

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
かしわ生涯現役窓口	バレット柏			月～金曜日10:00～16:00	04-7157-0282	社会参加	—
柏市立柏病院	柏病院院内	柏市布施1-3		午前	04-7134-2000	ボランティア	—
ケアパートナー柏	ケアパートナー柏	松ヶ崎231-1		都度相談	04-7133-8631	ボランティア	高田・松ヶ崎
ひまわり園	ひまわり園	柏市塚崎1374		木曜日	04-7193-3456	ボランティア	—
社会福祉法人彩会 まんてん	まんてん			月～金曜日9:30～16:00	04-7196-6805	ボランティア	—
スポーツを通じた健康増進を普及する市民の会	松葉第二小学校体育館	柏市松葉町2-16	健康体操	日曜日午前(月2回)	090-2144-3204	運動・スポーツ	松葉
サービス付き高齢者向け住宅 おひさまハウス柏	おひさまハウス柏	柏市関場町4-23			04-7197-3421	ボランティア	新田原
社会福祉法人かたくり会 ひびき園	社会福祉法人かたくり会 ひびき園	十余二193-1	なし	10:00～12:00	04-7135-6116	ボランティア	—
デイサービスはなまる	デイサービスはなまる	柏市大津ヶ丘3-49-1	なし	10:00～12:00, 13:00～15:00	04-7190-5012	ボランティア	—
社会福祉法人ぶるむの森	施設敷地内	中原1817-1	なし	随時相談	04-7136-2324	ボランティア	—
たんぼぼセンター	たんぼぼセンター	柏下135-1		第3火曜日13:00～15:30	04-7170-2140	ボランティア	—
グループホーム・オアシス	グループホーム・オアシス	柏下218	なし	隔週1日	04-7165-1212	ボランティア	柏中央
かしわこども未来学習会	柏市永楽台近隣センター	柏市永楽台2-11-25	経済的困窮世帯児童(小学4～6年生)対象の学習支援	R2年6月12日～R3年3月12日まで 児童とのコミュニケーション、子ども食堂15:00～17:00 学習支援のサポート17:00～19:00	04-7163-1201	ボランティア	永楽台
ハートかしわ	①特養ショート ②デイサービス	高田1032-1	利用者の話し相手、身の回りのお世話、お茶出し	①火、金曜日午前 ②月～金曜日	04-7142-8800	ボランティア	高田・松ヶ崎
ご近所カフェ みんなのたまり場	ご近所カフェ みんなのたまり場	緑ヶ丘11-5	通いの場(飲食・歓談・手芸・麻雀など)	月～木曜日10:00～15:00(祝日除く)	080-4946-0700	サロン・通いの場 ボランティア	富里
布施新町ものがたり広場		布施新町4-13-8	サロン活動	第1,3火曜日 第2,4金曜日	04-7149-2507	サロン・通いの場 ボランティア	富勢
有料老人ホーム グランシア北柏	グランシア北柏	根戸414-12	・絵手紙教室・ネイル(女性)	都度相談	04-7134-8787	ボランティア	富勢
柏の葉学園	柏の葉学園	豊四季1002-2	障がいのある子ども達と一緒に勉強したり運動したり遊んだりして頂きます。	放課後等デイサービス開所時間内	04-7192-7738	ボランティア	新富
喫茶コスモス	酒井根近隣センター	柏市酒井根653-4	コーヒー・紅茶等の提供、集いの場	①第2,4火曜日11:00～15:30 ②第1,3金曜日11:00～13:30 (コロナにより変更有)	047174-6407	サロン・通いの場 ボランティア	酒井根
酒井根東町会 ふれあいサロンよつば	酒井根東町会ふるさと会館	柏市酒井根2-8-33-88	町会サロン、お茶、お菓子の飲食・ストレッチ・歌声喫茶・他	第3火曜日13:30～15:30	04-7170-7977	サロン・通いの場 ボランティア	酒井根
自宅サロン お茶の間カフェ横尾	横尾自宅	青葉台2-25-5	工作・カラオケ・体操・子供たちのコラボ(ダンス) ・お茶飲み・落語・マジック・楽器演奏・他	第3水曜日14:00～16:00	090-1767-6418	サロン・通いの場 ボランティア	酒井根
麗しの杜光が丘	麗しの杜光が丘	光が丘2-1-1	デイサービスセンターでのボランティア		04-7171-5684	ボランティア	光が丘
柏市立 朋生園	柏市立 朋生園	中原1816-6	作業補助、園内整備	第4水曜日	04-7163-6612	ボランティア	増尾
高田デイサービス	高田デイサービス	高田1027-34	お茶出し・お年寄りの話し相手・レクやゲームの補助	月～日曜日10:00～16:00	04-7136-7688	ボランティア	高田・松ヶ崎
デイサービス夢の里	デイサービス夢の里	柏市大島田394-12	レクリエーション手伝い・話し相手	月～金曜日14:00～16:00	04-7170-0740	ボランティア	風早北部
ケアハウス 沼南の里	ケアハウス 沼南の里 食堂	藤ヶ谷1076-3	演奏会	3ヶ月に1回程度	04-7160-6688	ボランティア	風早南部
ツクイ柏塚崎デイサービスセンター	ツクイ柏塚崎デイサービスセンター	塚崎1039-1	囲碁・歌・踊りなどのレク活動	10日間程度	04-7160-6062	ボランティア	風早北部
ツクイ豊四季	ツクイ豊四季	篠籠田1103-7	傾聴・お手伝い・趣味活動(歌、手作業、麻雀、将棋等)	月～日曜日	04-7142-8806	ボランティア	豊四季台
ツクイ南柏	ツクイ南柏	東中新宿4-5-22	傾聴・お手伝い・趣味活動(歌、踊り、体操など)	月～日曜日9:00～16:00	04-7170-5252	ボランティア	光が丘
食堂 きゃべつ	食堂 きゃべつ	柏市柏3-11-27 アパホテル 柏210	子供食堂	水曜日16:00～19:00	04-7170-1068	ボランティア	柏中央 風早北部
特別養護老人ホーム マーガレットヒル	特別養護老人ホーム マーガレットヒル	中新宿1-8-6	洗濯物たたみ・演芸・傾聴	—	04-7171-7500	ボランティア	光が丘
デイサービスわたしん家	デイサービスわたしん家	高南台2-2-11	高齢者の話し相手	月～土曜日9:00～16:00	090-3534-2201	ボランティア	風早南部
コミュニティカフェ 茶論	高柳近隣センター	柏市高柳1652-10	喫茶・たまご教室(パソコン教室、囲碁、将棋、移動教室)	火～木・土曜日10:00～15:00	090-4428-4488	サロン・通いの場 ボランティア	風早南部
自立活動支援センター ポコアポコ	自立活動支援センター ポコアポコ	松葉町6-10-1	主に視覚障がい者の支援	月～金曜日10:00～15:00	04-7136-0506	ボランティア	松葉
日生オアシス柏あけぼの	日生オアシス柏あけぼの	あけぼの4-3-24	高齢者の方々へのレクリエーション支援・傾聴	—	04-7197-7875	ボランティア	豊四季台
サロン麦の穂	逆井ふるさと会館	柏市逆井515-1	健康体操・脳トレ・コミュニケーション・レクリエーション	火曜日	04-7171-1855	サロン・通いの場 ボランティア	藤心
いずみ園	いずみ園	逆井341	話し相手・作業手伝い・散歩・その他活動支援	月～金曜日10:30～15:00	04-7176-8085	ボランティア	南部
パナソニック エイジフリーケアセンター柏豊住・デイサービス	パナソニック エイジフリーケアセンター柏豊住・デイサービス	豊住1-3-36	福祉施設等での音楽、演劇、囲碁、将棋、麻雀の相手・マジックなどの披露	平日午後	04-7171-3600	ボランティア	光が丘
クローバーサロン	クローバーサロン	加賀3-8-13	高齢者サロン	水曜日10:00～16:00	04-7172-2225	サロン・通いの場	増尾
ケアラズ&オレンジカフェ みちくさ亭	みちくさ亭	藤心1-29-12	高齢者や障がい者、認知症とその家族の方が話をすることや情報交換の場所	火～木曜日10:00～17:00	04-7138-5032	サロン・通いの場 ボランティア	藤心
サロン荒工山	エステート荒工山 集会所	柏市東2-2	情報交換	第1火曜日10:00～12:00	04-7164-8910	サロン・通いの場	柏中央
ふれあいサロン酒井根	酒井根町会会館	柏市酒井根50-13	喫茶・工作・体操 他	第2金曜日13:00～15:00	04-7176-0359	サロン・通いの場	酒井根
ふれあいサロンあけぼの	ふれあいサロンあけぼの		体操、歌、ゲーム、お茶、昼飯	①偶数月：第2水曜日13:00～ ②奇数月：第2水曜日11:30～	04-7148-0658	サロン・通いの場 ボランティア	柏中央
コープ野村ワンデーカフェ	コープ野村北柏集会所	柏市根戸420-1	ふれあいサロン、お茶会、合唱	第2・4木曜日10:00～12:00	04-7132-1741	サロン・通いの場	富勢

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
みつばふれあいサロン	柏の葉2丁目ふさとセンター, 柏の葉第二公園	柏市柏の葉2-21-4	地域のふれあいの場 歌・手芸・体操・コンサート ラジオ体操	①第2木曜日13:00~15:00 ②第3火曜日10:00~15:00 ③第4水曜日13:00~15:00 ラジオ体操(毎朝6:30~6:40)	080-1260-7428	運動・スポーツ サロン・通いの場	柏の葉
中新宿レモンの会	中新宿ふるさとセンター	柏市中新宿3-1-21	カフェでの話し合い・交流会	第3金曜日	04-7174-4729	サロン・通いの場	光が丘
サロンやまびこ	永楽台近隣センター	柏市永楽台2-11-25	体操・催し物(月別)	第2月曜日	04-7167-8764	サロン・通いの場 ボランティア	永楽台
おしゃべりサロン 三木の会	ウィンザーハイム集会室	柏市根戸470-25	おしゃべりサロン	第3木曜日10:00~12:00	090-7191-0404	サロン・通いの場	富勢
コミュニティーのこのこ	増尾ふるさと会館	柏市増尾4-1-33	高齢者の通いの場のサロン・介護予防	金曜日9:30~12:30	090-2142-9783	サロン・通いの場 ボランティア	増尾
日生オアシス柏豊四季	日生オアシス柏豊四季 地域交流室	旭町4-11-4	地域の方々の交流の場となるような活動(ボランティア受け入れ)	現在未定	04-7186-6727	ボランティア	旭町
よってって	生活クラブ風の村光が丘内	柏市東中新宿4-5-12	お茶、お菓子でたのしく歓談、体操、脳トレなど	火曜日10:00~12:00	090-2638-4587	サロン・通いの場	光が丘
光が丘サロン	生活クラブ風の村光が丘内	柏市東中新宿4-5-12	第2水曜日は健康管理講座「転ばぬ先の知恵」など 第4水曜日は座ってできる簡単ヨーガ	第2・4水曜日10:00~12:00	090-2638-4587	サロン・通いの場	光が丘
はつか会	船戸会館	柏市船戸1129-1	本の読み聞かせ、ゲーム、歌、体操など	毎月20日	04-7131-5372	サロン・通いの場	田中
北柏ふれあいおしゃべりサロン「さんげつ」	北柏町会ふさと会館	柏市北柏3-15-10	おしゃべりサロン	第3月曜日	04-7162-0104	サロン・通いの場	富勢
サロン よったいな	松ヶ崎集会所	柏市松ヶ崎319-1	茶話会、体操、ゲーム、歌、その他	第3月曜日(4・8月休み)	04-7132-2987	サロン・通いの場	高田・松ヶ崎
源氏物語木曜会	ほのぼのますお	柏市加賀3-16-8	古典語で読み合わせを行い、その内容の説明を講師より受ける、と同時に当時の生活様式やさまざまな人間関係をひもといっていく。	第3木曜日	080-5528-6654	生涯学習	市内全域
ロコモフィット富里	富里近隣センター	柏市富里2-4-4	介護予防体操	確保できた水曜日10:00~11:00	04-7151-0192	運動・スポーツ	富里
北柏リハビリ総合病院 北柏ナーシングケアセンター	北柏リハビリ総合病院 北柏ナーシングケアセンター	柏下265	お話し相手、入浴後のドライバー、介助等	月~金曜日	04-7169-8000	ボランティア	柏中央
ロコモフィット東豊住	東豊住ふるさと会館	柏市豊住4-3-10	フレイル予防体操	火曜日13:00~14:30	090-9322-7385	運動・スポーツ	永楽台
ロコモフィット光が丘	光ヶ丘近隣センター	柏市光ヶ丘団地200-5	介護予防体操	木曜日10:00~11:30(確保出来た日)	090-9322-7385	運動・スポーツ	光が丘
F・Fクラブ	中央体育館		健康体操	木曜日13:00~15:00	080-6599-5711	運動・スポーツ	富勢 豊四季台
ほのぼのロコモ	ほのぼのプラザますお	柏市加賀3-16-8	ロコモ体操	第2・4水曜日	04-7176-3872	運動・スポーツ	増尾
