

平成30年10月改正

# 路線バス 時刻表 &

ふれあいコスモス号の利用方法



## 主な変更点

平成30年10月1日から、以下の点が改正されます。

### ふれあいコスモス号

■おかえり便 第1便の出発時刻を10時に変更します

…おかえり便 第1便の出発時刻を10時に変更し、余裕を持った運行とします。

■地区内の主要施設まで利用できるようにします

…古間地区の方は、地域交流施設まで利用することができます。

…富士里地区の方は、富士里支館、ふれあい広場まで利用することができます。

WEBサイトでも公共交通の情報を発信しています。くわしくは、<http://www.shinanomachi-kotsu.jp>



# ふれあいコスモス号の利用方法

## ▶ 利用できる方

ふれあいコスモス号を利用できる方は、住民票のある方、もしくは町内に通勤通学されている方になります。

## ▶ ふれあいコスモス号の利用方法

### 1 事前登録 連絡先: 信濃町役場 商工観光・癒しの森係 ☎ 255-3114

専用の登録用紙に必要事項を記入し、商工観光・癒しの森係にご提出ください。登録用紙は、商工観光・癒しの森係にありますのでお気軽にご連絡ください。

### 2 電話で予約 受付センターに電話をして「お名前」「乗る場所」「降りる場所」「利用する便」を伝える

詳しくは右ページをご覧ください。

- 発車時間の30分前までに予約をしてください。
- まちなか行き便1便目のみ前日の午後3時30分までに予約してください。ただし、前日が運休日の時は、運休日前までにご予約ください。
- 発車時間および乗る場所・降りる場所は、右のページをご覧ください。

予約  
お願い  
します!



### 3 乗車 ふれあいコスモス号が迎えに来ます

- お迎えに行く時間は、予約状況によって異なります。便の発車時間になりましたら、出かけられるよう準備して待ってください。



ご予約は… ふれあいコスモス号受付センター  
おかけまちがえのないようにお願いします。

☎ 217-2965

運賃 中学生以下無料  
運転免許自主返納者  
障がい者等割引あり  
回数券利用可能 P14~P15参照

300円

運行日…平日のみ 運休日…土・日・祝日および12/29~1/3

# 予約は次の1～3に沿って行ってください

## ① 受付センターへ電話する。

受付時間 平日午前8時30分～  
午後3時30分まで

☎217-2965

## ② 利用する便を伝える。

デマンド発車時間

まちなか行き便		自宅から 街中へ
便番号	1便	8:45発
	2便	10:10発
	3便	13:10発
	4便	14:15発

約40分



約40分

お帰り便		街中から 自宅へ
便番号	1便	10:00発
	2便	11:20発
	3便	12:20発
	4便	14:15発

- ※発車時間はおおよその時間です。予約状況や天候により遅れる場合があります。
- ※予約状況によっては運行時間が40分以上かかる場合があります。
- ※まちなか行き便1便目を利用される方は、前日の午後3時30分までに予約をしてください。

## ③ 乗る場所・降りる場所を伝える。

多くの人が利用  
できるように、  
乗車・降車できる場所を  
決めています。

自宅 (冬場は、自宅付近の車両が通行できる場所)

黒姫駅 役場 信越病院 八十二銀行 信濃町支店 信濃町郵便局

新井信用金庫 黒姫支店 ながの農業協同組合 信濃町支所

柏原商店街 古間商店街周辺 町の歯医者 総合会館 おらが庵

- ※古海・菅川・熊坂・赤川地区の方は、妙高高原駅も利用できます。
- ※荒瀬原・船岳・戸草・柴津・水穴地区の方は、古間駅も利用できます。
- ※古間地区の方は、地域交流施設まで利用することができます。
- ※富士里地区の方は、富士里支館、ふれあい広場まで利用することができます。
- ※別荘地区の乗降地点については別途お問い合わせください。

## 予約にあたっての注意事項

- 利用者が多い時は、予約をお断りすることがあります。
- 都合により予約をキャンセルする時は、発車時間の30分前までにキャンセルの連絡を受付センターへしてください。
- 予約締め切り後、予約状況に応じて、効率良く回れるルートを決めるため、お迎えに来る時間や目的地への到着時間は、毎回異なります。



運行日:平日のみ

運休日:土日祝日 12/29~1/3 運賃 **200円** 中学生以下無料



## ① 古海・菅川線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
菅川	6:20	7:18	17:27
古海	6:24	7:22	17:31
旧農協前	6:24	7:22	17:31
宮前	6:25	7:23	17:32
寺前	6:25	7:23	17:32
毛見	6:27	7:25	17:34
滝屋	6:29	7:27	17:36
樽本入口	6:30	7:28	17:37
熊坂	6:35	7:33	17:42
妙高高原駅	6:42	7:40	17:49
しなの鉄道 妙高高原駅 上り発	6:55	7:48	18:00
えちごトキめき鉄道 妙高高原駅 下り発	7:11	8:02	18:00

