

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

5
月号
2025

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。

ゴールデンウィークの営業日程	1	国内旅行・海外旅行 優待のご案内	9
全国共通お食事券 ジェフグルメカード	1	会員優待協力店のご案内	9
NEW 横濱中華街 旅グルメきっぷ	2	レストラン優待のご案内	10
野球観戦チケット	3	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	
エンターテインメント	4	キャリアアップ講習授業料補助	
展覧会、東京ドームシティ	6	池袋コミュニティ・カレッジ優待	12
都内共通入浴券、高井戸天然温泉 美しの湯、 萩窪なごみの湯、スパリゾートハワイアンズ、 東武動物公園、あらかわ遊園	7	2025年度事業計画および収支予算	
ライフサポート倶楽部 サービスのご案内	8	1月号お年玉プレゼントアンケート結果報告	13
		チケット申込・受取方法	14
		チケット申込書	15
		東京ヤクルトスワローズグッズプレゼント	16

ゴールデンウィークの営業日程

4月30日(水) は午後3時受付分までチケット発送、
5月1日(木) 2日(金) はチケットの発送はありません。窓口は営業しています。

全国共通お食事券 ジェフグルメカード(5,000円分)

希望者全員
あっせん

申込締切

5月20日(火)
午後5時まで

窓口お渡し・発送

6月13日(金)
から

全国約35,000店舗の加盟店で
利用できる便利なお食事券です。



イメージ

あっせん料金 1セット 4,500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

使える店舗一例 ケンタッキーフライドチキン、ガスト、デニーズ、モスバーガー、サーティワン アイスクリーム、
吉野家、日高屋、天丼てんや、さぼてん ほか

※商業施設のレストラン街、各飲食店でも利用可
西武百貨店、東武百貨店、タカシマヤタイムズスクエア、パルコ
丸ビル、新丸ビル、グランスタ ほか

使える店舗



【お知らせ】

送付チケットのお支払いは、同封する払込票でコンビニエンスストア等で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でお支払いいただけます。

※LINE Payは、4月23日(金)をもってサービス終了となりました。

※フレンドリーげんき窓口では利用できません。



NEW! 横濱中華街 旅グルメきっぷ

希望者全員
あっせん

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

窓口お渡し・発送
6月13日(金)
から



1日乗車券で、東急線・みなとみらい線の魅力スポットを巡り、お食事は、横浜中華街などでスペシャルメニューをお楽しみいただけるきっぷです。

東急線全線
1日乗り降り自由

+

みなとみらい線
1日乗り降り自由

+

対象店舗・施設
お食事券



お食事メニューイメージ



1日乗車券1枚と
お食事券1枚の
2枚セット



あっせん料金 大人(12歳以上) 2,800円

一般料金 3,300円

申込枚数 1会員2セットまで

有効期限 2025年9月30日(火)

利用方法 利用当日、東急線、みなとみらい線の自動改札機に「乗車券」を通してご乗車ください。最初に入場された際に乗車駅と乗車日が印字されますので、印字された乗車日に限り、東急線、みなとみらい線が乗り降り自由となります。
ご利用の際は対象店舗からお選びいただき「お食事券」を対象店舗にお渡しください。
※子ども(小学生)用のきっぷのあっせんはありません。

横濱中華街 旅グルメきっぷ
お食事券利用対象店舗、お食事メニュー等の
詳細はこちら



野球観戦チケット

抽選
あっせん

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

抽選結果 5月30日(金) までに当選の方のみご通知します。

神宮球場 東京ヤクルトスワローズ公式戦 年間シート ネット裏

東京ヤクルトスワローズグッズ
プレゼント！
16ページをご覧ください。

試合日	6/20(金)	6/21(土)	6/22(日)	6/27(金)	6/28(土)	6/29(日)	7/8(火)	7/9(水)	7/17(木)	7/19(土)
開始時間	18時	14時	13時30分	18時	14時	13時30分	18時	18時	18時	18時
対戦	オリックス			阪神			DeNA		巨人	広島

試合日	7/20(日)	7/21(月・祝)	7/26(土)	7/27(日)	8/1(金)	8/2(土)	8/3(日)	8/11(月・祝)	8/12(火)	8/13(水)
開始時間	18時	18時	18時	18時	18時	18時	18時	18時	18時	18時
対戦	広島		中日		阪神			DeNA		

