



2026年1月

イベントカレンダー



は休館日(お休み)です
は事前予約制ではありません
は参加可能です

| | | |
|----|---|---|
| 1 | 木 | <h1>あけまして おめでとう ございます</h1> |
| 2 | 金 | |
| 3 | 土 | |
| 4 | 日 | |
| 5 | 月 | 10:30～12:00 初詣に行こう！ 13:30～15:00 書き初め |
| 6 | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる |
| 7 | 水 | ※10:00～11:00 オンライン“ぱる” |
| 8 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる |
| 9 | 金 | 10:00～11:00 朝活「至福のおめざ」 |
| 10 | 土 | 10:30～12:00 鏡開き 13:30～14:30 ダンスをしよう！ |
| 11 | 日 | |
| 12 | 月 | |
| 13 | 火 | 10:00～11:00 旅する茶話会（鹿児島編） 13:30～15:00 こんなときにはどうしよう？ |
| 14 | 水 | 10:00～11:00 午前10時の脳トレ 13:30～15:00 やーこの動物記-センザンコウ |
| 15 | 木 | ★ ぱるお休み ★ ※ 16:30以降 “ぱる” 利用可 |
| 16 | 金 | 13:30～15:30 壁新聞を作ってみる |

| | | |
|----|---|---|
| 17 | 土 | |
| 18 | 日 | |
| 19 | 月 | 13:30～15:30 價値観ゲームをやってみる |
| 20 | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる 13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる |
| 21 | 水 | ※10:00～11:00 オンライン“ぱる” 13:30～15:00 こころが軽くなる講座 |
| 22 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる |
| 23 | 金 | 10:00～11:00 旅する茶話会（沖縄編） 13:30～15:00 詩を作ってみる |
| 24 | 土 | 13:30～14:30 ダンスをしよう！ |
| 25 | 日 | 10:00～11:30 ラテアートをやってみる！ 13:30～15:00 書道をしてみる |
| 26 | 月 | ★ ぱるお休み ★ |
| 27 | 火 | |
| 28 | 水 | 13:30～15:30 なべ散歩 |
| 29 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる |
| 30 | 金 | 13:30～15:00 かんたんアートをしてみよ |
| 31 | 土 | 10:30～12:00 テーブルピンポン 13:30～15:00 楽器を弾いてみる |

◆ 今月のプログラム

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。みんなで美味しいいただきましょう。

今月の注目

1/16 (金) 13:30~15:30
壁新聞を作つてみる

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
ぞよろしくお願ひいたします。

※ 15日（木）9:30～16:30と27日（火）の“ぱる”はお休みです

2026年1月

フラットおおた

2026年2月

イベントカレンダー



は休館日（お休み）です
プログラムは事前予約制ではありません。
ふらっと参加可能です。

| | | | | | |
|----|---|--|----|---|---|
| 1 | 日 | | 17 | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる 13:30～15:30 價値観ゲームをやってみる |
| 2 | 月 | 10:00～11:00 旅する茶話会（千葉編） 13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる | 18 | 水 | *10:00～11:00 オンライン“ぱる” 13:30～15:00 こころが軽くなる講座 |
| 3 | 火 | 10:00～11:00 ヨガをやってみる | 19 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる |
| 4 | 水 | *10:00～11:00 オンライン“ぱる” | 20 | 金 | 10:00～11:00 旅する茶話会（埼玉編） 13:30～15:00 かんたんアートをやってみる！ |
| 5 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる | 21 | 土 | |
| 6 | 金 | 10:00～11:00 朝活「至福のおめざ」 | 22 | 日 | |
| 7 | 土 | 13:30～14:30 ダンスをしてみる 15:00～17:00 楽器を弾いてみる | 23 | 月 | |
| 8 | 日 | | 24 | 火 | ★ ぱるお休み ★ |
| 9 | 月 | 13:30～15:00 書道をしてみる | 25 | 水 | 10:00～11:00 午前10時の脳トレ 13:30～15:30 なべ散歩 |
| 10 | 火 | 13:30～15:00 日常の悩みを みんなで話し合おう | 26 | 木 | 13:30～15:30 ハンドメイドをやってみる |
| 11 | 水 | | 27 | 金 | 10:30～12:00 テーブルピンポン+至福のおめざ 13:30～15:00 詩を作ってみる |
| 12 | 木 | ★ ぱるお休み ★ ※ 16:30以降“ぱる” 利用可 | 28 | 土 | 10:00～11:30 ラテアートをやってみる！ |
| 13 | 金 | 13:30～15:00 やーこの動物記-ネコ科の動物- | | | |
| 14 | 土 | 10:30～12:00 テーブルピンポン | | | |
| 15 | 日 | | | | |
| 16 | 月 | 13:30～15:30 “液タブ”で絵を描いてみる | | | |

*12日(木) 9:30～16:30と24日(火)
の“ぱる”はお休みです。

2026年2月

今月のプログラム

今月のおすすめ

2/2（月）10:00～11:00
旅する茶話会（千葉編）

旅する茶話会がついに関東に突入！
千葉県に馴染みがある人も多いと思
いますが、実はまだ知らない魅力が
いっぱい？千葉県について語りまし
ょう！

2/13（金）13:30～15:00
やーこの動物記—ネコ科の動物—

ネコ科の動物と言えば、どんな動物を
思い浮かべますか？チーター、ヒョウ、
ピューマ、トラ等、ネコ科の動物たちに
についてお話ししましょう。もちろんネコ
好きの方も大歓迎です。

今月の注目

2/27（金）10:30～12:00
テーブルピンポン+至福のおめざ

今回はテーブルピンポンと至福のおめ
ざをセットで楽しむ企画です。テーブル
ピンポンで運動してから食べるおめざは
きっと格別！

お知らせ

2026年の節分は2月3日だそうです。節
分は、季節の変わり目に邪気を払い、無
病息災を願う日本の伝統行事。豆まきや
恵方巻きの風習を楽しみながら、健康で
幸せな1年を願ってみてはいかがでしょ
うか。

節分が終わると「立春」という暦の上
での春がやってきます。身体をあたたか
くして寒さを乗り切りましょう！