

# 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

3  
月号  
2023

1会員につき1部

## CONTENTS

送付チケット料金お支払い方法のご案内	1	展覧会	
2023年度 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 パークチケット購入方法	2	池袋演芸場 サッポロライオンチェーン特別優待券	11
2023年度 事業内容		エンターテインメント	12
小学校・中学校入学祝金 4月3日 受付開始	3	<b>NEW</b> 会員証提示割引 新宿末廣亭	13
給付金	4	大相撲九月場所	14
江川海岸潮干狩	6	野球観戦チケット	
びゅう商品券		区内スポーツ施設利用券	
シネマコンプレックス映画鑑賞券	7	ゴルフ練習場回数券	15
都内共通入浴券		バスツアー補助 HIS・はとバス	16
<b>NEW</b> 高井戸天然温泉 美しの湯		各区限定サービス	18
<b>NEW</b> 荻窪なごみの湯	8	チケット申込・受取方法	22
東武動物公園		チケット申込書	23
スパリゾートハワイアンズ	9	 げんきちゃん通信 vol.3	
あらかわ遊園、東京ドームシティ	10	ゴールデンウィークの営業日程	24

## Pickup! 3月号のおすすめ記事をご案内

## びゅう商品券

JR東日本のみどりの窓口、  
JTBなどで利用できます。

7ページ

## 劇団四季ミュージカル

新たな演出で  
生まれ変わった  
不朽のラストストーリー

©Disney

12ページ

会報誌の配達遅延、不着が増えております。会報誌は隔月3、5、7、9、11、1月(年度6回)の1日発行です。発行月の15日を過ぎても会報誌が届かない場合、お手数ですがフレンドリーげんきまでご連絡いただきますよう、ご協力をお願い申し上げます。

コンビニエンスストア払込票でのお支払いに、LINE Pay・PayPay・au PAY・PayB・ゆうちょPay・FamiPayが使えるようになりました。コンビニエンスストアに向かずにお支払いができます。

※フレンドリーげんき窓口では利用できません。

請求書支払い

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。

# 2023年度 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

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を  
3月22日(水)から配付します。  
利用券1枚につき1,000円引きになります。  
利用券は下記の割引に利用できます。

申込者全員  
配付

窓口お渡し・発送  
3月22日(水)  
から

申込締切  
2024年  
2月29日(木)まで

1. 東京ディズニーランド®、東京ディズニーシー®の  
パークチケットの購入  
(パークチケット1枚につき、利用券1枚)  
パークチケットは、オンラインでご購入ください。  
現地窓口販売はしておりません。(2月1日現在)

2. ディズニーホテルでの宿泊  
(宿泊者1名につき、利用券1枚・同一ホテルに2泊の  
場合も1枚)



**配付枚数** 1会員 年度2枚まで(1,000円×2枚)  
※再発行や追加発行はできません。

**有効期間** 2023年4月1日(土)～2024年3月31日(日)

**申込方法**

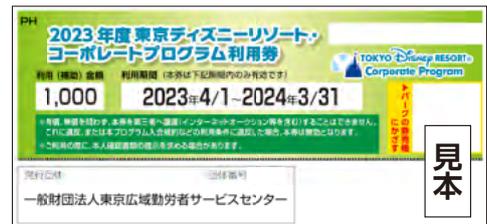
FAX、メール、ホームページ、窓口、郵送でお申し込みください。  
電話申込は4月3日(月)から受付を開始します。

2022年度コーポレートプログラム利用券(有効期限 2023年3月31日)をご希望の方は2022年度と明記して  
お申し込みください。(年度内1会員2枚まで)

## パークチケット購入方法

入園日が4月1日(土)以降のパークチケットから、スマートフォンと公式アプリが必要です。チケットの二次元  
コードの表示は東京ディズニーリゾート・アプリ内でのみとなります。アプリをお持ちでない方は、パークチ  
ケットご購入時のメールに添付されている二次元コードをご利用ください。

- 1 公式アプリ パークチケット購入画面  
※パソコンをご利用の場合、下記URLを入力  
<https://reserve.tokyodisneyresort.jp/>
- 2 パークで遊ぶ日数と人数を入力し、予約日、パークチケットを選択
- 3 ログイン  
ディズニーアカウント(ユーザID)でログイン、  
または新規ユーザ登録情報を入力の上ログイン
- 4 お支払い情報を入力  
コーポレートプログラム利用券を利用する場合は、この画面で入力が必要です。  
「利用券を使用する」ボタンから利用券情報を入力  
利用券なか面の「個券番号(数字14桁)」と「オンライン用コード(英数字8桁)」を登録
- 5 お支払い方法を入力  
クレジットカードもしくはスマートフォン決済でお支払い
- 6 購入内容の確認  
ご購入手続き画面内にコーポレートプログラム利用券が登録されているかを確認  
※購入確定後に利用券を登録することはできません。



見本

詳細は、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」をご覧ください。

URL [dcp.go2tdr.com](http://dcp.go2tdr.com)



※3月中に退会される方はお申し込みできません。

# 2023年度 事業内容

## 各種講座の実施

勤労者の教養・技能向上のための講習会等の開催  
会社の法律・税務セミナー

## 給付事業

給付事由に基づき、祝金、見舞金、弔慰金を支給

## 健康維持・増進に係る事業

### 区内スポーツ施設利用券のあっせん

豊島区体育施設共通カードチャージ引換券  
荒川総合スポーツセンター個人利用回数券  
あらかわ遊園スポーツハウス個人使用回数券  
杉並区温水プール使用券  
十条台小学校温水プール回数券

### スポーツクラブ割引利用

ピーウォッシュ、ライフサポート倶楽部提携施設  
【コナミスポーツクラブ、スポーツクラブNAS、  
ティップネス等】

### インフルエンザ予防接種費用補助

## 自己啓発事業

カルチャー施設の割引、利用補助

## 遊園施設・宿泊施設等の割引

レジャー施設・日帰り温泉施設・夏季プール・映画チケット  
等各種利用補助券  
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  
会員証提示等割引

## 法人会員券等利用事業

西武園ゆうえんち  
スパリゾートハワイアンズ  
東京ドームシティ  
ライフサポート倶楽部

## 各種チケット等のあっせん事業

いちご狩り券・潮干狩券  
各種プリペイドカード、商品券  
ホテルレストラン等食事券  
ゴルフ練習場回数券  
観劇・コンサート  
遊園地券【東武動物公園・あらかわ遊園】  
スポーツ観戦  
東京ドーム・神宮球場プロ野球、大相撲  
映画鑑賞券  
池袋演芸場  
区内共通商品券・区内共通お買い物券  
高井戸天然温泉 美しの湯  
荻窪なごみの湯

## レクリエーション事業

HIS・はとバス バスツアー補助

## 地域活力の活用事業

都内共通入浴券  
区内そば店割引券  
げんきスマイル券【げんチケ】  
会員優待協力店

・各区限定サービスの詳細は、18～21ページをご覧ください。

[2023年4月3日受付開始]

## 小学校・中学校入学祝金のご案内

会員のお子様は2023年4月に小学校・中学校に入学される方にお祝い金を給付します。  
4月3日から請求の受付を開始します。  
該当している会員の方は請求期間内にお手続きください。

