

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

9
月号
2022

1会員につき1部

CONTENTS

ジェフグルメカード	1	あらかわ遊園、東武動物公園 スパリゾートハワイアンズ	10
NEW 東京ドームシティ 得10チケット 都内共通入浴券	2	展覧会 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	11
シネマコンプレックス映画鑑賞券 池袋演芸場	3	各区限定サービス 豊島区(健康診断補助) 荒川区(宿泊補助)	12
フレンドリーげんき そば店割引券	4	チケット申込・受取方法	14
バスツアー補助 はとバス・HIS	6	チケット申込書	15
エンターテインメント	8	インフルエンザ予防接種費用補助	16

Pickup!

9月号のおすすめ記事をご案内

東京ドームシティ 得10チケット

東京ドームシティを
お得に利用できるチケットです！

2ページ

バスツアー補助 はとバス・HIS

秋の観光にご利用ください。



6-7ページ

宝塚歌劇 宙組公演

究極の男役を体現する
トップスター・真風涼帆！

©宝塚歌劇団

8ページ

新型コロナウイルスの影響により、掲載の内容が変更・中止となる場合があります。事前に確認のうえ、ご利用ください。

全国共通お食事券 ジェフグルメカード(5,000円分)

全国約35,000店舗の加盟店でご利用いただける便利なお食事券です。
テイクアウトでもご利用いただけます。

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2セットまで

有効期限 なし

希望者全員
あっせん

申込締切

9月20日(火)
午後5時まで

窓口お渡し・発送

10月19日(水)
から

使える店舗一覧



見本

あっせん情報

NEW!

東京ドームシティ ^{とく てん} 得10チケット

抽 選
あっせん

申込締切
9月20日(火)
午後5時まで

窓口お渡し・発送
10月19日(水)
から

ポイントを自由に組み合わせて、東京ドームシティの施設を利用することができます。
2冊あれば、さらに選択肢が広がり、複数名で利用することも可能です。使い切れなかったポイントは、有効期限内で後日ご利用いただけます。(切り離し無効)

あっせん料金 1冊(10ポイント) 2,200円 最大6,000円相当

申 込 冊 数 1会員2冊まで

あっせん冊数 300冊

有 効 期 限 2023年3月31日(金)

・フレンドリーげんきで申し込みを受け付けし、あっせんします。

得10チケット情報サイト
施設・ポイント一覧は
こちらからご覧ください。



得10チケット利用例



東京ドームシティ
アトラクションズワンデーパスポート
大人・シニア・中人(3,700~4,200円) 10P
小人(2,800円) 8P
幼児(1,800円) 5P



東京ドーム天然温泉スパ ラクア
入館料(2,900円) 8P
ヒーリング バード利用料(880円) 2P
休日割増料(550円) 1P



東京ドームホテル3F「リラッサ」
ランチbuffet(4,600円) 14P
ディナーbuffet(6,100円) 19P

※東京ドームシティアトラクションズのサンダードルフィン、10月11日(火)~2023年春(予定)の期間休止予定です。

得10チケットは、通常、東京ドームシティ法人カウンターで会員証を提示すると1冊2,700円で購入できます。



他に東京ドームシティの施設やイベントチケットを
会員特別価格で購入いただけます。
詳しくは東京ドームシティ情報サイトをご覧ください。



法人サービスカウンター(東京ドームシティ ミーツポート2F) TEL 03-3817-6364

- ・東京ドームシティ内の「法人サービスカウンター」でフレンドリーげんき会員証を提示のうえ、ご購入ください。
- ・購入は、1会員1日につき各券種10枚(冊)までです。購入後の払い戻し、キャンセルはできません。

東京ドームシティ
情報サイト
会員ログイン ID
tdcpmb0120

都内共通入浴券(回数券)

東京都浴場組合に加盟する銭湯で利用できます。

あっせん料金 1セット 3,900円(大人券10枚)
一般料金 4,500円

申込セット数 1会員4セットまで

有 効 期 限 2023年6月30日(金)

利用できる銭湯はこちら



希望者全員
あっせん

申込締切
9月20日(火)
午後5時まで



イメージ

- ※あっせん期間が短くなっております。ご注意ください。
- ※次回のあっせんは、会報誌1月号でご案内の予定です。

シネマコンプレックス映画鑑賞券

希望者全員
あっせん

申込締切
9月20日(火)
午後5時まで

窓口お渡し・発送
10月19日(水)
から

A MOVIX&松竹系映画館

劇場：全国のMOVIX各劇場、新宿ピカデリー、丸の内ピカデリー ほか
有効期限：2023年1月31日(火)

あっせん料金 一般券 1枚 1,100円 一般料金 大人1,900円～

あっせん料金に変更となりました。

B TOHOシネマズパスポート(TCチケット)

劇場：全国のTOHOシネマズ 池袋、新宿、上野、西新井 ほか
有効期限：2023年3月31日(金)

