

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 アミュー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

一・主旨
柏・東葛エリアの江戸時代以降の歴史について、江戸市中の歴史と関連付けながら継続的に情報収集し、会員向けに「歴史散歩」の企画・実施をサポートすること（世話役 浜口、笠羽、中谷）

SLF「柏・東葛歴史散歩の会」
発足
サポーター大募集！



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

二・募集要項

① 募集人員 5名程度

② 江戸時代以降の柏・東葛および江戸市中の歴史に関心があり、積極的に活動に参加できる方

③ 「歴史散歩」のガイド役、またはサポーター役をできる方



④ 一回五〜六キロの行程が苦にならない方

⑤ 継続的に例会に出席できる方（原則、毎月二回 第二・第四金曜日 十四時〜十六時 於 SLF 事務所）

⑥ 原則無償ボランティア（対外活動等には薄謝進呈する場合あり）

三・当面の進め方

① 前記の日程で SLF 事務所に集まり、当該歴史に関わる情報収集・整理・共有の上、会員向け「歴史散歩」の企画・現地の下見等を行う

② 今期中（十一月〜三月）は準備期

間とし、来年四月以降に本格的な活動を開始する



四・応募方法

「歴史散歩の会サポーター希望」と書いて、氏名、携帯番号、応募動機（二百字以内）を付記し、info-slf@jcom.home.ne.jp までメール送信
締切日 十月三十一日（金） 応募された方には後日、メールで回答します

③ 初回会合予定日 十一月十四日（金）
午後二時〜三時（会発足について）の主旨説明、自己紹介、質疑応答等

「歴史散歩の会サポーター希望」と書いて、氏名、携帯番号、応募動機（二百字以内）を付記し、info-slf@jcom.home.ne.jp までメール送信
締切日 十月三十一日（金） 応募された方には後日、メールで回答します

新春
大人の学び直し講座
もつと健康になるための最新・最適栄養バランスとは

分子栄養学からみた体と心の健康を考えよう！

シニアの健康促進をテーマに、薬剤師として病院勤務もされた経験のある八木さんに講演をしていただきます。

身体は摂取した栄養でできています。

シニアは知らず知らず食事の量が減り、食材も固定してきています。



質的栄養失調になっていませんか？この機会に新しい視点でフレイル予防も兼ねて栄養を見直してみましよう！

○ 普段の血液検査でわかる事

異常（病気）か異常でない（未病）かだけではない情報がある

○ 習慣化した食事を「ちよいたし」食材でパワーアップ！

○ 神経伝達物質（ドパミン、セロトニン、アドレナリン、オキシトシン）と栄養

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

ー 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

○体に負担をかけない食べ方、サプリメントの飲み方？健康で長寿？等

【分子栄養学】栄養が体内でどう使われるかを細胞レベル、分子レベルで考える栄養学

講師 八木三千代氏

プロフィール

SLF会員 薬剤師

公認心理師

臨床分子栄養学カウンセラー

Ph.D. (千葉大)

所属団体・認定NPO法人キヤリアデザイン研究所(CDI)所属

ひきこもり支援の会「しっぽのきもち」主催等

柏市在住

日時 26年1月7日(水) 14:00

～15:30

場所 セカンドライフファクトリー

第1教室

参加費用 500円

定員 20名(先着順)

持ち物 血液検査の結果(持参できる方のみ)

申込 メール info-slf@jcom.home.ne.jp

件名 「分子栄養学からみた健康講座」

電話 (047100-8023 平

日 10:12時、13:15時)

又は電話 (047100-8023

件名 「大人の寺子屋11月講座」

又は電話 (047100-8023

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。

《サロニー覧》
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

プチカル 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)

プチカル柏の葉

検索



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-](https://slf-gardensupport.com/)

[gardensupport.com/](https://slf-gardensupport.com/)

※柏市フレイル予防ポイント対象講座です

SLF「大人の寺子屋」シリーズ 11月講座開催

SLF会員には様々な資格や経験などの「得意なこと」をお持ちの方がたくさんおられます。この「得意なこと」を活かした貴重なお話を、ミニ講演会の形でお聞きする機会を設けております。

様々な興味深いテーマで、様々な講師が毎月1回ほど登壇されます。

11月は国や地方に張り巡らされた情報通信システムについて宿谷さんにお話いただきます。

テーマ

国と地方、組織等、電話と無線、110番システム、道路上のシステム等

講師 宿谷英一氏

日時 11月7日(金)

14:00～15:30

場所 セカンドライフファクトリー

第1教室

参加費用 200円

定員 20名(先着順)

申込 メール info-slf@jcom.home.ne.jp

件名 「大人の寺子屋11月講座」

又は電話 (047100-8023

平日 10:12時、13:15時)

「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12周年を超えました。会員のみな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はかり、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20万円につきましては、今年度、設備の拡充等に使用させていただきました。

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 元氣シニアの地域での

自主的活躍の「場」を充実
募集期間 2025年10月～2025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。

【「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て「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・愛らぶ基金」を検索ください。

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