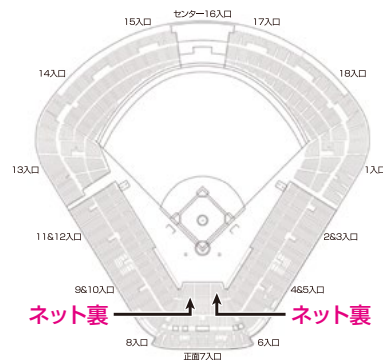
あっせん券種 年間シート席 ネット裏／各試合2組(2席×2組)

ネット裏 1組(席位置：中央 8段 26・27番)
1組(席位置：中央 11段 51・52番)

あっせん料金 1組(2席) 11,000円

申込数 1会員2試合(合計4席)まで

- ・1席単位のはら売りはできません。 ・座席の位置は選べません。
- ・4歳からチケットが必要です。4歳未満でも席が必要な場合はチケットが必要です。
- ・残席がある場合は6月3日(火)以降、フレンドリーげんきホームページに掲載します。
6月5日(木)午前9時から杉並区営業所(03-6279-9117)で先着順で電話受付をします。



東京ドーム 読売ジャイアンツ公式戦 指定席B

東京ドームグループ利用券(500円券)セットプラン

試合日	7/21(月・祝)	8/2(土)	8/13(水)	8/22(金)	9/9(火)	9/13(土)
開始時間	14時	15時	18時	18時	18時	14時
対戦	阪神	DeNA	中日	DeNA	広島	阪神

あっせん券種 指定席B／各試合5組(2席×5組)

あっせん料金 1組(2席) 7,500円 (一般料金／2席9,000または9,800円)

- ・1席につき、東京ドームグループ利用券(500円券)がセットになったお得なプランです。
- ・小学生からチケットが必要です。未就学児でも席が必要な場合はチケットが必要です。

申込数 1会員2試合(合計4席)まで

- ・座席の位置は未定です。3塁側になる場合があります。
- ・1席単位のはら売りはできません。

※東京ドーム場内は完全キャッシュレス化です。

※試合に関する最新情報は読売ジャイアンツ公式サイトをご覧ください。



エンターテインメント

抽選
あっせん

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

抽選結果 6月4日(水)までに当選の方のみご通知します。

①は5月22日(木)までにご通知します。

① 久原本家 茅乃舎 presents 葉加瀬太郎音楽祭 2025

申込締切
5月15日(木)
午後5時まで

歴史ある特別な場所
で、極上の音楽を豪
華出演者がお届け!!



日時: 5月31日(土) 午後2時30分開演 (午後8時終演予定)
出演: 葉加瀬太郎 今井美樹 清塚信也 郷ひろみ
坂本冬美 羽毛田丈史 藤井フミヤ 森山良子 ほか
会場(最寄駅): 神宮外苑 聖徳記念絵画館前・特設会場(総合球技場)(信濃町駅)
あっせん料金: 全席指定 10,400円(一般料金13,000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。2歳以下は膝上鑑賞に限り無料。
※雨天決行・荒天中止

② 舞台「サザエさん」



誰もが知る家族の誰もが知らない
10年後。
国民の人気作の舞台化!

日時: 6月15日(日) 午後12時開演
出演: 藤原紀香 葛山信吾 高橋恵子 松平健 ほか
会場(最寄駅): 明治座(浜町駅)
あっせん料金: S席 9,600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

③ 北区民混声合唱団 第34回定期演奏会



予定曲: シューベルト/「美しき水車小屋の娘」
混声合唱組曲/「風に寄せて」
NHK全国学校音楽コンクール課題曲より
平成から令和へ歌い継ぐJ-POPヒットソング/
「恋」(星野源)、「夏色」(ゆず) ほか
日時: 6月29日(日) 午後2時開演
出演: 名島啓太(指揮) 御邊里佳子(ピアノ)
北区民混声合唱団(合唱)
会場(最寄駅): 北とぴあ さくらホール(王子駅)
あっせん料金: 全席自由 600円(一般料金1,000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 劇団四季ミュージカル 『バック・トゥ・ザ・フューチャー』



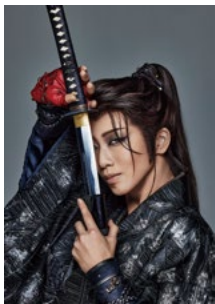
2025年、劇団四季の“未来”がはじまる。
驚きと興奮のミュージカルが、未来へ
と進む勇気をくれる!

