

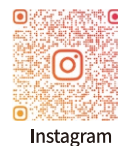
デトックス温活 黄土漢方よもぎ蒸し P

24火 10:10～14:00
予約枠 ①10:10～ ②11:25～ ③12:40～

天然無農薬の漢方薬草のスチームを全身の皮膚や粘膜から吸収させ、身体を芯から温め、心と身体のバランスを整えます。月経不順、更年期、PMSの悩みにもアプローチ!梅雨のたるさ、浮腫みに。身体の湿気を出してスッキリしてください。

料金: 全身蒸し40分4,000円
※1ドリンク付き

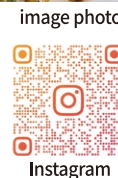
主催: private salon Rhythmoon 児島 採津紀
申込: <Instagram DM> Rhythmoon



IBAcafeのお楽しみランチ

25水 11:30～13:30(ラストオーダー)

いばきた産のお米と野菜を使った、ヘルシーで栄養たっぷりのランチ。お弁当販売もあります!6月22日(日)までにご予約いただいたお客様さまには、ご予約特典のプチスイーツをご用意させていただきます。是非ご予約ください。



メニュー: お楽しみランチ1,200円(税込)

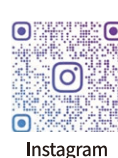
主催: IBAcafe

予約: <Instagram DM> ibacafe_saito より、お名前、連絡先TEL番号、予約日、注文数、概ねの来店時間をご連絡ください。

包丁研ぎ

25水 受付12:00～15:00

月に一度の出張包丁研ぎの『スパット』です。切れ味の落ちた包丁で調理していると、イライラしませんか?そんな包丁を新品のように『スパット』切れるように研ぎ直し致します。※刃の材質・状態によりましては研げない場合もあります。



料金: 洋包丁(両刃)800円(税込)
和包丁(片刃)1,000円(税込)

主催: 出張包丁研ぎ『スパット』

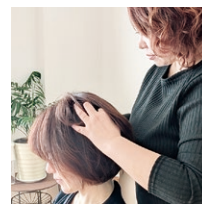
申込: 当日受付順に研ぎます

問合せ: <メール> nobu9575@icloud.com

耳つぼジュエリー&ヘッドケア P

26木 ①12:15～ ②12:45～ ③13:15～
④13:45～ ⑤14:15～

ふわっとした優しい施術で頭から肩までゆるめ、軽くて動かしやすい体へと導きます。耳つぼジュエリーで、可愛く体の痛みが軽くなる体験も、ぜひしてみてくださいね!



料金: ※税込・1ドリンク付き

・耳つぼジュエリー 約30分 3,000円

・ヘッドケア 20分 3,000円

・耳つぼ&ヘッドのセットメニュー

約60分 5,000円

※セットメニューは予約時間①～⑤の中から連番でご予約ください。

主催: 斉藤ちか

申込: <Instagram DM> salon_me.time



『麴日和』による美腸活ランチ (30食限定)

27木 11:00～14:00
(ご予約優先)

「食べるだけで腸活」塩麴・醤油麴・甘酒たっぷり!類農園のお野菜贅沢ワンプレート。心も体もスッキリ整う消化に優しい!米粉スイーツも大人気!



メニュー: 発酵ランチプレート 1,500円(税込)

主催: 麴日和

予約: Instagram DM、または
<メール> kyorin.kojimaster@gmail.com



お金の設計勉強会 P

28土 11:00～12:00

人生100年時代です!30年後の家計を考えたことはありますか?キャッシュフローで見通しの良い人生を!難しく考えず、楽しく勉強しましょう!

