



ボランティア募集

茶山台団地内さまざまなことに関するボランティア＝茶山の人を募集します！

- ・としよ係
- ・やまわけキッチンお手伝い
- ・子ども食堂のお手伝い

お問合せは各ページの下をご覧ください。

- ・DIYサポーター
- DIYサポーターのみ、DIYインスタグラムよりお問い合わせください▶



ちゃやまっくる始動

丘を切り拓いて作られた茶山台校区は、坂道が多く、買い物や病院に行くのが不便という声があります。それに応える移動手段として、公道走行可能なゴルフ場のカートを活用した移動支援「ちゃやまっくる」の運行を開始します。

運転手大募集!!

団地ライフラボat茶山台まで



やまわけキッチン× 帝塚山学院大学

糖尿病の方でも安心な「低糖質から揚げ弁当」の試食会と、健康栄養講話を行います。

日時 5月20日(火)12時～13時

場所 茶山台としよかん

健康栄養講話「体にやさしい食事」講師：帝塚山学院大学 管理栄養学科 南野幸生先生

後援 (一社)全国栄養士養成施設協会

QRコードより予約してください。
5月19日(月)締切(先着30名)▶



今年もあります!16棟マルシェ

16棟マルシェは、マーケットあり、ドリンクあり、食べ物あり、音楽あり、体験あり、健康チェックあり、おしゃべりあり、のんびりあり、笑いあり。

今、茶山台団地で起こっている日常が一堂に集まり、みんなで共に作り上げる「茶山の丘の小さな文化祭」です。



普段人通りの少ない16棟周りで
6月7日(土)1日だけのマルシェを開催します。

茶山台新聞

CHAYAMADAI SHINBUN

2025

5

2丁1番・2番自治会ニュース

総会開催日は 5月18日(日)です

今年度定期総会を会則第16条に基づき開催いたしますので、ご出席ください。欠席される方は委任状にご記入の上、期限までに階段長へ必ずご提出願います。

委任状回収の流れ

階段長へ提出……5月4日迄
自治会長へ提出……5月6日迄
ご協力よろしくおねがいします。

総会について

開催日 2025年5月18日(日)10時～
場所 南図書館 ホール

プラごみ・廃品回収、ビン・カン、 回収日当日に出しましょう

生活ごみはダストシューターに、それ以外の紙や段ボール・布の回収、プラスチックごみ、空き缶やペットボトルは、カラスの被害を無くすためにも収集日当日に出してください。

特にプラスチックごみは、洗ったものだけにしてください。
ご理解、ご協力の方、よろしくお申し上げます。



今月の引き落とし 5月28日(水)

自治会サポーターズに なりませんか?

現在、公社茶山台団地自治会は、ボランティアセンターとして活動しています。役員会も全てボランティアで公募制です。随時、新しく活動する仲間を募集しています。

今後のスケジュール

公園愛護清掃

日時 5月25日(日)9時～

自治会へのお問合せについて
LINE公式アカウントからご連絡ください▶
(TEL:090-3584-7080)



予約型駐車場を借りるには?

茶山台団地では無料駐車スペースは廃止し、予約型駐車場のみとなっています。会社によってインターネットを利用した予約型有料駐車場サービスが開始されています。

akippa



タイムズのB



緊急避難場所

下記QRコードでGoogleマップで避難ルートを表示します。

風水害災害時



茶山台小学校

地震災害時



茶山台小学校
若松台中学校



- 茶山台幼稚園
- 19棟 集会所 茶山台としよかん
- 21棟 302号 やまわけキッチン
- 21棟 301号 茶山台ほけんしつ
- DIYのいえ
- 24棟 集会所
- 7棟 集会所

※駐車場はPの
コインパーキングを
ご利用ください。



茶山台としょかん

静かに本を読んだり、誰かとお話したりできる、赤ちゃんから大人まで地域みんなの居場所です。

スマホのお困りごと相談会

スマホの初歩的な使い方わからないこと、としよ係と一緒に考えます!

●スマホ等の操作に関しては、一緒に考えることができますが、操作以外ではわからないこともありますのでご了承ください。

日時 毎週(金)・(土) 10～12時

例えばこんなお困りごと

- スマホの通知音が急になくなった!
- LINEで友だちに写真を送りたい!



ちゃやマルシェ
(野菜の移動販売)
のお帰りにフラット
お立ち寄りください!

みんなで食べよう! 夜ごはん オトナカイギ

毎月恒例の一人一品持ち寄りの晩ごはん会です。団地内外どなたでも参加していただけます。一緒にご飯を食べながらお話ししましょう。途中入退室OKです!

