

こども食堂運営、貧困家庭支援、学習支援【官民連携】

事業の実施機関	特定非営利活動法人KODOMO. OOIZUMI
対象地域	東京都練馬区西大泉町近隣（大泉学園町含む）

連携先の実施機関
・練馬区社会福祉協議会　・練馬ボランティア・地域福祉推進センター　・認定NPO法人 全国こども食堂支援センター・むすびえ　・こども食堂ネットワーク

取組の内容
https://kodomo-ooizumi.com/ , https://www.instagram.com/kodomo.ooizumi/

取組の実施期間	2024年7月度～
---------	-----------

取組の内容	地域の子どもたちに温かい食事と安心できる居場所を提供することを目的とし、100人規模のこども食堂を運営しています。食事を提供するだけでなく、孤立孤独の抑制となり、学習支援や交流の場を提供し、地域コミュニティの活性化にも貢献しています。多くの子どもたちが安心して食事を摂れる環境を整えることができました。 【その他】 半期に1度チャリティイベントを開催　区内社協と連携し、要支援家庭サポート　近隣農家、JAと連携、フードロス野菜削減　他NPO法人と学習支援を提供 大手企業災害備蓄品受け入れ配布事業
-------	---

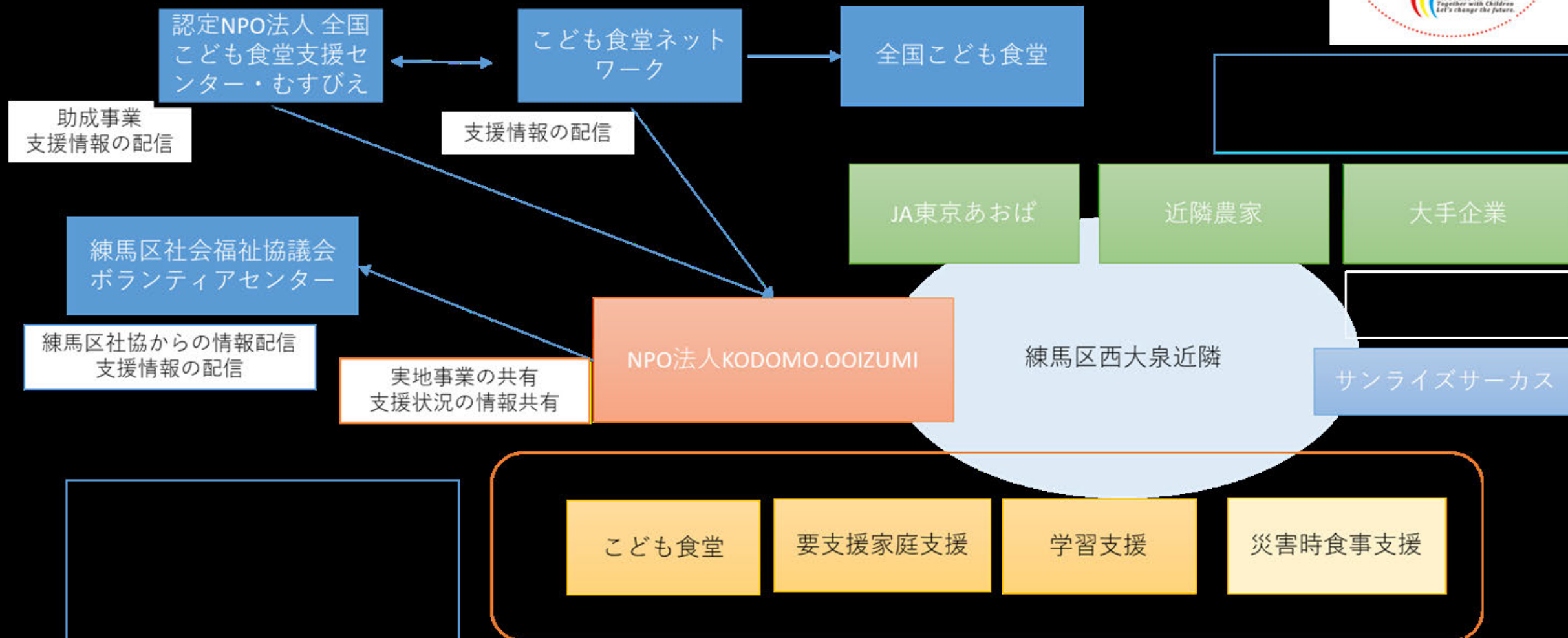
取組にあたって苦労、苦慮した内容	来場者数が想定よりも多く、備品の準備などが大変でした。 また、地域の認知度が高まるほど、来場者の列が長くなり、待ち時間も多くなりました、現在は予約枠と当日枠を設けて対応しています。 今後はもっと話を聞く機会を設けたいため食堂の時間を長くすることを検討したり、来場者とのコミュニケーションを深く図っていきたいと考えています。
------------------	---

