

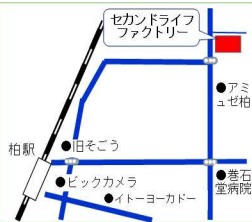
S L F 掲示板

セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介

就いた法
大の生が
研参に
シアが作
人です。就
地域の就
づくりの
ために、講
演会、講
座、サロ
ンなどの
活動を行
っています。



セカンドライフファクトリー (SLF) アクセス



柏駅東口より徒歩8分 アミュゼ柏と同じ並び市役所寄り、当ビル1階赤い看板の「はんこ屋さん 21」が目印
住所・電話は下部青帯

パソコン・スマホ 無料相談会

パソコンやスマホに関して、どのような相談でも構いません。当日自分のパソコンを持参いただいでる相談も受け付けます。予約不要。

日時 4月13日(金) 10:00~16:00
場所 パレット柏 オープンスペース
問い合わせ先 セカンドライフファクトリー

セカンドライフファクトリー通信

発行者 矢富直美
一般社団法人 セカンドライフファクトリー

第53回SLF講演会案内

「エンディングノートの書き方」

講師 ファイナンシャルプランナー兼ライフプランアドバイザー

藤井 智子先生

内容

今や人生100年時代と言われているが、それでもいつか終わりを迎えます。人生の最期に備えて「エンディングノート」を書いてみませんか？ノートには法的な効力はありませんが、あなたと、そしてあなたの家族に役立ちます。講演ではノートの内容と書き方についてお話しいただきます。また関連する制度(相続等)についてもポイントを紹介していただきます。ノートを書くことでこれからの日々が元気に過ごせます。

日時

4月20日(金)
10時~11時30分

場所

東京大学柏キャンパス
柏市柏の葉5-1-5
総合研究棟6階大会議室

費用

資料代500円

申込

メール: info-slf@jcom.home.ne.jp

電話: 04-7100-8023
ファックス: 04-7100-0158
WEB(セカンドライフファクトリーで検索)
はがき: 〒277-0005 柏市柏の葉5-1-5 柏ビルディング7階 SLF講演会係宛

SLF講座のご案内

無料!脳トレ健康麻雀入門講座(4月期)

認知症予防の研究者である矢富先生の監修による初心者を対象とした10回シリーズの講座を開催します(受講料は無料)。

健康麻雀は脳トレの方法として今やとても人気がある活動です。麻雀は、計画力、注意力、記憶力を刺激して認知症予防に効果が期待できます。あなたも麻雀のルールを覚えて楽しく認

知症予防をしてみませんか?
日時 水曜コース...4月18日(水)
木曜コース...4月12日(木)
土曜コース...4月14日(土)
各9時~11時(計10回)

場所

セカンドライフファクトリー
柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階(左部アクセス参照)

費用

受講料無料テキスト代700円

申込

メール: info-slf@jcom.home.ne.jp

電話: 04-7100-8023
健康麻雀入門講座(4月期)申込) 24名



連載記事「認知症は予防できるか」を小冊子にいたしました

ご好評をいただいた24回の連載記事を小冊子にまとめました。認知症予防研究に携わってきた矢富先生が分かりやすく解説した書です。

ご希望の方はセカンドライフファクトリーにて販売しております(頒価300円)。

連絡先は下記青帯



おかげさまで
5周年
SLF は設立5周年を迎えます。皆様の温かいご支援に感謝申し上げます

広告



庭木のお手入れは
SLFガーデン
サポートへ
お見積り無料

安価で丁寧な仕事
庭木の改作を提案

TEL 04-7100-2839
<http://slf-gardensupport.com/>



暮らしの支援
えんがわ

生活のお手伝い

お掃除
お庭仕事
買い物代行
困りごと相談

TEL 04-7100-2839
<http://kurashi-engawa.com/>

か
認知症になりかけた時にはエピソード記憶、計画力、注意分割機能が落ちます。認知症にならないためには、これらの機能を重点的に鍛えることが有効です。

集
健康麻雀指導者研修会参加者募
脳トレ健康麻雀の指導者になりません



健康麻雀は、認知症になりかけの時に落ちるこれらの機能を鍛える要素を持っています。認知症予防の観点から、柏市内で広く健康麻雀を普及させるために、その指導者・サポーターを募集し、その役割、態度、指導法等について学びます。

講師 矢富 直美(東京大学高齢社会総合研究機構協力研究員)
日時 4月17日(火) 10時~16時

場所 セカンドライフファクトリー 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階

費用 無料

対象者 ①麻雀ゲーム経験者で、役点数計算がある程度わかる方
②健康麻雀初心者にも、麻雀の面白さを教えてみたい方

研修会終了後の活動予定
③概ね、週2回、各半日以上時間の都合のつく方

申込 柏市または SLF が主催する健康麻雀入門講座等の講師・サポーター

メール info-slf@jcom.home.ne.jp (件名:健康麻雀指導者講座申込)
電話 : 04-7100-8023

プチカル講座参加者募集

プチカル柏の葉ではプチカル講座の募集をしています。場所は従来の場所から徒歩3分程度のところへです。

住所: 柏市柏の葉2-3-27
電話: 04-7100-8439

「プチカル講座参加者募集」
・フリー麻雀クラブ (健康麻雀) 要予約・1名から

月金 10~13時、14~17時
平日 半日千円、1日千五百円
水曜は女性半額

土曜日はグループ利用のみ
・かんたんストレッチヨガ 要申込
木 10~12時 1回1000円

・座禅クラブ
第1、第3水曜 14~15時半
1回500円

「健康歌声広場」参加者募集

懐かしい歌・童謡やわらべ歌等を思いつき歌いましょう。

みんなで歌って身も心も健康に。歌が苦手でも大丈夫!

日時 4月20日(金)
10時~11時30分
会場 パレット柏多目的スペースB
柏駅東口より徒歩3分

参加費 500円 定員30名

わいわいサロン会員募集

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。時間の都合がつかないときだけの参加も歓迎です。参加費無料。

お申込みは「セカンドライフファクトリー」まで。お気軽にお問い合わせください



- 《サロン一覧》**
- ・楽しく終活を話そう!
 - ・スマホを使おう!
 - ・写真を楽しもう!
 - ・いつまでも勉強しよう!
 - ・月1ウォーキング!
 - ・投資を楽しもう!

詳細は **セカンドライフファクトリー** **検索**

申込 暮らしの支援・えんがわ
電話 04-7100-2839 平日 10-12時
13-15時