

# コノミヤテラスの 3月の予定

「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：16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：今月はお休みです。
- 看護師による健康相談会**  
※看護師の方が来られます。  
日時：18日(水) 11:00~12:30
- 元気体操！** 初参加も大歓迎！  
日時：9・16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：16日(月) 11:00-12:00  
100円コーヒー飲みながら気軽にお話し！  
**16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3月号 vol.45  
発行日：2020年2月22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

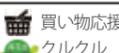
## コノテラでの活動案内

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：23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：8日(日) 13:00-15:00  
17日(火) 14:00-16:00
- 茶道の会** 【要申込み】  
日時：3/10(火) 13:00-16:00
- 英会話教室** 基本毎週水曜【要申込み】  
日時：4・11・18・25日(水)13:00~15:00
- お菓子とパン教室** 毎月第4木曜  
日時：26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：8日(日) 10:00~10:30  
毎月開催の小さな音楽会です！
- 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：2・9・16・23・30日(月)  
5・12・19・26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！
- にここサロン** 毎月第4月曜  
日時：23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：29日(月) 詳細はコノテラ黒板で。  
清見台までお花見に行きます！
- OOさんのバー**  
日時：28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：21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 3月カレンダー	
1	日
2	月 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス 
3	火
4	水 <input type="checkbox"/> 英会話教室
5	木 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス 
6	金
7	土
8	日 <input type="checkbox"/> 小さな月イチ音楽会 <input type="checkbox"/> ウクレレ教室
9	月 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス  <input type="checkbox"/> 元気体操
10	火 <input type="checkbox"/> 茶道の会
11	水 <input type="checkbox"/> 英会話教室
12	木 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス 
13	金
14	土
15	日
16	月 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス  <input type="checkbox"/> 元気体操 <input type="checkbox"/> コノテラカフェ (社会福祉士の方が来られます) <input type="checkbox"/> 介護の相談会
17	火 <input type="checkbox"/> ウクレレ教室
18	水 <input type="checkbox"/> 看護師による健康相談会 <input type="checkbox"/> 英会話教室
19	木 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス 
20	金
21	土 <input type="checkbox"/> まちづくり会交流カフェ <input type="checkbox"/> OOさんのバー
22	日
23	月 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス  <input type="checkbox"/> にここサロン <input type="checkbox"/> 歌声テラス
24	火
25	水 <input type="checkbox"/> 英会話教室
26	木 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス  <input type="checkbox"/> お菓子とパン教室
27	金
28	土
29	日 <input type="checkbox"/> 歩こう会
30	月 <input type="checkbox"/> ふれあいテラス 
31	火

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 3月号 vol.45

## のどかな眺め

街のすぐ隣に広がる景色  
都会で住む人達が忘れかけた物がそこにはある  
当たり前の中に  
当たり前でない幸せを見つけた



## 日々日々テラス



2月の小さな月イチ音楽会の様子。

### 音楽関係の取り組みがいろいろあるんです。

コノテラではよく「これってどんなことやってるんですか？」と音楽関係の取り組みについて問い合わせがあります。現在「歌声テラス」「小さな月イチ音楽会」「ウクレレ教室」の3つの音楽関係の取り組みがあります。それぞれ多くの参加者が来られますが、みなさんが音楽を通したコミュニケーションを楽しんでおられます。



多世代ならではの多様な贈り物。

### バレンタインにみる多世代。

2/14はバレンタインですが、毎年コノテラには色んなものが届きます。ただ、チョコに限らず、芋けんぴやのど飴、ケーキやいちごなどなど…かなり多様なラインナップです。コノテラはいつも多世代交流を意識して活動していますが、バレンタインの贈り物からも多様性みたいなものが見えてきます。



夕陽に染まります。

### 2階の外廊下の雰囲気が変わっています！

コノミヤテラスの黄色の部屋ができたことによって、2階の外廊下の雰囲気が大きく変わっています。シャッターが閉まっていた通りが色鮮やかな外壁と透明ガラスで室内が見えるような通りになっています。これからどんどん暖かくなってくると思いますので、一度歩いてみてください！楽しいげな通りになっています。



コーヒーで乾杯！

### 河内材のベンチで一服。

毎朝10時からのラジオ体操後、コノテラの黒板前に置いている河内材のベンチで一服されるのが参加者の皆さんの日課になっています。誰かの話し声がすると安心感があるのか、色んな人が集まってきましたし、他の時間にも利用される方が増えています。ぜひ、河内材のベンチでゆっくりしてくださいね！

## Nankadai Mobilityクルクルの運行状況！

### 色んな地域から視察が来ています。

現在、毎週月・木曜日の運行を行なっていますが、様々な地域からクルクルの視察に来られています。全国的に移動支援の取り組みが行われていますが、南花台のように住民の方が地域全体で取り組んでいる事例は珍しく、大きく注目を集めているようです。ぜひ一度利用してみてください！

### スタッフ募集しています！

クルクルの運行に関わるスタッフを募集しています！クルクルの運転や利用者のサポートを行う「運行チーム」、予約・受付の対応を行う「予約受付チーム」、クルクルの広報を行う「広報チーム」の3つのチームがありますが、特に運行チームのタブレットの操作や利用者のサポートを行う添乗員を募集しています！コノミヤテラスに申し込み用紙を置いてありますので、問い合わせも含めて気軽にお立ち寄りください！



もちろん集会所にも行きます！

## 黄色の部屋 絵本の寄付をお願いします！



黄色の壁が楽しいな雰囲気を作っています！

子育て世代に多く利用してもらっている黄色の部屋ですが、絵本の寄付を募りたいと思います！「古本屋に売るなら誰かに使って欲しい」「思い出の品だから捨てられない」という方はぜひ、コノミヤテラスまでご寄付いただければ幸いです！（特に制限等はありません。子供たちに楽しんでほしい本をお持ちください。）

**【黄色の部屋貸し部屋利用方法】**  
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 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います。

### クルクル PR ムービー上映中

クルクルのPRムービーを毎週月・木曜日に10:00-11:30にコノミヤ1階で上映しています。テレビで放映されたニュースの内容や新たなPRムービーも上映しています。YouTubeでもPRムービーを見ることができますので、『南花台モビリティ「クルクル」PV』で検索してみてくださいね!



PVでは、クルクルがあることによる豊かな暮らしが表現されています。

## 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>

