



地域活動支援センター 菜の花

〒567-0801 茨木市総持寺1-2-20

TEL 072 (621) 0018

2026年1月 No262

今月のレターは石田です。  
本年もどうぞよろしくお願ひします！

☆来所時は、手洗いやうがい、消毒のご協力をお願いします。

☆発熱時や体調不良時は、利用を控えていただくようお願いします。

☆プログラム参加時はマスクを着用してください。



## 初春せんざい&初詣

1/6 (火) 13:30 参加費：100円

菜の花でせんざいを用意しますので、  
ご希望の方は100円ご持参ください。



その後、みんなで初詣に行きましょう。  
初詣のみご希望の方は 14:00 菜の花集合で  
総持寺に行きましょう！  
お賽銭やおみくじを引かれる方は、  
各自小銭をご用意下さい。



「書初め」 1/13 (火) 13:30~

今年の抱負や目標、好きな言葉などを書きましょ  
う。茨木病院の書初め展に出展もできます！  
半紙や書道道具は菜の花で準備します。  
※汚れる場合があるので、  
服装にはお気を付け下さい。  
参加費：無料



「書初め展」を見に行こう 参加費：無料

1/30 (金) 13:30 菜の花集合

出展されていない方も作品を見に行きましょう！



三島交流卓球大会 1/10 (土) 10:00~

場所：総持寺いのち・愛・ゆめセンター

9:40 菜の花2階談話室集合（現地集合も可）

※菜の花は閉館しており、卓球大会の集合場所と  
してのみの利用となります。

豚汁とおにぎりが振舞われる予定です。



なのはなシネマ 1/24 (土) 13:30~

今月は「ピーターラビット」を上映します。

上映時間：1時間30分 参加費：無料



たくさんの中間に囮まれ、画家のピアという  
優しい親友もいるウサギのピーター。ある日、ピアのお  
隣さんとして潔癖症のマグレガーが引っ越ししてきたこ  
とで、ピーターの幸せな生活は一変してしまいます。

アロマリラックス 1/26 (月) 13:30~

参加費：100円+容器代50円（必要な方）

今回は『アロマハンドクリーム』を作ります。

好きな香りで乾燥対策しましょう♪

トークカフェ 1/27 (火) 13:30~

今回のテーマは「新年の抱負」と「お正月の楽しみ」  
です♪ 参加費：無料

## 【定例プログラムのご案内】

ラジオ体操 開所日の10:00~

参加費 無料

利用者ミーティング 1/5 (月) 13:30~

参加費 無料

アートの会 1/14 (水) 13:30~

参加費 無料

のびのび会 1/16 (金) 14:00~

参加費 無料 イスを使用します。

音楽好きあつまれ！ 1/20 (火) 13:30~

参加費 無料

ボッチャ 1/22 (木) 14:00~

参加費 無料

園芸 1/29 (木) 13:30~

参加費 無料



今回は「花の苗植え」をします。

2026

1月



## 菜の花 月間予定表

TEL 072-621-0018

月	火	水	木	金	土	日
開所時間：月～金・第2,4土 9:00～17:00 休館日：第1,3,5土・日・祝・年末年始等			1	2	3	4
			休館日	休館日	休館日	休館日
5	6	7	8	9	10	11
利用者 ミーティング 13:30～	初春せんざい 13:30～ 初詣 14:00～	※グレーブワーク 10:00～ (ハートフル)	卓球大会 合同練習 15:15～		臨時休館 ※卓球大会の 集合場所として のみ利用可 三島卓球大会 10:00～	休館日
12	13	14	15	16	17	18
休館日 	書初め 13:30～	※グレーブワーク 10:00～ (ハートフル) アートの会 13:30～	9時～13時 休館	のびのび会 14:00～	休館日	休館日
19	20	21	22	23	24	25
	音楽好き あつまれ 13:30～	※グレーブワーク 10:00～ (ハートフル)	ボッチャ 14:00～		なのはな シネマ 13:30～	休館日
26	27	28	29	30	31	
アロマ リラックス 13:30～	トークカフェ 13:30～	※グレーブワーク 10:00～ (ハートフル)	園芸	書初め展 13:30～	休館日	

おいたせ

## 卓球大会 合同練習

1/8 (木) 15:15頃～ 菜の花3階



卓球大会に出場予定の方、オンラインと合同で練習しますよ～う！！

12月より、閉所時間帯や休館日、事務所にスタッフが不在になる際に、電話でお知らせのアナウンスが流れます。ご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。

【お願い】菜の花のスタッフ体制変更に伴い、電話が繋がりにくい場合があります（特に夕方）。ご不便をおかけしますが、ご理解頂けますようお願いいたします。

## ～クリスマス会～

今年もたくさんの方にご参加いただき、クイズやゲームをして楽しみました。また、参加者全員で「あわてんぼうのサンタクロース」「ジングルベル」を楽器をならしながら歌い、クリスマス気分を満喫しました♪



## ①1月10日(土) 終日休館

卓球大会のため終日休館します。

卓球大会の集合場所としての利用のみで、通常のいこい利用はできません。

## ②1月15日(木) 9:00～13:00

スタッフミーティングのため 13:00～利用できます。

## ③12月28日(日)～1月4日(日)

年末年始のため休館となります。

## ～おにも見にクリアート展～

12月初め、おにくるの1階で4つのアート展が合同で開催されました。8月にちかつアートフェスタのワークショップで皆さんと共同で作った作品の展示や、個人の作品も出展しました☆ 菜の花はボッチャ体験も行いました。

様々な個性豊かな作品を鑑賞したり、ボッチャを体験してもらったりと、楽しい時間となりました♪

