

# 広域組合施設をご利用ください

## 能代山本スポーツリゾートセンターアリナス

### ●アリナストレーニングルームの紹介

有酸素系及び筋力系のトレーニングマシン、フリーウエイトなど充実した器具が揃っております。専門のトレーナーも常駐しておりますので、気軽にご利用ください。

【使用料】大人300円、学生及び高校生200円、中学生100円

【時間】1日1回の利用で1回あたりの時間制限はありません。

【教室】バランスボールエクサイズ等の教室も開催しております。

【その他】Wi-Fi環境あります。中学生の使用制限内容など詳細についてはお問合せください。

【問合せ】能代山本スポーツリゾートセンターアリナス

能代市落合字下台2-1 ☎54-9200

〈営業時間〉午前9時～午後9時 〈休館日〉年末年始のみ



## 高齢者交流センター おとも苑

おとも苑では高齢者の生きがい活動支援サービスと、年齢を問わず利用できる交流サービスを行っています。

### ●生きがい活動支援サービス 《軽運動・趣味活動を通して生きがい・健康づくりを支援します》

【対象】能代市・山本郡にお住いの、おおむね65歳以上で介護保険の対象とならない方

【費用】1回 700円

【内容】健康チェック、入浴、昼食、休養、軽運動、各種レクリエーション行事など  
※月に3～4回、マイクロバスで送迎します。

### ●交流サービス

【主な施設】健康増進ホール、多目的ホール、創作ホール、研修室、休憩室、浴場

【料金】入館料 小学生以上 1回券 300円、6回券 1,530円

【研修室】午前8時～正午 400円(810円)、正午～午後6時 600円(1,210円)

※( )内は冷暖房使用時

【問合せ】高齢者交流センター おとも苑

能代市字腹鞆ノ沢19番地10 ☎58-5295

〈開館時間〉午前8時～午後6時 〈休館日〉毎週月曜日(祝日の場合は翌日)



## ごみを分別しましょう!!

一般家庭や事業所で発生するごみが分別されず、不燃ごみ、資源ごみが南部清掃工場へ搬入されることで次のような問題が加速していきます。

### 焼却

不要な焼却処理により温室効果ガスである二酸化炭素が大量に発生し地球温暖化が進みます。



### 埋め立て

焼却後に発生する焼却灰と固化灰は処分場へ搬入されます。ごみの分別がされないまま埋め立てるごみが増加していくと、自然環境の破壊につながります。



### 処理

ごみ処理の過程では、収集運搬、中間処理(焼却)、最終処分(埋め立て)が行われます。処理量が多いと、処分するために多くの費用がかかります。



### 【南部清掃工場搬入時の注意事項等】

- ①各構成市町が可燃ごみとして収集する指定家庭ごみ袋の中に金属類やセトモノ類などの不燃ごみは絶対に入れないでください。
- ②紙類、缶、ビン、ペットボトルなど資源ごみとなるものは資源化してください。
- ③ごみの発生を少しでも防ぐため、3R(リデュース:減らす、リユース:繰り返し使う、リサイクル:再資源化する)に努めてください。



【問合せ】能代山本広域市町村圏組合 環境衛生課☎89-2426 南部清掃工場☎85-3225