

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
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
食堂 きゃべつ	食堂 きゃべつ	柏市柏3-11-27 アパマンパル M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
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
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、入浴後のドライヤー、介助等	月～金曜日	04-7169-8000	ボランティア	柏中央
F・Fクラブ	中央体育館	柏市柏下73	健康体操	木曜日13:00～15:00	080-6599-5711	運動・スポーツ	柏中央
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） ココモ 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
さわやかクラブ	中央体育館	柏市柏下73	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	柏中央
柏市消費者の会	アミュゼ柏 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
ママの井戸端かいぎ	アミュゼ柏 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
ココモ中央	①アミュゼ柏 ②パレット柏	①柏市柏6-2-22 ②柏市柏1-7-1-301 DayOne7-3F	ココモ体操	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
ココモかたくり	①アミュゼ柏 ②パレット柏	①柏市柏6-2-22 ②柏市柏1-7-1-301 DayOne7-3F	ココモ体操	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
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、シャドーダンス	土曜日15:00～17:00（月4回）	04-7131-1270	趣味の活動	柏中央
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
柏市消費生活かたくりの会連絡協議会	パレット柏	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
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
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	毎週月・水・木・金曜日9:30～11:30	04-7189-7828	運動・スポーツ	柏中央
なばな会	①オリーブの集い：逆井ふるさと会館 ②なばな会：豊四季台地域活動館	①オリーブの集い：逆井ふるさと会館 ②なばな会：豊四季台地域活動館	認知症予防	①第1・3金曜日、第2木曜日 ②第4金曜日、第2・4土曜日	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
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
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（柏ビレッジ） 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
柏ジュニアストリング・オー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	オーケストラ演奏会	2022年3月20日 13:30～15:30	090-9822-8554	社会参加	柏中央
柏市朗読奉仕サークル	ラコルタ柏（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
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
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
フレッシュサークル3B体操	アミュゼ、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

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
3Bひなた	アミュゼ, 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
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
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
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
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
柏市コミュニティ植物医師の会 講習会	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	市民を対象に植物の講習会	11/20 13:30~16:00	090-4752-2430	社会参加	柏中央
社交ダンス リリカの会	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	社交ダンス	火曜日11:00~13:00	04-7169-0491	趣味の活動	柏中央
