

茶山台新聞

2026

1



ボランティア募集

茶山台団地内の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▶



ちゃやまっくる始動

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」をテスト運行中! 運転手を募集中です。

・ちゃやまっくる説明会&講習会の日程

開催日 1月26日(月)13時~

場所 7棟集会所

運転手大募集!!
団地ライラボat茶山台まで

2丁1番・2番自治会ニュース

【お願い】 次年度の階段長の選出



12月の回覧配布時に、次年度の階段長選出のお願いのお手紙(上記の画像のもの)を同封しています。

1月25日(日)17時までにご提出のご協力の方、よろしくお願い申し上げます。

日本中で火災多発中! 「火の元」と「火の取り扱い」に注意

団地は“共同住宅”です。それぞれの火災予防が、住民さんの暮らしの安全・安心に繋がります。特に空気が乾燥するこの季節、各家庭で、「火災予防」のご協力の方、よろしくお願いします。

- 火のそばを離れない。→コンロ火災予防
- ストーブの周りに衣類を置かない。
→ストーブなどの暖房火災予防
- コンセントの掃除・整理をする。
→電気火災予防
- 寝たばこはしない。ベランダからのポイ捨てをしない。
→タバコの不始末火災予防
- ※最近は、モバイルバッテリーからの火災も増えています。



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。



茶山台小学校



茶山台小学校
若松台中学校

1月5日は小寒・20日は大寒

2026年がスタートしましたね。
今年は何事も“ウマ”くいく予感しかしない!
そんな気持ちで、楽しくまいりましょ♪
今年もよろしくお願ひします。



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、としょかんが一緒に考えます！

●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

例えはこんなお困りごと

- 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)
のお帰りにフラン
お立ち寄りください！

みんなで食べよう！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 1月23日(金) 18~21時

知育あそびをしよう

モンテッソーリの教具、ボーネルンドのおもちゃ、パズルなどの知育おもちゃでめいいっぱい遊びましょう！

木製・手づくり教材の「ハンコ」をいただきました／企業の地域貢献の一環で、三菱UFJ銀行泉ヶ丘支店の女性行員さんの発想で作られた木製の手づくりハンコを茶山台としょかんに寄贈いただきました。この日にこれも活用します♪

日時 1月23日(金) 10時30分~11時30分

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。

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寄る。
 - ②一人3冊程度まで。
 - ③としょかん係に直接本を渡す。
- ※としょかん係より、カードをお渡ししますので、メッセージカードにご記入ください。

お手間がかから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ひいたします。

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。

お問い合わせ先

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

(水は13時から)
水・金・土 10~17時

Instagram
はこちら▶



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 1月17日(土) 10~11時



日時 1月23日(金) 10時30分~11時30分

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 1月5・19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 1月9・23日(金) 13~14時30分



グッと集中して、縫い物や編み物をした後のコーヒータイムが楽しい時間となっています。



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、是非お気軽に立ち寄りください。



澤谷文乃さん

日時 1月9・23日(金) 10~15時

料金

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



お問い合わせ先

茶山台団地21棟301号室
(やまわけキッチンの隣の部屋)

(団地ライフラボat茶山台)

080-5842-9894 月~金 10~16時

Instagram
はこちら▶

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。



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。

生長会・悠人会
キャラクターにこまる



日時 1月6日(火) 10~11時30分

ミニ講座『身体活性化体操～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)

ベルランド総合病院 看護師

日時 1月20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』
担当:ベルビアノ病院

理学療法士(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



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 1月8・15・22・29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
 - ②準備体操「ラジオ体操」
 - ③今日の「健康体操」
 - ④最後はニッコリ！
- 会話でお互いの健康チェック！
ラジオ体操でまずは体を温めます。
動画をしながら体を動かします。
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！



茶べり場 中学生が主な対象！

何もしなくてもいい。なにかしてもいい。
ただほっこりできる場所、ほっこりできる時間に使ってくれればいい

日時 1月9日(金) 18~21時

ほけんしつde自習Day開催！
1月5・6・7日 19時~22時
開館しているよ！
冬休みの宿題、やっつけよう！



2026

1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
- 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
- まちかど保健室
- 縫いぬいの会
- 健康体操
- もみほぐし
- 茶べり場