コミュニティーカフェひふみ	柏の葉1丁目集会所	柏市柏の葉1-5-13	地域住民ふれあい、健康作り	金曜日13:00~16:00	04-7132-5621	サロン・通いの場	田中 柏の葉
生活クラブ風の村 光が丘	生活クラブ風の村サポートハウス光が丘	柏市東中新宿4-5-12	ボランティア	要相談	04-7199-2218	ボランティア	光が丘
ハートほっとサロン	宮前ふれあい会館	柏市柏979	サロン(第4木曜日13:30~16:30) ティータイム(第2金曜日13:30~16:30) ロコモ体操(第1・3金曜日10:00~11:30) グランドゴルフ(第2・4水曜日9:00~11:30) パトロール(月・水・金7:30~8:00) ラジオ体操	活動内容に記載	04-7164-2018	サロン・通いの場	柏中央
子育てサロン どんぐりすくすくクラブ(三小)	三小こどもルーム	柏市若葉町4-54	活動:子育て中の親子のふれあいの場ボランティア:参加者の話し相手、相談相手、子どもの見守り	第1水曜日10:00~11:30	080-1045-3735	サロン・通いの場 ボランティア	富里
子育てサロン どんぐりすくすくクラブ(豊小)	豊小こどもルーム	柏市豊四季610-2	活動:子育て中の親子のふれあいの場ボランティア:参加者の話し相手、相談相手、子どもの見守り	第3木曜日10:00~11:30	080-1045-3735	サロン・通いの場 ボランティア	富里
新緑会(健康体操教室)	ほのぼのプラザますお	柏市加賀3-16-8	ストレッチと筋肉と関節のトレーニング	毎月第1金曜日・第3水曜日:午前中	04-7175-7897	運動・スポーツ	増尾
ふれあいサロン	マンション柏サルビア集会所	篠籠田1135-1	サロン活動全般及び映画会、ふれあいサロン:第2水曜、第4金曜(映画)おしゃべり会:第1火曜、第3月曜	おしゃべり会:第1火曜日・第3月曜日 サロン:第2水曜日 映画:第4金曜日13:00~16:00	04-7144-4100	サロン・通いの場	豊四季台
花水木	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	脳トレーニング、その他	第2木曜日9:00~11:30	080-1246-0324	サロン・通いの場	藤心
I C T利用・生活利用研究室	パレット柏	柏市柏1-4-7-1-301	スマホ、パソコン、タブレット等に関するなんでも相談(無料) 対象:制限なし	第2金曜日10:00~16:00	04-7175-8828	社会参加	市内全域
若返りウォーキングの会	主として柏市内	主として柏市内	5kmから6kmのウォーキング。柏市内を中心に活動してきた。5年間47回実施。募集方法は案内チラシを作成。朝の体操仲間を中心にメール配信、配布。今後は年6回~10回実施。「広報かしわ」の「団体サークルの催し欄」に掲載する予定。	9:00~12:30(不定期、年8回程度実施)	04-7175-5836	運動・スポーツ ボランティア	市内全域
Step D	①増尾町会ふるさと会館 ②増尾近隣センター	①柏市増尾4-1-33 ②柏市増尾3-1-1	ロコモ体操(フレイル体操)	火曜日(月2回) ①10:00~12:00 ②15:15~17:15	04-7174-6120	運動・スポーツ	増尾
多世代交流コミュニティーサロンつちのこ	土小学校第4校舎多目的室	柏市増尾4-4-1	多世代交流サロン	土曜日	090-5497-3515	サロン・通いの場 ボランティア	増尾
さわやかクラブ	中央体育館		健康体操・ストレッチ・脳トレ	月曜日13:00~15:00	04-7134-7404	運動・スポーツ	豊四季台
レインボーサークル	野沢町会ふるさと会館	柏市南逆井6-34-1	健康講座の開催	不定期(年3回)	090-2466-8395	運動・スポーツ	南部
新富ゆうゆうサロン	新富近隣センター	柏市豊四季945-1	手芸・ゲーム・歌・体操など	第4水曜日	090-9822-4522	サロン・通いの場 ボランティア	新富
オープの集い	逆井ふるさと会館	柏市逆井515-1	脳トレ(認知症予防エクササイズ)	第1・3金曜日	090-2221-5100	サロン・通いの場	藤心
サロン ミモザ	柏楽園ふるさと会館	柏市逆井5-7-37	転倒予防体操	水曜日	04-7172-0814	サロン・通いの場	藤心

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
おむすびころん	柏楽園町会ふるさと会館	柏市逆井5-7-37	ロコモ予防体操	第1・3火曜日13:30～14:30	080-1251-0839	運動・スポーツ	藤心
大津川をきれいにする会	要問合せ	要問合せ	大津川の河野中及び土手のゴミ収集、かいうちの森手入れ、あじさいの里作り等	要問合せ	090-4428-4488	社会参加	風早南部
タウンカフェ ひかり	タウンカフェ ひかり	柏市光ヶ丘団地4-200-1A-5	通い場	月～金曜日10:00～15:00	04-7199-7740	サロン・通いの場 ボランティア	光が丘
サロン なかよし	①亀甲台集会所 ②新あかねふるさと会館	①柏市亀甲台町1-27-12 ②柏市あかね町27-8	体操・ゲーム・歌	第1月曜日10:00～12:00	090-1611-0295	サロン・通いの場 ボランティア	永楽台
はなみずき/IVY-LABO 共同事業「通いの場」	はなみずき, IVY-LABO 他	花野井1810番地 花野井1811番地 他	介護予防活動を中心に月に5～6回実地	月～水・金・土曜日11:00～16:00	04-7133-3836	サロン・通いの場	田中
光ヶ丘ボールウォーキングクラブ	光ヶ丘近隣センター	光が丘団地200-5	ボールウォーキングの普及・啓発	火曜日	090-2255-5629	運動・スポーツ	光が丘
地域サロン さくら	中原町会会館	柏市中原1-17-7	フレイル予防, 認知症予防, コグニサイズ	第2月曜日	04-7176-2759	サロン・通いの場 ボランティア	光が丘
クレマチス柏花の会	①柏市南部近隣センター体育館 ②逆井南郵便局	①南逆井1-20-1 ②南逆井6-2-8	花の植栽, 除草, イベントの実地, 緑のカーテンの増進, 手芸等の講習会	花の植栽, 除草: 不定期 (要問合せ)	090-2466-8395	ボランティア	南部
るんるんクラブ	旭町近隣センター	旭町5-3-32	ロコモ体操	第2・4月曜日13:00～15:00	080-1153-5946	運動・スポーツ	旭町
ふれあい健康麻雀教室	生活クラブ 風の村光が丘内	東中新宿4-5-12	麻雀教室	木曜日9:30～11:30, 13:00～15:00	090-2638-4587	趣味の活動 ボランティア	光ヶ丘
ダンスサークル クリスタル	光ヶ丘近隣センター	光ヶ丘団地200-5	社交ダンス(当面シャドウダンス)、ラジオ体操、健康体操	火曜日12:30～14:00	04-7134-7786	運動・スポーツ ボランティア	光ヶ丘
永楽台 子育てサロン	永楽台近隣センター	永楽台2-11-25	子育てサロン	火～土曜日10:00～12:00	090-8430-6786	ボランティア	永楽台
一声の会(千代田)	千代田ふるさとセンター	千代田2-7-21	お話し、工作など	第2土曜の午前又は午後2時間	04-7166-6672	サロン・通いの場 ボランティア	新田原
一声の会(新田原)	新田原近隣センター	東柏2-2-15	サロン、講座、ブルトップを車椅子に交換	第4木曜日13:00～15:00 (現在12:30～14:30)	04-7163-1330	サロン・通いの場 ボランティア	新田原
コミュニティルーム はなみずき	はなみずき	花野井1811番地	コミュニティサロン、喫茶・軽食、会議・打ち合わせ、健康カラオケ(現在休止)	月～水・金・土曜日11:00～16:00	090-8724-2841	サロン・通いの場 ボランティア	田中
いきいきサロン弥生	吉田幼稚園	弥生町4-6	交流会、講座、歌声、体操	第4土曜日13:00～15:00	04-7169-3032	サロン・通いの場	新田原
柏市社会福祉法人が行う講座・研修・イベント等	介護予防センターいきいきプラザ 他	柏5-11-8 いきいきプラザ 他	(例)ラジオ体操、交流会、～講座、～の情報交換、等	適宜開催	04-7165-0880	社会参加 ボランティア	市内全域
豊友サロン	豊町ふるさと会館	柏市豊四季951-10	交流会	第1・3月曜日	04-7174-1364	サロン・通いの場 ボランティア	富里
新田原体操サークル	新田原近隣センター体育館	東柏2-2-15	レクダンス・ストレッチ体操・その他フレイル予防	①第1・3金曜日13:10～14:40 ②第2・4金曜日9:15～10:45	04-7163-3686	運動・スポーツ ボランティア	新田原
柏市消費者の会	主に柏市中央近隣センター(アミューゼ柏) 会議室 他	柏6-2-22	賢い消費者に目標学習・研修・市民啓発(子ども向けも含む)・フレイル予防	第2・4月曜日 9:00～12:00	04-7163-3686	社会参加 ボランティア	柏中央
美学講座「美しい身体づくりで免疫力アップ」	パレット柏 多目的スペースB	柏市柏1-7-1-301	コロナ禍に負けない免疫力を上げます。 健康について正しい知識を学び、美しく強い身体づくりを目指します。	11/8(日), 12/14(月), 1/11(月), 2/8(月), 3/8(月)	04-7157-0280	健康づくり(健診・相談含)	市内全域
ゆうゆうサロン	富里近隣センター	柏市富里2-4-4	サロン・交流会	第2水曜日	047175-4521	サロン・通いの場	富里
高田お達者ふるさとサロン	高田ふるさとセンター	柏市高田469-2	フレイル予防と交流会	第2火曜日14:00～16:00	04-7143-7054	サロン・通いの場 ボランティア	高田・松ヶ崎
特定非営利活動法人かしわ環境ステーション	柏市内全域, パレット柏, アミューゼ柏		明日の「柏」の「環境」をみんなで考え、みんなで創る。具体的な活動内容につきましては添付の事業計画および事業報告書に記載の通りです。	事業毎に計画。お問合せ下さい。	04-7170-7090	社会参加	市内全域
ゆうあい十余二	庚塚公民館	柏市十余二313-54	げんきりん体操、物づくり講座	第3水曜日13:30～15:30	04-7143-3733	サロン・通いの場 ボランティア	田中
ママの井戸端かいぎ	アミューゼ柏 5F	柏市柏6-2-22	ママや子供達の交流の場、出逢いの場	月2回: 第2・4木曜日 9:30～12:00	090-1559-7443	ボランティア	柏中央
ロコモフィット・サルビア	マンション柏サルビア集会所	篠籠田1135-1	フレイル予防を目的とするフィットネス講座	第1・3水曜日13:30～15:00	04-7144-4100	運動・スポーツ	豊四季台
サロン活動 はなみずきの会	大塚町町会クラブ(基本的に)	柏市大塚町11-14 他	「物づくり」「健康講座」「防災講座」「ラジオ体操(近くの公園にて)」等	(各月) 第4土曜日午前	090-9145-6180	サロン・通いの場	新田原
ロコモ中央	①アミューゼ柏 ②パレット柏	①柏市柏6-2-22 ②柏市柏1-7-1-301 DayOne7-3F	ロコモ体操	第2・4月曜日 9:00～12:00	090-1114-1257	運動・スポーツ	柏中央 市内全域
ロコモかたくり	①アミューゼ柏 ②パレット柏	①柏市柏6-2-22 ②柏市柏1-7-1-301 DayOne7-3F	ロコモ体操	第1・3・5火曜日 9:00～12:00	04-7133-9319 090-3877-7158	運動・スポーツ 介護予防全般	柏中央
HCAクラブ 永楽台ロコモ予防体操	永楽台近隣センター	柏市永楽台2-11-25	貯筋運動・床運動・その他	木曜日12:30～14:30	090-5566-1238	運動・スポーツ	永楽台
HCAクラブ 新田原(月)ロコモ予防体操	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	貯筋運動・床運動・その他	月曜日 (第3月曜日は前週の土曜日12:30～14:30)	090-5566-1238	運動・スポーツ	新田原
HCAクラブ 新田原(水)ロコモ予防体操	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	貯筋運動・床運動・その他	水曜日12:30～14:30	090-5566-1238	運動・スポーツ	新田原
HCAクラブ 南逆井(金)ロコモ予防体操	逆井南町会ふるさと会館	南逆井2-4-32	貯筋運動・床運動・その他	第1・2・4金曜日9:30～11:30	090-5566-1238	運動・スポーツ	藤心
