

- 02 新型コロナウイルス関連情報
- 03 ステップリーダー養成講座
- 04 公共交通ニュース
- 11 松末芋掘り体験参加者募集
- 18 朝倉市民平和祭

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、掲載している内容は変更・中止もありえますので、必ずご確認ください。



↑ 漫画でおさらい ↑

国勢調査に協力ください

日本に住むすべての人と世帯が対象です



ステップ運動で健康づくり、始めませんか？

ステップリーダー養成講座

[第13期生]

参加者募集！

？ ステップリーダーとは

ステップ運動を通して市民の健康づくりをサポートするボランティアです。自身の健康づくりを兼ねて一緒に活躍してみませんか。

- 日時…10月29日、11月5日・12日、12月3日、1月14日、2月4日・18日・25日(木曜日・全8回)10時～11時30分
※11月12日、12月3日、2月4日のみ9時30分～11時
- 場所…朝倉地域生涯学習センター 1階 多目的室など
- 定員…10人(先着順)
- 参加費…無料
- 申込資格…以下の2つの条件を満たす人
①朝倉市に住んでいる(男女問わず)
②養成講座終了後も市内ステップ運動教室などで活動できる
- 申込期限…10月22日(木)
- 問 申 市健康課(☎ 22-8571)



ステップ運動は 有酸素運動と筋トレをミックスした誰にでも簡単にできる運動

※市では、市民の健康づくりのために推進しています。市内各地区 25 カ所でステップ教室も実施中。見学や参加は随時できます(参加無料)。詳しくは市健康課にお問い合わせください。

自分の健康のために 手軽にできるから続けられる

退職して自分の健康のために運動習慣を身に付けたいと思って教室に参加したのがきっかけです。ステップ運動は手軽にできるので、家でテレビを見たり家事をしたりしながら 1日 20分・週 5回を続けています。おかげさまで健康維持。筋力など実年齢よりも若く保てています。フレイル予防にも効果的。その人の運動レベルにも合わせて、楽しく健康づくりができるのが何よりの魅力ですね。

運動を通じた人とのふれあいで もっと楽しめる・もっと健康に

6年前、デイサービスセンターに勤めていたときに、高齢の方でも手軽にできる運動を探していて、出会ったのがステップ運動。デイサービスでも取り入れて、今でも役立っているようです。教室では、運動しながら近所の皆さんとおしゃべりしたりゲームをしたりして、コミュニケーションを取るのがとても楽しいです。ステップを通じた人とのふれあいでもっと健康に。男性がもっと参加されると、また雰囲気が変わって楽しくなるかもしれませんね。

ステップリーダー 第10期生(蛸城)
井上美津子さん

ステップリーダー 第7期生(秋月)
福山良子さん

助成

インフルエンザ予防接種

今秋以降、新型コロナウイルスと季節性インフルエンザが同時流行する恐れがあります。症状が類似しているインフルエンザの発症を減らすため、今年度に限り次のとおり助成します。

《高齢者(65歳以上、60歳以上64歳未満で心臓や腎臓、呼吸器機能に日常生活が極度に制限される程度の障がいや有する人など》自己負担なし(無料)

《満1歳～中学3年生相当年齢の人》1回あたり3000円の助成

《母子健康手帳を交付している妊婦》1回あたり3000円の助成

※助成の申請方法などは、広報あさくら 9月15日号を確認ください。妊婦の申請方法などは子どもに準じます。

問 市健康課(☎ 22-8571)



▲詳しくは市ホームページでも見られます

事業者支援

事業用家屋・償却資産の固定資産税軽減

新型コロナウイルスの影響で事業収入が減少している中小事業者等(※)への支援として、令和3年度課税の1年間に限り、所有する事業用家屋と償却資産に係る固定資産税を軽減します。

※中小事業者等とは、次のいずれかを満たす法人または個人

- ・資本金または出資金の額が1億円以下の法人
- ・資本金を有しない法人の場合、常時使用する従業員の数が1000人以下の法人
- ・常時使用する従業員の数が1000人以下の個人

■要件…令和2年2月～10月の任意の連続する3カ月間の売上高が、前年の同時期と比べて30%以上減少している

■軽減率…《売上減少率が30%以上50%未満》1/2 《売上減少率が50%以上》全額

※土地についての軽減はありません。

■申告期限…令和3年2月1日(月)

■申告方法…必要書類を市税務課(本庁1階)へ提出

■必要なもの…①特例措置申告書(認定経営革新等支援機関等の確認を受けているもの)

②特例対象資産一覧表(毎年申告する償却資産申告で代用可)

※市ホームページでダウンロードできます。

問 市税務課(☎ 28-7563)

