



手作りランチと弁当のコミュニティカフェ  
介護、健康、子育ての相談もお気軽にどうぞ！

手作りランチと弁当のコミュニティカフェ  
介護、健康、子育ての相談もお気軽にどうぞ！

10 2025  
月号

# ほーぷカフェTimez

駐車場、Wi-Fi 有り 堺市南区竹城台4-15-12  
ほーぷカフェ ☎ 072-288-4715

ご予約・  
お問い合わせ  
LINE



メニュー・  
スケジュール等  
INSTAGRAM



HOPECAFE.2023 休眠預金活用事業

| 月                                     | 火          | 水                                                        | 木                                                        | 金                                    | 土                                                               | 日                                   |
|---------------------------------------|------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
|                                       |            | 1<br>🍽️ 📅<br>書道教室<br>13:30-15:00<br>ミニデイ<br>14:00-16:00  | 2<br>🍽️ 📅<br>書道教室<br>13:30-15:00<br>ミニデイ<br>14:00-16:00  | 3<br>📅<br>占いカフェWitch<br>11:00-14:30  | 4<br>kesera+<br>ハンドドリップコーヒー<br>とお菓子<br>11:00-16:00              | 5                                   |
| 6<br>🍽️ 📅                             | 7<br>🍽️ 📅  | 8<br>🍽️ 📅<br>俳句教室<br>14:00-15:30                         | 9<br>🍽️ 📅<br>書道教室<br>13:30-15:00<br>ミニデイ<br>14:00-16:00  | 10<br>📅<br>占いカフェWitch<br>11:00-14:30 | 11<br>堺市担い手<br>ヘルパー研修<br>9:30-17:00                             | 12<br>堺市担い手<br>ヘルパー研修<br>9:30-17:00 |
| 13<br>📅<br>カフェ休み                      | 14<br>🍽️ 📅 | 15<br>🍽️ 📅<br>健康栄養セミナー<br>14:00-15:00                    | 16<br>🍽️ 📅<br>書道教室<br>13:30-15:00<br>ミニデイ<br>14:00-16:00 | 17<br>📅<br>占いカフェWitch<br>11:00-14:30 | 18<br>🍽️ 📅<br>みんなの居場所<br>つなぎ食堂<br>10-15                         | 19                                  |
| 20<br>🍽️ 📅                            | 21<br>🍽️ 📅 | 22<br>🍽️ 📅<br>ひだまり相談会<br>第3地域包括<br>出張無料相談<br>13:30-14:30 | 23<br>🍽️ 📅<br>ミニデイ<br>14:00-16:00                        | 24<br>📅<br>占いカフェWitch<br>11:00-14:30 | 25<br>シニアピラティス<br>10:00-11:00<br>だし巻きカフェ<br>ろくまる<br>10:00-15:00 | 26<br>tree.master<br>10:00-15:00    |
| 27<br>🍽️ 📅<br>やさしいウクレレ<br>13:30-15:00 | 28<br>🍽️ 📅 | 29<br>🍽️ 📅                                               | 30<br>🍽️ 📅<br>ミニデイ<br>14:00-16:00                        | 31<br>📅<br>占いカフェWitch<br>11:00-14:30 |                                                                 |                                     |

🍽️ ほーぷカフェ  
ランチ  
月～木  
11:00-14:00  
祝日休み

📅 ほーぷカフェ  
お弁当  
月～金  
当日は11時までに  
ご注文ください  
金曜日はお弁当は  
前日12時までに  
ご注文ください  
祝日営業

ほーぷ主催  
イベント

黒字で表示

レンタルスペース  
レンタルキッチン

1Fで開催  
赤字で表示  
2Fで開催  
青字で表示

予定の変更など  
はインスタで  
お知らせします

## レンタルキッチン ワンディシェフのランチをどうぞ！

## レンタルスペース・イベント

毎週金曜日  
11時～15時



占いカフェWitch  
(占い・軽食・温活スープ・スムージー)

10月4日(土)  
11時～15時



kesera+  
(ハンドドリップコーヒー・焼き菓子)

10月25日(土)  
10時～15時



だし巻きカフェろくまる  
(だし巻きランチ・サンドイッチ)

10月26日(日)  
10時～15時



tree.master  
(簡単で安心な健康料理)

パソコン・スマホ相談



予約制 1回500円

## ミニデイサービス

介護認定要支援・事業対象者の方対象のデイサービスです

毎週木曜日  
14時～16時



ミニデイほーぷカフェ  
(麻雀・ふまねっと運動・歌等)  
要支援の方1回200円～・一般1,000円

第1・2・3(木)  
13時半～15時  
予約制



書道教室 講師：高橋かよみさん  
1回1,000円～(複数のコースあり)

第4(火)  
13時半～15時



やさしいウクレレ 参加費300円  
※ウクレレ貸し出します

毎週水曜  
14時～15時  
予約制



さをり織り体験教室  
参加費1,500円＋糸代

第2(水)  
14時～15時半



俳句教室  
参加費600円 会員500円

10月25日(土)  
10時～11時



シニアピラティス  
参加費 1回1000円

10月15日(水)  
14時～15時  
定員あり



健康栄養セミナー参加費500円  
(韓方茶・薬膳・お茶菓子付)

ほーぷ正会員・利用会員の方は、送迎サービス利用できます  
入会金3,000円 送迎代 自宅往復600円 片道300円





古いカフェWitchさんの  
パスタ・スープセット

tree.masterさん  
のおからコロッケランチ

## Topics



シニアピラティス  
が再スタート!



だし巻きカフェ  
ろくまるさんの  
ランチ



# みんなのいばしょつなぎ食堂

10月18日 (土) 10時~15時

大人300円  
子ども100円  
幼児無料

メニュー

チヂミ  
ナムル



前回9/20のようす

ワーク  
ショップ

参加費100円

ハロウィン  
リース作り



## ひだまり相談会

10月22日 (水) 13時半~14時半

介護相談 参加無料

第4回テーマ  
スマホに役立つ  
5つの基本知識



第3地域包括支援センター職員、  
看護師、管理栄養士、社会福祉協  
議会、ケアマネが相談受付ます!



スムージーも  
あります!



## ちくちくくらぶ

ほーぷサロン：竹城台3-4-3

作品をほーぷカフェ  
で販売中!



ペットボトルカバー¥400 袖カバー¥100

5%委託販売手数料  
で出店受付中



あとりえ沙織  
ピアス¥600

きらり  
キーホルダー¥200~

委託販売作品紹介

●レンタルキッチン1回3,000円 (6h)

●レンタルスペース

1階フロア 1,000円/h

2階①750円/h ②500円/h



NPO法人福祉ワーカーズほーぷ

福祉コミュニティモール ほーぷカフェ



堺市南区竹城台4-15-12



072-288-4715



<https://i-hope.info/>

ホームページ



MAP



●この施設は、主に高齢者や子育て中の方、介護を担う  
家族の方などの居場所となり、また、地域で主体的に活  
動する人々、地域福祉の専門職が集い、それぞれがつな  
がり、気軽に相談ができる場所となることを  
目指しています。

●お食事のみのご利用はもちろん、介護相談  
やレンタルキッチン、各種イベント等のレン  
タルスペースとしてご活用いただけます。

