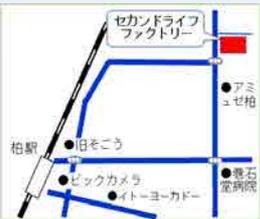


**仲間とともに切り拓く、アクティブシニア活躍の場**

**セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介**

東大の生きがい就労研究に参加したシニアが作った法人です。地域の就労や仲間づくりの支援のために、講演会、講座、サロンなどの活動を行っています。

**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、1階赤い看板の「はんこ屋さん 21」が目印。SLFは7階  
住所・電話は下部青帯

**生涯現役**

人生を楽しむ「達人」でありたい

- ・シニアが毎日元気で過ごせるような就労のお手伝いをしています
- ・地域の手伝いをして、やりがいを感じ少しのお小遣いが貰えれば嬉しい!

是非、パレット柏にお越しください!!

柏市生涯現役促進協議会  
柏市柏1丁目7番1-301号パレット柏  
☎04-7157-0282 (平日 10~16時)

かしわ生涯現役ネット  
<https://kashiwa-secondlife.com/>

SLFは協議会のメンバーとして協力しています

メンタルヘルス入門講座を開催いたします。  
「メンタルヘルス」の基礎知識に触れ、日常生活をより健康に送るヒントとなるよう企画しました。全2回の講座です。ふるってご参加くださるようご案内いたします。講義の中で、ス

**SLF大人の学び直し講座シリーズ シニアのための「メンタルヘルス入門講座」開講ご案内**



おかげさまで設立 **11** 周年

仲間とともに切り拓く、アクティブシニア活躍の場



SLF ホームページ

**セカンドライフファクトリー通信**

発行者 中谷 明  
一般社団法人 セカンドライフファクトリー

レズ度を測るチェックや簡単に実践できるストレス解消法などの紹介も予定しています。  
**日時・テーマ**

**第1回**

11月11日(月)  
午後1時半~午後3時

**「メンタルヘルスとは」**

ストレスがかかる时起こりやすい精神疾患を中心に講義。ほかに柏市保健予防課の事業紹介など。

講師：柏市健康医療部保健予防課 保健師 土井様

**第2回**

11月25日(月)  
午後1時半~午後3時

**「いころの病について」**

シニアもかかりやすい、うつ病、妄想性障害、認知症、アルコール依存症などを中心に講義。  
講師：柏市健康医療部保健予防課 精神保健福祉士 片寄様 保健師 室井様

**開催場所** SLF研修室

柏市柏6-4-24 柏ビルディング 7F (7階奥の部屋)

**対象者** 「メンタルヘルス」に興味・関心のある方ならどなたでも

**資料代等** 1,000円 (全2回一括)

**定員** 25名(先着順)

メール: info-slf@jcom.home.ne.jp  
または ☎04-7171100-8023(平日10時~12時、13時~15時)「メンタルヘルス入門講座」受講希望の旨と住所、氏名、携帯番号、メールアドレスをSLF事務局までご連絡ください。



**「柏・愛らぶ基金」を通じたSLFへの「寄附のお願い」**

SLFは、「柏・愛らぶ基金」(柏市民公益活動促進基金)対象団体の認可を受けています。この制度は、みなさまからの寄附金を活用して、地域で公益的な活動を行う団体を支援し、活動しやすい環境作りを進めることを目的とするものです。寄附金は実質的にふるさと納税と同様の仕組みで、寄附控除対象となります。確定申告あるいは「ふるさと納税ワンストップ特例制度」により、所得税・住民税が軽減されます。所得額、家族構成、控除額、年齢等により異なりますが、収入や各種控除額などによって決まる限度額内であれば、寄附額にかかわらず実質2千円の負担で寄附ができます。SLFはこの春、設立11周年を超えました。会員のみならず、皆さまのあたたか

いご支援のおかげと深く感謝いたします。活動の場の一層の充実を、皆様方とともに前進していく決意を新たにしております。

昨年度ご寄附頂いた約30万円につきましては、今年度、隣室の全面的改装に関わる費用の一部として活用させていただきます。

引き続きみなさまのご協力を心よりお願い申し上げます。

**寄付金使途** 元気シニアの地域での自主的活躍の「場」を充実

**募集期間** 2024年10月~2024年12月6日

柏市外にお住まいの方もご寄附可能です。法人も可能です。

**【ご寄附の申出方法】**  
《寄附申出書による場合》

「柏市民公益活動促進基金 寄附申出書」に記入し、郵送または柏市市民活動支援課に持参にてご提出ください。

寄附申出書は、セカンドライフファクトリー事務所、近隣センターに置いてあるパンフレットに付いています。

《柏市ホームページによる場合》  
寄附申出フォームに入力し送信します。

※いずれの場合も寄附の種類とし

### 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。参加費無料。

《サロン一覧》  
いつまでも勉強しよう！  
投資を楽しもう！  
異文化交流サロン  
メタバースを楽しもう  
サイクリングを楽しもう！  
生成AIを楽しもう！