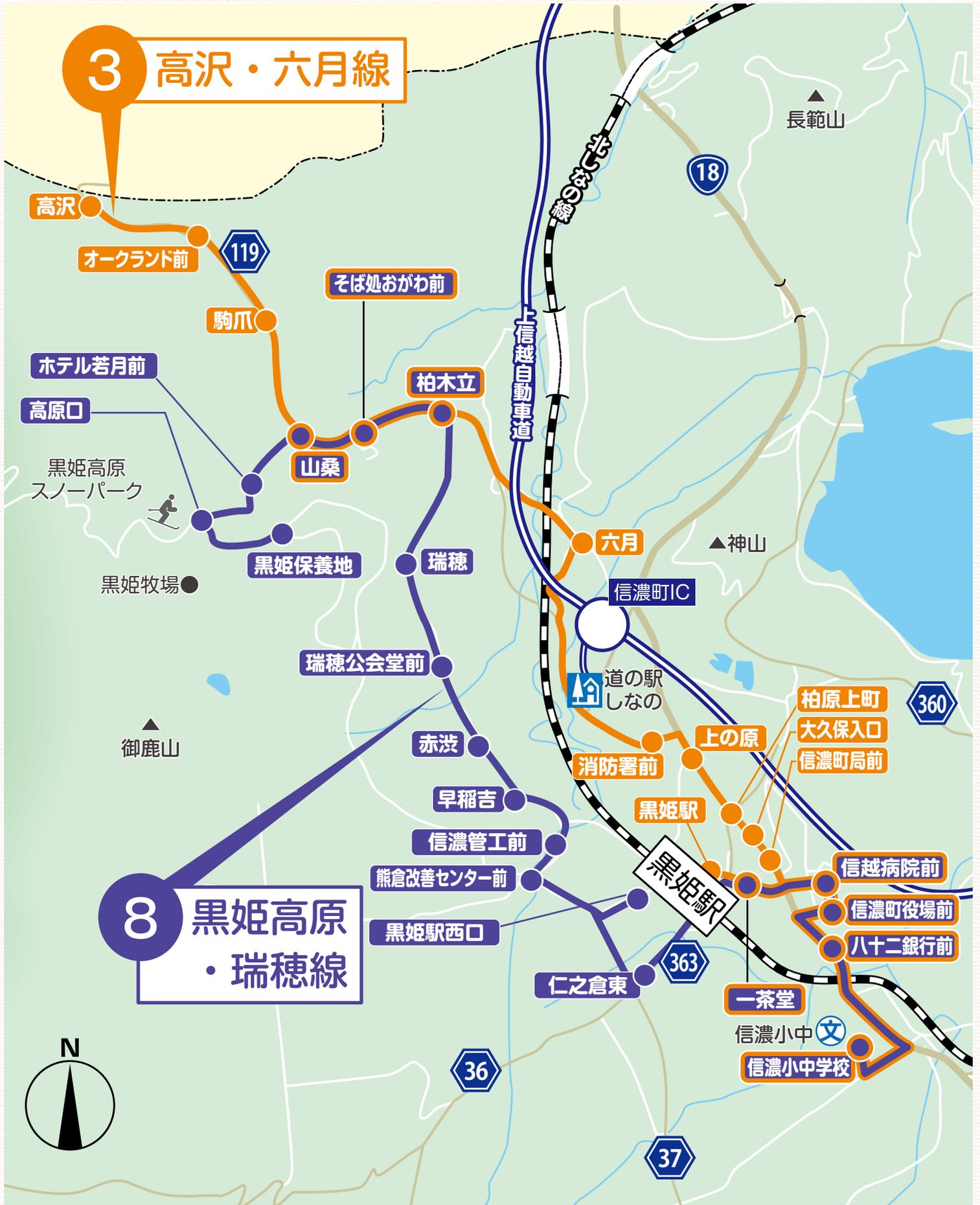
バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
えちごトキめき鉄道 妙高高原駅 上り着	15:26	16:37	17:58
しなの鉄道 妙高高原駅 下り着	15:56	16:55	18:12
妙高高原駅	16:10	17:00	18:20
熊坂	16:13	17:03	18:23
樽本入口	16:18	17:08	18:28
滝屋	16:19	17:09	18:29
毛見	16:21	17:11	18:31
寺前	16:23	17:13	18:33
宮前	16:23	17:13	18:33
旧農協前	16:24	17:14	18:34
古海	16:24	17:14	18:34
菅川	16:32	17:22	18:42

## ② 熊坂・野尻線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
熊坂	6:25	7:25	17:25
専入寺入口	6:25	7:25	17:25
赤川	6:28	7:28	17:28
土橋	6:32	7:32	17:32
野尻新町	6:33	7:33	17:33
野尻湖入口	6:34	7:34	17:34
野尻	6:35	7:35	17:35
野尻仲町	6:35	7:35	17:35
野尻上町	6:37	7:37	17:37
グリーンタウン	6:38	7:38	17:38
貫ノ木	6:39	7:39	17:39
大平原	6:40	7:40	17:40
上の原	6:41	7:41	17:41
柏原上町	6:41	7:41	17:41
大久保入口	6:42	7:42	17:42
信濃町局前	6:42	7:42	17:42
一茶堂	6:43	7:43	17:43
黒姫駅	6:45	7:45	17:45
一茶堂	6:46	7:46	
信越病院前	↓	7:48	
信濃町役場前	↓	7:48	
八十二銀行前	6:47	7:49	
信濃小中学校	6:55	7:57	
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	18:09
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	18:03