HCAクラブ 南逆井(土)ロコモ予防体操	逆井ふるさと会館	逆井515-1	貯筋運動・床運動・その他	第1・3土曜日10:00～12:00	090-5566-1238	運動・スポーツ	藤心
なないろクラブ	なないろ	柏市大津ヶ丘4-28-11 千代田ビル1F	体操 火曜日: 感覚入力に着目した内容 木曜日: 姿勢に着目した内容	①火曜日10:30～11:30 ②木曜日11:00～12:00	04-7128-4455	運動・スポーツ	風早北部
中新宿町会自主グループ ロコモ体操	マーガレットビル	中新宿1-8-6	指導者によるロコモ体操をしています	第2・4金曜日13:30～15:00	090-4370-3770	運動・スポーツ	光が丘

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
介護者交流カフェくるる	地域活動館	豊四季台4-1-3-21-106	介護者の支援と交流	第1・3水曜日13:30～16:00	090-8179-5470	サロン・通いの場 ボランティア	豊四季台
ロコモフィット新富	新富近隣センター	豊四季945-1	ロコモ体操	第1・3火曜日13:00～14:30	080-5495-1494	運動・スポーツ	新富
千葉県東葛健康管理士会	市内	市内	フレイル講座・体操（介護予防の為の）	講座等は現在休止中	04-7133-4061 090-3693-1099	介護予防全般 ボランティア	市内全域
ほのぼの歩こう会	ほのぼのプラザますお近隣	加賀3-16-8周辺	ウォーキング	第1・3金曜日10:00～12:00	090-7809-8410	運動・スポーツ ボランティア	増尾
明和会	①日立台公園 ②緑ヶ丘会館 ③一本松公園	①柏市日立台1-2 ②緑ヶ丘24-28	交流会、講座情報交換、一本松公園整備（清掃）など	①ゴルフ：毎週水、金曜日8:30～11:30 ②唄の会：毎月第1,3月曜日13:00～16:00 他、花壇づくり等	04-7162-0137	運動・スポーツ 趣味の活動 ボランティア	富里
南部ウォーキングクラブ	柏市内及び市外（市内の駅集合）		柏市内及び市外をフレイル予防のため、1回に5～7kmを歩きます。	不定期	04-7172-7589 090-9804-8800	運動・スポーツ ボランティア	市内全域
サロン ひまわり	柏楽園ふるさと会館	逆井5-7-37	歌、トランプ、お茶会、紙芝居、その他	第4木曜日13:00～15:00	04-7172-3558	サロン・通いの場 ボランティア	南部
いこい宿連寺	宿連寺会館	松葉町1-13-1	①体操②交流会③踊り④映画会⑤勉強会	月2～3回	090-8572-2201	サロン・通いの場 ボランティア	富勢
藤のなごみ	藤ヶ谷区民館	藤ヶ谷558	ラジオ体操、情報交換、お茶のみ、ゲーム 他	水曜日13:00～16:00	090-6652-3774	サロン・通いの場 ボランティア	風早南部
子育てサロン すくすくたなかつ子広場	田中近隣センター	大室249-1	子育てサロン参加者の見守り等、話し相手	第1・3火・木曜日 第2・4水曜日	090-2940-0185	ボランティア	田中
すみれ会ダンスサークル	柏市中央公民館	柏市柏5-10-1	ラジオ体操、ストレッチ運動、シャドウダンス	土曜日15:00～17:00（月4回）	04-7131-1270	趣味の活動	柏中央
柏シニアクラブ連合会柏第一東支部	①柏シニアクラブ連合会柏第一支部ゲート ボール場（旭町ゲートボール場） ②旭町全体・新富町全体	①旭町8-5-44 ②旭町、新富町全体	①グランドゴルフ・ゲートボールの活動により健康増進、親睦・交流を目的とします。 ②ゴミ拾い、空き缶広い、交通安全見守り。	①8月、12月、1月、2月以外の毎日9:30～11:30、13:30 ～15:30（雨天・猛暑日を除く） ②毎月1日、その他お問合せ下さい。	04-7145-1589	運動・スポーツ ボランティア	旭町
(株) オークスベストフィットネス	オークスベストフィットネス柏	柏市大山台2-3-1	フィットネスクラブ	月、火、水、金、土、日曜日（木曜日定休、祝日除く）	04-7134-1112	運動・スポーツ	高田・松ヶ崎
サロン de オリガミ	香取台ふるさと会館	柏市松ヶ崎1170-287	オリガミ作成、交流	第3火曜日	090-4429-4996	サロン・通いの場	高田・松ヶ崎
和になろう会	香取台ふるさと会館	柏市松ヶ崎1170-287	軽い体操、脳トレ、交流	第1木曜日	090-4429-4996	サロン・通いの場	高田・松ヶ崎
ダンロップスポーツクラブ南柏	ダンロップスポーツクラブ南柏	柏市南柏中央3-2 1F・5F	ダンロップスポーツクラブ南柏の利用	月～水・金曜日9:00～23:30 土・日曜日、祝日9:00～20:30（木曜日・年末年始休館）	04-7176-7997	運動・スポーツ	光ヶ丘
セントラルウェルネスクラブ柏	セントラルウェルネスクラブ柏	柏市末広町6-1	セントラルウェルネスクラブ柏の利用	火～金曜日9:00～23:00 土・日曜日、祝日9:00～20:00（月曜日休館）	04-7142-0180	運動・スポーツ	市内全域
ふれあいサロンもっく	新青田ふれあい会館	柏市みどり台2-7-5	近隣住民のふれあい推進に関する活動	木曜日9:30～13:30	04-7131-5086	サロン・通いの場 ボランティア	西原
手賀沼里山クラブ	大井船戸古墳地	柏市大井	船戸古墳地における里山ボランティア	第1・3金曜日、第2・4土曜日	070-5554-7276 7175-7473	ボランティア	市内全域
柏豊四季くるるの会	新富近隣センター 和室1,2	柏市豊四季945-1	フレイル予防ミニ講座、意見交換、フレイル予防体操	第3土曜日13:00～14:30	04-7143-2791	サロン・通いの場	新富
ロコモ&スクエアステップ新青田	新青田ふれあい会館	柏市みどり台2-7-5	ロコモ体操、スクエアステップ	第1・3水曜日10:00～11:30	04-7131-6919	運動・スポーツ	西原
WIAサークル	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	社交ダンス	木曜日12:00～15:00	080-7892-9047	趣味の活動	藤心
高柳駅ロータリー花クラブ	高柳駅西口ロータリーと周辺歩道	柏市高柳1-1517-3	花壇の手入れ、植栽	第1・3水曜日9:00～11:00（月2回）	04-7191-8475	ボランティア	風早南部
あやめ会	手賀構造改善センター	柏市手賀712	ラジオ体操、フレイル予防体操	毎週水曜日	080-1191-9410	ボランティア	手賀
スタジオ幌凜心（ほろりんこ）	①スタジオ幌凜心 ②藤心近隣センター	①柏市増尾4-6-2 ②柏市藤心4-1-11	社交ダンス、フラダンス、卓球	10:00～14:00、木曜日12:00～15:00 社交ダンス：水・木曜日 フラダンス：金曜日 卓球：土・日曜日	080-1833-5646	運動・スポーツ	増尾・藤心
ご縁カフェ まつばR	ご縁カフェ まつばR	柏市松葉町4-10-B7	飲食、各種イベント（カラオケ、健康麻雀、ボーリング大会、ウォーキング、読書の会、歴史勉強会、音楽など）	毎週水曜日～日曜日	080-5034-7169	サロン・通いの場	松葉
ふれあいカフェ クルトコ	ふれあいカフェ クルトコ	柏市大津ヶ丘3-4-1-103	高齢者の通いの場	月～土曜日	04-7191-5775 (店) 090-2318-8949	サロン・通いの場 ボランティア	風早北部
柏の葉ボールウォーキングクラブ	ららぽーと柏の葉 北館3F（座学） 本館（実技）	柏市若柴175	ボールウォーキングの普及・啓発	第2・4月曜日 10:15～12:15（5月～10月） 13:15～15:15（11月～翌4月）	04-7140-5457	運動・スポーツ	西原 市内全域
介護・認知症の家族と歩む会	パレット柏・中央公民館等		介護、認知症予防、体験講座 など	不定期	090-5509-5398	社会参加 ボランティア	豊四季台 柏中央 市内全域
柏ふまねっとサポーターズ	①豊四季団地地域活動館 ②ラコルタ柏 ③日生オアシス柏豊四季	①柏市豊四季台4-1-3-21-108 ②柏市柏5-8-12 ③柏市旭町4-11-4	あみを踏まないようにゆっくり歩く運動	①毎月第3月曜日10:00～12:00 ②③毎月第4木曜日13:30～15:30	090-7904-5270	運動・スポーツ	豊四季台 旭町 柏中央
エリカ 太極拳の会	エリカスタジオ	柏市大井934-2	太極拳（ストレッチ）	①月・火・金曜日7:10～7:35 ②木曜日9:00～11:00	04-7191-7174	運動・スポーツ	風早北部

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
エリカ ロコモ体操	エリカ集会場	柏市大井934-2	ロコモ体操	第1・3木曜日14:00～15:15	04-7191-8592 090-8645-6451	運動・スポーツ	風早北部
エリカクラブ	スタジオエリカ	柏市大井934-2	高齢者の情報交換	毎月第1土曜日13:30	090-8857-8517	サロン・通いの場	風早北部
ビューティーペア	大津ヶ丘中央公園庭球場	柏市大津ヶ丘2-1	テニス	水・土・日曜日7:00～11:00	04-7191-4044	運動・スポーツ	風早北部
横断歩道指導・エンジョイパトロール	老人ホーム「あおいの里」前横断歩道	柏市大井988-1前横断歩道	横断歩道指導とエンジョイパトロール	月～金曜日6:45～8:20	080-1221-7847	ボランティア	風早北部
ふれあいストレッチ	エリカスタジオ	柏市大井934-2	身体全体のストレッチ	金曜日10:00～12:00	04-7193-5195	運動・スポーツ	風早北部
サロン・ド・ふれあい	スタジオエリカ集会室	柏市大井934-2 マンション沼南エリカ内	住民の親睦と介護予防	火曜日13:30～16:00	04-7193-0256	サロン・通いの場 ボランティア	風早北部
エリカマンション ラジオ体操の会	マンション沼南エリカ エリカ公園・スタジオエリカ	柏市大井934-2	ラジオ体操	7:00～7:20（正月三が日、雨天を除く）	090-4602-8071	運動・スポーツ	風早北部
エリカ ウクレレの会	エリカマンション・スタジオエリカ	柏市大井934-2	ハワイアンバンドの練習	第2・4木曜日13:00～16:00	04-7191-3606	趣味の活動	風早北部
エリカ 卓球会	エリカマンション集会室	柏市大井934-2	卓球	水・土曜日9:00～12:00	04-7191-3606	運動・スポーツ	風早北部
エリカ 健康マージャンの会	エリカサロン	柏市大井934-2	健康麻雀による脳及び手指等の活性化	毎週月曜日	04-7191-6983	趣味の活動	風早北部
地域活動館にて行う講座・イベント 等	地域活動会（豊四季団地商店会内）	柏市豊四季台4-1-3 コンフォール柏豊四季台21-106	カフェ、脳トレ認知サイズ、指ヨガ、ウォーキング、工作、音楽、認知症講座、習字等	イベントカレンダー参照 お問合せ下さい	04-7163-9000	運動・スポーツ サロン・通いの場 社会参加 趣味の活動 ボランティア	豊四季台
豊四季台ぐるるウォーク	地域活動館 豊四季台地域	豊四季台21号棟-106	ウォーキング	第2金曜日（1・8月は休み）	04-7163-3798 080-5064-4083	運動・スポーツ	豊四季台
柏市消費生活がたかりの会連絡協議会	バレット柏	柏市柏1-7-1-301	交流会、講座	第2月曜日	04-7163-3857	社会参加	柏中央
常盤台常友会	常盤台ふるさと会館	柏市ひばりが丘1-9	グランドゴルフ、囲碁、将棋、麻雀、カラオケ、医療講座、茶話会、誕生会、交流会、その他	活動種目によって異なります。 お問合せ下さい	090-4241-3000	運動・スポーツ 趣味の活動 ボランティア	富里
柏ふるさとフォレスト	①高田の森 ②高田野鳥公園 ③内野の森	①高田字東下ノ台1019 ②高田字東下ノ台1022 ③篠籠田字内野708	里山整備、貴重種保全、自然観察会など	第2～4水曜日10:00～14:00	04-7192-2410	ボランティア	高田・松ヶ崎
太極拳同好会	富里近隣センター	柏市富里2-4-4	太極拳	金曜日13:00～15:00	04-7173-8349	運動・スポーツ	富里
かしわ子ども未来学習会事業	柏市永楽台近隣センター	柏市永楽台2-11-25	小学4～6年生、中1対象の学習支援、子ども食堂	R3年6月11日～R4年3月11日まで 児童生徒との交流、子ども食堂（月1回）16:00～16:30 学習支援16:30～18:30	04-7163-1201	ボランティア	永楽台
ゆるポッチャ会	ほのぼのプラザますお	柏市加賀3-16-8	ポッチャ	第3金曜日13:30～15:00	090-8816-3875	運動・スポーツ	増尾
