

包丁研ぎ

18木 13:00～16:00

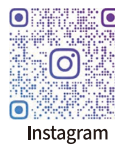
月に一度の出張包丁研ぎの『スパット』です。切れ味の落ちた包丁で調理していると、イライラしませんか？そんな包丁を新品のように『スパット』切れるように研ぎ直し致します。※刃の材質・状態によりましては研げない場合もあります。

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



クリスタルボウルサウンドセラピー

20土 11:00～12:00

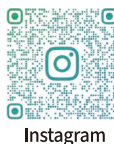
クリスタルボウルは水晶でできた天然の楽器。その響きは自然の揺らぎを持ち、音を聴くだけで脳や心が緩み深いリラクゼーションに導いてくれます。普段頑張っている自分のためにクリスタルボウルの優しいエネルギーで癒し調えませんか。

料金：2,500円(ドリンク付き)

持ち物：バスタオルorひざ掛け

主催：YURA.-結愛-

申込：〈Instagram〉@yukocrystal11
または、公式LINEより



『麴日和』の美腸活ランチ

ーからだを温めるごちそうごはんー

23火 11:00～14:00
(ご予約優先)

塩麹・醤油麹・甘酒を使った、からだに寄り添う発酵ランチ。季節の素材と旨味たっぷり。

メニュー：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



筆文字アート体験会

23火 13:00～14:30

自分の字って好きですか？あー、うーんーと思った方！筆文字アートのコツを知るだけで自分の字が可愛くなりますよ！字に自信なくても大丈夫！私にお任せください！大切な人へのXmasメッセージや年賀状をかわいくなった自分の字で描いちゃいましょう！

料金：2,000円(ドリンク付き)※通常3,000円

主催：彩言心 伊月結実子

申込：Instagram DM、または

〈メール〉lunadoraniconico@gmail.com

当日、公式LINE登録してくださった方にはご希望のお名前キーホルダーをプレゼント



ママ楽クラブ

「旨すぎ！発酵重ね煮スープランチ」

25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、【類農園】で仕入れた旬の野菜とお肉類を自家製の麹調味料で味つけ。深い味わいの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 鶏むね肉と里芋の発酵重ね煮クリームスープ

② かぶと豚肉のトマト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・単品あり(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。



冬休み企画

お子様の練り切り和菓子教室

29月 ①10:00～10:45
②11:15～12:00

お子様対象の練り切り和菓子教室です♪今回作るデザインは来年の干支『馬』。体験後は抹茶とお干菓子と共にその場でお召し上がり頂きます。※お申し込み時、茶色か白どちらかお選びください。



12月の練り切り

料金：1,700円

定員：6名ほど

主催：OUCHIMATCHA やましたまりこ

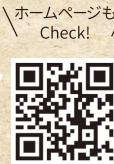
申込：〈公式LINE〉@501pkmab、または

〈Instagram〉@OUCHI_MATCHA



Community café SAITO Letter

街の人たちをつなぐ
コミュニティカフェ彩都の情報誌



12
December 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 & コミュニティカフェ彩都 Thanks Event

13土 10:00～14:00
会場：Cube3110 2階多目的ルーム・1階コミュニティカフェ彩都

彩都スタイルクラブとコミュニティカフェ彩都の特別コラボ企画！大人気の彩都フリーマーケットをコミュニティカフェ彩都とコラボして開催します♪当日は、コミュニティカフェ彩都への応援メッセージ募集のほか、地域の皆さんによるハンドメイド作品やリサイクル品の販売、スタンプラリー、お子さま向け遊びブース、飲食販売なども予定。いつもご利用の方も、初めてご覧になる方も、ぜひお立ち寄りください！

Information

原っぱ大学大阪彩都

7日 11:00～15:00

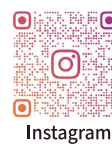
オリジナル門松を作ろう！

フィールドの竹を切り出し、オリジナル門松を作ってみませんか。自分たちで作った門松で新年を迎えるのもステキですね。

料金：5,500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4,400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



アイブロウレッスン

5金 10:15～11:45

会場：Cube3110 2階多目的ルーム

AI顔診断でご自分に似合う眉が知れます。なりたいイメージに合わせて、眉の形、描き方を提案いたします。お子様連れにキッズスペースもご用意しています。参加された方に、アイブロウペンシルをプレゼント。※本イベントはノエビア化粧品を使用します。

料金：1,500円 定員：7名程度

主催：ノエビア認定スキンケアアドバイザー西村

予約：Instagram DM、または公式LINEより



クリスマスイベント

20土 10:30～15:30(最終受付15:00)
会場：Cube3110 2階多目的ルーム

①パーソナルカラー診断。あなたに似合う色は何色？
②ピールオフバックでハンドケア。古い角質除去で透明感アップ。③有機野菜販売 ④子ども向けゲーム
※クリスマス企画(リップクリームをプレゼント)
※本イベントはノエビア化粧品を使用します

