

# コノミヤテラスの 12月の予定

コノミヤの  
2階にあります!

「コノミヤテラス」が10月3日に、誰もが気軽に立ち寄れる地域のコミュニティ拠点としてオープンしました!(当日コノミヤテラスに名前が決定!)住民・学生・行政・企業、、、いろんな団体、人が協働で365日オープンを目指します!拠点はできたばかり、やりながらいろんなことを考えていきます!

※11/30時点での予定です。急遽変更になる場合もあります。

## コノミヤテラス 12月カレンダー

1	火	
2	水	□認知症・介護施設に関する相談会
3	木	
4	金	
5	土	□身体の痛み相談 □南花台の未来を考える住民集会
6	日	
7	月	□食と健康相談会
8	火	□看護師による健康相談会
9	水	
10	木	□認知症・介護施設に関する相談会
11	金	
12	土	□身体の痛み相談
13	日	□助産師による子育て +進学(看護職)相談会
14	月	
15	火	□看護師による健康相談会
16	水	□食と健康相談会
17	木	
18	金	□鍼灸に興味のある方へ
19	土	□身体の痛み相談 □まちづくり会交流カフェ
20	日	
21	月	
22	火	
23	水	天皇誕生日
24	木	
25	金	
26	土	□身体の痛み相談
27	日	□助産師による子育て +進学(看護職)相談会
28	月	
29	火	
30	水	
31	木	

### 午前 10 時のラジオ体操

日時: 毎朝 10:00~  
場所: コノミヤテラス  
毎朝コノミヤテラスオープンとともにラジオ体操!誰でもご参加できますのでぜひ!



### 午前 10 時のラジオ体操



### 第 6 回南花台の未来を 考える住民集会

日時: 5日(土)  
10:00~12:00  
場所: コノミヤテラス  
南花台の未来を考える住民集会です!みんな  
で南花台についてお話ししましょう!



住民集会の様子

### まちづくり会交流カフェ

日時: 19日(土)10:00~12:00  
場所: コノミヤテラス  
主催: 南花台まちづくり会  
コーヒを飲みながらお話ししましょう!

### コノミヤテラス 先月の出来事写真館



### 11月 29 日 外を使ってみよう!

↑「屋台を使って、南花台のいろんな場所を使いこなしてみませんか?」のコンセプトのもと【屋台づくりプロジェクト】がまもなく本格始動!ということで、南花台第一集会所前で決起会を行いました!カヌーも登場し、盛り上がりました!

### 健康に関する相談聞きます!

地域におられる健康に関する専門知識を持った方々が、それぞれの専門分野を活かし、お話を聞いてくれます!日頃気になっている事を相談してみても?相談無料です。  
※相談を聞いてくれるのは  
咲く南花台健康クラブの健康スタッフの方です。

### □食と健康の相談会

※管理栄養士の方が来られます。  
日時: 7日(月)・16日(水)・21日(月)  
10:00~12:00の間  
場所: コノミヤテラス  
食事相談なら何でもOK!お気軽にどうぞ!

### □看護師による健康相談会

※看護師の方が来られます。  
日時: 8日・15日(それぞれ火曜)  
13:00~15:00の間  
場所: コノミヤテラス  
脳梗塞予防から身体の仕組みまで、  
お気軽にご相談ください!

### □身体の痛み相談会

※柔道整復師の方が来られます。  
日時: 5日・12日・19日・26日  
(それぞれ土曜)  
10:00~11:30(5,12日)  
10:00~12:00(19,26日)  
場所: コノミヤテラス  
腰の痛みや不安感でやりたい事が思い切つて  
できない方、お気軽にご相談ください。  
(腰以外のお悩みでも大丈夫ですよ!)

### □鍼灸に興味のある方へ

~「はり」って何に効くの?~  
※鍼灸師/柔道整復師の方が来られます。  
日時: 18日(金)13:30~15:00の間  
場所: コノミヤテラス  
鍼(はり)ってどんなことするの?どんなこと  
に効くの?といった疑問にお答えします!

### □認知症・介護施設に関する相談会

※社会福祉士の方が来られます。  
日時: 2日(水)・10日(木)  
14:00~16:00の間  
場所: コノミヤテラス

### □助産師による子育て相談会 +進学相談(看護職)

※助産師の方が来られます。  
日時: 13日・27日(それぞれ日曜日)  
10:00~16:00の間  
場所: コノミヤテラス  
進学相談は、中学生・高校生・一般の方対象  
です。興味がある、気になっている方はぜひ。