



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、DIYInstagramよりお問い合わせください▶



ちょっと体験&講習会開催！

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 3月9日(月)13時～

場所 7棟集会所

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▶



3月5日は啓蟄・20日は春分

「暑さ寒さも彼岸まで」とは、厳しい寒さも春のお彼岸の頃までという意味。三寒四温を繰り返しながら、季節は確実に春へと向かっています。

一日一日を大切に、あたたかな春を迎えましょう。



茶山台新聞

CHAYAMADAI SHINBUN

2丁1番・2番自治会ニュース

帰ってきた!餅つき大会 開催



久しぶりに、餅つき大会を開催します！詳細は掲示板に貼っています。内容ご確認の上、ご参加ください！

日時と集合場所について

開催日 2026年3月1日(日)10時頃～

集合場所 7棟集会所前

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、ガ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。

また、粗大ゴミは、堺市に問い合わせさせていただく必要があります。

ご理解、ご協力の方、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。

今後のスケジュール

しまうま公園清掃

日時 3月22日(日)8時～

公園愛護清掃

日時 3月22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。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

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



7棟集会所のたこ焼き部
住民さんに喜んでいただいています♪



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

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 3月27日(金) 18～21時

プリンセスパーティ

ドレスルームやメイクドレッサー、ネイルコーナーもごさいます。プリンセス達にはダンスショーもご参加いただけます。

たくさんプリンセスをご招待しておりますので、ぜひドレスアップしてお越しくださいませ。

*ドレス貸出80～120cmもごさいます。

参加無料・
出入り自由!



日時 3月27日(金) 10時30分～11時30分

茶山台としょかんとは?

外壁を
子どもたちが
ペイント!!

この看板が
開館の目印です!



3つの大切にしたいこと

この場所を、みんなにとって「最高の居場所」にしたいので、3つのことを大切にしています。ここは、子どもたちが日常のプレッシャーを少し忘れて、安心して過ごせる場所をめざしています。そのために、大人のみみなさんにも、こんな距離感を一緒につくっていただけたらうれしいです。

- ① そっと見守る「聞かない」やさしさ
 - ② 「教える」よりも、まずは寄り添うこと
 - ③ お互いの「境界線」を大切にすること
- 「またあの人に会いたいな」と思ってもらえる、あたたかな“ご近所さん”のような存在に。いつも見守ってください、ありがとうございます。

基本ルール お互いの過ごしたい時間を大切に。

基本ルール

お問合せ先 茶山台団地19棟集会所 (NPO法人 SEIN) 072-355-3225 (水は13時から) 水・金・土 10～17時 Instagramはこちら▶



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 3月23・30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 3月13・27日(金) 13～14時30分



縫った後はみんなでお茶タイム。
子どもは癒し♪
みんなで子どもを見守る感じも、
また素敵な時間です。

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 3月13・27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



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) 080-5842-9894 月～金 10～16時 Instagramはこちら▶



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 3月3日(火) 10～11時30分

ミニ講座「元気ハツラツいきいき体操」

担当:ベルアルプデイサービスセンター 介護福祉士(講師)・看護師

日時 3月17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:ベルビアン病院 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 3月5・12・19・26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!

茶べり場 中学生が主な対象!

晩御飯を食べながら、おしゃべりする、ゆる～い居場所。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。

日時 3月12日(木) 18～21時



2月はバレンタインデー企画。
池ちゃんが用意した手作り
チョコのおやつたち。
美味しくて大好評でした。

2026 3月

茶山台としょかん

- としょカフェ
- 0緑マーケット
- 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
- 縫いぬいの会
- もみほぐし
- まちかど保健室
- 健康体操
- 茶べり場

7棟集会所

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

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 (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。



- 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

月 火 水 木 金 土 日

2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20 春分の日	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

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。」
おかげさまで、3月で1周年を迎えます!いつもありがとうございます。

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。

“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



Komeko Donuts

今月は、米粉で作ったレモンケーキが登場!

1周年プレゼント/
1,500円以上お買い上げで米粉のレモンケーキ1個プレゼント!
(各日数量限定、なくなり次第終了)
次回ご利用いただける記念くじ(はずれなし)も開催♪



日時 3月7日・14日 11時30分～15時

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…。

1周年プレゼント/
25日限定 特別価格ドーナツ150円!こども100円♪



日時 3月5・10・12・25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



3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 *春巻き *煮込みハンバーグ	3 *野菜ロールカツ *八宝菜 ひなまつりの日	6 *アジフライ *青椒肉絲	7 *鮭のフライ *ポテト卵グラタン
9 *キャベツメンチカツ *鶏ミンチの信太煮	10 *かつとじ *冬野菜の酢豚	13 *エビフライ *鶏手羽大根 おかずBOX	14 *そのままエビの春巻き *回鍋肉
16 *スコッチエッグ *豚肉とキャベツのトマト煮	17 *油淋鶏 *野菜と甘酢あん肉団子	20 休み ぼたもちの日	21 *チキン南蛮 *和風煮込みハンバーグ
23 *レンコンメンチカツ *ピーマンの肉詰め	24 *サバの竜田揚げ *マカロニグラタン	27 *ささみの大葉フライ *ミートボール	28 *梅しそロールかつ *エビとブロッコリーの 香味炒め
30 *大葉チーズロールカツ *肉じゃが	31 *イカのリングフライ *鮭とおさつ ちゃんちゃん焼き		

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。

1周年プレゼント/
米粉の焼き菓子をプレゼント♪



日時 3月4・11・28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 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!

1周年プレゼント/
全品100円引き+池ちゃんの本気の感謝つき



日時 3月7・21・26・29日
18～21時

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! ぼたもち

- 春分の日にちなんで、“ぼたもち”の販売をします。申込書、もしくは電話で申し込みください。
ぼたもち/1個150円 販売日:3月20日(11時から13時の間) 申込締切:3月17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。
- 【事前予約制】ひな祭りの引き取りについて
ご予約された方は、3月3日(火)11時～15時の間にお越しください。
配達の方は、11時～13時の間に、順次配達いたしますので、お待ちください。



やまわけ助っ人募集中!

- ・12日(木)10時～12時:野菜を切ったりの作業
- ・13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!

価格改定のお知らせ

白ごはん 大盛り→+50円 おかわり→1杯150円
炊き込みご飯 おかわり→1杯200円です。

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



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!4月からの本格運用に向けて、
着々と準備を進めています。

日時 3月2・9・16・23・30日(月) 9・10・11・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→
泉北茶山台二丁目団地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を
一緒に食べる子ども食堂「茶山の子食堂」です。

日時 3月21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 メニュー会議中



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
(団地ライフボア茶山台) 080-5842-9894

(申込日) 月 日 *やまわけ注文書 ぼたもち* ご注文は電話でもお受けします ()

お名前	電話番号	やまわけキッチン側メモ欄 (担当:湯川・高尾・廣出)	
住所 (配達の場合のみ記入)	配達・引き取り 支払 : 領収済(/)・未		
ぼたもち・あんこ (150円/1個)	ぼたもち・きな粉 (150円/1個)	備考欄	
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
ぼたもち・あんこ (150円/1個)	ぼたもち・きな粉 (150円/1個)
個	個
受け取り方法 : 配達 ・ 引き取り	