

新すわともカードでは100円[※]毎に1ptを進呈! 1pt=1円でご利用できます。

イメージキャラクター
たかしまん

たかしまん ニュース

2024
11・12月号



プレミアムチャージイベント

会場 上諏訪駅前 アーク諏訪3F 時間 午前10時～昼12時

11月4日(月)
限定

おひとり様1回限り すわともカードチャージ金額 +30%アップ

10,000円
チャージの場合 **+3,000円[※]プレゼント!**



※先着300名様でイベントは終了いたします。※カードをお持ちでない方もご参加いただけます。※チャージ上限はお一人様1回10,000円分です。
※当イベントでチャージした電子マネーの有効期限は令和7年4月30日までです。※カード等を紛失した場合、再発行・電子マネーの還元はできません。

同時
開催

すわとも会員様限定

(野菜充足度)

30秒でわかる!ベジチエック無料実施!!

☆さらに!アンケートにお答えいただきますと粗品進呈!☆



野菜足りてますか?

すわともカードでクリスマスを楽しもう!!

申込受付

11月21日(土)から
12月14日(土)まで

先着
10名様

すわともカード 1500pt



ポイントで
クリスマスケーキと交換!

生クリームケーキ5号(4000円相当)

ポイントご利用で

2,500円^{相当} お得!

交換店舗 ●丸安 田中屋 上諏訪駅前店
●クローバー (湖岸通り4)



お申し込み 丸安 田中屋 上諏訪駅前店 TEL.0266-53-1260
クローバー (湖岸通り4) TEL.0266-57-0374

要予約
先着
25名様

すわともカード 500pt



鳥梅やきとりコーナーの
クリスマスチキンと交換!

骨付きもも唐揚げ3本(1500円相当)

ポイントご利用で

1,000円^{相当} お得!



12月23日・24日・25日
の予約注文のみの受付です。

お申し込みは鳥梅やきとりコーナーまで TEL.0266-52-3288

すわともカードの発行・ご利用は

2024年10月29日 現在

コチラの加盟店で!

飲食

秋月そば本店	そば	西大手
そば処 徳八	そば・うどん・みそ天丼	末広
旬味旬覚 ふじもり	和食	高島
高原の店	喫茶・食堂・お土産	霧ヶ峰
和のみせ 湖洛	和食居酒屋・クラブ	大手
鳥せん	焼鳥・鳥料理	大手
ごちそう処きむら	和食・中華料理	湖明館通り
鳥梅やきとりコーナー	焼鳥・釜めし	湖明館通り
飲み食い処ひなた	居酒屋	湖明館通り
カフェ&バー ラ・フェスタ	喫茶・バー	本町
いずみ屋	豆腐料理・郷土料理	本町
上社ドライブイン内 風楽つとカフェ	喫茶	中洲

食品

賀茂鶴今井商店	酒類販売	湖明館通り
小林川魚店	佃煮・うなぎ	和泉町
岩崎川魚本店	佃煮・うなぎ	四賀
金鷄園茶店	日本茶・茶販売	本町
クローバー	ケーキ・洋菓子	中浜
松尾商店 ヨットハーバー店	漬物・お土産	高島
信濃屋酒店	酒類販売	中洲
園月堂本舗 本店	和菓子	中洲
園月堂本舗 清水店	和菓子	清水
惣菜 みやび	お惣菜	末広
甲子堂	和菓子	末広
丸安 田中屋本店	和洋菓子	高島
丸安 田中屋上諏訪駅前店	和洋菓子	本町

くらし

好茶工房(ハオチャコウボウ)	中国茶・茶器販売	湖明館通り
フローリスト シェリ	生花	本町
喜多理容室	理・美容室	高島
ヘアサロンさいぐさ	理・美容室	茶臼山
ヤジマカメラ	写真・カメラ	高島
カット&リラクゼーション ナチュラル	理・美容室	末広
ウエハラサイクル	自転車	末広
お仏壇と墓石の太田屋諏訪店	仏壇・墓石	中洲

洋品・和服

カクセン	婦人服・学生服	上町
カネ太 長瀬	衣料品	本町
ふじや中洲店	学校・保育園用品	中洲

趣味・楽器・文具

ミュージックワールド&プラネッツ	CD・DVD・トレーディングカード	本町
琴光堂和楽器店	箏・三味線・和楽器	上川

薬・化粧品

二葉薬局	医薬品・漢方薬	湖明館通り
あおぞら薬局	医薬品	湯の脇
岩波湖畔薬局	医薬品	高島



毎月 **ゾロ目** の日は **ポイント2倍!**

11月11日(月) 12月12日(木)

通常100円(税抜)で1ポイントのところ2ポイント貯まります。貯まったポイントは 1ポイント=1円としてご利用いただけます!



諏訪市
健康づくりポイント
とは?
対象者:20歳以上の市民の方

諏訪市 **健康づくりポイント** で! すわともカードポイントを貯めよう!!

【健康づくりポイントの入手と交換方法】

健康診断や健診(保険センターで指定するもの)の受診などで「すわともカード」のポイントを受け取ることができます。

①健康診断や健診(保険センターで指定するもの)の受診して、**健康づくりポイント引換券**を入手してください。

②すわともカード加盟店に**健康づくりポイント引換券**をお渡しください。
※すわともカードがない場合は、新しいカードにポイントをお付けします。

③すわともカードに**ポイント**を貯めると**電子マネー(1ポイント=1円)**として、すわともカード加盟店でご利用できます。

詳細はお問い合わせください。

諏訪市保健センター TEL:0266-52-4141 (内線591・592)
(諏訪市役所健康推進課)

例えば!

健診受診(通年)
100ポイント

後期高齢者健診(5月~10月)
100ポイント

オトナの歯科健診(8月~12月)
200ポイント

▼お問合せ / 詳細はこちらをご覧ください▼

諏訪市保健センター(諏訪市役所健康推進課)
TEL:0266-52-4141 (内線591・592)

