



「すいすいバス」だけの「たけのこルート」が本格運行に移行

千里山地域で令和4年2月17日から2年間試験運行していたコミュニティバス「すいすいバス」が、4月1日(月)から本格運行に移行します。

この地域は古くから竹林が多く、たけのこの産地で知られていたことから、運行ルートは「たけのこルート」と名付けられています。

運賃は全区間一律で大人220円、子供(小学生以下)110円。阪急千里山駅から北

大阪急行緑地公園駅を經由して、阪急南千里駅までを往復するルートで、午前8時台、午後6時台に、1時間に1本の間隔で運行しています。

停留所や時刻表など、詳しくは市ホームページを確認してください。

圏総務交通室(佐竹台1) 6155・3531 FAX 6872・1652()



詳しくはこちら



「麺の下の力持ち」が4月にオープン

チャレンジショップゆめちかには、市内で起業をめざす人が市役所の地下1階で飲食店の経営に挑戦する取り組みで、第10期生としてラーメン屋「麺の下の力持ち」が4月1日(月)にオープンします。

今回の店舗は、将来ラーメン屋を開業することを夢見る大和大学の学生による出店。ラーメンのほか、日替わり弁当など、こだわりのメニューを販売します。



圏地域経済振興室(TEL) 6170・2370 FAX 6384・1292()



市長コラム No.103

こもれび通り

後藤圭二

整える



コラムの音声版はこちら

近頃「整える」という言葉をよく聞きます。「リフレッシュ」と似た意味で使われますが、そこまでアクティブな意味合いではなく、心と身体を少しばかり健全な状態に戻す、という穏やかな表現です。

心と身体、そして社会的にも満たされた状態を示す「ウェルビーイング(Well-being)」という言葉も、簡単に言ってしまうと「整える」なのでしょう。

ウェルビーイング研究の第一人者である前野隆司教授は、人がどんな時に幸せを感じるか分析しました。そして4つの言葉にたどり着きました。「やってみよう」「ありがとう」「なんとかなる」「ありのままに」。この4つの因子がバランスよく満たされていれば、人は幸せになれる。すなわち「夢や目標を持ち、人とのつなが

りを持って思いやりと感謝を大切に、ポジティブに、自分らしく生きている人が幸せ」ということです。

さて、日々これらの「幸せ因子」を意識して前向きに過ごしたいものですが、人生に失敗はつきもの。その時にどう考えるか。将棋の藤井聡太竜王・名人は言います。「ひとつミスをした時、逆転するための最善手は何か。それを打ち込む力と覚悟というのが本当の実力だと思っています」「すべての局面で正解を指そうと考えるのではなく、どうしたら局面のバランスを保てるかを考えています」「将棋を指す限り勝敗はついてまわるので、一喜一憂してもしょうがないと考えています」

つい乱れそうになる心をどう整えるか、希代の勝負師の心構えから学ばれます。