

発注者様向け

シルバー人材センター ご利用案内

会員は約8万人！

生きがいと地域のニーズを結びます



シルバー人材センターは、原則として区市町村単位に設置されており、「高年齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づいて事業を行う、都知事の指定を受けた公益法人です。

高齢者が働くことを通じて生きがいを得ると共に地域社会の活性化に貢献する組織です。

東京都シルバー人材センター連合

組織 ・ 会員

シルバー人材センターは、「自主・自立、共働・共助」を理念とした
会員組織です。

会員は就業を希望する原則60歳以上の高齢者です。

会員は「臨時的かつ短期的※1 又はその他軽易な業務※2」を行います。

※1 概ね月10日程度以内 ※2 概ね週20時間を超えないことを目安とします。
グループやローテーションによる就業を基本とします。

活用の メリット




● 公益法人として信頼性が高い

● 短時間・繁忙期・スポット就業にも対応可能

● シニア世代ならではの社会経験から親切・丁寧・誠実と定評あり!

● 原則区市町村に設置。広域にわたる仕事のご相談に対応可能

シルバー人材センターで対応できるお仕事例

	技術分野	● パソコン・スマホ教室講師 ● 学習教室講師 ● パソコン出張サポート
	技能分野	● 植木の剪定 ● 包丁研ぎ ● 襖障子張り替え ● 着付け・和洋服リフォーム ● 簡易な大工作業
	事務分野	● パソコン入力 ● 経理・総務事務 ● 調査・集計事務 ● 筆耕（毛筆賞状／宛名書き等） ● 封入封緘 ● 選挙管理事務 ● 試験監督補助
	管理分野	● 施設・建物管理（受付等） ● 駐車場・駐輪場管理 ● マンションの管理 ● 商品管理
	家庭、子育て、 介護支援分野	● 保育補助 ● 介護補助 ● 家事援助 ● 通学見守り
	一般作業	● 除草 ● 清掃 ● ポスティング ● 梱包発送
	サービス分野	● 調理補助 ● イベント受付 ● スーパーでの品出し／カート整理

