



無料相談会のお知らせ

専門の相談員がじっくりと対応し、秘密は厳守します。ひとりで悩まず、お気軽にお電話ください。

秋田なまはげの会出張相談会 ～お金や暮らしの相談会～

開催日	2月25日
開催時間	13時～16時（相談者1組に対し、1時間程度）
会場	保健センター
相談員	秋田なまはげの会 相談アドバイザー
申込方法	電話またはQRコードからお申し込みください。



クアオルトコーナー

ウォーキング情報

クマの目撃数が減ってきたため、屋外のクアオルト健康ウォーキングを再開します。

ウォーキングの日程は、右のQRコードからご確認ください。



クアオルトの日ウォーキング

- とき 2月9日 9時～
- コース（集合場所）
惣三郎沼コース（山本ふるさと文化館駐車場）

日曜ウォーキング

- とき 2月8日、22日 9時～
- コース（集合場所）
琴丘クアの古道コース（ことおか中央公園入口駐車場）



クアオルト運動教室

電話またはQRコードからお申し込みください。



楽しく貯筋体操教室（10時～）

2月24日

タオル、運動靴、飲み物を持参

共通事項

申込期限：2月18日
会場：ゆめろん
入館料：500円
定員：10人

有効期限のお知らせ

みたね健康ポイントカード ▶ 2月28日まで 交換可能なポイントがある方は、
温泉施設共通利用券 ▶ 3月31日まで お早めに交換してください。

不要品整理回収丸ごとお任せ！

広告

能代市追分町

ゆずりは



明瞭会計
分別不要

生前
整理

遺品
整理

空き家
整理

要不要品
整理

粗大ごみ
分別処分

遺品整理士女性スタッフが親切丁寧に対応させていただきます

まずはお電話ください

080-3346-5822（大塚）
090-4468-8461（鈴木）



不用品整理サービス

※不要品引き取り回収は安心の一般廃棄物収集運搬業の許可業者が実施します

地域に根ざして半世紀

広告

創業61周年
カネベン

株式
会社

金子塗装店

お値段以上の高品質

7人の熟練職人 一級塗装技能士/5名 二級塗装技能士/1名
(有資格者) 一級土木施工管理技士/2名 二級建築施工管理技士/2名

見積・ドローン調査無料！
お気軽にご相談ください。

☎ 0185-85-3355

〒018-2407 秋田県山本郡三種町浜田字上浜田81