※金融商品の販売・斡旋は一切ありません。

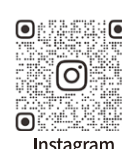
料金: 1,000円+1ドリンクオーダー

定員: 5名

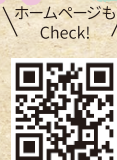
主催: さとう けいこ

申込: <Instagram DM> fp_limb

<メール> momo16keiko@gmail.com



Community café SAITO Letter



6 June 2025
コミュニティカフェ
彩都レター

彩都フリーマーケット

4月中旬、彩都西公園にて彩都スタイルクラブ主催のフリーマーケットが開催されました。コミュニティカフェ彩都の「マルシェBOX」に出品中の方をはじめ、地域の方がお友達やご家族とブース出店され、イベントを賑わせていました。彩都フリーマーケットは今年秋にも開催予定です。



Information

出張こもれびの図書館

6金 11:00～12:00

会場: Cube3110 2階 多目的ルーム

毎週里山公園で開いているこもれびの図書館がCube3110多目的ルームに出張します!絵本の読み聞かせや手遊びは多言語で(英語、中国語、マレー語、インドネシア語など)、大型絵本や紙芝居も読みます。親子で本にかこまれた素敵な時間を過ごしてみてください。



主催: あっぶるはうす

申込: 不要。気軽にお越しください♪

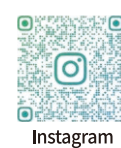


コミュニティ食堂『輪っこ』

24火 16:00～18:00

会場: コミュニティカフェ彩都

彩都のみなさん!大人も子どももみんな一緒にごはんを食べませんか?詳細はInstagramをご覧ください。



原っぱ大学大阪彩都『流しそうめん』

29日 11:00～15:00

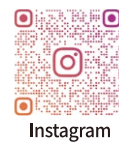
原っぱ大学大阪の人気企画「流しそうめん」。流れてくるのは、そうめんだけではないのか?泥んこ遊びも存分に楽しめます!

料金: 5,000円(税込/1家族)

※2家族以上でお申し込みの場合、1家族あたり4,000円でご参加いただけます。

主催: 原っぱ大学 大阪彩都

申込: ホームページ・インスタの申し込みフォームより



カフェ主催・Pickup

ミニフリマ

6金 10:00～13:00

子ども服、大人服、おもちゃ、日用品などを出品!お気軽にお立ち寄りください♪



Cube3110 2階「多目的ルーム」を利用しませんか?

イベントや習い事にご利用可能!詳しくはお気軽にお問合せください。

問い合わせ 彩虹スタイルクラブ事務局

TEL: 06-6223-1780(平日10時～17時)

Mail: stylec@forc-c.co.jp



SA I+O コミュニティカフェ 彩都

Open / 火～土 10:00～17:00 (月・日・祝定休)
TEL / 080-3032-4307 Mail / com-cafe3110@forc-c.co.jp
茨木市彩都あさぎ7-1(Cube3110 1F)
運営者: 株式会社フォーシーカンパニー



ホームページ



Facebook



Instagram



カフェスタッフより

だんだん日が長くなって夏が近づいてきましたね。コミュニティカフェ彩都ではアイスクリームを提供しています。ワッフルやアイスコーヒーにトッピングしてもおいしいですよ。暑い日にぜひお試しください!

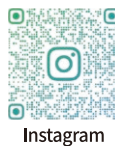
BUN cookies & granola

3火 10:00～数量限定販売

豊中市に店舗を構えるクッキー専門店です。国産小麦、発酵バターを使用した素材の味や食感を楽しめるこだわりクッキーをご用意。定番から季節のお味まで色々お試しください。



問合: <Instagram> bun_cookies_granola



Flower WORK SHOP

3火 13:00～15:00

初夏の爽やかなグリーンで仕上げるガーランドのwork shopです。この季節だからこそ飾りたくなる素材です。花切りバサミ(なければお貸しします)とお持ち帰り用の袋はご持参ください。



料金: 4,400円(税込) 1ドリンク付
主催: flower flower 中島美江
申込: <メール> miygo.315.nakazy@gmail.com
またはInstagram DMより



ママ楽クラブ料理部 「旨すぎ発酵重ね煮スープランチ」

5木 11:00～
売り切れ次第終了

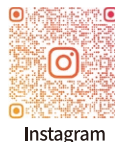
ママ楽クラブ料理部です。「旨すぎ発酵重ね煮スープランチ」は、旬の野菜とお肉類を重ねて自家製の麹調味料で味つけ。深い味わい食べる免疫力アップ・スープのまんぷくランチです。



