

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。

大人の学び直し講座シリーズ
ご案内(第4弾)
2026年新春 東京七福神めぐり

フレイル予防の基本はウ



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 明
一般社団法人
セカンドライフ
ファクトリー

オーキング！歴史散歩を楽し
みながら、より健康な毎日を！

日程

第1回 1月30日(金) 暁田川七

福神II鐘ヶ淵から向島へ

第2回 2月20日(金) 元祖山手

七福神II目黒から白金高輪へ

第3回 3月13日(金) 新宿山ノ手

七福神II新宿御苑から神楽坂へ

*毎回午後1時～午後4時頃(毎回

午後1時前にJR柏駅中央口集合)

*小雨実施、3回目終了後神楽坂界

隈で懇親会開催予定

講師 中村禎宏氏 千葉県ウォーキング協会認定ウォーキング指導員

柏市登録フレイル予防サポーター(第1期生)、SLF会員

費用 3回分1,500円 初回一括(講師代・資料代・イベント保険料等、交通費・飲食代等は自己負担)

対象者 SLF会員・性別・年齢等問わずどなたでも但し毎回5km前後歩行可能な方

免責事項 参加者は各自で健康管理をしてください。万一事故が発生した場合は、主催者は加入している保険の範囲内及び応急対応以外の



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

責任は負いません。

申込 電話またはメールで事務所に

直接「七福神めぐり参加希望」の旨と、住所・氏名・携帯番号・メールアドレスを添えてご連絡ください

連絡先 SLF事務所

(電話番号、メールアドレスは下記
青帯のとおり)

大人の学び直し講座 伝筆(つてふで)体験講座開催の ご案内

SLFが実施する筆ペン
体験3回シリーズの伝筆
(つてふで)講座の参加者
を募集します。



普段言葉にできない家族への想いや友人に、ハガキに
筆ペンでメッセージを書いて伝え
てみませんか？初心者でも簡単に
楽しく書ける体験講座です！

受講料 3回計
3,000円+
材料費2,500円(初回一括
支払いです)

※材料費..お
手本・筆ペン
黒(太字)・筆
ペン赤・下敷
き・ハガキ・
練習用紙など

講師 (一社) 伝筆の協会 認定講師

佐野佳代子さん

開催場所 SLF事務所

開催日 各回14:00~15:30

第1回 2月13(金)

第2回 2月27(金)

第3回 3月20(金)



されない場合でも材料は事前に準備をするため、後日お支払をお願いします。

※当日ご参加
募集期限 2026年1月30(金)

※当日は墨で汚れる可能性がございます。服装にご注意ください！

付 平日10~12時、13~

04-7100-8023(受付)

15時) セカンドライフファクトリー

TEL:04-7100-8023(平日 10~12、13~15時) メール:info-slf@jcom.home.ne.jp URL:<https://www.secondlifefactory.org>

SLF「大人の寺子屋」シリーズ 26年1月講座開講

SLFでは会員の貴重なお話を、ミニ講演会の形でお聞きする機会を設けております。

1月は、情報・システムのお仕事に従事してこられ、SLFの技術担当である中村さんのミニ講演会を開催いたします。

テーマ 「AIを中心とした新技術が

変える私達の生活」

「老いてはAIに従え！」

70代80代はまだまだ伸び盛り！」

講師 中村年雄 氏

日時 1月21日

(水) 14:00 ~ 15:30

場所 セカンドライフ

参加費用 200円

定員 20名(先着順)

申込

メール

info-slf@jcom.home.ne.jp

ラコルタ柏フェスティバルに参加しました

件名「大人の寺子屋26年1月講座」申込、又は電話(下記青帯参照)



ティバルが開催され、29団体が活動のアピールや発表などを行いました。

SLFも同フェスタに参加し、2階多目的研修室で第88回SLF講演会「宇宙開発の今と未来」国際宇宙ステーションの現在の概要と今後の展開」をテーマに、JAXA(国立研究開発法人宇宙航空研究開発機構)の宮里光憲さんの講演会を開催しました。

退去後は、今の建物からほど近い高齢者施設「特別養護老人ホームひかり隣保館」の一室を、週に2日程度、時間限定でお借りする形で、健康麻雀を中心とした活動を継続することになりました。

これまで通りの形態での活動は2025年12月末までとし、2026年2月より、ひかり隣保館にての活動を開始いたします。

移動後の活動の詳細につきましては、新しいホームページ上にてお知らせしていく予定です。2月以降は連絡先も変更となります。ご利用希望、お問い合わせなどありましたら、どうぞ気軽にご連絡ください。

チカル柏の葉 新しい連絡先 (2026年2月より)

新電話番号: 070-8593-881

新メールアドレス: info.pc.kashiwa@gmail.com

新ホームページ: <http://peticul2602.cloudfree.jp>

**チカル柏の葉 活動場所・活動形態
変更のお知らせ**

チカル柏の葉は「空き家を活用した健康づくりと学びの場」をコンセプトのひとつに、住宅街の一軒家をお借りして、地域の皆様に「チ・カルチ

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

チカル柏 の葉

フリー麻雀クラブ (健康麻雀)

10時~13時
1回ごとの予約制
お一人から受付
1回500円
(2月より再開)

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-gardensupport.com/>

第9回フレイル予防チェック開催の ご案内

(ひかり隣保館所在地:
柏市十余二175-42)
◎新ホームページ→



10月に開催いたしましたフレイル予防チェックには24名の会員の方が参加され、運動、栄養、社会参加のフレイル予防3本柱をしっかりと学ぶ良い機会となりました。次回開催の参加者を左記要領にて募集いたしますので奮ってご参加ください。

開催日時 2026年2月2(月)

13:30~15:30
(会場集合 13:00)

場所 SLF研修室

参加資格 40歳以上の柏市民

参加料 無料
柏市財源(介護保険)運用の為

募集人数 20名(先着順)

応募方法 お申込み下さい。
メール又は電話にて

応募締切 2026年1月26日(月)

電話 047100-8023
メール info-slf@jcom.home.ne.jp