エルフの会	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	ダンス	火曜日11:00~13:00	04-7169-0491	運動・スポーツ	柏中央
健康スポーツ吹矢 柏吹会	沼南体育館 中央公民館 リフレッシュプラザ 藤心近隣センター パレット柏 柏の葉体育館		スポーツ吹矢	沼南体育館・柏の葉体育館 毎週火曜・水曜 13:00~15:00 リフレッシュプラザ柏・中央公民館 毎週木曜 11:00~13:00 13:00~15:00 パレット柏・藤心近隣センター 毎週金曜 12:00~14:30	04-7173-9116	運動・スポーツ	柏の葉、旭町、柏中央、南部、藤心、風早南部
ヘルスサークル	柏市中央体育館	柏市下73	ストレッチ, 筋トレ, リズム体操, 高齢者のフレイル予防	水曜日13:30~15:00(アリーナの使用状況により土曜日も行う)	04-7131-6282	運動・スポーツ	柏中央
ラコルタ・ガーデンの会	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	ラコルタ柏周辺の花壇, プランターの手入れ	第2木曜日10:00~12:00	090-7832-0961	ボランティア	柏中央
スクエアステップ ラコルタ	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	フレイル予防体操	主に金曜日10:00~11:30	090-9322-7385	運動・スポーツ	柏中央
SLF農業グループ	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	農業に関する講習会・講演会	詳細はホームページに記載	090-4752-2430	社会参加	柏中央
柏市シニアクラブ シルバー作品展	中央公民館3階	柏市柏5-8-12	シルバー作品展	2/28~3/5 10:00~17:00	04-7145-1589	社会参加、ボランティア	柏中央
羽黒友の会 エンジョイパトロール	柏市柏地区、戸張地区		エンジョイパトロール	月・水・金曜日7:00~8:30	090-7252-7290	ボランティア	柏中央
源氏物語を読む会	高田近隣センター, 7月~中央公民館	柏市高田693-2, 柏市柏5-8-12	源氏物語を読んで学ぶ, 声出し, 脳の活性化	第4木曜日9:30~11:30	04-7131-3805	社会参加	高田・松ヶ崎、柏中央
羽黒友の会 囲碁・将棋同好会	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-11	囲碁・将棋	土曜日13:00~17:00	04-7163-0206	趣味の活動	柏中央
羽黒友の会 友ゆう	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-11	フレイル体操, ベタンク, 盆踊り	第3火曜日12:00~15:00	04-7163-1322	運動・スポーツ	柏中央
羽黒友の会 カラオケ同好会	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-11	カラオケ	第1・2・3木曜日13:00~16:00	04-7164-6265	趣味の活動	柏中央
羽黒友の会 グラウンドゴルフ同好会	戸張地区公園	柏市戸張999	グラウンドゴルフ	月・金曜日9:00~11:30	04-7164-1730	運動・スポーツ	柏中央
羽黒友の会 ゴルフ同好会	その都度決定する	その都度決定する	ゴルフ	4~6・9~11・3月の第3水曜日6:30~15:30	04-7164-1730	運動・スポーツ	柏中央
羽黒友の会 ピンポン同好会	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-11	ピンポン	金曜日12:30~15:00	090-7412-3675	運動・スポーツ	柏中央
羽黒友の会 手芸・茶話会サークル	羽黒台コミュニティ会館	柏市柏1334-11	手芸・茶話会	6・11・1月頃13:00~16:00	04-7167-2087	趣味の活動	柏中央
羽黒友の会 ハイキングサークル・研修会	その都度決定する	その都度決定する	ハイキング, 研修会	年3回9:00~17:00	04-7167-1675	運動・スポーツ、社会参加	柏中央
虹色未来大学 ICT導入支援事業	パレット柏, ラコルタ柏, 各通いの場		スマホ勉強会	不定期	080-4191-0428	社会参加、ボランティア	柏中央
松葉囲碁同好会 (ラコルタ柏)	ラコルタ柏2Fフリースペース	柏市柏5-8-12	囲碁	火・木・金曜日9:00~18:00 時間はお問合せ下さい	04-7131-3805	趣味の活動	柏中央
サロンすみれ	アミュゼ柏	柏市柏6-2-22	サロン活動	毎月最終木曜日12:00~18:00	04-7164-5107	サロン・通いの場、ボランティア	柏中央
中央公民館主催の講座	教育福祉会館(ラコルタ柏)	柏市柏5-8-12	生涯学習を中心とする講座等	不定期	04-7164-1811	生涯学習	柏中央
宮前手賀クラブ (花壇)	宮前町会ふれあい花壇	柏市柏下字東4	宮前ふれあい花壇の管理	8:30~11:30 春・秋, 除草は不定期	04-7189-7828	ボランティア	柏中央
福祉朗読ハルの会	ラコルタ柏2F 活動室	柏市柏5-8-12 教育福祉会館	朗読会・練習	第1月曜日13:00~15:00	04-7147-7574	趣味の活動・ボランティア	柏中央
ドリームサークル	アミュゼ柏	柏市柏1丁目7番1-30	ヨガ	不定期 月3回, 活動時間: 1時間30分	090-1536-6232	運動・スポーツ	柏中央
ロイズ 手話サークル	ラコルタ柏 5F 音楽室	柏市柏5-8-12	手話を使った歌唱, ストレッチ	水曜日11:00~13:00 月3回 会場予約の出来た水曜日	04-7128-9789	趣味の活動	柏中央
柏市点字サークル「いなほ会」	ラコルタ柏	柏市柏5-8-12	点字活動 (広報かしわの点訳など)	金曜日午前, 月2~3回・定例会 (午前中) 広報時 (1日中)	04-7139-7062	ボランティア	柏中央