

フレンドリー げんきタイム

一般財団法人 東京広域勤労者サービスセンター

会報誌

1
月号
2026

1会員につき1部

CONTENTS

※先着順あっせんのチケットは数に限りがありますので、事前にお申し込みのうえご購入ください。

年末年始休業のご案内	1	フレンドリーげんき そば店割引券	10
給付金受取方法変更のご案内	1	スキー場リフト割引 利用補助券のご案内	11
🎁新春お年玉プレゼント🎁	2	2026年度事業内容変更のご案内 小学校・中学校入学祝金 2026年3月31日まで受付 インフルエンザ予防接種費用補助	12
NEW ラグビー 観戦チケット	4	東京ディズニーリゾート サンクス・フェスティバル パスポート	13
豊島園 庭の湯、びゅう商品券	5	チケット申込・受取方法	14
区内商品券・お買い物券、展覧会	6	チケット申込書	15
秩父いちご狩り	6	人間ドックキャンペーン	15
都内共通入浴券、高井戸天然温泉 美しい湯 萩窪なごみの湯、スパリゾートハワイアンズ	7	豊島区本部事務所移転のお知らせ LINE公式アカウントははじめました	16
東武動物公園、あらかわ遊園	8		
エンターテインメント	8		

謹んで新春のお慶びを申し上げます。

本年もより良いサービスの提供に努めて参りますので、
倍旧のお引き立てのほどよろしくお願い申し上げます。

年末年始休業のご案内 12月27日(土)～1月4日(日)は休業します。

- ・年内のチケットの発送は、12月24日(水)午後3時受付分までです。
- ・12月25日(木)、12月26日(金)はチケットの発送はしません。(窓口は営業)
年末年始は郵便配達状況も通常と異なります。チケットの不着、紛失等防止のため
ご協力をお願いします。
- ・FAXでのお申し込みは1月5日(月)以降に送信してください。

給付金受取方法変更のご案内

5,000円以上の給付金・補助金は振込になります。

各種申請による5,000円以上の給付金・補助金の受取方法は、2026年4月1日(水)受付分より会員本人口座への振り込みに変更となります。

窓口で申請された場合もお渡しができませんのでご注意ください。

なお、以下4点につきましては引き続き窓口でもお渡ししています。

- ・入院見舞金14日以上(入会1年未満の方)3,500円
- ・人間ドック利用補助(4,000円以下)
- ・インフルエンザ予防接種費用補助金
- ・キャリアアップ講習授業料補助

※事業所で複数人分をまとめてご申請される場合も、合計5,000円以上はお振込みとなります。

※11月号に2026年度小学校・中学校入学祝金の窓口での受取をご案内しましたが、受取方法については全て振り込みに変更となります。ご注意ください。

新
春

お年玉プレゼント

会員の皆さまに日頃の感謝の気持ちを込めて、アンケートにご回答をいただいた方の中から抽選で100名様にプレゼントします。皆さまからのご応募をお待ちしております。

1

ヒルトン東京「マープルラウンジ」 スイーツビュッフェ ペア招待券 (13,000円分)

圧倒的な世界観の中、芸術性の高いデザートを楽しむビュッフェ

利用期間：2026年3月1日(日)～5月31日(日)
(除外日4月26日～5月6日)



画像はイメージとなります。

5名様

2

Amazonギフトカード (5,000円分)

オンラインストアAmazonでご利用いただけます。
有効期限：2036年1月31日(約10年)



※Amazon、Amazon.co.jpおよびそれらのロゴは、Amazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。

※本企画は東京広域勤労者サービスセンターによる提供です。本企画についてのお問い合わせはAmazonではお受けしていません。フレンドリーばんきへお問い合わせください。

10名様

3

QUOカード (3,000円分)

全国の身近なお店でご利用いただける、
全国共通のギフトカードです。



15名様

4

高尾山満喫セット ペア券

高尾山のふもとから中腹の間を往復している高尾山ケーブルカー・リフトの片道乗車券引換券と全日利用可能な京王高尾山温泉極楽湯の大人入館券のペア券。
有効期限：2027年2月28日



15名様

5

ハーゲンダッツ ギフト券

ギフト券1枚で【ハーゲンダッツ ミニカップ】
【ハーゲンダッツ クリスピーサンド】
【ハーゲンダッツ バー】の中から、2個と交換できます。



55名様

※③ ⑤は有効期限はありません。



新春 お年玉プレゼント 応募方法



下の応募用紙にあるアンケートにお答えいただき、希望賞品番号を1つご記入のうえご応募ください。
右の二次元コードからも応募できます。

応募先 FAX 窓口 郵送 14ページ「チケット申込・受取方法」をご覧ください。(電話不可)
ホームページ「TOPICS」応募ページからご回答ください。

応募締切 2026年1月20日(火) 午後5時 到着・受付分まで

当選発表 賞品の発送をもって発表に代えさせていただきます。(2月下旬から順次発送予定)



スマホ用
応募ページ

- ・1会員につき1回限りの応募とさせていただきます。
- ・当選の方へは自宅または勤務先へ発送します。
- ・当選賞品の交換はできません。他人への譲渡や転売、換金は禁止しています。
- ・応募用紙の項目において記入漏れがあった場合は、無効となる場合があります。
- ・会費未納がある事業所の会員の方、期間中に退会をされた方は応募が無効となります。

新春お年玉プレゼント 応募用紙【FAX・窓口・郵送 提出用】

会員番号 _____ 会員氏名 _____

希望賞品番号 _____ 日中の連絡先電話番号 _____

プレゼント送付先住所(会員本人の自宅または勤務先に限ります。)

勤務先名

☐ 自宅 〒

☐ 勤務先 _____

[勤務先住所入力欄]