**請求資格** 2023年1月1日現在会員の方で、請求時に会員であること。  
なお、2022年4月2日～2023年1月1日の間に入会の方は給付金額が半額になります。  
2023年1月2日以降に入会の方は対象になりません。

**給付金額** 小学校・中学校入学 10,000円

**請求期間** 2023年4月3日(月)～2024年3月29日(金)

**給付金請求・受領方法** 窓口：「給付金請求書」の表裏に必要事項を記入し、**会員証、証明書類、印鑑**をお持ちください。  
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：「給付金請求書」の表裏に必要事項を記入し、押印のうえ、「証明書類」を添えてフレンドリーげんきに郵送してください。会員本人の口座に1か月以内に振り込みます。

**必要書類** ①「給付金請求書」 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証明書類(コピー可) お子様の生年月日の記載がある次のいずれか1つを必ず添付してください。  
・就学(入学)通知書 ・健康保険証 ・在学証明書 ・生徒手帳

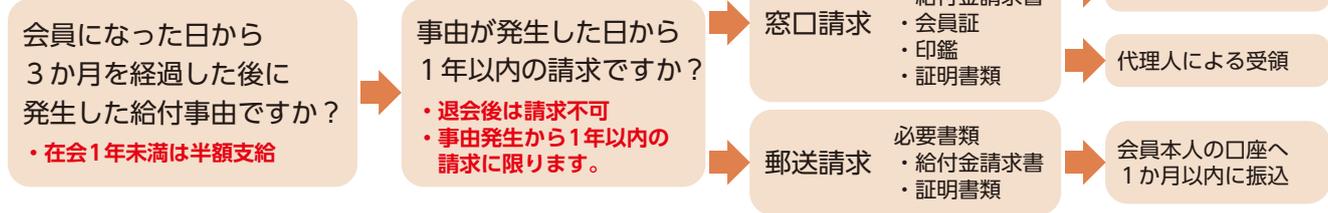
※会費未納(滞納)がある場合、会費完納まで支給できません。※2022年度入学祝金の請求は2023年3月31日(金)までです。(必着)



# 給付金

会員の皆様に、お祝い事やお見舞い等の給付事由が発生した時に給付金を支給します。

## 給付金請求手続きの方法 (請求の前に必ずご確認ください)



## 請求・受領方法

### 〔郵送の場合〕

「給付金請求書」に必要事項を記入押印のうえ、証明書類を添付してフレンドリーげんきに郵送してください。  
請求者の口座へ1か月以内に振り込みます。(振込手数料はフレンドリーげんき負担、振込完了の連絡はありません)

### 〔窓口の場合〕

「給付金請求書」に必要事項を記入のうえ、会員証、証明書類、印鑑をお持ちください。  
給付金額が3万円以下の場合、窓口で請求時にお渡しできます。  
給付金額が3万円を超える場合は、請求者の口座へ1か月以内に振り込みます。

### 代理人による窓口受領

- ①事前に「給付金請求書」の必要事項、委任状欄に記名・押印のうえお持ちください。
- ②代理人の方は、ご自分の印鑑と請求者の会員証、証明書類をお持ちください。  
代理人の方が請求者と同じ名字でも別々の印鑑が必要です。  
・「給付金請求書」は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。  
また、送付希望の場合はフレンドリーげんきへご連絡ください。  
・FAX、メールでの請求はできません。  
・書類に不備があった場合は、再度提出してください。

## 留意事項

- ・異議申し立て：給付の決定内容に不服のある場合は、給付不承認書を受領した日から60日以内に異議の申し立てができます。
- ・給付金の返還：不正行為等により給付金を受領したときは、給付金及び給付に要した費用を返還していただきます。
- ・会費の未納：会費の未納(滞納)がある場合には、会費の完納まで支給できません。

## ●祝 金

	給付事由	給付金額	証明書類(いずれか1つ)	コピー可
結婚	会員本人が結婚したとき	20,000円	婚姻日及び配偶者の記載があるもの ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)等 ・婚姻届受理証明書 ※住民票は不可	
	・再婚の場合は同一人について1回を限度とします。			
金婚	会員本人が結婚して満50年を迎えたとき	10,000円	婚姻日及び配偶者の記載があるもの ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)等 ※入籍後、満50年・25年を経過した後に交付されたもの ※住民票は不可	
銀婚	会員本人が結婚して満25年を迎えたとき	10,000円		
二十歳	会員本人が満20歳に達したとき	10,000円	生年月日が確認できるもの ・運転免許証 ・健康保険証等	
出生	会員本人又は会員の配偶者が出産したとき	10,000円	子の生年月日及び続柄の記載があるもの ・母子手帳の出生届出済証明書(父母の記載があるもの) ・健康保険証 ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)等	
	・多児出産の場合は1児につき1件となります。 ・死産、流産及び早期新生児死亡(生後7日以内)は含まれません。			
入学	会員の子が小・中学校に入学したとき	10,000円	子の生年月日の記載があるもの ・就学、入学通知書 ・健康保険証 ・在学証明書 ・生徒手帳	

## ●見舞金

	給付事由	給付金額	証明書類(いずれか1つ) コピー可	
入院	会員本人が連続して入院したとき	14日以上	7,000円	
		30日以上	15,000円	
		60日以上	20,000円	
		90日以上	30,000円	
	・入院期間(入院から退院まで)の記載がある医師の診断書 ・入院期間(入院から退院まで)の記載がある医療機関の領収書 ※領収書は入院期間内に発行されたものすべて			
	・退院後にご請求ください。 ・入院給付金を支給後、前回の退院日から1年以上経過した後の入院でなければ、支給対象とはなりません。 ・会員本人の死亡弔慰金との併給はありません。 ・発生要因に災害救助法が適用された場合は支給対象から除外します。			
障害	会員本人が事故等で身体に障害が残ったとき		障害の等級・認定日が確認できるもの ・身体障害者手帳	
	70歳未満の会員本人	1級		100,000円
		2級		80,000円
		3級		70,000円
		4級		60,000円
		5級		50,000円
		6級		40,000円
70歳以上の会員本人	1級から3級	一律30,000円		
	・年齢は障害の認定年月日を基準とします。 ・70歳未満の会員本人で給付後に等級が上がった場合は差額を支給します。 ・70歳以上の会員本人の障害見舞金は1回とします。等級が上がった場合の支給はありません。 ・会員本人の死亡弔慰金との併給はありません。 ・発生要因に災害救助法が適用された場合は支給対象から除外します。			
住宅災害	会員の居住する家屋及び家財が損害を受けたとき		損害の程度が確認できるもの ・自治体、消防署等で発行する罹災証明書 ・損害状況がわかる写真(原則として添付)	
	全損・全焼(概ね50%以上)	100,000円		
	半損・半焼(概ね20%以上50%未満)	50,000円		
	一部損・一部焼(概ね10%以上20%未満)	30,000円		
	床上浸水	10,000円		
	・家屋は現に生活の本拠(店舗・事務所・作業所等を除く)としている建物をいいます。 ・発生要因に災害救助法が適用された場合は支給対象から除外します。			

