



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！

- ・としょ係
- ・やまわけキッチンお手伝い
- ・茶山の子食堂のお手伝い

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▶



ちゃやまっくる活動中

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」を運行しています。

運転手大募集!!

団地ライフラボat茶山台まで



お米・寄付のお願い!

7棟集会所にて、毎月1回、「茶山の子食堂」を開催し、子どもも大人もみんなでワイワイ楽しく食事ができる機会を提供しています。毎回40～50人の子どもたちが利用してくれています。「茶山の子食堂」にて、食材、特にお米や現金のご寄付を募集しています。

・団地ライフラボat茶山台

LINE公式からもお問い合わせいただけます▶



2丁1番・2番自治会ニュース

茶山台野外映画祭「ザ・夕涼み上映会」開催



8月2日(土)、2年ぶりに夏祭り&上映会を開催しました!当日は、およそ950人の参加があり、大盛況でした。

子どもたちの夏の思い出づくりと多世代地域交流ができました。ご協力ありがとうございました。

主催:茶山台校区自治連合会

プラごみ・廃品回収、ビン・カンは、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回収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。

ご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。



自治会サポーターズについて

LINE公式アカウントの登録をお願いします!



また、自治会についてのお問い合わせも、LINEが便利です。また地域情報も流れます。この機会にご登録をお願いします。(TEL:090-3584-7080)

今後のスケジュール

しまうま公園清掃

日時 9月14日(日)8時～

公園愛護清掃

日時 9月28日(日)9時～

予約型駐車場を借りるには?

茶山台団地では無料駐車場スペースは廃止し、予約型駐車場のみとなっています。公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

駐車場をWeb予約
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

9月7日は白露・23日は秋分

読書の秋 スポーツの秋 食欲の秋 芸術の秋
いろいろな秋が楽しめる季節がもう目の前なのに、
まだまだ残暑が厳しそうですね。
秋を楽しみに、もう一踏ん張りしましょうね!



100円子ども弁当では、
食の機会をいろいろな形で楽しみました。



※駐車場はPの
コインパーキングを
ご利用ください。

WEBサイト「茶山台新聞」はこちら▶
ロゴデザイン:okurudesign



茶山台としょかん

スマホのお困りごと相談会

スマホの初歩的な使い方でわからないこと、としょ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出なくなった！
- 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)
のお帰りにフラッと
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 9月26日(金) 18～21時

本の受け取り方について

- ①茶山台としょかん開館時間内に持ち帰りください。
- ②一人3冊程度までとさせていただきます。
- ③としょ係に直接お渡しください。としょ係より、カードをお渡しますので、メッセージのご記入をお願いします。お手間がかかってしまい申し訳ないのですが、人から人へと繋がるとしょかんでありたいと思いますので、ご協力よろしくお願いします。

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 9月20日(土) 10～11時



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のみんなの居場所です。

茶山台ほけんしつ

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 9月1・29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)

縫いぬいの会

幼稚園で使ってもらうための雑巾と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 9月12・26日(金) 13～14時30分



たくさんのボタンなど、洋裁に必要なものをいただきました！チャヤフェス出店めざしての縫いぬいもしています。

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

日時 9月12・26日(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



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。

生員会・悠人会
キャラクターにこまる

日時 9月2日(火) 10～11時30分

ミニ講座『身体活き活き体操～心も身体も健康的に～』

担当：特別養護老人ホーム ベルファミリア
社会福祉士(講師)・ケアマネジャー/看護師

日時 9月16日(火) 10～11時30分

ミニ講座『理学療法士から学ぶ！筋力維持体操』 **体力測定**

担当：ベルピアノ病院 理学療法士(講師)・看護師



【主催】社会医療法人生員会・帝塚山学院大学・大阪府住宅供給公社

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 9月4・11・18・25日(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？



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！

茶山台としょかんとは？

利用が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、子どもたちが宿題をしたりできる、みんなのスペースになっています。

外壁を
子どもたちが
ペイント！！



どなたでも
ご利用になれる室内♪



この看板が
開館の目印です！

開館日 毎週(水)13～17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。

お問合せ先 茶山台団地19棟集会所 (NPO法人 SEIN)
(茶山台としょかん) 072-355-3225 水・金・土 10～17時 (水は13時から)

Instagram
はこちら▶



お問合せ先 茶山台団地21棟301号室 (団地ライフラボat茶山台)
(やまわけキッチン隣の部屋) 080-5842-9894 月～金 10～16時

Instagram
はこちら▶



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 まちかど保健室
縫いぬいの会 健康体操
もみほぐし

7棟集会所

おやつとコーヒーの日 茶べり場
たこ焼き部7 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え、サポートもあります。