日時: 7月27日(日) 午後1時開演
会場(最寄駅): JR東日本四季劇場[秋](浜松町駅)
あっせん料金: S席 13,000円(一般料金14,500円)
あっせん枚数: 30枚(1会員2枚まで)
※3歳以上はチケットが必要。

この公演は、興行元の都合によりフレンドリーげんきの
補助金が入った料金である旨記載させていただきます。

2歳以下
入場不可

⑤ 宝塚歌劇 星組公演 ミュージカル『阿修羅城の瞳』 原作/劇団☆新感線「阿修羅城の瞳」(作・中島 かずき) 原作演出/いのうえひでのり ファンタジック・タペストリー 『エスペラント!』



日時: 8月2日(土) 午前11時開演
出演: 礼真琴 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)

©宝塚歌劇団
Photographer/清忠之

⑥ リアル恐竜ショー 恐竜パーク2025



日時: 8月2日(土) ⑦午前11時開演 ⑧午後4時開演
会場(最寄駅): 北とぴあ さくらホール(王子駅)
あっせん料金: 全席指定 ⑦ 3,500円(一般料金4,800円)
⑧ 3,000円(一般料金4,300円)
あっせん枚数: 各10枚(1会員あわせて4枚まで)
※3歳以上はチケットが必要。
2歳以下は膝上鑑賞に限り無料。

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。

7 ミュージカル『ペテン師と詐欺師』 コンサート・バージョン

ラミン・カリムルー×ハドリー・フレイザー W主演! この夏、最強コンビで贈るコメディミュージカルが来日!



日時: 8月2日(土) 午後12時30分開演
出演: ラミン・カリムルー ハドリー・フレイザー 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 12,900円(一般料金16,000円)
あっせん枚数: 10枚(1会員2枚まで)
※生演奏/英語上演/台詞・歌詞日本語字幕

未就学児
入場不可

8 特撰落語会



桂文珍 春風亭小朝 柳家喬太郎 柳家三三

日時: 8月3日(日) ⑦午前11時30分開演 ⑧午後7時開演
出演: ⑦ 桂文珍 春風亭小朝 ⑧ 柳家喬太郎 柳家三三
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 ⑦ 3,600円(一般料金4,500円)
⑧ 3,100円(一般料金3,900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

9 舞台『WAR BRIDE —アメリカと日本の架け橋 桂子・ハーン—』

戦後80年。
戦争を乗り越えて
生まれた
「真実の愛」の物語
を舞台化!



日時: ⑦8月 6日(水) 午後 1時開演
⑧8月10日(日) 午後12時開演
出演: 奈緒 ウエンツ瑛士 高野洸 山口馬木也 ほか
会場(最寄駅): よみうり大手町ホール(大手町駅)
あっせん料金: 全席指定 8,800円(一般料金11,000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

10 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 バートーヴェンの世界

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!



齋藤友香理 島多璃音

予定曲: バートーヴェン/ピアノ協奏曲第5番「皇帝」 交響曲第7番
日時: 9月6日(土) 午後3時開演
出演: 齋藤友香理(指揮) 島多璃音(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

11 ルミネtheよしもと指定席予約引換券



有効期間: 6月14日(土)~11月30日(日)
会場(最寄駅): ルミネtheよしもと(新宿駅)
あっせん料金: ⑦ 平日券 2,100円 ⑧ 土日祝券 3,600円
一般料金は公演回によって異なります。
あっせん枚数: 各20枚(1会員あわせて2枚まで)
対象公演: 平日「ルミネtheよしもと 平日〇時の部」
土日祝「ルミネtheよしもと 土日祝〇時の部」
プラス、スペシャル、プレミアム公演も利用可能です。
貸切公演、満席公演、単独ライブ、企画ライブ、お盆などの特別興行は
利用不可。

利用方法

- ①指定席予約引換券受け取り後、引換券専用ダイヤルに電話し、予約する。
(観劇日の3週間前から前日まで予約可能。)
- ②劇場のチケットカウンターで、予約公演当日の開演時間30分前までに座席指定券と引換える。
※公演スケジュール等詳細は、ルミネtheよしもとホームページでご確認ください。
※4歳以下で身長110cm以下のお子様は膝上鑑賞に限り無料。