## ●弔慰金

	給付事由	給付金額	証明書類 コピー可
死	会員本人が亡くなられたとき		会員の死亡事項が記載され、かつ会員と請求者との続柄が証明できるもの ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)等 ・死亡診断書
	70歳未満の会員本人	100,000円	
	70歳以上の会員本人	50,000円	
	・受取人の順位及び範囲は次のとおりです。 ① 配偶者(同居の内縁の夫または妻を含む) ② 子 ③ 父母 ④ 孫 ⑤ 祖父母 ⑥ 兄弟姉妹 ・会員本人の死亡弔慰金と入院見舞金及び障害見舞金との併給はありません。 ・発生要因に災害救助法が適用された場合は支給対象から除外します。		
亡	会員の家族が亡くなられたとき		家族の死亡事項が記載され、かつ会員と家族との続柄が証明できるもの ・戸籍全部事項証明書(戸籍謄本)等 ・死亡診断書 (死産・流産の場合は、医師の証明書又は死産届受理証明書)
	会員の配偶者	20,000円	
	会員の实親 (養子縁組した養父母を含む)	10,000円	
	会員の子 (死産及び28週以上の流産を含む)	10,000円	
	・発生要因に災害救助法が適用された場合は支給対象から除外します。		

※証明書類として住民票をご提出いただく場合は、マイナンバーの記載がない書類をご用意ください。

千葉県木更津市

## 江川海岸潮干狩

希望者全員  
あっせん

申込締切  
4月28日(金)  
午後3時まで

潮干狩シーズン到来！ 潮見表を確認のうえ、お出かけください。

**あっせん料金** 大人券 1,300円 (中学生以上)  
子ども券 600円 (4歳～小学生)  
一般料金 大人：2,000円 子ども：1,000円

**申込枚数** 1会員大人券、子ども券あわせて5枚まで

**内容** 潮干狩場への入場と貝の持ち帰り  
(大人券で2kg、子ども券で1kgまで)  
※熊手代・アミ代・休憩所料は含まれておりません。

**実施期間** 3月25日(土)～7月17日(月・祝)  
※潮干狩のできる日時は潮見表で確認するか  
新木更津市漁業協同組合江川支所にご確認ください。  
※渡し船は欠航となります。

### 江川海岸

新木更津市漁業協同組合江川支所  
午前8時30分から午後5時まで(月～金)  
千葉県木更津市江川576-6  
TEL 0438-41-2234(休憩所団体のみ要予約)  
江川海岸潮干狩場  
TEL 0438-41-1960(営業時間のみ)



たくさん取れたよ！



**黄金のはまぐり**  
**をさがそう！**  
期間/2023年4月22日(土)  
～6月23日(金)  
見つけた方にもれなく  
『江川産のり』プレゼント!!

### アクセス

- 川崎方面よりアクアライン利用  
「木更津金田IC」から約5km  
※混雑時の迂回路として「袖ヶ浦IC」のご利用をお奨めします。
- 館山自動車道利用アクアライン連絡道  
「袖ヶ浦IC」から約7km

## 木更津市おすすめスポット

### 木更津市のシンボルタワー「きみさらざタワー」

オオダヤマ  
太田山公園(別名：恋の森)にそびえるのは、日本武尊(ヤマトタケルノミコト)と弟橘媛(オトタチバナヒメ)が手を差しのべあう「きみさらざタワー」(高さ28メートル)  
タワーの展望台から、市街地や対岸の横浜、新宿副都心、富士山まで見渡せます。夜はライトアップされ、恋の森にふさわしいムードィなスポットに。

木更津市観光協会ホームページ



きみさらざタワー

## びゅう商品券

希望者全員  
あっせん

申込締切  
3月27日(月)  
午後5時まで

窓口お渡し・発送  
4月21日(金)  
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カードへの入金(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 4,400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

## 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  
3月27日(月)  
午後5時まで

窓口お渡し・発送  
4月21日(金)  
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9月30日(土)

**あっせん料金** 一般券 1枚 1,100円 一般料金 大人1,900円～

### 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9月30日(土)

**あっせん料金** 一般券 1枚 1,200円 一般料金 大人1,900円～

あっせん料金が変わりました。



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  
有効期限：2023年10月31日(火)

**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11月号でご案内の予定です。

\* 会報誌7月号でライフサポート倶楽部のデジタルチケットサービスをご案内の予定です。

## 都内共通入浴券(回数券)

先着順  
あっせん

申込締切  
チケットなくなり  
次第終了

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)

\* 次回のおっせんは、会報誌7月号でご案内の予定です。

利用できる  
銭湯はこちら



イメージ

NEW!

## 高井戸天然温泉 美しい湯

地下1,600mより湧出する琥珀色の効能豊かな天然温泉です。

2025年3月31日(月)まで有効券

**あっせん料金** 大人平日券 **800円** 一般料金 980円  
大人土日祝日券 **1,100円** 一般料金 1,250円

**申込枚数** 4月～9月で1会員あわせて10枚まで

・タオル、バスタオル等は、ご持参ください。レンタルもできます。(別料金)

希望者全員  
あっせん

窓口お渡し・発送  
4月3日(月)  
から



高井戸天然温泉 美しい湯  
杉並区高井戸西2-3-45  
駐車場有り(5時間まで無料)  
TEL 03-3334-0008



NEW!

## 荻窪なごみの湯

美肌の湯で有名な西多摩の人気温泉「日の出町つつる温泉」の露天風呂が人気です。

発行日から6か月間有効券

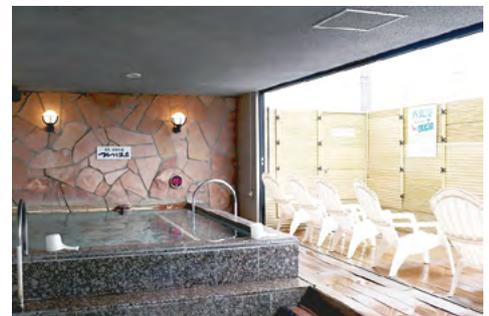
**あっせん料金** 大人平日券 **1,600円** 一般料金 2,180円

**申込枚数** 4月～9月で1会員5枚まで

・タオル、バスタオル、館内着のレンタル付きチケットです。  
・土日祝・特定日(ゴールデンウィーク、お盆、年末年始)、ヒーリングスパ、深夜料金時間帯(25時以降)をご利用の場合は、現地で追加料金をお支払いください。

希望者全員  
あっせん

窓口お渡し・発送  
4月3日(月)  
から



荻窪なごみの湯  
杉並区上荻1-10-10  
駐車場有り(6時間まで無料)  
TEL 03-3398-4126



チケットのインターネット、金券ショップ等での転売及び譲渡は禁止しています。

# 1日入場券

## 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。)

先着順  
あっせん

申込締切  
チケットなくなり  
次第終了

2023年3月1日(水)～2024年2月29日(木)まで有効券

<b>あっせん料金</b>	<b>大人・3歳以上の子ども共通券</b>	<b>2,100円</b>
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
	※一般料金は4月1日より改定があります。	

**申込枚数** 3月～8月で1会員10枚まで



- ・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、シニア一般入園料がおすすめです。

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。)

先着順  
あっせん

申込締切  
チケットなくなり  
次第終了

2023年4月1日(土)～2024年3月31日(日)まで有効券

<b>あっせん料金</b>	<b>大人・3歳以上の子ども共通券</b>	<b>700円</b>
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** 4月～9月で1会員10枚まで



[ 2023年3月31日(金)まで有効券は1枚500円です。  
ご利用の方はフレンドリーげんきまでお問い合わせください。 ]

