

編み物おしゃべり会

9 (木) 13:45~15:15

棒針より扱いやすい「輪針」を使ったガーター編みで、好きな作品を編んでみませんか?やり方が分かれば簡単!おしゃべりしながら楽しく編みましょう
*手芸デビューの方も、久しぶりの方もお気軽にご参加ください♪

講師:おひさまニット・末田 陽さん 定員:6名
参加費:1,000円(輪針レンタル・材料費込み)
申込:ForC+Cafe Saitoへお問い合わせください。

このイベントが
気に入った方は
こちらもおすすめ



おひさまニット編み物教室

20 (月) 13:45~

お好きな作品を編む90分の編み物教室です
*初心者歓迎の少人数レッスン。編みたいものが決まっていなくても大丈夫
*一緒に考えましょう *初回体験は2000円、2回目以降は3000円です。おひさまニット / 末田 陽(すえだ よう)



茶道体験会

20 (月) 10:30~11:30

大人の茶道部体験。真面の老舗和菓子店から取り寄せた季節のお菓子と、講師が点てたお茶をいただきます。あわただしい日常を少し忘れて、心地よいひとときをご一緒にしましょう♪

講師:大人茶道部・高杉宗裕さん
定員:10名
参加費:1,000円(お抹茶・お菓子つき)
申込:ForC+Cafe Saitoへお問い合わせください。



インナービューティーカフェ Vol.1

25 (土) 10:30~11:30

「健康美」について気軽に語らうお茶会です。当カフェで活躍中のリラクゼーションサロン「bloom」森さんをゲストに、忙しい朝でもできるお化粧品ノリUPのリンパケアなどを教えていただきます。

定員:10名
参加費:500円(特製ドリンク付き)
申込:ForC+Cafe Saitoへお問い合わせください。



カフェ説明会&内覧会

5 (日) 15 (水) 各①10:30~11:30
②14:00~15:00

カフェに興味がある人、集まれ〜!! ForC+Cafe Saitoがどんなスペースか、どんな使い方ができるかを、実際にお部屋をご覧いただきながらご説明します。「まだ使うかどうか決まっていない」という方も大歓迎!ぜひお気軽にお越しください。お申し込みは二次元コードまたはForC+Cafe Saitoへお問い合わせください♪
※日程が合わない方は個別でのご相談も随時受付中



カフェの主なスペース



チャレンジキッチン

将来のカフェ開業を目指す方や、料理を愛するグループが日替わり店主として腕を振るえるキッチン。



カフェギャラリー

壁面に作品の展示・販売ができるスペース。「街のギャラリー」として活用いただけます。

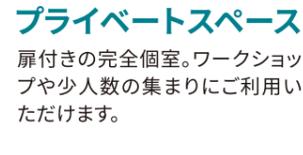


カフェゾーン

マルシェなどに使える広々としたフロア。多目的にご利用いただけます。



プライベートスペースA



プライベートスペース

扉付きの完全個室。ワークショップや少人数の集まりにご利用いただけます。



ForC+Cafe はまちのみなさんが気軽に立ち寄り、対話やつながりを通じて、小さな「やってみたい」を形にしていくコミュニティカフェです。人とまちのこれからを一緒につくる拠点として「相談できる」「仲間に会える」「一歩踏み出せる」そんな場所を目指しています。



Open / 月~火・木~日(水・祝 定休) 10:00~17:00
TEL / 080-3032-4307 Mail / com-cafe3110@forc-c.co.jp
茨木市彩都やまぶき1-1-18(MOKU MOKU 彩都1階)
運営者:株式会社フォーシーカンパニー



ホームページ



Instagram



ForC+Cafe Saito Letter

あなたの想いが、まちの彩りをプラスする。



フォーシープラスカフェ 彩都
ForC+Cafe Saito

RENEWAL
リニューアルオープン!
OPEN

Cube3110の「コミュニティカフェ彩都」が2026年2月2日、彩都西駅前の新施設「MOKU MOKU 彩都」で装い新たにスタートしました!
これまで以上に、地域や世代を超えて人々がつながり、自分らしい活動を広げられるコミュニティカフェを目指します。



4月より、日曜日営業を開始しました!

4月のカフェ主催イベント

※詳細は裏面をCheck!

