

65歳以上のかた
無料巡回バスで
温泉へ

～高齢者だけが参加できる「湯っこでいきいき交流事業」～

温泉と体操で、からだは軽く、心は明るく

体操を始めた時から気持ちよい効果が楽しめます。週1回、市の無料バスで行ける温泉では、いろいろな体操やレクリエーションが楽しめます。



この体操は、膝の痛みが軽くなるし、おしっこもれに効果があります。



なんたって楽しいです!!

※参加希望者は、介護保険課にお問い合わせください。

問い合わせ先 介護保険課高齢福祉係 (☎235111内線252・253)

高齢者トレーニングマシン 体験者募集

普段動かない筋肉を、軽い力で動くマシンで鍛えます。

筋肉が目覚める絶好のチャンスを経験してみませんか？



膝を曲げたり伸ばしたり、楽に動くので、膝の痛みが軽くなりました。



軽い運動なのに、腹筋がついて姿勢が良くなりました。

実施場所 十和田湖保健センター

※希望されるかたは、町内会・老人クラブなどの団体でお申し込みください。日程・送迎などの詳しいことは、お問い合わせください。

平成20年から下水道使用量が変わります

新使用料表 (消費税および地方消費税を含みます)

用途	排除汚水量	使用料(円)
一般汚水	基本量 10㎡まで	1,772.40
	11～30㎡ 1㎡当たり	208.95
	31～50㎡ 1㎡当たり	231.00
	51～150㎡ 1㎡当たり	262.50
	151㎡以上 1㎡当たり	300.30
公衆浴場	1㎡当たり	43.05
温泉汚水	1㎡当たり	43.05



11月1日号でお知らせしました下水道使用料の統一と引き上げは、事業運営に必要な収入の確保、安定的な経営などを図るために実施するものです。今月号は下水道使用料(新使用料)の算出方法についてお知らせします。

毎月の検針後に配布している「上下水道使用量等のお知らせ」で確認できます。

ひと月に10㎡または、20㎡の汚水量が発生した場合の使用料(例)は、次の通りとなります。

汚水量が10㎡の場合

基本使用料のみですので、1,772.40円≒1,772円(小数点以下切捨て)

汚水量が20㎡の場合

基本量10㎡の使用料 = 1,772.40

11㎡～20㎡分は (20㎡ - 10㎡) × 208.95円 = 2,089.50

計 3,861.90

小数点以下切捨てとなりますので、3,861円です。

水	今回の指針	20	㎡
	前回の指針(-)		㎡
	認定使用水量累計(-)		㎡
	旧メータの使用水量(+)		㎡
	今回の使用水量		㎡
水道	水道料金(税込)(A)		円
下水道	今回の使用量	20	㎡
	下水道使用料(税込)(B)	3,861	円
	今回ご請求予定額(A+B)		円
	納入期限		
	振替日		

問い合わせ先

上下水道部管理課 (☎235111内線462・463)