あっせん料金 一般券 1枚 1,100円 一般料金 大人1,900円～



TOHOシネマズ 六本木ヒルズ

C ユナイテッド・シネマ/シネプレックス特別鑑賞券

劇場：全国のユナイテッド・シネマ/シネプレックス としまえん、浦和 ほか
※YEBISU GARDEN CINEMAは、2022年11月8日(火)より再開予定です。
有効期限：2023年4月30日(日)

あっせん料金 一般券 1枚 1,000円 一般料金 大人1,900円～

申込枚数 1会員A～Cあわせて4枚まで

利用方法 各劇場チケット売場で日時指定券に交換してご鑑賞ください。

- ・MOVIX&松竹系映画館チケットでは特別料金のシネマ歌舞伎などは利用できません。
 - ・TOHOシネマズパスポートチケットは受取後、インターネットから座席を指定することができます。特別席は追加料金が必要になります。また特別興行、特別料金などは利用できない場合があります。
 - ・3D、IMAX、4DX等は劇場で追加料金が必要になります。
- * 次回のあっせんは、会報誌1月号でご案内の予定です。

池袋演芸場入場券

希望者全員
あっせん

申込締切
2023年2月28日(火)
午後5時まで

あっせん料金

大人・学生・シルバー共通入場券 1枚 1,500円
一般料金 大人(1～20日の昼・夜の部) 2,800円
大人(21～30日の昼の部) 2,500円
学生(1～20日の昼・夜の部) 2,500円
学生(21～30日の昼の部) 2,300円
シルバー(昼・夜の部) 2,300円

申込枚数 1会員5枚まで

有効期間 10月1日(土)～2023年3月30日(木)

ご注意

- ・特別興行、毎月21～30日の夜の部、31日は特別企画のため利用できません。
- ・1～20日は昼夜入れ替え制ではありませんが、退場後の再入場はできません。
- ・親子割引等、その他の割引と併用はできません。
- ・スタンプカードの押印はできません。
- ・有効期間の変更はできません。必ず有効期間内にご利用ください。
- ・営業時間、演目、出演者などは池袋演芸場へお問い合わせください。

一般料金は8月1日(月)に改定されましたが、あっせん料金の変更はありません。

池袋演芸場

TEL 03-3971-4545



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3支部、荒川3支部

出前、テイクアウトにも利用できます。

有効期間

2022年9月12日(月)～10月3日(月)

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4～5ページ掲載の協力店にて
5ページ下段の割引券を提出しご利用ください。

- ・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。



*小倉庵
冷し揚げナスおろし 750円(税込)

フレンドリーげんき そば店割引券 協力店

2022年9月12日(月)～10月3日(月)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 (42店舗)

東京都麺類協同組合 長崎支部 (14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	千川扇屋	要町3-25-11	そば七	長崎4-10-8	大むら	南長崎5-32-4
一久	高松3-5-17	やぶ重	要町1-18-7	松屋	長崎4-26-11	花月庵	南長崎2-2-5
安曇野	要町3-38-2 ヨコヤマビル内	可弥井	千早1-25-1	滝の家	長崎2-12-4		
*小倉庵	要町1-16-11	尾張屋	長崎1-1-17	大野屋	南長崎5-25-14		

東京都麺類協同組合 巣鴨支部 (15店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
宝家	西巣鴨4-1-8	大橋屋	巣鴨3-34-3	瀧乃家	駒込1-40-5	小倉庵	南大塚2-40-10
小倉庵	西巣鴨2-21-5	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	小倉庵	北大塚2-23-2	満ちだ	東池袋5-42-1
更科	巣鴨4-16-11	小松庵総本家	駒込1-43-16	薦や	南大塚3-51-6		

東京都麺類協同組合 目白支部 (8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	松月	南池袋1-8-24	甲州屋	南池袋3-24-16	大陣庵	西池袋2-30-10 渡辺ビル1F

東京都麺類協同組合 池袋支部 (5店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
松月庵	池袋本町1-24-6	やぶ重	池袋2-76-13	やぶ富	池袋3-44-14	やぶ豊	西池袋4-1-11
満留賀	東池袋1-36-3						

ー東京都麺類協同組合名簿よりー

北区内 (33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
むさし乃	東十条5-16-9	萬盛庵	豊島3-13-7	満留賀	豊島2-6-5	越後屋	十条仲原1-1-1
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
小松庵	王子5-10-5	梅の家	豊島1-8-9	砂場	堀船3-38-1	蕎縁まつ屋	上十条1-11-6
砂場	王子2-30-1	松の家	豊島8-15-18	毘久家	王子本町1-15-20		

東京都麺類協同組合 滝野川支部 (11店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
日の出屋	田端新町3-13-7	福寿庵	田端1-16-5	浅野屋	滝野川6-64-11	浅野屋	田端6-4-1
浅野屋	東田端1-7-7	萬盛庵	上中里1-2-1	長寿庵	滝野川7-21-16	砂場	滝野川5-23-6
小松庵	田端3-6-11	浅野屋	上中里2-31-9	長寿庵	西ヶ原1-27-31		