アンケート Q1～Q5-2までの設問すべてにご回答ください。ご協力をお願いします。[* 必須回答]

* Q1. 会報誌についてお伺いします。紙版とデジタル版のどちらで読みたいですか。(1つ選択)

※このアンケートの回答で今後の配付方法を変更することはございません。

1. 紙版 2. デジタル版

〈参考〉デジタル版



* Q2. フレンドリーげんきのホームページをどのくらいの頻度で見えていますか。(1つ選択)

1. 週に1回以上 2. 月に数回 3. 月に1回 4. 2カ月に1回
5. 半年に1回 6. 年に1回程度 7. 見たことがない／見る環境がない

* Q3. LINEの利用についてお伺いします。LINEを利用していますか。(1つ選択)

1. 利用している 2. 利用していない

* Q4. フレンドリーげんきのX(旧Twitter) @tokyo_kinrouをフォローしていますか。(1つ選択)

1. フォローしている 2. フォローはしていないが見ている
3. 見たことがない 4. X(旧Twitter)をやっていない

〈参考〉X(旧Twitter)



* Q5-1. フレンドリーげんきについて、あなたの満足度をお聞かせください。(1つ選択)

1. 非常に満足 2. やや満足 3. 普通 4. やや不満 5. 非常に不満

* Q5-2. 前問で思われた理由を具体的にお書きください。

[理由入力欄]

◆フレンドリーげんきについて、ご意見・ご要望をお聞かせください。(任意)

[意見・要望入力欄]

ご回答いただきありがとうございました。記入漏れがないかご確認のうえ、ご応募ください。

あっせん情報

NEW! ジャパンラグビー リーグワン 東芝ブレイブルーパス東京ホストゲーム

抽選
あっせん

申込締切
1月20日(火)
午後5時まで

- 抽選結果** 2月3日(火)までに当選の方のみご通知します。
- 日時** 3月22日(日)
試合開始時間は公式ホームページをご覧ください。
- 対戦相手** 三重ホンダヒート
- 会場(最寄駅)** 秩父宮ラグビー場(東京メトロ銀座線 外苑前駅)
- あっせん券種** S指定席 メイン/バック
- あっせん料金** 大人 **3,000円** (一般料金 4,500円)
小中高 **500円** (一般料金 1,500円)
- 申込席数** 1会員あわせて4席まで



公式ホームページ

豊島園 庭の湯 平日入館券 (フェイスタオル・バスタオル・館内着のレンタル付)

希望者全員
あっせん

申込締切
1月20日(火)
午後5時まで

発送
2月18日(水)

窓口お渡し
北・荒川・杉並営業所
2月18日(水)から
豊島区本部
移転後
2月24日(火)から

自然の緑に包まれ、静かな時間が流れる「大人の湯処」で
日々の疲れを癒す至福のひとつを過ごしませんか。

- あっせん料金** **1,900円** 一般料金 2,520円
- 申込セット数** 1会員2枚まで
- 有効期限** 2026年8月31日(日)



※中学生未満入館不可。
※暴力団およびその関係者、刺青、タトゥ(シール類を含む)、
泥酔者の入館不可。
※土休日にご利用の場合は追加料金450円、特定日は550円
をご利用当日フロントでお支払いください。

日帰り温泉施設利用補助券、
レジャー施設利用補助券でも
利用できます。
本人負担金 平日2,100円



豊島園 庭の湯

びゅう商品券

希望者全員
あっせん

申込締切
1月20日(火)
午後5時まで

発送
2月18日(水)

窓口お渡し
北・荒川・杉並営業所
2月18日(水)から
豊島区本部
移転後
2月24日(火)から

JR東日本のみどりの窓口や全国のJTB、百貨店、家電量販店等で利用できます。

※一部の店舗、売り場では利用できない場合がございます。詳しくは店頭にてご確認ください。
※交通系ICカードへのチャージなど、一部サービスには利用できません。

利用箇所については、ビューカードの
ホームページよりご確認ください。

ビューカード びゅう商品券 **検索**



- あっせん料金** 1セット **4,500円**(1,000円×5枚)
- 申込セット数** 1会員2セットまで
- 有効期限** なし



区内商品券・お買い物券

希望者全員
あっせん

申込締切
1月20日(火)
午後5時まで

発送

2月18日(水)

窓口お渡し

北・荒川・杉並営業所
2月18日(水)から

豊島区本部
移転後

2月24日(火)から

豊島区、北区、荒川区、杉並区のそれぞれの商品券・お買い物券を選んで購入できます。

A 豊島区内共通商品券

有効期限：
2027年3月31日(水)

豊島区商店街連合会



B 北区内共通商品券

有効期限：
2030年3月31日(日)

北区商店街連合会



C 荒川区内共通お買い物券

有効期限：
2026年8月15日(土)

荒川区商店街連合会



D 杉並区内共通商品券

有効期限：
2029年12月31日(月)

杉並区商店会連合会



あっせん料金 1セット 4,400円(500円×10枚)

申込セット数 1会員A～Dあわせて3セットまで

- ・取扱店舗は各区商店街(商店会)連合会のホームページをご覧ください。
- ・次回のあっせんは、会報誌7月号でご案内の予定です。

展覧会

先着順
あっせん

申込締切
2月27日(金)
午後5時まで

ご来場における注意点、最新情報は各公式サイト等でご確認ください。

ガウディ没後100年公式事業 NAKED meets ガウディ展

あっせん料金(当日券料金)

平日大人 2,000円(2,700円)

土日祝大人 2,200円(2,900円)

あっせん枚数：200枚 1会員あわせて4枚まで

会期：1月10日(土)～3月15日(日)

会場：寺田倉庫G1-5F

※当センターでは大人券のみあっせんします。

サグラダ・ファミリアを築いた天才、ガウディ。
時を超え、100年後のいま、
あなたもガウディに出会う。



公式サイト



東京都美術館開館100周年記念 スウェーデン絵画 北欧の光、日常のかがやき

あっせん料金(当日券料金)

