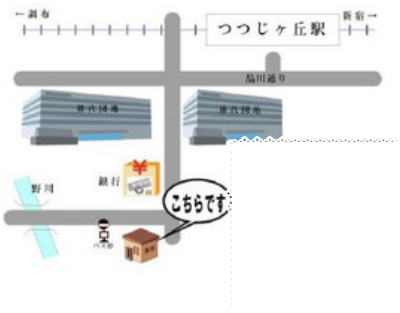
★印のあるセンターにはボランティアコーディネーターを配置。

名　称	所　在　地	電　話　番　号
①金　子	西つつじケ丘４－４３－３	０４２－４８５－５８８８
★②西　部	上石原２－１５－６	０４２－４８６－１６００
③調布ケ丘	調布ケ丘３－５８－２	０４２－４８７－７７５３
★④染　地	染地３－３－１	０４２－４８３－５５７８
★⑤緑ケ丘	緑ケ丘２－１８－４９	０３－３３２６－４８６１
★⑥菊野台	菊野台１－３８－１	０４２－４８１－５６４１
★⑦富士見	富士見町４－１５－６	０４２－４８３－９６５２
⑧下石原	下石原３－７２－１	０４２－４８１－７６８３
⑨入　間	入間町１－１３－２	０３－３３０９－４９９６
⑩深大寺	深大寺北町２－４０－１	０４２－４８０－８７２５

① 金子地域福祉センター

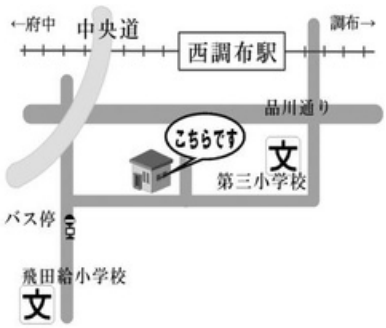
つつ じヶ丘駅下車徒歩12分

「調布駅南口」2番バス乗り場から
「つつじヶ丘駅南口」行き
「金子地域福祉センター」下車徒歩１分



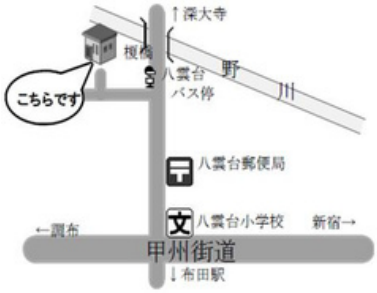
★② 西部地域福祉センター

「調布駅南口」4番バス乗り場から
「 飛田給駅南口」行き
「地域福祉センター」下車徒歩２分



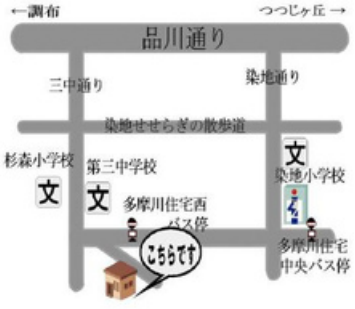
③ 調布ケ丘地域福祉センター

布田駅下車 徒歩20分
「調布駅北口」11番バス乗り場から「吉祥寺駅南口」、「三鷹駅南口」、「神代植物公園・深大寺」行き
「八雲台」下車徒歩3分



★④ 染地地域福祉センター

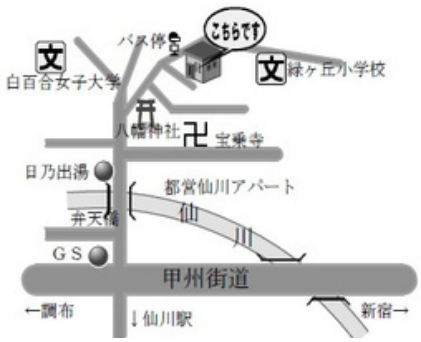
「調布駅南口」1番バス乗り場から
「多摩川住宅循環」行き
「調布第三中学校」下車徒歩2分