料金：1,300円(お子様連れOK)

※事前予約100円OFF

主催：ノエビア認定スキンケアアドバイザー西村

予約：Instagram DM、または公式LINEより



こもれびの図書館 in Cube3110多目的ルーム

23火 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に出張します！絵本の読み聞かせや手遊びは、英語・中国語ほか多言語で行います。今回は、クリスマスバージョンです。親子で遊びに来て、本にかこまれた素敵な時間を過ごしませんか。

申込：不要。気軽にお越しください♪



Pick up

クリスマスマルシェ

1月～27土

ミニフリマ

16火 10:00～13:00



カフェからのお知らせ

カフェ営業日のご案内

いつも当店をご利用いただき、誠にありがとうございます。当店は、2025年12月末をもちまして現店舗での営業を休止し、2026年2月以降に名称も新たにリニューアルオープンを予定しております。移転後も変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

【12月の営業日】

12月1日(月)～12月30日(火) ※水・日・祝は定休日

【1月】

新店舗準備のため休業いたします。

【2月以降】

リニューアルオープン日が決まり次第ホームページ・Instagramでお知らせいたします。



コミュニティカフェ彩都は、街の人たちを繋ぐコミュニティ拠点としての役割も担いつつ、『やってみたい』を叶えるスペースレンタルを実施しています。地域の方が好きなことや楽しいことを持ち寄り、寄ってつながりあう、そんなカフェをめざしています。

SA I+O コミュニティカフェ 彩都

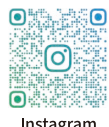
Open / 月・火・木・金・土 10:00～17:00 (日・水・祝 定休)
TEL / 080-3032-4307 Mail / com-cafe3110@forc-c.co.jp
茨木市彩都あさぎ7-1 (Cube3110 1F)
運営者：株式会社フォーシーカンパニー



ホームページ



Facebook



Instagram

December

12

2025

EVENT

イベント

アイコン

説明

🍴

チャレンジキッチン

🛒

委託販売

☕

カフェギャラリ

📍

プライベートスペースレンタルイベント

☕

カフェゾーン

※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。

BUN cookies&granola

1月

※納品日

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

Instagram

ゆるめて整う股関節ヨガ

1月

10:00～11:00

寒さでかたくなりやすい股関節まわりをやさしくほぐし、身体をじんわり整えるヨガです。下半身の軽やかさを取り戻して、年末の疲れをリセットしましょう。マンツーマンレッスンで、ポーズやテーマも一人ひとりに合わせて進めます。

料金:

1,500円＋1ドリンクオーダー

持ち物:

ヨガマット(無料レンタル可能) 水分補給出来るもの、タオル

主催:

Maho

申込:

Instagram DMより

耳つぼジュエリー

1月

①12:15～

②12:50～

③13:30～

④14:10～

可愛い耳ツボジュエリーで美容と健康のお手伝いをさせていただきます。お耳のマッサージの後お悩みに合わせてツボヘシールを貼らせていただきます！

料金:

耳ツボジュエリー6粒 2000円／8粒2500円 ※1ドリンク付き／30分

主催:

増田未来

申込:

Instagram DMより

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

鍼灸マッサージ院 nicori

4木

13土

①10:00～

②11:00～

③12:00～

④13:00～

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。腰の痛み、冷えて肩、膝関節が痛い、などの症状にも対応できます。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

Xmas candle tree

4木

14:30～16:30

ナチュラル感たっぷりのツリーアレンジです。フレッシュな状態からドライになっても飾っていただけます。花切りバサミ(なければ貸出可)とお持ち帰り用の袋はご持参ください。

料金:

4,600円(税込) 1ドリンクつき

主催:

flower flower 中島美江

申込:

InstagramDM、または〈メール〉miygo.315.nakazy@gmail.com

リラクゼーションサロン bloom

5金

9火

22月

①12:00～

②13:00～

③14:00～

④15:00～

料金: ※全てドリンク付き

(A)頭、肩、スッカリコース 20分2,000円 (お顔のむくみや眼精疲労でお悩みの方にもおすすめ)

(B)オイルリンパトリートメント(初回のみカウンセリングシート記入あり) ※ドライヘッドスパ＋デコルテトリートメントつき【40分3,800円】(背面＋ヘッド)【60分6,000円】(全身＋ヘッド)