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:48	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	16:46	18:03
信濃小中学校	15:30	16:42	18:00
八十二銀行前	15:32	16:44	18:02
信濃町役場前	15:32	16:44	18:02
信越病院前	15:33	16:45	18:03
一茶堂	15:35	16:47	18:05
黒姫駅	15:38	16:50	18:08
一茶堂	15:39	16:51	18:09
信濃町局前	15:40	16:52	18:10
大久保入口	15:40	16:52	18:10
柏原上町	15:41	16:53	18:11
上の原	15:42	16:54	18:12
大平原	15:42	16:54	18:12
貫ノ木	15:43	16:55	18:13
グリーンタウン	15:43	16:55	18:13
野尻上町	15:44	16:56	18:14
野尻仲町	15:46	16:58	18:16
野尻湖	15:46	16:58	18:16
野尻湖入口	15:47	16:59	18:17
野尻新町	15:48	17:00	18:18
土橋	15:49	17:01	18:19
赤川	15:53	17:05	18:23
専入寺入口	15:56	17:08	18:26
熊坂	16:02	17:14	18:32

# 路線バス (高沢・六月線、黒姫高原・瑞穂線)



運行日:平日のみ

運休日:土日祝日 12/29~1/3 **運賃 200円** 中学生以下無料



### ③ 高沢・六月線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
高沢	6:25	7:25	17:30
オークランド前	6:27	7:27	17:32
駒爪	6:28	7:28	17:33
山桑	6:29	7:29	17:34
そば処おがわ前	6:30	7:30	17:35
柏木立	6:31	7:31	17:36
六ヶ月	6:34	7:34	17:39
消防署前	6:37	7:37	17:42
上の原	6:38	7:38	17:43
柏原上町	6:39	7:39	17:44
大久保入口	6:40	7:40	17:45
信濃町局前	6:40	7:40	17:45
一茶堂	6:41	7:41	17:46
黒姫駅	6:42	7:42	17:47
一茶堂	6:43	7:43	
信越病院前	↓	7:45	
信濃町役場前	↓	7:45	
八十二銀行前	6:44	7:46	
信濃小中学校	6:51	7:53	
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	18:09
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	18:03

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:48	18:09
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	16:46	18:03
信濃小中学校	15:30	16:42	18:05
八十二銀行前	15:32	16:44	18:07
信濃町役場前	15:33	16:45	18:08
信越病院前	15:33	16:45	18:08
一茶堂	15:35	16:47	18:10
黒姫駅	15:38	16:50	18:13
一茶堂	15:39	16:51	18:14
信濃町局前	15:41	16:53	18:16
大久保入口	15:41	16:53	18:16
柏原上町	15:42	16:54	18:17
上の原	15:42	16:54	18:17
消防署前	15:43	16:55	18:18
六ヶ月	15:46	16:58	18:21
柏木立	15:50	17:02	18:25
そば処おがわ前	15:51	17:03	18:26
山桑	15:52	17:04	18:27
駒爪	15:53	17:05	18:28
オークランド前	15:54	17:06	18:29
高沢	15:58	17:10	18:33

### ⑧ 黒姫高原・瑞穂線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
黒姫保養地	6:30	7:27	17:15
高原口	6:31	7:28	17:16
ホテル若月前	6:32	7:29	17:17
山桑	6:33	7:30	17:18
そば処おがわ前	6:34	7:31	17:19
柏木立	6:35	7:32	17:20
瑞穂	6:37	7:34	17:22
瑞穂公会堂前	6:38	7:35	17:23
赤渋	6:39	7:36	17:24
早稲吉	6:39	7:36	17:24
信濃管工前	6:41	7:38	17:26
熊倉改善センター前	6:42	7:39	17:27
黒姫駅西口	6:45	7:42	17:30
仁之倉東	6:47	7:44	
一茶堂	6:48	7:45	
信越病院前	↓	7:47	
信濃町役場前	↓	7:47	
八十二銀行前	6:49	7:48	
信濃小中学校	6:57	7:55	
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	17:38

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:48	18:09
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	16:46	18:03
信濃小中学校	15:30	16:42	18:05
八十二銀行前	15:32	16:44	18:07
信濃町役場前	15:33	16:45	18:08
信越病院前	15:33	16:45	18:08
一茶堂	15:35	16:47	18:10
仁之倉東	15:36	16:48	18:11
黒姫駅西口	15:39	16:51	18:14
熊倉改善センター前	15:42	16:54	18:17
信濃管工前	15:43	16:55	18:18
早稲吉	15:44	16:56	18:19
赤渋	15:45	16:57	18:20
瑞穂公会堂前	15:46	16:58	18:21
瑞穂	15:47	16:59	18:22
柏木立	15:50	17:02	18:25
そば処おがわ前	15:51	17:03	18:26
山桑	15:52	17:04	18:27
ホテル若月前	15:53	17:05	18:28
高原口	15:54	17:06	18:29
黒姫保養地	15:56	17:08	18:31

