

# コノミヤテラスの 11月の予定

コノミヤの  
2階にあります！

2019年  
「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！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！

地域在住の健康に関する専門知識を持った健康スタッフの方々が、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。どなたでも気軽にご相談ください！

健康スタッフはこんな方々！

- ・看護師さん
- ・管理栄養士さん
- ・社会福祉士さん
- ・介護福祉士さん
- ・鍼灸師さん
- ・歯科衛生士さん
- ・薬剤師さん
- ・体操の先生

コノミヤテラスに来ていただければご紹介も出来ますし、コノテラカフェにはスタッフの方々も来られますので、まずは気軽にお話ししてもらえればと思います！

**介護の相談会**  
※介護福祉士の方が来られます。  
日時：11日(月) 16:00~18:00

**看護師による健康相談会**  
※看護師の方が来られます。  
日時：13日(水) 11:00~12:30

**元気体操！** 初参加も大歓迎！  
日時：11・18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：11・18日(月) 11:00-12:00  
100円コーヒー飲みながら気軽にお話し！

**11日は管理栄養士さんが、  
18日は社会福祉士さんが来られます。**

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 11月号 vol.41  
発行日：2019年10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マさん  
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（電話はありません）

## コノテラでの活動案内

参加申し込み等詳細はコノテラ前の黒板をご確認ください！他にも活動やっています！

**歌声テラス** 毎月第4月曜  
日時：25日(月) 14:00~16:00

**ウクレレ教室** 【要申込み】  
毎月第2日曜・第3火曜  
日時：10日(日)13:00~15:00  
19日(火)14:00~16:00

**茶道の会** 【要申込み】  
日時：12日(火) 13:00-16:00

**英会話教室** 基本毎週水曜【要申込み】  
日時：6・13・20・27日(水)13:00~15:00

**お菓子とパン教室** 毎月第4木曜  
日時：28日(木) 10:00~12:00【要申込み】

**小さな月イチ音楽会** 毎月第2日曜  
日時：10日(日) 10:00~10:30  
※出演者も募集しています。詳しくはコノテラへ今回は、ゴスペルです！

**生活応援実験継続中！**  
費用：1時間 800円 ※内容要相談  
問合せ：080-4982-9349  
(電話受付10:00-16:00)  
※まずは、お気軽にご相談ください！

**ふれあいテラス**  
日時：4・18日(月)、14・28日(木)  
月 or 木曜日 10:00-16:00  
未就学児とその保護者の憩いの場です！

**にこにこサロン** 毎月第4月曜  
日時：28日(月) 10:00~12:00  
どなたでも参加できる月イチの親子の遊び場！

**健康クラブ・歩こう会** 【要申込み】  
日時：30日(土) 詳細はコノテラ黒板で。  
今回は「古市古墳群」です。

**〇〇さんのバー**  
日時：30日(土) 18:00~20:00  
どなたでも参加できる持ち寄りご飯会！

**まちづくり会交流カフェ** 毎月第3土曜  
日時：16日(土) 10:00~12:00

## 貸し部屋利用のススメ

コノミヤテラスは自立した運営体制をめざし、実験的な取り組みを行っています。部屋の利用の際は運営協力金として下記金額をいただいています。ご理解ご協力のほどお願いいたします。