取組の効果	地域で人気のこども食堂と認知していただけるようになり、多くの農家の方にご協力いただけるようになりました。 企業からのご支援もあり、学習支援や防災イベントなどの開催も行っています。 来場してくれた親御さんからは「居場所を作ってくれてありがとう」「こどもが嫌いな食材も食べてくれるようになりました」など温かいお言葉をいただいています。また、アンケートをもとに、要支援家庭へのケアを実施しています。
-------	--

ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 （概ね3～5歳）	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 （中卒・学業中退者18歳～34歳）	中年層 （35歳～64歳）	高齢層 （65歳～）	年齢や属性を問わない
●	●	●	●	●	●		●	●	●		1



こども食堂の運営 貧困、要支援家庭の支援等



ささつなエンタメチーム（義援隊）の不登校・引き籠り支援ソングによる活動【官民連携】

事業の実施機関	ささつな自治体協議会有限責任事業組合
対象地域	ささつな自治体協議会の会員 40 数自治体

連携先の実施機関
ささつな自治体協議会の会員 40 数自治体

取組の内容	
https://npowinpeace.com/	
取組の実施期間	2024年1月頃～
取組の内容	ささつなエンタメチーム（義援隊）として、不登校・引き籠り支援活動に賛同・参加して頂けるアーティストにより支援楽曲をつくります。また、地域を超えた複数の自治体間で災害支援協定が結ばれている、全国の40数自治体首長が集うささつな自治体協議会の自治体を中心にイベントを開催することで不登校・引きこもり支援をいたします。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	ささつなエンタメアーティストチーム（義援隊）の募集です。
取組の効果	ささつなエンタメアーティストチーム（義援隊）を募集し、楽曲を作成が完了して、これから会員自治体を中心としたイベントを開催することです。

ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 （概ね3～5歳）	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 （中卒・学業中退者18歳～34歳）	中年層 （35歳～64歳）	高齢層 （65歳～）	年齢や属性を問わない
●			●	●	●	●	●	●			