東京都麺類協同組合 赤羽支部 (7店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
赤羽増田屋	赤羽2-23-7	更科	赤羽南2-13-9	松月庵	浮間3-1-24	稲廼家	東十条5-16-18
明石屋	赤羽2-43-7 玉川ビル1F	愛知屋	西が丘2-8-8	赤羽屋	赤羽台3-2-18		

荒川区内 (14店舗)

東京都麺類協同組合 尾久支部 (3店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
瀧乃家	東尾久1-30-6	滝乃家	東尾久4-27-7	砂場	西尾久7-47-1

東京都麺類協同組合 三河島支部 (6店舗)

店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地	店名	所在地
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	やぶそば	町屋8-3-9
やぶ	西日暮里6-1-12	ますや	荒川2-3-7				

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						

ー東京都麺類協同組合名簿よりー

※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 2022年9月12日(月)～10月3日(月)

- 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。
- 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

会員番号	見 本
会員氏名	

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。

本券は東京都麺類協同組合豊島4支部、北3支部、荒川3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)



東京都麺類協同組合のマーク

キリトリ線

※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 2022年9月12日(月)～10月3日(月)

- 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。
- 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

会員番号	見 本
会員氏名	

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。

本券は東京都麺類協同組合豊島4支部、北3支部、荒川3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)



東京都麺類協同組合のマーク



はとバス



秋・冬

バスツアー補助

はとバス日帰りツアー補助券

先着順

補助金額 1名につき**2,000円**の補助券を1枚発行（先着200名分）

- ・1会員10月～3月（ツアー出発日）4名分まで。
- ・家族に複数の会員がいる場合でも、重複補助はできません。

利用対象 会員と登録同居家族 ※1名につき利用は1回限り。

- ・登録同居家族のみが参加した場合でも補助の対象となります。

補助要件 はとバス日帰りツアーで次の3つの要件を満たすもの

- ① ツアー代金が、1名につき5,000円以上（子ども代金も5,000円以上）
 - ② はとバス定期観光・日帰りコース（運行コースについては、はとバスホームページでご確認ください。）
 - ③ 2022年10月1日（土）～2023年3月31日（金）の出発であること
- ・代金を支払い済みのツアー、宿泊ツアーは対象外です。



はとバスHP

はとバス日帰りツアー補助券 利用方法

STEP 1

はとバス予約センターでツアーを電話予約。※照会番号が伝えられますのでメモをご準備ください

はとバス予約センター

TEL 03-3761-1100 午前9時～午後5時30分（年中無休）※受付時間変更の場合あり

はとバスへ電話でフレンドリーげんき（東京広域勤労者サービスセンター）の会員であることと、補助券を利用する旨を伝えてツアーの予約をしてください。

- ・補助券は先着順受付です。ツアー予約が完了しても補助券の申し込みが終了となっている可能性もありますので、事前にフレンドリーげんきへの補助券在庫のご確認をおすすめします。残数が少なくなった際はフレンドリーげんきホームページ、Twitterでお知らせします。
- ・web限定コースで補助券を利用する場合、はとバスへの予約は電話で行い、ツアー代金ははとバス営業所でお支払いください。
- ・会員証提示による5%割引（4名まで）も併用できます。
- ・一部割引適用外のツアーもありますので、はとバスへ予約の際にご確認ください。

STEP 2

フレンドリーげんきへ①～⑥の内容を伝えて申し込み、補助券を受け取る。

①枚数 ②コース番号 ③ツアー出発日 ④ツアー名 ⑤照会番号

⑥補助券利用者氏名、会員番号、続柄、年齢、性別

補助券の申込先は14ページをご覧ください。15ページの申込書もご利用ください。

補助券申し込み
（スマホ用）

- ・補助券の申し込みからツアー出発日まで2週間以上ない場合は、窓口でのお渡しになります。
- ・補助券に記名された本人のみが利用できます。

STEP 3

はとバス営業所でツアー代金支払い。

下記はとバス営業所にて、会員証を提示・補助券を提出し、割引後のツアー代金を現金またはクレジットカードでお支払いください。

ツアー出発日の14日前（ツアー予約日が14日前を過ぎている場合は予約後3日以内）までにお支払いください。

- ・補助券は、キャンセル料のお支払いには利用できません。
- ・定期観光 A・Bから始まるコース番号（東京・横浜）、Cから始まるコース番号「世界遺産日光東照宮と華嚴の滝」・「富士山麓周遊とスバルライン」のツアーは、出発当日にはとバス営業所でツアー代金を支払うことができます。はとバス予約センターに当日払いする旨お伝えください。

補助券取り扱いとはとバス営業所	電話番号
東京営業所（東京駅丸の内南口出て左手）	03-3201-2725
新宿営業所（新宿駅東口ルミネエスト1F）※	03-3356-4270

