



あなたと地域をつなぐ情報紙

文社協だより

文京区社会福祉協議会

文社協だよりは、文京区社会福祉協議会で実施している事業やイベントのお知らせ、報告等を掲載している、地域の福祉情報紙です。地域の皆さんが安心して暮らせるまちを目指して、皆さんのつながり合いや助け合いをサポートするための情報を発信していきます。

9月号
令和8年(2026年)
No.163

奇数月発行

SDGs



SDGsとは、2030年までに持続可能でよりよい世界を目指す国際目標。文社協でも、主に「健康・福祉」「まちづくり」「パートナーシップ」を目標とした取り組みを進めています。

～尊厳ある本人らしい生活を支えるために～

権利擁護の担い手 活躍中

認知症や障害等により判断能力に不安があっても、その方の権利をまもり地域の中でその人らしく生活できるよう、財産管理や日常生活の支援を行う「権利擁護支援」。その担い手として、文京区でも多くの地域の方が活躍しています。

「地域福祉権利擁護事業」の担い手として

「地域福祉権利擁護事業」とは、認知症や障害等により、福祉サービスの利用手続きや日常の金銭管理等に不安のある方を対象としています。この事業では、職員が作成した支援計画書に沿って、本人宅を訪問し実際に支援する「生活支援員」として、多くの地域の方が活躍しています。

※事業の詳細は文社協ホームページをご覧ください

Q 利用してみたいかがですか？

(自身に障害があるので)両親が亡くなったあとのことが不安でしたが、グループホームに入ることができました。毎月家賃を払ったり、生活費をおろしたりするのは、初めてやりました。地域福祉権利擁護事業を契約し、通帳や印鑑を預かってもらい、毎月銀行に付き添ってもらっています。自分ではどうやっていいのかわからなかったのが、不安が減りました。



利用者Aさん



生活支援員 小林さん



地域福祉権利擁護事業についてはこちら

Q どのような支援をしていますか？

作業所の給料日にお会いして、生活のご様子や、困ったことはないか等をお話ししながら確認します。その後、銀行に同行して、福祉サービス利用料の振込やご本人の生活費の出金をサポートします。

Q 支援の際、大事にしていることは？

一番大切なのは、利用者さんの意思だと思います。利用者さんには、それまで生きてきた歴史と今の生活があります。その方の考えに寄り添った支援を心がけたいと思います。

「市民後見人」を目指して

文京区社会福祉協議会では、市民が成年後見人等となる「市民後見人」の養成講座を令和7年度よりスタートしました。2年間の養成講座を経て、市民後見人として登録していただく予定です。

Q 受講のきっかけは？

会社生活を終え、腰を落ち着けて地域貢献をと考えていた時、文社協だよりで市民後見人養成講座のことを知り、これこそ正に自分が思い描いていたものと思い応募しました。講座で学んだことを活かし、ご本人の意思をとことん考え抜く市民後見人を目指します。また、ご本人を共に支えるチームの皆さまとしっかり連携・協働する姿勢も常に持ち合わせていたいと思います。



受講者 藤井さん

権利擁護に関心のある方へ

まずは、認知症や障害等があるご本人の想いや意思を知ることが、「権利擁護」の第一歩です。

文京区社会福祉協議会では、身近な地域の方々に「権利擁護」の視点を持っていただき、日常生活や地域で活動する際などに活かしていただけるよう、「権利擁護入門講座」を開催しています。

※詳細は2面をご覧ください



1

お知らせ

文京区地域活動ポータルサイト「どっとフミコム」

登録団体のボランティア募集、イベント情報、活動報告などについて掲載しています。文京区内の様々な活動について知り、参加のきっかけとしても活用することができます。ぜひ、新たな一歩を踏み出しませんか？

問合せ 地域連携ステーション
(市民活動担当) ☎03-3812-3044
(ボランティア担当) ☎03-3812-3114



＼詳細はこちら／



3

イベント

第111回フミコムcafe

フミコムcafeでは、さまざまな地域活動や市民活動を行うゲストを招いて、活動をはじめたきっかけや、日ごろの活動についてお話を伺います。今回のゲストは開発教育協会の近藤氏です。

