



年越し前にポイントを使いましょう!!

伊達まちカードで貯めたポイントが失効するのはご存知ですか？
平成29年に貯めた伊達まちポイントは、平成30年12月31日を過ぎると失効してしまいます！せっかく貯めたポイントがなくなるのはもったいない。どんどん使いましょう！

★伊達市観光物産館で使う

100円単位で利用できます。
館内のポイント交換機でポイント券を発行すると、レジにて割引になります。

★伊達市総合体育館で使う

ご利用料金分をポイントで支払うことができます。
総合体育館窓口にお申し付け下さい。

★温水プール・トレーニング室で使う

ご利用料金分をポイントで支払うことができます。
温水プール・トレーニング室窓口にお申し付け下さい。

★Eスプーンで使う

100円単位で利用できます。
お会計の際にレジにてお申し付け下さい。

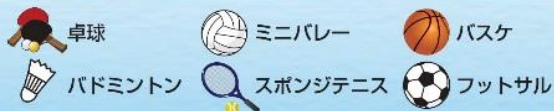
一般開放(個人利用)予定表

※11月から4月の冬期期間

- 各種スポーツ用具は、無料で利用できます。
- レンタルシューズ1回100円で貸出ししています。

総合体育館メインアリーナの半面で一般開放(個人利用)を下記のとおりおこなっています。ぜひ、健康づくり・体力づくりにご利用下さい。

	月	火	水	木	金	土	日
9時 ～12時							
13時 ～17時							
15時 ～17時							
18時 ～22時	 19:30～ 使用可	団体専用	団体専用	 第二週以 外使用可	団体専用	 	



※大会等で一般開放ができない場合もございます。
※火・木・土のフットサルはバスケットに変更になる場合がございます。

だて食育レストラン Eスプーン

『手作りケーキセット』



400円 ドリンク付き
(※スムージーを除く)

その日のお楽しみ手作りケーキが新登場!

12時30分からオーダー可能となっています♪

午後のティータイムをEスプーンでゆっくりお過ごしください。

『コッペパンサンド』



320円
フライドポテト付き

地元のおいしいコッペパンに、黄金豚のベーコンと手作りのサラダをはさんだ、Eスプーンオリジナルコッペパンサンドです。

中のサラダは「ポテトサラダ」と「エッグサラダ」の2種類からお選びいただけます。

『思いやりランチ』



720円～

栄養士がテーマに沿って月替わりのランチを提供しています。

伊達産の野菜やお肉を使用し、栄養バランスのよい食事を考案しています。

ぜひ食べに来てみてください♪

今、20代の「子宮(頸部)がん」が増えています!!

子宮(頸部)がんは、早期に発見することで、命が助かるだけではなく、妊娠・出産もできます。未来の自分のために、がん検診を受けてみませんか?



★クーポンご利用で検診料全額補助!! 5,850円⇒0円

※クーポンは平成9年4月2日～平成10年4月1日生まれの方のみ対象です。
使用期限は平成31年3月31日までです。早めのご利用をお願いします。

★21歳以上の方も、市の助成により7割引きで受診できます!!

※今年度の対象は、伊達市在住の20歳以上の女性のうち、「偶数月生まれ」の方です。

こちらの方は検診料無料です

- ①伊達市国保 ②後期高齢保険 ③生活保護受給者 ④世帯全員が住民税非課税の方
⑤無料クーポン券対象の方 (受付時にそれぞれ証明する書類等が必要です)

<受け方は2通り>

●集団検診

・・・伊達市保健センターでの受診です。

伊達市健康推進課まで電話でご予約下さい。

☎0142-23-3331(代)

今後の検診スケジュール

検診日	予約受付開始日
平成31年2月3日(日)	12月3日～

集団検診では、
検査の間、小さな
お子さんの託児も
できます



●個別検診

・・・日にちや時間を選べます。各医療機関に直接電話でご予約下さい。

①伊達赤十字病院 健診センター ☎0142-23-2211(代)

②石田内科胃腸科(洞爺湖町) ☎0142-76-3838

※今年度の個別検診受診は平成31年3月31日までです。

子宮がん検診を受けると、伊達まちカードにポイントが付きます!

集団検診を受けた場合はその場で、個別検診を受けた場合は後日「検診結果」を保健センター窓口
に持って行くと20ポイントがもらえます!さらに、子宮がん検診を初めて受ける方・3年以上受
けておらず今年度受ける方は、**レディース検診ウェルカムポイントとして+100Pもらえます!**



伊達市ポイントカード運営協議会 (伊達市 経済環境部 商工観光課 商工観光係)

TEL: 0142-23-3331 (内532~534) MAIL: syoukou@city.date.hokkaido.jp

伊達まちカード



<http://www.datemachi.jp>

この事業は公益財団法人北海道市町村振興協会(サマージャンボ宝くじの収益金)の助成を受けて実施しています。