※危険・有害性のある業務、法令に触れる業務（警備、医療等）はお請けできません。

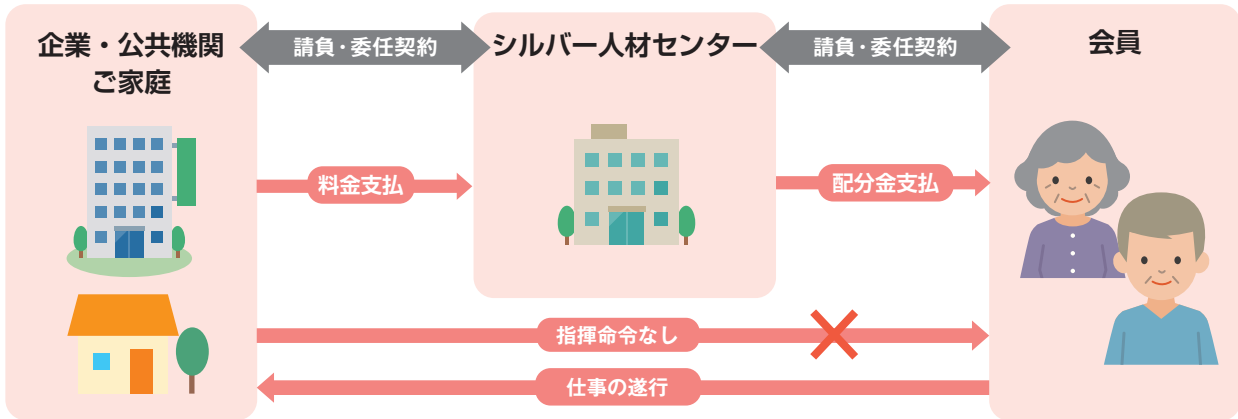
※対応できる仕事は、シルバー人材センターごとに異なります。

詳細は、仕事を依頼したい地域のシルバー人材センターにお問い合わせください。

事業のしくみ【契約の種類】

請負契約 委任契約 お客様と会員間に雇用関係・指揮命令関係はありません

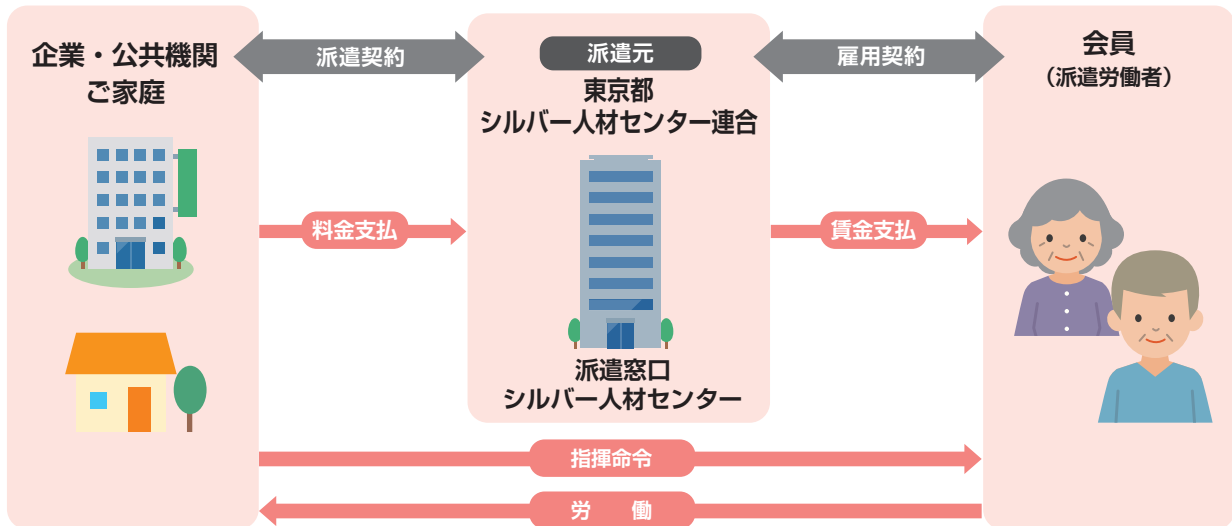
契約金額 会員への配分金のほか、事務費、交通費、必要に応じて材料費等が含まれます