日時 11月14日(土) 15時～16時30分
会場 区民センター地下1階 C-base
講師 近藤 牧子 氏 (認定NPO法人 開発教育協会)
対象 区内在住・在勤・在学の方
定員 20名
費用 無料
申込 申込フォームまたは電話
問合せ 地域連携ステーション (市民活動担当) ☎03-3812-3044

＼申込はこちら／



5

講座

動画で学ぶ! 団体運営支援講座「WEBサイト作成基礎講座」

社会貢献・地域貢献活動を行う団体向けに、団体運営に役立つ基礎知識や手法が学べる動画講座を開催中です。今回ご紹介するテーマは「WEBサイトの作成」です。

日時 令和9年3月31日(水)までの希望する日と時間帯
会場 区民センター地下1階 C-base
講師 徳留 康矩 氏 (一般社団法人 ウェブ解析士協会 上級WEB解析士)
対象 WEBサイト作成の基礎知識について学びたい方
費用 無料
申込 (希望日時の2週間前までに) ホームページまたは電話
問合せ 地域連携ステーション (市民活動担当) ☎03-3812-3044

＼申込はこちら／



7

イベント

ツキイチ～ちょこっとボランティアしませんか?～

毎月1回、はじめてボランティア活動に踏み出すキッカケを目指して「ツキイチ」を開催しています。装飾品づくりやこども服の仕付けなど、内容は毎月変わります。見学も大歓迎です。

日時 9月17日(木)、10月23日(金)、11月30日(月)、12月22日(火)
令和9年1月18日(月)、2月26日(金)、3月24日(水)
14時30分～16時30分
会場 区民センター4階 ボランティア活動室
対象 区内在住・在勤・在学の方、文京区で活動したい方
定員 15名
費用 無料
申込 各実施日の前日までに申込フォームまたは電話
問合せ 地域連携ステーション (ボランティア担当) ☎03-3812-3114

＼申込はこちら／



8

説明会

いきいきサポート 協力会員活動説明会

いきいきサポートは住民同士の助け合いの会員制事業です。家事や外出介助等のサポートをしてくださる方を募集しています。空いた時間に地域貢献をはじめてみませんか？

日時 10月7日(水) 14時～16時
会場 区民センター4階 ボランティア活動室B
対象 協力会員の活動に関心のある方
定員 10名(抽選)
費用 無料
申込 申込フォームまたは電話
締切 9月30日(水)
問合せ いきいきサポート ☎03-5800-2941

＼申込はこちら／



2

講座

権利擁護入門講座 ～想いや意思を知ることが権利擁護の第一歩～

「権利擁護」の第一歩として「意思決定支援」について、講義、グループワーク、当事者との関わりを通じて学びます。
※講座の詳細は文社協ホームページをご確認ください

日時 11月2日(月) 10時30分～16時30分
会場 区民センター2階 2A会議室
対象 区内在住・在勤・在学の方、区内で地域活動・ボランティア活動などを行っている方
定員 20名程度(応募者多数の場合は、区内在住の方優先の上、抽選)
費用 無料
申込 申込フォームまたは電話
締切 10月13日(火)
問合せ 権利擁護センター(あんしんサポート文京) ☎03-3812-3156

＼申込はこちら／



4

イベント

文京区に!ふみこむフェスタ2026 出展団体募集

文京区内で地域活動・地域貢献活動等を行う団体や法人、企業が、実施している取り組みについてブース出展形式で報告するイベントです。出展団体を募集します!