営業所の営業時間、休業日は、はとバスホームページでご確認ください。

※新宿営業所は休業中です。（2022年8月現在）

HISバスツアークーポンコード

先着順

補助金額 1名につき**2,000円**引きのクーポンコードを発行（先着200名分）
・1会員2名分まで、1会員年度1回限り。

利用対象 会員と同行者1名まで
・会員本人の参加が必須。

補助要件 次の2つの要件を満たすもの
①日帰り、宿泊ツアー代金が、1名につき5,000円以上
②2022年10月1日(土)～2023年3月31日(金)の出発であること
※上半期申し込みされた方は、今回の申し込みはできません。



HISバスツアークーポンコード 利用方法

ホームページからの
申込限定

STEP
1

フレンドリーげんきホームページから申し込み ※電話・FAXの申込不可
「フレンドリーげんきホームページ」→「チケット申込み」



クーポン申し込み
(スマホ用)

- ・先着順受付です。残数が少なくなった際はフレンドリーげんきホームページ、Twitterでお知らせします。
- ・申込締切のご案内が出る前に受付終了となる可能性があります。

STEP
2

申込時に入力いただいたメールアドレス宛に、フレンドリーげんきからクーポンコードをお送りします。

- ・申込後2日経ってもクーポンコードが届かない場合は、フレンドリーげんきにご連絡ください。(土日祝除く)
- ・[@tokyo-kinrou.jp]からのメールを受信できるように設定をご確認ください。Gmailの場合、プロモーションや迷惑メールに振り分けられる可能性があります。
- ・補助予定数を超えてからの申し込みについては、受付できなかった旨のメールを送ります。

STEP
3

HISの公式サイトへアクセスし、会員本人が予約を行ってください。

HISのバス申込フォームの要望欄に、会員番号と会員氏名を入力してください。予約後に決済画面が表示されますので、クーポンコードを入力し、決済を行ってください。



HIS国内
バスツアーHP

<https://bus-tour.his-j.com/tyo/>

- ・HISへの会員登録が必要です。
- ・HISの店舗、電話での申し込みはできません。

ご注意

- ・感染症予防対策の取り組みは各社ホームページでご確認ください。
- ・新型コロナウイルス感染拡大防止の対応に伴い、運行コースの縮小、ツアーが中止・変更になる場合があります。
- ・申し込みを取り消す際のキャンセル料は、はとバス・HISの約款に基づきます。
- ・ツアーに関する契約等は、はとバス・HISと参加者との個人契約となります。フレンドリーげんきではツアーに関する一切の責任を負いかねます。
- ・会費未納(滞納)がある場合は、補助券・クーポンコードの発行はできません。
- ・次回の募集は、会報誌3月号でご案内の予定です。

エンターテインメント

抽選
あっせん

申込締切
9月20日(火)
午後5時まで

抽選結果 10月5日(水)までに当選の方のみご通知します。

① 女の一生

大竹しのぶが日本演劇史に燦然と輝く不朽の名曲に挑む！



日時：10月22日(土) 午後4時30分開演

出演：大竹しのぶ

高橋克実 段田安則 風間杜夫 ほか

会場(最寄駅)：新橋演舞場(東銀座駅)

あっせん料金：1等席 10,400円(一般料金13,000円)

あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

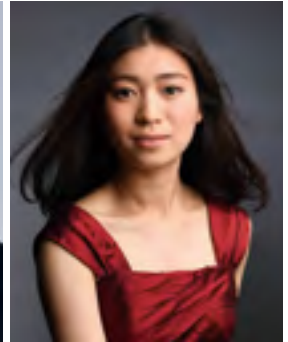
② フレッシュ名曲コンサート

日本フィルハーモニー交響楽団
チャイコフスキー 交響曲第5番

初心者からクラシック通まで楽しめる、本格クラシック。
オーケストラとピアノの美しい音色をお楽しみください！



海老原光



秋山紗穂

予定曲：ラフマニノフ/ピアノ協奏曲第2番
チャイコフスキー/交響曲第5番

日時：10月29日(土) 午後2時開演

出演：海老原光(指揮) 秋山紗穂(ピアノ)

日本フィルハーモニー交響楽団(管弦楽)

会場(最寄駅)：サンパール荒川 大ホール(都電荒川区役所前)

あっせん料金：S席 2,500円(一般料金3,000円)

あっせん枚数：20枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

③ 石川さゆり 50周年記念リサイタル ～心おもむくままに～



予定曲：津軽海峡・冬景色 天城越え ほか

日時：10月29日(土) 午後4時開演

会場(最寄駅)：NHKホール(原宿駅)

あっせん料金：S席 7,200円(一般料金9,000円)

あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

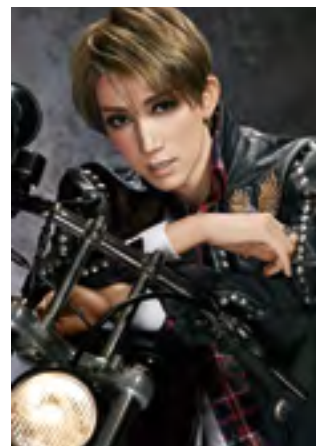
未就学児
入場不可

④ 宝塚歌劇 宙組公演

TAKARAZUKA MUSICAL ROMANCE
『HiGH&LOW —THE PREQUEL—』

ファッシーノ・モストラーレ

『Capricciosa(カプリチオーザ)!!』一心のままとー



真風涼帆 ©宝塚歌劇団

日時：11月2日(水) 午後1時30分開演

出演：真風涼帆 潤花 ほか

会場(最寄駅)：東京宝塚劇場(日比谷駅)