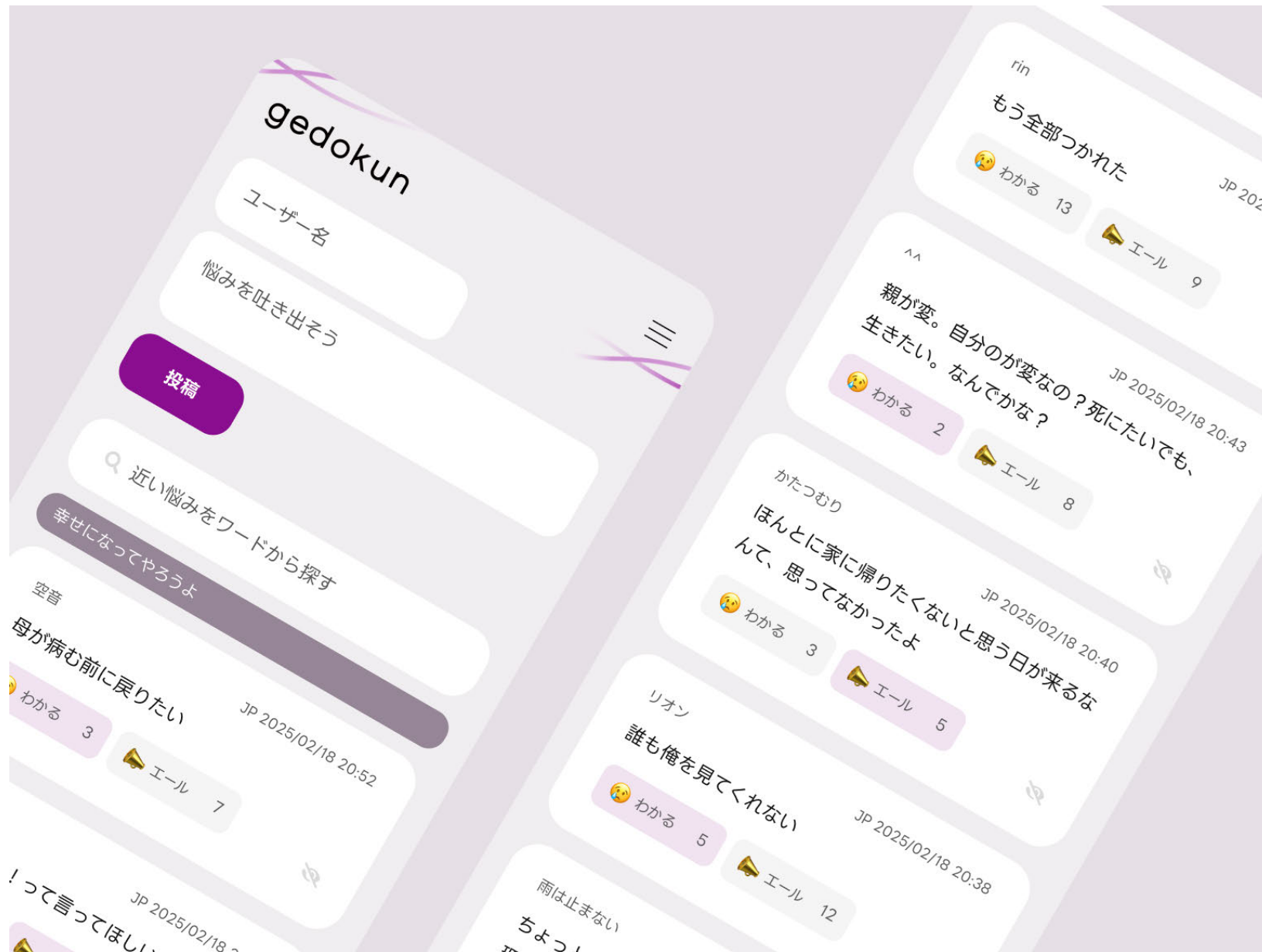
大人を頼りづらい子ども・若者へのオンラインの居場所づくり【民民連携】

事業の実施機関	認定特定非営利活動法人 第3の家族
対象地域	全国（オンライン）

連携先の実施機関
掲載なし

取組の内容	
取組の実施期間	2021年3月～継続
取組の内容	家や学校で悩みごとを抱えながらも、かつての人間関係から大人を頼りづらくなり、孤独孤立を抱える子ども若者がいます。そこで、表面上は大人が介在しないオンラインの居場所を形成しています。日常的に利用できる悩みの投稿機能と同世代との繋がり場によってつながり続け、社会資源に繋がるための情報提供を行い続けることで、長期的に課題解決を行っています。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	「寄り添わない」ということを心がけています。利用する子ども若者の中には、大人が嫌いな子や、支援嫌いがある子がいます。その中で、こちらから一方的に「寄り添う」と「うざい」と言われることが度々ありました。距離感をとりつつも、孤独孤立にさせない。その塩梅にはいつもトライアンドエラーを繰り返しています。
取組の効果	月の利用者は約7,000人です。使っている人からは、一人じゃないと思えた（71%、N=486）、もう少し生きてみようと思えた（34%、N=486）という声をもらっています。ユーザーのうち「公的支援を使ったことがない」と答える人は7割程度であり、従来の支援からとりこぼされやすこども若者にアプローチができています。「寄り添わない」という新しいオンラインのアプローチを実践しています。

ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 （概ね3～5歳）	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 （中卒・学業中退者18歳～34歳）	中年層 （35歳～64歳）	高齢層 （65歳～）	年齢や属性を問わない
			●	●	●	●	●	●			



メンタルケアの専門家による無料のオンラインカウンセリング【官民連携】

事業の 実施機関	株式会社マイシェルパ
対象地域	東京都品川区

連携先の実施機関
品川区福祉部福祉計画課

取組の内容											
https://my-sherpa.co.jp/landing/lg/shinagawa/											
取組の実施期間		2025年4月									
取組の内容		・精神科医運営の、メンタルケアの専門家（臨床心理士・公認心理師）による無料オンラインカウンセリングの窓口を開設しました。 ・臨床心理士・公認心理師のメンタルケアの専門家に対応するので、信頼性の高いサービスを提供しています。 ・相談の内容が深刻である等、区につなげた方がよいと思われる相談については、各部署の相談窓口につなぐ等、連携を図っています。									
取組にあたって苦労、苦慮した内容		・もともと、区への相談ハードルが高い層や行政の支援情報に自らアクセスすることが少ない層に向けた取り組みのため、サービスを届けたい層になかなか情報が行き届かずに苦慮しました。特に、仕事でのストレスも多い現役世代の男性の利用率が伸び悩んでいます。google広告やX広告といったデジタルアウトリーチを活用し、広告の反応を見ながら効果的な周知となるよう工夫しています。									
取組の効果		・心の専門家に、無料で気軽にオンラインで相談することができ、個々が抱える問題の深刻化・複雑化を防いでいます。 ・オンラインカウンセリングにつながった相談のうち、悩みが深刻な場合等、区につなげた方がよいと思われる相談については、各部署の相談窓口や事業に適切につなぐことで、孤独・孤立等の課題が深刻化することを防いでいます。 ・行政の通常業務時間外(夜間帯18時～22時、土日祝日の利用が可能)にも対応可能であることから、現役世代等平日日中の対応が難しい層の相談が可能となっています。									
ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 (概ね3～5歳)	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 (中卒・学業中退者18歳～34歳)	中年層 (35歳～64歳)	高齢層 (65歳～)	年齢や属性を問わない
●			●	●	●	●	●	●	●	●	●

