

## 後期 スポーツ教室 参加者募集

【エクササイズ教室・アクアエクササイズ教室・ニュースポーツ教室 共通事項】

対象 市内在住、在勤、在学の18歳以上の方

会場 エクササイズ教室、ニュースポーツ教室は総合運動公園体育館内、アクアエクササイズ教室は総合運動公園プール

申込み 申込受付の日時から、スポーツ振興課窓口（総合運動公園体育館内）にて先着順で受付



教室名	日時	定員	参加料	申込受付	
エクササイズ教室	<b>Stepで美 body エクササイズ教室</b> ステップ台やソフトバランスボールを使って、下半身の引き締めエクササイズを行います。	11/16～12/21 11/23を除く毎週木曜日 (全5回) 10:00～11:30	35人	1,500円 (保険料・施設使用料など)	10/26(木) 9:00～
	<b>はつらつ元気教室</b> ウォーキングや数種類の道具を使ったお手軽なトレーニング、脳トレなど幅広く行います。	1/16～2/20 2/13を除く毎週火曜日 (全5回) 10:00～11:30	20人	500円 (保険料)	12/19(火) 9:00～
	<b>脂肪燃焼エクササイズ教室</b> カラテピクスやバランスボールなどを利用して、様々な脂肪燃焼エクササイズを行います。	1/18～2/15 毎週木曜日(全5回) 10:00～11:30	35人	1,500円 (保険料・施設使用料など)	1/4(木) 9:00～
アクアエクササイズ教室	<b>大人の水泳教室</b> クロールの習得までを目標とする初級コースと、4泳法などを泳ぐ中級コースに分かれて練習します。	10/25～12/13 毎週水曜日(全8回) 10:00～11:30	各30人	800円 (保険料) ※	10/4(水) 9:00～
	<b>大人の水泳教室(土曜日版)</b> 水曜日開催している大人の水泳教室の土曜日版です。	1/13～1/27 毎週土曜日(全3回) 10:00～11:30	30人	300円 (保険料) ※	12/16(土) 9:00～
	<b>バランスアクア教室</b> 全身を使った水中運動や、道具を使ってバランスや軸を意識した水中トレーニングを行います。	10/28～12/2 11/25、12/9を除く毎週土曜日(全5回) 10:00～11:30	30人	500円 (保険料) ※	10/7(土) 9:00～
ニュースポーツ教室	<b>お手軽ショートテニス教室</b> スポンジボールと軽いラケットを使用し、小さいコートで気軽にテニスを体験できます。	11/22～12/6 毎週水曜日(全3回) 19:00～20:45	20人	300円 (保険料)	10/25(水) 9:00～
	<b>お手軽スティックリング教室</b> スティックを使ってパックをゾーンに打ち込み得点を競うゲームで、誰でも気軽に楽しめます。	1/31～2/28 2/21を除く毎週水曜日(全4回) 19:00～20:45	20人	400円 (保険料)	1/10(水) 9:00～

※参加料とは別に、施設使用料（市内一般300円）が毎回必要です。

- ▶内容は都合により変更となることがあります。行政チャンネルや市HP、広報つるがをご覧ください。
- ▶その他ご不明な点は、お気軽にお問い合わせください。

問い合わせ先 スポーツ振興課 ☎22-8155

## ビンの3分別 正しくできていますか？

敦賀市では、ビンの3分別収集を行っています。異なる色のビンや異物があると、ビンへの再生が困難になります。今一度、分別方法を確認して、収集日に正しく出しましょう。



### ビン収集は飲料および食品のガラスビンに限定

- ▶化粧品、錠剤薬、農薬・劇薬などのビンの中には材質がリサイクルに適さないものがあります。このため、ビン収集は飲料および食品のガラスビンに限定します。
- ▶飲料および食品以外のビンは「埋立ごみ」で出してください。

飲料、食品のビン



化粧品、錠剤薬などのビン



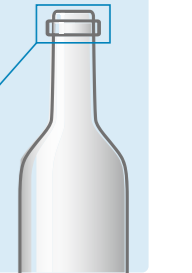
### 透明、茶色、その他色のビンの分け方

- ▶3分別「透明」「茶色」「その他色」のビンに分けてください。
- ①透明ビン → 黄色コンテナ
- ②茶色ビン → 茶色コンテナ
- ③その他色ビン → 青色コンテナ
- ▶その他色ビンに茶色ビンは入れないでください。
- ▶キャップ、コルク栓などは必ず外し、軽くすすいで出してください。

### 「色」の判別ポイント

ビンの口の部分が透明な場合は必ず「透明ビン」で出してください。

※ビンの表面に色が塗られていたり、「すりガラス調」であっても、ビンの口部分で判別してください。



### 異物はビンへの再生の障害になります

次のものは、ビンへの再生上「異物」になります。ビンコンテナには絶対に入れないでください。

- ・ガラス類（コップ、食器、灰皿など）
- ・陶磁器（茶碗、食器など） ・花瓶
- ・化粧品ビン ・錠剤薬ビン ・農薬、劇薬ビン
- ・建材用ガラス（窓や扉、照明カバーなど）
- ・LEDなどイルミネーションが付いたビン

「埋立ごみなど」です。

### その他の注意点

- ▶たばこ、クギ、針金、電池、プラスチックなどの異物をビンの中に入れてください。
- ▶黄色コンテナは「スプレー缶・ライター類」の収集コンテナを兼ねています。ごみ当番の方や最初にビンを入れる方は、スプレー缶・ライター類、異物が入っていないか確認をお願いします。

### 敦賀市 ごみアプリ

ごみ出しの日お知らせ 分け方かんたん調べ

アプリ利用料はかかりません。どうぞお試しください。（※通信料は利用者支払い）



アプリ名  
「さんあへる」



App Store



Google Play

アプリを入れましたら、「新規登録」→「福井県」→「敦賀市」→「お住まいの町名」の順に選んでください。



問い合わせ先 清掃センター ☎21-1153