

| 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 |
|------------------|--------------------------------|-----------------|--|--|-------------------------------|---------------------------------|--|
| 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 |
| 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 |
| 柏の葉ポ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 | ポ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 |
| 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 |
| 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 |
| 今でしよう教室 | ①西十余二第2公園 | | ①ラジオ体操 ②筋トレ(柏口トレ) ③健康散歩 | ①火、木、土曜日:7:00~7:30 | 090-5399-5979 | 運動・スポーツ | 西原 |
| 西原第六町会民踊おどり会 | 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 |
| 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 |
| 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 |
| 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 |
| 柏市西原ラジオ体操会 | 柏市西十余二第一公園 | 柏市西原3-5-576-108 | 1 みんなの体操、ラジオ体操第一、ラジオ体操第二 2 ラジオ体操前後公園内ウォーク | 月・水・金曜日7:00~7:20 | 04-7169-2772 | 運動・スポーツ | 西原 |
| 子育てサロン のびのびルーム | 西原町会ふるさとセンター | 柏市西原3-5-1 | 子育てサロン | 水曜日9:30~12:00 | 04-7154-8260 | サロン・通いの場、ボランティア | 西原 |
| 折り紙の会西原 | 西原近隣センター | 柏市西原3-2-48 | 折り紙勉強会 | 第2金曜日9:30~11:30 | 090-2194-4732 | 趣味の活動 | 西原 |
| 今でしよう教室(草とり) | 西十余二第2公園 | 柏市西原3丁目12-9 | 西十余二第2公園内グラウンドの草取り | 7:00~8:30 春、秋 | 090-5399-5979 | ボランティア | 西原 |
| 柏市西原ラジオ体操会 | 柏市西十余二第一公園 | 柏市西原3丁目10号西十余 | 西原第4町会子供会夏休みラジオ体操会と合同実施 | 7:00~7:20 :8月21日~8月25日・8月28日~8月31日 | 090-4099-4981 | 運動・スポーツ | 西原 |