★⑤緑ケ丘地域福祉センター

仙川駅下車 徒歩18分

「仙川駅」から「緑ヶ丘循環」バス
「緑ヶ丘児童館・福祉センター前」
下車徒歩1分



★⑥菊野台地域福祉センター

柴崎駅下車 徒歩8分



★⑦富士見地域福祉センター

西調布駅下車 徒歩16分

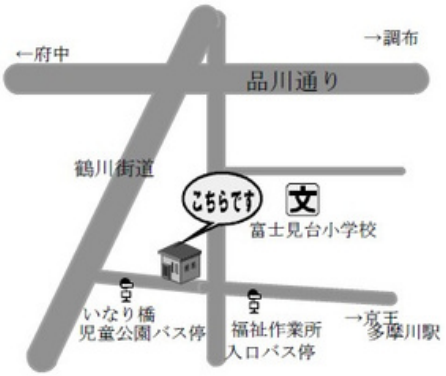
「調布駅北口」14番バス乗り場から「武蔵境駅南口」行き、または「調布駅北口」13番バス乗り場「武蔵小金井駅北口」行き
「萩の原住宅」下車徒歩3分



⑧下石原地域福祉センター

京王多摩川駅下車 徒歩7分

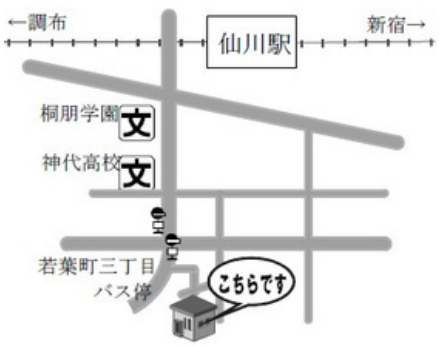
「調布駅南口」4番バス乗り場から
「飛田給駅南口」行き
「いなり橋児童公園」下車徒歩2分



⑨入間地域福祉センター

仙川駅下車 徒歩19分

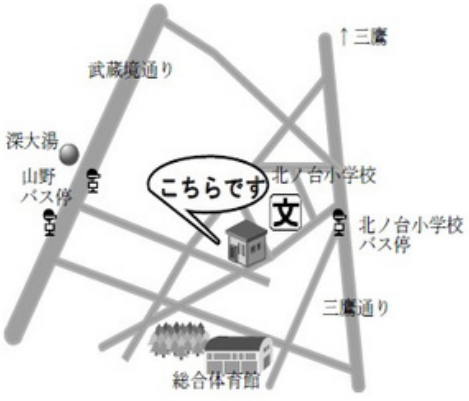
「仙川駅入口」から「調布駅駅南口」行きバス、または「狛江営業所」行きバス「若葉町3丁目」下車徒歩5分



⑩深大寺地域福祉センター

北ノ台小学校の西側

「調布駅北口」11番バス乗り場から
「吉祥寺駅」または「三鷹駅南口」行き
「北ノ台小学校」下車徒歩5分



調布の福祉を支える

ちょビット協力金 募集!!

令和８年度
社会福祉法人　調布市社会福祉協議会



調布社協キャラクター
「ちょビット」

“いつまでも住みつづけたいと思うまちづくりをめざして”

調布社協はそんな思いを持った人や団体と一緒に、住民同士の支え合いや、つながりづくりの活動を推進しています。ちょビット協力金は、地域での様々な福祉活動の充実のために活用されます。