日時 令和9年2月27日(土) 9時～13時
会場 区民センター3階
対象 区内在住・在勤・在学の方
定員 40団体(抽選)
費用 無料
申込 申込フォームから
締切 9月16日(水)
問合せ 地域連携ステーション (市民活動担当) ☎03-3812-3044 (ボランティア担当) ☎03-3812-3114

＼申込はこちら／



6

講座

障害のある方を地域で支える権利擁護の仕組み

地域福祉権利擁護事業や成年後見制度についての講座を通じて地域で支える権利擁護のしくみを学びます。

日時 11月30日(月) 11時～13時
会場 区民センター2階 2A会議室
講師 田邊 裕子 氏 (東京都手をつなぐ育成会 相談員)
対象 区内在住・在勤・在学の方 障害のある方とその親族、関係機関
定員 50名(申込順)
費用 無料
申込 10月19日(月) 9時から申込フォームまたは電話
問合せ 権利擁護センター(あんしんサポート文京) ☎03-3812-3156 FAX: 03-5800-2966
※手話言語通訳をご希望の方は11月2日(月)までにお知らせください。

＼申込はこちら／



🔗 CHALLENGE [チャレンジ]

東大病院にこここボランティア募集!

東大病院では、外来診療棟での院内ガイドやお身体の不自由な方のお手伝い、にここ文庫(図書室)の運営等に携わってくださるボランティアを募集しています。患者さんにとって心休まる温かい場所にするため、あなたの「やさしさ」を求めています。ボランティアをご希望の方に限り見学も可能ですので、まずはお気軽にお問い合わせください。

団体名 東京大学医学部附属病院 ボランティアルーム
日時 月～金(祝日及び年末年始を除く) 8時30分～15時の間の3時間 ※学生に限り2時間枠が可能です。
会場 東京大学医学部附属病院(文京区本郷7-3-1)
内容 受診手続きの手伝い、院内ガイド、車いすの介助、院内図書室の運営など
対象 ①月2回(1回3時間)以上活動可能な方
②3ヶ月以上継続して活動できる方
③活動開始時点で18歳以上70歳未満の方(ただし高校生は除く)
※詳しくは、ホームページをご覧ください。
締切 9月30日(水)
活動開始 11月2日(月)
問合せ 東京大学医学部附属病院 ボランティアルーム ☎03-3815-5411 9時～17時(祝日を除く月～金)
✉ volunteer@adm.h.u-tokyo.ac.jp
🌐 https://www.h.u-tokyo.ac.jp/recruitment/volunteer/index.html

＼詳細はこちら／



地域の仲間が集う「ふれあいいきいきサロン」で 歌やおしゃべりを楽しんでもみませんか？

ふれあいいきいきサロンは、年齢や性別を問わず地域の皆さんが集う交流の場です。今回は、リズムに合わせて体を動かしたり歌を歌ったりして脳と体を活性化する「音楽ケア体操」を楽しみながら、年齢も性別もさまざまな地域の仲間と知り合える、ふたつのサロンをご紹介します。

湯うゆうの会

地域の皆さんの「みんなが集まれる居場所を」という思いを受けて、11年間活動を続けています。みんなこの日を楽しみにしています。

【活動時間】第2・4土曜日10時～11時

【場 所】湯島3-29-10

(社会福祉法人 東六会 ゆしまの郷1階デイルーム)

【参 加 者】15名程

【活動内容】体操、歌唱、お話など

【費 用】100円/回



代表の深田さん(前列左から2番目)と講師の篠原さん(前列右から2番目)、スタッフの本山さん(前列左端)、柳田さん(後列左から2番目)、その他参加者のみなさん



脳トレ指体操の様子



読み聞かせの様子

梨の木坂48

コロナ禍以降「身近に人と交流できる場を作りたい」という想いから、令和5年に活動を開始しました。月に1回、男女含め10名程で活動しています。

【活動時間】第4木曜日10時30分～11時30分

【場 所】本郷5-10-8(天理教谿郷分教会)

【参 加 者】10名程

【活動内容】体操、歌唱、お話など

【費 用】100円/回



左から、参加者てんこちゃん、講師しのちゃん、代表えつちゃん、スタッフまつもつあ

音楽のリズムに合わせて体を動かしたり、懐かしい曲を歌ったりしながら、脳の活性化と身体機能の維持・向上を図る「音楽ケア体操」を中心に行っています。参加者同士で、体操に使った季節ごとの歌についての思い出や、地域のこと、最近あった出来事などを楽しくおしゃべりする時間も設けています。難しい内容ではありませんので、まずはお気軽に来られる時だけ参加してみてください。歌が好きな方や男性の参加も大歓迎です。