一般 2,000円(2,300円)

65歳以上 1,300円(1,600円)

あっせん枚数：200枚 1会員あわせて4枚まで

会期：1月27日(火)～4月12日(日)

会場：東京都美術館

※当センターでは一般券・65歳以上券のみあっせんします。

近年世界的に注目を集める、
スウェーデン絵画に特化した
展覧会！



公式サイト



チケットの申込・受取方法は14ページをご覧ください。

ばんきタイム 1月号



希望者全員
あっせん

申込締切
4月24日(金)
午後5時まで

有効期間 1月10日(土)～5月10日(日)

・天候によりいちご農園の終了日が早まる場合があります。

あっせん料金 一般券(小学生以上) 1枚 1,400円
幼児券(2歳～未就学児) 1枚 800円

・利用時期や区分によっては、一般料金の方が安価な場合があります。

申込枚数 1会員一般券、幼児券あわせて5枚まで

内容 指定農園でいちご狩り30分食べ放題

・いちごの購入には利用できません。

利用方法 〈要予約〉

指定農園へフレンドリーげんき発行の「秩父いちご狩り券」を利用する旨を伝え、事前に予約のうえご利用ください。

・秩父いちご狩り券をお持ちでない方は一般料金となります。一般料金は各農園により異なります。

・1月～2月はいちごが品薄になる場合があります。



【埼玉県秩父市内 フレンドリーげんき指定農園】

- 「秩父いちご狩り券」を利用できるのは、下記6農園のみです。ほかの農園では利用できません。
- 一般料金、いちごの種類につきましては各農園にお問い合わせください。

農園名	住所(秩父市)	電話番号
1 将門園	荒川日野584	0494-54-1699
2 福島いちご園	寺尾2145	0494-23-9054
3 内田農園	寺尾2307	0494-23-9603

農園名	住所(秩父市)	電話番号
4 八木観光農園	寺尾3287	0494-23-9035
5 ただかね農園	下吉田4091	0494-77-0977
6 富田農園	下吉田4359	0494-77-0968

※フレンドリーげんきの借り上げ農園ではありません。

12年に1度の出会い「秩父札所午歳総開帳」



秩父札所1番 誦経山 四萬部寺

秩父札所は、秩父地域の34寺院からなる観音霊場です。1234年に開創され、西国三十三観音、坂東三十三観音と合わせて「日本百観音」に数えられます。2026年3月18日～11月30日の期間は「午歳総開帳」として、普段は見る事ができない御本尊が、34寺院で一斉に御開帳(公開)される貴重な機会です。

秩父札所について詳しくはこちら



入浴券、レジャー施設1日入場券

先着順
あっせん

申込締切
チケットなくなり
次第終了

- ・すでに申込枚数を購入されている方は購入できません。
- ・各施設、別途料金が必要なアトラクション等があります。

チケット・施設名	券種・区分等	あっせん料金 (一般料金)	1会員あたりの あっせん枚数
都内共通入浴券 (回数券) 有効期限：2026年6月30日(火) 利用できる銭湯はこちら→ 	1セット (大人券10枚)	4,900円 (5,400円)	1～3月 3セットまで
高井戸天然温泉 美しの湯 有効期限：2027年3月31日(水) ・タオル、バスタオル等のご持参ください。 レンタル可。(別料金) ・ご利用は1日5時間まで。 ・12月29日(月)～1月2日(金)はお正月料金の ため平日券は利用できません。 ・不定休 TEL 03-3334-0008 	大人 平日券	800円 (1,100円)	10～3月 あわせて 10枚まで
	大人 土日祝日券	1,100円 (1,300円)	
荻窪なごみの湯 (お風呂・サウナ・岩盤浴を含む、全フロア利用可) 有効期限：発行日から6か月 ・タオル、バスタオル、館内着、岩盤着のレンタル付。 ・土日祝・特定日(ゴールデンウィーク、お盆、 年末年始)、深夜等に利用の場合は 追加料金別途要。 TEL 03-3398-4126 	大人 平日券	1,800円 (2,400円)	10～3月 5枚まで
スパリゾートハワイアンズ1日入場券 (プール+温泉+イベントショー) 有効期限：2026年3月31日(火) TEL 0570-550-550  ・スパリゾートハワイアンズホテルを割引で利用 できます。割引利用についてはこちら→ 	大人・ 3歳以上の 子ども共通券	800円 (通常期 大人 3,570円 小学生 2,250円 未就学児 1,640円)	10～3月 10枚まで
東武動物公園 法人アトラクションパスセット (入園+のりもの1日乗り放題) 有効期限：2026年2月28日(土) ※残りわずかです。各営業所に在庫の状況を 確認のうえ、ご購入ください。 TEL 0480-93-1200 	大人・ 3歳以上の 子ども共通券	2,700円 (大人 5,900円 中高生 5,400円 3歳～小学生 4,300円 シニア 4,600円)	9～2月 5枚まで
あらかわ遊園フリーパス (入園+のりもの1日乗り放題) 有効期限：発行月を含む6か月以内 ・営業日等の詳細はあらかわ遊園ホームページを ご覧ください。 TEL 03-3893-6003 	大人 (高校生以上)	1,500円 (1,800円)	10～3月 あわせて 10枚まで
	中学生	700円 (1,000円)	
	小学生	400円 (700円)	
	未就学児 (3歳以上)	200円 (500円)	