スパリゾートハワイアンズ  
TEL 0570-550-550



### スパリゾートハワイアンズホテル宿泊割引のご案内

優待内容: ホテルハワイアンズ、ウイルポート、モノリスタワーの規定宿泊料金から30%引き

利用対象: 会員と登録同居家族

利用方法: ①スパリゾートハワイアンズへ下記の項目を告げて予約

「東京広域勤労者サービスセンターの会員であること、会員番号、会員氏名」

#### 完全予約制 宿泊者限定無料送迎バス

宿泊予約の際にスパリゾートハワイアンズホームページで運行状況をご確認のうえご予約ください。

#### ②フレンドリーげんきへ宿泊日等を伝え「1日入場券」を購入

- ・「1日入場券」は宿泊当日ホテルフロントで「宿泊者用入場券」に引き換えて使用します。  
1泊2日の場合1人2枚、2泊3日の場合は1人3枚が必要です。必要枚数を購入してください。  
(1期間につき1回の宿泊利用に限り10枚を超えての購入可)
- ・「1日入場券」の持参がない場合は「宿泊者用入場券」料金をホテルでお支払いください。  
(1泊につき大人2,960円、小学生1,840円、3歳以上の未就学児1,330円)

スパリゾートハワイアンズ TEL 0570-550-550(宿泊予約受付午前9時～午後5時30分)

# 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。)

先着順  
あっせん

申込締切  
チケットなくなり  
次第終了

## 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 10月～3月で1会員あわせて10枚まで  
4月～9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。

あらかわ遊園  
TEL 03-3893-6003



## 会員証提示優待

# 東京ドームシティ



東京ドームシティのエンタテインメント施設・各種イベントの  
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。

東京ドームシティ情報サイト  
会員ログイン ID  
tdcpmb0120



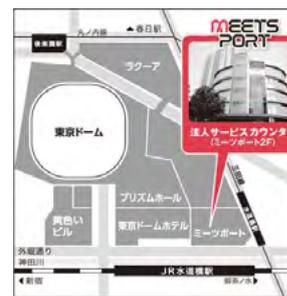
## チケット購入窓口

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。

## 販売チケット例

- ・東京ドームシティ「<sup>とくてん</sup>得10チケット」
- ・スパ ラクーア入館券
- ・巨人公式戦指定席券+東京ドームグループ利用券
- ・東京ドームホテル レストランランチ券
- ・東京ドームグループ利用券
- ・東京ドームビール券 など



## 価格改定のお知らせ

### 3月1日から価格改定

	会員販売価格	有効期限
2023年上期 <sup>とくてん</sup> 得10チケット	2,700円 → <b>2,900円</b>	2023年9月30日

### 4月1日から価格改定

	会員販売価格	有効期限
東京ドームホテル レストランランチ券	3,900円 → <b>4,000円</b>	最長6か月有効
スパ ラクーア入館券(平日)	2,000円 → <b>2,320円</b>	
熱海オーシャンスパFuua (フーア)入館券(平日)	1,800円 → <b>2,200円</b>	

# 展覧会

先着順  
あっせん

## 【特別展】 世界遺産登録10周年記念 富士と桜

申込締切  
4月28日(金)  
午後3時まで

—北斎の富士から土牛の桜まで—

- あっせん料金** 一般 **1,000円**  
一般料金 当日券 1,300円
- あっせん枚数** 220枚 1会員4枚まで
- 会 期** **3月11日(土)～5月14日(日)**
- 会 場** 山種美術館

※会期中展示替えがあります。  
※入館日時のオンライン予約も可能です。(別途200円)  
最新情報は山種美術館ウェブサイトでご確認ください。



横山大観《霊峰不二》  
1937(昭和12)年  
絹本・彩色 山種美術館



山種美術館

## 吹きガラス 妙なるかたち、技の妙

申込締切  
5月26日(金)  
午後5時まで

- 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** **4月22日(土)～6月25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。



藍色ちろり 日本 18世紀  
サントリー美術館



サントリー美術館

## 池袋演芸場入場券

希望者全員  
あっせん

申込締切  
8月31日(木)  
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** 4月1日(土)～9月30日(土)

池袋演芸場  
TEL 03-3971-4545



### 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。

一般財団法人東京広域勤労者サービスセンター(フレンドリーげんき)会員様 特別優待券

サッポロライオンチェーン 特別優待券

DISCOUNT TICKET  
**10%OFF**

終日  
ご利用  
頂けます

有効期限 2023年4月1日(土)～2024年3月31日(日)

- 1回の割引限度額は10,000円が上限です。(ご利用代金100,000円まで有効)
- 宴会コースやご予約の有無に関わらずご利用頂けます。 ●8月4日「ピヤホールの日」はご利用頂けません。 ●ご利用の際、印刷または切り取った上でご提示ください。 ●本券は1回のご利用につき1枚のご利用に限りませす。 ●他のサービス券との併用はできません。
- 有効期限を過ぎたものは無効となります。 ●売店商品、通信販売「味の直送便」での割引はできません。



店舗読み取り用  
QRコード

ご利用の際  
上記QRコードを  
ご提示ください。

利用対象：会員・登録同居家族と同行者

銀座ライオン  
YEBISU BAR

コピー可



- 【対象店舗】  
銀座ライオン  
YEBISU BAR  
かつ炉ぎ・うま酒 かこいや  
和食・うま酒 入母屋  
そば居酒屋 そばえもん  
海鮮居酒屋おおい北海道 別海町酒場  
グランポレール ワインパー ほか
- ※一部利用できない店舗があります。  
事前に店舗までお問い合わせください。

# エンターテインメント

抽選  
あっせん

申込締切  
3月27日(月)  
午後5時まで

抽選結果 4月10日(月)までに当選の方のみご通知します。

- ① 宝塚歌劇 月組公演  
平安朝クライム  
『応天の門』  
一若き日の菅原道真の事—  
原作/灰原 薬『応天の門』  
(新潮社パンチコミックス刊)



©宝塚歌劇団

ラテン グルーヴ  
『Deep Sea  
—海神たちのカルナバル—』

日時：4月22日(土) 午後3時30分開演  
出演：月城かなと 海乃美月 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：40枚(1会員2枚まで)  
※3歳以上はチケットが必要。

- ② 明治座創業百五十周年記念  
ことぶきしゅくおう  
『壽祝桜四月大歌舞伎』



『義経千本桜 烏居前』  
『大杯鶴酒戦強者』(おおさかづきしゅせんをつわもの)  
『お祭り』

日時：4月23日(日) 午前11時開演  
出演：中村梅玉 中村芝翫 松本幸四郎 片岡愛之助 ほか  
会場(最寄駅)：明治座(浜町駅)  
あっせん料金：一等席 11,600円(一般料金15,000円)  
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児  
入場不可

- ③ 豪華競演！特撰落語名人会



三遊亭好楽 林家たい平 柳家喬太郎 柳家三三

日時：4月28日(金) 午後2時開演  
出演：三遊亭好楽 林家たい平 柳家喬太郎 柳家三三  
会場(最寄駅)：北とぴあ さくらホール(王子駅)  
あっせん料金：S席 3,600円(一般料金4,500円)  
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児  
入場不可