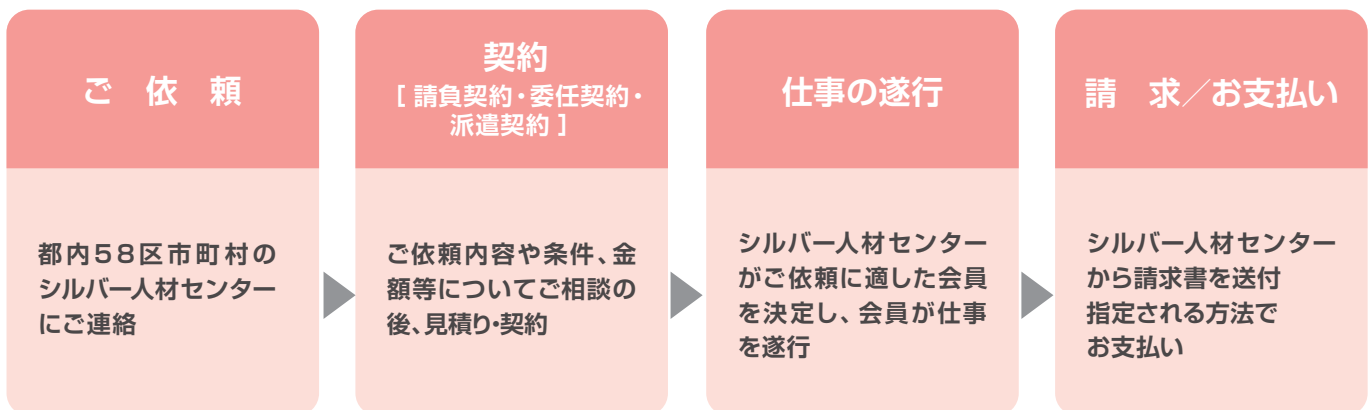
派遣契約 お客様と会員間に指揮命令関係が発生します

契約金額 会員への賃金のほか、派遣手数料、交通費等が含まれます

※一部、派遣事業を行っていないシルバー人材センターがございます



ご依頼からお支払までの流れ



※複数地域にまたがる仕事や、地域のシルバー人材センターがお受けできない仕事は、東京都シルバー人材センター連合にお問い合わせください。

※料金はシルバー人材センターごとに異なります

「東京都内シルバー人材センター」一覧

令和5年6月現在

No.	地区名	〒	所在地	電話番号	FAX 番号	電子メール
1	千代田区	102-0074	千代田区九段南 1-6-10 かがやきプラザ 4階	03-3265-1903	03-3265-1904	chiyodaku@sjc.ne.jp
2	中央区	104-0032	中央区八丁堀 3-17-9 京華スクエア内	03-3551-2700	03-5542-2100	chuo@sjc.ne.jp
3	港区	106-0047	港区南麻布 1-5-26 ゆうあい南麻布 3階	03-5232-9681	03-5232-9680	info@minato-sc.or.jp
4	新宿区	160-0022	新宿区新宿 7-3-29 新宿ここ・から広場しごと棟 3階	03-3209-3181	03-3209-4288	shinjuku@sjc.ne.jp
5	文京区	112-0003	文京区春日 1-16-21 文京シビックセンター 4階	03-3814-9248	03-3811-9100	bunkyo@sjc.ne.jp
6	台東区	110-0015	台東区東上野 1-28-5	03-5817-4919	03-3834-6605	taito@sjc.ne.jp
7	墨田区	131-0044	墨田区文花 1-32-1-101	03-3616-5048	03-3616-5056	sumida@sjc.ne.jp
8	江東区	135-0016	江東区東陽 6-2-17 高齢者総合福祉センター 2階	03-3649-3533	03-3615-0950	koto@sjc.ne.jp
9	品川区	140-0001	品川区北品川 3-11-16	03-3450-0711	03-3471-6187	sinagawa@sjc.ne.jp
10	目黒区	153-0063	目黒区目黒 1-25-26 田道ふれあい館地下1階	03-3793-0181	03-3793-0588	megurosc@sjc.ne.jp
11	大田区	144-0055	大田区仲六郷 1-6-9-125	03-3739-6666	03-3734-0722	ota@sjc.ne.jp
12	世田谷区	156-0051	世田谷区宮坂 1-24-6 宮坂区民センター 2階	03-3426-9211	03-3426-9506	setagaya@sjc.ne.jp
13	渋谷区	151-0066	渋谷区西原 1-40-10 渋谷区総合ケアコミュニティ・せせらぎ内	03-5465-1876	03-3466-1874	sibuyasc@sjc.ne.jp
14	中野区	164-0011	中野区中央 2-22-10-101	03-3366-7971	03-3366-7998	nakano@sjc.ne.jp
15	杉並区	166-0004	杉並区阿佐谷南 1-14-2 みなみ阿佐ヶ谷ビル 6階	03-3317-2217	03-3317-9090	suginami@sjc.ne.jp
16	豊島区	170-0013	豊島区東池袋 2-55-6	03-3982-9533	03-3982-9532	toshimaku@sjc.ne.jp
17	北区	115-0045	北区赤羽 1-1-38	03-3908-8400	03-3908-8405	kitaku@sjc.ne.jp
18	荒川区	116-0012	荒川区東尾久 4-32-7	03-3810-1141	03-3810-5750	arakawa@sjc.ne.jp
19	板橋区	173-0004	板橋区板橋 2-65-6 板橋区情報処理センター 2階	03-3964-0871	03-3579-4907	ita-slv@guitar.ocn.ne.jp
20	練馬区	176-0012	練馬区豊玉北 5-29-8 練馬センタービル 5階	03-3993-7168	03-3993-7530	nerima@sjc.ne.jp
21	足立区	121-0812	足立区西保木間 1-8-2 西保木間複合施設内	03-5856-6866	03-5856-6533	adsc@vega.ocn.ne.jp
22	葛飾区	124-0012	葛飾区立石 5-11-16	03-5670-5536	03-5671-1775	katsushikaku@sjc.ne.jp
23	江戸川区	132-0032	江戸川区西小松川町 34-1	03-3652-5091	03-3652-5094	edosjc@bz03.plala.or.jp
24	八王子市	192-0062	八王子市大横町 11-35 八王子市大横保健福祉センター 3階	042-626-1274	042-626-5159	hachioji-sc@sjc.ne.jp
25	立川市	190-0023	立川市柴崎町 1-17-7	042-527-2204	042-527-2220	tachikawa@sjc.ne.jp
26	武蔵野市	180-0013	武蔵野市西久保 1-6-27 多摩信用金庫武蔵野支店 4階	0422-55-1231	0422-56-2622	musasino@sjc.ne.jp
27	三鷹市	181-0004	三鷹市新川 6-35-16	0422-48-6721	0422-44-0197	silver@mitaka-sc.or.jp
28	青梅市	198-0043	青梅市千ヶ瀬町 1-50	0428-24-8171	0428-22-7948	ome@sjc.ne.jp
29	府中市	183-0055	府中市府中町 1-30 府中市立ふれあい会館 1階	042-366-2322	042-360-6388	fsc@fsc.or.jp