松葉第一公園を愛する会（ラジオ体操）	松葉第一公園	柏市松葉町1丁目	NHKラジオ体操	毎日朝6:30～	04-7132-8210	運動・スポーツ	松葉
大堀川の景観を良くする会	大堀川周辺		大堀川・河川敷の除草、ゴミ拾い	週1・2回（不定期）	090-9293-9261	ボランティア	高田・松ヶ崎 豊四季台
わいわいクラブ健康ブロック折り紙	地域活動館	豊四季台4-1-19	折り紙、体操	第2・4水曜日	04-7143-6332	運動・スポーツ 趣味の活動	豊四季台
むつみ会	千代田ふるさとセンター	柏市千代田2-7-21	ラジオ体操、交流会、サロン会	第1金曜日	04-7163-3857	運動・スポーツ サロン・通いの場	新田原
カシワ 藤ヶ谷ガーデン	藤ヶ谷ふれあいガーデン	藤ヶ谷ふれあい公園すぐそば	草取、花育成、水やり、お茶飲み	第2・4水曜日9:30～11:30	080-5456-1826	ボランティア	風早南部
柏市拡大写本サークル	柏市社会福祉会館 自宅		拡大教科書作成、校正、製本、発送	毎週火曜日	04-7175-0129	ボランティア	柏中央
社交ダンス・体操 ひぐらし	カラオケ＆ダンスホール ひぐらし	柏市光ヶ丘2-17-13	社交ダンス、体操	火～金曜日	080-1007-0451	運動・スポーツ	光ヶ丘
松ヶ崎中央公園ラジオ体操の会	松ヶ崎中央公園	柏市大山台1-31	集いの住民とラジオ体操を毎週します。	火曜日10:15～10:30 （7～9月9:15～9:30）	090-3006-6703	運動・スポーツ ボランティア	高田・松ヶ崎
GOGOウォーキング	市内全域、柏の葉公園		G O G Oウォーキング	月1回程度（不定期）	090-3345-8750	運動・スポーツ ボランティア	柏の葉 市内全域
ぴかっとサロン	光ヶ丘地域包括支援センター	柏市今谷南町4-20	初級ぴかっとネス（体操）、月間プログラム、お茶会	第4木曜日10:00～11:30	04-7173-5268	サロン・通いの場	光ヶ丘
柏市民健康ウォーキング	市内各所		ウォーキング	月1回程度（不定期）	090-3006-6703	運動・スポーツ ボランティア	市内全域
特別養護老人ホーム 柏きらりの風	特別養護老人ホーム 柏きらりの風	柏市西原2-9-1	お話相手、入浴後のドライヤーかけ、軽スポーツ、歌、レクなどの手伝い		04-7154-5201	ボランティア	西原
涼デイサービスセンター	涼デイサービスセンター	柏市西原3-2-51	お話相手、入浴後ドライヤーかけ、軽スポーツ、歌、レクなどの手伝い		04-7154-5201	ボランティア	西原
宮前手賀クラブ（グランドゴルフクラブ）	柏ふるさと公園	柏市柏下字東4	グランドゴルフ クラブ体操～メンバーを決める、ゲームを行う、8ホールを4回行う	毎週木曜日	04-7189-7828	運動・スポーツ	柏中央
ふれあいサークル わくわく健康体操	マルエツ広場		ラジオ体操	月～金曜日7:00～7:30	090-5579-4586	運動・スポーツ	松葉
ふるさと協議会 ガーディアン・ハート	高柳近隣センター 駐車場ガーデン	柏市高柳1652-10	ガーデンの園芸ボランティア	第1・3火曜日9:30～11:30	04-7191-5420	ボランティア	風早南部

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
新柏ふれあいサロン	サンパセオ新柏 管理棟	柏市新柏1-12-1	①ふれあいサロン：出前講座の受講と交流会、(年1回フレイルチェック実施) ②ラジオ体操：DVDのラジオ体操第1・2、みんなの体操を見ながら実施	①ふれあいサロン：第3月曜日 ②ラジオ体操：毎週月曜日9:00～	04-7128-7800	運動・スポーツ サロン・通いの場	増尾
もっともっとウォーク 柏の長屋門めぐり パートⅡ	手賀の杜～染谷邸～将門神社～道の駅～福満寺		ウォーキング	4月22日(木曜日) 9:30～	090-3345-8750	健康づくり(健診・相談含)	手賀
サロン わかば会	東中新宿ふるさとセンター	東中新宿1-22-20	体操、交流、情報交換 等々	第2水曜日13:00～15:00	04-7169-7648	サロン・通いの場	光ヶ丘
たんぽぽの会	つくしが丘ふるさと会館	つくしが丘1-1-9	講師を呼んでの講座、手作り、映画鑑賞、バス研修	第2火曜日13:00～15:00	04-7108-5709	サロン・通いの場 ボランティア	光ヶ丘
緑サークル	藤心近隣センター	藤心4-1-11	社交ダンス、カラオケ	毎週火曜日	090-2734-9901	運動・スポーツ	藤心
増尾ダイヤモンドクラブ	増尾ふるさと会館・他	柏市増尾4-1-33 他	ピンポン、うたごえサークル、園芸、グラウンドゴルフ 等	園芸、ボーリング：月曜日 ピンポン：火曜日 健康麻雀：水曜日 書道部：木曜日 ダーツ・吹矢：金曜日 うたごえサークル：土曜日 社交ダンス、カラオケ、囲碁将棋：日曜日 グラウンドゴルフ：水、木、日曜日 その他活動はお問合せ下さい	080-1043-5317	運動・スポーツ 社会参加 趣味の活動 ボランティア	増尾
ブチカル柏の葉	ブチカル柏の葉	柏市柏の葉2-3-27	空き家を活用した健康づくりと学びの場(脳トレ健康麻雀、ヨガ教室、地域のお茶の間など)	月～金曜日10:00～17:00	04-7100-8439	趣味の活動 ボランティア	柏の葉
民家ギャラリー結	民家ギャラリー結	柏市松葉町2-12-3	健康体操、太極拳、デジカメ教室	月～金曜日10:00～16:00	04-7134-7201	サロン・通いの場	松葉
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事務所 他	柏市柏6-4-24-7F 他	体験農園・援農勉強会、コミュニティ食堂、柏シニア英語サポート、わいわいサロン、シニア向け講演会、脳トレ健康麻雀講座、ホームページ制作講座 活動日時、場所等についてはホームページを参照 <a href="https://www.secondlifefactory.org/">https://www.secondlifefactory.org/</a>	活動日時、場所等についてはホームページを参照 <a href="https://www.secondlifefactory.org/">https://www.secondlifefactory.org/</a>	04-7100-8023	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含) 社会参加 生涯学習 趣味の活動	市内全域
大島田里山クラブ	大島田交差点近くの里山	柏市大島田440-1の裏の小高い丘 (沼南ひまわりプラザ裏の小高い丘)	大島田の里山(約6500㎡)の雑木林で樹木・草花・散策路の整備・保全活動を行っている。	第1・3火曜日、第2・4木曜日	04-7193-7456	ボランティア	風早北部
吉田記念テニス研修センター	吉田記念テニス研修センター	柏市花野井936-1	テニスの普及(テニス教室、選手の育成、イベント、トーナメント等)	毎日	04-7134-3030	運動・スポーツ ボランティア	田中
一般社団法人 生きる	特別養護老人ホーム ひかり隣保館 多目的ホール	柏市十余二175-42	通いの場事業を実施し、仲間づくり・介護予防をめざし、健康保持に心がけていく。 通いの場事業の一環としてロコモ生き生き体操を実施	お問合せ下さい	090-1844-9481	サロン・通いの場 ボランティア	柏の葉
手賀里山再生プロジェクト	柏市手賀の休耕地と畑	柏市手賀847番地 他	休耕地を再生して、自然に優しい実り豊かな畑を蘇らせるプロジェクト。開墾から農業ができるように多様な活動全般	随時	04-7157-0280	ボランティア	手賀
笑いヨガくらぶタンタン	柏市教育福祉会館2F 活動室	柏市柏5-8-12	笑いヨガくらぶタンタン講座及び研修会、ビデオ作成(ボランティア)	毎月第1水曜日9:00～13:00	04-7139-7507	健康づくり(健診・相談含) 社会参加 ボランティア	西原 富勢 松葉 高田・松ヶ崎 豊四季台 新富 光ヶ丘 酒井根 南部 藤心 増尾
ロコモフィットひばりが丘	ひばりが丘ふるさと会館	柏市ひばりが丘18-14	ロコモフィット	第2・4土曜日9:45～12:00(月2回)	080-5402-7090	運動・スポーツ	永楽台
南増尾地区防犯パトロール	土南部小学校及び酒井根小学校通学エリア	南増尾1～8丁目、青葉台1～2丁目、逆井3丁目、増尾台4丁目	月～金曜日 小学生下校時の見守り活動(防犯・交通安全) 土曜日 青色パトロール	月～金曜日15:00～16:00 各曜日月2回 土曜日16:00～17:30 月2回	090-2422-7875	ボランティア	南部
なばな会	①和になろう：香取台ふるさと会館 ②オリーブの集い：逆井ふるさと会館 ③花水木：藤心ふるさと会館 ④豊四季台・ラコルタ柏	①香取台ふるさと会館：松ヶ崎1170-287 ②逆井ふるさと会館：逆井515-1 ③藤心ふるさと会館：藤心340-4	認知症予防	①第1木曜AM ②第1・3金曜日AM ③第2木曜日AM ④第2・4土曜日AM・PM	04-7175-5879 080-1246-0324	介護予防全般	高田 豊四季台 柏中央 南部 藤心
新緑会	①柏の葉教室：柏の葉公園センター ②根戸教室：根戸近隣センター ③松葉教室：松葉近隣センター ④沼南教室：沼南社会福祉センター ⑤スタジオMAO		介護予防、健康体操	①柏の葉教室/第2・4月曜日 14:00～ ②根戸教室/毎週火曜日 10:00～ ③松葉教室/第2・4水曜日 10:00～ ④沼南教室/第3水曜日、第1金曜日 13:15～ ⑤スタジオMAO/第2・3・4・5金曜日 13:00～	メールでお問合せ下さい	運動・スポーツ	柏の葉 富勢 松葉 増尾 風早北部
脳活クラブ	光ヶ丘近隣センター	光ヶ丘団地200-5	ストレッチ体操、脳トレーニング	毎週金曜日	04-7172-7302	運動・スポーツ	光ヶ丘

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
下田の杜里山フォーラム	酒井根下田の森緑地	酒井根6-5	下田の杜, 里山の保全活動 ゴミ拾い, 田畑, 森の手入れ, 草刈り, 落ち葉はきなど	原則毎月第2・4日曜日9:00~12:00	090-5322-4062	ボランティア	酒井根
ピラティスサークル	加賀ふるさと会館	加賀3-16-9	マットを使ってピラティス	各月第3月曜日	04-7176-3872	運動・スポーツ	増尾
ひばりが丘町会 グラウンドゴルフサークル	日立台公園及び広場	日立台1-662-62	グランドゴルフ, 健康体操 (ラジオ体操), フレイル研修会 等	毎週木曜日9:00~11:00	04-7167-0317	フレイルチェック 運動・スポーツ 介護予防全般 健康づくり (健診・相談含) サロン・通いの場 趣味の活動	永楽台
永楽台囲碁愛好会		永楽台2-11-25	囲碁愛好者の技量の向上と親睦を図り、健康の保全とより豊かな生活を営む事を目的とする	12:00~15:00 (曜日不定期開催)		趣味の活動	市内全域全域
まちの健康研究所「あ・し・た」	ららぽーと柏の葉 北館 3F	若柴178-4	運動・食・美容アドバイス、運動・食 ミニ講座、体組成等測定、肩・腰・ひざの相談室、 ポールウォーキング体験教室、その他イベント (おりがみさろん、ミニ遠足、子育て支援等)	年末年始以外10:00~18:00	04-7197-7713	社会活動 ボランティア	柏の葉
フィットネスジム スマートフィット100南柏店	スマートフィット100南柏店	南柏1-2-1 飯塚ビル2F	会員制のフィットネスジム (運動, スポーツ施設)	年中無休 (24時間営業)	070-1642-0407	運動・スポーツ	光ヶ丘
沼南グランドゴルフ会	手賀の丘公園運動場 (ゲートボール場)	片山275	グランドゴルフ	毎週月, 金曜日13:00~15:00	080-3386-1901 04-7191-1655	運動・スポーツ	手賀
スマイル会	日立台公園	日立台1-2	ラジオ体操	朝6:00~6:40	04-7164-3253	運動・スポーツ	永楽台
光東クラブ	光ヶ丘東部町会集会所 他	東中新宿1-3-7	月例会 (介護予防講座等), 防犯パトロール, グランドゴルフ	月例会 (介護予防講座等) ...毎月第3木曜日13:00~14:00 防犯パトロール...14:00~16:00 グランドゴルフ...毎週金曜9:00~11:00	04-7172-1449	運動・スポーツ 介護予防全般 ボランティア	光ヶ丘