ルミネtheよしもとHP

展覧会

先着順
あっせん

特別展「蔦屋重三郎 コンテンツビジネスの風雲児」

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

あっせん料金：一般1,800円 一般料金：当日券2,100円
あっせん枚数：220枚 1会員4枚まで
会期：4月22日(火)～6月15日(日)
会場：東京国立博物館 平成館
※会期中展示替えがあります。
※当センターでは一般券のみあっせんします。



公式サイト

酒吞童子ビギンズ

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

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：4月29日(火・祝)～6月15日(日)
会場：サントリー美術館
※会期中展示替えがあります。
※当センターでは一般券のみあっせんします。



重要文化財 酒吞童子絵巻(部分) 狩野元信
三巻のうち下巻 大永2年(1522)
サントリー美術館 【通期展示】



サントリー美術館

東京・ミュージアム ぐるっとパス2025

申込締切
7月23日(水)
午後5時まで

東京を中心とする102の美術館・博物館等の入場券や割引券がセットになったQRコード付きカードタイプのチケットです。

あっせん料金：一般1,900円 一般料金：2,500円(大人料金のみ)
あっせん枚数：220枚 1会員4枚まで
有効期間：最初に利用した日から2か月間 ただし最終有効期限は2026年3月31日(火)
※対象施設等詳細は「ぐるっとパス」公式サイト等でご確認ください。
※臨時休館中の施設もごさいます。最新情報は対象施設の公式サイトでご確認ください。
※払い戻し、期間の延長はできません。
※お子様と65歳以上の方は各展示の入場料の割引率をお確かめのうえご利用ください。



公式サイト



会員証提示優待

東京ドームシティ

TOKYO DOME CITY

フレンドリーげんきは「東京ドームシティパートナーメンバーズ」の会員です。
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 TEL 03-3817-6364
(東京ドーム21ゲート向かい アトラクションズチケットカウンター(バイキングゾーン)横)

- ・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。お支払いは、現金・クレジットカード・電子マネー・コード決済がご利用いただけます。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「得10チケット」
- ・東京ドームホテル レストランランチ券
- ・読売ジャイアンツ公式戦チケット
- ・スパ ラクーア入館券
- ・東京ドームグループ利用券
- ・東京ドームビール券 など



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) ・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。 有効期限：2025年6月30日(月) ※2026年6月30日(火)有効期限のチケットは、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→ 	1セット (大人券10枚)	4,500円 (5,000円)	4～6月 3セットまで
高井戸天然温泉 美しの湯 有効期限：2026年3月31日(火) ・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) ・不定休 TEL 03-3334-0008 	大人 平日券	800円 (1,100円)	4～9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)	4～9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)	4～9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) TEL 0480-93-1200 	大人・ 3歳以上の 子ども共通券	2,700円 (大人 5,300円 中高生 5,000円 3歳～小学生・シニア 4,000円)	3～8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)	4～9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。



ライフサポート倶楽部 ログイン方法のご案内

フレンドリーげんきの会員は、ライフサポート倶楽部が提供するサービス（宿泊補助、映画鑑賞券、スポーツクラブなど）が利用できます。

会員サイト「メンバーズナビ」ご利用方法

STEP
1

「メンバーズナビ」にアクセス



ライフサポート倶楽部「メンバーズナビ」

<https://w7.lifesc.com>

メンバーズナビ

検索



スマホは
こちらから

STEP
2

ログインする

「メンバーズナビ」トップページ



★ライフサポート倶楽部会員番号(16桁)

会員番号《11》から始まる方 0899C888 ○○○○○○

会員番号《21》から始まる方 0299L050 ○○○○○○

会員番号《31》から始まる方 0299L343 ○○○○○○

会員番号《41》から始まる方 0899C677 ○○○○○○

★パスワード

初回のみ、会員証番号下8桁に
設定されています。
ご自身で変更してください。



パスワードをお忘れの方は、お電話でもお問合せできます！

☎ 0120-330-219 【平日10:00～18:00(土日祝は17:00まで) 年末年始休】

STEP
3

本人確認

セキュリティ機能強化のため、ログイン方法の手順が変更となり、パスワード登録している方も本人確認の手続きが必要となります。

③ 本人確認ページにて情報を入力し、「メールを送信する」をクリック。

→登録メールアドレス宛に確認メールが送信されます。

④ 確認メールに記載されているURLを60分以内にクリック。申請完了です。

※パスワード再発行まで、おむね1日程度お時間をいただきます。

⑤ 本人確認完了後は、新しいパスワードが
記載されたメールを登録メールアドレス宛に
通知します。

詳しい手順等は
二次元コードより
ご確認ください。



いまなら、ログイン&エントリーした方にプレゼント！



スターバックスドリンクチケット 500円分プレゼント

抽選で
100
名様！

応募期間：2025.5.1(木)～31(土)

