

社会参加と生きがい

1 社会参加

渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ

渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ（通称：シブカツ）は、プレシニア世代からアクティブシニア世代の方が、いつもでも楽しく元気に活躍し続けられるように、皆様がお持ちの経験や能力をいかすことのできる機会や新たな学びの場などを提供する施設です。また、区が実施しているさまざまな講座やイベント、地域で活動している団体情報をまとめて発信していきます。

- 対象 区内在住のおおむね 55 歳以上
区内にてボランティア活動等を行う方（もしくはその予定の方）も一部を除き利用可能
- 場所 渋谷 2 丁目 21-1 渋谷ヒカリエ 8 階
- 開設時間 平日 午前 11 時～午後 7 時
土曜日 午前 9 時～午後 5 時
ただし、日曜日・祝日・年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）を除く



お問合せ先

生涯活躍推進課生涯活躍推進係
生涯活躍推進課地域人材育成主査

☎ 6451-1418

☎ 6451-1418

渋谷ハチコウ大学

自らの生涯現役を考える・探すきっかけとして S-SAP（シブヤ・ソーシャル・アクション・パートナー）協定を締結している区内大学や企業などと連携し、新たな学びの機会を提供する区民大学です。

- 対象 区内在住の 55 歳以上
- 参加方法 渋谷ヒカリエ 8 階にある渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツにて学生登録が必要です。登録期間や方法は区ニュースやシブカツ専用ウェブサイトなどでお知らせします。
シブカツ専用ウェブサイト URL：<https://www.shibuya-shibukatsu.jp/>



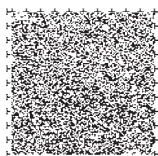
渋谷ハチコウ大学



お問合せ先

生涯活躍推進課生涯活躍推進係

☎ 6451-1418



リフト付タクシー運行

車いすやストレッチャーに乗ったまま利用できるリフト付タクシーを運行しています。

- 対 象 おおむね 65 歳以上で、外出時の移動手段として常時車いすかストレッチャーを利用している人
- 利用方法 事前に登録が必要です。登録後、渋谷区から事業を委託されたタクシー事業者に、直接お申し込みください。
- 利用可能時間 リフト付タクシー 8 時～21 時
- 費 用 運賃（リフト付タクシーは普通車運賃）は利用者負担です。（迎車料金は無料です。）

🔍 お問合せ先

各地区の地域包括支援センター（4 または 76～77 ページ参照）
高齢者福祉課 サービス事業係

☎ 3463-1873

補聴器購入費助成事業

聴力機能の低下に伴い、周囲と円滑なコミュニケーションを図ることが難しい高齢者の補聴器購入費用を一部助成し、積極的な社会参加や地域交流を促します。

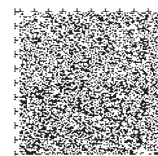
- 対 象 区内在住の 65 歳以上の人で下記のすべてに該当する人
 - 住民税非課税の人
 - 耳鼻咽喉科専門医から対象基準を満たす証明を受けた人
 - 聴覚に関する身体障害者手帳の対象でない人
- 購入助成限度額 35,000 円

※注意：すでに購入している場合は対象となりません。必ず、事前申請をしてください。

🔍 お問合せ先

各地区の地域包括支援センター（4 または 76～77 ページ参照）
高齢者福祉課 サービス事業係

☎ 3463-1873



シニアいきいき事業

おおむね 60 歳以上の人を対象に、生きがいづくりと仲間づくりをすすめるため、教養・文化・趣味などの講座を開催しています。

- 内 容 パソコン、英会話、フラダンスなど
- 場 所 文化総合センター大和田 ほか

※実施日・内容などは、しぶや区ニュースなどでお知らせします。



📞 お問合せ先

シニアいきいき大学事務局

☎ 3464-5171

なんでもスマホ相談

スマートフォンの操作に不慣れな人向けに、スマートフォンの基本操作、メールの送受信、インターネット検索などを個別相談できます。

- 対 象 区内在住のおおむね 60 歳以上の人
- 会 場 区内施設ほか
- 費 用 無料
- 申 込 各会場へ電話または窓口で

※実施日・会場などは、しぶや区ニュースなどでお知らせします。

📞 お問合せ先

株式会社 渋谷サービス公社 (商工会館)

☎ 3406-7641

生活支援体制整備事業

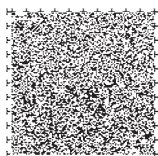
サービス提供主体等の関係者間のネットワーク構築やマッチングを担う生活支援コーディネーターの配置や、地域をより良くしていくための話し合いの場として協議体を設置します。そこで、地域住民の主体的な互助活動を促し、住民目線の地域課題の解決や生活支援サービスの創出等につなげます。