カフェ説明会&内覧会

4/5(日)・15(水)
各日10:30~11:30、14:00~15:00
カフェ内のご見学・使い方をご紹介します。

編み物おしゃべり会

4/9(木) 13:45~15:15
初心者大歓迎!講師に気軽に相談しながら、お好きな作品を編んでみましょう♪

茶道体験会

4/20(月) 10:30~11:30
大人の茶道部体験。季節のお茶とお菓子を楽しみながら、ゆったりとした時間を過ごしませんか?

インナービューティーカフェ

4/25(土) 10:30~11:30
特製ドリンクを片手に健康美について気軽に語らうお茶会です♪

ForC+Cafe Saitoの魅力をご紹介します!

美味しいコーヒーで
ゆっくり過ごせるカフェ



誰でも立ち寄れるカフェには、おいしいコーヒーやスイーツなどを提供する予定です。

やってみたい!を叶える
レンタルスペース



ワークショップ開催やお友達同士などカフェ内の一部を貸切利用できます。

地域の声をきく
コミュニティスタッフがいます



地域のみなさんからの話を聞き、やってみたい!をカタチにするサポートを行います。

好き・楽しい・得意を持ち寄る
マルシェボックス



ハンドメイドやアートなどの作品・小物・雑貨を展示販売できます。

日替り店主募集!
チャレンジキッチン



自分のカフェやってみませんか? 飲食の提供に挑戦できるキッチンがあります。

Follow us!

ランチ・イベント最新情報はInstagramへ!



@FORC_PLUSCAFE_SAITO

イベントスケジュール / 2026 EVENT / 4

アイコン説明
 ① チャレンジキッチン ② 委託販売 ③ カフェギャラリー
 P プライベートルーム ④ 多目的ルーム ⑤ 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

2 ④ 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。




五感遊びができる！親子教室

3 ④ **17** ④ 10:15-11:30

①絵の具遊び ②カラフルライスでいちご狩り
 五感を使うお家ではできない遊びで、子どものキラキラ笑顔や集中する姿を見てみませんか？
 運営4年目。保育士が少人数制アットホームな遊び場を提供しています。2000円/組。申込みはLINEから ※様子はインスタを覗いてください




チアダンス教室スタート！

7 ④ 16:00~17:00
 ※以降・毎週火曜日

新クラススタート！笑顔で元気いっぱい踊りましょう！
 入会金：3,000円 月謝：5,000円 対象：新年長から新小学6年生まで
 主催：チアリーダーズクラブ カラースメールまたはQRコードから申込受付中
 (mailbox123yk-cheer@yahoo.co.jp)




綺麗になるセルフケアレッスン

10 ④ **5/11** ④ 10:10~10:40

簡単に優しい力で身体が軽くなる、驚きの変化をお楽しみください。綺麗も付いてくる嬉しいケアです。メニューさとう式セルフケアレッスン、料金 税込500円、主催者 salon fuwa fuwa、ご予約方法はInstagramのメッセージに日付とレッスン日をご連絡くださいませ。




鍼灸マッサージ院nicori

11 ④ **16** ④ ①10:00~ ②11:00~ ③12:00~

根本原因は何なのか真剣に考えます。まずはお気軽にお問い合わせください♪
 料金：(A)マッサージ25分2,500円 (B)鍼+マッサージ45分4,300円 (C)美容鍼45分4,400円
 主催：鍼灸マッサージ院nicori・松本守 申込：instagram DMより




セルフ美姿勢リンパ整体レッスン

14 ④ **5/12** ④ 10:15~11:15

巡るリンパで肩こり・むくみを整える。すっきりフェイスライン、軽いカラダ、見た目は美しく♡
 30代からの新習慣に！
 料金1,000円/持ち物 ヨガマット/予約QRコードより




リラクゼーション Bloom

16 ④ **21** ④ **30** ④ 10:00/11:00/12:00

【Menu & Price】女性専用
 A.頭・肩スッキリコース 20分 ¥2,500 (むくみ・眼精疲労ケア)
 B.オイルリンパトリートメントspa 40分 ¥4,500 (ルイボスティール付)
 60分 ¥7,700 (オリジナルハーブティール付)
 詳細LINE又はインスタにて