借り方：コノミヤテラスで受付  
(常駐者にお伝えください)  
料 金：1時間1人あたり100円  
※ワークショップ等の利用は別途お問合せください。

## コノミヤテラス 11月カレンダー

1	金	
2	土	
3	日	
4	月	<input type="checkbox"/> ふれあいテラス
5	火	
6	水	<input type="checkbox"/> 英会話教室
7	木	
8	金	
9	土	
10	日	<input type="checkbox"/> 小さな月イチ音楽会 <input type="checkbox"/> ウクレレ教室
11	月	<input type="checkbox"/> 元気体操 <input type="checkbox"/> コノテラカフェ <input type="checkbox"/> 介護の相談会
12	火	<input type="checkbox"/> 茶道の会
13	水	<input type="checkbox"/> 英会話教室 <input type="checkbox"/> 看護師による健康相談会
14	木	<input type="checkbox"/> ふれあいテラス
15	金	
16	土	<input type="checkbox"/> ふれあいテラスリニューアル <input type="checkbox"/> まちづくり会交流カフェ
17	日	<input type="checkbox"/> 大阪大谷大学ブチ運動会
18	月	<input type="checkbox"/> 元気体操 <input type="checkbox"/> コノテラカフェ <input type="checkbox"/> ふれあいテラス
19	火	<input type="checkbox"/> ウクレレ教室
20	水	<input type="checkbox"/> 英会話教室
21	木	
22	金	
23	土	
24	日	
25	月	<input type="checkbox"/> にこにこサロン <input type="checkbox"/> 歌声テラス
26	火	
27	水	<input type="checkbox"/> 英会話教室
28	木	<input type="checkbox"/> ふれあいテラス <input type="checkbox"/> お菓子とパン教室
29	金	
30	土	<input type="checkbox"/> 歩こう会 <input type="checkbox"/> 〇〇さんのバー
12/1	日	

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 11月号 vol.41

## 延命寺の紅葉

目の前に広がる紅葉の隙間から  
太陽が降り注ぐ

自然が織り成す色遊び  
言葉さえ必要のない圧巻の景色

感じて  
感じて  
唯々感じて

生きてる事の素晴らしさ  
この景色に出会えた幸せを



— [近未来技術等社会実装事業（自動運転）]新しい移動手段についての取り組みが本格的に始まりました！—

(グリーンスローモビリティ)

## GSMプロジェクトの最新情報!



Nankadai Mobility

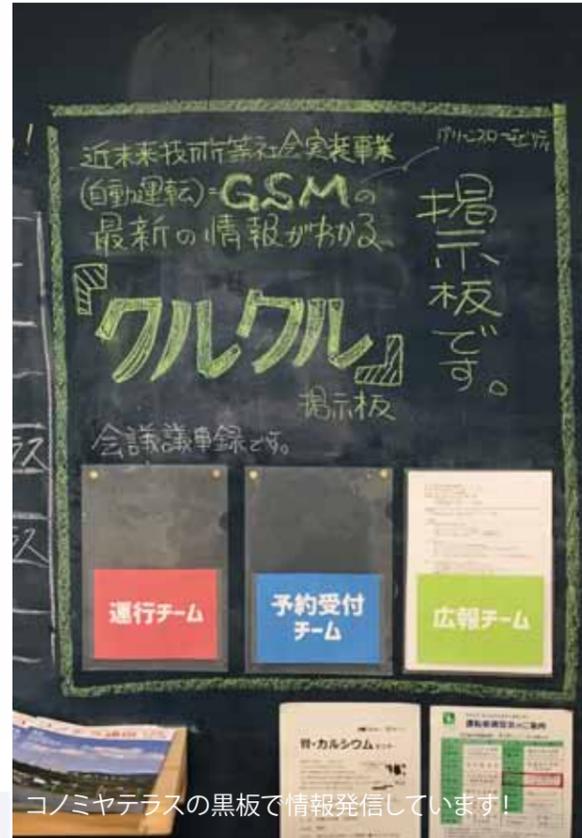
のんびり、楽しく、いかへん?

# クルクル

ロゴマークが完成しました!先月のものより色鮮やかに洗練されています!



11月中旬から試験走行します。走行の際はご配慮をお願いします!



コノミヤテラスの黒板で情報発信しています!



月曜日・木曜日午前中にコノミヤ1階休憩スペースでPR動画を上映中!

■11月中旬から試験運行  
12月上旬に発式を予定!