あっせん料金：S席 8,500円(一般料金9,500円)

あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

※3歳以上はチケットが必要。

- ・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。
- ・感染予防対策のため、座席が離れる可能性があります。
- ・検温、マスク着用、連絡先登録等劇場より感染症拡大防止対策の指示がある場合があります。

⑤ 伊藤蘭コンサート・ツアー2022 ～Touch this moment & surely Candies!～ 追加公演

セカンド・アルバム「Beside you」の楽曲と共に、
多くの愛すべきキャンディーズ・ナンバーをお届けします。



日時：11月19日(土) 午後5時開演
会場(最寄駅)：TOKYO DOME CITY HALL (水道橋駅)
あっせん料金：指定席 8,000円 (一般料金9,900円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑥ 二兎社公演46 『歌わせたい男たち』

卒業式の朝の都立高校を舞台に、あることをめぐって揺れる
教師たちを描き、数々の演劇賞に輝いた話題作。



キムラ緑子



相島一之



山中崇

日時：11月20日(日) 午後1時開演
出演：キムラ緑子 山中崇 大窪人衛 うらじぬの
相島一之

会場(最寄駅)：東京芸術劇場 シアターイースト(池袋駅)
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：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑦ 第16回「徹子の部屋」コンサート

徹子さんの楽しいお話、ゲストの方々の素敵な歌声を聴き
ながら、あなただけの「徹子の部屋」をお楽しみください！



日時：11月23日(水・祝) 午後6時開演
司会：黒柳徹子
ゲスト：太田裕美 ゴダイゴ 坂本冬美 三人娘
中村雅俊 南こうせつ(50音順)
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 9,900円(一般料金12,000円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑧ 北とぴあ国際音楽祭2022 リュリ作曲 オペラ「アルミード」

フランス・バロック・オペラの最高峰を日本初演！
己の使命と恋心に揺れる魔女アルミードのものがたり！



寺神戸亮 ©Tadahiko Nagata



クレール・ルフィリアートル
©Sebastien Brohier

日時：⑦ 12月 9日(金) 午後6時開演
⑧ 12月11日(日) 午後2時開演
出演：寺神戸亮(指揮・ヴァイオリン)
ピエール＝フランソワ・ドレ(演出・振付・バロックダンス)
クレール・ルフィリアートル(ソプラノ)
フィリップ・タルボ(テノール) 与那城敬(バリトン)
波多野睦美(メゾソプラノ) ほか

会場(最寄駅)：北とぴあ さくらホール(王子駅)
あっせん料金：⑦ SS席 6,400円(一般料金8,000円)
⑧ SS席 7,200円(一般料金9,000円)

あっせん枚数：各12枚(1会員あわせて2枚まで)

未就学児
入場不可

1日入場券

あらかわ遊園フリーパス

入園+のりもの1日乗り放題

(別途料金が必要なアトラクション等があります。)

発行月から約6か月間有効券

あっせん料金	大人(高校生以上)	1,500円	一般料金 1,800円
	中学生	700円	一般料金 1,000円
	小学生	400円	一般料金 700円
	未就学児(3歳以上)	200円	一般料金 500円

申込枚数 7月～9月で1会員あわせて10枚まで
10月～3月で1会員あわせて10枚まで

- ・入園券、のりもの券、65歳以上のフリーパスのあっせんはありません。
 - ・日にちによっては事前予約制になる場合があります。
- 詳細はあらかわ遊園ホームページをご覧ください。

先着順
あっせん

申込締切
チケットなくなり
次第終了



あらかわ遊園
TEL 03-3893-6003



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

(別途料金が必要なアトラクション等があります。)

2023年3月31日(金)まで有効券

あっせん料金	大人・3歳以上の子ども共通券	2,100円
	一般料金: 大人(18歳以上)	5,100円
	中人(中・高校生)	4,800円
	子ども(3歳以上)・シニア(60歳以上要証明)	3,800円

申込枚数 会報誌9月号募集分 1会員10枚まで

- ・本券でプールの利用はできません。
 - ・入園のみはレジャー施設利用補助券を利用された方がお得です。
- シニア(60歳以上要証明)の方は、補助券を使用せず、シニア一般入園料金(1,100円)がおすすめです。

先着順
あっせん

申込締切
チケットなくなり
次第終了



「秋バラ」は10月中旬頃から
見ごろを迎えます。

東武動物公園
TEL 0480-93-1200



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

(別途料金が必要なアトラクション等があります。)

2023年3月31日(金)まで有効券

あっせん料金	大人・3歳以上の子ども共通券	700円
	一般料金: 大人(中学生以上)	3,570円
	子ども(小学生)	2,250円
	未就学児(3歳以上)	1,640円

