



秋田県 令和4年度 いとく大館ショッピングセンター ウォーキング事業

いとくドリームカード会員様限定企画

いとく de ウォーキング

健康づくりウォーキングラリー
in いとく大館ショッピングセンター

**実施
期間**

2022年12月1日(木)～2023年2月28日(火)
いとく大館ショッピングセンター 1階・3階 あさ9:00～よる8:00
12/28～1/4は年末年始で混み合いますので
当企画はお休みさせていただきます。

店内4ヶ所の
チェックポイントで
スタンプを押して揃うと
15ポイントをプレゼント!!

いとくの店内を歩いて『いとくドリームカード』の
ポイントGET!!



スタンプカードはサービスカウンターでお配りします。

※スタンプカードの配布は、あさ9:00～よる7:00とさせていただきます。

秋田県が目指す目標 (健康秋田いきいきアクションプラン)

プラス2000歩(約20分の身体活動)

●秋田県民の日常生活における歩数(一人1日あたり平均)は
目標値よりも約2000歩少ないです。

〈参考〉

秋田県の現状値(H28)

男性/7,060歩 女性/6,726歩

出典:平成28年度県民健康・栄養調査(秋田県)

目標値(R4)

男性/9,000歩 女性/8,500歩

※目標値は国が目標とする歩数

- 体を動かすチャンスは日常生活のいろいろなところにあります。
- 買い物ついでに運動をしましょう。

歩き方のポイント

- 1 アゴを引いて、視線は前方へ。
頭のとっぺんが上がり上げられているイメージで背筋を伸ばし、
お腹を引き締める。
- 2 肩に力を入れず、肘は曲げたまま後ろに引く。
- 3 つま先をあげ、踵から着く際に膝の裏を伸ばし、最後は親指で
地面を押す。※つま先は進行方向にまっすぐ向ける。

ITOKU いとく大館
ショッピングセンター

〒017-0044 秋田県大館市御成町3-7-58
TEL 0186-49-1717(代表)

営業時間 1階/あさ9:00～よる9:00 2階・3階/あさ9:00～よる8:00
無料駐車場 1,000台完備

いとく^{de}ウォーキング

スタンプがすべて貯まったら
サービスカウンターへお持ち下さい。

1	2	3	4

【実施日】 年 月 日
【性別】 男 女
【年齢】 10代 20代 30代 40代 50代
【お名前】

1階・3階のチェックポイントでカードにスタンプを押して
「サービスカウンター」にご持参下さい。
その場で「いとくドリームカード」に
15ポイントをプレゼント!



15ポイント
進呈!!

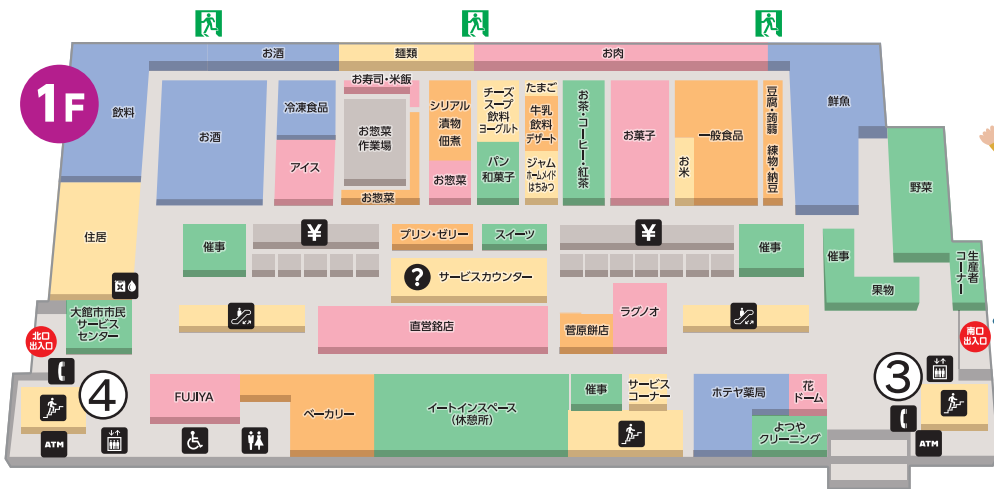
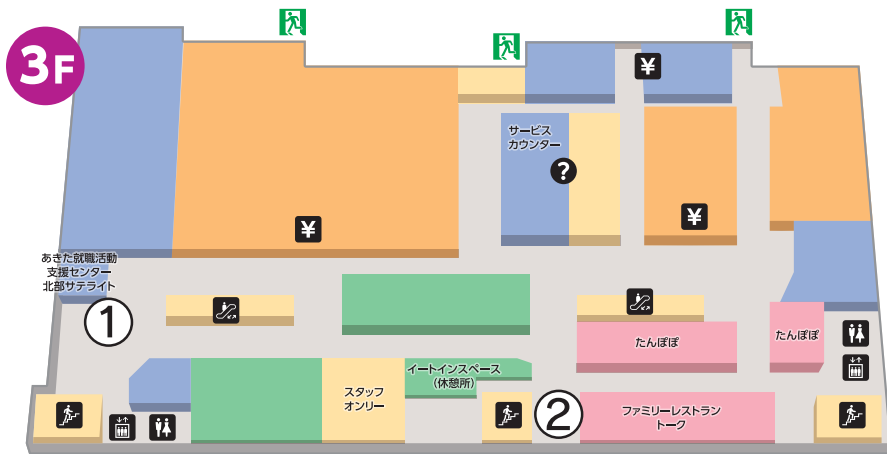
スタンプが
4つ貯まったら



注意

お一人様一日一回限りとさせていただきます。キャンペーンは予告なく
変更または終了する場合がございます。予めご了承ください。

いとく大館SC
フロアチェック
ポイント
1階・3階



- ① 3階 北部サテライト周辺
- ② 3階 イートインスペース
- ③ 1階 正面入り口階段付近
- ④ 1階 北口入り口階段付近

換気を
おこなっています

消毒を
おこなっています

マスク着用を
実施しています

新型コロナウイルス感染予防の取り組み

株式会社伊徳は、新型コロナウイルス感染症の現状を鑑み、お客様、従業員の健康・安全を最優先に考え、下記の対応を実施いたします。何卒、皆様のご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

●接触を減らすために

- ・レジでお並びいただく間隔確保をお願いいたします。
(ソーシャルディスタンスの確保)
- ・レジ飛沫対策シートを設置しております。

●安心してお買物していただくために

- ・店内出入りに消毒に使用できる消毒液を設置しております。
- ・従業員全員の検温および健康状態を毎朝確認しております。
- ・従業員全員が手洗い、手の消毒を定期的実施しております。
- ・レジ従業員がマスクを着用しております。

今後も、毎日の暮らしを担うスーパーマーケットとしてお客様と店舗従業員の健康を最優先に考え感染予防のため取り組みを進めてまいります。
何卒、ご理解賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。