※未成年は保護者同伴をお願いします。

日時 5月23日(金) 18～21時

¥0 持ち寄り0縁マーケット

自分では使わなくなったけど、まだ綺麗だから誰かに使ってほしいという気持ちのリレーです。

※当日に“持ち寄り”、残ったものは引き取っていただく形になります。
※食品関係はご遠慮ください。

日時 5月17日(土) 10～11時



茶山台ほけんしつ

健康・医療・介護・子育てをテーマとした「茶山台ほけんしつ」。団地や地域に根差し、健康寿命の延伸を目的に活動を行います。

出張オークカフェ

楽しくおしゃべりするだけでなく、生活相談員に相談できます。

日時 5月12日・26日(月) 10～12時

ドリンク(コーヒー・紅茶) ¥200 など



【協力】よしみ会グランドオーク百寿「オークカフェ」生活相談員(社会福祉士)

まちかど保健室

看護師や理学療法士等の専門スタッフと、健康チェックやミニ講義、体操を行います。

※健康相談あり

生長会・悠人会
キャラクターにこまる



日時 5月13日(火) 10～11時30分

※6月以降は月2回実施します。5月のみ1回実施。

ミニ講座『コグニサイズ(認知症予防)』

特別養護老人ホーム ベルアルプ 担当:社会福祉士(講師)・看護師



【主催】社会医療法人生長会・帝塚山学院大学・大阪府住宅供給公社

縫いぬいの会

幼稚園で使ってもらうための雑巾を一緒に作りませんか?毛糸もいただいたので、編み物にも挑戦中。

●タオルや糸の寄付を引き続き募集しています。



磯田 久恵さん

日時 5月7日・21日(水) 13～14時30分



参加者の皆さまとコツコツと縫い続け、3月末に100枚達成し、茶山台幼稚園にお届けさせていただきました。

健康体操

茶山台ほけんしつでは、健康体操を行っています。定期的に通うことで効果抜群!

日時 毎週(木) 10～11時

持ち物 汗拭きタオル・飲みもの

プログラム

- | | |
|--------------|------------------|
| ①挨拶 | 会話でお互いの健康チェック! |
| ②準備体操「ラジオ体操」 | ラジオ体操でまずは体を温めます。 |
| ③今日の「健康体操」 | 動画をみながら体を動かします。 |
| ④最後はニコッリ! | 今日もお疲れさまでした! |

体操後は水分補給。その後、希望者のみカフェタイム
みんなでワイワイお茶しませんか?



5月1・8・15・22・29日開催!
健康体操のお手伝いに来てくださる方、大歓迎!9時30分から準備しています!

未就園児イベント 茶山さんいらっしゃい!

茶山台に引っ越してきた方や茶山台にある園に通い始めた子など、初めましての人も気軽に集れるイベントです。もちろん茶山台じゃない方も大歓迎!近所のママ友や同じ園に通うお友達と出逢えるチャンスかも!読み聞かせ、手遊び、制作などのお楽しみもあります。

日時 5月30日(金) 10時30分～11時30分

出入り自由!
0歳から参加OK!



茶山台としょかんとは?

利用の減った団地の集会所に、読まなくなった本をみんなで持ち寄って、「茶山台としょかん」を設立しました。ご年配の住民さんが立ち寄って本を読んだり、子ども達が宿題をしたり、みんなのスペースになっています。

外壁を子ども達がペイント!!



どなたでもご利用できる室内!



この看板が開館の目印です!