7棟集会所

- おやつとコーヒーの日
- 茶山の子食堂
- たこ焼き部7
- ちゃやまつくる

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

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

- ゴミの日
- 生活ごみ
- 廃品回収

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。



※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

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5			6	7	8	9
			(事前予約制)			
12 成人の日			13	14	15	16
			(事前予約制)			
19			20	21	22	23
			(事前予約制)			
26			27	28	29	30
			(事前予約制)			

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”を叶えるからだ想いな米粉のおやつ
米粉と発酵おやつcocoti



cocotiの人気米粉マフィン★『ゆず白あん』
期間限定で再登場♪

●米粉のもちふわドーナツ、米粉マフィンのほか、
30日(金)はチーズケーキも♪
お取り置きはQRコードからメッセージください。

日時 1月10日 11時30分～15時00分
23・29・30日 11時30分～15時30分



ふわっともっちり米粉パン
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！みんなと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 1月13・17・28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。

ちゃやまっくる

テスト運行中！コースが伸びて、1月からは、9時台・10時台もスタートします。

日時 1月19・26日(月) 9時・10時・11時・12時台

コース 7棟集会所→19棟集会所→やまわけキッチン
→近隣センター→茶山台医療センター→
泉北茶山台二丁目地3-1号棟前付近

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 1月24日(土) 11時30分～13時30分

場所 7棟集会所

料金 子ども150円・大人300円 メニュー 唐揚げ定食



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、地域のみんなが集い、おいしいご飯と楽しい時間を
“山分け”る、イートイン(惣菜を店内で食べる)ができる場所です。



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 1月16・20・22・31日
11時30分～15時30分



配達します!
お気軽に
ご連絡ください

月

1月のカレンダー

火

金

年始は1月5日(月)より営業			
5 * 梅しそロールカツ * ロール白菜	6 * ささみの大葉フライ * 八宝菜	9 * エビフライ * ポテト卵グラタン	10 * 油淋鶏 * 野菜と甘酢あん肉団子
12 休み	13 * ナスのはさみフライ * 筑前煮	16 * かつとじ * 肉じゃが	17 * キャベツ入りメンチカツ * 冬野菜の酢豚
19 * 春巻き * レンコン入り鶏つくね	20 * スコッチャッピング * エビチリ	23 * 野菜の肉巻きフライ * ロールキャベツ	24 * レンコンのはさみフライ * 麻婆茄子
26 * アジフライ * マカロニグラタン	27 * そのままエビの春巻き * ピーマンの肉詰め	30 * 鮭のフライ * ミートボール	31 * チキン南蛮 * 肉味噌大根



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しますので
事前にお電話いただけたとありがたいです。

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！ 節分・恵方巻

□恵方巻き販売します

恵方巻き 1本／450円(税込)

イワシのつみれ汁 1杯／250円(税込)

恵方巻き+イワシのつみれ汁 1セット／650円(税込)

受取方法:2月3日(火)(11時～15時の間にやまわけキッチンに
お越しください。配達も可能です。) 予約締切:1月31日(土)

・6日(火)は、七草粥をご用意します。

・10日(土)は、善哉を振る舞います。

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♪

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 はちら▶



やまわけ注文書 節分・恵方巻*

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)	やまわけキッチン側メモ欄 (担当:湯川・高尾・廣出) 配達・引き取り / 午前中希望 · いつでも 支払 : 領収済(/) · 未
惠方巻き (450円/1本)	イワシのつみれ汁 (250円/1杯)
惠方巻き+イワシのつみれ汁セット (650円)	備考欄 セット

(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 / 午前中 · いつでも		
惠方巻き (450円/1本)	イワシのつみれ汁 (250円/1杯)	惠方巻き+イワシのつみれ汁セット (650円)	受け取り方法 セット 配達 · 引き取り