

S L F 掲示板

**プチカル講座
参加者募集**

・フリー麻雀
(健康麻雀)クラブ
《予約制1名から》
平日
午前 10:00~13:00、
午後 14:00~17:00
半日1000円、
一日1500円、
水曜は女性半額
土曜はグループ利用のみ
・Zen Golf & 座禅ク
ラブ(第1・第3水曜
14:00~)
初参加時は無料
2回目からは500円/回
TEL 04-7100-8439

プチカル柏の葉

**セカンドライフファクトリー
(SLF) 紹介**

東大の生きがい就労
研究に参加したシニ
アが作った法人です。
地域の就労や仲間づ
くりの支援のために、
講演会、職能講座、サ
ロンなどの活動を行
っています。
また、東大や柏市から
の委託事業
を行っています。



告 告

甘くておいしい
黒ニンニク
販売

1セット200グラム1500円
6セットまで送料510円

申込はホームページ
から
IBCコミュニケーションズ 黒ニンニクで

内容 柏市が行った65歳以上の高
齢者を対象とした健康と活動の
実態を調べた調査データをもと
に、町丁目、小学校区、生活圈
ごとに地区診断を行いました。そ
の結果、健康度が高い地区と、健
康度が低い地区との格差が浮か
びあがってきました。今回のお話
では典型的な地区の特徴や、その



講師 矢富直美
東京大学高齢社会
総合研究機構協力
研究員

**「あなたの街の健康度、大丈
夫？」
柏市6万人の調査データから
の地区診断が語るもの」**

第41回SLF講演会案内

**セカンドライフ
ファクトリー通信**

発行者
矢富直美
一般社団法人
セカンドライフ
ファクトリー

背景に何があるのかなどをお話
します。

日時 3月17日(金)

10時~11時30分

場所 東京大学柏キャンパス

柏市柏の葉5-1-5

総合研究棟6階大会議室

費用 資料代500円

申込

「第41回講演会(地区診断)
申込」であることを明記のうえ、
お申込みください。

メール: info-slf@jcom.

home.ne.jp (件名: 第41回講
演会申込)

電話: 04-7100-8023

ファックス: 04-7100-0158

WEB(セカンドライフファク
トリーで検索)

はがき: 〒277-0882 柏市柏の
葉5-1-5 東葛テクノプラザ613
SLF講演会係宛

第42回SLF講演会案内

「人生のたたみ方

**終活から如何に生きるべきか
が見えてくる」**

内容

私たちは思いがけず長寿の社
会に生きていくことになりました
た。長い人生の最後にどうけり
をつけるのか?多くの人たちが直
面する「終活」について、エンデ
イングノート、遺言書、成年後見
葬儀、墓などの生前対策や相続の
手続きなど、複雑に絡み合う「老
い支度・終活・相続」などコンサ
ルティングの現場からの体験か
らお話いただきます。このお話を
もとに終活の勉強会の可能性を
探りたいと思います。

日時

4月21日(金)
9時30分~12時30分

※開始・終了時間が通常と異な
ります。ご注意ください。

柏市柏の葉5-1-5

場所

総合研究棟6階大会議室

資料代500円

費用

第41回講演会の申し込み方
法と同様ですが、「第42回講
演会(終活)申込」であること
を明記のうえ、お申込みくださ
い。



講師 明石久美氏
明石シニアコンサル
ティング代表

連載記事「認知症は予防できるか」を小冊子にいたしました

ご好評をいただいた24回の連載記事を小冊子にまとめました。認知症予防研究に携
わってきた矢富先生が分かりやすく解説した書です。

ご希望の方はセカンドライフファクトリーにて販売しております(頒価300円)。

連絡先は04-7100-8023 または info-slf@jcom.home.ne.jp

講演会ダイジェスト



「柏市の農家と市民をつなぐ路地裏マルシェ」

一野菜市の経験から市民として何が出来るかを考える」

1月13日第40回SLF講演会が開催されました。講師は、フードコミュニティケータ―森脇菜採さん。柏市の農家と市民をつなぐ活動をしている方です。その活動の一環として立ち上げた野菜市「路地裏マルシェ」の話をしていただきました。

