

# 地域デビュー「はじめの一步」 フローチャート

調布市 地域デビュー推進委員会

まだまだ働きたい

学びや趣味を楽しみたい

地域に役立つ活動がしたい

自分のペース  
で働きたい

特技や経験を  
生かしたい

趣味の仲間を  
見つけたい

学び直したい  
教養を深めたい

活動したい  
分野がある

どんな活動が  
あるのか知りたい

有償で  
活動したい

仕事を紹介して  
貰いたい

自分で起業  
を考えている

スポーツ系の  
サークルを知り  
たい

自然・文化系の  
サークルを知り  
たい

福祉の分野に興  
味がある

福祉以外の分野  
に興味がある

「はじめの一步」を踏み出してみましよう！ 相談窓口は下記のとおりです

① 調布市  
シルバー  
人材  
センター

② 調布国領  
しごと  
情報広場

③ 調布市  
産業労働  
支援  
センター

④ 調布市生涯学習情報コーナー

⑤ 公民館

⑥ NPO法人  
調和SHC倶楽部

⑦ 調布市  
スポーツ  
協会

⑧ 調布市  
文化・コ  
ミュニティ  
振興財団

⑨ 相互友好  
協定  
大学

⑩ 調布市市民活動支援センター

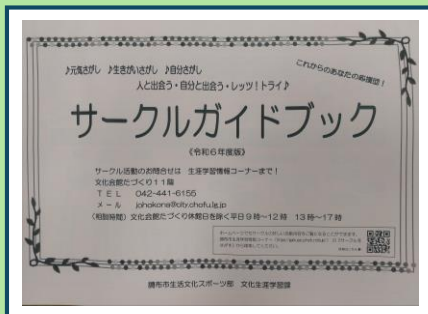
⑪ 調布  
ゆうあい  
福祉公社

⑫ とうきよ  
援農ボラ  
ンティア事  
務局

⑬ 国際交流  
センター  
(CIFA)

⑭ 調布市  
観光ボラ  
ンティアガイ  
ド

⑪ 調布  
ゆうあい  
福祉公社





### ① 調布市シルバー人材センター

企業や家庭、公共団体などから様々な仕事を引き受けて、地域の経験豊かな高齢者の方々に仕事を提供しています。



042-487-9375

### ② 調布国領しごと情報広場

調布市と連携し運営しているハロワーク府中の出先機関で、職業相談・紹介専門のお仕事探しの窓口です。ご相談、求人企業への紹介等をします。



042-480-8103



### ③ 調布市産業労働支援センター

創業を志す方や経営課題を解消したい方をサポートするため、テーマ別の相談会やセミナーなどを開催しています。



042-443-1217

### ④ 調布市生涯学習情報コーナー

大学公開講座等の学習情報、学習等に使える施設情報、団体・サークルの情報、講師・指導者等の人材情報を提供しています。



042-441-6155

### ⑤ 公民館

教養・芸術・文化に関する講座・教室の開催や、サークル活動が行われています。

東部公民館03-3309-4505

西部公民館042-484-2531

北部公民館042-488-2698



### ⑥ NPO法人調和SHC倶楽部

気軽にスポーツを楽しんだり健康な体力づくり、また文化的な趣味を増やしたりしながら地域の一人ひとりの力によって創り上げる総合型地域スポーツ・文化クラブです



042-498-8828

～ 地域デビュー

はじめの一步！

ご相談はこちらへ

### ⑧ 調布市文化・コミュニティ振興財団

市民カレッジ等の各種講座や講演会、コンサート、文化祭等の催しものを企画・開催しています。



042-441-6111

### ⑦ 調布市スポーツ協会

小学生から高齢者までを対象とした様々なスポーツプログラム、スポーツ事業を年間を通して実施しています。



042-481-6221

### ⑨ 相互友好協力協定大学

文化、教育、学術、スポーツなどの分野で援助、協力し相互発展を図ることを目的として、市が相互友好協力協定を締結している大学です。市民対象の学習講座などを開催しています。



### ⑩ 調布市市民活動支援センター

多様な市民・団体活動やボランティア活動の支援、各種相談への対応のほか、打合せなどに活用できる活動スペースを無料で貸し出しています。



042-443-1220

### ⑪ 調布ゆうあい福祉公社

「お互い様」の精神で市民相互扶助のサービスを提供、主に高齢者の方々への配食サービス、在宅サービスでボランティアが活躍しています。



042-481-7711

### ⑫ とうきょう援農ボランティア事務局

(公財)東京都農林水産振興財団が事務局となり、人手不足の都内農業者と援農活動を希望する方を、専用Webサイトでマッチングします。



042-528-1357

### ⑬ 調布市文化・コミュニティ振興財団 国際交流センター

市民の皆さん一人ひとりが担い手となり国際交流を進めるための場として、外国人支援、多文化共生の地域づくり、市民の国際理解の促進等の活動を行っています



042-441-6195

### ⑭ 調布市観光ボランティアガイド

深大寺参道横にある観光案内所にて、深大寺周辺及び調布の観光に関するご案内や、深大寺周辺のガイドツアーを無料で実施しています。



042-481-7183・7184