「いつから走り出すの?」との声をたくさんいただいています。現在も関係各所との調整中ですが、11月中旬から試験運行を行います。これは、運転手の方々のトレーニングも兼ねており、実際に公道も試験的に走行する予定です。そして、12月上旬に発式を予定しています!発式以降に利用者の方を乗せての本格的な走行となります。

■公道を走行するにあたって

11月中旬から試験運転で「クルクル」が公道を走ることになります。約時速10kmでの走行になります。普段みなさんが南花台を走行しているよりもゆっくり走るモビリティが走るようになります。交通量の多い時間帯や道をなるべく避けて走行することなども現在検討事項として議論していますが、地域内の新しい移動手段となり、お住いの皆さんの生活を支えるものを目指しておりますので、走行している「クルクル」を見かけた際には地域の皆さんにも、一定のご配慮をお願いいたします。

### ■最新情報はコノミヤテラスの黒板で!

現在も、運行チーム、予約受付チーム、広報チームの3つのチームが実際の走行に向けて頻りに会議を行っています。会議の様子や議事録は、コノミヤテラスの黒板や咲く南花台.comで情報発信しております。また、随時参加メンバーも募集していますので、興味のある方はコノミヤテラスまで、お声がけください!

— 365日オープンのコノミヤテラスでの日々の出来事—

## 日々日々テラス

### 健康クラブモニター全員集合が開催されました!

9/28(土)に咲く南花台健康クラブモニター全員集合が開催されました。当日は20人以上の方が参加され、健康クラブの目的や今後のスケジュールなどを確認しました。今年度は「ロコモティブシンドローム」をテーマに様々な取り組みを行います。随時モニター募集を行なっています。興味のある方はコノミヤテラスまで!



みんなで健康に!

### 大阪大谷大学プレゼンツ「プチ運動会」を行います。

NEW!

大阪大谷大学の学生たち9人が企画した「プチ運動会」行います!棒サッカーと簡単なダンスを検討中!老若男女どなたでも参加できますので、奮ってご参加ください!

日時: 11月17日(日) 10:00~12:00

場所: 南花台小学校体育館

※申し込み不要です。学校までお越しください。

※駐車場には限りがあります



鋭意検討中です!

### 「ふれあいテラス」がリニューアルオープン!

NEW!

### オープンセレモニーを開催します!

旧ヤナセ薬局跡にコノミヤテラスを拡張!新たな場所でふれあいテラスを開催!ひろびろスペースで、お子さんと一緒にくつろぐことができます!授乳室完備、おむつ替えスペースもあります。当日かわいいバルーンアート作品をプレゼント(先着順)ぜひ遊びに来てくださいね!

日時: 11月16日(土) 10:00~12:00

場所: 旧ヤナセ薬局跡(コノミヤ2階)



旧ヤナセ薬局跡。ガラス張りで開放的です。



現在改修作業中です。お楽しみに!

## 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は10/25 12/20

ともに金曜日!お楽しみに!

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!詳細は咲く南花台HPやfacebookページを見よう!HPでは各店舗の情報も随時更新しています。

不定期掲載気まぐれ編集長たいしろうのコラム15

(グリーンスローモビリティ)

### GSMを通じて考えること

コノテラ通信でもなんでも取り上げている「GSM」ですが、いろんな意味合いがありますが、ざっくり言うと「環境負荷を減らすための電気自動車」のこと。あらたな移動手段としてだけではなく、環境のことも考える必要があるのです。今後電気自動車はより増えると思いますし、有料化の流れから、スーパーやコンビニからビニール袋もどんどん減ってくるでしょう。環境負荷を減らす方法は、様々あります。南花台に限らず、河内長野は雄大な山々が近いこともあり、空気が綺麗です。この環境をどう維持していくのかも、GSMを通じて、一人ひとりが考えるきっかけになればと思います。

### 咲く南花台って?

HPでチェックできます!

咲く南花台.com

▶ <http://nankadai.com/sac>