※年度途中であっせん料金に変更になる場合は、会報誌、ホームページでご案内します。

チケットの申込・受取方法は14ページをご覧ください。

エンターテインメント

抽選
あっせん

申込締切
1月20日(火)
午後5時まで

抽選結果 2月3日(火)までに当選の方のみご連絡します。

① 医療法人 健育会 presents live image BEST

豪華アーティストが集結する
リラクシング系コンサート
「live image」。
極上の癒しの音楽をお届け
いたします。



日時：2月9日(月) 午後6時30分開演
出演：加古隆(ピアノ) 小松亮太(バンドネオン)
鳥山雄司(ギター) 葉加瀬太郎(ヴァイオリン)
羽毛田丈史(音楽監督・ピアノ)
宮本笑里(ヴァイオリン)

会場(最寄駅)：東京国際フォーラム ホールA(有楽町駅)
あっせん料金：全席指定 10,800円(一般料金13,500円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

② 氷川きよし特別公演

氷川きよしのヒット曲「白雲の城」を
モチーフにした芝居と、劇場ならで
はの特別演出でお届けするコンサ
ートの豪華2本立て！



日時：2月11日(水・祝) 午後4時開演
出演：氷川きよし
丸山智己 島崎和歌子/中島唱子(※Wキャスト)
山崎樹範 石倉三郎 ほか

※あっせん回は島崎和歌子出演回となります。
会場(最寄駅)：明治座(浜町駅)
あっせん料金：S席 12,400円(一般料金16,500円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

③ 小林愛実 ピアノ・リサイタル2026

2021年のショパン国際コンク
ールで第4位入賞以来わが国で最も
注目されるピアニストの一人。
ますます進化・深化するそのピア
ニズムと音楽の奥行きにどうぞご
期待ください。



©Yuki Kumagai

予定曲：ラヴェル/前奏曲 ショパン/3つのマズルカ ほか
日時：2月21日(土) 午後7時開演
会場(最寄駅)：サントリーホール(六本木一丁目駅)
あっせん料金：全席指定 4,800円(一般料金6,000円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

④ 公益財団法人としま未来文化財団 設立40周年記念事業 第36回としま能の会 一妖怪と精霊一

3年ぶりに「としま能の会」が復活！
豊島区を飛び出して、国指定登録
有形文化財の矢来能楽堂で開催し
ます。



演目：狂言「蟹山伏」、能「鞍馬天狗」
※演目解説あり
日時：3月1日(日) 午後5時開演
出演：観世喜正 福王和幸 野村万蔵 ほか
会場(最寄駅)：矢来能楽堂(神楽坂駅)
あっせん料金：S席 3,800円(一般料金4,800円)
あっせん枚数：8枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑤ リーディングドラマ 『終わった人』

中井貴一×キムラ緑子
究極のキャスティングで面白過
ぎる小説が面白過ぎる舞台に…



日時：3月5日(木) 午後6時開演
原作：内館牧子『終わった人』(講談社文庫)
台本・演出：笹部博司
出演：中井貴一 キムラ緑子
会場(最寄駅)：EX THEATER ROPPONGI(六本木駅)
あっせん料金：全席指定 7,600円(一般料金9,500円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑥ 親子で楽しむ生演奏でおくる音楽影絵劇 「100万回生きたねこ」

佐野洋子さんのロン
グセラーの絵本の原
文そのままに、おしゃ
れで美しいメロ
ディーのオリジナル
組曲をあわせておく
る感動の音楽影絵劇
です。



日時：3月8日(日) ⑦午前11時開演 ⑧午後3時開演
会場(最寄駅)：日暮里サニーホール(日暮里駅)
あっせん料金：全席指定 大人 1,400円(一般料金1,600円)
全席指定 子ども(3歳~中学生) 800円(一般料金1,000円)
あっせん枚数：各10枚(1会員あわせて4枚まで)
※2歳以下入場不可

キッズ
向け

ご 注 意

- ・ 席種は決まっていますが、座席の位置は未定です。座席の指定・変更はできませんので、ご了承ください。
- ・ **チケットの転売および譲渡は法律で禁止されています。**過去に転売したことが発覚し、当センターの規則に従い退会していただいたケースがありました。転売等の行為はサービスセンターの信用を低下させ、扱い先との取引ができなくなる恐れがあります。絶対にしないようお願い申し上げます。

7 『大地の子』

戦争によって引き裂かれた家族の苦悩を、今に呼び覚ます。山崎豊子の壮大な人間ドラマついに舞台化！



日時：3月8日(日) 午後12時開演
出演：井上芳雄 奈緒 上白石萌歌 山西惇 益岡徹 ほか
会場(最寄駅)：明治座(浜町駅)
あっせん料金：S席 11,800円(一般料金14,000円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

8 ジャズ・アット・リンカーン・センター・オーケストラ withウイントン・マルサリス

20年の時を超えて—ウイントン・マルサリス率いる、真のジャズが帰ってくる。ジャズ・アット・リンカーン・センター・オーケストラ 来日決定！



日時：3月19日(木) 午後6時30分開演
会場(最寄駅)：東京国際フォーラム ホールA(有楽町駅)
あっせん料金：S席 7,800円(一般料金13,500円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

9 るつぼ The Crucible

たった一度の過ちが、男のすべてを焼き尽くす。アーサー・ミラーの代表作にして17世紀の実在した魔女裁判に挑む



日時：3月25日(水) 午後5時30分開演
出演：坂本昌行 前田亜季 松崎祐介 瀧七海 ほか
会場(最寄駅)：東京芸術劇場 プレイハウス(池袋駅)
あっせん料金：フレンドリーげんきへお問い合わせください。
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