# 路線バス (長水・仁之倉線、石橋・板橋線、北信・高山線)



## 5 石橋・板橋線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
石橋東	6:20	7:17	17:05
石橋入口	6:20	7:17	17:05
石橋	6:21	7:18	17:06
東山	6:23	7:20	17:08
稲付中央	6:24	7:21	17:09
板橋南	6:25	7:22	17:10
板橋	6:25	7:22	17:10
富ヶ原南	6:27	7:24	17:12
富ヶ原中央	6:28	7:25	17:13
富ヶ原公会堂前	6:28	7:25	17:13
富ヶ原東	6:29	7:26	17:14
中村	6:31	7:28	17:16
御料西	6:33	7:30	17:18
御料	6:34	7:31	17:19
原	6:36	7:33	17:21
信濃小中学校	6:39	7:36	17:24
八十二銀行前	6:42	7:39	17:27
信濃町役場前	↓	7:40	17:28
信越病院前	↓	7:40	17:28
一茶堂	6:44	7:42	17:30
黒姫駅	6:49	7:48	17:36
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	17:38

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:01	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	15:47	18:03
黒姫駅	15:25	16:25	18:07
一茶堂	15:26	16:26	18:08
信越病院前	15:28	16:28	18:10
信濃町役場前	15:28	16:28	18:10
八十二銀行前	15:29	16:29	18:11
信濃小中学校	15:33	16:33	18:15
原	15:35	16:35	18:17
御料	15:37	16:37	18:19
御料西	15:38	16:38	18:20
中村	15:40	16:40	18:22
富ヶ原東	15:42	16:42	18:24
富ヶ原公会堂前	15:43	16:43	18:25
富ヶ原中央	15:43	16:43	18:25
富ヶ原南	15:44	16:44	18:26
板橋	15:46	16:46	18:28
板橋南	15:47	16:47	18:29
稲付中央	15:49	16:49	18:31
東山	15:50	16:50	18:32
石橋	15:52	16:52	18:34
石橋入口	15:54	16:54	18:36
石橋東	15:59	16:59	18:41

運行日:平日のみ

運休日:土日祝日 12/29~1/3 **運賃 200円** 中学生以下無料



### 4 長水・仁之倉線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
長水	6:25	7:17	17:00
黒姫公会堂前	6:28	7:20	17:03
黒姫	6:29	7:21	17:04
仁の蔵前	6:32	7:24	17:07
えんめい茶前	6:33	7:25	17:08
お寺前	6:34	7:26	17:09
仁之倉中央	6:35	7:27	17:10
お宮前	6:35	7:27	17:10
原	6:37	7:29	17:12
上落合	6:38	7:30	17:13
落合	6:40	7:32	17:15
小古間	6:41	7:33	17:16
古間松尾	6:42	7:34	17:17
十一屋前	6:42	7:34	↓
信濃小中学校	6:45	7:37	↓
八十二銀行前	6:48	7:40	17:18
信濃町役場前	↓	7:41	17:19
信越病院前	↓	7:41	17:19
一茶堂	6:50	7:43	17:21
黒姫駅	6:54	7:47	17:25
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	17:38

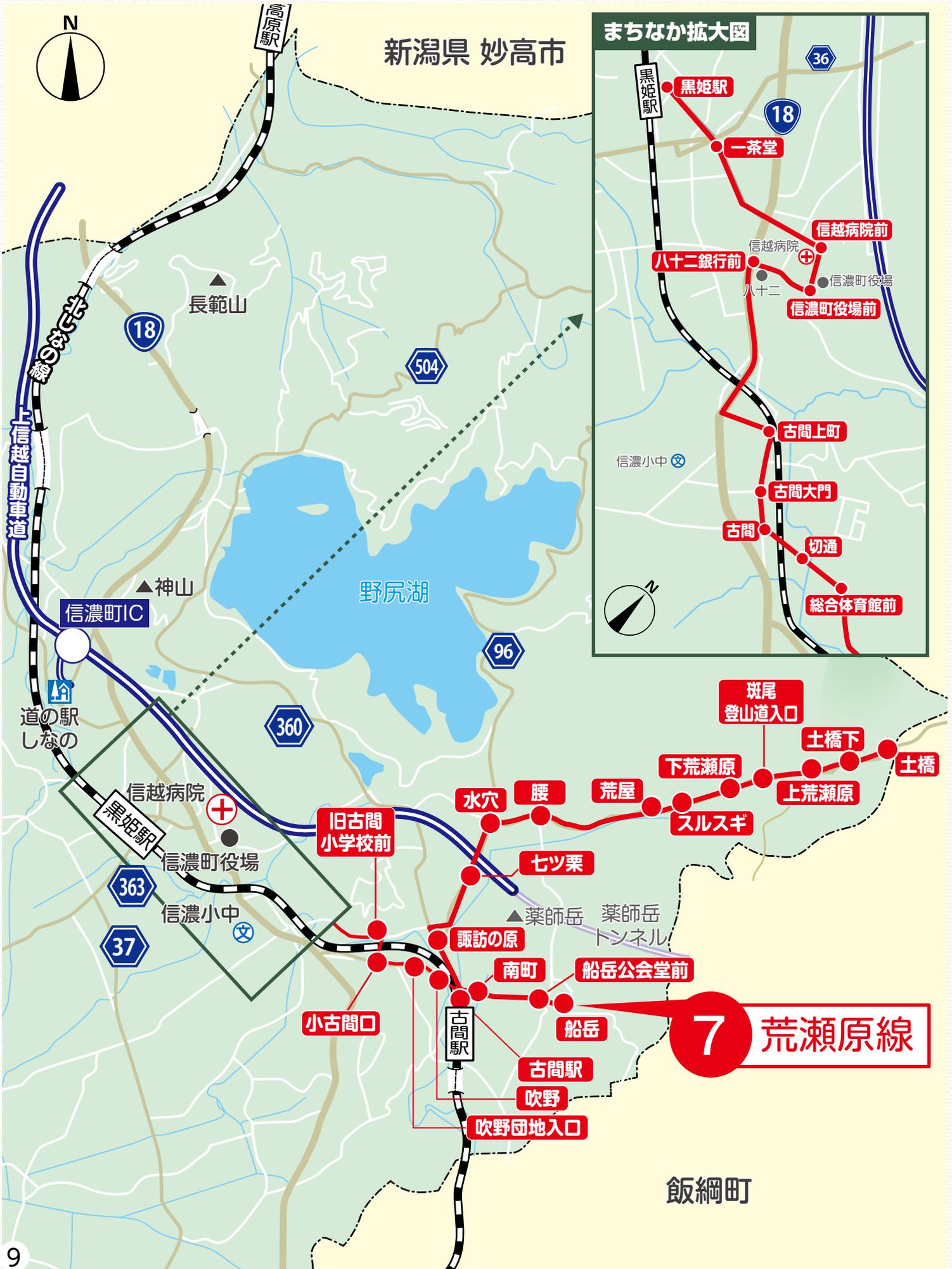
バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:01	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	15:47	18:03
黒姫駅	15:25	16:20	18:07
一茶堂	15:26	16:21	18:08
信越病院前	15:28	16:23	18:10
信濃町役場前	15:28	16:23	18:10
八十二銀行前	15:29	16:24	18:11
十一屋前	15:32	16:27	18:14
信濃小中学校	15:33	16:28	18:15
古間松尾	15:35	16:30	18:17
小古間	15:37	16:32	18:19
落合	15:38	16:33	18:20
上落合	15:40	16:35	18:22
原	15:41	16:36	18:23
お宮前	15:43	16:38	18:25
仁之倉中央	15:43	16:38	18:25
お寺前	15:44	16:39	18:26
えんめい茶前	15:45	16:40	18:27
仁の蔵前	15:46	16:41	18:28
黒姫	15:49	16:44	18:31
黒姫公会堂前	15:50	16:45	18:32
長水	15:58	16:53	18:40

