

## 南部出張所講座肩こり・腰痛体操

11月11日(金)南部出張所講座肩こり・腰痛体操が川崎病院の理学療法士をむかえ鶴田公民館で行われました。まず、指の左右別の動きをしたり、腕を直角に上下運動や椅子に腰掛け膝を曲げた足を交互上に上げたり、胸に手を交差させ椅子から片足ずつ上げお尻を浮かせたり、椅子の後ろに立ち足を横に動かしたり、後ろに動かしたり簡単なストレッチ運動を習いました。



### 第7回 なぜ今コミュニティバスなのか？

コミュニティバス運行ルート(案)が決定しました。

先月号でコミュニティバスの行政区バス停と目的地バス停が決定した事をお知らせしました。そこで、今度はコミュニティバスの運行方法と各バス停を結ぶルート(案)を決定しました。

運行方法については、現在運行している他校区のコミュニティバスを参考にしながら協議を進めました。運行方法としては、始発地から各バス停を巡り終着地着いたのちに、また始発地から同じルートを運行する「循環型」と、始発地から各バス停を巡り終着地着いたのちに、一定時間をおいて今度は終着地から逆回りで運行する「送迎型」がありますが、始発地が「旧 JA 古川支所」、終着地が「恋ぼたる」と古川校区の地理的位置を考慮して、「循環型」で運行することを決定しました。

他校区のコミュニティバスの運行方法は、ほとんどが「送迎型」ですが、「循環型」の方が、コミュニティバスを効率的に運行できるのではないかと考えています。

また、コミュニティバスの運行は、火曜日から金曜日の週4日の運行を予定しています。また、運行ルートとしては、古川校区7行政区をA・Bコースの2コースに分けて、各コースを週2日の運行(火・木曜ルートと水・金曜ルート)となります。

「旧 JA 古川支所」を出発し、各行政区バス停で利用者が乗車し、その後目的地バス停で降車、最終バス停の「恋ぼたる」で運行が終わります。この運行ルートを4便運行し、最終5便は「恋ぼたる」から逆ルートで運行します。

運行開始にあたっては、この「循環型」運行ルートで運行しますが、運行状況や利用者の意見等をもとに変更も含め改善していくこととしています。

#### 『循環型 A・B コース』

旧 JA 古川支所→A コース 桑 鶴 →溝 口 町→溝 口 南→ 柿添医院→アスタラビスタ  
 ↓ B コース 北長田→鶴 田→久 恵→新 溝  
 →鶴丸眼科・伊藤医院→よらん野→サンリブ→サニー・郵便局・山下眼科→市役所  
 →JR 羽犬塚駅→市立病院→トライアル→JA 筑後支店→柿添整形・中村クリニック  
 →よしむら皮ふクリニック→恋ぼたる

※「恋ぼたる」到着後「旧 JA 古川支所」に戻り、同ルートを運行します。(1便～4便)

※5便は、「恋ぼたる」から逆回りで「旧 JA 古川支所」に戻るルートになります。



# 古川校区コミュニティ協議会

【令和4年12月1日発行】

～ふれ愛・ささえ愛・たすけ愛あふれるまち、古川～

発行責任者：服部喜代次



第148号

### 事務所開所日

2022年12月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2023年1月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### 行事予定 (12月1日～12月31日)

12月 1日	木	第148号「和っしょい古川」発行
12月 2日	金	地域支援員連絡会議
12月 3日	土	民生委員・児童委員会
12月 7日	水	あいさつ運動(筑後中)第9回役員会・第2回運営委員会
12月 9日	金	新溝デイサービス・久恵デイサービス
12月 13日	火	きせる祭り
12月 14日	水	桑鶴デイサービス
12月 16日	金	鶴田デイサービス(クリスマス会)
12月 17日	土	北長田デイサービス
12月 18日	日	町デイサービス・古川小学校しめ縄作り
12月 21日	水	南デイサービス
12月 22日	木	第149号広報委員会
12月 23日	金	新溝デイサービス・小学校2学期終業式
12月 28日	水	古川校区年末防犯パトロール(28～30日) 第149号「和っしょい古川」発行