- ④ 劇団四季ミュージカル  
『美女と野獣』



華やかなステージと美しいナンパーに彩られた珠玉のラブストーリーに、どうぞご期待ください。

日時：4月29日(土) 午後12時30分開演  
会場(最寄駅)：舞浜アンフィシアター(舞浜駅)  
あっせん料金：S席 大人 11,800円(一般料金13,200円)  
S席 子ども(3歳~小学生) 5,900円(一般料金 6,600円)  
あっせん枚数：20枚(1会員あわせて2枚まで)  
※3歳以上はチケットが必要。

2歳以下  
入場不可

- ⑤ N響 ゴールデン・クラシック 2023



予定曲：〈オール・モーツァルト・プログラム〉  
歌劇『魔笛』K.620より序曲 ほか  
日時：5月3日(水・祝) 午後3時30分開演  
出演：秋山和慶(指揮) 田部京子(ピアノ)  
NHK交響楽団(管弦楽)  
会場(最寄駅)：東京文化会館 大ホール(上野駅)  
あっせん料金：S席 6,200円(一般料金7,800円)  
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)  
※都合により、予定曲・出演者が変更になる場合があります。

未就学児  
入場不可

- ⑥ 喝采をあなたに  
大月みやこ・伍代夏子・香西かおり  
歌謡ビッグステージ2023



女性演歌・歌謡曲を支えてきた実力派の3人が、ドラマチックにそして艶やかに贈る、歌謡ビッグステージの決定版！

日時：5月15日(月) 午後2時開演  
会場(最寄駅)：大宮ソニックシティ 大ホール(大宮駅)  
あっせん料金：全席指定 3,500円(一般料金7,000円)  
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児  
入場不可

- ・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。

## 7 加藤登紀子コンサート 2023 百万本のバラ物語

国を超えて人々をつなぐ歌  
「百万本のバラ」。  
この曲を含む加藤登紀子の名曲  
の数々と  
心奪われる圧巻のステージを  
ご堪能ください。



日時：5月26日(金) 午後4時開演  
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：全席指席 5,600円(一般料金7,000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 町屋JAZZ歳時記 ～日暮里編～

気軽にジャズに親しんで  
いただけるJAZZ音楽会。  
トロンボーンの中路英明  
が魅力的なジャズの世界  
へ誘います。



日時：5月26日(金) 午後6時30分開演  
出演：中道英明 (tb) ほか  
会場(最寄駅)：日暮里サニーホール(日暮里駅)  
あっせん料金：全席自由 1,700円(一般料金2,000円)  
あっせん枚数：30枚(1会員4枚まで)

未就学児  
入場不可

## 9 日本フィル杉並公会堂シリーズ 2023 第1回



大友直人  
©Rowland Kirishima



牛田智大  
©Ariga Terasawa

予定曲：モーツァルト/ピアノ協奏曲 第24番  
ラヴェル/ボレロ ほか  
日時：5月27日(土) 午後3時開演  
出演：大友直人(指揮) 牛田智大(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)：杉並公会堂 大ホール(荻窪駅)  
あっせん料金：S席 4,200円(一般料金5,300円)  
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児  
入場不可

## 10 小松亮太×須川展也 TANGO DREAM



小松亮太  
©Yusuke Takamura



須川展也

予定曲：ピアソラ/リベルタンゴ  
ロドリゲス/ラ・クンパルシータ ほか  
日時：6月16日(金) 午後7時開演  
出演：小松亮太(バンドネオン) 須川展也(サクソフォン) ほか  
会場(最寄駅)：杉並公会堂 大ホール(荻窪駅)  
あっせん料金：S席 3,600円(一般料金4,500円)  
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児  
入場不可

### 会員証提示割引

### NEW! 新宿末廣亭

フレンドリーげんきの会員証を提示すると会員料金で入場できます。  
落語・漫才・奇術・曲芸など各演芸分野の第一人者が次々と登場する  
寄席をお楽しみください。

**会員料金** 当日自由席 一般**2,700円** (一般料金3,000円)  
※65歳以上の方は一般料金2,700円です。

**割引対象** 2名まで(会員・登録同居家族・同行者)

**アクセス** JR「新宿駅」、東京メトロ/都営「新宿三丁目駅」

※特別興行は割引対象外となります。

※営業時間、演目、出演者などは新宿末廣亭へお問い合わせください。



新宿末廣亭  
新宿区新宿3-6-12  
TEL 03-3351-2974



## 大相撲九月場所入場券

抽選  
あっせん

申込締切  
3月27日(月)  
午後5時まで

両国国技館 **イスA席・マスC席お土産セット各日各4席**

**抽選結果** 5月31日(水)までに当選の方のみご通知します。  
相撲協会の入場割り振りの結果により一部入券できない場合があります。  
入券が確定するのは8月中旬の予定です。  
締切後のキャンセル、変更は一切できません。



**興行日程**

日にち	初日 9/10(日)	2日目 9/11(月)	3日目 9/12(火)	4日目 9/13(水)	5日目 9/14(木)	6日目 9/15(金)	7日目 9/16(土)	中日 9/17(日)
日にち	9日目 9/18(月・祝)	10日目 9/19(火)	11日目 9/20(水)	12日目 9/21(木)	13日目 9/22(金)	14日目 9/23(土・祝)	千秋楽 9/24(日)	

詳細は日本相撲協会のホームページをご覧ください。



**あっせん料金** 2席1組または2組でお申し込みください

イスA席 (1席料金)	平日(月～金)	土日祝(□の興行日)	一般料金(参考)
㊦お弁当セット	9,000円	9,500円	9,750円
㊧松セット	16,000円	16,500円	18,540円
㊨竹セット	14,000円	14,500円	16,150円
㊩梅セット	12,000円	12,500円	14,010円

4席1組でお申し込みください

マスC席 (1席料金)	平日(月～金)	土日祝(□の興行日)	一般料金(参考)
㊫お弁当セット	9,500円	10,500円	10,250円
㊬松セット	16,500円	17,500円	19,040円
㊭竹セット	14,500円	15,500円	16,650円
㊮梅セット	12,500円	13,500円	14,510円

- ・一般料金は本年一月場所平日料金を記載しています。(土日祝日はイス席プラス500円、マス席プラス1,000円)
- ・㊧～㊩、㊫～㊭のお土産の内容は未定です。

**申込数** 1会員1日分のみ、第2希望まで受け付けます。  
イス席は2席1組または2組で、マス席は4席1組でお申し込みください。

- ㊦～㊩、㊫～㊭の組合せは自由です。
- ・1席単位のばら売りはできません。
  - ・土、日、祝日の券は特に入手が困難な状況です。
  - ・座席位置は未定です。
  - ・感染予防対策のため、座席が離れる可能性があります。

## 野球観戦チケット

抽選  
あっせん

### 神宮球場 東京ヤクルトスワローズ公式戦 年間シート(スターシート) 東京ドーム 巨人公式戦

野球観戦チケットの募集案内はフレンドリーげんきホームページに掲載します。  
ホームページをご覧ください。フレンドリーげんきまでお問い合わせください。  
7月以降の試合については会報誌5月号でご案内の予定です。