### 6 北信・高山線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
北信	6:20	7:17	17:01
北信中	6:21	7:18	17:02
栄集乳所	6:24	7:21	17:05
霊仙寺	6:26	7:23	17:07
高山	6:28	7:25	17:09
高山公会堂前	6:29	7:26	17:10
稲付東	6:30	7:27	17:11
富士里支館前	6:31	7:28	17:12
宮の腰	6:32	7:29	17:13
辻屋	6:34	7:31	17:15
中島	6:35	7:32	17:16
落影上	6:36	7:33	17:17
落影	6:37	7:34	17:18
落影団地	6:38	7:35	17:19
小古間	6:38	7:35	17:19
古間松尾	6:39	7:36	17:20
十一屋前	6:39	7:36	↓
信濃小中学校	6:42	7:39	↓
八十二銀行前	6:45	7:42	17:21
信濃町役場前	↓	7:43	17:22
信越病院前	↓	7:43	17:22
一茶堂	6:47	7:45	17:24
黒姫駅	6:50	7:48	17:27
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	17:38

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:01	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	15:47	18:03
黒姫駅	15:25	16:20	18:07
一茶堂	15:26	16:21	18:08
信越病院前	15:28	16:23	18:10
信濃町役場前	15:28	16:23	18:10
八十二銀行前	15:29	16:24	18:11
十一屋前	15:32	16:27	18:14
信濃小中学校	15:33	16:28	18:15
古間松尾	15:35	16:30	18:17
小古間	15:36	16:31	18:18
落影団地	15:37	16:32	18:19
落影	15:37	16:32	18:19
落影上	15:38	16:33	18:20
中島	15:39	16:34	18:21
辻屋	15:40	16:35	18:22
宮の腰	15:41	16:36	18:23
富士里支館前	15:43	16:38	18:25
稲付東	15:44	16:39	18:26
高山公会堂前	15:45	16:40	18:27
高山	15:46	16:41	18:28
霊仙寺	15:48	16:43	18:30
栄集乳所	15:50	16:45	18:32
北信中	15:52	16:47	18:34
北信	15:59	16:54	18:41