メニュー: 2種のスープからお好きな方を1つお選びください。
①あざりとにんにくとミニトマトの発酵重ね煮スープ
②小豆とごぼうと鶏むね肉の発酵重ね煮ポタージュ
すべてのメニューに鶏スペアリブのハーブ塩グリル・柚子こしょう風味ポテサラ・自家製漬物・おやつがついています。

料金: セット1,100円、単品もございます
(いずれも持ち帰りOK)

主催: ママ楽クラブ料理部
予約: Instagram DMまたは
<メール> mamaraku202111@gmail.com
より、お名前・予約日・注文数・おおよその来店時間をご連絡ください。



アイコン説明
🍳 チャレンジキッチン
📦 プライベートスペースレンタルイベント
👤 委託販売
☕ カフェギャラリー
☕ カフェゾーン

チャレンジキッチンでは、カフェのキッチンスペースをレンタルし、お店として出店することができます。また、お菓子の委託販売を実施しています。

※各イベントについての詳細は、イベント主催者様に直接お問い合わせください。

女性専門整体サロン 西口整体院

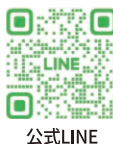
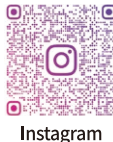
5木 ①14:15～ ②15:00～

健康と美容をテーマに『その場の心地よさ』だけでなく、しっかり症状が改善した後の『効果の持続性』を考えた、こだわりの施術をさせていただきます。国家資格保持の女性施術者がお待ちしております♪



料金: ※全て1ドリンク付き
(A)姿勢矯正から頭痛・首肩・腰のこり、むくみや疲労感が取れやすくなる整体 30分4,800円
(B)頭痛・顎関節の痛み・食いしばり・小顔やお顔のお悩みに美顔矯正 20分4,800円
(C)AとBセット 45分9,000円

主催: 西口整体院
申込: Instagram DM、または公式LINEより



ママのためのアロマワークショップ

6金 10:15～11:45

子育ての合間にホッとひと息しませんか? アロマの香りに癒されながら、スプレーやバスソルトを手作りしましょう♡お子さまのお悩みやママの気分に合わせたブレンドが楽しめますよ! 暑さ対策ひんやりスプレーや虫バイバイスプレーも◎



料金: 1アイテム600円～+1ドリンクオーダー
主催: あおママ部 さがわゆかり
申込: Instagram DMより



さとう式リンパケア またはヘッドヒーリング

7土 ①10:00～10:30 ②10:40～11:10
③11:20～11:50

17水 ①11:00～11:30 ②11:40～12:10
③12:20～12:50 ④13:00～13:30

骨まで癒される、美と健康アップ。温かい手が体の芯まで届き骨まで癒します。身体芯の芯からポカポカに。salon fuwa fuwaのさとう式リンパケアをぜひご体感ください。お着替えはないので、なるべくパンツスタイルでお越しください(メイク可)。



料金: 30分 3,000円(税込)
60分 5,000円(税込)
※初回500円引き ※すべて1ドリンク付き
※60分ご希望のお客様は連続した2枠をお取りください。

主催: salon fuwa fuwa
申込: フォームズ(二次元コード)より
<https://ws.formzu.net/sfgen/S704076171/>



リラクゼーションサロン bloom (女性専用)

10火 **20金** **27金** ①10:00～ ②11:00～
③12:00～ ④13:00～

料金: ※全てドリンク+BUNクッキー付き
(A)クイックトリートメント 20分【2,000円税込】肩と首をオイルで流し、頭をほぐします
(B)全身オイルリンパトリートメント/ドライヘッド+デコルトリートメントつき(初回カウンセリングあり) 40分【3,800円税込】
60分【6,000円税込】



主催: 森麻里恵
申込: Instagram DM、または公式LINEより
★14時以降のご予約ご希望の方はお問い合わせください。



ママのためのアロマトリートメント

12木 10:00～12:00

～今月の香り～レモングラス 毎月おすすめの香りをご紹介します。香りを試したい方、リラックスしたい方、皆さまお待ちしております♪簡単なキッズスペースをご用意あり※妊娠中、授乳中の方も施術前にご相談ください。