📞 お問合せ先

渋谷区社会福祉協議会 地域福祉課 地域支援係
高齢者福祉課 サービス事業係

☎ 5457-2200

☎ 3463-1873



区立スポーツ施設

区立スポーツ施設の個人使用の使用料が免除になります。事前に登録が必要です。運転免許証、健康保険証など確認できるものを提示してください。

施設	住所	電話	内容
スポーツセンター	西原 1-40-18	☎ 3468-9051~2	トレーニング室、プール
猿楽トレーニングジム	猿楽町 12-35	☎ 3461-3447	トレーニング室
中幡小学校温水プール	幡ヶ谷 3-49-1	☎ 3376-1069	プール
上原中学校温水プール	上原 3-41-2	☎ 3460-7531	プール
渋谷本町学園温水プール	本町 4-3-1	☎ 3373-1303	プール
代官山スポーツプラザ	代官山町 17-9	☎ 5428-0831	プール
ひがし健康プラザ	東 3-14-13	☎ 5466-2291	プール

●対象 区内在住・在勤・在学で60歳以上の人

🔍 お問合せ先

上記の各施設まで

シルバーパス

70歳以上の人々が積極的に社会参加できるよう、都営交通（都バス、都電、都営地下鉄、日暮里・舎人ライナー）、都内民営バスなどを利用できる「東京都シルバーパス」を購入できます。

購入を希望する人は、最寄りのシルバーパス取扱いバス営業所などの窓口にお申し込みください。

🔍 お問合せ先

一般社団法人 東京バス協会

☎ 5308-6950

シニアクラブ

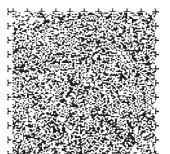
高齢者の知識や経験を生かして、生きがいや健康づくりなど、いろいろな社会活動を行い、生活を豊かなものにするために自主的にクラブをつくっています。

- クラブ数 45クラブ
- 会員数 約2,700人
- 資格 おおむね60歳以上
- 主な行事 健康活動/ゲートボール大会、グランドゴルフ大会、輪投げ大会
教養活動/作品展・教養講座、健康麻雀大会 社会奉仕/駅周辺の早朝清掃

🔍 お問合せ先

シニアクラブ活動サポート室

☎ 3463-1857



● シニアクラブ一覧表

クラブ名	クラブ名	クラブ名	クラブ名	クラブ名
代々木さつき会	西原友和会	上原愛友会	代々木一丁目福寿会	東和会
原宿巴会	大向向楽会	恵楽会	代々木登喜和会	鳩森会
初台長寿会	八千代会	伊楽会	富ヶ谷富久寿会	幡本西寿会
幡ヶ谷敬友会	上原寿会	広楽会	広和会	東幸会
喜楽会	本町光風会	新楽会	幡中長寿会	千駄ヶ谷東寿会
和み会	本町寿光会	大向親和会	幸寿会	氷川長生会
本町高砂クラブ	豊楽会	南友和会	千駄ヶ谷ミツバクラブ	渋谷金王会
代々木八幡会	白寿会	三楽会	代々木豊寿会	原宿プラチナクラブ
寿楽会	上原みどり会	二軒家誠会	明和会	広尾ガーデンヒルズ プラチナ倶楽部

敬老館

元気な高齢者の憩いの場となる施設です。浴室、カラオケ、囲碁、将棋などがご利用になれます。利用には個人登録が必要です。

●利用者カードの交付

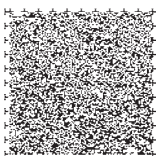
区内在住の60歳以上の人が対象です。

各敬老館で、住所・生年月日を確認できるもの（保険証など）を持参し、カードの交付を受けてください。

※利用者カードは「敬老館」、「はつらつセンター」、「地域交流センター」、「YCC 代々木八幡コミュニティセンター」で共通利用できます。

●敬老館一覧表

敬老館	住所	電話	コミュニティバス (ハチ公バス)
西原敬老館	西原 2-35-12	☎ 3466-6249	
初台敬老館	初台 1-9-8	☎ 3374-3978	
千駄ヶ谷敬老館	千駄ヶ谷 1-1-7	☎ 3401-0600	● 千駄ヶ谷社会教育館下車



はつらつセンター

地域の生きがい活動の拠点となる施設です。浴室、カラオケ、囲碁、将棋などがご利用になれます。（はつらつセンター ケアステーション本町には、浴室がありません。）利用には個人登録もしくは団体登録が必要です。

