

風早北部地域で！
みつける！つながる！ひろがる！

身近な福祉の相談窓口
ちいき♡いきいきセンター ミニコミ誌

ちいき

No.3

編集・発行

柏市社会福祉協議会
風早北部ちいき♡いきいきセンター
月・水・金 10:00~16:00
〒277-0922 柏市大島田48番地1
沼南庁舎1階7番窓口
TEL 04-7197-4108
FAX 04-7197-4109

発行：2025年10月20日



一歩外に出て

心も体も健やかに！



どなたでも自由に参加できる

♪ 地域のラジオ体操

をご紹介

いずれも**参加費無料**
申し込み無しで参加できます！

大井エリカ公園

(大井934-2)

毎日 7:30 ~ 7:50
土日祝日も実施 (年始は休み)

[ラジオ体操第1・2]



👍 一緒に身体を動かしましょう。
お近くの方はどうぞご参加ください。

大津ヶ丘中央公園

(大津ヶ丘2-1)

毎日 6:30 ~ 6:40
土日祝日も実施

[ラジオ体操第1・2]



※6:40頃～
太極拳も有志で
行っています。

👍 ご参加お待ちしております。

大津ヶ丘殿山公園

(大津ヶ丘1-9)

毎週水曜日 9:30 ~ 9:50
祝日も実施 (8月と年末年始休み)

[ラジオ体操第1・2]



※9:40頃～
「息き息き長寿
体操」も行って
います。

👍 どなたでも
お越し下さい。



フレイル (加齢による虚弱状態) を予防するには、
①身体活動 ②社会参加 ③栄養 が大切だと言われています。



どなたでも自由に参加できる

地域の通いの場

をご紹介

たまり場いこいこ

東大津ヶ丘集会所
(五條谷299-7)

毎週金曜日 10:00 ~ 15:00
祝日・
年末年始休み

お茶・お菓子代 100円



“ここに来れば誰かと話せる”
出入り自由な場所です。
ピンクの旗が目印です。

問合せ：090-9389-8718 (久保田)

この他、お住まいの各地域で
開催されているサロンやサークル
の情報もあります。

風早北部地域いきいきセンター
までお問合せください。



ふくしの窓

身近な福祉の相談窓口

風早北部ちいきいきいきセンター

高齢、障がい、子ども…あらゆる福祉のご相談を秘密厳守で伺います。
お困りごとはもちろん「どこに相談して良いかわからない」「得意なことを活かしたい」といった
ご相談も伺っていますので、お気軽にお話しください。

開設日：毎週 月・水・金

※年末年始・

祝祭日は休み

時間：10:00 ~ 16:00

場所：沼南庁舎1階7番窓口

電話：04-7197-4108



サロン・ド・ふれあい

マンション沼南エリカ内 スタジオエリカ
(大井934-2-1-307)

毎週火曜日(祝日含む)
13:00 ~ 16:00 年末年始休み

お茶・お菓子代 100円



男女別のテーブルでお茶とお菓子を囲んで
楽しくおしゃべりしています。

問合せ：080-8437-1990 (久富)

ふれあいカフェ クルトコ

大津ヶ丘中央商店街内
(大津ヶ丘3-4-1-103)

毎週月～木曜日 10:00 ~ 15:00
祝日・年末年始休み



ランチセット500円(サラダ・
コーヒー・デザート付) 他ドリンク、
手作り品も販売しています。

※他イベントもあります。
お問合せ下さい。



お待ちしております。

問合せ：04-7191-5775 (クルトコ)



かしわお元気コール



毎週金曜日、午前中に電話で5分程の
お声掛けをする事業です。

お元気ですか?



※利用料は無料です。

※お申し込み後に職員がお宅
に伺い利用手続きを行います。

ご利用要件がございます。ご相談ください。