【問合せ】地域福祉推進係 ☎03-5800-2942

寄附金・寄附品(令和8年6月～7月)

皆さまからいただいたご寄附は、地域で孤立しないための居場所活動や子どもたちの学習支援活動など、地域福祉事業の財源として有効に活用させていただきます。ありがとうございます。

【寄附者ご芳名】(敬称略) 青山 孝治 56,000円/岩間 伸之 10,409円/清村酒店(募金箱) 8,298円/駒込天祖神社 宮元睦会 10,000円/小山 眞三 100,000円/小山 治子 100,000円/スーパーマーケットノムラヤ(募金箱) 9,632円/ダイセーロジスティクス(株) 30,000円/中村 義子 10,000円/はとや(募金箱) 8,677円/原澤 斎 5,000円/文社協募金箱 3,545円/松本 佳奈子 6,000円/匿名(3件) 65,000円/匿名 未使用切手

*当会への寄附は、寄附金控除対象です。当会は税額控除法人として認定されており、確定申告の際「所得控除」か「税額控除」を選択できます。

皆さまからご寄附いただきました使用済み切手(令和7年1月～令和8年6月分)を買取業者に購入していただき36,500円になりました。

こちらは、地域福祉事業の財源の一部として活用いたします。ご協力ありがとうございました。

【使用済み切手寄附者】(令和8年2月～7月、敬称略) 浅野 慶子/銀杏企画三丁目/稲葉 浅治/今井 美加子/井村屋(株)/エーザイ豊友会/(株)エヌ・ティ・ティ エムイー/大石 貴美子/大熊 弘三/大倉 忠廣/大塚福祉作業所/大溝 照子/音訳ひまわり/ガールスカウト東京都第217団/(一社)外国人食品産業技能評価機構/金澤 和久/金富小学校/希望の会/(株)喜屋/清村酒店(募金箱)/後楽クラブ/小林 隆夫/五洋建設(株)/相良 淳子/佐藤 悦子/三協鋼鐵(株)/品川 純/(株)精研/ダイセーロジスティクス(株)/第六天町会女性部/高橋 暁子/田村 春美/筒井 幸代/東京税理士会本郷支部/中島喜美/(株)日生不動産(株)日生コミュニティ/ファミリーレストラン大黒屋/(一社)仏教情報センター/プライムテック(株)/文京大塚五郵便局/文京区シルバー人材センター/法政大学東京都校友会文京法友会/(公社)本郷法人会/牧野 妙子/松下 晶子/幹田 陽彦/宮崎 悦子/室井 節子/読売ボランティアセンター朗読グループ

*使用済み切手のご寄附は、郵送でも受け付けています。毎年、文社協だより3月号、9月号にて「使用済み切手の寄附者」のご紹介をしていますが、匿名をご希望の場合は、封筒裏面やメモに「匿名」と記載し郵送をお願いいたします。

【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040

令和8年度赤い羽根共同募金

地域配分（B配分）申請団体を募集しています！

赤い羽根共同募金とは東京都共同募金会が実施する福祉施設・福祉団体向けの助成金で、地域で集められた寄附金をその地域で生かすことを目的としています。
文京区では、文京区社会福祉協議会が窓口となり、申請を受け付け、「文京区配分推せん委員会」で推せんされた申請案件が、東京都共同募金会配分委員会で審査されます。

応募資格

地域福祉の推進を目的とした事業を行う区内に所在する民間社会福祉施設、団体等（会社法人が経営、学校法人及び特殊法人が運営する施設、民間型の老人ホームなどは対象外）

申請対象事業

備品整備、小破修理、研修・講習会等（施設・団体維持のための運営費や事務管理用の備品整備などは対象外）

配分申請額

5万円～20万円以内（申請事業費の75%以内）

申請方法

当協議会HP(<https://www.bunsyakyo.or.jp/>)からダウンロードし、ご提出ください。ご不明点等ありましたら、右記問い合わせ先へご連絡ください。



