

いつでも  
どこでも  
かんたん

# コンビニ 交付サービス

市ではマイナンバーカードの利用の一環として、「利用者証明用電子証明書」が搭載されたマイナンバーカードを利用して、全国のコンビニエンスストアで、住民票の写しなどが取得できるコンビニ交付サービスを実施しています。

問 住民票、印鑑証明、戸籍関連 市民課 ☎4111  
課 課税所得証明、非課税証明関連 市民税課 ☎206

## いつでも

午前6時30分から午後11時までの時間であれば、「いつでも」利用できます。

## どこでも

市内に限らず、証明発行が可能なキオスク端末が設置されているコンビニであれば「いつでも」証明書を取得することが出来ます。

利用できる主なコンビニは次のとおりです。(五十音順)  
○サークルK・サンクス  
○セイコーマート ○セブンイレブン ○ファミリーマート ○ミニストップ ○ローソン



## かんたん

マイナンバーカードをキオスク端末にかざし、暗証番号(カード交付時に設定した4桁の番号)を入力する「かんたん」な操作で、住民票の写しなどの証明書を受け取るこ

交付できる証明書	交付できる方	利用時間帯	手数料 (1通)
住民票の写し*1	本人および同一世帯の方	午前6時30分～午後11時	200円
印鑑登録証明書	印鑑登録している方		
課税所得証明書・非課税証明書*2	本人(現年度含む5年度分)		
戸籍の全部事項・個人事項証明書*3	住所および本籍が八潮市で、同一戸籍の方	午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)	450円
戸籍の附票の写し			200円

\*1 転出者(予定含む)や死亡者の住民票などは交付できません。  
\*2 現在の住所が市外の方は交付できません。  
\*3 除籍や改製原戸籍は交付できません(戸籍の附票の写しも除附票は交付できません)。

# 9月10日は

## 「下水道の日」です

「下水道のことを考えてみましょう」

下水道の役割、しくみ、正しい使い方について、お知らせします。

問 下水道課 ☎262

### 下水道の役割

美しい自然を守ります。汚した水をそのまま川や海へ流すと、豊かな美しい自然や都市の環境は破壊され、水の利用にも大きな支障が生じます。

「自然から得たきれいな水は、ふたたび、もとの状態にして自然にかえす」ことが、私たちの負っている義務です。そして、下水道は、そのために欠かせない施設です。

### 下水道のしくみ

下水道は、管きよ、ポンプ場および終末処理場の3つの施設から成り立っています。

### 管きよ

主に道路に埋設している管で、鉄筋コンクリート、塩化ビニールなどでできています。管きよは、家庭や工場からの汚れた水を終末処理場まで流すための施設で、維持管理ができるように、必要な場所にマンホールを設置してあります。

### ポンプ場

下水は自然流下で流れており、徐々に管きよの埋設位置

が深くなるため、下水を地表近くまでくみ上げる施設です。八潮市には西袋汚水中継ポンプ場(八潮八丁目)があります。



### 下水道の正しい使い方

「少しくらいなら・・・」と軽い気持ちで流してしまう物の中には下水道管を詰まらせたり、悪臭の原因になる物があります。一人ひとりがルールを守って、上手に使いましょう。

### 流してはいけないもの

水にとけないもの(ティッシュペーパー、紙おむつ、布類、ガムなど)  
てんぷら油やサラダ油の廃油  
髪の毛、野菜くずなどの台所のごみ  
ガソリン、灯油、石油、シンナー、アルコール類などの鉱物油類

## 平成29年度

# 秋のスポーツ教室

### 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 10月10日～12月19日(10月31日を除く毎週火曜日・全10回) 午前9時30分～10時30分  
場 エイトアリーナ  
対市内在住・在勤の方

対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
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 10月10日～12月19日(10月31日を除く毎週火曜日・全10回) 午前10時45分～11時45分  
場 エイトアリーナ  
対市内在住・在勤の方

対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
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。簡単で基本的なステップからはじめます。また、運動量としても少なめなので、これから運動をはじめの人におすすめです。

日 10月10日～12月19日(10月31日を除く毎週火曜日・全10回) 午後7時～7時45分  
場 エイトアリーナ  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
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 10月10日～12月19日(10月31日を除く毎週火曜日・全10回) 午後8時～8時45分  
場 エイトアリーナ  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方  
対市内在住・在勤・在学の方

### ⑤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 10月13日～12月22日(11月3日を除く毎週金曜日・全10回) 午前9時30分～10時30分  
場 エイトアリーナ  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方

### ⑥ランニング&ジョギング

「これからマラソンを始めてみたい」初心者向けと、「もっと速くマラソンを走れるようになりたい」中級者向けの2クラスに分かれ、動きづくりなども取り入れた内容を行います。

日 10月14日～12月16日(10月28日、11月4日・25日、12月9日を除く毎週土曜日・全6回) 午後4時～5時  
場 文化スポーツセンター、大原公園野球場  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方

### ⑦幼児かけっこ

体の神経系がもっとも発達し始める大切な時期に合わせた運動の基本となる「走る」動作や体の使い方を楽しみながら行います。

日 10月14日～12月16日(10月28日、11月4日・25日、12月9日を除く毎週土曜日・全6回) 午後3時～3時45分  
場 文化スポーツセンター  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在  
対市内在住の平成29年4月2日現在

### ⑧親子でフィットネス

親子でスキンシップをとりながら、ヨガの動きを取り入れ、楽しく体を動かします。日頃、運動不足を感じている保護者も大歓迎です。

日 10月14日～12月16日(10月28日、11月4日・25日、12月9日を除く毎週土曜日・全6回) 午後1時30分～2時30分  
場 文化スポーツセンター  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と  
対市内在住・在勤の保護者と

### ⑨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、エネルギー消費量が約20パーセント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 10月12日～12月21日(毎週木曜日・全6回・予備日含む) 午前10時～11時30分  
場 鶴ヶ首根運動広場、中川新堤周辺  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方  
対市内在住・在勤の方

※①～⑤の教室で定員に空きがあるときは、1教室1回に限り、500円で体験することができます。共通一  
9月15日から25日までに、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、文化スポーツセンター(☎996-5126、受付=午前9時～午後5時)へ