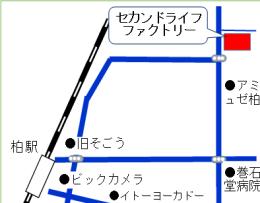


仲間とともに切り拓く、アクティブシニア 活躍の場

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



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

SLF大人の学び直し講座
柏市立柏病院地域講座開催
ご案内

「もっと知ろうがんのこと！
なぜがんにかかるので
しょうか？」

がんは正しく知れば怖くない。
がん予防と言うけれど何をすればいいかわからない：そんな不安を最新の知識と日常でできる具体的な予防方法について、現役のがん医療最前線に立つがん専門看護師さんが今から実践できるがん予防のヒントをわかりやすくお伝えします。

*最新の予防医学：医学的根拠に基づいて、現役のがん医療最前線



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

づいた食生活や運動の重要性
＊検診のホント：いつ、どんな検診
を受けるの
＊がんと言われたらまず何をすればいいの
＊がんと言われたらまず何をされ
ばいいの
＊シニアの健康
促進をテーマ
に、今回は柏
市立柏病院の
専門看護師さん
が教える「なら
ないための」対
策をお話していただきます。



主催
セカンドライフファクトリー
講師
日高サツキ 氏

市立柏病院がん化学療法認定看護師
柏市在住

日時
26年3月9日(月) 13:30~15:00

場所
セカンドライフファクトリー
第2教室

参加費用
無料

対象者
50名(先着順)
がん予防に関心のある方

申込

メール info-slf@jcom.home.ne.jp
件名：「市立柏病院地域講座申込」
又は電話 (04-7100-8022)
平日 10:00~12時、13:00~15時

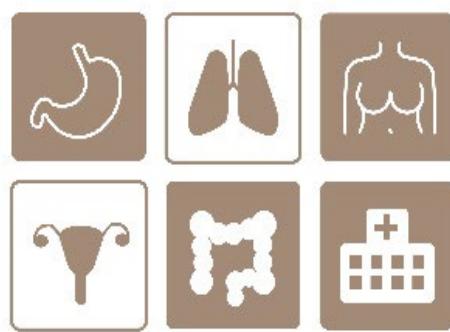
未経験に近い方対象
雀雀が初めての方
者募集のこころ

麻雀は、認知機能を鍛える要素を持つています。
この雀雀健康麻雀入門講座では、認



脳トレ健康雀雀入門講座開催と参加

※柏市フレイル予防ポイント対象
講座です
申込期限
26年2月28日



知症研究者の矢富直美先生考案による、誰もが楽しく、簡単にルールを覚えられるよう工夫されたテキスト・DVDを使い、認知症予防の一助となります。2017年秋以降、すでに400名以上の方々が受講されています。



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)

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

<問い合わせ>
070-8593-8815

info.pc.kashiwa@gmail.com

<会場所在地>

柏市十余二 175-42
ひかり隣保館多目的ホール

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/>

日程	
火曜コース	2026年4月
7日 (火) ~ 6月16 (火)	
毎週 (火) 11..20..13..	
20 (計10回)	5月5日は休講

今日は今春4月からの入門講座の参加者を募集します。

スマホ相談会担当者からの連絡

SLFスマホ関係の取り組みとして、毎月、最終月曜日の13時30分からスマホ相談会を実施すること

申込 SLF新企画

参加資格 40歳以上の柏市民(柏市

場所 SLF研修室

日時 13..30..15..30分 (受付13時)

申込 SLF事務局まで

参加費 無料

参加資格 介護保険運用のため

参加資格 40歳以上の柏市民(柏市

申込

メール info-slf@jcom.home.ne.jp

(件名: 脳トレ健康麻雀入門講座4
月期申込) または、

電話 04-7100-8023

(平日10..12時、13..15時)

第9回フレイル予防チェック 参加者募集

来る2月2日(月)に第9回フレ

イル予防チェックを実施いたします。ご自分の現状把握と今後の取り組み等、フレイル予防に役立つ講座ですので、奮ってご参加ください。

定員 24名(先着順)
(平日 10時~12時、13時~15時)
件名: 第9回フレイルチェック申込

申込 SLF事務局まで

または電話 04-7100-8023

費用

受講料1回

500円(テキスト代他
1,000円初回のみ)

※受講するとかわフレイル予防

ポイントが付与されます

※レッスンは毎回段階を踏んで進めていきます。原則毎回出席をお願いします。

申し訳ありませんが、それまでお待ちいただきますようお願い申し上げます。
今後、予約方法を含め、より良い募集方法を検討したうえで改めてご連絡させていただきます。