地域のつながりづくり　ひだまりサロン

地域で孤立しないよう、交流の場づくりを進めています。お茶やおしゃべりの他、体操、園芸、子育てや介護者の支援など、約90のひだまりサロンが活動しています。



▶毎回工夫を凝らしたプログラムで、楽しみながら「染地ふれあいサロン」



▲こどもからおとなまでが集まり、おしゃべりと三味線伴奏による歌唱「みんなよってっ亭」

◀ひだまりサロンの詳細・紹介動画はこちら

世代間交流の活動　小地域交流事業

地域の特徴を活かした「集いの場」づくりと、「世代間交流活動」を行うことを目的にして、市内１３ケ所それぞれで取組を実施しています。

▲小地域交流事業についてはこちら



▲緑ケ丘・仙川地域ふれ愛のつどい



▲そめちマルシェ（ボランティアまつり染地）

住民が集う地域の居場所　野ヶ谷の郷

（市民活動支援センターブランチ）

深大寺東町にある商店街の空き店舗を活用し、ボランティアが地域の方々の交流拠点として運営しています。

誰でもふらっと立ち寄れる居場所として、様々なグループの活動場所として、地域へ元気と笑顔を届けています。

▲野ヶ谷の郷についてはこちら



▲野ヶ谷の郷スタッフ



お問い合わせ先　社会福祉法人調布市社会福祉協議会　総務課
調布市小島町2-47-1 総合福祉センター2階
電話　042-481-7617（総務課直通）／042-481-7693（代表）
E-mail soumu@ccsw.or.jp

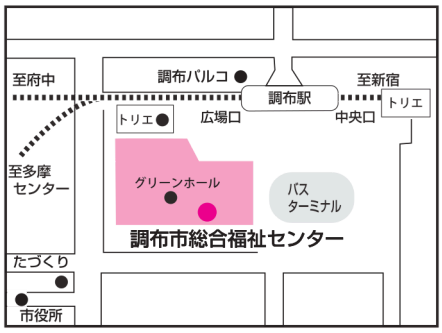
調布社協はどんなことをしているの？

『いつまでも住みつづけたいと思うまちづくりをめざして』を基本理念に、福祉サービスを提供しています。また、住民や関係機関・団体と協働して、地域のつながりづくりや見守り活動など、地域福祉活動の推進に取り組み、災害時には「災害ボランティアセンター」の運営も担います。

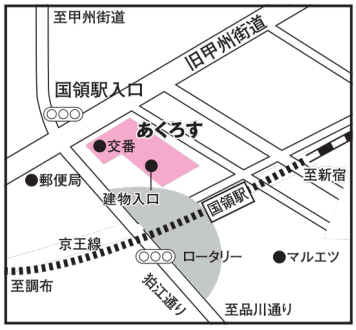


ちょビット協力金は以下の方法でお支払いいただけます

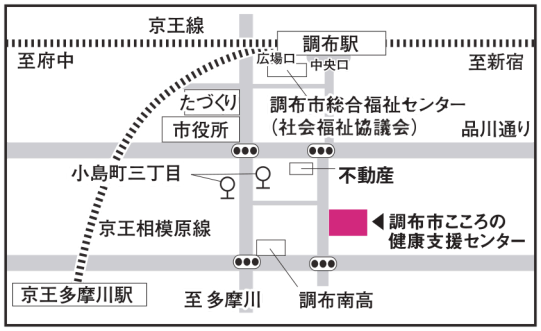
①直接窓口で（受付は、平日 9:00 ～ 17:00 となります。施設により臨時休館となる場合があります）



■調布市社会福祉協議会
調布市総合福祉センター内
小島町 2-47-1



■調布市市民プラザあくろす
市民活動支援センター
国領町 2-5-15 コクティー 2 階
電話　042-443-1220



■調布市こころの健康支援センター
布田 5-46-1
電話　042-490-8166

その他、以下の窓口でも受け付けています。

- 調布市希望の家（富士見町 2-16-33　電話 042-481-7700）
- 調布市希望の家分場（入間町 1-13-2　電話 03-3305-7737）
- 希望の家深大寺（深大寺北町 5-6-1　電話 042-426-8577）
- 調布市役所 3 階福祉総務課
- 神代出張所

②インターネットで

オンラインクレジット決済システムにおいて、クレジットカード（VISA、Master、JCB、AMEX）にてお支払いいただけます。右記の 2 次元コードを読み込んでください。

③郵便局で

専用の払込取扱票でお支払いいただけます。ご希望の方は、調布社協までお問い合わせください（現金にてお振込の場合は、1 件ごとに 110 円の現金取扱手数料がかかります）。

※個人の方は所得税（寄附金控除／税額控除）、法人の方は損金算入の対象です。
詳細は、お住まいの地域の税務署までお問い合わせください。

調布社協
CHOFU CITY
Council of Social Welfare



調布社協キャラクター
愛称 「ちょビット」

令和８年８月発行

掲載内容は令和８年７月１日現在の内容です。