

簡易デマンド型乗合タクシーの予約時間変更

簡易デマンドタクシーの予約は、これまで前日までに予約する必要がありましたが、下記のとおり予約時間を原則各便の1時間前に変更しますので、お知らせします。

●対象エリア 滝根町、大越町、常葉町・都路町

●変更内容 予約受付時間の変更

現行：前日の17:00まで → 変更後：当日運行時間の1時間前まで

(当日第1便については、大越は前日の17:00まで、滝根および常葉・都路は前日の19:00まで)

●各エリアの運行時刻表(参考)

滝根エリア			
便	予約受付時間	神保駅	菅谷駅
行き	1 前日 19:00 まで	7:35 着	7:30 着
	2 当日 8:25 まで	9:25 着	9:30 着
	3 当日 10:20 まで	11:20 着	11:25 着
帰り	4 当日 13:10 まで	14:10 発	14:05 発
	5 当日 15:00 まで	16:00 発	15:55 発
	6 当日 17:35 まで	18:35 発	18:30 発

大越エリア			
便	予約受付時間	大越駅	市役所
行き	1 前日 17:00 まで	7:25 着	7:45 着
	2 当日 8:30 まで	9:30 着	9:50 着
	3 当日 10:30 まで	11:30 着	11:50 着
帰り	4 当日 12:40 まで	13:40 発	14:00 発
	5 当日 14:30 まで	15:30 発	15:50 発
	6 当日 17:05 まで	18:05 発	18:25 発

常葉・都路エリア			
便	予約受付時間	常葉中町	古道車庫
行き	1 前日 19:00 まで	7:30 発	7:30 発
	2 当日 8:30 まで	9:30 発	9:30 発
	3 当日 13:00 まで	14:00 発	14:00 発
帰り	4 当日 11:00 まで	12:00 発	
	5 当日 15:30 まで	16:30 発	
	6 当日 18:30 まで	19:30 発	



問 総務部 企画課 ☎81-2135

バス路線廃止のお知らせ

市では、これまでバス路線の見直しなどを検討してきましたが、利用者が低迷しているバス路線を廃止します。これに伴い、船引らくらくタクシー南部線の運行時間を下記のとおり延長しますので、お知らせします。

●廃止路線 ①門沢経由井堀線 ②芦沢経由井堀線 ※3月31日までの運行となります。

●船引らくらくタクシー南部線時刻表

【変更前】

まち行き	8:00	9:00	10:00	11:00	—	13:30	14:30	15:30	—	—
帰り	—	—	10:30	11:30	13:00	14:00	15:00	16:00	—	—

【変更後】 ※4月1日からの運行となります。

まち行き	7:00	8:00	9:00	10:00	11:00	—	13:30	14:30	15:30	16:30	17:30
帰り	—	8:30	9:30	10:30	11:30	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00

問 総務部 企画課 ☎81-2135

運動サロン いずみ会 ～心と体の元気が湧き出る会～

市では、高齢者の皆さんが、いつまでも元気に活動的な生活が送れるよう、筋力向上のための教室「いきいき田村元気塾」を行っています。

この教室を卒業した船引今泉地区の方々が、昨年9月から月2回(毎月第1・3水曜日の午後1時30分～3時)、今泉多目的集会所に集まり、自分の元気のためのサロン『いずみ会』を開催しています。

会の名前は、「みんなで楽しく体操して、心と体の元気が湧き出る会にしよう」という思いを込めて名付けられました。

参加者からは、「ここで体操を始めて、正座が出来るようになった。」「自宅でも体操の習慣がついた。」「皆と顔を合わせるのを楽しみに待っている。」「ここに来てたくさん笑っている。」「ここで集まって体操やレクリエーションを続ける良さを実感する声が聞かれています。」

市のいきいき健康サポーターから、運動や、音楽に合わせての体操などを教えてもらい、楽しみながら運動を続けることが出来ているようです。また、体操後には月替わりの歌を皆で合唱するなど、会の工夫を凝らした活動を行っています。

“いつまでも、住み慣れた地域で元気に暮らしたい”そのために必要な体力や筋力づくりを、仲間と一緒に楽しんで出来るのは素晴らしいことです。

市では、身近な集会所などでの運動サロン開催の支援をしています。自分の地域でも運動サロンを作ってみませんか?興味のある方はぜひ保健福祉部保健課にご連絡ください。皆さんの元気づくりをお手伝いします。



問・申 保健福祉部 保健課 ☎81-2271

講演会のお知らせ

『うつ100万人時代を生き抜く ～健康を握るカギ、ストレス対処力を高めよう～』

現在、うつ病をはじめとする精神疾患が急激に増えています。裏を返せば、それだけ身の回りのストレスが増えているともいえます。

これらのストレスを同じように受けても、ひどく落ち込む人もいれば、なんともない人もいます。ストレスに強い人、ストレスをコントロールできる人には一体どんな特徴や共通点があるのでしょうか。そのヒントはストレス対処力にあります。毎日をいきいきと過ごすためのヒントを一緒に学びませんか?

- 日時 3月14日(土) 午後1時30分～3時30分
- 会場 船引保健センター
- 申込 3月12日(木)までに、保健課へ電話またはFAXでお申し込みください。
- 講師 筑波大学 医学医療系 助教 宇佐見 和哉 氏

【講師プロフィール】

福島県双葉郡浪江町生まれ。精神科医、博士(医学)。研究の傍ら東京都庁、筑波大学病院をはじめ自治体、民間企業等で精神科産業医として勤務するなど職場のメンタルヘルス実践活動に広く従事する。また県内の自治体においてもメンタルヘルス支援に従事している。

3月 は自殺対策強化月間です!
月間中は市内各図書館で「こころと命のサポートのためのコーナー」を設置します。児童図書も多数ありますので、ご家族で「かけがえのない命」について考える機会としてご利用ください。

問・申 保健福祉部 保健課 ☎81-2271 F 82-4555