ゴミの日

生活ごみ ペットボトル 缶・瓶
廃品回収 プラスチック 小型金属

清掃活動

※詳細は、最終ページの自治会ニュースをご覧ください。

月	火	水	木	金	土	日
1 🍷 🏠 🍡 🍽️ 📋	2 🍷 🏠 ☕ 🍰 🍡 🍽️	3 📖 ☕ (事前予約制) 🏠 🍡 🍽️	4 ☕ 🍰 🗑️	5 📖 ☕ 📱 🍡 🍽️	6 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	7 🏠
8 🍷 🍡 🍽️ 📋	9 🍷 🍡 🍽️	10 📖 ☕ (事前予約制) 🏠 ☕ 🍰 🍡 🍽️	11 ☕ 🍰 📦 🗑️	12 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	13 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	14 🧑 🏠
15 敬老の日 🍷 🍡 🍽️	16 🍷 🏠 ☕ 🍰 🍡 🍽️	17 📖 ☕ (事前予約制) 🏠 🗑️	18 🗑️	19 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	20 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	21 🏠
22 🍷 🍡 🍽️ 📋	23 秋分の日 🍷 🍡 🍽️	24 📖 ☕ (事前予約制) 🏠 ☕ 🍰 🍡 🍽️	25 ☕ 🍰 🍡 🍽️	26 📖 ☕ 📱 ☕ 🍰 🍡 🍽️	27 📖 ☕ 📱 🍲 🍽️	28 🧑 🏠
29 🍷 🍡 🍽️ 📋	30 🍷 🍡 🍽️					



7棟 集会所

シェアカ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。



自家製酵母のおやつや
googoo(ぐーぐー)



●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

※26日は、ドーナツありません

日時 **9月2日・10日・25日・26日**※
11時30分～15時30分





国産小麦100%の手作りパン
パン工房CROWA



●クロワッサン、メロンパン、その他季節限定パンなど毎日食べても飽きないパン

日時 **9月13日** 11時30分～16時





ふわっともちり米粉パン
グルテンフリー 米粉パンKipumu



●小麦粉、卵、乳製品不使用の米粉のパン、蒸しパン

日時 **9月4日・20日**
10時30分～16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。なにかしてもいい。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 **9月17日(水)** **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 **9月27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200円 **メニュー** お楽しみに♪



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。

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**



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



9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
1 * 白身魚のフライ * エビとズッキーニの冷やしラタトゥイユ	2 * そのままエビの春巻き * 夏野菜のハンバーグ 冷やし中華の日	5 * ナスのはさみフライ * ゴーヤチャンプル	6 * チキン南蛮 * 和風チャプチェ
8 * オクラ入りメンチカツ * 回鍋肉	9 * 魚の竜田揚げ * 八宝菜 冷やし中華の日	12 * エビフライ * チキンのトマト煮 おかずBOX	13 * イカのリングフライ * 鶏胸肉の南蛮漬け
15 休み	16 * ささみの大葉フライ * 夏野菜の冷製豚しゃぶ 冷やし中華の日	19 * 油淋鶏 * ピーマンの肉詰め オトナカレーの日	20 * 野菜の肉巻きフライ * 豆腐ハンバーグ
22 * 春巻き * ミートボール	23 休み おはぎの日	26 * 梅しそロールカツ * 夏野菜の酢豚	27 * かつとじ * 麻婆茄子
29 * キャベツ入りメンチカツ * 肉じゃが	30 * アジフライ * ナスのミートグラタン 冷やし中華の日		

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いたしますので
事前にお電話いただくとありがたいです。

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!

おはぎ・月見団子の日 **500円**

おはぎ、月見団子を販売します。申込書、もしくは電話で申し込みください。
おはぎ: 9月23日(11時から13時の間) 申込締切: 9月20日
月見団子: 10月6日(11時から15時の間) 申込締切: 10月4日
お引き渡し当日は、やまわけにお越しいただくか、配達いたします。

やまわけ助っ人募集中!

- ・11日(木) 10時～12時: 野菜を切ったりの作業
- ・12日(金) 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♪

夏限定のメニュー

定番のうどんの出汁は、【温・冷】を選べます。
毎週火曜日は冷やし中華が限定5食(9月末で終了)

オトナカレーの日のメニュー

9月19日は「**本格チキンカレー**」
※持ち帰り、配達もできます。

やまわけキッチン お問合せ先 | 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** おはぎ・月見団子* 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)						
おはぎ (200 円 /1 個)		あんこ きな粉	個 個	合 計	円	やまわけキッチン側メモ欄 (担当:湯川・高尾・廣出) 支払 : 領収済(/)・未 受け渡し場所 : やまわけキッチン ・ 配達
月見団子 (150 円 /1 個)			個			

(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: やまわけキッチン・配達		
おはぎ (9/23 11時～13時)	あんこ きな粉	個 個	月見団子 (10/6 11時～15時)		個		