当選発表 6月中旬ごろ、当選者にメールで配信いたします。(当選者発表に代えさせていただきます)

有効期限 発行日より4ヵ月間有効

応募手順 メンバーズナビにログイン後、「インフォメーション」より応募
※ログインについては、上の「ご利用方法」を参照ください。



利用対象 会員・登録同居家族

利用方法 下記取扱店でフレンドリーげんきの会員証をご提示ください。

取扱店／電話番号		割引内容
京成トラベルサービス(株)	青戸営業所 03-3838-5911	京成トラベルサービス取扱いパッケージ商品 (海外旅行・国内旅行) 基本旅行代金の3% ※一部対象外の商品あり
東武トップツアーズ(株)	東京法人東事業部 050-9000-0391 浅草駅トラベルサロン 03-3841-1471 池袋駅支店 03-3981-1231	①FEEL(海外・国内自社商品)基本旅行代金の3% ※一部対象外の商品あり ※会員本人が同行の場合に限る
(株)はとバス	東京営業所 03-3201-2725	定期観光、募集型企画旅行(日帰り、宿泊) 基本旅行代金の5% ※1枚の会員証で4名まで割引 募集型企画旅行は14日前までに左記営業所へ直接支払 定期観光は当日支払可能
キャンディツアー王子店	相談予約受付方法：電話、FAX、Eメール TEL番号：03-5993-4111 FAX番号：03-5249-3505 Eメール：candyoyaku@gmail.com	JR券、航空券の手配手数料半額(1枚片道1,100円→550円) 旅館、ホテル、レンタカーのみの手配もOK! ご成約の場合、オリジナルまたは現地のノベルティをプレゼント!

- 注意事項
- ・対象ツアー以外は割引になりません。
 - ・消費税、オプションツアー代金は割引対象外です。
 - ・対象のツアーに会員の同行は問いません。(東武トップツアーズ除く)
 - ・割引は現金でのお支払いに限ります。(はとバスはクレジットカード利用可)
 - ・料金をお支払い済の場合、差額の返金はしません。
 - ・取扱店以外では割引になりません。
 - ・ほかの割引との併用はできません。
 - ・割引内容は予告なく変更になる場合があります。



全福センターの旅行優待

全福センターの会員として優待が受けられます。
詳細は全福センターのホームページ、レジャー・トラベルにある「旅行代理店」の項目をご覧ください。

一例：JTB、HIS、楽天トラベルRacco、
じゃらんコーポレートサービス ほか

全福センターホームページ
ログイン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。



フレンドリーげんきでは会員サービス向上のため、会員優待にご協力いただける
会員事業所様を募集しています。
自慢の商品やサービス、お店の魅力を広くアピールする機会です。
是非とも協力店へのご参加をご検討ください。

ご協力いただいている協力店の情報は、フレンドリーげんきホームページをご覧ください。

※お申し込み、お問い合わせは各営業所へご連絡ください。



会員優待協力店

下記のレストランでフレンドリーばんきの会員証を提示すると、割引料金でお食事ができます。

利用対象 会員・登録同居家族と同行者

有効期限 2026年3月31日(火)まで(一部除外あり)

利用方法 ご予約の際に「東京広域勤労者サービスセンター」の会員であること、
会員証提示割引を利用する旨をお伝えください。来店時には会員証をご提示ください。
・レストランにより割引除外日あり ・他割引との併用不可 ・料金支払い後の割引適用不可

サンシャインシティプリンスホテル

所在地：東京都豊島区東池袋3-1-5

予約TEL **03-5954-2257** (レストラン直通)



割引対象レストラン	割引内容
B1 レストラン バイエレン	食料料金より10%引き (こどもは割引対象外) ※別途サービス料13%がかかります。

・割引除外日：お盆、クリスマス期間、年末年始、特別催事

ホテルメトロポリタン

所在地：豊島区西池袋1-6-1

予約TEL **03-3980-5533** (レストラン予約)
03-3980-1111 (代表)