- 利用者カード（個人登録）の交付

区内在住の60歳以上の人が対象です。

各はつらつセンターで、住所・生年月日を確認できるもの（保険証など）を持参し、カードの交付を受けてください。

※利用者カードは「敬老館」、「はつらつセンター」、「地域交流センター」、「YCC 代々木八幡コミュニティセンター」で共通利用できます。

- 団体登録については、はつらつセンターへお問い合わせください。

● はつらつセンター一覧表

	住所・電話	最寄り駅・バス停
はつらつセンター 幡ヶ谷	幡ヶ谷 2-19-14 ☎ 3374-0785	京王新線「幡ヶ谷駅」 ● 京王バス（渋63）「幡ヶ谷」
はつらつセンター 富ヶ谷	富ヶ谷 2-27-12 ☎ 3467-4671	● 京王バス（渋60, 68, 69）「上原一丁目」 ● 東急バス（渋55）「二ツ橋」 ● ハチ公バス「はつらつセンター富ヶ谷」
はつらつセンター 参宮橋	代々木 4-4-1 ☎ 5352-8805	小田急線「参宮橋駅」 ● 京王バス（宿51）・ハチ公バス「参宮橋」
はつらつセンター ケアステーション本町	本町 2-9-17 ☎ 5334-9980	京王新線「初台駅」 ● ハチ公バス「不動通り入口」「幡ヶ谷不動尊」



お問合せ先

福祉部 管理課 福祉施設係

☎ 3463-1896

地域交流センター・YCC 代々木八幡コミュニティセンター

ジュニアからシニアまで誰もが集える場として、地域活動や世代間交流、親睦を促進するための施設です。区内在住の60歳以上の人は、下記の施設を無料で利用できます。

- ① 個人使用施設（9時～17時）

浴室やリラクゼーションルームなど

- ② 団体使用施設（9時～17時30分）

文化ふれあい広場（地域交流センター）、プレイルーム（YCC 代々木八幡コミュニティセンター）

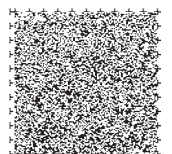
利用には個人登録もしくはシニア団体としての登録が必要です。

- 利用者カード（個人登録）の交付

地域交流センター及びYCC 代々木八幡コミュニティセンターで、住所・生年月日を確認できるもの（保険証など）を持参し、カードの交付を受けてください。

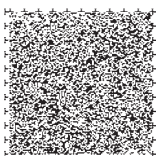
※利用者カードは「敬老館」、「はつらつセンター」、「地域交流センター」、「YCC 代々木八幡コミュニティセンター」で共通利用できます。

- 団体登録については、地域交流センター、YCC 代々木八幡コミュニティセンターへお問い合わせください。



● 地域交流センター一覧表

	住所 (受付)・電話	最寄り駅・バス停
地域交流センター 新橋	恵比寿 1-27-10 新橋区民複合施設 3 階 ☎ 3444-0461	JR・東京メトロ日比谷線「恵比寿駅」 ● 都バス (06 系統)「恵比寿橋」 ● ハチ公バス「新橋区民施設」
地域交流センター 恵比寿	恵比寿西 2-8-1 恵比寿区民複合施設 1 階 ☎ 3461-3453	JR・東京メトロ日比谷線「恵比寿駅」 ● ハチ公バス「恵比寿区民施設」
地域交流センター 大向	松濤 1-26-6 大向区民複合施設 地下 1 階 ☎ 3466-2131	JR・東京メトロ・東急線「渋谷駅」 京王井の頭線「神泉駅」 ● バス (渋 61) (渋 66) 系統「東急百貨店本店前」 ● バス (渋 55) 系統「東大前」 ● ハチ公バス「松濤美術館入口」 「東急百貨店本店前」
地域交流センター 上原	上原 1-18-6 上原区民施設 3 階 ☎ 3467-1349	小田急線・東京メトロ千代田線「代々木上原駅」 ● バス (渋 68) (渋 69) 系統 「上原二丁目 (上原出張所入口)」 ● ハチ公バス「上原二丁目 (上原出張所入口)」
地域交流センター 代々木	代々木 3-51-8 代々木区民施設 地下 1 階 ☎ 3370-7741	JR・都営大江戸線「代々木駅」 小田急線「南新宿駅」 ● バス (宿 51) 系統「代々木三丁目」 ● ハチ公バス「代々木区民会館」
地域交流センター 二軒家	本町 3-35-4 ☎ 3299-5577	都営大江戸線「西新宿五丁目 (清水橋) 駅」 ● バス (渋 64) (宿 32) (宿 33) 系統「本町三丁目」
地域交流センター 本町	本町 6-6-2 児童青少年センター 複合施設 2 階 ☎ 3377-5160	● バス (宿 41) (渋 45) 系統「本町一丁目」 (渋 63) (渋 66) 系統「幡代」 ● ハチ公バス「本町一丁目」「幡代」
地域交流センター 笹塚	笹塚 1-27-1 ☎ 3481-8611	京王線・京王新線「笹塚駅」 ● バス (渋 60) (渋 66) (渋 69) 系統「笹塚駅」 ● ハチ公バス「笹塚駅」
地域交流センター 代々木の杜	代々木 2-35-1 代々木の杜 区民複合施設 1 階 ☎ 5371-1571	小田急線「南新宿駅」 JR・都営大江戸線「代々木駅」
地域交流センター 神宮前	神宮前 6-10-14 神宮前区民施設 2 階・3 階 ☎ 3409-4565	JR「原宿駅」 東京メトロ千代田線・副都心線 「明治神宮前 (原宿) 駅」 ● バス (池 86) (早 81) 系統「表参道」 ● ハチ公バス「明治神宮前駅」
YCC 代々木八幡 コミュニティセン ター	代々木 5-1-15 ☎ 3466-3239	小田急線「代々木八幡駅」 東京メトロ千代田線「代々木公園駅」 ● バス (渋 66) (渋 61) (渋 63) (渋 64) 系列「八幡下」 ● ハチ公バス「八幡下」



