

コノミヤテラスの部屋使ってみませんか？

コノミヤテラスは自立できる運営体制をめざし、様々な実験的取り組みを行っています。現在、部屋の貸し出しを行っており、**部屋の利用の際は運営協力金として下記のお金をいただいています。**

借り方：コノミヤテラスで受付（常駐者にお伝えください）
 時間：2時間1コマとして利用可
 利用可能な活動：**Kasegu community for 3H** に沿った活動

	赤の部屋	緑の部屋
営業	500円/回(主催者) + 100円/人	
一般	100円/人	

講演会やセミナー、ワークショップ等を開催する場合は、2時間で2,000円の利用料をいただきます。内容ご相談ください。



赤の部屋

緑の部屋

赤の部屋…定員 20~25人程度。小さなキッチンがあります。
緑の部屋…定員 10~15人程度。置き畳、Wi-Fi環境があります。

コノミヤテラスの内部

コノミヤテラスの

コノミヤの2階にあります！

8月の予定

2018年

梅雨も明けて急に暑くなってきましたね。熱中症対策していきましょう！

「コノミヤテラス」は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、…、いろんな団体や人が、協働で365日オープンの拠点を目指します！やりながら実験しながら、いろんなことを考えていきます！

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！日頃気になる事を相談してみても？相談無料です。どなたでも気軽にご相談ください！

※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

日時：20日(月) 10:00-12:00
 ※管理栄養士の方が来られます。

介護の相談会

気軽に相談ください！
 ※介護福祉士の方が来られます。
 日時：18日(土) 13:00-18:00

看護師による健康相談会

日時：13日(月) 13:00~15:00
 ※看護師の方が来られます。

社会福祉士による相談会

※社会福祉士の方が来られます。
 今月はお休みです。

ふれあいテラス 各日

毎月4回 月・木曜日 10:00-16:00
 6・20日(月)、9・23日(木)

未就学児とその保護者の憩いの場です！

コノミヤテラス8月カレンダー

1	水	
2	木	買い物応援
3	金	
4	土	南花台夏祭りでお店しています！
5	日	
6	月	ふれあいテラス 買い物応援
7	火	
8	水	
9	木	歯科衛生士によるお口の相談会 ふれあいテラス 買い物応援
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	元気体操 コノテラカフェ 看護師による健康相談会
14	火	
15	水	

16	木	買い物応援
17	金	
18	土	まちづくり会交流カフェ 介護の相談会
19	日	
20	月	元気体操 コノテラカフェ ふれあいテラス 食と健康の相談会 在宅介護のこと 買い物応援
21	火	鍼灸に興味のある方へ
22	水	
23	木	ふれあいテラス 買い物応援
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	にこにこサロン 買い物応援
28	火	
29	水	
30	木	買い物応援
31	金	

鍼灸(しんきゅう)に興味のある方

～「ハリ」って何に効くの？～
 日時：21日(火) 13:30~15:00
 ※鍼灸師の方による個別相談です。

在宅の介護のことお話しませんか？

日時：20日(月) 11:00-12:00
 ※社会福祉士の方が来られます。

歯科衛生士によるお口の相談会

日時：9日(木) 10:00-12:00
 ※歯科衛生士の方が来られます。

生活応援実験実施中！

日時：～8/31(金) 10:00-16:00
 費用：1時間 800円 ※要相談
 問合せ：080-4982-9349 (～8/31まで)

元気体操！ 初参加も大歓迎！

日時：13日・20日(月) 10:00-11:00
 テラスの前で元気に体操！どなたでも参加できます！

コノテラカフェ

日時：13・20日(月) 11:00-12:00
 それぞれ 11:00-12:00
 テーマでお話、ガチャガチャ 100円コーヒー！

にこにこサロン 毎月第4月曜

日時：27日(月) 10:00~12:00

コノミヤテラス
 住所：河内長野市南花台3丁目6-10
 コノミヤ南花台店2階
コノテラ通信 8月号 vol.26
 発行日：2018年7月23日
 発行元：コノミヤテラス運営研究会
 編集：関谷大志朗、住民フォトグラファーツさん
 住民ライターMさん
 問い合わせ：直接コノミヤテラスまで
 (コノミヤテラスは電話がありません)