フードコミュニティケータ―としての活動

柏市の手賀沼の風光明媚な土地に惹かれて柏市に移住してきた。かつてフード関係の仕事をしていたが、その経験を生かして市民と農家をつなぐ活動をしようと考えて、フードコミュニティケータ―と名乗って活動を始めた。活動して分かったことだが、柏市は日本でも有数の野菜の産地である。カブは日本一の生産量を誇り、ネギやホウレンソウも上位にある野菜である。また、根芋と呼ばれる地元しかない野菜もある。根芋は里芋から伸びた芽を軟白栽培したものである。今では4軒の農家しか作っていない。フードコミュニ

ニケータ―としての活動の中で、柏の野菜、カブなどを使ったアイスクリームを開発して、これが人気を博している。また、若い女性向きの加工品を開発してデパートのおしゃれなコーナーに置かせてもらったこともある。

路地裏マルシェ



柏市は地産地消が盛んな街ではあるが、野菜の直売所は、人々やお店が集まっている柏駅の周辺にはない。そこで、柏駅近くでレストランのシェフ向けに新鮮な野菜を売る場所を作ろうと考えたのが路地裏マルシェである。運営は、農家やシェフたちを交えた実行委員会が行っている。営業時間は週1日だけ、14時からの1時間だけ。シェフがお昼の料理が終わって休憩している時間帯である。場所は、市役所の近くで、柏駅から遠くない。柏市のカシニワの補助金をいただけた制度を利用して空き地を活用した。農家は自分で野菜を運び込んで自分で販売する。そこで、野菜をただ市場に出荷しているだけではわからない情報に触れる。自分の作った野菜が人気があるのか、品質として消費者にどのようか、品質として消費者にどのようか、時には厳しい現実を知ることにもなる。また、どのような消費者のニーズがあるのか

か肌で知ることになる。例えば、本当に小さなカブが欲しいという声がある。エフから出てくる。普通の出荷では思いもつかないことである。



駅デッキでのマルシェへの進展

シェフたち向けの路地裏マルシェから、柏駅前のデッキ広場を利用した街の活性化事業の一環として、一般市民向けのマルシェを始めた。最初は、買いに来る人がいるのか不安であったが、駅を利用する仕事帰りの人たちが喜んで買ってくれる。マルシェの拡大版として経営に寄与している。

路地裏マルシェの課題

これから路地裏マルシェの継続性を保つていくためには、消費者のニーズに応じていく必要がある。季節の旬の路地もの中心ではシェフを満足させることができない。品ぞろえをもっと豊かにする必要がある。労力を、ボランティアの人たちに頼っているが、その人たちにうまく働いてもらう仕組みが必要である。

パソコン・スマホ無料相談会



パソコンやスマホの使い方、選び方、ウイルス対策、費用など、どのような相談でも構いません。当日自分のパソコンを持参いただいたの相談も受け付けます。予約不要。

・日時 3月4日(土) 10:00~16:00
・場所 パレット柏オープンスペース
・問い合わせ先 セカンドライフファクトリー 電話: 04-7100-8023
メール: info-slf@jcom.home.ne.jp

わいわいサロン会員募集

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。時間の都合がつくときだけの参加も歓迎です。参加費無料。

- ・スマホを使おう!
- ・写真を楽しもう!
- ・ホームページを作ろう!
- ・エネルギーを知ろう!
- ・月1ウォーキング!
- ・投資を楽しもう!



詳細は

広告



髪の毛の寿命を見直しませんか??

頭皮・髪の毛のお悩みのお手伝いします!!

電話・ネットにて販売を承っております。

遺伝子科学 株式会社アドバンジェン
TEL 0120-19-3150
http://www.advangen.co.jp/



庭木のお手入れは SLFガーデン サポートへ お見積り無料

安価で丁寧な仕事 庭木の改作を提案

TEL 04-7100-2839
http://slf-gardensupport.com/



暮らしの支援 えんがわ

生活のお手伝い

お掃除 お庭仕事 買い物代行 困りごと相談

TEL 04-7100-2839
http://kurashi-engawa.com/