# 路線バス (荒瀬原線)



運行日:平日のみ

運休日:土日祝日 12/29~1/3 運賃 200円 中学生以下無料



## 7 荒瀬原線

バス停名	時刻		
	行き1便	行き2便	行き3便
土橋	6:20	7:20	17:15
土橋下	6:20	7:20	17:15
上荒瀬原	6:21	7:21	17:16
斑尾登山道入口	6:21	7:21	17:16
下荒瀬原	6:22	7:22	17:17
スルスギ	6:23	7:23	17:18
荒屋	6:24	7:24	17:19
腰	6:25	7:25	17:20
水穴	6:27	7:27	17:22
七ツ栗	6:28	7:28	17:23
諏訪の原	6:29	7:29	17:24
船岳	6:33	7:33	17:28
船岳公会堂前	6:34	7:34	17:29
南町	6:35	7:35	17:30
古間駅	6:36	7:36	17:31
吹野	6:37	7:37	17:32
吹野団地入口	6:38	7:38	17:33
小古間口	6:39	7:39	17:34
旧古間小学校前	6:40	7:40	17:35
総合体育館前	6:41	7:41	17:36
切通	6:42	7:42	17:37
古間	6:42	7:42	17:37
古間大門	6:43	7:43	17:38
古間上町	6:43	7:43	17:38
八十二銀行前	6:44	7:44	17:39
信濃町役場前	↓	7:45	17:40
信越病院前	↓	7:45	17:40
一茶堂	6:46	7:47	17:42
黒姫駅	6:49	7:50	17:45
しなの鉄道 黒姫駅 上り発	7:04	7:57	18:09
しなの鉄道 黒姫駅 下り発	6:58	8:22	18:03
しなの鉄道 古間駅 上り発	7:09	8:02	18:14
しなの鉄道 古間駅 下り発	6:53	8:16	17:58

バス停名	時刻		
	帰り1便	帰り2便	帰り3便
しなの鉄道 黒姫駅 上り着	15:04	16:01	17:38
しなの鉄道 黒姫駅 下り着	14:57	15:47	18:03
しなの鉄道 古間駅 上り着	15:09	16:07	17:43
しなの鉄道 古間駅 下り着	14:51	15:41	17:58
黒姫駅	15:35	16:32	18:10
一茶堂	15:36	16:33	18:11
信越病院前	15:38	16:35	18:13
信濃町役場前	15:38	16:35	18:13
八十二銀行前	15:39	16:36	18:14
古間上町	15:40	16:37	18:15
古間大門	15:41	16:38	18:16
古間	15:41	16:38	18:16
切通	15:42	16:39	18:17
総合体育館前	15:43	16:40	18:18
旧古間小学校前	15:44	16:41	18:19
小古間口	15:45	16:42	18:20
吹野団地入口	15:46	16:43	18:21
吹野	15:47	16:44	18:22
古間駅	15:48	16:45	18:23
南町	15:49	16:46	18:24
船岳公会堂前	15:50	16:47	18:25
船岳	15:51	16:48	18:26
諏訪の原	15:54	16:51	18:29
七ツ栗	15:55	16:52	18:30
水穴	15:56	16:53	18:31
腰	15:57	16:54	18:32
荒屋	15:58	16:55	18:33
スルスギ	15:59	16:56	18:34
下荒瀬原	16:00	16:57	18:35
斑尾登山道入口	16:01	16:58	18:36
上荒瀬原	16:02	16:59	18:37
土橋下	16:03	17:00	18:38
土橋	16:05	17:02	18:40



運行日:平日のみ

運休日:土日祝日 12/29~1/3 運賃 200円 中学生以下無料



# 国道線

バス停名	時刻						
	1便	2便	3便	4便	5便	6便	7便
黒姫高原			10:50	11:45		13:45	
高原口			10:51	11:46		13:46	
ホテル若月前			10:52	11:47		13:47	
山桑			10:53	11:48		13:48	
そば処おがわ前			10:54	11:49		13:49	
柏木立			10:55	11:50		13:50	
六月			10:58	11:53		13:53	
道の駅しなの			11:00	11:55		13:55	
消防署前			11:01	11:56		13:56	
上の原			11:02	11:57		13:57	
柏原上町			11:03	11:58		13:58	
大久保入口			11:04	11:59		13:59	
信濃町局前			11:05	12:00		14:00	
一茶堂			11:06	12:01		14:01	
黒姫駅	8:10	9:30	11:07	12:02	12:40	14:02	14:00
一茶堂	8:11	9:31			12:41		14:01
信越病院前	8:13	9:33			12:43		14:03
信濃町役場前	8:13	9:33			12:43		14:03
八十二銀行前	8:14	9:34			12:44		14:04
古間上町	8:15	9:35			12:45		14:05
古間大門	8:16	9:36			12:46		14:06
古間	8:16	9:36			12:46		14:06
古間松尾	8:17	9:37			12:47		14:07
小古間	8:18	9:38			12:48		14:08
いこいの家	8:23	9:43			12:53		14:13
落影	8:25				12:55		14:15
落影上	8:26				12:56		14:16
中島	8:27				12:57		14:17
辻屋	8:28				12:58		14:18
狐久保	8:28				12:58		14:18
石橋	8:29				12:59		14:19
芹沢	8:29				12:59		14:19
荒井坂	8:30				13:00		14:20
七曲	8:30				13:00		14:20
小玉北口	8:31				13:01		14:21
小玉	8:31				13:01		14:21
牟礼東小学校	8:31				13:01		14:21
小玉入口	8:32				13:02		14:22
役場前	8:33				13:03		14:23
牟礼本町	8:34				13:04		14:24
牟礼ガード下	8:35				13:05		14:25
病院前	8:38				13:08		14:28
飯綱病院	8:42				13:12		14:32
しなの鉄道 黒姫駅 上り			10:52			14:14	
しなの鉄道 黒姫駅 下り			11:17			14:14	

