

「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は？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：17 日（月） 15:00～17:00

□ 社会福祉士の相談会

※介護福祉士の方が来られます。
日時：17 日（月） 15:00～17:00

□ 看護師による健康相談会

※看護師の方が来られます。
日時：12 日（水） 11:00～12:30

□ 元気体操！ 初参加也大歓迎！

日時：10・17 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：10・17 日（月） 11:00-12:00
100 円コーヒー飲みながら気軽にお話し！

10 日は管理栄養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 2 月号 vol.44
発行日：2020 年 1 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、住民ライター M さん
問合せ：直接コノミヤテラスまで（電話はありません）
メール：konomiya.terrace@gmail.com

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：24 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：9 日（日）18 日（火）
14:00～16:00

□ 茶道の会 【要申込み】
日時：2 月はお休みです。次回は 3/10（火）

□ 英会話教室 基本毎週水曜【要申込み】
日時：5・12・19・26 日（水）13:00～15:00

□ お菓子とパン教室 毎月第 4 木曜
日時：27 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：9 日（日） 10:00～10:30
今日は、ケーナとウクレレで唱歌です！

□ 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：3・10・17 日（月）6・13・20・27 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：17 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：3 日（月）詳細はコノテラ黒板で。
観心寺の節分の豆まき・お餅まきに行きます。

□ ○○さんのバー
日時：15 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：15 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
2 月カレンダー

1	土	
2	日	
3	月	□歩こう会 □ふれあいテラス 買い物応援 クルクル
4	火	
5	水	□英会話教室
6	木	□ふれあいテラス 買い物応援 クルクル
7	金	
8	土	
9	日	□小さな月イチ音楽会 □ウクレレ教室
10	月	□元気体操 □コノテラカフェ 買い物応援 クルクル □ふれあいテラス
11	火	
12	水	□看護師による健康相談会 □英会話教室
13	木	□ふれあいテラス 買い物応援 クルクル
14	金	
15	土	□まちづくり会交流カフェ □○○さんのバー
16	日	
17	月	□元気体操 □コノテラカフェ □ふれあいテラス 買い物応援 クルクル □にこにこサロン □介護の相談会 □社会福祉士の相談会
18	火	□ウクレレ教室
19	水	□英会話教室
20	木	□ふれあいテラス 買い物応援 クルクル
21	金	
22	土	
23	日	
24	月	□歌声テラス 買い物応援 クルクル
25	火	
26	水	□英会話教室
27	木	□ふれあいテラス 買い物応援 クルクル □お菓子とパン教室
28	金	□プレミアムフライデー
29	土	
3/1	日	
2	月	買い物応援 クルクル

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 2月号
vol.44

新しい年に

綺麗に塗り替えられた団地が姿を見せた

気持ちも新たに迎えた年

見上げれば

幕開けを祝う様に

どこまでも澄んだ青空が広がっている



ー新しい移動手段についての取り組みがついに始まりました！ー

Nankadai Mobilityクルクルの運行状況！



コノミヤからの乗車は3F駐車場から。ビニールシートがあるので、車内はそんなに寒くないそうです。



車内の様子。外が見えるようになっているので、広く感じます。



予約受付チームも奮闘中！



荷物が大きい時やたくさん買い物した時に便利です！

ー 365 日オープンのコノミヤテラスでの日々の出来事ー

日々日々テラス

UR南花台団地が様変わりしています

昨年末から UR 南花台団地の外壁塗装がスタートしていましたが、足場が外れて、綺麗に塗装された姿が見えるようになってきました。表紙の写真にも使いましたが、南花台の広い空にマッチしています。

これからどんどん塗り変わっていくようですので、様子は「咲っく南花台 .com」の HP で随時発信していきますので、時々チェックしていただければと思います。

卒業生が遊びにきてくれました！

毎年恒例 (!?) に、なりつつありますが、昨年末に卒業生たちが遊びにきてくれました！奥さんを連れてきてくれた卒業生もいて、自ら奥さんに南花台のことを色々で紹介してくれました。自慢できる場所・取り組みになっているのは大変嬉しいことです。いつまでも、卒業生が帰ってこれる場所でありたいと思います。



空が広い南花台にマッチしています！



最近の話から懐かしい話まで。

ーたくさんの親子が注目している！？ー

黄色の部屋 多くの方に利用いただいています！



外からの光が入って開放感があります。

11 月にできた黄色の部屋ですが、現在「ふれあいテラス」「にこにこサロン」を開催していて大変好評です！12 月から記載の要領で試験的に貸し出しスタートし、**現在 6 件のグループ利用（予約）がありました！** 少しずつ場所も仕組みもつくっていきます。先日水道も整備しました。みんなが気持ちよく使えるようご協力お願いします！

【利用方法】
コノミヤテラス常駐者に利用予定日や人数等をお伝えください。

(おもちゃの管理等お伝えしたいことがありますので、お手数ですが、直接コノミヤテラスまでお越しください。)

【利用料金】
1 時間 1 人（1 親子）あたり 100 円
(例：ママさん 5 人、お子さん 8 人、1 時間利用の場合は、500 円の利用料になります。)

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 2/28

金曜日です！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**咲っく南花台 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ます。

不定期掲載気まぐれ編集長たいしろうのコラム18

長く使う・使われる場所

先日、埼玉まで「進修館」というコミュニティセンターの建物や活動についての講演会に行ってきました。「世界にどこにもない場所を」と、初代町長が企画し、なんと今年で40周年とのことでした。講演の中では、「これだけ長くこの建物が残っているのは使っている方が、丁寧に使い続けているからだ。設計者は偉くない。使っている人が素晴らしいんです。」といった話がありましたが、本当に子供から大人までたくさんの方が毎日利用されていて、最近「コスプレイヤーのメッカ」らしく、新しいものを受け入れ、常にいろんなチャレンジしているそうです。当たり前ですが、長く使う・使われる場所にその場所を「愛する人」がたくさんいるのだと大変勉強になりました。

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>



■延べ131人の方が利用されました！
12月9日から月曜日と木曜日（12/30 12/31）にクルクルが運行しています。12月時点で利用登録者は約300人、12月の運行実績によると、延べ131人の方がクルクルを利用されたとのことです！
利用の内容としては、約7割の方が「買い物」での利用、ついで「集会所や公民館でのサークル活動への参加」「病院への通院」となり、「新しい乗り物に乗ってみたかった」という方も多くいらつしやるようです。また、買い物での利用が多いこともあり、朝一番での利用が多いとのことでした。これから季節が良くなることにより利用者が増えてくるかもしれません。

■スマホをどんどん活用しよう！
最近コノミヤテラスで「スマホの操作を教えてください」という相談がものすごく増えています。（筆者は常駐するとほぼ毎日相談を受ける。）抵抗感や苦手意識のある方が多いようですが、相談後はスッキリした顔で帰っていかれるので、一度できるようにになると、あとは「慣れ」のようです。「お孫さんのため」とか「娘に買ってもらった」とか理由は様々ですが、スマホやアプリによって「コミュニケーションの手段が広がることは、いろんな意味で良い効果が期待できます。（節度を持った利用が必要ですが…）

クルクルの利用予約は、電話とスマホアプリを使った方法があるのですが、スマホアプリでの利用が**大変便利**です。一度使ったコース（例えば、自宅から公民館まで）を記憶させればボタン1つで予約できるなど、**かなり早く予約作業**ができます。

現在、スマホ利用の講座をコノミヤテラスで開催できないか調整中です。こういった機会にスマホを使ってみるのも良いかもしれません。コノミヤテラスにいる学生たちは**スマホ詳しい**ので、気軽に相談くださいね！