オンラインカウンセリング

通常 8,800円/回

▶ 0円/回

ご利用条件:年間最大3回まで
品川区在住の方

「小さいことだから」「自分でなんとかしなくちゃいけないから」と思わず
なんでも気軽にご相談ください



マイシエルパは、医学博士・精神科専門医が運営する信頼のカウンセリングサービスです。
臨床心理士・公認心理師といったプロフェッショナルが、あなたの話を聴いてくれます。

※プライバシー厳守(相談者名や相談内容は誰にも知られません)

Zoomを使って、
家から相談可能



幅広い相談に
対応可能



迷った場合は、
カウンセラーの紹介も可能



ご利用の流れ

カウンセリングまでわずか3ステップ!

予約完了後、マイシエルパから、カウンセリング用ビデオ通話のURLがメールで届きます。

STEP1



会員登録

STEP2



カウンセラーと
希望の日時を選択

STEP3



クーポンコードを入力して
予約完了

会員登録画面



オンラインカウンセリングのご予約は検索または下記QRコードからお申し込みください。

割引クーポン

sngwkk

マイシエルパ



Web
サイト



カウンセリング予約画面で上記の割引クーポンコードをご入力ください。
カウンセリングが年間最大3回まで無料で受けられます。

＜ご利用に際しての注意事項＞

- ・カウンセリングでは、ZOOMというビデオ通話のツールを使います。カウンセリングの時間までにアプリのインストールなど、準備をお願いします。
- ・2025年4月1日から2026年3月31日までの間に、お一人様あたり最大3回までご利用可能です。
- ・3回ご利用済み、または各月の予約枠が埋まった場合は無料でご利用いただけませんのでご了承ください。
- ・カウンセリング前日以後に日時変更またはキャンセルをされた場合は、1回分の利用となりますのでご注意ください。
- ・毎月1日に3か月後までのご予約が可能になります。(4月1日の場合、4月～7月までの予約が可能)
- ・初回相談時に、品川区民であることが分かるもの(身分証明書など)をご提示ください。
- ・現在通院中の方は、必ず主治医の許可を得てからご利用ください。



Shinagawa City

品川区

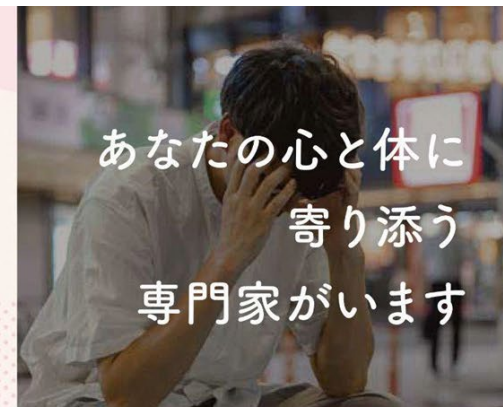


あなただけのサポート。マイシエルパ。

メンタルケアの専門家による

オンライン カウンセリング

あなたの心と体に
寄り添う
専門家がいます



最大3回まで無料で受けられます!



SNSや周りと比べて
落ち込むことが多い



人との関わりに疲れた
面倒くさい



周りの人と
うまくいかない



誰も自分を
分かってくれない



あれこれ考えて
不安になり眠れない



迷惑をかける気がして
身近な人には頼れない



ひとりで頑張っているあなたに寄り添いたい

周りの人を大切にしているあなたに、まずは自分を大切にしたい

そんな想いから、メンタルケアの専門家(臨床心理士、公認心理師)による無料オンラインカウンセリング
の提供を始めました。悩みを抱えたときには、心が疲弊してしまう前に、ぜひ専門家へご相談ください。

品川区孤独・孤立対策推進事業

品川区福祉計画課 地域包括ケア推進担当 TEL 03-5742-6914 FAX 03-5742-6797

高齢者向けパンフレット【官民連携】

事業の実施機関	品川区福祉部福祉計画課
対象地域	東京都品川区

連携先の実施機関
品川区健康推進部（品川区保健所）保健予防課

取組の内容	
取組の実施期間	2025年10月～
取組の内容	・ ボランティア等の地域で活躍できる場や、利用できる区の支援情報について、65歳を迎える方を対象に保健所より発送する予防接種券に同封し、高齢者に向けて情報を届けています。 ・ 支援する側・される側、どちらについても周知を行い、地域でゆるやかにつながる場を情報提供することで、高齢者が孤独・孤立に陥ることを防止する取り組みを行っています。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	・ 新たに65歳を迎える方を対象とするパンフレットであり、現役を退いたばかりの方々へも興味を持っていただけるよう、介護等の「支援される側」の情報だけでなく、「支援する側として」活躍できる地域貢献活動の情報をメインに作成しました。
取組の効果	・ 気軽にできるボランティア等、地域貢献できる活動の情報や、利用できる区のサービスについて提供することで、高齢者が地域とゆるやかにつながるきっかけを作り、孤独・孤立状態に陥ることを予防することを目的としています。 ・ 65歳を迎えるタイミングで周知することにより、退職等のライフイベントを機に、他者との関わりが低下することを防止するとともに、地域支援員等の地域の支える側の発掘も担っています。

ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 （概ね3～5歳）	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 （中卒・学業中退者18歳～34歳）	中年層 （35歳～64歳）	高齢層 （65歳～）	年齢や属性を問わない
							●			●	10

ご利用いただけるサービス

後から見た時に分かりやすいように、気になるところにはチェックを入れておくのがオススメです。

★ 支え愛・ほっとステーション

各地域センター施設内にある、身近な福祉の相談窓口です。日常の心配ごとや、「どこに相談したらいいのだろう」といったご相談をお受けしていますので、お気軽にご利用ください。

【サービス内容】*地域支援員の皆様と協力して行っています。

①ほっとサービス（30分200円）

電球の交換や買物代行など、ちょっとした困りごとのお手伝いをします。

②ほっと電話・訪問（無料）

ご希望の方へのお電話または訪問により、お元気確認とあわせて、日々の出来事やご相談などお話をしています。

③フリースペース「よりみち」（無料）

誰もが自由に楽しく参加できる集いの場です。

お話をしたり、お散歩したり、様々な内容で実施しています。



フリースペース
「よりみち」の様子

お住いの地区を担当するステーションはパンフレット裏面でご確認ください。

一緒に活動してくださる
地域支援員さん募集中!!

★ 在宅介護支援センター

高齢者の在宅介護や生活支援に関する相談をお受けしている身近な地域のワンストップサービス窓口です。必要な介護保険サービスや保健・福祉サービスが受けられるよう支援をしています。様々な側面から地域で暮らす高齢者とそのご家族をサポートしており、本人が生活しやすく、また、介護する方の負担が少しでも軽くなるようお手伝いします。

各地域ごとに設置されています。詳細は裏面にてご確認ください。

【お問合せ】高齢者福祉課高齢者支援第一係・第二係
☎ 5742-6729・6730 Fax 5742-6881



★ シルバーセンター

カラオケ、民謡や社交ダンスなど、様々なグループが自主的に活動しており、身近なところで気軽に仲間づくり、健康づくりができる施設です。
マッサージサービスや入浴サービス（一部施設）も行っております。

【お問合せ】高齢者地域支援課
シルバーセンター係
☎ 5742-6946
Fax 5742-6882



★ ゆうゆうプラザ

高齢者を主として子育て世代や障害者等、多世代の区民の身近な憩いの場・交流の場として地域に開かれた施設です。
また、「介護予防事業」や、どなたでも参加可能な「ゆうゆうプラザまつり」「多世代交流イベント」等の事業を実施しています。