サンエミジュ柏	活動日時参照		①光ヶ丘ポールウォーキングクラブ (月会費1000円) ②ノルディック・ウォーク体験教室 (参加費500円) ③④定例ウォーキング (無料)	①ポールウォーキング: 第2,3火曜日15:00~16:45(他不定期で月1,2回): 光ヶ丘近隣センター、光ヶ丘中央公園周辺 (月会費1000円) ②ノルディック・ウォーク: 第4水曜日9:15~11:30: 中原ふれあい防災公園 (参加費500円) ③はつらつウォーキング: 第1,3水曜日10:00~11:30: 光ヶ丘近隣センター、光ヶ丘中央公園周辺 (無料) ④のびのびウォーキング: 第2金曜日10:00~11:30: 光ヶ丘近隣センター、光ヶ丘中央公園周辺 (無料)	090-2255-5629	運動・スポーツ 社会参加	光ヶ丘
フレイル予防合同ウォーキング北部地域グループ	柏市内・市外	柏市内の駅・公共施設集合	柏市内・外をフレイル予防の為、1回に5~7km程度歩きます。活動時間は2~3時間。 <令和3年10月5日(火)「旧手賀教会見学と彼岸花ウォーキング6km」> 集合: 手賀の丘公園どんぐりの家9時30分集合 募集: 60歳以上20名 (WS: 4人参加) <令和4年3月中旬予定> 場所、その他未定	不定期 (春, 秋, 冬)	080-4113-3232	運動・スポーツ	市内全域
あすなろ会	緑ヶ丘会館	緑ヶ丘24-28	自彊術の31動作 手もみ・足もみ など	毎週火曜日13:00~15:00	04-7143-8108	健康づくり (健診・相談含) 社会参加	富里
三小ラジオ体操サークル	柏第三小学校校庭	若葉町4-54	ラジオ体操 6時頃から各自校庭の遊具でストレッチ	毎日 (雨と雪は休み)	04-7164-2160	運動・スポーツ 健康づくり (健診・相談含) 社会参加	富里
ヨーガの会	ひばりが丘ふるさと会館	ひばりが丘18-14	高齢者の健康のためのヨーガ	毎月第3・5土曜日10:00~11:00	080-5402-7090	健康づくり (健診・相談含) 社会参加	永楽台
サロン「和 (なごみ)」	南増尾町会ふるさと会館1,2F	南増尾3-20-30	コーヒータ임을挟んで歌声喫茶 (カラオケ) 自彊術、健康講話、クイズ、川柳、押し花、健康マージャン、踊り など	第2金曜日13:00~15:00	04-7175-0993	健康づくり (健診・相談含) サロン・通いの場 社会参加	南部
土小パトロールの会	柏市立土小学校周辺	増尾4-1 柏市立土小学校	児童見守り、パトロール 等	朝7:00~8:00 下校時14:30~15:30, 15:30~16:00	04-7103-1030	ボランティア	増尾
花と緑の街 高柳でんしゃ公園ガーデン	高柳でんしゃ公園花壇	高柳2-16-14	草花の剪定、植付、雑草取り など	毎月第2,4木曜日	04-7191-7126	社会参加 ボランティア	風早南部

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
布施新町いきいきネットワーク活動グループ ①ふれあいバトロールの会 ②草花で街を明るくする会 ③ふれあい健康体操の会 ④布施新町ものがたり広場 ⑤布施新町みらいプロジェクト ⑥布施新町脳トレ麻雀クラブ	布施新町内公園 ふるさとセンター 訪問看護ステーション 事業によります。詳細お問合せ下さい		①ふれあいバトロールの会 防犯バトロール（月・水・金17:00～17:30） 町内夏祭りの運営支援、ふるさとセンターの庭管理 ②草花で街を明るくする会 町内4公園で花壇造成管理 花壇管理（毎週火、金曜日10:00～花壇の水やり管理） 研修会（草花種まき講習会、園芸知識の向上、ふれあい促進） ③ふれあい健康体操の会 みんなで一緒にフレイル予防体操・脳トレ体操 3公園で体操（火曜日：第2公園、水曜日：第5公園、金曜日：第3公園/9:30～10:00） ④布施新町ものがたり広場（第1,3火曜日 第2,4金曜日10:00～15:00開催） 気軽なおしゃべりタイム、ハーモニカ・キーボード・三味線で合唱、フラダンス、健康体操、健康講座 ⑤布施新町みらいプロジェクト 全世代を対象として長期を見据えた明るい元気なまちづくり、みんなの広場、ぶらり夢プラザ、超高齢社会の新しいコミュニティづくりのモデル事業として東京大学高齢社会総合研究機構（IOG）、柏市、社会福祉協議会の支援事業 ⑥布施新町脳トレ麻雀クラブ 脳トレでフレイル予防・認知症予防、上級・中級・初中級・入門コースのレベルに応じて毎週火・水曜日午後実施	活動内容に記載	①7134-4846 ②7131-9695 ③7132-8851 ④7133-1658 ⑤7169-5800 ⑥7131-2069	運動・スポーツ 介護予防全般 健康づくり（健診・相談） サロン・通いの場 社会参加 趣味の活動 ボランティア	富勢
柏市防災安全課 防犯力向上事業	不特定	市内	A n A nの集い、市民バトロール、防犯講座、防犯診断	柏市防災安全課にお問合せしてください	04-7167-1115	社会参加 ボランティア	市内全域
ひばり会事業	①ひばりが丘ふるさと会館 ②日立台公園	①ひばりが丘18-14 ②日立台1-2	ラジオ体操、交流会、グランドゴルフ、ウォーキング 他	ラジオ体操：毎日 交流会：月1回 第3金曜日 10:00 グランドゴルフ：週1回 木曜日 9:00 ウォーキング：月1回 他	090-1764-1537	運動・スポーツ 介護予防全般 サロン・通いの場 社会参加 ボランティア	永楽台
サロン会 ひかり会	光ヶ丘東部町会 集会所	東中新宿1-3-7	茶話会、食事会、講話、交流会	第4月曜日	04-7172-1449	サロン・通いの場	光ヶ丘
健康体操の会（畠里近隣センター）	新富近隣センター	豊四季945-1	ロコモ体操、筋トレ、音楽に合わせての運動、ミニバンスポール運動	毎週火曜日9:30～11:00（毎週行っているが抽選が外れた場合は活動なし）	080-3003-4653	運動・スポーツ 介護予防全般	新富
大堀川の水辺をきれいにする会	大堀川流域	柏市高田～篠籠田～松ヶ崎～北柏	川掃除、草刈	毎月1回9:00～11:00 当会のホームページに告知	090-3436-9724	社会参加 ボランティア	富勢 高田・松ヶ崎 豊四季台
虹の会	大津ヶ丘コミュニティセンター	柏市大津ヶ丘2-27-1	体操、折り紙、演奏会など	毎月第3水曜日10:00～12:00	04-7191-0431	サロン・通いの場 ボランティア	風早北部
ティグテニス柏	ティグテニス柏	篠籠田1405-2	テニスレッスン、テニスクラブ活動	9:00～21:00（ただし、年末年始、お盆、指定休日を除く）	04-7170-1913	運動・スポーツ	新富
酒井根親交クラブ	酒井根町会会館	酒井根48-3	グランドゴルフ、輪投げ、踊りなど	グランドゴルフ/日曜日9:50～10:30 輪投げ/水曜日13:00～15:00 おどり/第2火曜日	04-7139-2438	運動・スポーツ 趣味の活動	酒井根
盆踊りひまわりの会	酒井根町会会館	酒井根48-3	健康体操、盆踊りなど	第1・3土曜日14:00～16:00	04-7176-0747	運動・スポーツ ボランティア	酒井根
ゆっくりウォーキング	リフレッシュプラザ柏、中原ふれあい防災公園ほか		ウォーキング	リフレッシュプラザ 毎月第3火曜日10:00～11:30 中原ふれあい防災公園 毎月第4木曜日10:00～11:30 ポコポコ 毎月1回 他 お問合せ下さい	04-7173-6061 09-5329-0048	運動・スポーツ ボランティア	光ヶ丘、南部、市内全域
柏ビレジ新樹会	柏ビレジ近隣センター、自治会館ほか	お問い合わせ下さい	ハイキング、グランドゴルフなど	お問い合わせください	080-4139-3511	運動・スポーツ 趣味の活動 ボランティア	田中
サンサンクラブ	柏市しいの木台公園	柏市しいの木台2-11	ラジオ体操、フレイル健康体操	月曜日10:00～11:30	090-2466-8395	運動・スポーツ 社会参加	風早南部
レインボー	野沢第三公園	柏市南逆井6-16	花の水やり、公園掃除	不定期	080-1369-7708	社会参加 ボランティア	南部
ロコモフィットK	加賀ふるさと会館	柏市加賀3-16-9	ロコモ運動	第1・3金曜日12:00～15:00	04-7173-7378	運動・スポーツ 社会参加	増尾
新富ことぶき会（グランドゴルフ）	旭町ゲートボール場	柏市旭町8-5-44	グランドゴルフによる健康維持、及び親睦	火・水・金・日曜日9:00～12:00	04-7146-1179	運動・スポーツ 健康づくり（健診・相談）	旭町
新富ことぶき会（町内バトロール）	新富町集会所	柏市豊四季945-1	町内バトロール	第4木曜日9:30～12:00	04-7146-1179	ボランティア	新富
新富ことぶき会（清掃）	新富近隣センター	柏市豊四季945-1	稲荷神社、周辺清掃	第2土曜日10:00～11:30	04-7146-1179	ボランティア	新富
新富ことぶき歩みの会	市内及び市外	詳細はその都度決定。お問い合わせ下さい。	市内及び市外・名所散策、健康維持、親睦、交流	月1回。日時はその都度決定。お問い合わせ下さい。	04-7146-1179	運動・スポーツ 健康づくり（健診・相談）	新富 市内全域
新富ことぶきダーツの会	新富町集会所	柏市豊四季945-1	ダーツでボケ防止と健康維持、親睦	第2・4火曜日13:00～16:00	04-7146-1179	健康づくり（健診・相談） 趣味の活動	新富



事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
新富ことぶき民舞の会	新富近隣センター	柏市豊四季945-1	芸能大会, 夏祭り等の踊り, 日頃の練習で健康維持, 及び親睦, 交流	毎月2回。 開催計画が明らかになると回数が増える。 不定期。お問い合わせ下さい。	04-7146-1179	健康づくり(健診・相談含) 社会参加 趣味の活動	新富
逆井・藤心地域通いの場	逆井駅西口カフェ ひだまり	柏市逆井1-1-18	逆井・藤心地域通いの場	火・水・土・日曜日10:00～15:00	04-7169-0735	サロン・通いの場 ボランティア	藤心
若葉会	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	体操, 盆踊り振興	第2・4月曜日15:00～17:00	090-9974-1654	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含) 社会参加	藤心
高齢者対象交通安全教室	不特定	市内	交通事故防止対策についての講話, DVD上映。詳しくは下記ページ参照下さい。 <a href="https://www.city.kashiwa.lg.jp/kotsushisetsu/ranran/demaekoza/2023.html">https://www.city.kashiwa.lg.jp/kotsushisetsu/ranran/demaekoza/2023.html</a>	不定期 ※実施場所, 活動日, 活動時間についてはホームページをご参照下さい。	04-7167-1304	社会参加 生涯学習	市内全域
健康体操の会	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	ラジオ体操, 交流会, 情報交換	火曜日15:00～18:00	080--1212-6154	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含) 社会参加	藤心
ぶらっとサロン		柏市大津ヶ丘1-54 大津ヶ丘第三住宅集会所	高齢者サロン(体操, 茶話会等)	第1水曜日(1月は除く)	04-7191-6033	サロン・通いの場	風早北部
ふれあいサロンちよちゃんの家		柏市大津ヶ丘1-36-9	高齢者サロン(体操, 茶話会等)	毎月第2金曜日, 第4月曜日	04-7191-6033	サロン・通いの場	風早北部
ふれあいサロンほっこり		柏市大津ヶ丘1-54 団地集会所	高齢者サロン	第2水曜日	04-7191-7220	サロン・通いの場	風早北部
ラクラリズム体操	①旭東小学校体育館 ②旭町近隣センター和室3	①旭町5-3-9 ②旭町5-3-32	健康体操	①毎週土曜日11:15～12:15 ②毎週木曜日9:30～10:30, 10:45～11:45	090-9943-2071	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含)	旭町
美学講座 寒い冬もほかほか! 心も身体も温まる温活	パレット柏	柏市柏1-7-1-301Dayone タワー3F	健康講座(入浴法, 食事等)ストレッチ, セルフマッサージ	2021年11月8日	04-7157-0230	健康づくり(健診・相談含) 社会参加	富里
健康ヨガ体操	スタジオMAD(杉山眼科ビル1F)	柏市加賀3-19-5	ヨガ, 体操	土曜日10:30～11:30	04-7172-5553 090-2151-4230	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含)	増尾
