

参加
無料

かみの里駅前健康サロン

【第9回テーマ】

管理栄養士による栄養講座

“ライフスタイルに合わせて

②スポーツする人の食事”

「健康のために…」 「生涯現役選手！」と様々な理由で運動する方が増えています。食事をおろそかにしては運動効果は得られません。食事・水分の摂り方のポイントをご紹介します。



開催日時

2020年2月8日(土)

午前10時30分～午前11時15分

【第10回テーマ】

居宅ケアマネージャーによる介護講座

『介護虐待～虐待の現状と予防～』

介護虐待、じつは他人事ではありません。

虐待が起こる前に、何ができるのかを考えてみましょう。

開催日時

2020年2月22日(土)

午前10時30分～午前11時15分

場所

ローソン秋田駅西店(店内イートインスペース)

住所: 秋田市千秋久保田町3-15

主催

社会福祉法人 成光会

介護老人保健施設かみの里

秋田市上北手百崎字ニタ子沢1-6

(018)889-6294 担当:金(こん)(第9回) 佐藤政人(第10回)



イベント参加回数に応じて

おすすめナチュラルローソン菓子をプレゼント!



◆ マチの皆様の健康を応援 ◆

成光会 × ローソン秋田駅西店

かみの里駅前健康サロン

いきいき健康イベント開催!

参加
無料

場所: ローソン秋田駅西店 店内イトインスペース



ステップ1

お店にご来店し、イベントにご参加いただいたお客様にスタンプカードをお渡しします。



※紛失には十分ご注意ください。

ステップ2

かみの里駅前健康サロンイベント(下記の日程、計6回開催)に、1回参加ごとにスタンプを1個押しします。



ステップ3

おすすめのナチュラルローソン菓子をプレゼント!

スタンプ3つ(イベントに3回参加)で、バジッスをプレゼント!



スタンプ6つ(イベントに6回参加)で、ポテトチップスをプレゼント!



※ローソン秋田駅西店限定です。
※引き換え有効期間は4月28日(火)までとなります。

イベントスケジュール

毎月2回開催!



※1/11、1/25のイベントは終了しました。 ※2月のイベント詳細は本チラシ裏面をご確認ください!

2/8 土

10:30~11:15

栄養講座

『ライフスタイルに合わせて②』
～スポーツをする人の食事～



主催: 社会福祉法人 成光会

3/14 土

10:30~11:15

栄養講座

『ライフスタイルに合わせて③』
～高齢者の食事のポイント～



主催: 社会福祉法人 成光会

2/22 土

10:30~11:15

介護講座

『介護虐待』
～虐待の現状と予防～



主催: 社会福祉法人 成光会

3/28 土

10:30~11:15

介護講座

『最近のおむつ事情』



主催: 社会福祉法人 成光会

いつでも見つける、お気に入り

お酒に合う! つぶつぶめんたいこのしょっぱさが後をひく!

めんたいフランス 1個 150円

たまごとバター風味がじゅわわ〜と広がります!! フランスパンのフレンチトースト 2個入 150円

ローソンのオリジナルスイーツ

バスター BASCHEE 1個 215円

くちどけティラミス 1個 270円

気ままにケーキ屋さん CIPKE カブネ 1個 315円

どらもち (あんこ&ホイップ) 1個 180円

※写真はイメージです。実物とは異なる場合がございます。

下記の店舗で開催しております

ローソン 秋田駅西店

秋田県秋田市千秋久保田町3-15 TEL.018-836-7177

ひなまつり ご予約締切日 2月21日(金)18時まで
ご予約承り中! お受取り日 2月27日(金)~3月3日(水)

詳しくは店内パンフレットをご参照ください