コノテラ通信はコノミヤテラスの日々の出来事や地域の情報をお知らせする通信紙です。

コノテラ通信 8月号 vol.26

給水塔

「お母さん、あれなあに？」
 「あれはね、給水塔って言うんだよ。」
 空まで高く伸びる円柱形のタワー
 団地の移り変わりと共に
 南花台の発展を見守ってきた
 街の住環境が整備されていく中
 その役割を終えつつある
 進化し続ける街・南花台に
 新たな時代の足音が近づいている



日本各地にある給水塔ってかなりたくさんのデザインがあって、南花台のような円柱型は結構珍しいそうです。

公園を使ってみたい方を募集します!



集いの場所の研究会での公園調査の様子

■これまでの経緯

昨年から行っている「南花台みんなの未来予想図づくり」の意見交換会の中で、「ゆっくり休める場所がない」「自由に集える広場が欲しい」といった、広場や集う場所に関する意見が多数集まりました。こういった意見を受け「そもそも人が集まる場所ってどういった場所なのか?」というところから考え、最終的には人が集う場所を実践的にデザインすることを目標にして「集いの場所の研究会」を不定期ですが、日曜日の午前中に行うことにしました。



砂場は草だらけになっている。



ベンチに座るとその先は、

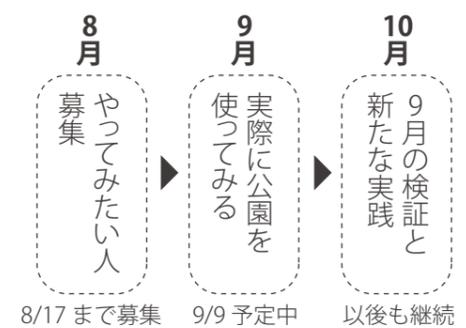


本当はこの先には金剛山の山並みが、

■南花台にある全ての公園を見る

研究会では、南花台にある14の公園すべてを見て回りました。実際に歩いてみると、子供達に名前が付けられ、親しまれている公園もありましたが、草が伸び切り、ほとんど使われている様子のない公園も多く、未来予想図での意見を証明するような状態になっていました。一方で、参加者の方々が「ちょっとした工夫でもっと良くなる可能性」を感じる公園もいくつかあり、今後はそういった公園について、実際に使ってみながらこれからのことを考えていくことになりました。

■公園を使ってみたい人を募集します!



実際に公園を使っていく中で、できること、できないこと、いろんな発見を通して公園を考えていきます!

自由に誰もが集える公園は、自分たちでつくっていきましょう!

年齢、資格等一切問いません。南花台の街をよくしたいという想いのある方。公園や屋外でやってみたいことがある方を求めています。下記の申し込み用紙をコノテラまでご持参ください!

例えば...

- ・公園でヨガをしてみたい
 - ・映画祭をやってみたい
 - ・ハンモックを使いカフェをやってみたい
 - ・草木の剪定をみんなでやってみたいなど...
- まずはコノテラまでご相談ください!

集いの場所の研究会 公園使ってみよう申し込み 8/17 (金) 18:00 まで ※締め切り以降に連絡させていただきます。

お名前	連絡先 携帯(優先)or 自宅	公園を使ってみようこと
-----	-----------------	-------------

健康 STATION

健康クラブスタッフサポーターによる健康に関する記事をお送りします!今年度の取り組みのご案内!

今年度の健康クラブについて

健康クラブの新規・継続申し込み受付はコノミヤテラスで行います!!!

■健康クラブポイント制度!