【お問合せ】高齢者地域支援課
シルバーセンター係
☎ 5742-6946
Fax 5742-6882



各種相談窓口のご案内

お住いの地区	在宅介護支援センター		支え愛・ほっとステーション	
	名称	所在地 連絡先	名称	所在地 連絡先
北品川、東品川1・2・5	台場	住所:北品川3-11-16 電話:5479-8593	品川第一	住所:北品川3-11-16 電話:6433-9133
東品川3(1~9)、南品川1・2・4・5(1~9)・6	東品川	住所:東品川3-1-5 電話:5479-2793	品川第二	住所:南品川5-3-20 電話:6433-0441
東品川3(10~32)・4、南品川3・5(10~16)	東品川第二	住所:東品川3-27-25 電話:5783-2656		
上大崎、東五反田	上大崎	住所:上大崎3-1-1 電話:3473-1831	大崎第一	住所:西五反田3-6-3 電話:6421-7810
西五反田	西五反田	住所:西五反田3-6-6 電話:5740-6115		
西品川、大崎	大崎	住所:大崎2-11-1 電話:3779-2981	大崎第二	住所:大崎2-9-4 電話:6303-9139
八潮	八潮	住所:八潮5-9-2 電話:3790-0470	八潮	住所:八潮5-10-27 電話:5755-9828
南大井	南大井	住所:南大井4-19-3 電話:5753-3902	大井第一	住所:南大井1-12-6 電話:6404-6878
東大井、勝島	南大井第二	住所:東大井4-9-1 電話:5495-7083		
大井1・4・6、広町	大井	住所:大井4-14-8 電話:5742-2723	大井第二	住所:大井2-27-20 電話:5728-9093
大井2・3・5・7	大井第二	住所:大井3-15-7 電話:5743-2943		
西大井	西大井	住所:西大井2-4-4 電話:5743-6120	大井第三	住所:西大井2-10-3 電話:6429-9637
小山4~5、荏原1~4	荏原	住所:荏原2-9-6 電話:5750-3704		
小山台、小山1~3	小山台	住所:小山台1-4-1 電話:5794-8511	荏原第一	住所:小山3-14-1 電話:6421-5557
小山6・7、荏原5~7 旗の台1・2・5(1~5、13~20)・6	小山	住所:小山7-14-18 電話:5749-7288	荏原第二	住所:荏原6-17-12 電話:6426-4110
中延1・2、東中延1、西中延1・2、戸越5、平塚	成幸	住所:中延1-8-7 電話:3787-7493	荏原第三	住所:平塚1-13-18 電話:6421-6542
中延3~6、東中延2、西中延3 旗の台3・4・5(6~12、21~28)	中延	住所:中延6-8-8 電話:3787-2167	荏原第四	住所:中延5-3-12 電話:6426-2464
戸越6、豊町6、二葉4	大原	住所:豊町6-25-13 電話:5749-2531		
豊町1、戸越1~4	戸越台	住所:戸越1-15-23 電話:5750-1053	荏原第五	住所:二葉1-1-2 電話:6426-2625
二葉1~3、豊町2~5	杜松	住所:豊町4-24-15 電話:5750-7707		

あなたのいばしょ チャット相談

24時間365日、無料・匿名で相談できるチャット相談窓口です。

眠れない夜、誰かに話を聞いてほしい時など、お話ししてみませんか。



【お問合せ】
福祉計画課地域包括ケア推進担当
☎ 5742-6914 Fax 5742-6797

オンライン カウンセリング

臨床心理士・公認心理師等の心の専門家があなたのお話を伺います。(3回まで無料)

どんなことでもお気軽にご相談ください。



【お問合せ】
福祉計画課地域包括ケア推進担当
☎ 5742-6914 Fax 5742-6797

こころの健康相談

保健師・心理相談員などがご相談をお受けしています。また、精神科医による専門医相談も行っています。

月～金 8:30～17:00
(祝日・年末年始除く)



【お問合せ】
品川保健センター ☎ 3474-2904
大井保健センター ☎ 3772-2666
荏原保健センター ☎ 5487-1311
(R.8.5～ ☎ 3788-7016に愛蔵予知)

24時間365日、誰でも無料・匿名で利用可能なチャット相談窓口【官民連携】

事業の実施機関	特定非営利活動法人あなたのいばしょ
対象地域	東京都品川区

連携先の実施機関
品川区福祉部福祉計画課

取組の内容	
https://www.city.shinagawa.tokyo.jp/PC/kenkou/kenkou-chiikifukushi/kodoku.html	
取組の実施期間	2024年8月～
取組の内容	・ 24時間365日、誰でも無料・匿名で利用できる無料チャット相談窓口をあなたのいばしょへの委託により運営しています。 ・ 年4回の強化月間中は、100%の応答率で対応し、チャットに必ず返信をするようにしています。 ・ 相談の内容が深刻である等、区につなげた方がよいと思われる相談については、本人同意を取得し区へつないでいただき、地域での適切な支援につなげています。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	・ 行政の支援を受けることや相談することにハードルを感じる方、既存の支援情報が届いていない方へ周知するため、google広告やX広告を活用したデジタルアウトリーチを実施するなど工夫をしました。
取組の効果	・ 今まで、区への相談のハードルが高く、なかなか相談に至らなかった住民が、気軽にいつでも相談することが可能となり、問題に対し早期対応することで、個々が抱える問題の深刻化・複雑化を防いでいます。 ・ 無料チャット相談窓口につながった相談のうち、悩みが深刻な場合等、区につなげた方がよいと思われる相談については、各部署の相談窓口や事業に適切につなぐことで、孤独・孤立等の課題が深刻化することを防いでいます。

[illegible]



誰でも、無料・匿名で 24時間365日相談できる チャット相談窓口

ひとりで悩んでいませんか？
あなたはひとりではありません。
どんなことでもまずはお話してみませんか。



品川区 あなたのいばしょ

検索

お問合せ
品川区福祉計画課地域包括ケア推進担当
☎03-5742-6914



※この相談窓口は、NPO法人あなたのいばしょと品川区が連携して実施しています。

※生命への危機が迫っている方など緊急を要する相談への対応を優先するため、応答できない場合もあります。その場合は、時間や日を変えてご連絡ください。
※DVや虐待といった緊急性が高い問題には、警察や児童相談所等の関係機関と連携して対応いたします。
※相談の秘密は守り、あなたの同意がない限り、相談内容を誰かに伝えることはありません。あなたが希望する場合には、区の支援につなぐこともできます。
※一回の相談時間は40分、10分以上応答が途絶えた場合には相談を終了することがあります。