産後トレーニングヨガ

16 ④ 10:00~11:30

『ほぐす・伸ばす・鍛える』の3つのステップで不調改善、運動不足解消、綺麗な土台作り！
 ヨガ初心者の方、体の硬い方、産後10年以上のママさん大歓迎です。
 maitrii place 体験レッスン1500円 QRよりお申込みください。




さとう式リンパケアの施術

17 ④ ①10:00~ ②10:40~ ③11:20~ ④12:00~ ⑤12:40~

軽い身体が蘇る。美もアップのさとう式リンパケア。温活にも。30分3,500円、60分6,500円。初回またはセルフケアレッスン受講済の方は30分500円引、60分1,000円引。ご予約は日付、時間、施術時間を第二希望までメッセージお願いします。salon fuwa fuwa




Nana's Cafe&Bar

18 ④ 17:30~

週末の夜はサクッとリセット！
 3時間限定のApéroタイム！
 フードは好きなものをご自由に持ち込みください！
 ワンドリンクは必ずオーダーをお願いします。ソフトドリンクもあります。
 キャッシュオンデリバリー 現金のみ
 ドリンクALL ¥500~
 テーブル 300円/1テーブル




子どもアロマクラフトレッスン

19 ④ ①14:00~ ②15:00~ (各回 約45分)

新生活、新しい環境で頑張っている子どもたちに自分の好きな香りを見つけてもらい、アロマスプレーを作ります。子どもたちに分かりやすく、アロマの正しい使い方などもお伝えします。小学生~高校生まで大歓迎です♪
 ご予約はLINEでお願いします。香りのアトリエ soil 村上美和子




春の深呼吸ヨガ

21 ④ **23** ④ 10:00~

体も心も緊張しがちな春。肋骨をやさしく動かし、ねじりのポーズも取り入れながら、呼吸が深まる体へ導きます。自律神経をやさしく整えていきましょう。
 coco yoga Maho
 1,000円 (初回500円)
 持ち物：ヨガマット・飲み物
 予約：Instagram DM




コミュニティ食堂 輪っこ

23 ④ 11:00~14:00

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。




ゆるまーるvol.2

24 ④ 10:00~12:00

生まれたばかりのちいさなマルシェです♪
 どなたもお気軽にお立ち寄りください♪
 <メニュー> 耳つぼジュエリー6粒 ¥1,500~、
 ネイルジェルワンカラー ¥3,500~、
 アロマハンドトリートメント ¥500~、
 詳しいメニューなどはInstagramをご覧ください




のびのびキッズ無料体験会

24 ④ ①9:45~10:45 ②11:00~12:00

たくさん子育て仲間が集まる「親子教室」です。楽しい!が溢れる「のびのび」に、親子で遊びに来ませんか？
 無料体験会に参加希望の方は、ホームページの問い合わせフォームよりお申し込み下さい。
 料金：無料 主催：のびのびキッズ市原




黒麹カフェ麹日和

24 ④ 11:00~14:00

鮭のムニエルを主役に、黒麹を使った発酵小鉢と甘酒スイーツをご用意。やさしい酸味と深いコクで食後も軽やかに整います。月に1度の発酵カフェ麹日和/ランチ1800円
 /ご予約はInstagram DMへ




出張こもれびの図書館

28 ④ 11:15~12:00

毎週里山公園で開いているこもれびの図書館が、mokumoku彩都に出張します！
 絵本の読み聞かせや手遊び歌を多言語(英語、中国語、インドネシア語、タイ語、韓国語など)で、大型絵本や紙芝居も読みます。親子で遊びに来て、本に囲まれた素敵な時間を過ごしてみませんか？




足の爪切り屋さん

28 ④ 10:30~15:30

足の爪切りにお困りの方、巻き爪矯正マイスター取得のネイリストが整えます
 料金¥1000(オープンキャンペーン価格)
 開催時間10:30~15:30所要時間30分完全予約制予約方法
 QRコードから友達登録
 mail.444u@gmail.comよりメールにてお問い合わせ下さい




IBAcafeお楽しみランチ

30 ④ **5/1** ④ 11:30~13:00

いばきたのお米とお野菜を使ったヘルシーで優しいランチ♡テイクアウトもOK！
 ご予約優先、数量限定です。
 ★IBAcafeのお楽しみランチ 1400円★日替わりスイーツ 350円~
 【IBAcafe】ご予約はInstagramのDMからお願いします。ibacafe_saito