松葉第一公園を愛する会(太極拳)	松葉第一公園	柏市松葉町1丁目	24式太極拳	冬 6:40～7:10 夏 6:00～6:30 (雨天を除く毎日)	04-7132-5389	運動・スポーツ	松葉
酒井根東親寿会	酒井根東町会ふるさと会館	柏市酒井根2-38-18	グランドゴルフ, 輪投げ	グランドゴルフ:毎週火曜日 10:00～11:30 輪投げ:毎週金曜日 13:30～15:00	04-7172-6116	運動・スポーツ	酒井根
スマートフィット100 柏店	NTTビル1F	柏市泉町1-31	24時間フィットネスジム	毎日	047-128-9500	運動・スポーツ	富里
ロコモ・フレイル健康体操	旭町近隣センター体育室	柏市旭町5-3-32	ロコモ・フレイル健康体操	令和3年12月5日(日) 10:30～11:30	090-9943-2071	運動・スポーツ	旭町
ひまわり	障害者活動センター	柏市5-8-12 教育福祉会館 1F	体操	第1土曜日と第4木曜日 9:30～12:00	04-7133-9319	運動・スポーツ	柏中央
3丁目ひなたぼっこサロン	グランシティ大津ヶ丘 集会所	柏市大津ヶ丘3-17 グランシティ大津ヶ丘内	体操, 脳トレ, 手遊び等	第2月曜日10:00～11:00 祝日の時は第3月曜日 8月は休み	04-7193-4096	サロン・通いの場	風早北部
今でしょ教室	①西十余二第2公園 ②西原第6町会ふるさと会館		①ラジオ体操 ②筋トレ(柏口口トレ) ③健康散歩	①火, 木, 土曜日:7:00～7:30 ②水, 金曜日:10:00～11:30	04-7186-7035	運動・スポーツ	西原
ロコモ体操・新田原	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	フレイル予防の為の体操	第1・2・4火曜日9:45～11:45	04-7191-1353	運動・スポーツ	新田原
「カシニワ」花壇のお世話	イオンモール柏	柏市豊町2-5-25	イオンモール柏敷地内で「カシニワ」に登録している花壇のお世話	毎日(各日2名まで参加)10:00～21:00 年末年始等, 館の営業時間に合わせて変更有	04-7142-5000	社会参加	富里
旭わくわくクラブ	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	11サークル ①卓球②ショートテニス③グランドゴルフ④囲碁⑤将棋⑥健康マージャン⑦コーラス⑧カラオケ⑨ウクレレ⑩盆栽教室⑪健康体操	①火曜日13:00～15:00②木曜日13:00～15:00③第1,2,3,5土曜日13:00～15:00・第2,4日曜日9:30～11:30 ④水曜日9:00～12:00⑤第2,4金曜日9:00～12:00⑥第1,2,4月曜日12:00～17:00⑦第2,4火曜日10:00～12:00 ⑧第2,4水曜日12:00～15:00⑨第1,3金曜日12:00～15:00⑩第3日曜日9:00～12:00⑪第1,3金曜日10:15～11:15	090-9943-2071	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含) 趣味の活動	旭町
藤心地域ふるさと協議会 環境部 虹色はな倶楽部	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	花壇整備, 講座	第1金曜日, 第3水曜日:9:30～11:30	090-6349-2721	社会参加 ボランティア	藤心
あさひシニアボランティア活動	気象大学前, 旭町交番前(歩道, 地下道)	旭町1丁目, 4丁目	歩道, 地下道の掃除	第2火曜日(気象大学前), 第3木曜日(旭町交番前): 9:30～12:00	04-7143-2791	ボランティア	旭町
花育ボランティア	旭町近隣センター, 旭東小学校	旭町5-3-32, 旭町5-3-9	環境整備, 花育ガーデニング	第1金曜日13:00～15:00	04-7143-2791	ボランティア	旭町
カフェあさひ	旭町近隣センター内	柏市旭町5-3-32	カフェ活動(居場所として情報交換会)	第3日曜日12:00～15:00	04-7143-2791	サロン・通いの場 社会参加	旭町
日進月歩卓球クラブ	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	卓球	水・金・土曜日15:00～17:00	04-7167-9611	運動・スポーツ	新田原
酒井根東ロコモ体操教室	酒井根東ふるさと会館	酒井根2-38-18	ロコモ体操	第2・4土曜日14:00～16:00	04-7174-3117	運動・スポーツ	酒井根
フェニックス卓球クラブ	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	卓球	水曜日9:00～11:00	04-7143-4320	運動・スポーツ	旭町
西原第六町会民謡おどり会	西原第六町会ふるさと会館	柏市西原5-9-6	柏おどりや全国的に有名な民謡を踊って町会員の交流を図っています	第2・4土曜日10:00～12:00	04-7169-2772	趣味の活動	西原

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
レインボー飛鳥カントリーダンスクラブ	柏中央公民館	柏市柏5-8-12	カントリーダンス	月曜日9:00～12:00 (流山学習センター) 火曜日9:00～11:00 水曜日9:00～11:00 (流山学習センター) 木曜日9:00～11:00 12:00～15:00 (柏ピレッジ) 金曜日9:00～11:00	04-7192-2455	運動・スポーツ 社会参加 ボランティア	柏中央、市内全域
松寿会 (グランドゴルフ)	旭町近隣センター, 旭町ゲートボール場	柏市旭町8-5-44	ラジオ体操, 交流会, 定例会, グランドゴルフ, ボランティア (清掃, ゴミ拾い)	月～日曜日 午前中 (9:00～12:00) : グランドゴルフ	04-7145-1589	運動・スポーツ 社会参加 ボランティア	旭町
松寿会 (ゲートボール)	旭町近隣センター, 旭町ゲートボール場	柏市旭町8-5-44	ラジオ体操, 交流会, 定例会, ゲートボール, ボランティア (清掃, ゴミ拾い)	月～日曜日 午後 (13:00～17:00) : ゲートボール	04-7145-1589	運動・スポーツ 社会参加 ボランティア	旭町
豊四季台クラブ	豊四季台近隣センター	柏市豊四季台1-1-116	月例会, グランド清掃 他	月, 土曜日9:00～18:00	04-7144-9107	社会参加 ボランティア	豊四季台
富寿会	富士見町ふるさと会館, 新富近隣センター	柏市豊四季124-7	定例会, グランドゴルフコンペ, カラオケ	第2土曜日, 土・日曜日11:00～14:00	04-7145-6360	趣味の活動	新富
柏市ゲートボール協会	高田運動広場, 旭町運動広場, 新富近隣センター	柏市旭町8-5-44 (ゲートボール場)	ボランティア: 草むしり, 枝切り, ゲートボール	高田コート: 第1水, 金曜日9:00～16:00, 9:00～17:00 旭町コート: 月, 火, 水, 金, 日曜日12:00～16:00	04-7143-3460	運動・スポーツ ボランティア	新富、旭町、高田・松ヶ崎
親和クラブ	高田運動広場, 旭町運動広場, 新富近隣センター	柏市旭町8-5-44 (ゲートボール場)	ゲートボール, グランドゴルフ, グランド整備, 競技練習, ボランティア活動 定例会・セミナー (新富近隣センター)	月, 火, 水, 金, 日曜日 9:00～11:30 : グランドゴルフ 13:00～16:00 : ゲートボール	04-7144-9325	運動・スポーツ ボランティア	新富、旭町、高田・松ヶ崎
南柏第一クラブ	旭町運動広場, 第一住宅公園, 旭町近隣センター, 新富近隣センター	柏市旭町8-5-44 (旭町運動広場)	ラジオ体操, 定例会, グランドゴルフ, 草取り	火・金曜日 旭町 (グランドゴルフ) 9:00～12:00	04-7144-7631	運動・スポーツ ボランティア	新富、旭町
スポーツウェルネス吹矢	リフレッシュプラザ, 富里近隣センター, 永楽台近隣センター, 藤心近隣センター, 根戸近隣センター	柏市	吹矢の実技, 呼吸法の訓練	不定期 お問い合わせ下さい	090-4422-0330	運動・スポーツ	富里、永楽台、藤心
ヤックスドラッグ 柏たなか店	ヤックスドラッグ 柏たなか店	柏市小青田5-1-1	管理栄養士による体組成計による健康測定会。測定結果について管理栄養士が説明致します。	開催日時について店頭またはホームページに掲載。 <a href="http://www.yacs.jp">http://www.yacs.jp</a>	043-248-0089	運動・スポーツ 健康づくり (健診・相談含)	田中
ヤックスドラッグ 柏光ヶ丘店	ヤックスドラッグ 柏光ヶ丘店	柏市光ヶ丘2-23-1	管理栄養士による体組成計による健康測定会。測定結果について管理栄養士が説明致します。	開催日時について店頭またはホームページに掲載。 <a href="http://www.yacs.jp">http://www.yacs.jp</a>	043-248-0089	運動・スポーツ 健康づくり (健診・相談含)	光ヶ丘
豊四季朗読クラブ	豊四季台近隣センター	柏市豊四季台1-1-1	朗読を通じて懇親をはかる	第2・4火曜日 12:00～15:00	04-7146-0636	趣味の活動	豊四季台
GoGOウォーキング	柏駅南口集合 その後移動		5km～7kmのウォーキング	お問合せ下さい	080-6667-4668	運動・スポーツ	旭町
歩こう会	柏西口地域包括支援センター前集合	柏市豊四季台1-3-1	ウォーキング	毎週木曜日9:30～集合	04-7142-8008	運動・スポーツ	豊四季台
早朝体操・太極拳の会	松葉町第三公園	柏市松葉町三丁目	ラジオ体操第一・第二, 太極拳 2回	月・水・金曜日6:30～7:00 ※祝日, 冬休み (12月中旬～2月末), 夏休みはなし ※令和4年度は3月から開始です ※申し込みは必要ありません。直接公園にお越し下さい。	04-7179-5500	運動・スポーツ	松葉
豊サークル	豊四季台近隣センター体育館	柏市かやの町2-65	卓球	金曜日9:00～11:00	04-7144-9178	運動・スポーツ	豊四季台
パソコン火曜会	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	パソコン講座	火曜日13:00～14:30	090-6041-3868	趣味の活動	新田原
パレット柏健康・福祉フォーラム	パレット柏	柏市柏1-7-1-301	市民団体による健康・福祉に関するイベント実施	1/30 10:00～17:00	04-7157-0280	社会参加	旭町
柏新田原太極拳	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	太極拳	金曜日9:30～12:00	04-7163-4377	運動・スポーツ	新田原
トリニティ英会話	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	英会話	月曜日9:00～12:00	04-7163-4377	趣味の活動	新田原
バラの会	松葉4丁目集会室	柏市松葉町4-1-18	体操	水曜日9:30～12:00 第1, 3, 5水曜日	04-7133-9319	運動・スポーツ	松葉
柏囲碁愛好会の旭町地区在住の愛好家の集い	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	囲碁を通して会員相互の親睦を図る。基本は柏囲碁愛好会のメンバーで構成	金曜日9:00～15:00	090-4374-5992	趣味の活動	旭町
柏ジャズトリオ オケストラ定期演奏会	柏市民文化会館 大ホール	柏市柏下107	オケストラ演奏会	2022年3月20日 13:30～15:30	090-9822-8554	社会参加	柏中央
ひだまりサロン寺山	寺山ふるさと会館	柏市布施1608	健康体操, 脳トレ体操, 音楽鑑賞, 歌唱, 情報交換等	第3木曜日13:00～15:00	090-9818-5547	サロン・通いの場 ボランティア	富勢
ロコモ沼南	ひまわりプラザ, 沼南近隣センター		ロコモ予防運動	第2,4金曜日 14:00～15:00 第1,3火曜日 14:00～15:00	090-9943-2071	運動・スポーツ	風早北部
