

「通いの場」は、地域住民が気軽に集い、ふれあいを通して「生きがいづくり」「仲間づくり」の輪を広げ、ひいては健康寿命を延ばそうとする取り組みです。柏市の補助金を活用しながら、コミュニティルーム「はなみずき」とNPO法人ビレジサポートが運営する IVY-LABO が一体となり「通いの場」の運営を行っています。「通いの場」の活動は「かしわフレイル予防ポイント」の対象です。



コミュニティルーム
はなみずき



コミュニティスペース
IVY-LABO



安井 華 木彫作品展

11月17日(月)
～28日(金)



「森のめざめ」

特別企画 ギャラリートーク + チェロ リサイタル



11月22日(土)
14:00～16:00

参加料 500円

申込：はなみずきで受付中
先着 50名

第19回 和菓子教室

オレンジピールあん入り
ちょっとおしゃれな



チョコレート饅頭

日時：11月29日(土) 14:00～16:30

場 所： はなみずき 講師： 白鳥 優子氏

参加費： 1,000円 定員 10名

参加申込： 締切 11月19日(水)

「参加申込書」(裏面)をはなみずきに提出して下さい。
(FAX：04-7149-8734 も可) 多数の場合は抽選

木枯らし吹いたら 温かい

麺 類

どれも 450円



かき揚げそば

鍋 焼
エビうどん

巾広味噌
煮込みうどん

「通いの場」1月～3月活動予定

2025年度「通いの場」の活動も終盤に入りました。
皆様のご参加、ご支援に感謝申し上げます。

1月～3月に予定する活動は以下のとおりです。
各イベントの詳細は今後の「通いの場」通信でご案内
しますので、奮ってご参加ください。(特記のない会場は
「IVY-LABO」又は「はなみずき」)

➤ 柏市出前講座 フレイルチェック

1月20日(火) 10:00～11:30

会場：自治会館 1Fホール

➤ 第3回 柏ビレジ探鳥会

1月29日(木) 9:00～

場所：水辺の公園周辺、IVY-LABO

講師：我孫子野鳥を守る会有志

➤ 第16回 歌声喫茶

2月5日(木) 14:00～16:00

➤ 終活シリーズ「高齢者の口腔ケア」

3月上旬

講師：柏北部地域包括支援センター長 山本敏子氏

➤ サイドビジネス チャレンジ プログラム 発表会

3月14日(土) 14:00～16:00

会場：KOIL(柏の葉キャンパス駅 西口)

➤ 第22回 ジャズライブ

3月21日(土) 18:00～20:30

➤ 健康体操：毎月4回

日曜日の居場所、提供しています！

Community Space
IVY-LABO

第1・第3 日曜日
10:00～16:00
無料開放・予約不要

囲碁・将棋・カード・手芸など、趣味の
仲間、県人・同窓の集まりなど、仲間と
誘い合わせて、楽しくお使いください。

利用方法・注意事項はこちらから →



はなみずき、IVY-LABOは、月、火、水、金、土曜日の11:00 ～ 16:00 にオープンしています。

<照会先> はなみずき：04-7149-8734 IVY-LABO：04-7106-5117

「通いの場」 活動レポート

第21回 ジャズ・ライブ 10月4日（土）18:00～ 於 はなみずき

2010年に始まったラ・フィエスタによるジャズ演奏会は、21回目も前売券完売で、椅子の配置を工夫して追加の席を設けましたが、当日来場されなかった方がおられました。後日お聞きしたら予定を忘れていた由。もったいない！カレンダーに○を付けましょう！

ラ・フィエスタは、リーダーの清水 亮さん（Sax）と3人の仲間が夫々の技と持ち味を発揮しつつ見事なアンサンブルを響かせ、満場の参加者はアップテンポの曲に体を揺らせ、スローな曲にしみじみと心をゆだね、ジャズ生演奏の醍醐味を楽しみました。

次回は3月21日（土）を予定しています。楽しみにお待ちください。



生活安全シリーズ「転倒防止対策」 10月24日（金）9:30～ 於 IVY-LABO

日常の暮らしの中で転倒・骨折し、要介護状態に陥る高齢者が多いと言われます。「通いの場」の健康体操講師で「柏介護予防講師ネットワーク」代表の本井傳 悟先生を講師にお招きし、転倒する原因、しないために日頃心がけるポイントをお話いただきました。

「鍛える」のではなく、「普段からバランスよく身体を使う」習慣を身に付けることが大切で、特に足指5本を意識して使うことで、脚、腰、背中、肩、頭の位置が矯正されて転び難くなる等々、ユーモアを交えての分かり易い解説に、16名の参加者は深く納得した様子でした。今後の生活安全シリーズに、更に多くの参加者を期待します。



「ファミリークリスマス 2025」 予告 （詳細は別途ご案内します）

Family Christmas 2025 12/13（土）13:00～

会場：アイビーモール/はなみずき/IVY-LABO
主催：柏ビレジ・イベントサークル 後援：柏ビレジ自治会 雨天の場合：12/14（日）
イベントを裏方でサポートいただける方募集中！ IVY-LABO受付にお申し出ください！



11月29日（土）「和菓子教室」 参加申込書 申込締切：11月19日（水） 定員10名

氏名：_____ 申込日：____/____/____

住所：_____ 第_____支部 _____ 街区 _____ 番）

電話：_____ メール：_____

この申込書を「はなみずき」にご提出ください。 FAX（04-7149-8734）もご利用いただけます。