子育ての孤立・孤独防止「なかまほいく」【官民連携】

事業の実施機関	特定非営利活動法人新座子育てネットワーク
対象地域	埼玉県新座市、東京都練馬区・墨田区、福井県福井市・坂井市、香川県高松市

連携先の実施機関

特定非営利活動法人新座子育てネットワーク（事務局）、新座市福祉の里児童センター（プログラム実施施設）、練馬区民設子育てのひろば 大泉子育てのひろば わとと（プログラム実施施設）、墨田区子育てひろば（プログラム実施施設）、福井県民生活協同組合ハーツきず（プログラム実施団体）、高松市特定非営利活動法人子育てネットひまわり（プログラム実施団体）、埼玉県（表彰授与した行政）など

取組の内容

<https://www.ccn.niiza-ksdt.com/%E4%BA%8B%E6%A5%AD/%E5%AD%90%E8%82%B2%E3%81%A6%E5%BF%9C%E6%8F%B4/%E3%81%AA%E3%81%8B%E3%81%BE%E3%81%BB%E3%81%84%E3%81%8F>

取組の実施期間	2011年4月頃～2025年現在
取組の内容	家庭に閉じこもりがちな乳幼児親子に、地域で子育て仲間と出会い、「とも育て」を体験する新座子育てネットワークの独自開発プログラム「なかまほいく」です。2011年から子育て支援団体や児童館によって実践され、述べ80万人の親子が利用しました。孤立しがちな親子をつなぐだけでなく、実施団体がハブとなり、行政や社協など地域の公的支援や民間の子育て支援と連携し、孤独・孤立の解消、児童虐待防止につながる予防的支援を展開しています。100以上の「なかまほいく」実施団体に呼びかけ、子育ての孤独・孤立の解消に向けた知見の共有、スキルアップにつながる研修やフォーラムの開催や、研究者と定期的にプログラムの効果測定や質の向上にも取り組んでいます。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	新型コロナウイルスによる非常事態宣言で、それまで全国に広がっていた「なかまほいく」の実践が、やむなく中止となりました。コロナ禍が明けて、孤独・孤立対策が緒につく中で、各地再開する団体、新たに始める団体が出てきています。
取組の効果	2011年から延べ80万人の親子が参加し、昨年度の参加者アンケートでは、94.4%が孤独・孤立の軽減に効果があったと回答しています。厚生労働省「第7回健康寿命を伸ばそう！アワード（母子保健分野）」において平成30年度子ども家庭局長優良賞を、令和6年には埼玉県より孤独・孤立対策の「つながるSAITAMA大賞」大賞を授与されました。

ライフステージの区分

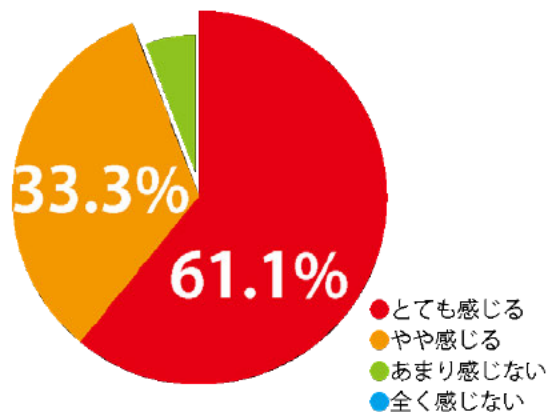
子ども～就学前	妊娠時から就園前	就学前 (概ね3～5歳)	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 (中卒・学業中退者18歳～34歳)	中年層 (35歳～64歳)	高齢層 (65歳～)	年齢や属性を問わない
●	●								●		14