10 ミュージカル 『メリー・ポピンズ』

夢と魔法に包まれた、最高峰のファンタジーミュージカル 心躍る名曲と圧巻のダンスシーンを是非劇場で！



日時：㊦ 4月5日(日) 午後12時30分開演
㊧ 4月7日(火) 午後6時開演
出演：笹本玲奈(5日) 濱田めぐみ(7日)/Wキャスト
上川一哉(5日) 小野田龍之介(7日)/Wキャスト ほか
会場(最寄駅)：東急シアターオーブ(渋谷駅)
あっせん料金：S席 ㊦13,400円(一般料金16,500円)
S席 ㊧11,600円(一般料金15,500円)
あっせん枚数：各10枚(1会員あわせて2枚まで)

未就学児
入場不可

11 第37回 きたくなるまち区民寄席

国民的スター・春風亭昇太が北とぴあにやってくる！話題の活動写真弁士・坂本頼光も登場！



日時：4月5日(日) 午後2時開演
出演：春風亭昇太 三遊亭白鳥 立川志の春
坂本頼光 柳家小もん(第36回北とぴあ若手落語家競演会 大賞受賞者)
会場(最寄駅)：北とぴあ さくらホール(王子駅)
あっせん料金：1階席 3,000円(一般料金3,800円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

12 小野リサ Premium Live ～私の好きな歌～

ボサノヴァの名曲はもちろん、歌謡曲、ロックなどジャンルを超えて愛される歌の数々に加え、サプライズなメニューも用意してお届けします。



日時：4月9日(木) 午後6時30分開演
会場(最寄駅)：東京国際フォーラム ホールC(有楽町駅)
あっせん料金：S席 6,400円(一般料金8,000円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

フレンドリーげんき そば店割引券

協力：東京都麺類協同組合 豊島4支部、北2支部、荒川2支部

出前、テイクアウトにも
利用できます。

有効期間 2026年1月15日(木)～2月5日(木)

割引額 300円引き

・割引券1枚で合計金額から300円引きになります。

利用対象 会員本人

・同一会員による利用は、有効期間中2枚までです。

利用方法

有効期間中に下記掲載の協力店にて

11ページ下段の割引券を提出しご利用ください。



東京都麺類協同組合

- ・割引券の利用は、そば店1回の来店につき、1会員1枚に
限ります。
- ・会員証の提示では割引になりません。
- ・お支払い方法は店舗により異なります。

フレンドリーげんき そば店割引券 協力店

2026年1月15日(木)～2月5日(木)の間、休業日
があります。予告なく臨時休業する場合があります。

豊島区内 (30店舗) 東京都麺類協同組合 長崎支部 (11店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
長寿庵	高松2-52-9	小倉庵	要町1-16-11	尾張屋	長崎1-1-17	花月庵	南長崎2-2-5
一久	高松3-5-17	やぶ重	要町1-18-7	そば七	長崎4-10-8	大むら	南長崎5-32-4
安曇野	要町3-38-2 ヨコヤマビル内	可祢井	千早1-25-1	松屋	長崎4-26-11		

東京都麺類協同組合 巣鴨支部 (12店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
宝家	西巣鴨4-1-8	大橋屋	巣鴨3-34-3	瀧乃家	駒込1-40-5	小松庵総本家	駒込1-43-16
満ちだ	東池袋5-42-1	松月庵	巣鴨4-21-9	利久庵	駒込6-1-1	小倉庵	南大塚1-42-8
春月	西巣鴨1-3-6	そば切りやぶ	巣鴨5-10-3	蔦や	南大塚3-51-6	更科	巣鴨4-16-11

東京都麺類協同組合 目白支部 (6店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
あさひ本店	東池袋4-5-1-101	まつや	南池袋2-10-5	日乃丸食堂	雑司が谷1-30-5	花月庵	高田1-16-8
蕎麦庵あさひ	東池袋5-12-6	甲州屋	南池袋3-24-16				

東京都麺類協同組合 池袋支部 (1店舗)

店名	所在地
満留賀	東池袋1-36-3

北区内 (20店舗) 東京都麺類協同組合 王子支部 (15店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
越後屋	十条仲原1-1-1	萬盛庵	豊島3-13-7	満留賀	豊島2-6-5	越後屋	王子本町1-21-4
満留賀	東十条2-5-11	砂場	豊島2-5-9	北むら	堀船2-2-19	満留賀	上十条2-7-15
萬盛庵	上中里1-2-1	梅の家	豊島1-8-9	砂場	堀船3-38-1	蕎麦縁まつ屋	上十条1-11-6
砂場	王子2-30-1	松の家	豊島8-15-18	崑久家	王子本町1-15-20		

東京都麺類協同組合 赤羽支部 (5店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
明石屋	赤羽2-43-7 玉川ビル1F	赤羽屋	赤羽台3-2-18	松月庵	浮間3-1-24	稲廼家	東十条5-16-18
愛知屋	西が丘2-8-8						

荒川区 (12店舗) 東京都麺類協同組合 三河島支部 (7店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
大和屋	東日暮里1-19-1	滝乃家	荒川1-1-22	やぶ栄	荒川7-27-8	ますや	荒川2-3-7
やぶ	西日暮里6-1-12	瀧乃家	東尾久1-30-6	滝乃家本店	東尾久4-27-7		

東京都麺類協同組合 日暮里支部 (5店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
太宝家	西日暮里2-18-7	川むら	西日暮里3-2-1	長生庵	東日暮里6-31-8	大黒屋	東日暮里6-5-16
若松	西日暮里2-38-9						

— 東京都麺類協同組合名簿より —

スキー場リフト割引

※ 全福センターホームページからダウンロード

<https://www.zenpuku.or.jp>

ID、パスワードはフレンドリーげんきへお問い合わせください。 「スポーツ」→「スキー場」から検索

- ・プリンスホテルご優待プラン
- ・ダレモコーポレーション
- ・東急スノーリゾート(ハンターマウンテン塩原、たんばらスキーパーク)



