千葉県立 Kashiwanoha Park——2016 季刊
Vol.2 秋号

柏の葉公園だより

千葉県立柏の葉公園指定管理者
柏の葉みどりの公園グループ
(一財)千葉県まちづくり公社

柏の葉公園内のコミュニティ体育館に、トレーニング施設があることはご存知ですか？

トレーニングで大切なことは続けること!!

開館時間
9:00～21:00(受付20:00まで)
<平日の月曜休館>







新規トレーニング講習会

予約制

★初回は講習会を受講してください。
全ての器具の使い方を、トレーナーがわかりやすく説明します。



有酸素系トレーニングマシン 3機種 9台

筋力トレーニングマシン 17機種 18台



足腰を強くしたい！肩こりや腰痛を治したい！そんな方は…

雨でも気にせず、しっかり運動できます。

利用料は1時間110円。シャワー使用料含む!!

格安ですね！

冷暖房設備がないのが難点ですが、ひと汗かいた後はシャワーも使えます。利用料に含まれているので安心してください。

例)1日1時間 1ヶ月利用の場合
1時間110円×25日＝2,750円

利用してみたい！と思ったら…

まずは
コミュニティ体育館へ
お電話ください。

ストレッチング講習会

14:00～15:30
参加費200円(保険料含む)

予約制



毎月2～3回1時間30分、コミュニティ体育館アリーナで、ストレッチング講習会を開催しています。年齢層は20代から70代まで、無理なく、気持ち良く身体をほぐせます。

ストレッチング講習会　日程	
10月2日(日)／10月20日(木)	申込受付中
11月4日(金)／11月23日(水･祝)	申込　10月20日(木)9:00～
12月6日(火)／12月24日(土)	申込　11月23日(水)9:00～
1月7日(土)／ 1月26日(木)	申込　12月24日(土)9:00～

～講習会のお申込みはお早めに～　コミュニティ体育館 ☎ 04-7134-3500

講習会等のご案内

緑の講習会　講習時間13:30～15:30　申込開始：前月5日の9:00～受付　☎公園センター

11月2日(水)
樹木ツアー いろいろな木の実
●定員：30名
●講師：八田洋章
多くの樹木は春に花が咲き、秋には実ります。八田先生と園内を散策しながら木の実を探し、いろいろな説明を伺います。
ぜひ筆記用具を持参しましょう。

11月8日(火)
洋ラン冬の管理
●定員：30名
●講師：江尻宗一
充実してきた株は、年末から年明けにかけて花芽を上げて開花する季節に入ります。冬は夏の栽培期間とは全く違った管理が必要です。株の仕立てや、冬の水管理などを覚えてきれいに咲かせましょう。
育てている株の相談株はぜひお持ちください。

11月16日(水)
葉ボタンでゴージャスなハンギングバスケット
●材料費：3,000円
●定員：20名
●講師：山口まり
ミニの様々な葉ボタンをぜいたくに使ってゴージャスに仕上げます。もちろん花も入り、例年のようにステキなハンギングが玄関先を飾ります。

12月2日(金)
クリスマスとお正月両方に使える寄せ植え
●材料費：2,800円
●定員：20名
●講師：田中舘清子
●持ち物：鉢など
春まで飾っておける寄せ植えを作ります。クリスマスやお正月を演出する工夫や、その後の管理方法もお教えします。

12月4日(日)
サンタのちぎり絵
●材料費：300円
●定員：20名
●講師：宮本弘子
お部屋にちょっとだけクリスマスの飾りがあれば…。ミニ色紙に、和紙を手でちぎりながら貼り付けて、手作りのサンタさんの壁かけを作りましょう。
小学生以上(3年生以下は保護者同伴)

1月12日(金)
冬の庭の演出 クリスマスローズ ～年間管理～
●材料費：1,000円
●定員：30名
●講師：横山直樹
年間管理を学ぶのはもちろん、新品種の紹介もあります。
苗(プチドール)を持ち帰り、早速育ててみましょう。

茶道講習会　☎茶室「松柏亭」

口切りの茶事を体験してみよう(小間)
11月5日(土)・6日(日) 11:00～16:45 申込10/7 (金)9:00～
●材料費：9,500円　●定員：6名

初釜の茶事を体験してみよう(小間)
1月14日(土)　11:00～15:45　申込12/9 (金)9:00～
●材料費：8,400円　●定員：6名

初釜の茶会
1月22日(日)　13:30～15:45　申込12/23(金)9:00～
●材料費：1,100円　●定員：18名

茶室・日本庭園ガイドツアー
10月15日(土) 13:30～15:00　申込受付中 9:00～
●参加費：750円　●定員：10名

ストレッチング講習会
参加費：200円(保険料) 時間／14:00～15:30
☎コミュニティ体育館
10月2日(日)・20日(木)　申込受付中
11月4日(金)・23日(祝)申込10/20(木)9:00～
12月6日(火)・24日(土)　申込11/23(水)9:00～
1月7日(土)・26日(木)　申込12/24(土)9:00～

