12月

菜の花レター

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　12月　No２７３

今月のレターは石田です！
あっという間に年末ですね…。
クリスマス会が楽しみです♪

菜の花 クリスマス会 【事前申込制】

12／12（土）１３：３０～

詳細は、同封の別紙をご確認ください。

一足早いクリスマスを楽しみましょう♪

申込締切：１２／7(月)　１６：００

クリスマスツリー飾りつけ

12/2(水)１３：30～ 参加費無料

皆さんでクリスマスツリーの飾りつけをしましょう！！

おにも見にクルアート展

12／1(火)～12／6(日)

今年も障害者週間におにクルにて開催されます！
菜の花からはプログラムで作った合同作品や、個人作品を出展します！！
ワークショップの開催なども予定されていますので、ぜひ足を運んでみてください♪

おにも見にクルアート展見学　参加費無料

１２／4(金)　１１：００　おにクル１階集合

菜の花メンバー、スタッフと一緒に楽しみましょう♪

年賀状作り

12／7（月）13：30～

2027

シールやスタンプを使ってオリジナルの年賀状を作りましょう。
※パソコンは使いません。※1人５枚まで。
参加費：50円 ＋ 年賀状作成枚数実費（１枚85円）
年賀状は持参していただいてもOKです！

音楽配達便 コンサート♪　参加費無料

１２／１４（月）１３：３０～１４：００

茨木市音楽芸術協会からプロの演奏家をお招きし、クリスマスの曲や懐かしの曲など、皆さんに親しみのある曲も交えて演奏や歌唱をしていただきます!!
生の音楽をぜひ楽しんでください♪

ぐるうぷすばるクリスマス会【事前申込制】

１２／２５（金）１３：３０～１５：００

ハートフル４階大会議室にて　参加費：500円

今年はクリスマス当日です☆皆さんで交流しながらゲームなどで盛り上がりましょう♪♪

申込締切：１２／4(金)　１６：００

参加費は申込時に徴収します。締切後のキャンセルは返金不可。

後日プレゼントをお渡しします。

☆来所時は手洗いやうがい、消毒に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下さい。

定例プログラムのご案内　※参加費は無料です

開所日の 10：00～

ラジオ体操			
利用者ミーティング	１２／１	（火） 13：30～	
のんびり卓球デー	①１２／１０	（木） 14：00～	
	②１２／２６	（土） 14：00～	※卓球大会に向けて練習します！
のびのび会	１２／１１	（金） 14：00～	※マット使用
ボッチャ	１２／１５	（火） 14：00～	
園芸	１２／１８	（金） 13：30～	※『葉ボタン寄せ植え』をします
音楽好きあつまれ！	１２／２１	（月） 13：30～	
アートの会	１２／２４	（木） 13：30～	

菜の花大掃除

12/28（月）
13：30～

今年最後に菜の花を綺麗にして新年を迎えたいと思います！
参加していただいた方にはちょっとしたお楽しみがある…かも？
参加費：無料

2026年 **12月** **菜の花 月間予定表**

TEL 072−621−0018

月	火	水	木	金	土	日
	1 利用者ミーティング 13：30～	2 ※グループワーク 10：00～ （ハートフル） クリスマスツリー飾りつけ 13：30～	3	4 おにも見にクルアート展見学 11:00～ おにクル1階集合	5 休館日	6 休館日
7 年賀状作り 13：30～	8	9 ※グループワーク 10：00～ （ハートフル）	10 のんびり卓球デー① 14：00～	11 のびのび会 14：00～ ※マット使用	12 菜の花クリスマス会 13：30～ 申込み制	13 休館日
14 音楽配達便コンサート 13：30～	15 ボッチャ 14：00～	16 ※グループワーク 10：00～ （ハートフル）	17	18 9時～13時 臨時休館 園芸 13：30～	19 休館日	20 休館日
21 音楽好きあつまれ 13：30～	22	23 ※グループワーク 10：00～ （ハートフル）	24 アートの会 13：30～	25 ぐるうぷすばるクリスマス会 13：30～ 申込み制	26 のんびり卓球デー② 14：00～	27 休館日
28 大掃除 13：30～	29 休館日 年末年始	30 休館日 年末年始	31 休館日 年末年始			

1／23(土)の三島卓球大会に向けて2回実施します。
2回目は卓球大会ルールで練習をしたいと思いますが、どなたでもご参加ください☆

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

【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）。ご不便をお掛けしますが、ご理解いただけますようお願いいたします。

休館日のお知らせ

① 12月18日（金）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。

② 12月29日（火）～1月3日（日）
年末年始のため休館となります。

11月プログラム報告

わいわいクッキング

久しぶりのわいわいクッキング✨
今回は、ホットプレートで焼きそばと餃子を作りました！
餃子は油も水もフタもいらない冷凍餃子を使って、簡単に美味しく焼くことができました♪
焼きそばもカット野菜を使って、手軽に作ることができました！
たくさん作りましたが、皆さんおかわりして下さり、満腹になるまで美味しくいただきました(*^^*)







菜の花クリスマス会
ご案内



今年もクリスマスが近づいてきました。毎年恒例になっているクリスマス会を下記の日程で開催します。みんなでゲームをしたり、軽食を食べたりして楽しみましょう♪♪

今年も、事前準備や当日の司会・ゲームの進行役など、お手伝いして下さる方を募集します。何かお手伝いをして下さる方は、スタッフまでお声掛け下さい！

●日　時：２０２６年１２月１２日(土)１３：３０～１５：１５
集合１３：１５　開始１３：３０
●場　所：菜の花　３階
●参加費：３００円　(当日集めます)
＊参加は事前申込み制です。
参加を希望される方は、１２月７日（月）１６：００までに
申込みをしてください。（お電話でも可能です。）

※１３：００～１６：１５はクリスマス会の貸しきりとします。
この時間帯は憩いのみの利用・相談・電話はできません。
憩い・相談・電話利用は１６：１５以降にお願いします。