全福センターHP

※ FUJIYAMA net クラブ WEBサイトより割引チケットを事前購入。

https://www4.fujikyu-travel.co.jp/free3/01-219_tokyoksc/view.php

ユーザ名、パスワードはフレンドリーげんきへお問い合わせください。

- ・スノーパークイエティ
- ・あだたら高原スキー場



FUJIYAMA net クラブ

※ フレンドリーげんき会員証提示割引

- ・シャトレーズスキーバレー野辺山
- ・シャトレーズスキーバレー小海
- ・八千穂高原スキー場
- ・舞子スノーリゾート
- ・湯沢中里スノーリゾート
- ・ムイカススノーリゾート
- ・ニノックス スノーパーク
- ・キューピットバレイ



フレンドリーげんきHP

※ フレンドリーげんき窓口で割引券等のお渡し

(会員証をお持ちください。) ※先着順、なくなり次第終了。

- ・日本スキー場開発グループ ほか



利用補助券のご案内

次号会報誌 3月号に2026年度利用補助券を同封します。

- | | | |
|---------------------|-----|-----------|
| ①レジャー施設利用補助券 | 1会員 | 6枚(6枚1綴) |
| ②日帰り温泉施設等利用補助券 | 1会員 | 12枚(6枚1綴) |
| ③チケットポート映画チケット利用補助券 | 1会員 | 8枚(4枚1綴) |



※割引券には、必ず会員番号と会員氏名をご記入ください。

※割引券には、必ず会員番号と会員氏名をご記入ください。

フレンドリーげんき そば店割引券 300円割引

有効期間 2026年1月15日(木)～2月5日(木)

- そば店1回の来店で1会員1枚利用できます。
- 他の割引券との併用はできません。
- 本券と現金の引換はできません。
- お支払い方法は店舗により異なります。
- コピーおよびホームページからプリントした割引券は利用できません。

※会員番号、会員氏名記入のない場合は無効・使用不可



東京都種類
協同組合のマーク

会員番号	見 本	
会員氏名	様	

お店の方へ 本券を必ず回収してください。

コピー不可

助成金請求時に添付する必要があります。
本券は東京都種類協同組合豊島4支部、北2支部、荒川2支部の協力により発行しています。
発行:(一財)東京広域勤労者サービスセンター(フレンドリーげんき)
豊島区本部 TEL.03-5961-0520 営業時間/月～金(午前9時～午後5時)

フレンドリーげんき そば店割引券 300円割引

有効期間 2026年1月15日(木)～2月5日(木)

- そば店1回の来店で1会員1枚利用できます。
- 他の割引券との併用はできません。
- 本券と現金の引換はできません。
- お支払い方法は店舗により異なります。
- コピーおよびホームページからプリントした割引券は利用できません。

※会員番号、会員氏名記入のない場合は無効・使用不可



東京都種類
協同組合のマーク

会員番号	見 本	
会員氏名	様	

お店の方へ 本券を必ず回収してください。

コピー不可

助成金請求時に添付する必要があります。
本券は東京都種類協同組合豊島4支部、北2支部、荒川2支部の協力により発行しています。
発行:(一財)東京広域勤労者サービスセンター(フレンドリーげんき)
豊島区本部 TEL.03-5961-0520 営業時間/月～金(午前9時～午後5時)

2026年度 事業内容変更のご案内

1. 東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム利用券が変わります。

2026年度分は、紙券からデジタルコードへ変更しメールで配付します。申請方法等は3月号案内をご覧ください。

2. 各区限定サービスが全区統一となります。

①人間ドック利用補助(医療機関の指定はありません)

変更日 2026年4月1日(水)受診分から

変更内容 ア. 豊島区会員も補助対象になります。

イ. 受診後の申請となります。

ウ. 補助額を変更します。

対 象：豊島区、北区、荒川区、杉並区の30歳以上の会員本人

申請方法：受診後に補助金請求書と領収書(ドックと明記されたもの)を提出

※荒川区、杉並区は変更ありません。

補助金額：4,000円

②健康診断補助(指定の医療機関2施設)

変更日 2026年4月1日(水)受診分から

変更内容 北区、荒川区、杉並区会員も補助対象になります。

対 象：豊島区、北区、荒川区、杉並区の会員である従業員に対して定期健康診断を実施している事業主の方

※事業所の健康診断(個人の申し込みは補助対象外)

各補助の詳細は次号3月号をご覧ください。

3. 給付金・補助金の受取方法が変わります。

変更日 2026年4月1日(水)受付分から

変更内容 5,000円以上の給付金・補助金の受取方法は全て会員本人口座への振り込みになります。窓口で申請された場合もお渡しができませんのでご注意ください。

以下4点につきましては引き続き窓口でもお渡ししています。

- ・入院見舞金14日以上(入会1年未満の方)3,500円
- ・人間ドック利用補助(4,000円以下)
- ・インフルエンザ予防接種費用補助
- ・キャリアアップ講習授業料補助

※事業所で複数人分をまとめてご申請され、合計5,000円以上となる場合も振込となります。

※11月号に2026年度小学校・中学校入学祝金の窓口での受取をご案内しましたが、受取方法については全て振り込みに変更となります。ご注意ください。

ご請求はお済みですか？

2025年度 小学校・中学校入学祝金

お子様が2025年4月に入学された方が対象ですので早めにお手続きください。

詳しくは会報誌11月号13ページをご覧ください。か、フレンドリーげんきへお問い合わせください。

※2026年度入学祝金は4月1日(水)からの受付となります。



[請求期限]

2026年
3月31日(火)まで

2025年度 インフルエンザ予防接種費用補助

会員本人が受けたインフルエンザ予防接種が対象です。

詳しくは会報誌9月号11ページをご覧ください。か、フレンドリーげんきへお問い合わせください。



[請求期限]

