

# コノミヤテラスの 3月の予定

コノミヤの  
2階にあります!

2016年

紙面に載せきれない情報がたくさん！コノミヤテラスの黒板でお知らせしています！  
「コノミヤテラス」が2015年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日オープンの拠点を目指します！拠点はできただばかり、やりながらいろんなことを考えていきます！  
※2/25時点での予定です。急遽変更になる場合もあります。

1	火	
2	水	
3	木	<input type="checkbox"/> 看護師による健康相談会 <input type="checkbox"/> 社会福祉士による相談会
4	金	
5	土	
6	日	<input type="checkbox"/> 姿勢・カラダの歪み診断
7	月	
8	火	
9	水	
10	木	
11	金	
12	土	<input type="checkbox"/> 住民集会
13	日	<input type="checkbox"/> 姿勢・カラダの歪み診断 <input type="checkbox"/> 助産師による育児+進学相談(看護職)
14	月	<input type="checkbox"/> 食と健康の相談会 <input type="checkbox"/> 元気体操
15	火	<input type="checkbox"/> 看護師による健康相談会
16	水	
17	木	
18	金	<input type="checkbox"/> 鍼灸に興味のある方へ
19	土	<input type="checkbox"/> 姿勢・カラダの歪み診断
20	日	
21	月	<input type="checkbox"/> 食と健康の相談会 <input type="checkbox"/> 元気体操 <input type="checkbox"/> 助産師による育児+進学相談(看護)
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	
26	土	
27	日	<input type="checkbox"/> 姿勢・カラダの歪み診断 <input type="checkbox"/> 助産師による育児+進学相談(看護職)
28	月	<input type="checkbox"/> 食と健康の相談会 <input type="checkbox"/> こどもの食事相談会
29	火	
30	水	
31	木	

## 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：14日・21日(月) 10:00-12:00  
28日(月) 13:30-15:30  
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：3日(木)・15日(火)  
それぞれ 13:00-15:00  
場所：コノミヤテラス  
脳梗塞予防から身体の仕組みまで、カラダに関することお気軽にご相談ください！

鍼灸(しんきゅう)に興味のある方  
個別相談となります  
～「ハリ」って何に効くの？～  
日時：3月18日(金)13:30～15:00  
場所：コノミヤテラス  
※鍼灸師/柔道整復師の方が来られます。  
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！

姿勢・カラダの歪み診断します！  
※柔道整復師の方が来られます。  
日時：6日(日)・13日(日)・19日(土)  
27日(日) それぞれ 10:00-11:30  
場所：コノミヤテラス  
猫背等、姿勢の悪さが気になる方/カラダのバランスが気になる方/その他、カラダの痛みや不快な症状に関するご相談  
※先月まで土曜日に開催しておりました相談会を3月は日曜日に変更している週があります。お間違えないようお越しください。

助産師による育児相談および  
+進学相談(看護師への道)  
※助産師の方が来られます。  
日時：13日(日)・21日(月)  
27日(日)それぞれ 10:00-16:00  
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。

**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！



スタンプカードあります！

**元気体操!!!**  
それぞれ月曜日  
日時：14日・28日 10:00頃からはじめます  
場所：コノミヤテラス 1時間くらい  
ラジオ体操後ももう少し身体動かしましょうか？



**第7回南花台の未来を  
考える住民集会**  
日時：3月12日(土) 15:30～17:00  
場所：コノミヤテラス  
南花台の未来を考える住民集会！今回は咲く南花台の1年間の出来事を振り返り、来年度の活動につなげます！

社会福祉士による相談会  
※社会福祉士の方が来られます。  
日時：3月3日(木) 介護+子育て相談  
場所：コノミヤテラス 13:30-15:30

離乳食・幼児食  
こどもの食事相談会  
※管理栄養士の方が来られます。  
日時：3月28日(月) 10:00～12:00  
場所：コノミヤテラス

コノミヤからお知らせ！  
**コノミヤ南花台店従業員募集!!!**  
●パート・アルバイトさん  
●時間応相談  
※詳しいお問い合わせは下記連絡先まで  
コノミヤ南花台店 店長・副店長まで  
0721-60-0561