

みなさんの地域に おじゃましま〜す!

平成30年度

町では、身近な地域で、気軽に活動できるよう各種教室などを開いています。平成30年度も次のとおり開催する予定です。地域の元気、楽しみづくり、介護予防のためにふるってお申込みください。



介護予防ぽかぽか教室

【担当】町地域包括支援センター（電話 72-0339）

1) 筋力向上教室	①セラバンド ②ストレッチ体操・バランス体操 ③みんなで歩きましょう（ウォーキング） ④ノルディック・ウォーキング（2本のポールを持って歩きます。※ポールは貸出可能）
2) 健康相談	医師、保健師などによる健康講座・相談です。
3) ぽかぽかりハビリ	日野病院のリハビリテーション専門職による、ミニ講話と体操です。
4) いきいき・かみかみ百歳体操	DVD といすを使用した簡単な体操を紹介します。

出前公民館

【担当】町公民館（電話 74-0212）

1) 映画会	町図書館所有の作品を上映します。
2) ニュースポーツ	輪投げ、バグゴ、ターゲットゲームなど、楽しく気軽に体づくりができます。
3) みんなでうたおう	懐かしい昭和歌謡を歌うほか、歌に合わせて軽い体操をします。
4) 料理教室	地域の食生活改善推進員がお手伝いして、希望のメニューを調理します。
5) ペーパークラフト	「三角しおり」（本のページに差し込んで使うしおり）を作ります。
6) 出前なんでも講座	「こんなことが聞いてみたい。勉強してみたい」などありましたら、お気軽にご相談ください。（各種趣味の講座）

おでかけ図書館のご紹介



おでかけ図書館

【担当】町図書館（電話 72-1300）

1) 出前貸し出し	図書館までなかなか本を借りに来られない人のために、読み物や実用書、雑誌などリクエストをいただいた本を中心に、出前貸し出しを行います。
2) あたまイキイキ音読会	声に出すことは、脳の活性化につながるといわれています。皆さんと一緒に昔話を読んだり、歌を歌ったりして声を出してみましょう。
3) おはなしの出前	絵本や詩、昔話はもちろん、日野町に伝わる話をブラックライト紙芝居で見てもらったり、わらべうたや手遊びをしたりして楽しめます。
4) 録音図書体験	目や身体の具合により、本を読むことが難しい人に、耳から聞く読書（録音図書）をおすすめしています。

- ▶対象：自治会、老人クラブ、有志の会など ▶場所：地域の集会所など
▶費用：無料（ただし、料理教室・ペーパークラフト教室は実費負担あり）
▶申込み：下記の担当窓口にある申込書に記入し、**4月5日（木）まで**に提出してください。後日、担当から日程調整の連絡をさせていただきます。なお、締め切り後も相談をお受けします。
▶申込みおよび問合せ先：町地域包括支援センター・町公民館・町図書館（電話番号は上表記載）

クルマが一番。だけど公共交通は地域に残したい！ 二番目でいい。 欲しいのは、「あなた」の利用



鉄道やバス、タクシーなどの公共交通は通学・通勤者や運転免許証を持っていない人、高齢者や体が不自由な人にとってなくてはならない移動手段です。しかし、公共交通は利用者が少なくなれば維持していくことが困難になります。地域から公共交通がなくなれば地域の活力低下を招き、まちは衰退していくでしょう。また、普段自動車などを使っている人も将来、自動車を運転できるとは限りません。その時、自分の地域の公共交通が無くなっていただろうでしょうか。日野町の公共交通を維持していくためには皆さんの利用が不可欠です。普段から公共交通を利用するきっかけにしましょう。

知ってる人も知らない人ももう一度おさらい。日野町3大公共交通のお得情報！

BUS 町営バス

02 運転に疲れた人にオススメ。米子方面への路線も

町営バスではありませんが、日ノ丸自動車が運行する路線バスもあります。町外の商業施設はもちろん、終点の米子駅で乗り換えればどこにでも行けます。運転するストレスがないのが最大のメリットです♪

01 バスに揺られてほっこりお出かけ。買い物も◎

町営バス根雨宿・病院線は、金持テラスひのや根雨駅、日野病院などを循環。1日13便運行し、料金も100円とお手ごろです。そのほか、菅福線、奥渡線、板井原・真住線の3路線が町内をカバー。たまには車窓から町内を眺めてみるのもよいかもしれません。



バスを利用するなら…
日野交通株式会社
(電話 0859-72-0219)



タクシー利用するなら…
▼日野交通株式会社
(電話 0859-72-0219)
▼日南交通有限会社
(電話 0859-82-0801)

TAXI タクシー

01 何とんでも日野町といえばタクシー助成!

町内であれば片道1,000円以内で移動できるタクシー料金補助制度です。65歳以上で自動車が運転できない人、障がい・要介護者などが対象で、年間48回利用できます。詳しくは、役場企画政策課までお問い合わせください。

02 みんなにやさしい乗り物「UDタクシー」

ユニバーサルデザインタクシー（通称：UDタクシー）とは、健康な人はもちろんのこと、足腰の弱い高齢者、車いす使用者、妊娠中の人など、誰もが利用しやすいタクシー車両です。料金も小型タクシーと同金額で利用できるほか、タクシー利用者補助金も利用で雨できます。

JR 電車

JR利用するなら…
JR根雨駅 (電話 0859-72-0057)

01 米子・松江から大阪・岡山・広島までニシヘヒガシへ。JRで楽旅にGO!

日野町の公共交通の中で一番早く、自動車に比べ安心・安全な乗り物…それが電車です。JR伯備線走る特急電車「やくも号」を利用すれば、米子まで約25分。松江でも1時間程度です。また、大阪・岡山・広島方面へはお得な割引プランもあるのだとか。JR根雨駅には駐車場も完備。旅行や出張などの際は、快適な電車を利用してみてはいかがでしょうか。

02 JR伯備線利用促進中! 無人駅阻止&まちの活性化のためJRを使ってくださいm(_ _)m

普通・特急と合わせると約1時間に1本のペースで運行し、バスやタクシーとの接続も簡単です。また、根雨駅には伯備線や山陰本線で利用できるICカード乗車券ICOCA(イコカ)が使えます。カードにチャージ(入金)しておくことで、改札機にタッチするだけで乗車区間の運賃を自動的に精算することができるほか、買い物にも利用できる優れものです! 町では、利便性向上による移住定住の促進、観光客の誘致による観光振興を図るため、JR伯備線の利用促進を行っています。ぜひ利用ください。