フレンドリーげんき



## 区内スポーツ施設利用券

希望者全員  
あっせん

入場制限や予約制、臨時休館等の場合があります。事前に施設へご確認ください。  
各営業所に在庫の状況を確認のうえ、ご購入ください。

施設名	内容	申込数
豊島区体育施設共通カード チャージ引換券  有効期限： あっせんした日から約1年	1枚 <b>3,000円</b> チャージ金額4,000円(一般料金3,600円) ・池袋スポーツセンター発行の「豊島区体育施設共通カード」へ4,000円分の チャージができる引換券です。(上限1万円まで) ・チャージができるのは池袋スポーツセンターのみです。 対象施設：池袋スポーツセンター／豊島体育館／巣鴨体育館 総合体育場／雑司が谷体育館／南長崎スポーツセンター	年度5枚
荒川総合スポーツセンター 個人利用回数券  有効期限：令和7年3月31日	1セット <b>1,500円</b> 1セット100円券×26枚(一般料金2,000円)	年度 10セット
あらかわ遊園スポーツハウス 個人使用回数券	1枚 <b>1,500円</b> プリペイドカード2,600円券(一般料金2,000円)	年度10枚
杉並区温水プール使用券	1枚 <b>1,900円</b> プリペイドカード3,000円分(一般料金2,500円) 対象施設：TAC杉並区上井草スポーツセンター／大宮前体育館 高井戸温水プール／杉並第十小学校温水プール	年度10枚
十条台小学校温水プール回数券 (パノラマプール十条台)	大人(1セット5枚) <b>1,400円</b> (一般料金2,000円) 子ども(中学生以下 1セット6枚) <b>100円</b> (一般料金500円) シニア(65歳以上 1セット5枚) <b>500円</b> (一般料金1,000円)	年度 各6セット

## ゴルフ練習場回数券

希望者全員  
あっせん

各営業所に在庫の状況を確認のうえ、ご購入ください。

施設名	内容	有効期限	申込数
サンスクエアゴルフ回数券(ポイントチャージ引換券) 所在地 北区王子1-4-1	1枚 <b>4,100円</b> 引換券5,000ポイント分	発券から3か月	年度20枚
松ノ木ゴルフセンター回数券 所在地 杉並区松ノ木1-12-54	フレンドリーげんきへ お問い合わせください。	発券から6か月	各月5冊

## 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  
②2023年4月1日(土)～2023年9月30日(土)の出発であること  
※今回申し込みされた方は、下半期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。

# 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4月～9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。）  
③2023年4月1日（土）～2023年9月30日（土）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**



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22ページをご覧ください。23ページの申込書もご活用ください。

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（東京・横浜）、Cから始まるコースのツアーは、**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（新宿駅東口丸の内線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。（2023年2月現在）

### 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、HIS・はとバスの約款に基づきます。
- ・ツアーに関する契約等は、HIS・はとバス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、クーポンコード・補助券の発行はできません。
- ・次回の募集は、会報誌9月号でご案内の予定です。

## 豊島区会員限定サービスとなります

## ライフサポート倶楽部宿泊補助

全国のライフサポート倶楽部契約施設を会員料金から補助を差し引いた料金で宿泊ができます。

利用方法	補助内容
<p>ライフサポート倶楽部会員専用ホームページ「メンバーズナビ」にログインし申し込み、または予約専用電話で申し込み。</p> <p><b>「メンバーズナビ」へ申し込み</b></p> <p>① <a href="http://www.lifesc.com">http://www.lifesc.com</a></p> <p>② ライフサポート倶楽部会員番号(会員ID) <b>0899C888〇〇〇〇〇〇〇〇</b></p> <p>(例)会員番号「11-12345-003」の場合、会員番号の下8桁を使います。 パスワードの初期設定は会員番号下8桁です。(パスワードは変更可) ※パスワードをお忘れの方は 0120-611-330 にお問い合わせください。</p> <p>③ 画面の指示に従ってご利用ください ※各施設の「宿泊プラン」のマーク欄に <b>P キャンペーン</b> の表示のある「宿泊プラン」が補助の対象です。</p> <p><b>「予約専用電話」 0120-837-330へ申し込み</b></p> <p>(平日10:00~18:00 土日祝日17:00まで) オペレーターにライフサポート倶楽部会員番号と補助を利用する旨を伝えて予約をしてください。 ※補助利用状況、空室確認・プランや料金等はオペレーターにお問い合わせください。</p>	<p>1会員、年度内最大<b>4人泊</b>まで、 1泊につき2,000円 会員と登録同居家族</p> <p>・1泊2,000円未満(消費税込)の場合は補助の対象にはなりません。 ・登録同居家族の方の宿泊分も泊数に換算します。 ・利用期間は、2023年4月1日~2024年3月31日までです。 ・補助金相当額が減額されます。</p>

## 健康診断補助

**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)

**補助金額** 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**

## 補助指定施設

豊島健康診査センター

オリエンタルクリニック



豊島健康診査センター	オリエンタルクリニック
<p><b>1. 協会けんぽ生活習慣病予防健診</b> (35歳以上74歳以下の協会けんぽ被保険者) 一般健診 会員料金 <b>4,282円</b></p> <p><b>3. フレンドリー健康診断・自費検査</b> 会員料金 Aコース <b>4,800円</b> Bコース <b>6,670円</b> Cコース <b>8,540円</b> Dコース <b>17,340円</b> 自費検査 一般料金1,100~22,000円 頭部MRI・胸部CT・マンモグラフィ・ 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があります。 補助額 1,100円~1,500円</p>	<p><b>2. 協会けんぽ生活習慣病予防健診</b> (35歳以上74歳以下の協会けんぽ被保険者) 一般健診 会員料金 <b>4,282円</b></p> <p><b>4. 一般健診</b> 会員料金 <b>8,350円</b></p> <p>健康診断補助事業の詳細については、ご案内、申込書をご用意していますので、豊島区本部(03-5961-0520)までご請求ください。 ホームページからダウンロード印刷もできます。</p>



## 北区会員限定サービスとなります

## ライフサポート倶楽部宿泊補助

全国のライフサポート倶楽部契約施設を  
会員料金から補助を差し引いた料金で宿泊ができます。

利用方法	補助内容
<p>ライフサポート倶楽部会員専用ホームページ「メンバーズナビ」にログインし申し込み、または予約専用電話で申し込み。</p> <p><b>「メンバーズナビ」へ申し込み</b></p> <p>① <a href="http://www.lifesc.com">http://www.lifesc.com</a></p> <p>② ライフサポート倶楽部会員番号(会員ID) <b>0299L050○○○○○○○○</b></p> <p>(例)会員番号「21-31002-003」の場合、会員番号の下8桁を使います。 パスワードの初期設定は会員番号下8桁です。(パスワードは変更可) ※パスワードをお忘れの方は0120-611-330にお問い合わせください。</p> <p>③ 画面の指示に従ってご利用ください ※各施設の「宿泊プラン」のマーク欄に <b>P キャンペーン</b> の表示のある「宿泊プラン」が補助の対象です。</p> <p><b>「予約専用電話」0120-837-330へ申し込み</b> (平日10:00~18:00 土日祝日17:00まで) オペレーターにライフサポート倶楽部会員番号と補助を利用する旨を伝えて予約をしてください。 ※補助利用状況、空室確認・プランや料金等はオペレーターにお問い合わせください。</p>	<p>1会員、年度内最大<b>4人泊</b>まで、 1泊につき2,000円 会員と登録同居家族</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1泊2,000円未満(消費税込)の場合は補助の対象にはなりません。</li> <li>・登録同居家族の方の宿泊分も泊数に換算します。</li> <li>・利用期間は、2023年4月1日~2024年3月31日までです。</li> <li>・補助金相当額が減額されます。</li> </ul>