日本料理「花むさし」会席

割引対象レストラン	割引内容
1F クロスデザイン 2F 花むさし/旬香/桂林/オリентエクスプレス 25F エスト/オーヴェスト	飲食料金より10%引き (クロスデザインのシニア、小学生、 幼児は割引対象外)

・メニュー、一般料金、休業日、営業時間等は各レストランへご確認ください。
・割引除外日：なし

京懐石みのきち 東京新宿住友ビル店

所在地：新宿区西新宿2-6-1新宿住友ビル2F

予約TEL **03-3346-2531**

(税・サービス料込)

内容	利用区分	一般料金	割引料金
月替わり特別懐石	平日/昼・土日祝/昼夜	10,120円	9,108円
お子様弁当	平日/昼・土日祝/昼夜	3,795円	3,416円
北山	昼/夜	12,650円	11,385円



・利用対象：
会員と同居家族



吉祥寺エクセルホテル東急

所在地：武蔵野市吉祥寺本町2-4-14

予約TEL **0422-29-3081** (レストラン直通)



割引対象レストラン	割引内容
2F ラウンジ&ダイニング SORAE (ソラエ)	ランチタイム、ティータイム、 ディナータイムの 正規料金より10%引き

・利用対象：会員と同行者5名まで ※一部除外となるプランがあります。



浅草ビューホテル

所在地：台東区西浅草3-17-1

予約TEL **03-3842-2124** (予約センター)



割引対象レストラン	割引内容
26F スカイグリルbuffet 武蔵	ランチ、ディナーbuffetの 一般料金より10%引き

・割引除外日：春休み期間、クリスマス期間、年末年始、ホテル特別催事
時(予約時にご確認ください)



京王プラザホテル

所在地：新宿区西新宿2-2-1

予約TEL **03-5322-8151** (レストラン予約直通)



スーパーbuffet「グラスコート」

割引対象レストラン	割引内容
〈レストラン〉 スーパーbuffet「グラスコート」、 天麩羅「しゅん」、鉄板焼「やまなみ」、 オールデイダイニング「樹林」、中国料理「南園」、 和食「かがり」、懷石「蒼樹庵」 〈バー・ラウンジ〉 スカイラウンジ「オーロラ」、 カクテル&ティーラウンジ、アートラウンジ「デュエット」、 メインバー「ブリアン」	通常料金の10%引き

- ・割引除外日：年末年始12/31～1/3
- ・一部除外になるプランあり。

新宿ワシントンホテル

所在地：新宿区西新宿3-2-9

予約TEL **03-3344-6109**

(レストラン予約センター)



割引対象レストラン	割引内容
ANNEX (別館) 1F 鉄板焼 ふじた	ディナー時限定 飲食料金より10%引き (割引上限金額10,000円)

〔ご宿泊〕一般料金から割引価格で宿泊可。
お問い合わせは専用ダイヤル 03-3344-6480



141OUJI TABLE

所在地：北区王子1-4-1 サンスクエア3F

(ボウリング場横)

予約TEL **03-5933-6955**



内容
食事注文時にワンドリンクサービス (ソフトドリンクのみ) 会員証1枚につき2名まで



ニユートーキョー

飲食代金から10%割引 (割引上限額10,000円)

平日のランチは利用不可、現金のみ



ニユートーキョー 庄屋 百千

対象店舗：ニユートーキョー、ミュンヘン、TAPEO、あぶりゃんせ 百千、綴、
 庄屋、五香路、河岸番外地、東京屋台、七代目 卯兵衛、
 やきとん・もつ串 とん、酒場MORI、ハンバーグワークス、くらま、
 灘の酒と和食 御影蔵、百千、華琳
 ※一部割引対象外の店舗があります。ご利用前に店舗へお問い合わせください。



ニユートーキョー ビヤホール
イメージ

全福センターのレストラン優待

全福センターの会員として優待が受けられます。

「ゼンプクセンター」会員である旨をお申し出のうえ、フレンドリーげんき会員証の裏面にある「全福センター加盟」マークを提示してください。



割引対象レストラン例	優待期間	通常料金	割引料金
帝国ホテル東京 インペリアルバイキング サール 要予約 TEL 03-3539-8187	9月30日(火)まで (除外日：ゴールデンウィーク 特別催事期間) 詳細はお問い合わせください	12,000円	平日ランチ 11時～12時30分/13時30分～15時 10,800円
		14,000円	土日祝日ランチ 13時30分～15時 12,600円

