

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 9月号 vol.48

365日オープンコノテラでの  
日々の出来事

## 日々日々テラス

### ラジオ体操、ぜひ。

コノミヤテラスでは、毎朝10時から屋外の廊下でラジオ体操を行なっています。最近では屋外のベンチが人気です。

庇の下で常に風が通り抜ける場所なので、少し休むのにはとても良い場所です。ベンチも掃除し、UR団地も塗装され景色も綺麗になっています。一度座ってみてください！

※活動の際は3密を避けるようご注意ください。



屋外のベンチで風を浴びながら涼んでいます。

## 身近な環境を楽しむ

屋外を楽しむ方法を模索していくことが求められていますが、河内長野には素敵な自然と風景があります。

石川河川敷の風景から改めて普段の暮らしの環境について考えさせられます。



## お家で身体を動かそう!

コロナウイルス感染拡大予防のために、自宅で過ごす時間が多くなっています。運動不足で気持ちも沈み込んだり、体力・筋力が低下し、新たな健康問題につながることもあります。ラジオ体操に来ていただければ嬉しいですが、河内長野市健康推進課のHPで様々な運動・体操が紹介されています。一度見てみるのはいかがでしょうか？

—今後も継続的に開催予定です—

## 「スマホの日」大好評です!



**8/28 (金)**  
**9/23 (水)**  
10:00-12:00  
13:00-15:00  
@コノミヤテラス

丁寧に質問に答えてくださいました!

## 多くの方が参加されました!8月9月も開催!

7/22、気軽にスマホ相談ができる「スマホの日」を開催しました!当日はスマホに詳しい橋岡さんと土居さんが常駐して下さり、丁寧に相談に乗っていただきました。

- ・LINE で届いた写真・動画の保存方法
  - ・家にある Wi-Fi の繋ぎ方、無料 Wi-Fi の繋ぎ方
  - ・マナーモードの設定、YouTube の使い方 など
- 基本的な内容から複雑な内容まで様々でしたが、皆さん満足して帰って行かれました!  
スマホ持ってる方はもちろん、購入を検討している方もご相談ください。申し込み等は不要ですので、お気軽にお越しください!  
※お一人 15 分程度でお願いいたします。

—コノミヤテラス 黄色の部屋で開催—

## ふれあいテラスからお知らせです。

7/16 からふれあいテラスが再開されましたが、コロナウイルス感染者の増加に伴い、当面「午前の部 10:00-12:00 のみの開催」となります。

ご理解、ご協力よろしくお願いたします。

### 【開催日程】

基本毎週 月・木曜日 午前の部 10:00-12:00

※祝日はお休みします。

- ・先着 5 組までの入室とします。
- ・2 歳以上の方は、マスクを持参し着用してください。
- ・参加前 2 週間において、発熱等体調不良だった方は入室できません。
- ・当日の体温が 37.5 度以上の方は入室できません。
- ・飲食はお控えください。(水分補給・ミルクはOK)
- ・ベビーベッド、おむつ替え台を使用される場合は、バスタオルをご持参ください。
- ・その他、注意事項を書いた、チェック表にご記入をお願いします。

### 9月の開催日

月曜：9/7・14・28

木曜：9/3・10・17・24



広くて開放感のある部屋が好評です!

—日々、運行再開に向けた議論を行っています—

## 南花台モビリティ「クルクル」からお知らせ

クルクルは、新型コロナウイルス感染症の拡大により長期間運行を休止しています。運行再開に向け、皆様に安全に、安心してご利用いただけるよう、関係者一同、様々な事態を想定し、対策を検討しています。再開まで、今しばらくお待ちいただけますようお願い致します。

運行再開のめどが立ちましたら、改めてお知らせさせていただきます。

## お知らせ

コロナウイルスの動向により、咲つく南花台に関わる取り組みや本紙記載の予定が変更になる場合もございます。ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

### 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 9月号 vol.48

発行日：2020年8月21日

発行元：コノミヤテラス運営研究会

編集：関谷大志朗・Tさん (フォトグラファー)

問合せ：直接コノミヤテラスまで (電話はありません)

Mail：konomiya.terrace@gmail.com