申込枚数 7月～9月、10月～3月で1会員各期間10枚まで

- ・すでに申込枚数を購入されている方は購入できません。

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。
詳細は会報誌3月号11ページをご覧ください。

先着順
あっせん

申込締切
チケットなくなり
次第終了



スパリゾートハワイアンズ
TEL 0570-550-550



展覧会

先着順
あっせん

申込締切
10月19日(水)
午後5時まで

美をつくしー大阪市立美術館コレクション

あっせん料金	一般 1,000円 一般料金 当日券 1,500円
あっせん枚数	220枚 1会員4枚まで
会 期	9月14日(水)～11月13日(日)
会 場	サントリー美術館

※会期中展示替えがあります。
最新情報は美術館ウェブサイトでご確認ください。



《石造 菩薩交脚像龕》
一基 南北朝時代北魏 5世紀
大阪市立美術館 【全期間展示】



サントリー美術館

イッタラ展 フィンランドガラスのきらめき

あっせん料金	一般 1,200円 一般料金 当日券 1,700円
あっせん枚数	220枚 1会員4枚まで
会 期	9月17日(土)～11月10日(木)
会 場	Bunkamura ザ・ミュージアム

※会期中すべての日程で【オンラインによる事前予約】が可能です。
予約方法等の最新情報は、展覧会公式サイトでご確認ください。



《パーダリンヤー (パーダルの氷)》
タピオ・ヴィルカラ、1960年
©Design Museum Finland, Photo: Johnny Korkman



イッタラ展



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

第1期 ご利用期間 2022年 10/11(火)～11/30(水)

※対象日が決まっていますので、詳細は利用者専用サイトでご確認ください。

第2期 ご利用期間：2023年1月中旬～2023年3月中旬(予定)

販売期間 第1期：2022年8月18日(木)14時～2022年11月30日(水)

第2期：決定次第お知らせいたします。※パークチケットは、2カ月先まで順次販売されます。

「サンクス・フェスティバル」パスポート チケット価格

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
¥7,900	¥6,600	¥4,700

※一般チケット価格は日にちにより変動いたしますが、「サンクス・フェスティバル」パスポートは固定価格です。



コーポレートプログラム利用券
を使えばさらにお得!

購入例

10/11 入園分チケットの場合	大人一般チケット価格 ¥8,400 ▶ 「サンクス・フェスティバル」パスポートなら ¥7,900	500円お得!
10/13 入園分チケットの場合	大人一般チケット価格 ¥8,900 ▶ 「サンクス・フェスティバル」パスポートなら ¥7,900	1000円お得!

ご購入は
オンラインで!

「東京ディズニーリゾート・コーポレートプログラム」
利用者専用サイトにアクセス ▶▶▶

コーポレートプログラム 利用者専用サイト 検索



< 購入方法に関するお問い合わせ >

東京ディズニーリゾート・オンライン予約・購入サポートデスク TEL. 0570-00-1928 (10:00～15:00(年中無休))

ご購入にあたって

●コーポレートプログラム利用券をご利用いただけます。利用方法は、利用者専用サイトでご確認ください。
●お支払いはクレジットカードに限りません。●購入後のキャンセル、払い戻しはできません。●このチケットの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て、有償・無償を問わず譲渡(インターネットオークションへの出品行為含む)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。●その他チケットに関する詳細は、利用者専用サイトをご確認ください。

来園されるゲストの皆さまへのお願い

入園時に検温を実施し、37.5℃以上の発熱や風邪症状等の不調がある場合はチケットをお持ちの場合でも入園をお断りいたします。また、入園後に体調不良となった場合、症状によってはご退園いただくことがあります。詳細は東京ディズニーリゾート・オフィシャルウェブサイト(https://www.tokyodisneyresort.jp)をご確認ください。

※写真・イラストはイメージです。©Disney

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

チケットの申込・受取方法は14ページをご覧ください。

フレンドリー
げんきタイム 11

NEW! 健康診断補助事業をリニューアルしました！

全国健康保険協会（協会けんぽ）生活習慣病予防健診一般健診が補助の対象になりました。また、補助をご利用になれる区内指定施設は、豊島健康診査センターのほか、オリエンタルクリニックが加わりました。ご案内、申込書をご用意しておりますので、豊島区本部（03-5961-0520）までご請求ください。

補 助 対 象 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）
- ・協会けんぽ生活習慣病予防健診一般健診ならびにオリエンタルクリニックの一般健診は、2022年10月1日（土）受診分から補助対象です。
- ・協会けんぽ生活習慣病予防健診一般健診の受診を希望する74歳の方は、75歳の誕生日から後期高齢者医療制度の加入者となりますので、誕生日前日までに受診してください。