※他のレストランも利用できます。詳細は全福センターホームページ、グルメにある「レストラン」の項目をご覧ください。 ログイン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。





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)
1000円お得	800円お得	600円お得

実施
期間

2025年 7/2 (水) ▶ 9/12 (金)

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！

夏のご旅行に！

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

10%
割引！

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

※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。



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。
ご希望の方はフレンドリーげんきまでお申し込みください。

※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

東京都立職業能力開発センター キャリアアップ講習授業料補助

補助対象 会員本人

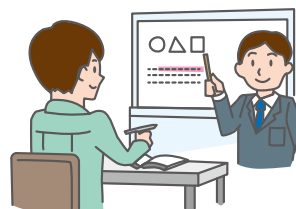
授業料を会員本人が自己負担していること。
授業料支払時、補助請求時に会員であること。

*教科書代等は補助対象外です。

補助金額 上限1,500円(1会員 年度内1回限り)

*授業料が1,500円未満の場合は当該授業料が補助金額です。
(100円未満切り捨て)

請求期限 授業料支払い後 1年以内



講座のご案内 TOKYOはたらくネット



池袋コミュニティ・カレッジ 法人会員優待

利用対象 会員本人と配偶者

優待内容 入会金 無料
受講料 一般料金から10%引き

- ・一日体験講座の受講にも利用できます。
- ・教材、パソコンスクールは割引になりません。

申込数 1会員 1期につき2講座まで
(法人会員受講申込書2枚まで)

- ・「法人会員受講申込書」は1期につき20枚を先着順に発行しています。
- ・講座は1年を3か月毎の4期(4・7・10・1月期)に区切り、受講受付をしていますが、異なる講座もありますのでご確認ください。

▶詳しくはフレンドリー
げんきホームページを
ご覧ください。



池袋コミュニティ・カレッジ
TEL 03-5949-5486(代)



2025年度事業計画および収支予算

2025年3月の理事会・評議員会で決定しました。

主な事業計画

余暇の充実のために ―――― 【余暇活動事業】

- ① 券のあっせん
 - ・区内共通商品券、お買い物券
 - ・都内共通入浴券
 - ・観劇、コンサート ・各種プリペイドカード
 - ・映画鑑賞券
 - ・プロ野球、大相撲観戦券
- ② 各種利用補助券(割引券)の発行
 - ・遊園地、日帰り温泉、プール、映画、東京ディズニーリゾート等
- ③ 遊園地等1日フリーパス券のあっせん・割引利用
 - ・東武動物公園 ・東京ドームシティアトラクションズ
 - ・スパリゾートハワイアンズ ・西武園ゆうえんち
- ④ 趣味・教養・キャリアアップ
 - ・池袋コミュニティ・カレッジ割引利用

- ・都立職業能力開発センター キャリアアップ講習 授業料補助

暮らしの向上のために ―――― 【生活安定事業】

給付金(祝金、見舞金、弔慰金)の支給

健やかに生きるために ―――― 【健康維持増進事業】

- ① インフルエンザ予防接種費用補助
- ② 健康診断/人間ドック利用補助
(各区内容が異なります)
- ③ スポーツクラブの割引利用
- ④ 区内スポーツ施設利用券のあっせん

もっと活用していただくために ―――― 【情報提供事業】

会報誌フレンドリーげんきタイムを年6回発行
(5・7・9・11・1・3月)

収支予算のあらまし

■収入(経常収益)

(単位: 千円)

科 目	予算額	内容説明
受取入会金・会費収益	63,400	入会金・会費収入
事業収益	83,346	事業活動による収入
受取補助金	105,795	区からの補助金
特定資産運用収益・受取寄附金	51	利息、寄附金
雑収益	3,219	協同事業分担金、広告料収入
合 計	255,811	

■支出(経常費用)

(単位: 千円)