予防接種日から
1年以内



東京ディズニーリゾート®・コーポレートプログラム 「サンクス・フェスティバル」パスポート

1月・2月のパークを楽しもう！

会員
限定

期間中、通常の1デーパスポート※価格より

※東京ディズニーランド®または東京ディズニーシー®どちらかのパークを開園時間から楽しめるチケットです。

大人（18才以上）

中人（中学・高校生
12～17才）

小人（幼児・小学生
4～11才）

500円お得

400円お得

300円お得

※お手元のコーポレートプログラム利用券と併用するとさらにお得！※

実施期間

2026年1/5（月）▶2/27（金）

- 販売期間：2025年11月5日（水）14:00～2026年2月27日（金）※パークチケットは、2カ月先の同日分まで順次販売されます。
- 対象日：下記カレンダーにてご確認ください。

※ 部分が対象日です。

2026年 1月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2026年 2月						
日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

10% 割引！
東京ディズニー
セレブレーションホテル®
宿泊割引
も、併せてご利用ください！

詳しくは
利用者用サイトへ

詳細のご確認、ご購入は
利用者用サイト

から！▶▶▶▶▶

コーポレートプログラム
利用者用サイト

検索



契約団体番号、プランパスワードは
フレンドリーげんきへお問い合わせください。

コーポレートプログラム利用券は、
1会員年度2枚まで配付しています。
ご希望の方は2月28日までに
フレンドリーげんきへお申し込みください。

※購入には、団体番号とプランパスワードが必要になります。

ご購入にあたって

- 購入後のキャンセル、払い戻しはできません。
- チケット購入に必要な情報および購入したチケットを購入対象者以外の第三者に対し、有償・無償問わず譲渡（インターネットオークションへの出品含む）はできません。
- 本内容は、予告なく変更または終了する場合があります。

※本内容は、予告なく変更または終了する場合があります。※写真・イラストはイメージです。©Disney

〈ご案内〉コーポレートプログラム利用券は2026年度からデジタルコードへ変更します。

ばんきタイム 1月号

13

チケット申込・受取方法



申込方法 お申し込み時には①～⑤の内容が必要です。
下記のいずれかの方法でお申し込みください。（申込方法に指定がある場合もあります）

①会員番号・氏名 ②日中連絡先・電話番号
③受取方法：窓口・送付 送付先の住所 ④希望券名・券種 ⑤申込数

申込先	豊島区 本部	北区 営業所	荒川区 営業所	杉並区 営業所
 電話 平日 午前9時～午後5時	03-5961-0520	03-5390-1242	03-3806-7581	03-6279-9117
 FAX 右の申込書をお使いください。	03-5961-0522	03-5390-1177	03-3806-7588	03-6279-9118
 メール	info@tokyo-kinrou.jp 上記①～⑤とメールアドレスを入力しご送信ください。 受付確認メールの送信はありません。			
 H P	https://www.tokyo-kinrou.jp/ <input type="button" value="フレンドリーげんき"/> <input type="button" value="検索"/>  チケット申込みフォームから入力しご送信ください。			
 窓口	確認のため、会員証をご持参ください。 営業時間：平日午前9時～午後5時（土日祝日は休業）			

- ・チケットは、常時取り扱うチケットのほかに、会報誌の発行ごとに募集期間を設けているチケット（希望者全員・抽選・先着順など）がございます。申込締切日、受渡開始日については募集記事をご覧ください。
- ・締切後、または購入後のキャンセル、申込内容の変更はできません。
- ・購入後の紛失、汚損によるチケットの再発行はできません。
- ・フレンドリーげんき退会後のチケットのお渡し、発送はできません。
- ・直接、会場や施設で券を購入されると当日一般料金になります。事前にフレンドリーげんきでお買い求めのうえ、ご利用ください。

受取方法 窓口または送付のどちらかをお選びください。

 窓口	受渡開始日から2週間以内に会員証を提示のうえ、申込時の受取希望窓口でご購入ください。 （支払い方法：現金のみ）
 送付	受渡開始日以降にご指定の住所（自宅・勤務先）へチケットと払込票を発送します。 受け取り後、2週間以内に同封の払込票でコンビニエンスストア等からお支払いいただくか、 バーコードを読み込むとd払い・PayPay・au PAY・PayB・ゆうちょ Pay・FamiPayでもお 支払いいただけます。 お支払い場所は払込票の裏面をご覧ください。 別途、 事務取扱手数料 （送料と振込手数料） 300円 は会員様のご負担とさせていただきます。

- ・チケットを数種類お申し込みの場合、在庫のあるチケットから順次発送します。まとめて送付を希望される場合は申し込み時にお知らせください。ご希望のチケットが全て揃ってから発送します。

FAX「同送希望」に☒、HPチケット申込みフォーム「備考欄」に「同送希望」と入力、メール「同送希望」を明記。

▶チケットの取り扱い中止等について

天候状況や主催者都合等によりチケット、補助券の利用対象施設で急きょ休業、入場制限、事前予約制、券の利用中止等が決定される場合があります。
ご利用前に、各施設・公演等のホームページをご確認いただくか、フレンドリーげんきへお問い合わせください。チケットお渡し後に中止等による払い戻しが決定された場合、フレンドリーげんきから払い戻しをいたします。チケットがない場合には払い戻しができません。

最新情報は
フレンドリーげんき
ホームページに
掲載しています。



チケット申込書（窓口・FAX用）

申込先

【豊島区本部】

FAX 03-5961-0522

【北区営業所】

FAX 03-5390-1177

【荒川区営業所】

FAX 03-3806-7588

【杉並区営業所】

FAX 03-6279-9118

会員番号

-

-

フリガナ

会員氏名

様

日中連絡先 電話番号（自宅・勤務先・携帯電話）

受取方法 窓口・送付のいずれかに☑をご記入ください。

窓 口

希望の窓口をお選びください。お受け取りの際に会員証をご提示ください。

☐

豊島区本部

☐

北区営業所

☐

荒川区営業所

☐

杉並区営業所

※2/18(水)まで 旧豊島区東部区民事務所（大塚駅）
2/24(火)から 旧文成小学校（下板橋駅）

送 付

送付ご希望の場合は送付先住所を必ずご記入ください

☐

自宅

☐

勤務先

〒

[希望するチケット・商品等]