補 助 額	会員1名につき、いずれか年度1回	下記1、2、4の健康診断	1,000円
		下記3の健康診断	1,500円

- ・受診料は補助額を差し引いた会員料金で請求されます。

補助内容															
豊島健康診査センター	オリエンタルクリニック														
NEW! 1. 協会けんぽ生活習慣病予防健診 （35歳以上74歳以下の協会けんぽ被保険者） 一般健診 <table> <tr> <td>会員料金（補助後）</td><td>6,169円</td></tr> <tr> <td>一般料金</td><td>7,169円</td></tr> </table> ※検査項目は13ページをご覧ください。	会員料金（補助後）	6,169円	一般料金	7,169円	NEW! 2. 協会けんぽ生活習慣病予防健診 （35歳以上74歳以下の協会けんぽ被保険者） 一般健診 <table> <tr> <td>会員料金（補助後）</td><td>6,169円</td></tr> <tr> <td>一般料金</td><td>7,169円</td></tr> </table> ※検査項目は13ページをご覧ください。	会員料金（補助後）	6,169円	一般料金	7,169円						
会員料金（補助後）	6,169円														
一般料金	7,169円														
会員料金（補助後）	6,169円														
一般料金	7,169円														
3. フレンドリー健康診断・自費検査 <table> <tr> <td>会員料金（補助後）</td><td>一般料金</td></tr> <tr> <td>Aコース</td><td>4,800円 6,300円</td></tr> <tr> <td>Bコース</td><td>6,670円 8,170円</td></tr> <tr> <td>Cコース</td><td>8,540円 10,040円</td></tr> <tr> <td>Dコース</td><td>17,340円 18,840円</td></tr> </table> ・Aコースは定期健康診断で基本的に必要とされる検査項目です。 ・Cコースは35歳および40歳以上の方を対象とした定期健康診断に必要とされる検査項目です。 自費検査 一般料金 1,100円～22,000円 頭部MRI・胸部CT・マンモグラフィー・ 前立腺がん・大腸がん検査等 ※自費検査の補助は、フレンドリー健康診断のオプションとして同時受診する場合に限ります。 補助額1,100円～1,500円	会員料金（補助後）	一般料金	Aコース	4,800円 6,300円	Bコース	6,670円 8,170円	Cコース	8,540円 10,040円	Dコース	17,340円 18,840円	NEW! 4. 一般健診 <table> <tr> <td>会員料金（補助後）</td><td>8,350円</td></tr> <tr> <td>一般料金</td><td>9,350円</td></tr> </table> ・定期健康診断に必要とされる検査項目が含まれています。 ・検査項目は協会けんぽ生活習慣病予防健診一般健診の項目から胃部X線検査（バリウム検査）、便検査（2回法）を除いた項目です。	会員料金（補助後）	8,350円	一般料金	9,350円
会員料金（補助後）	一般料金														
Aコース	4,800円 6,300円														
Bコース	6,670円 8,170円														
Cコース	8,540円 10,040円														
Dコース	17,340円 18,840円														
会員料金（補助後）	8,350円														
一般料金	9,350円														

- 利 用 方 法**
1. 豊島区本部（03-5961-0520）へご案内、申込書をご請求ください。
 2. 施設へ電話で①～④を伝え、健康診断受診可能日を確認のうえ、ご予約ください。
 - ① フレンドリーげんき会員事業所であり、会員本人が受診すること。
※受診後にフレンドリーげんきの会員であることをお申し出の場合、補助の対象になりません。
 - ② 健康診断のコース
 - ③ 希望日時
 - ④ 希望人数
 3. 予約後、専用の申込書に必要事項を記入し、施設へFAXしてください。

協会けんぽ生活習慣病予防健診一般健診 検査項目

No.	検査項目	内 容
1	診察	問診 既往歴 業務歴 自覚・他覚症状
2	身体計測	身長 体重 BMI 標準体重
3	血圧測定	血圧
4	視力	視力
5	聴力検査	1000Hz 4000Hz
6	胸部X線検査	胸部撮影
7	尿検査	糖 蛋白 潜血
8	肝機能検査	AST(GOT) ALT(GPT) γ -GTP アルカリフォスファターゼ
9	脂質検査	総コレステロール LDLコレステロール HDLコレステロール 中性脂肪
10	糖代謝	血糖
11	血液一般	白血球数 赤血球数 ヘモグロビン ヘマトクリット
12	心電図検査	12誘導
13	腹囲測定	腹囲
14	胃部X線検査	バリウム検査
15	痛風・腎機能検査	尿酸 クレアチニン eGFR
16	便検査	2回法