科 目	予算額	内容説明
事業費	223,935	事業に要する経費、事業に係る人件費
管理費	31,873	管理運営費、管理に係る人件費
合 計	255,808	

【正味財産期末残高 95,944千円】

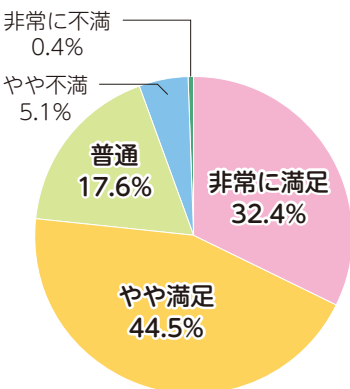
※詳細はフレンドリーげんきホームページで公開します。

1月号お年玉プレゼントアンケート結果報告 ご回答ありがとうございました！

■回答者: 1,167名

■対象者数: フレンドリーげんき会員10,158名(2024年12月31日時点)

Q1. フレンドリーげんき満足度



【非常に満足】

- ・毎回お得な情報があるから。(40代女性)
- ・映画チケットの割引がうれしい。(40代男性)

【やや満足】

- ・ディズニーのサービスが嬉しい。(20代男性)
- ・美術展をもっと増えるといい。(50代女性)

【普通】

- ・レストランを増やして。(70代女性)
 - ・使いたいものが少ない。(40代男性)
- (回答一部抜粋)

Q2. 取り入れて欲しいサービス(一部抜粋)

- ・地域のお店で使える割引券
- ・ディズニーリゾートの充実
- ・旅行・宿泊補助の充実
- ・美術展・展覧会チケットの充実
- ・商品券・金券などのサービス
- ・飲食店の割引サービス
- ・デジタルチケット
- ・クレジットカードやQRコード決済

Q3. 今後あると便利なもの

(複数回答)

- 1位 キャッシュレス決済
(PayPay、d払い、クレカ払いなど) 53.6%
- 2位 給付金・補助金等の
ネット申請 50.3%
- 3位 デジタル会員証 47.1%

Q4. 希望するチケット代金の 決済方法 (複数回答)

- 1位 QRコード決済
- 2位 クレジットカード決済
- 3位 銀行振り込み

🔴送付時のコンビニ払込票でQR
コード決済をお使いいただけます。
14ページをご覧ください。

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ご送信ください。 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

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 (試合日)	種別・席種 (大人・子ども等)	数量	代 金
☐					
☐					
☐					
☐					
☐					

- ・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]

詳細は会報誌3月号17ページをご覧ください。

STEP 1

はとバスへツアーを予約してください。

STEP 2

①はとバス日帰りツアー補助券申込 枚

- ・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。

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
()			
()			
()			
()			

・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。

東京ヤクルトスワローズグッズを 抽選で7名様にプレゼント!

抽選
プレゼント

申込締切
5月20日(火)
午後5時まで

- A. 2wayクッションブランケット(2名) B. 神宮球場飲食チケット2,000円分(4名)
C. ファンブック 2025(1名)

申込方法 14ページに記載の申込方法をご覧ください。
※お申し込みは1会員1回、直接窓口に取りに来ていただける方。
①会員番号・会員氏名 ②日中連絡先電話番号
③受取窓口 ④希望商品名



ファンブック

当選通知 当選の方のみに5月30日(金)までにご連絡。

応募用紙

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) _____

受取窓口・希望商品名に ☒ をご記入ください。(それぞれひとつ)

受取窓口 ☐ 豊島区本部 ☐ 北区営業所 ☐ 荒川区営業所 ☐ 杉並区営業所

希望商品名 ☐ A. 2wayクッションブランケット(2名)
☐ B. 神宮球場飲食チケット2,000円分(4名)
☐ C. ファンブック 2025(1名)

伝言板

■荒川総合スポーツセンター個人利用回数券の有効期限について

会報誌3月号掲載の有効期限に誤りがあったため訂正させていただきます。

【誤】 令和12年3月31日 → 【正】 令和10年3月31日

■おふろcafé utatane(日帰り温泉施設等利用補助券)について

特別繁忙料金時(春休み、GW、お盆、年末年始など大型連休)、利用補助券は使用できません。ご注意ください。

■優待券の配布について(先着順)

那須ハイランドパーク&那須ハイランドパーク年間パスポート、NOZARU&りんどう湖ファミリー牧場の優待券をフレンドリーげんき窓口で配布しています。ご希望の方は会員証をご持参ください。

※先着順、なくなり次第終了。

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 7月1日発行予定 ○クラフトビール乾杯券 ○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。