各行事予定につきましては、コロナ感染拡大予防の為、中止されるところも有りますので関係者へご確認ください。

### ～事務所開所時間～

■ はお休みです。開所時間 9:00～17:00

※火曜日、日曜日、祝日はお休みです。

\*コミュニティ協議会へのご意見、ご要望をお待ちしています。

\*問い合わせ先 ☎53-7588 古川校区コミュニティ協議会まで

✉ : furukawa-kouku@outlook.jp

### 新型コロナウイルスワクチン接種の予約

新型コロナワクチン接種間隔が短縮され、前回接種から3か月経過後接種できるようになりました。接種券発送は順次行っています。オミクロン株対応ワクチンの接種対象者は、1・2回接種を完了した12歳以上です。3・4回接種を終えていない方で、未使用の接種券をお持ちの場合、オミクロン株対応ワクチン接種にもそのままご利用いただけます。・オミクロン株対応ワクチンは、一人1回のみの接種です。・オミクロン株対応ワクチンは、ファイザー社製・モデルナ社製の何れかを選択できます。

ワクチン接種の予約方法 電話 筑後市ワクチン接種専用コールセンター 0120-567-154(9時～17時 土日祝日も対応) Web 市ホームページの「予約システム」よりログイン

※予約することが困難な方は古川校区コミュニティ協議会で Web 予約のお手伝いをいたします。

## 南 デ イ サ ー ビ ス

10月19日(水)南公民館でデイサービスがありました。社会福祉協議会のト部様が見えられて、コミュニケーション麻雀で楽しみました、麻雀パイ1個 240gほどの大きいものを使って脳トレなどをしました。二班に分かれ『野次らない・怒らない・譲り合う』のルールに基づいて行われました。最初テーブルセッティング・パイを手元に並べるのは、前の班が早く出来ていたのに、パイ並べ(七並べ)・シャフルしたパイをペアにして取るゲームは後ろの班が早くできる様になりました、皆さんのチームワークのおかげかな？



## 青少年健全育成のための意見発表会

11月6日(日)令和4年度、青少年健全育成のための意見発表会がサザンクス筑後大ホールで行われました。テーマ小学生『伝記を読んで思うこと』・中学生『筑後市の未来と私』でした。

【小学生の部】古川小学校6年生の田中菜桜子さん『ジョブズからのメッセージ』を発表されました。『スティーブ・ジョブズさんはiPhoneを作ったアップルという会社の創業者の一人です。』から始まりました。アップルを一度追い出されたジョブズさんは、他社でも活躍し、アップルへ戻った経歴があります。ジョブズの言葉に「他人の意見に耳を傾けすぎて、自分の心のかきかけされてはいけない。最も大事なものは、自分の心と直感に従う勇気を持つことだ。」私は、「自分の信じた道を貫くことは大切なことだと思いました。ジョブズは自分の道を信じて成功しているから。これからは、私も、簡単に周りに流されず、自分がこうだと信じた道を貫き通したいです。」と締めくくられました、立派な発表でした。



## マイナポイント第2弾拡大

マイナポイントとは、マイナンバーカードを持っている方が、お使いのキャッシュレス決済に紐づけて申し込みをすることで最大で20,000円分※のポイントを入手できるキャンペーンの事ですポイント申込の対象は「令和4年12月末までにマイナンバーカードを申請した方」です。なお、マイナポイントの申込み期限は「令和5年2月末まで」です。※「マイナンバーカードの取得」チャージ又は購入額に応じて最大5,000円付与「健康保険証としての利用」及び「公金受取口座の登録」…それぞれ一律7,500円分を付与 市民課窓口で申請のお手伝い実施中

## 令和4年度古川校区自主防災訓練

11月19日(土)古川校区コミュニティ協議会主催による令和4年度自主防災訓練が行われました。

訓練内容は防災講演会・消火栓操作・放水訓練の順番で始まりました。防災講演会では、筑後市役所防災安全課係長古賀様・横溝様より『災害から命を守る防災』について講演していただきました。「避難情報」を理解・身近な災害・気象情報や災害情報に耳を傾ける・避難場所を確認する・食料の備蓄・マイ・タイムラインから避難行動を考えるなどです。

その後古川小学校グラウンドに移動して、小雨の中消火栓操作訓練を消防団第4分団員指導に基づいて消火栓の取り扱いを学びました。放水訓練では、火点を目標に放水する事で放水技術を学びました、ホースを転がして、ホースを繋ぐことも一仕事でした。思うように水が火点に届かなかったりして苦勞する場面もありました、ホース水圧を体験することが出来良かったと思えました。最後に、非常食の配布がありました。