料金: ①ハンドトリートメント 10分 500円
②アロマヘッド&ショルダー 15分 1,000円
③リフレクソロジー(足浴付き) 20分 2,000円
※お支払い方法: 現金、PayPay

主催: aroma.gypsophile<アロマ.ジブソフィル>
申込: 随時受付・DMにてご予約可



鍼灸マッサージ院 nicori

12木 ①13:00～ ②13:30～
③14:00～ ④14:30～

根本原因は何なのかを考え、その症状に最適な鍼、マッサージを行います。お悩みの多い、天気が悪くなる時の頭痛や関節の痛みにも対応できます。まずはお気軽にお問い合わせください♪



料金: 全てドリンク付き
(A)マッサージ・骨盤調整 20分 2,000円
(B)鍼+マッサージ 40分 3,900円
(C)美容鍼 40分 4,000円

主催: 鍼灸マッサージ院 nicori 松本守
申込: Instagram DM、または公式LINEより



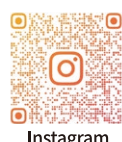
股関節ほぐしヨガ

13金 10:00～11:00

股関節周りを中心にほぐし、動かすことで、骨盤周りのバランスを整え、巡りのよい体へ導いていくクラスです。下半身のむくみが気になる方にもおすすめのクラスです。



料金: 500円 + 1ドリンクオーダー
持ち物: ヨガマット、水分補給出来るもの、タオル
主催: Maho
申込: Instagram DMより

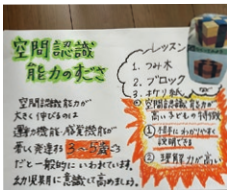


キッズさんすう教室

14土 **28土** 13:00～17:00

彩都エリアで「算数と思考力を育成する学習塾」をしています。10年間の某幼児教室の講師経験を経て、伸びる子どもに必要な「自己効力感」(=難しそうだけどやってみよう)という点に注目して、マンツーマンでその子にあったレッスンを組み立てています。体験レッスン随時受付しています。

対象学年: 年中～小学4年生
料金: 体験レッスン料 5,500円(50分)
通常レッスン料 18,700円(50分) ※年間44回
主催: キッズさんすう教室 大嶋陽子
申込: <メール> y45bv.vd@gmail.com

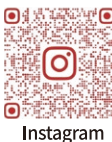


わんこの薬膳講座 季節の食養生講座～梅雨編～

19木 13:00～15:00

梅雨の時期は体にも水分が溜まります。水分は必要ですが上手く巡回しないと毒になります。梅雨の時は体で何が起きているのか? どんなトラブルが起きやすくなるか? 水分を溜め込めない為にはどうすれば良いか? そんなお話をさせていただきます。

料金: 5,000円(テキスト代込み)
主催: ワン食整活アドバイザー 葉奈 簡井
申込: Instagram DM、または
<メール> pet.hana5296@gmail.com



『あいがけカレーランチ』

20金 11:30～14:00 予約優先制

グリーンカレー、バターチキンカレー、マッサマンカレーの3種類の中から、2種類を予約時にお選びください♪ 類農園の彩り豊かな季節のお野菜をトッピング。ご予約くださった方には特製ミニスイーツをご用意いたします。

料金: 1,380円
主催: R-cafe & deli from 類農園直売所 彩都店
予約: Instagram DM、または類農園直売所 彩都店 惣菜コーナー店頭にて承ります
(9時～14時)



練り切り和菓子教室 OUCHIMATCHA

21土 10:00～12:00

本格的なお道具を使用して季節に合わせた練り切り4種を作ります。作成した練り切りはギフトBOXに詰めてお持ち帰りいただけます。レッスン後はお抹茶とお干菓子でほっと一息。初心者の方も大歓迎ですので、ぜひ手作りの楽しさをご体験ください。

料金: 初回3,000円 定員: 6名
主催: OUCHIMATCHA やましたまりこ
申込: <公式LINE>@501pkma、または
<Instagram>@OUCHI_MATCHA



5月の練り切り