## 人間ドック利用補助

人間ドックの利用補助をしています。生活習慣病の早期発見と健康管理にお役立てください。

**補助要件** 30歳以上の会員本人のみ 年度1回の利用にかぎり下記の金額を補助します。

**補助金額** 日帰り・1泊2日共通 **8,000円**

**利用方法**

- ①**予約** 下記の医療機関に「東京広域勤労者サービスセンターの会員である」ことを伝えて3週間前までに予約をしてください。※検査項目及び料金を必ずご確認ください。
- ②**利用補助券の申請** 予約後、北区営業所窓口で「利用補助券」の交付申請をしてください。  
〈持参いただくもの〉会員証、印鑑  
※代理人が申請する場合は、委任状が必要です。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。
- ③**受診** 検査当日、医療機関に「会員証」と「利用補助券」を提出し、本人負担金(補助金利用)をお支払いください。

## 指定医療機関および料金

2023年4月1日現在(税込)

施設名	電話番号	所在地	コース	契約料金	本人負担金(補助金利用)
赤羽病院	03-3901-4941	北区赤羽2-2-1	1泊2日	66,000円	<b>58,000円</b>
			日帰り	42,900円	<b>34,900円</b>
王子病院	03-3912-6611	北区王子2-14-13	日帰り	39,600円	<b>31,600円</b>
花と森の東京病院	03-5567-1332	北区西ヶ原2-3-6	日帰り	40,700円	<b>32,700円</b>
こころとからだの元気プラザ	03-5210-6622	千代田区神田神保町1-105 神保町三井ビルディング2F	日帰り	49,500円	<b>41,500円</b>
IMS Me-Lifeクリニック池袋	03-3989-1112	豊島区東池袋1-21-11 オーク池袋ビルディング 10F	1泊2日	62,700円	<b>54,700円</b>
IMS Me-Lifeクリニック新宿	03-3375-3371	渋谷区代々木2-9 久保ビル 2F			
IMS Me-Lifeクリニック八重洲 <sup>※</sup>	03-3567-2080	中央区京橋2-7-19 京橋イーストビル 5F	日帰り	39,930円	<b>31,930円</b>
IMS Me-Lifeクリニック渋谷 <sup>※</sup>	03-3770-3100	渋谷区桜丘町23-21 渋谷区文化総合センター大和田 10F			

※IMS Me-Lifeクリニック八重洲、IMS Me-Lifeクリニック渋谷は日帰りコースのみ

## 荒川区会員限定サービスとなります

## ライフサポート倶楽部宿泊補助

全国のライフサポート倶楽部契約施設を  
会員料金から補助を差し引いた料金で宿泊ができます。

利用方法	補助内容
<p>ライフサポート倶楽部会員専用ホームページ「メンバーズナビ」にログインし申し込み、または予約専用電話で申し込み。</p> <p><b>「メンバーズナビ」へ申し込み</b></p> <p>① <a href="http://www.lifesc.com">http://www.lifesc.com</a></p> <p>② ライフサポート倶楽部会員番号(会員ID) <b>0299L343○○○○○○○○</b> (例)会員番号「31-05000-001」の場合 会員番号の下8桁を使います。 パスワードの初期設定は会員番号下8桁です。(パスワードは変更可) ※パスワードをお忘れの方は 0120-611-330 にお問い合わせください。</p> <p>③ 画面の指示に従ってご利用ください ※各施設の「宿泊プラン」のマーク欄に <b>P キャンペーン</b> の表示のある「宿泊プラン」が補助の対象です。</p> <p><b>「予約専用電話」 0120-837-330へ申し込み</b> (平日10:00～18:00 土日祝日17:00まで) オペレーターにライフサポート倶楽部会員番号と補助を利用する旨を伝えて予約をしてください。 ※補助利用状況、空室確認・プランや料金等はオペレーターにお問い合わせください。</p>	<p>1会員、年度内最大<b>2人泊</b>まで、 1泊につき2,000円 会員と登録同居家族</p> <p>・1泊2,000円未満(消費税込)の場合は補助の対象にはなりません。 ・登録同居家族の方の宿泊分も泊数に換算します。 ・利用期間は、2023年4月1日～2024年3月31日までです。 ・補助金相当額が減額されます。</p>

## 荒川区限定宿泊補助

必要書類を確認のうえ、申請ください。

利用方法	補助内容
<p>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。代理人による窓口受領の場合は事前に会員本人が委任状欄に記入押印された申請書をお持ちください。その際は同じ名字でも別々の印鑑が必要です。</p> <p><b>領収書・宿泊証明書に必要な記載内容</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・請求する<b>会員全員の氏名(フルネーム)</b></li> <li>・施設名(ホテル・旅館など)</li> <li>・宿泊日・宿泊数・宿泊人数 例)○月○日～○日 ○泊×○名宿泊分として (1泊1名様の場合でも記載が必要です。)</li> </ul> <p>※領収書の宛名が事業所名(登録事業所名以外は不可)の場合、または会員本人でない場合は、領収書と宿泊証明書をご用意ください。 ※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。 ※ポイント・クーポン・ギフト券での支払い分は対象外です。 例)10,000円の宿泊で5,000円分のポイントを使用し残りを現金またはクレジットカードで支払いした場合、5,000円の領収書で請求できます。 ※HISバスツアー補助、ライフサポート倶楽部の宿泊補助、スパリゾートハワイアンズホテル宿泊割引(悠健クラブ)との併用はできません。</p>	<p>1会員、年度内最大<b>2泊</b>(国内)まで、 1泊につき2,000円 会員本人のみ</p> <p>・1泊2,000円未満(消費税込)の場合は補助の対象にはなりません。 ・利用期間は、2023年4月1日～2024年3月31日までです。 ・請求期間は宿泊初日から6か月です。</p>

