

おかげさまで
すわともカード誕生13周年記念

ガラポン抽選会

令和8年1月17日土 10:00~13:00まで

会場 駅前交流テラス「すわっチャオ」 諏訪市諏訪一丁目6番1号 アーク諏訪3F



すわともカード 500pt で
1回チャレンジ!!

お一人様
5回までの抽選
とさせていただきます。

ハズレ
なし!



たかしまん賞

3本



すわとも
カードへ
チャージ!!

電子マネー

10,000円分



13周年記念賞

10本

「信州茅野 米沢吉田米」の
生産・販売を中心に
しています。

信州茅野米沢ファーム

お米 3kg



すわとも加盟店賞

加盟店
から

商品券など
2,000円分

かりん賞

すわともカードへ
チャージ!!

電子マネー
1,000円分



たかしまんの
背中にも
付いているよ

あやめ賞

日用雑貨
など



あやめは
諏訪市の
市花だよ

ホームページは
ここからチェック!



注意事項 ★感染症予防に伴い、イベントが中止になる場合がございますので、随時ホームページ等をご確認ください。画像、イラストはイメージです。

同時
開催

すわとも会員様限定

(野菜充足度)

30秒でわかる!ベジチェック無料実施!!

★さらに!アンケートにお答えいただきますと粗品進呈!★

野菜足りていますか?



すわともカードの発行・ご利用は

2026年1月6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
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
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
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
金鶏園茶店	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
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
ヘアーサロンさいぐさ	理・美容室	茶 臼 山
カット&リラクゼーション ナチュラル	理・美容室	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

すわともカードは
貯まる!
使える!

毎月 **ゾロ目** の日は **ポイント2倍!**
1月11日(日) 2月2日(月)

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。

健康づくりポイントは、すわともカードポイントにのみ引き換えてできます。
有効期限がありますので、**入手後1ヶ月以内にすわともカード加盟店で引き換えてください。**

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)

