

これってどうなの？

食事の疑問に栄養士が答えます！

医療法人術徳会霧島整形外科病院

栄養便り 2025年 7月号

一問一答

シリーズ⑪

今回のお題



免許返納したら買い物難民になってしまって、菓子パンやカップ麺などで済ませがちになりました。



『きりしま Mワゴン』をご存知ですか？行政が行っているサービスで、霧島市民であれば利用できる、乗り合いの交通手段です。停留所も多いので、ご自身の生活圏内の停留所を探してみてください。当院も停留所に指定されていますよ🚌



きりしまMワゴンって何？

お出かけしたいけど車がない！
目的地までちょっと遠くて歩くのが大変！
買い物で荷物が重くて大変！など

お客様を乗り合わせながら最適ルートで
目的地まで送迎するサービスです。
日常使いや観光にもお気軽にご利用いただけます。

※ ご利用には事前の会員登録と乗車予約が必要です。


事前登録制
無料


電話または
WEBで予約
電話予約
8:30 ~ 16:30
(月～土(祝日含))
WEB予約
24時間


乗り合いで
ご希望の場所へ
市街地
8:30 ~ 16:30
(火・水・金・土)
清辺地区
8:30 ~ 16:30
(月・木)


運賃
1回あたり
300円
※小学生・障がい者]150円
[未就学児]無料



この看板が
目印！

K-36 見次公民館	K-58 新川公民館	S-2 みやかわ小児 矯正歯科	S-33 南九州ケーブル テレビネット	S-55 Aコープ国分西店
K-37 羊人駅前公園	K-59 住吉公民館	S-3 国分外科胃腸科	S-34 山形屋ショッピ ングプラザ羊人店	S-56 浜田医院
K-38 中道2公民館	K-60 浜之市ふれあい センター	S-4 国分中央病院	S-35 いそわき歯科	S-57 むらおか歯科
K-39 第2町後公園	K-61 八幡公園	S-5 日本生命国分ビル	S-36 高倉眼科	S-58 協栄病院
K-40 辻公園	K-62 真孝公園	S-6 鹿児島銀行 国分支店	S-37 椎原眼科医院	S-59 霧島記念病院
K-41 小路公園	K-63 羊人図書館	S-7 にじの橋	S-38 ハートフル羊人 病院	S-60 森整骨院
K-42 大津公園	K-64 中道	S-8 国分産科	S-39 帖佐クリニック	
K-43 霧島市ウェルビーイング センター(仮)	K-65 宮内地区公民館	S-9 にじの橋中央	S-40 きくち内科・ 皮膚科	

詳しい地図や内容
については、霧島市
役所や溝辺支所
にお問い合わせ下
さい。

国分中心地
各停留所

溝辺周辺
各停留所

K-1 溝辺総合支所	K-12 新香公民館	K-24 三縄自治公民館
K-3 有川地区集会所	K-13 上十文字	K-25 井手段公民館
K-4 溝辺小学校	K-14 下十文字	K-26 三縄向井田
K-5 溝辺中学校	K-15 溝辺ふれあい 温泉センター	K-27 桑迫
K-6 石原三文字	K-16 ゴルフ場入口	K-28 木佐貴
K-7 中国公民館	K-17 竹子小学校	K-30 木佐真原