「なかまほいく」の効果って？

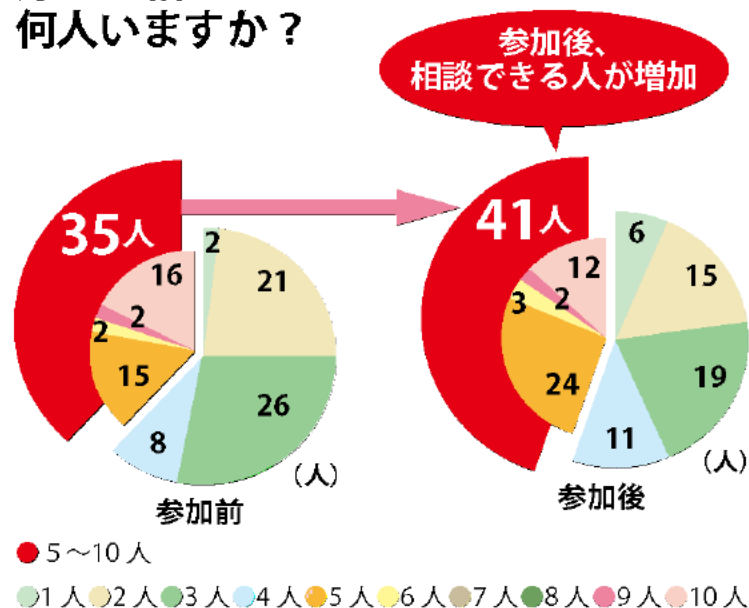
- 孤独な育児からの解放 = 子育ての孤独・孤立防止
- リフレッシュで子育てにゆとり = 児童虐待予防
- 「預ける・預かる」体験 = とも育て・共助の子育て
- 親としての気づきや学び = 親としての成長
- 主体的な活動でエンパワメント = つながり力の促進

なかまほいくは、
子育て中の孤独・孤立の軽減に、
どのくらい効果的だと感じますか？

なかまほく参加者アンケート（2025年実施、回答数92人）



子育てについて
身近に相談できる人は
何人いますか？



はれの日サロン 健康プログラム【官民連携】

事業の実施機関	アイビスティ有限会社（はれの日サロン）
対象地域	千葉県松戸市

連携先の実施機関
松戸市、千葉大学予防医学センター 健康都市・空間デザインラボ、UR都市機構

取組の内容	
https://www.facebook.com/harenohi.club https://harenohi.club/	
取組の実施期間	2019年9月～現在に至る（健康体操、栄養講座、共食の場、スマホ教室など）
取組の内容	2019年10月に開業し松戸市常盤平で高齢化が進む地域にて、孤独・孤立防止と健康寿命延伸を目的に、住民の第2の家として気軽に集える通いの場を毎日運営しています。健康体操や脳トレ、共食の場、スマホ教室、栄養講座など多彩なカリキュラムを通じて仲間づくりと生きがい形成を推進しています。松戸市、千葉大学、UR都市機構との連携により推進されている健康プログラム「TOKIWALK」と連携したイベントを実施しております。これらの孤独孤立対策が、2025年6月WHOより日本の孤独・孤立対策事例として紹介されました。
取組にあたって苦労、苦慮した内容	地域に根差し信頼を得るまで、自治体・大学・地域団体などへの周知や連携づくりに時間を要しました。現在も年金受給者や一人暮らしの方が多く、賃料や人件費の負担が大きいことから赤字経営が続いています。今後は持続可能な新しいビジネスモデルへの転換を計画しており、国や自治体のご支援を得て、より多くの方がつながれる地域社会の実現を目指しています。
取組の効果	はれの日サロンでは現在約700名程の会員が登録し、毎日通う方も多くいらっしゃいます。日々の会話を通じて、参加者の健康状態や認知機能の変化を把握し、早期の支援につなげています。健康プログラムでは、運動指導士や管理栄養士が体操や食事の改善をサポートし、心身の健康維持を支援しています。誰もが安心して笑顔で過ごせる地域づくりに貢献しています。

ライフステージの区分											
子ども～就学前	妊娠期から就園前	就学前 （概ね3～5歳）	小学生	中学生	高校生	大学生	大人	若年層 （中卒・学業中退者18歳～34歳）	中年層 （35歳～64歳）	高齢層 （65歳～）	年齢や属性を問わない
							●		●	●	● 16

はれの日サロン事業 実施

はれの日サロン 健康プログラム

※実施機関の役割と活動内容など

- ・松戸市（TOKIWALK設置・運営サポート）
- ・千葉大学予防医学センター 健康都市・空間デザインラボ（TOKIWALKと連携したイベントの企画・サポート）
- ・株式会社シニアライフクリエイト（食の提供）
- ・UR都市機構（孤食を防ぐ為の共食イベントの開催協力）

市民への周知及び運営
サポート

松戸市

※TOKIWALKと
連携したイベント
健康測定会など



※TOKIWALKと
連携したイベント

千葉大学予防医学セ
ンター 健康都市・空
間デザインラボ



高たんぱくお弁当
の提供

共食の場の提供

千葉県松戸市常盤平地区

株式会社シ
ニアライフ
クリエイト

低栄養予防の為の
高たんぱく食の提供

UR都市機構

孤食を防ぐ為の共食イ
ベントの開催協力



※連携機関の役割と活動内容など
※TOKIWALKは、松戸市、千葉大
学、UR都市機構との連携により推
進する健康プログラムです。

TOKIWALKを通じて
健康づくりサポート