

インストラクターが  
しっかりサポート!

## 夏に向けてのカラダづくりは 「ひらたフィットネスクラブ」へ

夏本番に向けてダイエットや筋力アップをしたい方は、今の時期から行動することが大切です。ひらたフィットネスクラブには脂肪燃焼ができるエアロバイクやトレットミル、筋力アップに必要なトレーニングマシンなどが豊富にそろっています。

専門のインストラクターが器具の使い方はもちろん、それぞれの目的に合わせた運動メニューのアドバイスもしていますので、この機会にぜひご活用ください。

営業時間内であればいつでも新規登録受付中!

詳細は平田村役場HP、もしくは、平田村中央公民館までお電話ください。



トレーニングをしています!



体組成の測定



測定結果をもとに指導

## 農業集落排水をご使用の皆様へ

《ゴミや油は絶対に流さないでください》

村内において、ゴミや油の不適切な排出により、下水道管の詰まりや悪臭が発生しています。下水道にゴミや油を流すと油分が固まり、下水道管にこびりついて詰まりの原因になります。

また、流れた油分は下水道処理場の働きを低下させます。家庭で油が残った場合には、新聞紙やキッチンペーパーに吸わせる、又は固化剤等で固めるかりサイクルに出すなどして、決して下水道に流さないようにしてください。



- ・天ぷら油などの廃油類・猫砂・土砂等は排水管を詰まらせる原因となります。  
※飲食店等で、油脂を多く使用する場合は「グリーストラップ」を設置し、適正な管理をお願いします。
- ・ガソリン・シンナー・灯油などは爆発のおそれがあります。
- ・紙おむつや衛生用品などを流すと、水が流れにくくなります。
- ・粉碎したゴミは、排水管の詰まり、悪臭の発生原因となります。