申込〆切
10/30(金)



【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040



文社協の賛助会員になりませんか？

文社協の地域福祉事業は、会費や寄附、募金で支えられています。
ぜひ、会員になっていただき、文社協の事業を応援してください。

賛助会員とは？

文社協の事業に賛同し、会費という財政面から地域福祉推進を応援する一員になっていただくものです。個人、企業、団体等、どなたでも会員になっていただけます。

区分名称	会費（1口/年額）
賛助会員	1,000 円
特別賛助会員	10,000 円

会員になったら？

活動などの義務はありません。会費を納めていただくことが会員としてご協力いただく内容です。

会費納入方法

1 文社協受付窓口

2 ゆうちょ銀行での振込（振込書を郵送いたします）

3 クレジットカード

下記の二次元コードから、オンライン（シンカブル）で会費を納入できます。
（シンカブルでの会費の納入は、毎年9月1日に自動引落としされます。）



※当会への寄附や会費は、寄附金控除の対象になります。確定申告の際に「所得控除」か「税額控除」を選択できます。

【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040

文社協の募金箱を置いてみませんか？

文社協では、募金箱を設置していただけるお店を募集しています。

募金箱は、幅7cm×奥行14.9cm×高さ18cmで、レジ横におけるコンパクトサイズ。皆さまからいただいた募金は、車いす貸出し事業、地域の居場所活動、高齢者や障害者、子育てサロン、地域福祉団体への助成金など、誰もが安心して暮らしていけるような地域の街づくり活動に使わせていただきます。

【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040

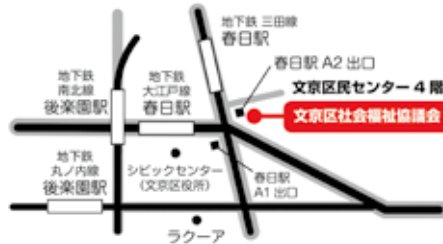


社会福祉法人 文京区社会福祉協議会

文京区社会福祉協議会（文社協）は、さまざまな事業を通じて、文京区の地域福祉の向上と充実に努めている非営利の民間団体です。地域の皆さんが主体的に取り組み、支えあえるまちづくりを、地域の皆さんをはじめ、民生委員・児童委員、町会、自治会、地域福祉関係者・関係団体と一緒に進めています。

〒113-0033 文京区本郷4-15-14 区民センター4階
【TEL】03-3812-3040 【FAX】03-5800-2966 【URL】<https://www.bunsyakyo.or.jp/>
【開所時間】8時30分～17時15分（祝日を除く 月～金）

スマートフォンはこちら



広 告 本紙に掲載されている広告についての詳細は広告主までお問合せください。

私の街のお葬式

道灌山会館

少人数から大規模葬まで
幅広く対応いたします

霊安室完備
大変お得な会友制度

事前相談無料・お問い合わせは
0120-62-1192 24時間年中無休

百年の信頼 一大正8年創立
社会福祉法人 **東京福祉会** 西日暮里駅 徒歩7分
<https://www.fukushikai.com> 文京区千駄木3-52-1

広告募集中

いただいた掲載料は、地域福祉のために大切に活用させていただきます。
広告企業や店舗のPRで社会貢献をしてみませんか？

広報紙の概要

体裁	タブロイド判、左綴じ、4ページ
発行回数	年6回（10日発行、1月号は1日発行）※1月、3月、5月、7月、9月、11月
配布部数	約13万部 ※1月号は約6万部（文京区内全戸配布、1月号は新聞折込）

掲載位置、規格、掲載料

位置	最終面の下部
規格	縦6cm×横6cm（1枠あたり）

広告1枠あたりの掲載料

1回	38,500円（消費税込）
6回	184,800円（消費税込）



詳しくは
ホームページを
ご覧ください

【問合せ】総務係 ☎03-3812-3040