主催: 森 麻里恵

申込: Instagram DM、または公式LINEより ★14時以降ご希望の方はお気軽にご相談ください

yobicoffee - 自家焙煎コーヒー

6土

10:00～15:00

個性豊かなシングルオリジンコーヒーを自家焙煎しております。コーヒー豆が本来持つフルーティーなお味も楽しんでいただけるよう、丁寧にハンドドリップさせていただきます。

メニュー: コーヒー1杯 450円～ 焙煎豆1袋(100g) 850円～

主催: yobi coffee

練り切り和菓子教室 OUCHIMATCHA

6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:

4,000円(初回3,000円)

定員:

6名

主催:

OUCHIMATCHA やましたまりこ

申込:

〈公式LINE〉@501pkmab、または〈Instagram〉@OUCHI_MATCHA

さとう式全身リンパケアまたはヘッドヒーリング

8月

①10:00～

②10:40～

③11:20～

④12:00～

⑤12:40～

⑥13:20～

⑦14:00～

驚くほど優しい力で施術をするさとう式リンパケア。温かい手が体の芯まで届き骨まで癒します。身体の整い具合やもみ返しなく動ける感覚をお楽しみください。お着替えはないので、なるべくパンツスタイルが好ましいです。(メイク可)

料金:

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

主催:

salon fuwa fuwa

申込:

二次元バーコードより

アロマ教室 ～クリスマスを彩る香り～

8月

14:30～16:30

シナモン・オレンジ・フランキンセンスなどなど…クリスマスを彩るルームスプレーを作しましょう☆学級閉鎖に怯えない! アロマのできる流行りモノに負けないカラダ作りもお伝えします♡

料金:

500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

nuinui 入園入学グッズオーダー会

12金

10:00～12:00(予約優先)

幼稚園や小学校の指定サイズでお作りいたします。オーダーいただいた商品は来年3月にお渡し予定。一点からでも大丈夫です!布や材料は基本的にはお持ち込みになりますが、当日ご相談させていただき後日お持ち込みも大丈夫です!

製作費:

絵本バッグ800円～／コップ袋400円～

その他の料金:

はInstagramでご確認ください

申込:

InstagramDMより

はるまり食堂

12金

クリスマス 特別メニュー

19金

豚汁・おにぎりの 軽食メニュー

両日11:00～14:00 (ラストオーダー13:30)

食べることは、毎日の自分の体と心つくること。栄養バランスを大切にしながら、やさしくてホッとすることはをお届けしたい。健康のことも、ちょっと気にかけるきっかけになれば嬉しいです。気軽に立ち寄れて、心も体も喜ぶ場所でありたいと思っています

メニュー: ※数量限定・ご予約優先

◎12(金)クリスマスプレート1,000円(税込) 親子セット1,500円(税込)

◎19(金)豚汁・おにぎりの軽食メニュー 500円(税込)、お子様おにぎり110円 全てテイクアウト可能 ※メニュー詳細はInstagramからご確認ください。※満席の場合、お席は90分の時間制とさせていただきます。

主催:

はるまり食堂

予約:

InstagramDMより

愛犬の為の薬膳講座 季節の食養生講座 ～冬編～

12金

13:00～15:00

過ごしやすい秋が過ぎいよいよ冬到来。キリッとした空気は気持ち良さもあるけど過ごし方次第で春以降の体調にも影響を及ぼします。冬を上手に過ごす為の養生法と取り入れたい食材をお話します。

料金:

テキスト代込み5,000円

主催:

ワン食整活アドバイザー 葉奈 筒井

申込:

Instagram DM、または〈メール〉pet.hana5296@gmail.com

ママのためのアロマトリートメント ～今月の香り～オレンジスイート

15月

10:00～12:00

毎月おすすめの香りで施術いたします。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♪ネイリストによるネイルケア、ネイルチップオーダー、耳つぼジュエリーもごございます♪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 20分 2,000円 ④ネイルケア 10分 500円 ⑤ネイルチップオーダー(後日郵送)子ども1,000円・大人4,000円 ⑥ 耳つぼジュエリー6粒 1,500円～ ※お支払い方法:現金、PayPay

主催: aroma.gypsophile〈アロマ、ジプソフィル〉

申込: 都度受付。InstagramDMにて予約可

座ったまま受けられる本格エステ ～針のない氷光注射～

15月

①13:10～

②13:45～

③14:20～

お肌メンテナンスとリラクゼーションの両方を体験できるエステはいかがでしょうか？お手軽かつ本格エステをお試し価格でご体験いただけます。コース内容:リフトアップフェイシャルマッサージ→ミラクルショット(高圧式スプリングジェット技術)でCHTOV導入→頭をゆるめるヘッドスパ(トータル30分)

料金:

お試し価格4,000円

主催:

出張SALON MAIRA

予約:

〈InstagramDM〉ageing_shot.salon