## 人間ドック利用補助

人間ドックの利用補助をしています。生活習慣病の早期発見と健康管理にお役立てください。

人間ドック利用補助金請求書に記入・押印のうえ、領収書(「〇〇ドック」と明記されたもの)を添えて荒川区営業所窓口へ提出、または郵送してください。

**補助要件** 30歳以上の会員本人。年度内1回限り。2023年4月1日～2024年3月31日までに受診し、受診日から6か月以内に請求。

**補助金額** 日帰り・1泊2日共通 **8,000円**(上限)  
利用金額が8,000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)

申請時に会員である方に限ります。退会後は請求できません。

請求書等の用紙は荒川区営業所窓口にあります。ホームページ「各区限定サービス」➡「◆荒川区～」➡(該当する)「申請書」からも印刷ができます。

## 杉並区会員限定サービスとなります

## ライフサポート倶楽部宿泊補助

全国のライフサポート倶楽部契約施設を  
会員料金から補助を差し引いた料金で宿泊ができます。

利用方法	補助内容
<p>ライフサポート倶楽部会員専用ホームページ「メンバーズナビ」にログインし申し込み、または予約専用電話で申し込み。</p> <p><b>「メンバーズナビ」へ申し込み</b></p> <p>① <a href="http://www.lifesc.com">http://www.lifesc.com</a></p> <p>② ライフサポート倶楽部会員番号(会員ID) <b>0899C677〇〇〇〇〇〇〇〇</b> (例)会員番号「41-04000-003」の場合 会員番号の下8桁を使います。 パスワードの初期設定は会員番号下8桁です。(パスワードは変更可) ※パスワードをお忘れの方は 0120-611-330 にお問い合わせください。</p> <p>③ 画面の指示に従ってご利用ください ※各施設の「宿泊プラン」のマーク欄に <b>P キャンペーン</b> の表示のある「宿泊プラン」が補助の対象です。</p> <p><b>「予約専用電話」 0120-837-330へ申し込み</b> (平日10:00～18:00 土日祝日17:00まで) オペレーターにライフサポート倶楽部会員番号と補助を利用する旨を伝えて予約をしてください。 ※補助利用状況、空室確認・プランや料金等はオペレーターにお問い合わせください。</p>	<p>1会員、年度最大<b>4人泊</b>まで、 1泊につき<b>2,000円</b> 会員と登録同居家族</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・1泊2,000円未満(消費税込)の場合は補助の対象にはなりません。</li> <li>・登録同居家族の方の宿泊分も泊数に換算します。</li> <li>・利用期間は、2023年4月1日～2024年3月31日までです。</li> <li>・補助金相当額が減額されます。</li> </ul>

## 人間ドック利用補助

人間ドックの利用補助をしています。生活習慣病の早期発見と健康管理にお役立てください。

利用方法
<p>人間ドックを受診した後、負担額の一部を補助します。人間ドック利用補助金請求書に記入・押印のうえ、領収書等必要書類を添えて杉並区営業所窓口へ提出、または郵送してください。</p> <p><b>補助要件</b> 30歳以上の会員本人。年度内1回限り。負担額が日帰り・1泊2日共に<b>8,000円</b>以上。 2023年4月1日～2024年3月31日までに受診し、受診日から1年以内に請求。 受診日から請求受付日まで継続して会員資格がある方に限ります。</p> <p><b>補助金額</b> 日帰り・1泊2日共通 <b>8,000円</b></p> <p><b>補助範囲および注意事項</b></p> <p>領収書に「人間ドック」と明記された、労働安全衛生規則第44条の検査項目(既往歴及び業務歴の調査、自覚症状及び他覚症状の有無の検査、身長・体重・腹囲・視力及び聴力の検査、胸部X線検査及び喀痰検査、血圧測定、貧血検査、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査、心電図検査)以上を内容とした治療目的ではないものを基本対象とします。</p> <p>領収書に人間ドックの記載がない場合(「ドック」のみの記載も含む)は、同基本項目の受診がわかる個人検査結果票の写し(氏名のみ確認します)等の追加提出が必要な場合があります。</p> <p>審査に日数をいただく場合や審査の結果、補助できない場合があります。できるだけ検査予約の前に杉並区営業所までお問い合わせください。</p> <p>請求書は杉並区営業所窓口にあります。ホームページ「各区限定サービス」→「◆杉並区～」[申請書]からも印刷ができます。</p>

## 2022年度で終了となるサービス

杉並区内共通商品券・ジェフグルメカード・図書カードNEXT・すぎ丸回数券・ハイランドセンター回数券・和菓子購入割引券・杉並区交流自治体物産品あっせんは2023年3月31日(金)をもって終了します。

杉並区内共通商品券・ジェフグルメカード・図書カードNEXTは4区共通サービスであっせん予定です。

なお、高井戸天然温泉 美しの湯・荻窪なごみの湯は2023年度より4区共通事業となりました。(詳細は8ページ参照)

## 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
 <b>電話</b> 平日 午前9時～午後5時	03-5961-0520	03-5390-1242	03-3806-7581	03-6279-9117
 <b>FAX</b> 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
 <b>メール</b>	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。			
 <b>HP</b>	https://www.tokyo-kinrou.jp/ チケット申込みフォームから入力し送信してください。			<input type="text" value="フレンドリーげんき"/> <input type="button" value="検索"/> 
 <b>窓口</b>	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。

 <b>窓口</b>	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)
 <b>送付</b>	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、LINEPay・PayPay・au PAY・PayB・ゆうちょ Pay・FamiPayでお支払いください。 お支払い場所は払込票の裏面をご覧ください。 別途、 <b>事務取扱手数料</b> (送料と振込手数料) <b>240円</b> 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。



## 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

**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"/>					
<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。

[はとバス日帰りツアー補助券]

**STEP 1**

はとバスへツアーを予約してください。

- ・ツアーを予約後、下の事項をご記入のうえフレンドリーげんきへ補助券をお申し込みください。
- ・必要事項に不備があると補助券の発行ができませんのでご注意ください。

**STEP 2**

①はとバス日帰りツアー補助券申込

枚

②コース番号		③ツアー出発日	年 月 日 ( )		
④ツアー名		⑤照会番号			
⑥ 補助券利用者氏名(フリガナ)	会員番号	続 柄	年 齢	性 別	
( )				男・女	
( )				男・女	
( )				男・女	
( )				男・女	

・補助券の利用対象は、会員と登録同居家族です。参加する本人名義でお申し込みください。借名による補助券の利用はできません。

[個人情報の取り扱いについて] 当事業等のお申し込みの際し、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。



## 飛鳥山公園といえば? 「さくら」が有名です。

園内にはソメイヨシノをはじめ、約600本の桜が咲き誇ります。約300年前、八代将軍徳川吉宗が享保の改革のひとつとして、江戸っ子たちの行楽の地とするため、飛鳥山を桜の名所にしました。江戸の新しいお花見の場所として誕生した飛鳥山は、当時、桜の名所地では禁止されていた「酒宴」や「仮装」が許容されていたため、江戸っ子たちは様々な趣向を凝らして楽しみました。明治6年、飛鳥山は、太政官布達によって、上野・芝・浅草・深川とともに日本最初の公園に指定されてから、150年となる節目の年を迎えました。実業家 渋沢栄一が住処とした地としても注目を集め、2023年(令和5年)春には新たに飲食施設やコミュニティスペースがオープンする飛鳥山公園にお出かけください。



協力：北区土木部道路公園課公園係

### ゴールデンウィークの営業日程

4月28日(金)	午後3時受付分までチケット発送
4月29日(土・祝)、4月30日(日)	休業
5月1日(月)、5月2日(火)	窓口営業/チケットの発送はしません
5月3日(水・祝)～5月7日(日)	休業

FAXでのお申し込みは5月8日(月)以降にお送りいただきますよう、ご協力をお願いいたします。不着等は責を負いかねますのでご了承ください。



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

#### ■会費引き落としについて

4月～6月の会費は4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。

#### ■同封物のご案内

レジャー施設利用補助券[1会員6枚(6枚1綴)]、日帰り温泉施設等利用補助券[1会員12枚(6枚1綴)]、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)]を同封しています。ご利用方法等は券面をご覧ください。

#### ■会員証提示割引等契約施設、会員優待協力店について

優待内容の変更、契約解除等につきましてはホームページで最新情報をご確認ください。

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

5月1日発行予定

○ジェフグルメカード ○野球観戦チケット ○エンターテインメント 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 TEL 03-5961-0520 / FAX 03-5961-0522  
 北区営業所 〒114-8503 北区王子1-11-1 北とびあ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](mailto:info@tokyo-kinrou.jp)

お問い合わせフォーム