ワン-POINT Lesson (犬のしつけ方教室)
参加費(1頭につき)1,000円<各20頭>
●午前の部 (10:00～12:00)
●午後の部 (13:30～15:30)
第1回 12月11日(日) 申込11/ 9(水)9:00～
第2回　1月 8日(日) 申込12/11(日)9:00～
第3回　2月12日(日) 申込 1/ 8(日)9:00～

ノルディックウォーク体験会
ポールレンタル
希望者は要申込
●10月 6日(木)
●11月10日(木)
●12月 1日(木)
● 1月10日(木)
費用:200円(保険料含む)
8:45 コミュニティ体育館前集合
9:00 開始 ～12:30 終了予定

ウォーキング教室
各日当日申込み
●10月 4日(火)
●11月 1日(火)
●12月 6日(火)
● 1月10日(火)
費用:200円(保険料含む)
9:00 コミュニティ体育館前集合
9:20 開始～12:30 終了予定

柏の葉ウォーキングクラブ　☎04-7131-5880(柳田)

イベント
★柏の葉公園ウォーキング＆ノルディックフェスタ
10月9日(日)　受付＆スタート会場　総合競技場
★オータムフェスタ2016　北エントランスと野外ステージ
10月29日(土)30(日)10:00～15:30
★キッズウィンターフェスタ　公園センター 四季の広場
12月10日(土)10:00～15:00

ジュニアソフトテニス教室
各日当日申込み
●10月22日(土)
●11月12日(土)
●12月10日(土)
場所／庭球場
※雨天中止
時間／9:00～13:00

ギャラリー展示
11月11日(金)～14日(月)
秋季盆栽展示会(山友会)
11月18日(金)～20日(日)
秋の盆栽展(柏盆栽会)

千葉大学主催講演会　申込開始：前月5日の9:00～受付　☎公園センター

千葉大学キャンパスツアー
特別講演会7,8
10月25日(火)
午前の部　10:00～12:00
午後の部　13:30～15:30
●講師：三輪正幸(千葉大学助教)
●定員：各40名(無料)
●対象：一般
●内容：千葉大学柏の葉キャンパス内のツアー。研究圃場などの通常は見学できない施設を見学できます。集合は公園センター2階大会議室で雨天決行。

果物を試食しながら糖度をはかろう！
特別講演会9,10
10月28日(金)
午前の部　10:00～12:00
午後の部　13:30～15:30
●講師：三輪正幸(千葉大学助教)
●定員：各40名(材料費200円)
●対象：一般
●内容：果物が食卓に多く並ぶ季節。大学で用意した果物を試食しながら糖度をはかる実験を体験できる講演会です。自身で育てた果物の持ち込みも可。

蜜ろうハンドクリームづくり体験会
環境講演会5,6
12月20日(火)
前半の部　10:00～12:00
後半の部　13:30～15:30
●講師：三輪正幸(千葉大学助教)
●対象：一般
●定員：各40名(材料費300円)
●内容：ろう(ミツバチの巣)からハンドクリームができます。花や果物の精油を加えて、作ってみましょう。ハンドクリームは持ち帰ることができます。



アクセス
■お車でお越しの方
常磐自動車道「柏IC」より車で5分。
■電車でお越しの方
常磐線・東武野田線柏駅西口東武バス2番乗り場より「国立がんセンター行」または「柏の葉キャンパス駅西口行」に乗車(約20分)。「三井住宅前」あるいは「柏の葉公園中央」下車。
■徒歩でお越しの方
つくばエクスプレス(TX)柏の葉キャンパス駅より徒歩約20分。

公園施設案内

公園センター	9:00～17:00 (年中無休)	☎04-7134-2015
コミュニティ体育館	9:00～21:00 (受付20:00まで)	☎04-7134-3500
総合競技場	9:00～21:00 (共同利用は17:00まで)	☎04-7135-5012
庭球場	9:00～21:00(17時以降の利用予約は3日前まで)	☎04-7135-5014
野球場	9:00～17:00(4月～9月は19:00まで)	☎04-7132-4607
日本庭園「松柏亭」	9:00～21:00(呈茶利用は10:00～16:00)	☎04-7134-2017
緑の相談所	10:00～12:00／13:00～16:00(水・木・土のみ)	☎04-7134-2016
レストハウス バーベキュー場	9:30～17:00(季節により変更あり)	☎04-7134-3318 予約センター ☎050-5835-0493
ボート場	9:30～16:00(3月～11月末までの土・日・祝日)	☎04-7134-2015
第1・第2駐車場	7:00～21:15 無休(月曜日は17:15まで月曜日が祝日の場合は21:15まで)	

※本紙に記載されている内容につきましては、都合により変更になる場合がございます。詳細は、下記までお問い合わせください。

自然・文化・スポーツを楽しもう！ 千葉県立 **柏の葉公園** ☎04-7134-2015
〒277-0882 柏市柏の葉4-1　http://www.cue-net.or.jp/kouen/kasiwa/

発行者：一般財団法人千葉県まちづくり公社　柏の葉公園管理事務所　2016.9.27発行