📞 お問い合わせ先

地域振興課 施設係

☎ 3463-1639

2 仕事

シルバー人材センター

高齢者の豊かな経験と能力を生かすため、高齢者にふさわしい仕事をシルバー人材センターが請け負い、会員の希望と経験・技能に応じて仕事をしてもらっています。

- 会員資格 健康で働くことや社会奉仕活動を通して社会参加する意欲がある 60 歳以上の人

? お問い合わせ先

シルバー人材センター (総合ケアコミュニティ・せせらぎ内)

☎ 5465-1876

新橋作業所

障害者および 60 歳以上の人などに、作業指導をしながら仕事をお世話しています。仕事は、ラベル貼り、封入など簡単な作業です。

? お問い合わせ先

新橋作業所

☎ 3444-5541

幡ヶ谷授産場

60 歳以上の人などに、作業指導をしながら仕事をお世話しています。仕事は、ラベル貼り、封入など簡単な作業です。作業は、授産場で行うものと、自宅で行うものがあります。

? お問い合わせ先

幡ヶ谷授産場

☎ 3378-3637

3 敬老

敬老金

9 月 15 日現在で満 75 歳以上の人に敬老の意を表し、敬老のお祝いを贈呈しています。

? お問い合わせ先

福祉部 高齢者福祉課 高齢者相談支援係

☎ 3463-1989

百歳の表慶訪問

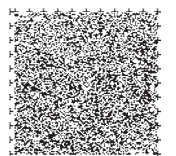
100 歳を迎えた人に、区長がお宅にお伺いして賀寿状・花束・記念品を贈呈し、長寿をお祝いしています。



? お問い合わせ先

福祉部 管理課 民生係

☎ 3463-1832



米寿祝品

米寿（88歳）を迎えた人の長寿を祝い、ますます元気で活躍されることを願い、申出のあった人に祝品を贈呈しています。

※満88歳を迎える月の初日から、満89歳になる誕生月の前月までに申し込んでください。

- 申込先 渋谷区社会福祉協議会、各地区の地域包括支援センター

🔍 お問合せ先

渋谷区社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係 ☎ 5457-2200
各地区の地域包括支援センター（4または76～77ページ参照）
福祉部 管理課 民生係 ☎ 3463-1832

敬老大会

長年社会に貢献してきた高齢者の長寿を祝福するため、毎年9月中旬に敬老大会を開催しています。第一部は式典、第二部は演芸です。

おおむね65歳以上の人なら誰でも参加できます。

※開催日はしぶや区ニュースやポスターなどでお知らせします。

公衆浴場

高齢者入浴デー

区内在住で60歳以上の人に区内の公衆浴場を月2回無料開放します。利用者証（※）が必要です。

※利用者証の交付申請は、申請書、顔写真（タテ2.5cm×ヨコ2cm）を、福祉部・管理課・民生係の窓口へ持参または郵送ください。（申請書は出張所で配布、または区ホームページでダウンロード可）

【開放日時】

- 毎月第1・第3日曜日（1月の第1日曜日は除く）
- 13時～16時



🔍 お問合せ先

福祉部 管理課 民生係

☎ 3463-1832

マッサージサービス

おおむね65歳以上の人を対象にマッサージを行なっています。

- 会場 区内施設ほか
- 費用 1回 1,200円
- 申し込み 当日会場で、9時30分から15時まで先着順で受け付けます。手ぬぐい（2枚）、住所・氏名・年齢のわかるものをお持ちください。

※実施日・会場などは、しぶや区ニュースやポスターなどでお知らせします。

🔍 お問合せ先

高齢者福祉課 サービス事業係

☎ 3463-1873