コノテラでのラジオ体操や自主的な活動、講座に参加し、貯めたポイントは**咲っく南花台事業者の会で発行している地域商品券(500円)と交換でき**、利用可能店舗でご利用いただけます。ポイントを貯めて、南花台で楽しく暮らしましょう!
※9~10月、11~12月、1~2月の3期に分けて合計1,500円分の商品券と交換できます。

■島田病院

初年度から大好評の健康講座を今年も行ってくださいます!※有料です。

■大阪大谷大学

チェアエクササイズ講座とニュースポーツ(内容未定)を行ってくださいます。地域のみなさんと交流しながら健康の取り組みを行います!

■モニターによる自主的な活動

モニター参加者で自主的に健康につながる活動を行っていくことができます!仲間づくりにつながり、ポイントが貯まります!



元気体操の様子



大阪大谷大学の講座の様子



コノテラカフェや相談会もあります!

健康クラブの新規申し込みに関する詳しい案内は、8月上旬に別紙にて、ご案内いたしますので、もう少しお待ちください。

—コノミヤテラスから大切なお知らせ—

コノミヤテラスの部屋の利用料が変更になります。

コノミヤテラスでは、自律的な運営・活動継続のために貸し部屋事業を実験的に行っており、昨年度の実績で

月平均収入：22,871円 に対し、月平均支出：48,150円 という結果でした。

拠点を運営していくには、光熱水費が予想以上にかかるということがわかりました。

そこで今回、貸し部屋事業における部屋の利用料の変更を行うこととしました。

地域のまちづくりの拠点を持続していくための運営協力金として位置付けています。

10月1日からは以下のように変更いたしますが、これからも応援よろしくお願いたします。

2018年10月1日から

- ・1時間1コマとして利用可能
- ・1人あたり100円で1コマ利用可能
- ・営業利用の場合は主催者は別途2,000円
- ・講演会やセミナー、ワークショップ等を開催する場合は、参加人数に関わらず、1時間で2,000円の利用料

- 2018年9月30日まで
- ・2時間1コマとして利用可能
- ・1人あたり100円で1コマ利用可能
- ・営業利用の場合は主催者は別途500円
- ・講演会やセミナー、ワークショップ等を開催する場合は、参加人数に関わらず、2時間で2,000円の利用料

コノテラ掲示板

コノテラ通信のフォトグラファー &ライター求む!

「コノテラ通信の表紙を飾りたい!」「文章を載せたい!」という方はコノミヤテラスまでお問い合わせください。経験や資格は不問です!一緒に南花台の魅力を発信してみませんか?

車椅子の貸し出ししています。

コノミヤテラスには車椅子があります。当日返却でどなたでもレンタルできますので気軽に常駐者にお声がけください!

プレミアムフライデー 8/31 10/26

ともに(金)に開催です!

偶数月の最終金曜日には、お買い得商品やお得な限定サービスが飛び出す「南花台のわ!プレミアムフライデー」を開催!詳細は**咲っく南花台HP**や**facebookページ**を見てみよう!HPでは各店舗の情報も随時更新しています。

ベンチが失くなり、お困りの方がいるようです。

「四丁目バス停、イスがなくなり困っています。お年寄りや足の不自由な方が沢山乗ります。イスなんとかしてください。」

無記名で上記の手紙が届いていました。テラスとしても何か行動を起こせればと思うのですが

・どういったものでいつごろ無くなったのか
・どういったものが求められているのかなどなど...地域の方と一緒に考えていきたいと思っています。

自分たちの街は、自分たちでつくっていけるようになればという想いがあります。

ベンチ設置についてコノテラで学生や市役所の方と一緒に考えたいという方は一度コノテラまでお声がけいただけますか?上記の手紙をくれた方もお待ちしております!

咲っく南花台って?

HPでチェックできます!
咲っく南花台.com
▶ <http://nankadai.com/sac>