※検査内容の詳細は、施設へお問い合わせください。

※オリエンタルクリニック一般健診の検査項目は、上記から14胃部X線検査、16便検査を除きます。

申込先・区内指定施設 ◆お問い合わせの際は、フレンドリーげんき会員であることを必ず伝えてください。

医療法人財団 豊島健康診査センター

豊島区上池袋2-5-1

健康プラザとしま6階

TEL 03-5974-7205

FAX 03-5974-7204



予約受付／月～金：午前8時30分～午後5時

土：午前8時30分～午後4時

休 業 日／日、祝日、年末年始

アクセス／池袋駅徒歩8分

株式会社オリエンタル健康管理センター オリエンタルクリニック

豊島区西池袋1-29-5 山の手ビル3階

TEL 03-3988-1292

FAX 03-3988-2035



予約受付／月～金：午前8時30分～午後4時30分

土：午前8時30分～午前12時30分

休 業 日／日、祝日、年末年始

アクセス／池袋駅西口(北)徒歩1分

各区限定サービス ● 荒 川 区 ● 会員番号31ではじまる会員証の方

荒川区限定宿泊補助申請方法のご案内

必要書類をご確認ください。

請求にあたっては、会員証、申請書兼請求書、領収書、印鑑に加え**宿泊証明書**が必要となる場合があります。

※旅行サイトで予約・ご精算済みの場合は旅行サイトの領収書と行程表に加え、宿泊証明書もあわせてご用意ください。

【領収書・宿泊証明書に必要な記載内容】

- ・補助申請する**会員全員の氏名(フルネーム)**
- ・宿泊した施設名(ホテル・旅館など) ・宿泊日 ・宿泊数
- ・宿泊人数 (例)〇月〇日～〇日 〇泊×〇名分として (1泊1名様の場合でも記載が必要です。)

※「申請書兼請求書」「宿泊証明書」は荒川区営業所窓口にあります。ホームページからもダウンロードし印刷ができます。

※詳細は会報誌フレンドリーげんきタイム2022年3月号19ページをご覧ください。

※ご不明な点がございましたら荒川区営業所(03-3806-7581)までお問い合わせください。

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送信ください。 携帯電話からのメールも可。ファイルの添付はしないよう お願いします。受付確認メールの送信はありません。			
 HP	https://www.tokyo-kinrou.jp/ フレンドリーげんき 検索  チケット申込みフォームから入力し送信してください。			
 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。
- ・締切後の申し込み、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ご提示のうえ、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ください。 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） 240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。

お願い 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、チケットの受け取り等は可能な限り窓口を避けて、電話、FAX、メール、郵送でお願いいたします。

▶チケットの取り扱い中止等について

社会情勢等によりチケット、補助券の利用対象施設で急きょ休業、有効期限の延長、入場制限、事前予約制、券の利用中止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。



15

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の予防接種費用の一部を補助しています。

補助対象者 会員本人

- ・インフルエンザ予防接種日および補助金請求日の両日とも会員であること。
 - ・インフルエンザ予防接種費用を自己負担していること。
- ※市区町村、健康保険組合等で助成を受け、自己負担のない方は請求できません。

補助金額 1会員 年度内1回 1,000円まで

- ・インフルエンザ予防接種費用の自己負担が1,000円未満の場合は自己負担額が請求額です。(100円未満は切り捨て)

請求期限 予防接種日から1年以内

補助金請求・受領方法

窓口：会員証、必要書類、印鑑をフレンドリーげんき窓口にお持ちください。書類確認後、補助金をお渡しします。

代理人窓口受領の場合は、事前に請求書の必要事項、委任状欄に記名・押印のうえ、お持ちください。

その際は同じ名字でも別々の印鑑が必要です。

郵送：必要書類をフレンドリーげんきへ郵送してください。会員本人の口座へ1か月以内に振り込みます。

必要書類

①インフルエンザ予防接種費用補助金請求書

フレンドリーげんきホームページからダウンロードし印刷ができます。窓口にもご用意しています。

②医療機関発行の領収書を添付(コピー可) 領収書に下記の①～⑤の記載があることをご確認ください。

- ①予防接種者名(会員氏名) ②インフルエンザ予防接種代と記載があること ③予防接種日(領収日)
- ④予防接種費用額(診療や複数の方の費用が合算されている場合は内訳が必要)
- ⑤予防接種を受けた医療機関名

※領収書に①～⑤の全てが記載されていない場合、支給できないことがありますので、ご注意ください。

- ・会費未納(滞納)がある場合、会費完納までインフルエンザ予防接種費用補助金は支給できません。



Twitter

チケット情報や地域の情報などを発信しています。

@tokyo_kinrou



伝言板 ■会費の引き落としについて

10月～12月の会費は10月24日(月)に指定の口座から引き落としさせていただきます。

■なごみの湯 料金改定のお知らせ(日帰り温泉施設等利用補助券、杉並区会員限定サービス)

8月1日(月)に入館料の改定がありました。詳細はフレンドリーげんきホームページをご確認ください。

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 11月1日発行予定 ○げんきスマイル券 ○QUOカード 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 豊島区東部区民事務所2階

北区営業所 〒114-8503 北区王子1-11-1 北とぴあ11階

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)

杉並区営業所 〒167-0043 杉並区上荻1-2-1 Daiwa荻窪タワー2階

[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

TEL 03-5961-0520 / FAX 03-5961-0522

TEL 03-5390-1242 / FAX 03-5390-1177

TEL 03-3806-7581 / FAX 03-3806-7588

TEL 03-6279-9117 / FAX 03-6279-9118

お問い合わせフォーム

