

平成30年度 春のスポーツ教室



気軽にスポーツに親しむことができるよう、年齢・体力などに応じたスポーツ教室を開催します。

問文化スポーツセンター ☎996-5126

①ピラティス

身体の「正しい姿勢」を整えるため、無意識に動かしている「クセ」を修正し、関節可動域を広げる動きづくりなどを行います。

日4月24日～6月19日(5月1日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週火曜日・全8回) 定30人(申込順)
午前9時30分～10時30分 費4,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤の方

②健康ダンベル

簡単な道具を用いて軽い筋力トレーニングと有酸素運動を行います。

日4月24日～6月26日(5月1日・15日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週火曜日・全8回) 定30人(申込順)
午前10時45分～11時45分 費4,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤の方

③はじめて簡単エアロ

初心者向けの教室です。簡単な基本的なステップからはじめます。また、運動量が少なめなので、これから運動をはじめの人におススメです。

日4月24日～6月19日(5月1日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週火曜日・全8回) 定30人(申込順)
午後7時～7時45分 費3,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤・在学の方



④ダイエットエクササイズ

運動量が多めの教室です。音楽にあわせて全身を動かして、脂肪を燃やしましょう。ダンスが苦手な方でも、大丈夫です。

日4月24日～6月19日(5月1日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週火曜日・全8回) 定30人(申込順)
午後8時～8時45分 費3,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤・在学の方

⑤リズムカルヨーガ

呼吸に意識を向け、ポーズとポーズを解いた時のリラックスな状態をリズムカルに行います。

日4月25日～6月20日(5月2日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週水曜日・全8回) 定30人(申込順)
午前10時～11時10分 費4,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤の方

⑥骨盤リメイクヨガ

骨盤を正常な位置に戻すようにアプローチし、骨盤を中心に全身のバランス調整を行います。

日4月27日～6月29日(5月4日、6月22日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週金曜日・全8回) 定30人(申込順)
午前9時30分～10時30分 費4,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤の方

⑦3B体操

「ボール」「ベル」「ベルター」の3つの用具を使って、音楽に合わせて身体を動かします。関節の稼働域がひろがり、柔軟性が高まるため、美しい姿勢づくりに効果的です。誰でも気軽に楽しく、無理なくできる体操です。

日4月27日～6月29日(5月4日・6月22日) 持室内用運動靴、ヨガマットまたはバスタオルを
除く毎週金曜日・全8回) 定30人(申込順)
午前10時45分～11時45分 費4,000円
場エイトアリーナ
対市内在住・在勤の方

⑧ノルディックウォーキング

ポールを使いながら歩くことで、普通に歩くより、約30パーセント運動量が増えるといわれています。中川の新堤を歩くほか、ポールをつかったストレッチなども合わせて行います。

日4月26日～6月21日(5月3日) 堤周辺 持室内用運動靴、予備日含む) 対市内在住・在勤の方
午前10時～11時30分 定25人(申込順)
場鶴ヶ首根運動広場・中川新 費3,000円

⑨小学生初心者水泳

泳ぎが苦手・全く泳げない児童向けの教室です。水慣れからはじめ、面かぶりクロールで15メートル泳げるようになることを目標とします。

日4月27日～6月22日(5月4日) 対市内在住・在学の小学生
を除く毎週金曜日・全8回) 持水着、水泳帽、タオル
午後7時～8時 定20人(申込順)
場市民温水プール 費4,000円

⑩幼児体操

跳び箱やマット、ボールなどの器具を使い、「調整力」を発達させるための動き作りの基礎となる、多種多様な体操を行います。

日4月28日～6月16日(5月5日) 対平成30年4月2日現在で
12日を除く毎週土曜日、全6 満4歳と満5歳の幼児
回) 持室内用運動靴
午後1時30分～2時30分 定25人(申込順)
場文化スポーツセンター 費3,000円

※①～⑦の教室で定員に空きがあるときは、1教室1回に限り、600円(③④は500円)で体験することができます。

ー共通ー

申参加申込書(文化スポーツセンター、エイトアリーナまたは市ホームページで入手)に参加費を添えて4月3日から4月15日までに、文化スポーツセンター(☎996-5126、受付=午前9時～午後5時)へ

意見募集

八潮市中川やしおスポーツパーク設置及び管理条例施行規則(案)
問スポーツ振興課 ☎996-5126

1. 条例施行規則(案)の公表

市役所(840情報資料コーナー)、駅前出張所、八幡図書館、八条図書館、資料館、ゆまにて、文化スポーツセンター、エイトアリーナ、保健センター、八潮メセナ、やしお生涯学習館、老人福祉センター(寿楽荘、すえひろ荘)、コミュニティセンターおよび市のホームページでご覧いただけます。

2. 募集期間

3月22日から4月21日(必着)

3. 対象者

- 次のいずれかに該当する方
- ▼市内に住所を有する方
- ▼市内に事務所または事業所を有する個人および法人その他の団体
- ▼市内の事務所または事業所に勤務する方
- ▼市内の学校に在学する方
- ▼八潮市中川やしおスポーツパーク設置及び管理条例施行規則(案)に利害関係を有する方

4. 提出方法

「八潮市中川やしおスポーツパーク設置及び管理条例施行規則(案)」と明記(メールの場合は件名に)し、住所、氏名を記入のうえ、窓口、郵送、ファクス(☎996-7129)または電子メール(メールアドレスsports@city.yashio.lg.jp)でスポーツ振興課へ

5. 意見の公表

提出された意見などは、市の考え方を付して、内容を公表します(※住所・氏名は公表しません)。類似の意見はまとめて公表することがあります。なお、意見に対する個別回答はしませんので、ご了承ください。
※この意見募集は、平成30年第1回八潮市議会に上程した「八潮市中川やしおスポーツパーク設置及び管理条例」が可決された場合に実施します。

市の財務書類を作成

問財政課 ☎306

市の財政状況を分かりやすくお知らせするため、連結財務書類を作成しました。

これまで、複数の作成方法があり、団体間の比較が難しいなどといった課題がありましたが、平成27年1月に総務省から「統一的な基準による地方公会計マニュアル」が示されたため、平成28年度の決算から、この基準により財務書類を作成しました。

※作成した詳しい財務書類は、市ホームページまたは市役所840情報資料コーナーで公開しています。

平成28年度決算の連結貸借対照表を簡略化すると次のようになります。

資産の部		負債・純資産の部	
有形・無形固定資産	1,261億円	負債	695億円
投資その他の資産	128億円	純資産の部	783億円
流動資産	89億円	【資産-負債】	(23億円)
資産合計	1,478億円	負債・純資産合計	1,478億円

連結貸借対照表を資産総額2,000万円の家計に置き換えると次のようになります。

資産の部		負債・純資産の部	
土地・家屋	1,706万円	各種ローン等	940万円
預金等	173万円	純資産の部	1,060万円
現金等	121万円	【資産-負債】	(31万円)
資産合計	2,000万円	負債・純資産合計	2,000万円