



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
- ・茶山の子食堂のお手伝い

お問い合わ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・ご寄付のお願い!

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

インターネットがおすすめ 国勢調査の回答(10/8締切)



国勢調査は、我が国に住んでいるすべての人と世帯を対象とする国の最も重要な統計調査です。国勢調査から得られる様々な統計は、国や地方公共団体の政治・行政において利用されることはもとより、民間企業や研究機関でも広く利用され、そのような利用を通じて国民生活に役立てられています。

仮装茶山台団地防災Day を開催します!

いつか来るかもしれない災害に備えるために、茶山台団地防災Dayを開催します。当日は、ハロウィンも兼ねて開催したいと思っています。奮ってご参加ください!

開催日 10月19日(日) 10時～12時

場所 19棟集会所前



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 10月19日(日) 8時～

公園愛護清掃

日時 10月26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コードからGoogleマップの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

10月8日は寒露・23日は霜降

やっと涼しくなってきましたね。

10月25日(土)はみんなが楽しみにしている

「CHAYA FES 2025」が開催されます!

今年のテーマは、「茶山万博!」

未来へ繋ぐ、茶山台の力!

楽しみですですね♪



毎週木曜日の茶山台ほけんしつは
みんなで健康体操!身体を動かしています!



※駐車場はPの
コインパーキングを
ご利用ください。

CHAYAMADAI SHINBUN
茶山台新聞

2025
10

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でお願いします。

日時 10月31日(金) 18～21時

0歳から参加OK！ちびっこハロウィン

仮装してハロウィンに参加しよう！
お菓子の家に入ったら自由にお菓子をゲットしてね！
ハロウィン絵本の読み聞かせや製作もありますよ！
＊カボチャやプリンセス&プリンスの衣装貸出あり



出入り自由！
参加費無料！

日時 10月10日(金) 10時30分～11時30分

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としよ係に直接お渡しください。としよ係より、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よかんでありたいと思いますので、ご協力よろしくお願いたします。

¥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 10月18日(土) 10～11時



CHAYA FES 2025茶山万博に出店します！



日時 10月25日(土) 11時～15時

※25日は19棟集会所は閉館。 ※雨天の場合は26日に順延。



●本をご寄贈頂く際に、持ち主の方にメッセージを書いていただくカードです。
次、その本を読んだ方が感想を連ねられるようになっています。

静かに本を読んだり、誰かとお話ししたりできる、
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

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 10月20・27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 10月10・24日(金) 13～14時30分



雑巾にミャクミャク！
ほんと器用！かつユーモア
たっぷりの刺繍が素敵ですよ！
楽しみながら作られています。

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 10月3・17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、もしくは電話にてお問い合わせ
- 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 10月 7日(火) 10～11時30分

ミニ講座『骨の専門家と学ぶ

いつまでも元気に歩くための骨づくり』

担当：ベルランド総合病院 理学療法士 ・ 看護師

日時 10月21日(火) 10～11時30分

ミニ講座『堺ぬくもりカフェ(認知症カフェ)

ーベルアモールでの取り組みー』

担当：介護老人保健施設ベルアモール 介護福祉士



【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 10月2・9・16・23・30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！

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



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)
(やまわけキッチンの隣の部屋) 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
- スマホ相談会
- ¥0 0縁マーケット
- オトナカイギ
- ベビーイベント

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

※詳細は、最終ページの自治会ニュースをご覧ください。

清掃活動 **消防訓練**

月	火	水	木	金	土	日
		1 (事前予約制)	2	3	4	5
		としょカフェ スマホ相談会	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	
			健康体操	健康体操		
6	7	8 (事前予約制)	9	10	11	12
		としょカフェ スマホ相談会	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	
			健康体操	健康体操		
13 スポーツの日	14	15 (事前予約制)	16	17	18	19 防災Day
		としょカフェ スマホ相談会	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	
			健康体操	健康体操		
20	21	22 (事前予約制)	23	24	25	26
		としょカフェ スマホ相談会	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	
			健康体操	健康体操		
27	28	29 (事前予約制)	30	31		
		としょカフェ スマホ相談会	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		
			健康体操	健康体操		

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。



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

日時 10月8日・16日・24日・30日
11時30分～15時30分



“おいしい”と“やさしい”を叶える、からだ想いな米粉のおやつ

米粉と発酵おやつcocoti



●天然酵母米粉パン&焼菓子

日時 10月9日・25日・31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



●小麦粉、卵、乳製品不使用の米粉のパン、蒸しパン

日時 10月7日・29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 10月15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 10月18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♪



国産小麦100%の手作りパン
パン工房CR◎WA



「CR◎WAのパンを食べて笑顔になってもらおう!」私たちの笑顔と美味しいパンでたくさんの人が元気になる事を願います。

●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 10月11日 11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 10月2・4・9・10・11・16
23・24・25・30日 18～21時



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



10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
		3 * ナスのはさみフライ * 筑前煮	4 * 油淋鶏 * 豚コマの南蛮漬け
6 * イカリングフライ * ナスのミートグラタン 月見団子の日	7 * 野菜の肉巻きフライ * 八宝菜	10 * エビフライ * 肉じゃが おかずBOX	11 * オクラ入りメンチカツ * 鶏胸肉の南蛮漬け
13 休み	14 * チキン南蛮 * 野菜と甘酢あん肉団子	17 * ささみの大葉フライ * ピーマンの肉詰め オトナカレーの日	18 * 春巻き * 切り干し大根の巾着煮
20 * 梅しそロールカツ * ミートボール	21 * かつとじ * 鶏ミンチの信太煮	24 * 秋シャケのフライ * 秋野菜の酢豚	25 * レンコンのはさみフライ * 麻婆茄子
27 * そのままエビの春巻き * ポテト卵グラタン	28 * アジフライ * チキンのトマト煮	31 * キャベツ入りメンチカツ * 回鍋肉	

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! 月見団子の日とCHAYA FES

□月見団子を販売します。電話で申し込みください。
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。
□CHAYA FES 2025 にやまわけキッチン、出店します。
10月25日(土)11時から15時(※雨天の場合は、10月26日(日)に順延)
出店内容はまだ検討中ですが、ご希望あれば教えてください。



やまわけ助っ人募集中!

・9日(木)10時～12時:野菜を切ったりの作業
・10日(金)14時～16時:おかずの詰め作業

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♪

オトナカレーの日のメニュー 10月17日は「カレー粉で作るビーフカレー」
※持ち帰り、配達もできます。



やまわけキッチンとは?

手作りのお惣菜の小分け販売や、お惣菜にご飯とお味噌汁が付いたリーズナブルな定食メニューをご用意。地元の野菜を出来るだけ使い、栄養面などにも配慮したお惣菜により健康寿命の延伸に繋がりたいと考えています。

日常づかい
してもらいたい定食!



この看板が
目印です。

2025年11月5日で7周年を迎えます。
いつもありがとうございます!
11月4日はお赤飯、7日はちらし寿司、8日はお稲荷さんをご準備させていただきます。
ぜひ、やまわけキッチンにお越しください!

営業日 毎週(月)・(火)・(金)・(土) 11～15時

テイクアウト 惣菜やお弁当、お持ち帰りできます。

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▶



Instagram

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