



この情報は、柏市社会福祉協議会のホームページからダウンロードできます

(2024年3月発行)

項目	人口(人)	比率(%)
地域総人口	34,382	—
4歳以下	1,192	3.5
14歳以下	4,054	11.8
65歳以上	9,378	27.3
75歳以上	5,452	15.9
要介護・要支援者	1,561	—



柏市光ヶ丘近隣センター



人口:2023年4月現在 | 要介護・要支援者:2023年10月現在  
市データをもとに柏市社会福祉協議会が独自に算出したものです。

【問合せ】04-7163-1200

	町会・自治会・区等	加入世帯数	シニア クラブ等(数)	子供会等 (数)	自主防災
1	光ヶ丘東部町会	262	1		○
2	東中新宿町会	1,786	1		○
3	グリーンハウス南柏自治会	122			○
4	柏市つくしが丘町会	1,500	1	1	○
5	豊住町会	885			
6	今谷南町会	195		1	
7	今谷上町町会	1,012	1	1	○
8	豊原町会	400			
9	光ヶ丘第2エステート町会	154			○
10	光ヶ丘中部町会	451	1		○
11	光ヶ丘団地自治会	1,207			○
12	東山町会	700	1	1	○
13	柏市中新宿町会	1,200	1		○
14	中原町会	1,160	1	1	○
15	柏中原県営住宅自治会	30			
16	ホームタウン増尾住宅管理組合	90			
17	ヒルズフォート柏自治会	165			○


加入世帯数は柏市へ届け出の数

## 高齢者・多世代向けサロン／通いの場とは

おしゃべりしたり、お茶を飲んだりして気楽に楽しく憩える場所づくりを目的としているところです。

## 高齢者・多世代向けサロン／通いの場

	名 称		開催日・時間	場所・住所
1	タウンカフェ ひかり		月・水・木・金曜 10:00～16:00	光ケ丘団地4-200-1-A5
2	居どころカフェ 手しごと倶楽部		木～日曜 10:00～16:00	光ケ丘3-5-11
3	わかば会		第2水曜 ※8月休み 13:30～15:00	東中新宿町会会館 (東中新宿1-22-20)
4	元気会		第3木曜 ※7・8月休み 10:00～11:00	今谷上町ふるさとセンター (今谷上町42-125)
5	ひかり会		第4月曜 ※8月休み 13:00～15:00	光ケ丘東部町会集会所 (東中新宿1-3-7)
6	サロン憩		不定期 10:00～12:00	グリーンハウス南柏集会所 (東中新宿4-4-5)
7	サロン オアシス		第2木曜 13:00～15:00	光ケ丘第2エステート集会所 (光ケ丘4-4-21)
8	南かぜ		第3水曜 ※8・12月休み 10:30～11:30	光ケ丘東部町会集会所 (東中新宿1-3-7)
9	みどり会		第3木曜 10:00～11:30	光ケ丘団地賃貸集会所 (光ケ丘団地3)
10	すみれ会		毎月20日 13:00～15:00	光ケ丘中部町会会館 (光ケ丘2-19-7)
11	若草会		第4水曜 12:00～15:00	中原町会ふるさと会館 (中原1-17-7)
12	東山うさぎの会		第4水曜 13:30～15:00	東山文化会館 (東山1-1-13)
13	たんぼぼの会		第2火曜 ※8月休み 10:00～11:30 毎週火曜日 9:30～10:00	つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9) みどりの広場
14	かたくりの会		第3月曜 ※8月休み 10:00～12:00	豊住ふるさとセンター (豊住2-1-10)
15	おしゃべり広場		第3火曜 10:00～11:30	今谷上町ふるさとセンター (今谷上町42-125)
16	つくしんぼひろば		第3火曜 ※8月休み 13:00～14:00	つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9)
17	レモンの会		第3金曜 13:30～15:00	中新宿ふるさとセンター (中新宿3-1-21)

 このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

18	陽だまりサロン南柏		不定期 10:00~12:00	今谷上町ふるさとセンター他 (今谷上町42-125他)
19	ぴかっとサロン		第4木曜 ※8月休み 10:00~11:30	光ヶ丘地域包括支援センター2階 (今谷上町4-20)
20	地域サロンさくら		第2月曜 10:00~12:00	中原町会ふるさと会館 (中原1-17-7)
21	サロンかたつむり		第1月曜 10:00~12:30	鈴木恂子宅 (つくしが丘3-10-1)
22	光ヶ丘サロンよってって		第1.3水曜 10:00~12:00	生活クラブ風の村光ヶ丘内 (東中新宿4-5-12)



このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

### こども・子育て世代向けサロンとは

子育てをしている保護者の仲間づくり、子供の遊び場づくりを目的として開催しています。

### こどもの居場所とは

大人たちがそばにいて、一緒にごはんやおやつを食べたり、宿題やおしゃべりをしたりするところです。

## こども・子育て世代向けサロン／こどもの居場所

	名 称		開催日・時間	場所・住所
1	子育てサロン光ヶ丘		第2・3木曜 10:00~11:30	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘200-5)
2	ほがらかるーむ		水曜 17:00~18:00	デイサービスほがらか (豊住1-4-15)
3	光ヶ丘こども食堂 (こども食堂)		第3金曜 ※4・8月要確認 17:00~19:00	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘200-5)
4	つなぐ・つながる くれよん (こども食堂)		第3土曜 10:30~13:00	生活クラブ風の村光ヶ丘内 (東中新宿4-5-12)
5	算数教室 単元王 (学習支援)		水・金曜 15:30~17:30	生活クラブ風の村光ヶ丘内 (東中新宿4-5-12)
6	みんなのえんがわ (学習支援)		毎週金曜 10:00~12:00	居どころカフェ 手しごと倶楽部 (光ヶ丘3-5-11)
7	虹のひろば		土曜 ※8月休み 13:00~15:00	光ヶ丘小学校体育館 (流山市向小金4-20-1)
8	母と子のつどいばかぼか		第2金曜 10:00~11:30	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘200-5)



このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

## たすけあいサービスとは

普段の暮らしの中でちょっとした困りごとを住民主体でたすけあうサービスです。

### たすけあいサービス

	名 称	内 容	利用対象	問い合わせ先
1	中新宿ハッピーサポート	ゴミ出し,草取り,枝落とし,掃除,洗濯,買い物,調理,衣替え,話し相手,外出付添,見廻り,病院送迎	光ヶ丘地域住民	090-4370-3770
2	中原ファミリー	ゴミ出し,買い物,枝落とし,話し相手,水やり	中原町会内	090-9398-5702
3	光ヶ丘地域 ささえあい委員会	ゴミ出し,掃除,洗濯,買い物,調理,衣替え,話し相手,外出付添,草取り,枝落とし	光ヶ丘地域住民	080-7676-5289

### 地域支えあい推進員

1	光ヶ丘地域支えあい推進員	地域支えあい推進員は、住みなれたところで安心して暮らし続けられる地域づくりを進めるため、各地域に配置しています。また、様々な方と連携しながら、住民同士の支えあい活動を一緒に考えていきます。	7163-1200
---	--------------	------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------

## 光ヶ丘近隣センターサークル情報

	名 称	内 容	開催日・時間
1	茜会	民謡・日本舞踊(着付)   費用:月2000円	第1~3木曜 13:00~15:00
2	柏トーランス スクエアダンスクラブ	対象:幼稚園から75歳位   費用:入会金500 円・月1,000円	土曜 9:00~11:45
3	光ヶ丘ヨガサークル 	費用:月謝2000円	木曜 13:00~14:30
4	城学詩吟の会	費用:入会金1,000円・月3000円	不定期(2~3回)
5	金曜自彊術サークル	費用:年3000円・月2500円	金曜 13:30~15:00
6	ダンスサークル クリスタル	社交ダンス,ラジオ体操   費用:要問合せ	火曜 12:30~14:00
7	裏千家茶道愛好会 	裏千家茶道   初心者歓迎!花月もやります	土曜(2回) 12:00~18:00
8	アワーズ・イングリッシュ ・サークル	外国人講師を招いて英会話   費用:1,000円/ 回	日曜 10:00~1時間30分程
9	大正琴菘の会	費用:入会金1,000円・月3300円	第1・3木曜 9:30~12:00
10	ロコモフィット光ヶ丘	ロコモ体操   費用:500円/回	月・木曜 会場確保できたら
11	優美会 	飾り巻き寿司の継承   費用:年5000円・他 2500円	土・日曜(偶数月1回) 12:00~15:00



このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

## 体操・運動(近隣センター以外)

	名 称	内 容	開催日・時間	場所・住所
1	「ラジオ体操 1・2・3」の会 	ラジオ体操	毎日 6:30～6:45	白山神社 (豊住2-1-1)
2	ラジオ体操	直接会場へ   その他:元旦の み中原防災公園	毎朝 6:30～	つくしが丘5丁目みどりの広場 (つくしが丘5-1804-4)
3	自彊術体操つくしが丘 教室	費用:年3000円・月2500円	水曜 13:30～15:00	つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9)
4	自彊術	費用:年3000円・月2500円	木曜 13:20～14:50	今谷上町ふるさとセンター (今谷上町42-125)
5	中新宿ラジオ体操	ガーデニングの水やりを含 む管理とラジオ体操	毎朝 6:00～	中新宿ふるさとセンター広場 (中新宿3-1-21)
6	中原自彊術	費用:月3000円	金曜 13:30～14:30	中原ふるさと会館 (中原1-17-7)
7	若返り体操の会 	ラジオ体操と自彊術をアレ ンジした若返り体操   費用: なし	毎日 6:30～7:05	中原ふれあい防災公園 (中原1-28-1)
8	ワイワイ健身会	気功・太極拳	毎日(雨天中止) 1～12月 6:00～6:30 11～3月 11:00～11:30	中原ふれあい防災公園 (中原1-28-1)
9	イキイキウォーキング	ウォーキング	第4木曜 10:00～11:30	中原ふれあい防災公園 (中原1-28-1)
10	光ヶ丘ポール ウォーキング クラブ 	ポールウォーキングの普 及・啓発	火曜	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘団地200-5)
11	のびのび ウォーキング 	ストレッチ,ウォーキング(1 km)   その他:光ヶ丘近隣セ ンター集合	第2金曜 10:00～11:00	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘団地200-5)
12	はつらつ ウォーキング 	ストレッチ,ウォーキング(3 km)   その他:光ヶ丘近隣セ ンター集合	第1水曜 10:00～11:30	光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘団地200-5)
13	自彊術	費用:年3000円・月2500円	水曜 10:00～11:30	豊住ふるさとセンター (豊住2-1-10)
14	自彊術	費用:年3000円・月2500円	月曜 10:00～11:30	東中新宿町会会館 (東中新宿1-22-20)
15	ヨガローバー	健康らくらくヨガ   費用:毎 月1回目1,500円・2回目 1,000円	第2・4水曜 13:30～14:30	吉田柔道場 (光ヶ丘2-22-1)
16	ヒエログリフの会	古代エジプトの象形文字ヒ エログリフの学習	第2・4水曜 10:00～12:00	パレット柏 (柏1-7-1-301) 光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘団地200-5)
17	中新宿町会 自主グループ ロコモ体操 	ロコモ体操,ゲーム   費 用:500円/回	第2・4金曜 13:30～15:00	マーガレットヒル (中新宿1-8-6)



このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

## その他サークル等

	名 称	内 容	開催日・時間	場所・住所
1	歌声ふるさと	ふるさと会館は15人まで,歌声ふるすとは30人以上ですので,午前・午後又は第1・2水曜日を検討中	第1水曜 14:00~16:00	つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9)
2	なのはな会	大正琴の練習・演奏会   費用:4000円(雑費含)	第1・3金曜 13:00~15:00又は 14:00~16:00	つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9)
3	歌声広場	費用:500円/回   その他:近隣の方も参加可	第4日曜 14:00~16:00	中新宿ふるさとセンター (中新宿3-1-21)
4	ふれあい健康麻雀教室	初めての方にも対応します   費用:600円	木曜 9:30~12:30 13:00~16:00	生活クラブ風の村光ヶ丘 よってって (東中新宿4-5-12)
5	ニットサロン	好きな編み物作品を作る   費用:500円/回	第4金曜 9:30~12:00	生活クラブ風の村光ヶ丘 よってって (東中新宿4-5-12)
6	Aroma Honey Bee	アロマセラピー講座   対象:初心者向けも有	1回程度	個人宅
7	碧城詩吟の会	詩吟・漢詩・短歌・俳句・現代詩   費用:月3000円	水曜 13:30~16:00	個人宅

## シニアクラブ

	名 称	主な内容	入会要件	場所・住所
1	光東クラブ 	体操・グランドゴルフ・旅行等	〔対象〕 市内在住,60歳以上  〔問合せ〕 柏市シニアクラブ 連合会事務局 平日9:00-16:00 電話7138-5970	光ヶ丘東部町会集会所 (東中新宿1-3-7)
2	今谷上町松寿会	食事・ミニ講座・歌等		今谷上町町会ふるさとセンター (今谷上町42-125)
3	つくし会	①小学生下校時見守り②グランドゴルフ③健康体操  その他:ふるさと会館花壇管理,友愛訪問等		つくしが丘ふるさと会館 (つくしが丘1-1-9)
4	中光会	カラオケ・囲碁・麻雀・舞踊・輪投げ等   毎月定例懇親会,高齢者健康講演会,交通安全講習会		中原ふるさと会館 (中原1-17-7)
5	東中新宿菊寿会	合唱・グランドゴルフ・輪投げ・ボウリング・旅行等		東中新宿町会会館 (東中新宿1-22-20)
6	東山天寿会 	会館庭清掃・雑巾贈呈・旅行・ゲートボール・卓球等		東山文化会館 (東山1-1-13)
7	光和会	輪投げ・コーラス・グランドゴルフ・カラオケ・食事会・旅行等		光ヶ丘近隣センター (光ヶ丘団地200-5)

※サロン,通いの場,こどもの居場所,たすけあいサービス,サークル情報等は2023年12月現在  
 ※時間は24時間表記です。一部の漢字は常用漢字などの表記とし,漢字情報がないときはカナ表記としています。  
 ※掲載情報は細心の注意を払っておりますが内容を保証するものではありません。活用にあたっては必ずご確認ください。

### 柏市全域の情報につながります

カテゴリー別に活躍できる場を紹介しています。また,検索可能なインターネットの情報サイトにつながります。



### このマークはフレイル予防ポイントの対象事業です

40歳以上の市民を対象に,「かわフレイル予防ポイントカード」を発行しています。活動に参加して貯めたポイントは,WAONカードとして買い物などに使えます。