みどり台ゲートボール同好会	いせはらふるさと公園 (常磐高速道路の上)	柏市伊勢原1-3	試合前の準備運動 (ラジオ体操等) 試合 (1試合30分・5試合消化)	毎週火, 木曜日 9:00～12:00 (通年)	080-7656-2108 04-7115-0106	運動・スポーツ	西原
関吟柏会	旭町近隣センター 会議室A	柏市旭町5-3-32	漢詩, 和歌, 俳句, 新体詩の吟詠	第2,4水曜日 12:00～15:00	04-7143-4586	趣味の活動	旭町
ピンポンクラブ	旭町近隣センター 体育室	柏市旭町5-3-32	ラジオ体操後初心者で練習	金曜日13:00～15:00	04-7143-4586	運動・スポーツ	旭町
関吟富里会	富里近隣センター	柏市富里2-4-4	漢詩, 和歌, 俳句, 新体詩の吟詠	第2,4土曜日 12:00～15:00	04-7143-4586	趣味の活動	富里
柏市ゲートボール協会 練習会と月例大会及び春秋大会の実施 (運営)	柏市高田運動広場 B面	柏市高田448 (高田小学校の隣り)	練習会, 4～5ゲーム, 事前の準備運動, 入門講座, 審判員資格試験・勉強会	金曜日9:00～12:00 月例大会は水曜日	04-7115-0106 080-7656-2108	運動・スポーツ	高田・松ヶ崎
永楽会	名戸ヶ谷運動広場		グランドゴルフ	火・木曜日9:00～12:00	04-7166-5707	運動・スポーツ	永楽台
ラジオ体操の会	十余二第1公園 (緑地)	柏市西原3-5-14	ラジオ体操, テレビ (みんなの) 体操, 脳トレ運動等	土・日曜日7:00～	04-7115-0106	運動・スポーツ	西原
陳氏太極拳同好会・東葛教室	増尾近隣センター, 旭町近隣センター, リフレッシュプラザ	柏市増尾3-1-1, 旭町5-3-32, 南増尾58-3	陳氏太極拳	水曜日 11:00～13:00 ※練習日時必ず確認のこと	090-4422-0330	運動・スポーツ	旭町、南部、増尾
柏市朗読奉仕サークル	うめ柏 (教育福祉会館) 2F	柏市柏5-8-12	視覚障がい者のための朗読奉仕活動 CD制作及び発送, 対面朗読, 例会	お問い合わせください	04-7164-1804	ボランティア	柏中央

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
NPO牧場跡地の緑と環境を考える会	中原ふれあい防災公園	柏市中原丁目	NPOサティホール管理運営ボランティア 中原ふれあい防災公園管理運営ボランティア	お問い合わせください	04-7173-7458	ボランティア	光ケ丘
樗卓球	豊四季台近隣センター 体育館	柏市かやの町2-65	卓球で楽しく交流	金曜日13:00～15:00	04-7145-4449	運動・スポーツ 趣味の活動	豊四季台
パソコン友の会	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	パソコン教室	水曜日15:00～16:30	04-7164-5636	趣味の活動	新田原
パソコン木曜会	新田原近隣センター		パソコン講座	木曜日13:00～14:30	090-9824-7352	趣味の活動	新田原
親墨会	新田原近隣センター		書道	土曜日10:00～12:00	04-7166-4682	趣味の活動	新田原
中原ふれあい防災公園 ラジオ体操	中原ふれあい防災公園	柏市中原1丁目	ラジオ体操	毎朝6:30～6:45(雨天時除く)	090-2503-5276 04-7166-7693	運動・スポーツ	光ケ丘
ハッピー体操サークル	ひまわりラジオ(沼南近隣センター)	柏市大島田440-1	レベル予防体操, リンパ流し, ふくらはぎマッサージ, 呼吸法等	金曜日9:00～11:30	04-7193-5904	運動・スポーツ	風早北部
ハッピー体操サークル(口体操サークル)	ひまわりラジオ(沼南近隣センター)	柏市大島田440-1	レベル予防ストレッチ, タル体操, 脳トレ, ツメ押し等	第1,2,4月曜日	04-7193-5904	運動・スポーツ	風早北部
早朝太極拳(水曜)	日立台公園		太極拳の練習, 交流	水曜日7:30～8:30	04-7167-2490	運動・スポーツ	永楽台
ヒヨコポンサークル	豊四季台近隣センター体育館		卓球	金曜日11:00～13:00	04-7144-5649	運動・スポーツ	豊四季台
ピアノ	パレット柏, 旭町近隣センター		フラダンス	木曜日12:00～15:00	090-4383-7702	運動・スポーツ	旭町
ホイスレーンク	根戸近隣センター		ホイスレーンク	月1回 3/18, 4/15 13:00～15:00(30分の間は14:00まで)	090-9368-4638	趣味の活動	富勢
赤松編物サークル	新田原近隣センター	柏市東柏2丁目	編物(手編み)	毎月 第2or第3木曜日 12:30～14:45	04-7163-1330	趣味の活動	新田原
永楽会	永楽台近隣センター	柏市永楽台2-11-25	グラウンドゴルフ, カラオケ, 講座等の健康増進活動	不定期	04-7164-2666	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含) サロン・通いの場 趣味の活動	永楽台
ウォーキングクラブ 柏	市内全域		柏からの散歩道(ウォーキング)	月1回 木曜日 9:00～12:00	090-3345-8750	運動・スポーツ	市内全域
さわやか	パレット柏	柏市柏1-4-7	体操	火曜日	04-7147-3177	運動・スポーツ	旭町
めじろ台 レディースクラブ	高田近隣センター	柏市高田693-2	卓球練習	火曜日9:00～11:00	080-1074-6926	運動・スポーツ	高田・松ヶ崎
レモンクラブ	高田近隣センター	柏市高田693-2	卓球練習	木曜日9:00～11:00	080-1074-6926	運動・スポーツ	高田・松ヶ崎
笑顔の会・きらら(太極拳)	ひまわりラジオ(沼南近隣センター)		健康太極拳	第1,2,4月曜日 10:00～11:00	090-8176-1641	運動・スポーツ 社会参加	風早北部
笑顔の会・きらら(ワークショッ)	パレット柏等		ワークショッ ことばの力を感じる	毎月1回 第2or第3金曜日 10:00～12:00	090-8176-1641	運動・スポーツ 社会参加	旭町
月花美人の会	岡山しげ美(自宅)	柏市篠籠田1510-11	体操	月2回 金曜日 11:00～15:00	090-3348-5435	運動・スポーツ	豊四季台
あじさいの会	沼南老人福祉センター(いこい荘)	柏市塚崎1356	卓球による高齢者健康促進事業	毎月 第2土曜日, 第4土曜日, 外1回 10:00～12:00	04-7191-6535	運動・スポーツ	風早北部
柏真向会	アミュゼ柏		健康体操	毎月 第1,3土曜日 9:45～11:15	090-6535-2133	健康づくり(健診・相談含)	柏中央
お茶でもいかがですか ラジオ体操部	わしの山公園	柏市増尾5丁目	ラジオ体操	木曜日9:40～9:50	04-7173-1809	運動・スポーツ	増尾
ほのほのまいにち体操	加賀第3公園	柏市加賀1-30	ラジオ体操第1, 第2	月曜日～金曜日(雨天中止)(4/1～10/31) 9:30～10:00	04-7172-0048	運動・スポーツ	増尾
さんあいひろば	豊四季台近隣センター 体育館	柏市篠籠田	多世代交流の場の運営	毎月第3土曜日	090-4731-7451	運動・スポーツ サロン・通いの場 趣味の活動	豊四季台
お散歩道ごみ拾い隊	柏の葉公園 等	柏市柏の葉4-1	柏の葉公園及び周辺道路のごみ拾い	毎月第1「燃えるごみの日」の前日 9:00～11:00	090-4752-2430	ボランティア	柏の葉
0才からのおたのしみ劇場	パレット柏 多目的ホールA	柏市柏1-7-1-301 Dayone7-3F	乳幼児とその保護者を対象にした絵本の読み聞かせやパレットシアターをボランティアが行う	第4水曜日10:00～10:30	04-7157-0280	ボランティア	旭町
美学講座	パレット柏 多目的ホールB	柏市柏1-7-1-301 Dayone7-3F	健康や生きがいづくりに関するイベントを, 健康・体操に関するプロの講師を呼び行う	4/11 15:30～17:00 5/9 15:30～17:00	04-7157-0280	社会参加	旭町
たんぼほの会	ほのほのラジオますお	柏市加賀3-16-8	ウォーキング(増尾, 加賀, 新柏周辺)	第4金曜日	04-7169-8607	運動・スポーツ	増尾
藤心健康体操スィル	藤心近隣センター, 増尾近隣センター	柏市藤心4-1-11, 柏市増尾3-1-1	健康体操	藤心近隣センター: 毎週日曜日 9:00～12:00 増尾近隣センター: 毎週土曜日 9:00～12:00	04-7169-8218	運動・スポーツ	藤心, 増尾
ふれあい喫茶もみのき	高野台会館	柏市根戸443-2	サロン活動	毎月第2, 第4水曜日 10:30～15:30	04-7133-8846	サロン・通いの場 ボランティア	富勢
桜クラブ	柏上町公園, アミュゼ柏		ラジオ体操, 公園ゴミ拾い	ラジオ体操 毎週日曜日 9:00～ 公園ゴミ拾い アミュゼ柏 偶数月 第3火曜日(年6回) 10:00～12:00	04-7164-7608	運動・スポーツ ボランティア	柏中央
柏松葉気功クラブ「健康気功教室」	松葉近隣センター, 豊四季台近隣センター		気功, 呼吸法を通して地域のみなさんの健康増進活動を推進	松葉教室: 第2, 第4月曜 15:20～16:50 豊四季台教室: 第1, 第3木曜 15:20～16:50 詳細, その他お問合せ下さい	090-1117-0943	運動・スポーツ 健康づくり(健診・相談含)	松葉, 豊四季台
フレッシュサークル3B体操	中央近隣センター, パレット柏	柏市柏5-2-22, 柏市柏1-7-1	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ, 筋トレ, 脳トレ	水曜日10:00～11:30	070-8546-1995	運動・スポーツ	旭町, 柏中央
大人のやさしい脳トレ 健康3B体操	パレット柏	柏市柏1-7-1	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ, 筋トレ, 脳トレ	水曜日13:00～14:30	070-8546-1995	運動・スポーツ	旭町
3Bひなた	中央近隣センター, 中央公民館, パレット柏	柏市柏5-2-22, 柏市柏5-8-12, 柏市柏1-7-1	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ, 筋トレ, 脳トレ	金曜日10:00～11:30(9:20～10:50の時もあり)	070-8546-1995	運動・スポーツ	旭町, 柏中央
3B体操 新富	新富近隣センター	豊四季945-1	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ, 筋トレ, 脳トレ	火曜日10:00～11:30	070-8546-1995	運動・スポーツ	新富

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
ビューティー3B	沼南近隣センター	柏市大島田440-1	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ、筋トレ、脳トレ	毎月第2, 第4月曜日 10:00~11:30	070-8546-1995	運動・スポーツ	風早北部
健康きれい体操サークル	新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	音楽に合わせて体のすみずみまで動かす。ストレッチ、筋トレ、脳トレ	金曜日15:10~16:40	070-8546-1995	運動・スポーツ	新田原
お散歩道ごみ拾い隊	柏の葉公園周辺	柏市柏の葉4-1	お散歩道、公園のごみ拾い	第1「燃えるごみ収集日」の前日 9:00~11:00	090-4752-2430	ボランティア	柏の葉
Let's dance	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	社交ダンス	毎月3回 第1・2・4月曜日 9:30~11:30	04-7145-5500	運動・スポーツ 趣味の活動	旭町
ほのぼの会	あけぼのふるさとセンター	柏市あけぼの4-4-15	フレイル予防活動（保健師による健康チェック、ポッチャ体験など）	初回：4月23日（土）10:00~11:30 5月~9月：毎月第3木曜日	090-8944-2984	運動・スポーツ 健康づくり（健診・相談含）	豊四季台
千葉中国文化交流会	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	中国語学習	月3回 土曜日9:30~11:30	04-7170-0311	生涯学習	旭町