新型コロナ ウイルス感染症 関連情報

〔支援情報など〕

新型コロナウイルス感染症関連情報(支援・相談窓口など)を広報あさくらで定期的にお知らせしています。今回は、追加の支援情報などをお知らせします。



▲支援情報の一覧は市ホームページからも見られます



▲詳しくは市ホームページへ



「もしかして？」と思ったら……

「帰国者・接触者相談センター」または「かかりつけ医や地域の診療所」に、まずは電話で相談ください。

相談の結果、受診または必要な場合はPCR検査を受けられる医療機関を紹介されます。

【相談の目安】

- ・強いだるさや息苦しさ、高熱などの強い症状がある
- ・重症化しやすい人や妊婦で、発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状がある
- ・発熱やせきなどの比較的軽い風邪の症状が続いている

【帰国者・接触者相談センター】

・北筑後保健福祉環境事務所

(☎ 22-9886) 平日 8時30分～17時15分

※《休日・夜間》福岡県保健所(☎ 092-471-0264)

【新型コロナウイルスについての問い合わせ】

・厚生労働省電話相談窓口

(☎ 0120-565-653) 9時～21時(土日・祝日も受付)

※《聴覚に障がいのある人、電話での相談が難しい人》

(FAX 03-3595-2756)

朝倉市公共交通ニュース



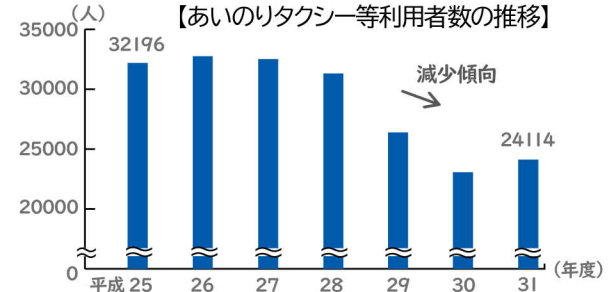
第 42 号

(令和 2 年 10 月 1 日号)

みんなで守る公共交通～あいのリタクシー編～

市では、平成 22 年～ 25 年にあいのリタクシーが走り出し、早いところで 10 年が経過しました。あいのリタクシーは、地域の皆さんに支えられて運行しています。

利用者は減少していますが、地域を走るあいのリタクシーは年齢を重ねても安心して地元に住み続けるために大切な交通です。このあいのリタクシーを守っていくには、地域の皆さん一人ひとりの利用が大切です。



あいのリタクシーは 利用者の予約で運行する乗合タクシー

設定されたルートとダイヤ（目安）を、予約があった便と区間のみ効率良く運行しています。



利用方法 実際に乗ってみよう！

- ①パンフレットなどで乗りたい便や目的地を確認
- ②電話で予約
[路線名（あいのリタクシー●●線）、名前、利用日（月日・曜日）、乗車場所～降車場所、利用便（行き・帰り）、電話番号]
※朝倉地域コミュニティバス 1、2、3、5 便は予約の必要はありません。
- ③当日乗車場所で待ち乗車
- ④運賃を支払い、降車
※詳しくはパンフレットを確認ください。パンフレットは、市ホームページで見られるほか、本庁、朝倉支所、杷木支所、沿線コミュニティに設置しています。



▲市ホームページ

利用ポイント 便利に使おう！

- ①当日予約ができます
利用する日の 1 週間前から当日利用する便の出発時間の 1 時間前までできます（あいのリスクールバスは前日まで）。
- ②帰りの便の予約は行きの便の予約と一緒にすると便利
変更やキャンセルがあるときは速やかに予約先まで連絡を。
- ③フリー乗降ができます
運行コース上であればバス停以外からも乗降できます（一部国道や市街地区間除く）。
- ④一人からでも利用できます
- ⑤利用区間のみ運行
予約のあった区間のみ運行します（朝倉地域コミュニティバスは除く）。

西鉄甘木線の駅管理体制が見直され、上浦駅・馬田駅が集中管理方式へ

10 月から試行、令和 3 年 4 月から本格運用

将来にわたる路線維持のために、西鉄甘木線（甘木駅と北野駅除く）と西鉄天神大牟田線の一部をあわせて 24 駅において、駅管理体制が見直され、駅業務が集中管理方式へ変更されます。

■市内対象駅…上浦駅、馬田駅 ※甘木駅はこれまで通り終日駅係員が配置されます

■変更概要…①待合所にインターホン新設

始発電車から最終電車まで、利用者からの問い合わせの対応が可能になります。

②すべての車両の扉から乗降が可能に

現在は乗務員による乗車券確認のために、列車への乗降は先頭車両の扉のみからでしたが、駅で乗車券・運賃などを回収するようになるため、2 両編成のワンマン電車は、すべての車両の扉から乗降ができるようになります。集中管理方式の駅には運賃箱が新設されます。

※詳しくは、西鉄お客さまセンター（☎ 0570-00-1010）へ。