開館日 毎週(水)15～17時 (金)・(土)10～17時

基本ルール お互いの過ごしたい時間を大切に。

もみほぐし 事前予約制

痛みの緩和などにも繋がる「触れるケア」を体験しに、またちょっと聞いてよ!のお喋りにも、是非お気軽にお立ち寄りください。



澤谷 文乃さん



佐藤 訓子さん

日時 毎週(金) 10～15時

料金

・お肌に触れるケア(手・顔)	10分500円
・もみほぐし(頭・体)	20分1,000円
・お肌に触れるケア(足)	※以降10分延長ごとに500円

事前予約の手順 TEL 080-5842-9894

- ①事前予約フォームに入力、もしくは電話にて問い合わせ
- ②ご希望の日時を調整し、メールもしくは電話にて予約を確定



どなたでもお使いいただけます! 土・日はレンタルスペース

お友達やご家族を呼んでの誕生日会などの季節行事・教室などにご活用いただけます。まずはお問い合わせください。

料金 公社茶山台団地住民さん:1時間800円
団地外の方:1時間1,000円

日時 毎週(土)・(日)9～17時

ご予約は
団地ライフラボat茶山台
080-5842-9894

Instagram
はこちら▶



Instagram
はこちら▶



2025 5月

茶山台としょかん

- としょカフェ
- 0縁マーケット
- スマホ相談会
- オトナカイギ

茶山台ほけんしつ

- 出張オークカフェの日
- 縫いぬいの会
- もみほぐし
- まちかど保健室
- 健康体操

7棟集会所

- おやつとコーヒーの日
- たこ焼き部7
- 茶べり場
- 茶山の子食堂

やまわけキッチン

- やまわけ営業日
- おかずBOX
- 豊田薬局さんでお弁当の販売 (茶山台センター内)

ちゃやマルシェ

10:30~12:00
19棟集会所横で開かれる野菜の移動販売

DIYのいえ

10:00~17:00 ※水曜は事前予約制
工具や作業スペースを無料で使い、サポートもあります。

- ペットボトル
- プラスチック
- 缶・瓶
- 小型金属



月	火	水	木	金	土	日	
			1	2	3	4	
			おやつとコーヒーの日 たこ焼き部7	おやつとコーヒーの日 たこ焼き部7	としょカフェ スマホ相談会	としょカフェ スマホ相談会	DIYのいえ
			健康体操	健康体操	生活ごみ 廃品回収	生活ごみ 廃品回収	ペットボトル プラスチック 缶・瓶 小型金属
5	6	7	8	9	10	11	
ペットボトル		事前予約制 DIYのいえ	野菜を切る日	おかず詰める日	としょカフェ スマホ相談会	としょカフェ スマホ相談会	DIYのいえ
12	13	14	15	16	17	18	
		事前予約制 DIYのいえ			としょカフェ スマホ相談会	としょカフェ スマホ相談会	DIYのいえ
19	20	21	22	23	24	25	
	イベント開催	事前予約制 DIYのいえ			としょカフェ スマホ相談会	としょカフェ スマホ相談会	DIYのいえ
26	27	28	29	30	31		
		事前予約制 DIYのいえ		イベント開催	としょカフェ スマホ相談会	としょカフェ スマホ相談会	DIYのいえ

緊急連絡センター 06-6203-6000
夜間・休日に、断水・浸水・火災等の緊急を要する事故が発生した時に緊急連絡センターへご連絡ください。

泉北センター 各種申請関係 (団地マネジメント課) 072-343-0187
(公社賃貸スマリオ) 修繕関係 (施設課)..... 072-343-0189



自治会 090-3584-7080
◀LINE公式アカウントからご連絡ください

7棟 集会所

シェアキッチン付きの多目的な集会所。昼間は軽食とコーヒー。夜はたこ焼き。

“おいしい”と“やさしい”を叶えるから嬉しい米粉のおやつ 米粉と発酵おやつcocoti(こち)



“おやつで気軽に栄養を!”がcocotiのコンセプト。米粉と甘酒を使ったグルテンフリーな発酵おやつ♪「こだわりマフィン」をぜひ♪

- 甘酒や麴、みりんなど、発酵素材を使った米粉のおやつ、米粉の焼菓子など

日時 5月16・23・30日 11時30分～15時30分
5月31日 11時30分～16時30分



自家製酵母のおやつや googoo(ぐーぐー)



自分で作ることで食べ物への感謝が強くなり、食べてもらう瞬間は何より贅沢だと感じます。そんな思いを胸に、自家製酵母を使った“ひと手間かけた身近なおやつ”をみなさまへ…。

- 自家製酵母を使ったスコーンとドーナツ、その他季節のおやつなど

日時 5月2・21日 11時30分～16時
5月10・13日 11時30分～15時30分



ふわっともちり米粉パン グルテンフリー 米粉パンKipumu



米粉100%で、小麦アレルギーの方でも安心!みんなで一緒に美味しいものを食べて喜んでいただきたいと思い、作り始めました。米粉パンも販売します。

- 小麦粉、卵、乳製品不使用の米粉のパン、蒸しパン

日時 5月1・8・15・22・29日
10時30分～16時



7人集まれば毎日開けられる!たこ焼き部部員募集中! たこ焼き部7



たこ焼きで住民のみなさまに喜びを届け、コミュニケーションを楽しみ、いかに美味しいたこ焼きになるかを探求する部活動。テイクアウトもOK!