詳しくはWebで。セカンドライフファクトリーで検索。

### 広告

#### ブチカル 柏の葉

#### フリー麻雀クラブ (健康麻雀)

平日 10時～13時  
1回ごとの予約制  
お一人から受付  
1回500円

土曜はグループ利用のみ  
柏市柏の葉 2-3-27  
TEL 04-7100-8439  
info@pc-kashiwa.com  
駐車場あり(100円)

ブチカル柏の葉



#### 庭木のお手入れは SLFガーデン サポートへ

お見積り無料  
申込電話番号が変わりました  
申込は直接下記に  
連絡してください。  
TEL 080-4058-1313  
https://slf-gardensupport.com/

セカンドライフファクトリーは設立11周年を超え、このたび、事務所スペースを拡張・整備し、全部で3室がフルで使用できる状態となりました。これまでごられたのも皆様のおかげと、深く感謝しております。

事務所拡張により、活動場所に余裕ができたことから、今般、会員の皆様の得意なことを存分に発揮していただく場を設け、皆様の「得意なこと」を募集することになりました。積極的に応募していただき、活躍の場を一步広げていただくことを願っております。セカンドライフにひとつアクセントを付けるためにも、この機に応募さ

### 皆様の「得意なこと」を活かしませんか

#### 事務所拡張に伴う特別大募集

https://www.city.kashiwa.lg.jp/shiminkatsudo/region/shiminkatsudo/shien/2059.html

「団体応援寄附」をお選びいただき、団体名に「セカンドライフファクトリー」をご指定ください。

※折り返し市から納付書が届きますので、指定金融機関窓口または市役所で納付をお願いいたします。詳しくは、柏市ホームページから「柏・愛の基金」を検索ください。

れてはいかがでしょうか。

#### 【募集内容】

《活躍の場(役割)》

#### 講座(複数回)の講師

講座の受講者はSLF会員が中心ですが、非会員の方も参加されます。

#### 講演会またはミニ講演会の講演者

講演の受講者はSLF会員が中心ですが、非会員の方も参加されます。ミニ講演会とは、比較的少人数の受講者で講演時間もやや短いものを想定しています。

#### 脳トレ健康麻雀講座のサポーター

#### ・講師

現在も多数の方が麻雀講座のサポーターに就いていただいています。が、まだ不足しています。

《「得意なこと」のイメージ》

- ・シニアに共通する知りたい知識・ノウハウなどを持つ方(健康、認知症予防、お金、スマホ入門、DIYなどのイメージ)

・特別感のあるテーマを持っていて話ができる方(特別な経歴・仕事・経験のある方、趣味を極めた方、資格を持っている方、その分野で深い

知識を持っている方など)。

- ・シニアとしての教養(カルチャーセンター的テーマ)について詳しい方が麻雀が得意な方(点数計算も素早くできる方)

#### 【留意点】

実際に講座などの場で活動していただくかどうかは、事務局の所定のメンバーと協議の上、決定します。テーマや内容の妥当性などもあり、恐縮ですが活動の場に立ってないこともあり得ることはご承知おきください。

#### 【応募方法】

SLF会員「得意なこと」活用応募用紙にご記入の上、左記のいずれかの方法でご送付ください(応募用紙は会員の方には別途メールで送信済ですが、届いていない方はご請求ください)。

(メール)事務局宛に応募用紙を添付メールで送信(件名:得意なこと応募)

info-slf@jcom.home.ne.jp

(郵送)宛先:〒277-10005 千葉県柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階 セカンドライフファクトリー

締め切り 2024年11月20日(水)

### ラコルタ柏フェスティバルのご案内

第4回ラコルタ柏フェスティバルがラコルタ柏(教育福祉会館)にて2日間、開催されます。ラコルタ柏で活動している約40団体が活動内容を紹介します。

セカンドライフファクトリーとしては展示会場と講演会の2か所で開催します。

今回、展示会場では展示だけではなく、SLF会員の皆様にも楽しんでいただけるようなイベントを企画しています。麻雀関連の楽しいイベントや、最新IT体験として、メタバース体験、ChatGPTで話題の生成AI体験を楽しめます。

SLF会員の皆様のご来場をお待ちしております。

日時 11月9日(土) 12時～16時、10日(日) 10時～16時

場所 ラコルタ柏(教育福祉会館) 柏市役所隣り。赤いレンガ色の建物。展示室は4階。