バス停名	時刻					
	1便	2便	3便	4便	5便	6便
しなの鉄道 黒姫駅 上り			10:52	12:52		
しなの鉄道 黒姫駅 下り		9:57	11:17	13:34		
飯綱病院	8:52				13:20	14:40
病院前	8:52				13:20	14:40
牟礼ガード下	8:53				13:21	14:41
牟礼本町	8:54				13:22	14:42
役場前	8:55				13:23	14:43
小玉入口	8:56				13:24	14:44
牟礼東小学校	8:56				13:24	14:44
小玉	8:57				13:25	14:45
小玉北口	8:57				13:25	14:45
七曲	8:58				13:26	14:46
荒井坂	8:59				13:27	14:47
芹沢	8:59				13:27	14:47
石橋	9:01				13:29	14:49
狐久保	9:01				13:29	14:49
辻屋	9:02				13:30	14:50
中島	9:03				13:31	14:51
落影上	9:04				13:32	14:52
落影	9:05				13:33	14:53
いこいの家	9:07	10:05			13:35	14:55
小古間	9:10	10:08			13:38	14:58
古間松尾	9:11	10:09			13:39	14:59
古間	9:12	10:10			13:40	15:00
古間大門	9:13	10:11			13:41	15:01
古間上町	9:13	10:11			13:41	15:01
八十二銀行前	9:14	10:12			13:42	15:02
信濃町役場前	9:15	10:13			13:43	15:03
信越病院前	9:15	10:13			13:43	15:03
一茶堂	9:17	10:15			13:45	15:05
黒姫駅	9:24	10:22	11:20	13:23	13:52	15:12
一茶堂		10:23	11:21	13:24		
信濃町局前		10:24	11:22	13:25		
大久保入口		10:25	11:23	13:26		
柏原上町		10:25	11:23	13:26		
上の原		10:26	11:24	13:27		
消防署前		10:26	11:24	13:27		
道の駅しなの		10:27	11:25	13:28		
六月		10:29	11:27	13:30		
柏木立		10:33	11:31	13:34		
そば処おがわ前		10:34	11:32	13:35		
山桑		10:35	11:33	13:36		
ホテル若月前		10:36	11:34	13:37		
高原口		10:37	11:35	13:38		
黒姫高原		10:39	11:37	13:40		

# 路線バス、ふれあいコスモス号を使えば、こんなに便利に移動できます！

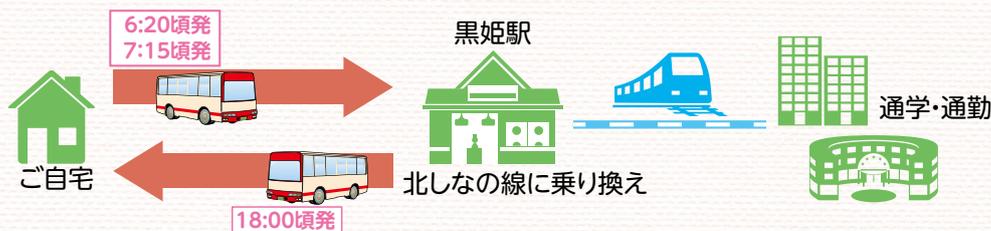
## ① ふれあいコスモス号で「お買物」に行けます！

- ・「ふれあいコスモス号」は、町民であれば誰でも利用できる生活の足です。
- ・「通院」のみならず、「お買物」や「ちょっとした用足し」にも、お気軽にご利用ください。



## ② 路線バスは、通勤・通学にも使えます！

- ・朝と夕方に運行している路線バスは、「スクールバス」ではなく、誰でも利用できる一般的な路線バスです。
- ・長野市方面に通学する高校生、通勤者の方もご利用していただくことができます。
- ・また、時間帯を調整すれば、長野市へのお買物などにも使えます。



・家にいると身体を動かさずに済んでしまうけど、公共交通に乗れば、適度な運動になって身体の調子が良いわ。  
・バスの車内ではじめて知り合った人と意気投合して、新しい友だちも増えました。



◀最近、公共交通を使い始めたAさん

### 公共交通を使って心も身体も元気になりましょう

高齢になると、特別な用事がない限り、外出することがおっくうになってしまいます。でも、いつも家にいて身体を動かすことなく、同じ人と会話して、同じ景色を見続けるのは、健康にいいとは言えません。

ある調査では、外出を週1回以上する人は、週1回以下の人に比べて歩行障害になるリスクが4分の1、認知症になるリスクが3.5分の1との結果もあります。これは、外出する事により、ほどよい緊張感が生まれ、それが頭と身体を活性化させるからです。積極的に外出をして、心にも身体にも刺激を与えることが大切です。ぜひ、公共交通を使い外出して、ついでにご自分の健康も維持しましょう。

### 公共交通を使って外出することの利点

#### ■思った以上に身体を動かします

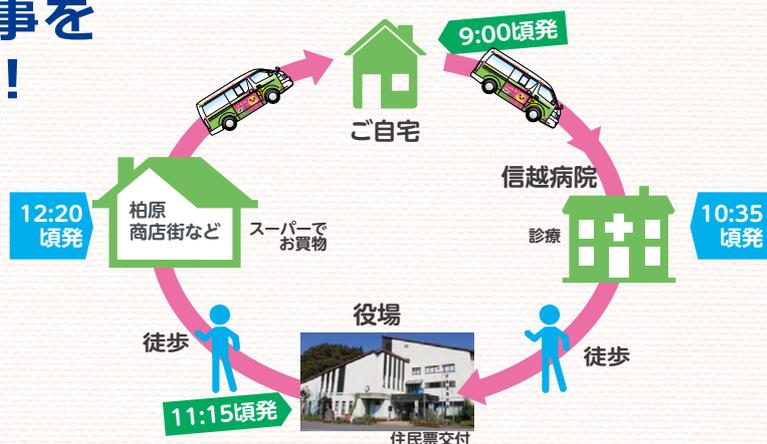
家にいると身体を動かさませんが、ふれあいコスモス号を利用して出かければ、外出先で歩いたりするので、適度な運動になります。