- たこ焼き・泉北レモンを使ったレモンサワーなど 300円～

日時 5月7～9・12・14～16・19・20・27～29日
19～21時



ドリンクメニュー コーヒー(Ice/Hot) ¥400 ※それ以外のドリンクは、各出店者によって用意しています。

茶べり場

何もしなくてもいい。なにがしてもいい。ただほっとできる場所、ほっとできる時間に使ってくれればいい。中学生が主な対象。勉強サポートも同時開催!

日時 第3水曜日 18～21時

茶山の子食堂

茶山台に住む子どもたちと、月1回土曜日の昼ごはんと一緒に食べる子ども食堂「茶山の子食堂」です。

日時 5月17日(土) 11時30分～13時30分

場所 7棟集会所

料金 子ども100円・大人300円 メニュー 甘ロカレー



やまわけキッチン

やまわけキッチンは、地域みんなが集い、おいしいご飯と楽しい時間を“山分け”る、イトイン(惣菜を店内で食べる)ができる場所です。

配達します!
お気軽にご連絡ください



5月のカレンダー



今日の揚げ物 150円～200円程度
今日のメインメニュー 200円～300円程度

月	火	金	土
		2 *レンコンメンチカツ *豆腐のエビチリ	3 休み
5 休み	6 休み	9 *エビフライ *回鍋肉 おかずBOX	10 *魚の竜田揚げ *ピーマンの肉詰め
12 *キャベツ入りメンチカツ *初夏野菜の酢豚	13 *春巻き *ゆで卵のポテトグラタン	16 *梅しそロールカツ *エビとブロッコリーの香味炒め 大人カレーの日	17 *油淋鶏 *豚キムチ
19 *チキン南蛮 *ニラの油揚げ餃子	20 *イカリングフライ *甘辛プルコギ	23 *チキンカツ *ロールキャベツ	24 *大葉チーズロールカツ *豚こまの南蛮漬け
26 *野菜のロールカツ *和風チャプチェ	27 *エビと大葉の春巻き *サクサクレンコンつくね	30 *カツとじ *青椒肉絲	31 *ささみの大葉フライ *アスパラと豚の生姜焼き

お持ち帰りのお弁当のご注文方法

- ①お電話から TEL 072-283-5928
- ②LINE公式アカウントから
※当日の朝の8時まで
(それ以降のご予約は電話のみとなります。)
- ③直接のご来店
お渡しまで少しお待ちさせていただきますので
事前にお電話いただけるとありがたいです。



おかずBOXは事前予約制

QRコードよりお申し込みください→



今月のやまわけ!

やまわけのマルシェ弁当 500円

※6月7日16棟マルシェでのお渡し

6月7日の16棟マルシェで販売するお弁当のご予約を受付けます。下記注文書を店頭にお持ちいただくかお電話ください。当日分もご用意ありますので、ぜひやまわけキッチンのブースに足をお運びください!



やまわけ助っ人募集中!

- ・8日13時～15時:野菜を切ったりの作業
- ・9日14時～16時:おかずの詰め詰め作業

手伝ってくださる方、募集中です!
興味ある方は、スタッフにお声がけください!

ゴールデンウィークの営業 5月3～6日の祝日はお休みをいただきます。

カレーの日のメニュー 5月16日は「春野菜のキーマカレー」(予定)
※持ち帰り、配達もできます。

やまわけキッチン 茶山台団地21棟302号 月・火・金・土 11～15時 072-283-5928

Instagramはこちら▶



(申込日) 月 日 *やまわけ注文書* やまわけのマルシェ弁当* ご注文は電話でもお受けします ()

お名前			電話番号		
住所 (配達の場合のみ記入)					
マルシェ弁当 (500円/1個)	個	備考欄	雨天延期の場合(8日)でも必要ですか?	やまわけキッチン側メモ欄(担当:湯川・高尾・廣出)	
合計	円		要・不要	支払: 領収済(/)・未 受け渡し場所: 16棟マルシェ・配達	

(引換券) ※引換券は、やまわけキッチンスタッフが記入します。

お名前	精算: 支払済・当日払い		受け渡し場所: 16棟マルシェ・配達
マルシェ弁当 (6/7)	個	備考欄 (バックの仕方など)	



Instagram

お問合せ先

茶山台団地7棟集会所 平日 10～16時
(団地ライフラボat茶山台) 080-5842-9894

住民さん特典コーヒー

¥300 棟 号室
このチケットをご持参ください。