



高齢者向けパソコン・スマートフォン講座・相談会 実施箇所一覧



※開催が変更・中止となっている場合があります。詳細は、連絡先にお問い合わせください。

(令和8年4月1日現在)

京橋地域

実施主体	講座名	実施場所	連絡先	開催頻度	内容
いきいき桜川 (桜川敬老館)	パソコン相談	入船1-1-13 いきいき桜川	3553-0030	第1・2水曜日 13時～16時 ※1人1回50分	・基本的な操作のほか、利用者の要望にあわせて対応します。 ※事前申込
	スマホ相談			第3・4水曜日 13時～16時 ※1人1回50分	・基本的な操作のほか、利用者の要望にあわせて対応します。 ※事前申込
	スマートフォン ちよこつと交流会			第1・3火曜日 15時30分～16時30分	参加者同士でスマホの悩みや困りごとを共有しながら、交流します。社会福祉協議会の職員とスマホささえ隊（ボランティア）がサポートします。
社会福祉協議会	ちよこつと相談会	築地1-1-1 地下1階 築地交流スペース 「ツキチカ！」	3523-9295	第2金曜日10時～13時 第3金曜日13時～16時	ちよこつとした悩みや困りごとに応じる相談会で、スマホの使い方に関する相談も受け付けています。
シルバー 人材センター	各種講座	八丁堀3-17-9 シルバー人材センター 2階パソコン講習室	3551-2700	各講座ごとに異なる	シルバー人材センターの会員が講師となり、「初めてのパソコン」「Wordを使ってみよう」などテーマに合わせた各講座を実施しています。 ※講座ごとに区のおしらせなどで募集を行います。 ※各コースとも参加費用・テキスト代がかかります。

日本橋地域

実施主体	講座名	実施場所	連絡先	開催頻度	内容
いきいき浜町 (浜町敬老館)	パソコン教室	日本橋浜町 3-37-1 いきいき浜町	3669-3385	毎週木曜日 13時～16時	パソコンの立ち上げ方や検索の仕方、Word・Excelの使い方など利用者の要望にあわせて対応します。 ※当日先着順
	スマホ ちよこつと体験会			第2・4水曜日 14時～15時	社会福祉協議会の職員とスマホささえ隊（ボランティア）がスマホの機能を紹介し、スマホ利用に興味を持っていただく講座です。 ※事前申込
社会福祉協議会	スマホ ちよこつと相談会	日本橋浜町 3-40-3 多世代交流スペース 「はまるーむ」	3523-9295	第2・4月曜日 14時～15時	スマホ初心者向けのスマートフォン相談会です。社会福祉協議会の職員とスマホささえ隊（ボランティア）が基本的なスマホの使い方に関する相談を受け付けています。
	ちよこつと相談会			毎週木曜日 13時～17時	ちよこつとした悩みや困りごとに応じる相談会で、スマホの使い方に関する相談も受け付けています。

月島地域

実施主体	講座名	実施場所	連絡先	開催頻度	内容
いきいき勝どき (勝どき敬老館)	スマホ・ パソコン相談	勝どき1-5-1 いきいき勝どき	3531-3258	第2・3・4木曜日 10時～	・利用者の要望に応じた個別指導で、スマホ、タブレット、パソコンに対する疑問に対応します。 ※事前申込 ※4・5月は休止
	LINEお試し 体験会			第2・3水曜日 11時～12時	・スマートフォンを使い、「LINE」アプリの使い方を初歩から体験学習します。 ※事前申込 ※4・5月は休止
社会福祉協議会	スマホ ちよこつと相談会	勝どき1-5-1 勝どきダイルーム	3523-9295	第2・4火曜日 14時半～16時	スマホ初心者向けのスマートフォン相談会です。社会福祉協議会の職員とスマホささえ隊（ボランティア）が基本的なスマホの使い方に関する相談を受け付けています。
シニアセンター	パソコン なんでも相談	佃1-11-1 シニアセンター	3531-7813	毎週 月曜日13時～14時半 水曜日10時～11時半	・パソコン指導 ・簡単なスマホの使い方指導（LINEなど）
	パソコン教室			年8回	インターネットの使い方やメールを中心とした内容です。 ※事前申込
	初心者向け スマートフォン相談 室			第2・4火曜日 13時30分～16時30分	スマホ初心者向けのスマートフォン相談室です。基本的なスマホの使い方に関する相談を受け付けています。 ※事前申込