つむぎの花便り

11月号

2026

	日	月	火	水	木	金	土
AM	1	2 口腔体操 検温・血圧	3	4 初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧	5	6 口腔体操 検温・血圧	7
昼食	北陸限定	揚げと野菜のとろあん	ご当地グルメ	クリームシチュー	お休みです	オムレツのデミソース	お休みです
PM		郷土料理味自慢 ディスカッション お誕生日会		ハーモニカ 健康麻雀		モルック/ボッチャ	
AM	8	9 口腔体操 検温・血圧	10	11 口腔体操 検温・血圧	12	13 口腔体操 検温・血圧	14
昼食	お休みです	外食探訪	外食 お休みです	かぼちゃコロッケ	はつらつ体操	塩チャーシューメン	お休みです
PM		Cosmos 慰問演奏会		ひら/ウルフ/将棋 ギター練習	(安威公民館)	認知症予防 レクリエーション	
AM	15	16 口腔体操 検温・血圧	17	18 初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧	19 脳活	20	21
昼食	お休みです	エビカツ	お休みです	アソート	アンチエイジング	遠足ツアー 呉服秋めぐり	お休みです
PM		紡希シアター 「東京物語」		スマホ勉強会 健康麻雀	栄養・体力・社会参加 『栄養調理』		
AM	22	23 口腔体操 検温・血圧	24	25 初心者歓迎 口腔体操 検温・血圧	26	27 口腔体操 検温・血圧	28
昼食	お休みです	豚汁	お休みです	鶏の唐揚げ	はつらつ体操	豆腐ハンバーグ	お休みです
PM		身体機能測定 着物着付体験		ギター＆ウクレレ 健康麻雀	(安威公民館)	認知症予防 レクリエーション	
AM	29	30 フレイル 口腔体操 検温・血圧	番外編				
昼食	お休みです	白身魚の竜田揚げ					
PM		フレイル予防体操 イラスト文字講座					

※食事は予告なく変更になる場合がございます。

＜つむぎのオススメEVENT＞

- 郷土料理味自慢ディスカッション東北・北陸編　13：00
- ハーモニカ　4日（水）13：00
- モルック・ボッチャ　6日（金）11：00
- 紡希シアター『東京物語』　9日（月）13：00
- ひらがじゃん/ワードウルフ　11日（水）13：00
- 認知症予防レクリエーション　13.27日（金）13：00
- 外食探訪/慰問演奏会　16日（月）　13：00
- スマホ勉強会　18日（水）13：00
- 秋の呉服遠足　20日（月）11：00
- 身体機能測定/カラオケ　23日（月）
- ギター・ウクレレ　25日（水）13：00
- フレイル体操/イラスト文字　30日（水）13：00

◎ご利用料金　裏面にイベント情報

利用時間	組み合わせ	料金
11：00～13：00	AM+昼食	600円
12：00～16：00	昼食+PM	800円
13：00～16：00	PM	300円
11：00～16：00	終日+昼食	850円

休所日　・水・

Check!

SNS版

LINE公式アカウント
お友達募集中!

マスク着用　手洗い・消毒　手指消毒　Social Distance　換気でさわやか

〒567－0001　コミュニティデイハウス 紡希の庵　　茨木市安威2-13-3　☎ 072-629-746



つむぎの

呉服秋めぐり

Culinary and Art Tour

Tsumugi's

秋の遠足ツアー

Picnic 2026

ツアー行程

集合・解散場所　別途案内にて

11月20日（金）料金　６，５００円　※雨天決行

TOKYU HOTELS 東急ホテルズ



公益財団法人 阪急文化財団 逸翁美術館 ITSUO ART MUSEUM



!!! CUPNOODLES MUSEUM



【お食事】

メインを一種セレクトし、スープやサラダ、パン、デザートはお好きなだけお召し上がりいただけます。

①ポークブルギニヨン　温野菜添え

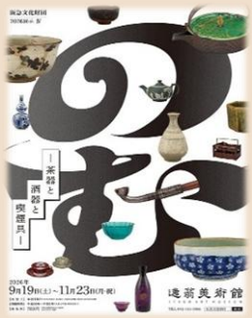
②アンコウのムニエル　磯香る白ワインのソース

③鮭とキノコの和風スパゲティ



【観光】

俳句や茶の湯を通じて人々との交流を楽しんだ小林一三の雅号「逸翁（いつおう）」を冠した美術館。その収蔵品は、古筆・古経・絵巻、蕪村・呉春・円山四条派など中近世の絵画、日本や世界各地の陶磁器、日本・中国の漆芸品、などおよそ5,500件にのぼる。



【体験】

世界でひとつだけのオリジナル「カップヌードル」を作ることができる工房。自分でデザインしたカップに、4種類の中からお好みのスープと、12種類の具材の中から4つのトッピングを選べます。



コミュニティデイハウス

紡希の庵

〒567-0001　大阪府茨木市安威2-13-3

TEL 072-629-7463　FAX 072-629-8542

URL https://tsumugi-an.org

Mail　info@tsumugi-an.org