

## 今月のプログラム

### 今月のおすすめ

**12/12（金） 11:00～12:00**  
**歴史の話をしよう**  
**ー江戸時代 元禄編ー**

5代将軍徳川綱吉の時代、後に元禄文化と言われる華やかな文化が花開きます。文化だけではなく、生類憐みの令や忠臣蔵など、お話の題材には事欠きません。みんなで楽しく話しましょう。

**12/24（水） 13:30～15:30**  
**なべ散歩**

クリスマスイブの街を歩いてみよう。クリスマスと年末に向けて、いつもとはちょっと違う雰囲気で盛り上がっている大森の街をスタッフなべさんと共に楽しみましょう。

### 今月の注目

**12/27（土） 13:30～16:30**  
**クリスマス&忘年会**

12/27が年内最後の開所日となります。少し遅くなりますが、この日はクリスマスのお祝いと、今年を振り返る会を開催いたします。当日は、利用者の皆さんに楽しんでもらえるよう様々な企画をご用意しています。是非お楽しみに☆

### お知らせ

今年は、引っ越しを経て、フラットおおた再始動の1年となりましたが、移転後も沢山の方々が足を運んでくれました。

年明けは1月5日（月）から開所いたします。初日は初詣を予定していますので、また元気にお会いしましょう。

|    |   |                                                       |                                                                                   |                                           |   |                                                   |
|----|---|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---|---------------------------------------------------|
| 1  | 木 | あけまして<br>おめでとう<br>ございます                               |                                                                                   | 17                                        | 土 |                                                   |
| 2  | 金 |                                                       |                                                                                   | 18                                        | 日 |                                                   |
| 3  | 土 |                                                       |                                                                                   | 19                                        | 月 | 13:30～15:30 価値観ゲームをやってみる                          |
| 4  | 日 |                                                       |                                                                                   | 20                                        | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる<br>13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる |
| 5  | 月 | 10:30～12:00 初詣に行こう！<br>13:30～15:00 書き初め               |                                                                                   | 21                                        | 水 | ※10:00～11:00 オンライン“ばる”<br>13:30～15:00 こころが軽くなる講座  |
| 6  | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる                                  |                                                                                   | 22                                        | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる                          |
| 7  | 水 | ※10:00～11:00 オンライン“ばる”                                |                                                                                   | 23                                        | 金 | 10:00～11:00 旅する茶話会（沖縄編）<br>13:30～15:00 詩を作ってみる    |
| 8  | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる                              |                                                                                   | 24                                        | 土 | 13:30～14:30 ダンスをしよう！                              |
| 9  | 金 | 10:00～11:00 朝活「至福のおめざ」                                |                                                                                   | 25                                        | 日 |                                                   |
| 10 | 土 | 10:30～12:00 鏡開き<br>13:30～14:30 ダンスをしよう！               |  | 26                                        | 月 | 10:00～11:30 ラテアートをやってみる！<br>13:30～15:00 書道をしてみる   |
| 11 | 日 |                                                       |                                                                                   | 27                                        | 火 | ★ ばるお休み ★                                         |
| 12 | 月 |                                                       |                                                                                   | 28                                        | 水 | 13:30～15:30 なべ散歩                                  |
| 13 | 火 | 10:00～11:00 旅する茶話会（鹿児島編）<br>13:30～15:00 こんなときにはどうしよう？ |                                                                                   | 29                                        | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる                          |
| 14 | 水 | 10:00～11:00 午前10時の脳トレ<br>13:30～15:00 やーこの動物記-センザンコウ-  |                                                                                   | 30                                        | 金 | 13:30～15:00 かんたんアートをしてみよう                         |
| 15 | 木 | ★ ばるお休み ★                                             | ※ 16:30以降 “ばる”<br>利用可                                                             | 31                                        | 土 | 10:30～12:00 テーブルピンポン<br>13:30～15:00 楽器を弾いてみる      |
| 16 | 金 | 13:30～15:30 壁新聞を作ってみる                                 |                                                                                   | ※ 15日（木）9:30～16:30と27日（火）<br>の“ばる”はお休みです。 |   | 2026年1月                                           |

## 今月のおすすめ

**1/5（月） 10:30～12:00**  
**初詣に行こう！**

年の始まりは初詣に行きましょう。令和8年が、良き年になりますように、みんなで願掛けをしましょう。

1/10 (土) 10:30~12:00  
鏡開き

お正月には、年神様が家に宿ると言われています。鏡餅はその神様への供え物として飾られます。鏡開きは、供え物を食べることで、神様の力を分かち合い、一年の健康と繁栄を祈ります。鏡餅を食べること自体に、神様への感謝の気持ちと、無病息災の願いが込められています。みんなで美味しくいただきます。

## 今月の注目

1/16 (金) 13:30~15:30  
壁新聞を作ってみる

みんなで壁新聞を作りましょう！企画  
会議を実施しますので、興味のある方は  
ぜひ参加してみてください。

お知らせ

あけましておめでとうございます。  
“フラットおおた”は4回目のお正月を  
迎えることができました。今年は「丙午  
（ひのえうま）」の年。情熱と変化を象  
徴し、力強い成長を表す年とされている  
そうです。どんな人と出会えるのか、と  
ても楽しみにしております。今年もどう  
ぞよろしくお願いいたします。

2026年1月