30	昭島市	196-0022	昭島市中神町 2-32-18	042-544-7060	042-543-9272	akishima@akishima-sc.or.jp
31	調布市	182-0026	調布市小島町 3-87-4 調布市シルバー総合センター内	042-487-9375	042-484-7143	silver@chofu-sc.or.jp
32	町田市	194-0022	町田市森野 1-1-15 わくわくプラザ町田内	042-723-2147	042-724-0407	machida-sjc@ba.wakwak.com
33	小金井市	184-0002	小金井市梶野町 4-2-7 グラントウ梶野 2階	0422-27-7117	0422-27-7476	silver@koganei-sc.or.jp
34	小平市	187-0031	小平市小川東町 4-2-1 小平元気村おがわ東内	042-344-2120	042-345-9400	kodaira@sjc.ne.jp
35	日野市	191-0011	日野市日野本町 2-4-7	042-581-8171	042-584-8390	silver@hino-sc.or.jp
36	東村山市	189-0003	東村山市久米川町 4-9-19	042-395-1851	042-391-2727	higashimurayama@sjc.ne.jp
37	国分寺市	185-0003	国分寺市戸倉 4-14 国分寺市立福祉センター内	042-325-4011	042-325-7766	kokubunji@sjc.ne.jp
38	国立市	186-0003	国立市富士見台 2-38 くにたち福祉会館内	042-577-0919	042-575-7288	kunitachi@sjc.ne.jp
39	福生市	197-0024	福生市牛浜 163 さくら会館内	042-553-3261	042-553-0041	fussa-sc@sjc.ne.jp
40	狛江市	201-0015	狛江市猪方 4-13-1	03-3488-6735	03-3488-6748	komaesc@sjc.ne.jp
41	東大和市	207-0015	東大和市中央 3-912-3	042-565-0531	042-566-2308	h-yamato@silver-center.org
42	清瀬市	204-0022	清瀬市松山 3-13-16	042-494-0903	042-491-8692	kiyose@sjc.ne.jp
43	東久留米市	203-0043	東久留米市下里 4-1-44	042-475-0738	042-473-7730	silver@sjc.ne.jp
44	武蔵村山市	208-0011	武蔵村山市学園 4-2-1	042-564-1081	042-562-9077	musamura@sjc.ne.jp
45	多摩市	206-0013	多摩市桜ヶ丘 4-40-1	042-371-3580	042-371-3619	tamasi-sc@sjc.ne.jp
46	稲城市	206-0802	稲城市東長沼 2112-1 稲城市地域振興プラザ 3階	042-377-2212	042-377-7692	inagi@sjc.ne.jp
47	羽村市	205-0014	羽村市羽東 2-3-1	042-554-5131	042-555-8714	hamura@sjc.ne.jp
48	あきる野市	197-0812	あきる野市平沢 32-1	042-558-1414	042-558-5029	akiruno@sjc.ne.jp
49	西東京市	202-0014	西東京市富士町 1-7-69 高齢者センターきらら 2階	042-428-0787	042-428-0817	wtokyo1@sjc.ne.jp
50	瑞穂町	190-1201	西多摩郡瑞穂町大字二本木 924-1	042-557-4566	042-568-7522	minuho@sjc.ne.jp
51	日の出町	190-0182	西多摩郡日の出町大字平井 1786-1	042-597-0501	042-597-2080	hizode@sjc.ne.jp
52	檜原村	190-0212	西多摩郡檜原村 420 檜原村福祉センター内	042-598-0167	042-598-0232	hinohara.sjc@rose.ocn.ne.jp
53	奥多摩町	198-0212	西多摩郡奥多摩町氷川 954-11	0428-83-2815	0428-83-3108	silver@okutama-sjc.or.jp
54	大島町	100-0101	大島町元町字地の岡 30-2 郷土資料館内	04992-2-1777	04992-2-1776	oshima@sjc.ne.jp
55	新島村	100-0402	新島村本村 4-10-2	04992-5-1472	04992-5-1478	nijima@sjc.ne.jp
56	神津島村	100-0601	神津島村 1062 よたね会館内	04992-8-1881	04992-8-1882	ksc1882@sepia.ocn.ne.jp
57	三宅村	100-1211	三宅村坪田 3007	04994-6-1244	04994-6-1003	miyake_sjc@triton.ocn.ne.jp
58	八丈町	100-1401	八丈町大賀郷 2551-2	04996-2-4666	04996-2-5355	hachijo@sjc.ne.jp

〇〇〇シルバー人材センター
(地区名を入力)



東京都シルバー人材センター連合
公益財団法人 東京しごと財団

〒102-0072 東京都千代田区飯田橋三丁目10番3号 東京しごとセンター

TEL 03-5211-2372

E-MAIL sc-suishin@shigotozaidan.or.jp

URL https://www.tokyosilver.jp/



リサイクル適性
この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。