太極拳コスモス	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	太極拳	毎週水曜日12:45~14:45	04-7145-7488	運動・スポーツ	旭町
Bi Bi	藤心近隣センター	柏市藤心4-1-11	ヨガサークル	毎週水曜日9:30~10:30（会場がとれない場合変更があります）	080-1149-1628	運動・スポーツ	藤心
亀甲台クラブ	亀甲台公園集会所	柏市亀甲台町1-27-12	通年（町内防犯パトロール、ふれあいサロン「なかよし」、有志グランドゴルフ） 月行事（ビンゴ大会、輪投げ大会、講座、ロコモ体操、ポッチャ大会、夏祭り大会、フレイルチェック、運動会、グランドゴルフ大会、公園大掃除、餅つき大会、新春芸能大会など）	毎月第1金曜日 13:00~15:00 （その他活動内容によって違います。お問い合わせください）	090-5511-3290 04-7164-2789	運動・スポーツ 趣味の活動 ボランティア	永楽台
カシニワ・ウォーク	柏市内のカシニワや仏閣・寺社等	柏市内	カシニワ登録地や市内の名所をガイドを聞きながら歩くツアー	未定	04-7160-3120	運動・スポーツ	市内全域
殿山公園ラジオ体操	殿山公園	柏市大津ケ丘1-9	ラジオ体操、健康ストレッチ体操	水曜日9:30~10:00	04-7191-0123	運動・スポーツ	風早北部
沼南ハーモニカサークル ボランティアグループ	地域活動館		ハーモニカ演奏	毎奇数月 第4金曜日 13:30~16:00	04-7193-1945	趣味の活動	豊四季台
MASUO ブラチナ会	増尾近隣センター	柏市増尾3-1-1	ラジオ体操、グランドゴルフ、ウォーキング、学習会、清掃事業	ラジオ体操：毎日(1/1~1/3除く) グランドゴルフ：(名戸ヶ谷運動公園) 週1回 (小山台公園) 週2階 (平根公園) 週1回 ウォーキング：年6回 学習会：年4回 ボランティア（清掃）：毎週金曜日	04-7174-6659	運動・スポーツ ボランティア	増尾
ラジオ体操1・2・3の会	白山神社	柏市豊住2-1-1	ラジオ体操第一、第二	毎朝6:30~6:40（悪天候の場合は中止）	090-9138-6975	運動・スポーツ	光ヶ丘
増尾ジェンヌの会	増尾近隣センター		ハンドトリートメント	毎月1回 1時間30分 詳細はお問合せ下さい	04-7172-8061	趣味の活動 ボランティア	増尾
柏健康ソーラン倶楽部	パレット柏 他	柏市柏1-7-1 3F301号	よさこいソーラン踊りを使用し、転倒・ロコモ・介護予防の為の運動指導 等	週1回程度（不定曜日） お問合せ下さい	04-7166-4028	運動・スポーツ 介護予防全般 健康づくり（健診・相談含） サロン・通いの場 社会参加 趣味の活動	旭町
おしゃべり会	緑ヶ丘会館	柏市緑が丘24-28	サロン・交流会 カレーを作って皆で食事をしながら親睦を図る	令和4年6月23日10:00~12:00 毎月第2, 第4木曜日	04-7149-6271	サロン・通いの場 ボランティア	富里
加賀いきいきクラブ	加賀ふるさと会館	柏市加賀3-16-9	・講話や研修（出前講座） ・ラジオ体操、ゲーム等身体を動かし体力増進を図る ・会員相互のコミュニケーションタイム	毎月第4土曜日10:00~12:00予定	04-7176-3872	運動・スポーツ 社会参加	増尾
美学講座	パレット柏 多目的スペースB	柏市柏1-7-1-301	健康と美のための講座（講座+実技）	6/13（月）15:30~17:00 7/15（金）15:30~17:00 8/1（月）17:00~20:30	04-7157-0280	運動・スポーツ 社会参加	旭町
スポーツ吹矢サークル	松葉近隣センター	柏市松葉町4-11	スポーツ吹矢を通じ会員相互の親睦と健康促進を目指す	第2金曜日、第3火曜日、第4火曜日、第4金曜日 12:30~15:00	04-7132-1050	運動・スポーツ	松葉
サロンげんき	南柏第一住宅自治会館	柏市新富町1-10-9	サロン・通いの場	第3火曜日10:00~12:00	04-7145-1475	サロン・通いの場 ボランティア	新富
ジェクサージムフラット柏（スポーツクラブ）	ジェクサージムフラット柏	柏市豊町2-5-25イワモール柏 2F	ジム、スポーツクラブ （マシンジム、ランニング、バイク、ストレッチ、筋トレレッスン、ヨガ、他）	月、火、水、金、土、日（木曜日休館）	04-7197-6303	運動・スポーツ	富里
ふれあいサロン戸張	戸張ふるさと会館	柏市戸張1308-1	高齢者支援活動	第2水曜日（8月は休み）9:30~15:00	090-3530-4621	サロン・通いの場 ボランティア	柏中央
ふれあいカフェ羽黒台	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-4	ふれあいカフェ	第4木曜日13:00~15:00	04-7162-6066	サロン・通いの場 ボランティア	柏中央
ラヂオ体操あかね	あかね第一公園、あかね台地		ラヂオ体操、ウォーキング交流	毎日朝6:00~7:00(5:30~6:40)	04-7169-3184	運動・スポーツ	永楽台
令民の会	パレット柏	柏市柏1-7-1	民話、昔話を語る	第1金曜日13:00~15:00	090-6797-9787	趣味の活動	旭町
かしわ元気塾	柏地域医療連携センター	柏市豊四季台1-1-118	高齢者を中心とした市民の社会参加の場作り及び健康維持・増進のための普及啓発を目的として、健康や医療に関する講座を開催。（市民公募によるかしわ元気塾実行委員会、柏市医師会、柏市の共催）	令和4年度は計4回（毎年実施予定） 第1回：7月23日（土） 14:30~15:30（実行委員は前後30分も活動あり） 第2回以降は未定	04-7197-1510	介護予防全般 ボランティア	豊四季台
高田卓球クラブ	高田近隣センター	柏市高田693-2	卓球練習	土曜日7:00~9:00	080-3571-6660	運動・スポーツ	高田・松ヶ崎
豊四季台クラブ	旭グランド、豊四季台近隣センター		グランドゴルフ、盆踊り、カラオケ、交流会 他	月・土曜日 9:00~11:00 及び 11:00~13:00	090-1731-8746	運動・スポーツ	豊四季台、旭町

事業名	実施場所 (名称)	実施場所 (住所)	活動内容	活動日時	電話 (担当者)	カテゴリー	活動エリア
ナックル柏	柏市立柏第七小学校 体育館	柏市篠籠田723-1	卓球練習	毎週日曜日10:00～12:00	080-3571-6660	運動・スポーツ	豊四季台
ストレッチサークル コスモス	増尾東映団地自治会集会所	柏市増尾8-7-26	柏市のユーチューブから柏口コレ・スムーズに動ける・タオルでまいにち・脳トレ・健康麻雀 ヒップホップでフレイル予防	毎週月曜日10:30～12:00 毎週火曜日9:30～12:00 (健康麻雀) 詳細お問合せ下さい	04-7172-3602	運動・スポーツ 趣味の活動	増尾
かしわっ子食堂あさひ	旭町近隣センター	柏市旭町5-3-32	子ども食堂の運営 (ボランティア) 調理 子どもの居場所作り	原則 各月第3土曜日 12:00～ (提供食数なくなり次第終了) 詳細お問合せ下さい	04-7115-6984	サロン・通いの場 ボランティア	旭町
ママ&キッズセミナー ブラチナ部	ラコルタ柏 4F 集会室3		ロコモ体操等 1回500円	月2,3回実施 ※ (会場が予約できたら) 基本は金曜日 6/17, 6/30, 7/8, 7/22 10:00～11:30 ※6/17はパンフレットを持参のこと	090-9322-7385	運動・スポーツ	柏中央
フレッシュシャトル	柏市新田原近隣センター	柏市東柏2-2-15	バドミントン	毎週水曜日 (第5週目も実施) 9:00～11:00 または11:00～13:00	04-7164-8161	運動・スポーツ	新田原
ふれあいの場 きらりん	特養 柏きらりの風 1フロア	柏市西原2-9-1	通いの場, サロン	毎週1回 木曜日10:00～15:00	04-7153-4851 090-8006-6001	サロン・通いの場、ボランティア	西原
子育てサロン加賀	加賀ふるさと会館	柏市加賀3-16-9	子育て支援, 未就園児とその保護者対象サロンの運営のお手伝い	第1,3金曜日 9:30～12:00	080-4138-7443	サロン・通いの場、ボランティア	増尾
あけぼのクラブ カラオケ同好会	あけぼのふるさとセンター	柏市あけぼの4-4-15	カラオケ練習	第2・4日曜日 13:00～15:30 (8月は休み)	04-7145-4864	趣味の活動	豊四季台
手芸同好会	千代田ふるさとセンター	柏市千代田2-7-21	手芸 (編物, 季節の飾り物, 基本的には針仕事)	第1・3月曜日9:30～12:10	080-5190-2721	趣味の活動	新田原
農家レストラン「さんち家」	さんち家	柏市高田100 農産物直売所かしわで内	ピュッフェ形式レストラン レストラン利用者にポイント付与	水曜日定休日 (祝日営業) 11:00～15:00	04-7199-3364	食事・口腔	高田・松ヶ崎
ハッピーロコモ富里	富里近隣センター	柏市富里2-4-4	ロコモ予防体操	毎週水曜日9:30～11:45	080-5671-0848	運動・スポーツ	富里
北柏ロコモフィット	北柏町会ふるさと会館	柏市北柏3-15-10	フレイル予防, ロコモフィット	第1・3月曜日10:00～11:30	090-6719-1283	運動・スポーツ 介護予防全般	富勢
東豊住寿会 (グランドゴルフ)	東豊住みどり公園	柏市豊住5-3-21	グランドゴルフ	1か月20日 月曜日～金曜日 (週5日) 9:00～11:30	090-2338-0092	運動・スポーツ	永楽台
東豊住寿会 (ロコモ体操)	東豊住ふるさと会館	柏市豊住4-3-10	ロコモ体操	月4回 毎週火曜日 13:00～14:30	090-2338-0092	運動・スポーツ	永楽台
東豊住寿会 (おしゃべり会)	東豊住ふるさと会館	柏市豊住4-3-10	月例会 (輪投げ, 紙芝居) おしゃべり会	月例会 月1回 第3木曜日 13:00～15:00 おしゃべり会 月1回 第3金曜日 10:00～15:00	090-2338-0092	趣味の活動	永楽台
ロコモカフェ手賀	手賀構造改善センター	柏市手賀712	ラジオ体操, ストレッチ体操他(DVD使用)	毎週水曜日9:30～11:00	080-1191-9410	運動・スポーツ、サロン・通いの場	手賀
社会福祉法人彩会 ザザビー・ドゥ	社会福祉法人彩会 ザザビー・ドゥ	柏市増尾2-22-2	障がい者通所施設「ザザビー・ドゥ」の日中支援 ミニバザーのお手伝い	月曜日～金曜日10:00～16:00 ミニバザーは木, 金曜日実施	04-7171-2833	ボランティア	増尾
健美サークル	柏市体育館柔道場	柏市柏下73	ストレッチ体操, ウォーキング, フォークダンス	毎週水曜日13:00～15:00	04-7167-2201	運動・スポーツ	柏中央
3B体操会	柏市柏寿荘	柏市舟戸535	3B体操	第2・4水曜日10:00～12:00	04-7132-2356	運動・スポーツ	田中
てんとう虫	柏市全域, 中央公民館等	柏市全域	フレイル予防のための, サロン, 出前講座, 体操	定例会月1回 第1, 第3水曜日 13:30～15:00 詳細はお問合せ下さい	04-7170-2033	介護予防全般、ボランティア	市内全域
ラジオ体操	豊四季台ピーコックストア	柏市豊四季台4-1-20	ラジオ体操 (駐車場内), 情報交換, 交流会	毎日6:30～6:40	090-8815-7308	運動・スポーツ	豊四季台
柏コスモス会	光ヶ丘近隣センター	柏市光ヶ丘団地200-5	吹き矢	水曜日から土曜日12:00～15:00	080-1077-0612	運動・スポーツ	光ヶ丘
中原ふれあい防災公園若返り体操	中原ふれあい防災公園	柏市中原1-1873-1	ラジオ体操・自彊術	毎朝6:30～7:05	04-7175-5836	運動・スポーツ	光ヶ丘
Sandwich Cafe PAISIBLE	ラコルタ柏3階	柏市柏5-8-12	からだにやさしいパン作りを目指し, 「できるだけ無添加」「からだに良い食材」を追求しています。 様々な障害を持つ方が働いています。	月～金 10:00～17:15 ※祝日, 年末年始を除く	04-7197-4214	食事・口腔	柏中央
イキイキ運動教室	北柏ふるさと会館	柏市北柏3-15-10	高齢者向け運動教室	水曜日10:15～11:30	080-4168-5576	運動・スポーツ	富勢
加賀第一公園ラジオ体操クラブ	加賀町会第一公園	柏市加賀2-13	ラジオ体操	毎日6:30～6:40	04-7172-6476	運動・スポーツ	増尾