同送希望	商 品 名	公演日時	種別・席種 (大人・子ども等)	数量	代 金
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					
<input type="checkbox"/>					

- ・チケット数種類をまとめて送付ご希望の場合、「同送希望」に☑を入れてください。
チケットにより発送日が異なる場合、ご希望のチケットが全て揃ってから発送させていただきます。
- ・複数人でのまとめ送付をご希望の場合、その旨および代表者氏名をわかるようにご記入ください。送付先は勤務先に限ります。

[個人情報の取り扱いについて] 当事業等のお申し込みに際し、ご記入いただいた個人情報は、当該事業の案内、チケット等の送付の目的以外には利用しません。



人間ドックキャンペーン

- ・検査誘導支援システムを導入し、検査時間の大幅な短縮を実現！
- ・男女別エリアの検査でリラックスして受診。



ドック・健診エリア

■ キャンペーン期間 2026年1月6日(火)～3月31日(火)

◎ 通常契約料金 49,500円(一般料金55,000円) ⇒ キャンペーン料金 40,000円(税込)

■ 利用対象 会員と登録同居家族

■ 利用方法 フレンドリーげんきの会員である旨を伝えて予約してください。

■ 申 込 先 医療法人社団 こころとからだの元氣プラザ

TEL 03-5210-6622 受付時間 月～金 8:30～17:00/土 8:30～12:00
〒101-0051 東京都千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング2階
都営三田線・新宿線・東京メトロ半蔵門線「神保町駅」徒歩1分



コース内容はこちら

豊島区本部事務所移転のお知らせ

豊島区本部事務所は、建物老朽化による豊島区東部区民事務所の建替工事に伴い、旧文成小学校へ移転します。

現住所での最終営業日時	2026年2月18日(水)午後5時まで
豊島区本部事務所休業日	2026年2月19日(木)～23日(月・祝) ※北・荒川・杉並区営業所は、2/19・2/20は通常どおり、営業しています。
移転先での営業開始日時	2026年2月24日(火)午前9時から



新住所：〒170-0011 豊島区池袋本町4-36-1 旧文成小学校2階
TEL：03-5961-0520 ※駐車場・エレベーターはありません。
FAX：03-5961-0522 ※TEL・FAX番号は変更ありません。
営業時間：午前9時～午後5時
休業日：土曜、日曜、祝日、年末年始

※2月18日(水)午後5時から2月24日(火)午前9時までは、移転工事のためTEL、FAXとも受信できません。
FAXは2月24日(火)午前9時以降に送信してください。
インターネットからのお申し込みは受け付けております。

※豊島園 庭の湯、びゅう商品券、区内商品券・お買い物券の窓口受取につきまして、豊島区本部窓口受取は移転のため2月24日(火)お渡し開始となります。
お急ぎの方は、2月18日(水)お渡し開始の北・荒川・杉並区営業所をご利用ください。

LINE公式アカウント はじめました！

あっせん情報、サービスのご案内、
お知らせなどをお届けしていきます。
LINEアプリをご利用の方は、是非ご登録ください！

友だち追加は
こちらから→



伝言板

■会費引き落としについて

1月～3月の会費は1月23日(金)に指定の口座から引き落としさせていただきます。

■家庭用常備薬「アテム」から団体専用WEBショップのご案内

WEBショップアドレス <https://www.atem-selfmedication.jp/>
上記URL、二次元コード、もしくはフレンドリーげんきホームページ下のバナーから
お進みください。
有効期限：2026年12月31日(水)
お得意先コード、パスワードはフレンドリーげんきへお問い合わせください。



アテム
WEBショップ

事業の利用対象

フレンドリーげんきがあっせんするチケット・サービス等
を利用できるのは**会員本人と登録同居家族**です。
利用日現在会員である方が対象になります。
また、同居のご家族に変更が生じた場合は届出(変更届)が
必要です。
ただし、会費未納(滞納)がある場合には会費完納まで利用
できません。



会員本人と登録同居家族

個人情報の取扱い

当事業のお申し込みに際し、ご記入
いただいた個人情報は、当該事
業の案内、チケット等送付、事業
の保険申し込みの目的以外には利用
しません。

次号予告

3月1日発行予定

○江川海岸潮干狩券 ○図書カード ○バスツアー補助(HIS・はとバス) ほか

お問い合わせ

一般財団法人 東京広域勤労者サービスセンター

豊島区本部	〒170-0004 豊島区北大塚1-15-10	旧豊島区東部区民事務所2階	TEL 03-5961-0520 / FAX 03-5961-0522
北区営業所	〒114-8503 北区王子1-11-1	北とぴあ11階	TEL 03-5390-1242 / FAX 03-5390-1177
荒川区営業所	〒116-8501 荒川区荒川2-2-3	荒川区役所6階(産業経済部内)	TEL 03-3806-7581 / FAX 03-3806-7588
杉並区営業所	〒167-0043 杉並区上荻1-2-1	Daiwa荻窪タワー2階	TEL 03-6279-9117 / FAX 03-6279-9118

[営業時間] 午前9時～午後5時 [休業日] 土曜、日曜、祝日、年末年始

URL <https://www.tokyo-kinrou.jp/> E-mail info@tokyo-kinrou.jp



お問い合わせ
フォーム



✕ @tokyo_kinrou

チケット情報や地域の情報などを
X(旧ツイッター)で発信しています。