#### ■知らない人と知り合えます

ワゴン車で運行するふれあいコスモス号では、面識のない人と乗り合うこととなりますが、狭い車内ですので、自然と会話が盛りあがります。

## ③ 使い方一度に多くの用事を済ませることが出来ます！

- ・ふれあいコスモス号を上手く使えば、一度に多くの用事を済ませることができます。
- ・例えば、病院で診察をした後、役場で用足し、商店街で買物をすませ、お昼時に帰宅することも可能です。



# 観光シャトル

信濃町を訪れた観光客向けの路線バスですが、町民の方もご利用いただけます。

運賃

1乗車

**500円**

小学生半額  
小学生未満無料

運行  
期間

7月中旬～9月下旬

季節運行になりますが、観光客の方にも、バスで町内を自由に移動していただけるように、「黒姫駅」「黒姫高原」「野尻湖」を結ぶ観光シャトルを運行しています。黒姫駅で、「北しなの線」との接続を図っていますので、便利にご利用いただくことができます。

お近くにお住まいの方もぜひご利用ください。

詳しくは、産業観光課 (TEL.026-255-3114) へお問い合わせください。

## 路線図



## 時刻表と主な経由地

始点	経由地		終点
黒姫高原 ※ 8:06	野尻湖		黒姫駅 8:38着
黒姫駅 8:55	野尻湖 9:08	黒姫高原 9:28	黒姫童話館 9:30着
黒姫駅 10:05	黒姫高原		黒姫童話館 10:24着
黒姫童話館 10:24	黒姫高原 10:25	野尻湖 10:44	黒姫駅 10:57着
黒姫駅 11:20	野尻湖 11:33	黒姫高原 11:53	黒姫童話館 11:55着
黒姫童話館 12:00	黒姫高原		野尻湖 12:22着
野尻湖 13:13	黒姫高原 13:33	黒姫童話館 13:34	黒姫駅 13:54着
黒姫童話館 14:20	黒姫高原 14:21	野尻湖 14:40	黒姫駅 14:53着
黒姫駅 ※15:15	黒姫高原 15:32	黒姫童話館 15:34	野尻湖 15:56着
野尻湖 ※16:00	黒姫高原 16:20	黒姫童話館 16:22	黒姫駅 16:41着
黒姫駅 ※17:00	黒姫高原		黒姫童話館 17:19着
黒姫童話館 ※17:19	黒姫高原 17:20	野尻湖 17:39	黒姫駅 17:52着

※運行期間中の土日祝日、お盆のみ運行します。

# バス・ふれあいコスモス号回数券、福祉タクシー利用券

対象者には、バス・ふれあいコスモス号回数券、福祉タクシー利用券を配布しています。(平成30年10月1日現在)

券種	対象者	利用できる交通手段
バス回数券 ふれあいコスモス号回数券	75歳以上の方	・路線バス ・ふれあいコスモス号
福祉タクシー利用券	75歳以上の方または障がい者手帳をお持ちの方(等級による制限があります)	・町指定のタクシー会社

対象者の条件は、変更となる場合がありますので、詳しくは、  
信濃町役場 住民福祉課福祉係(電話:255-1179)までお問い合わせください。

## 各種運賃割引制度

身体障がい者手帳を所有されている方、運転免許証を自主返納された方等につきましては路線バス、ふれあいコスモス号を半額でご利用いただけます。

くわしくは、信濃町役場 商工観光・癒しの森係(電話:255-3114)までご相談ください。

## 運転免許自主返納者割引適用の申請について

### ①これから自主返納をされる場合

- ・運転免許センター、警察署などで返納する際に、「運転経歴証明書」の交付を申請してください
- ・「運転経歴証明書」をご持参のうえ、役場で割引申請をしてください



### ②すでに運転免許証を失効されている場合(失効から3年以内の場合)

- ・自動車安全運転センターへ「運転免許経歴証明書」の発行を申請してください(失効後3年以内ならば申請可能)※免許証番号が必要になります
- ・「運転免許経歴証明書」をご持参のうえ、役場で割引申請をしてください

### ③運転免許証を失効されてから3年を超える場合

- ・役場窓口(商工観光・癒しの森係)までご相談ください

## 信濃町 公共交通機関 問い合わせ先

- 町内の公共交通全般のお問い合わせ
- ふれあいコスモス号の事前登録

信濃町役場 商工観光・癒しの森係

☎ 026-255-3114

ふれあいコスモス号のご予約

ふれあいコスモス号受付センター

☎ 026-217-2965

しなの鉄道

しなの鉄道 黒姫駅

☎ 026-255-2054

路線バス 観光シャトルの運行状況

長電バス 信濃町支所

☎ 026-254-8120

受付時間外・営業時間外の対応は致しかねますので、ご了承ください。

信濃町公共交通の情報をパソコン、携帯電話等からご覧いただけます  
<http://www.shinanomachi-kotsu.jp>

