

フレンドリー げんきタイム

会報誌
3
 月号
 2025

一般財団法人 東京広域勤労者サービスセンター

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。

NEW JTBナイスギフト(商品券)	1	東京ドームシティ、展覧会	11
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	2	エンターテインメント	12
2025年度 事業内容		大相撲九月場所	14
小学校・中学校入学祝金 4月1日 受付開始	3	野球観戦チケット、区内スポーツ施設利用券	
給付金	4	ゴルフ練習場回数券、利用補助券同封のご案内	15
江川海岸潮干狩	6	バスツアー補助 HIS・はとバス	16
シネマコンプレックス映画鑑賞券		宿泊補助 ライフサポート倶楽部	18
手打ちそば体験教室補助券	7	各区限定サービス	20
高井戸天然温泉 美しい湯、荻窪なごみの湯		チケット申込・受取方法	22
都内共通入浴券	8	チケット申込書	23
東武動物公園、スパリゾートハワイアンズ	9	サッポロライオンチェーン特別優待券	
あらかわ遊園、池袋演芸場、新宿末廣亭	10	ゴールデンウィークの営業日程	24

理事長就任のご挨拶

この度、新たに理事長に就任いたしました天貝勝己です。
 当財団は、中小企業の振興と地域社会の発展を目的に掲げ、豊島区、北区、荒川区、杉並区の4つのエリアにわたりサービスを提供し、様々な事業を展開している広域的な組織であります。
 昨今の社会経済情勢により、中小企業が置かれている環境が大きく変化している現在、当財団の存在意義や役割についてもその変化に応じていく必要があります。
 そうした中でも、組織や会員サービスにおけるDXの推進や時代のニーズに合った新たなサービスの提供など、変革を急がなくてはならない課題もまた山積しております。
 こうした時期に、理事長の職に就くことは、大変、光栄であるとともに、その責任の重さを痛感しているところであります。
 これからは微力ながら、この重責を果たすべく、誠心誠意を尽くしてまいりますので、今後とも、ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



一般財団法人東京広域勤労者サービスセンター 理事長 天貝 勝己(豊島区副区長)

NEW! JTBナイスギフト(商品券)

全国100万店以上のJCBギフトカード取扱店で幅広くご利用いただけます。

あっせん料金 1セット 4,500円(1,000円券×5枚)

申込セット数 1会員2セットまで

有効期限 なし

・転売譲渡は禁止されています。

一部店舗・売場ではご利用できない場合があります。詳細はご利用加盟店(施設)にてご確認ください。ギフト券同封のご利用の手引きもご覧ください。

希望者全員
 あっせん

申込締切

3月21日(金)
 午後5時まで

窓口お渡し・発送

4月16日(水)
 から

JTB NICE GIFT
 ナイスギフト
 Shopping, Dining & Entertainments



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

東京ディズニーランド®/東京ディズニーシー®の
パークチケットの購入やディズニーホテル宿泊に
ご利用いただける利用券です。

利用券に記載されている利用(補助)金額分が、パークチケット価格や
ディズニーホテル宿泊費から差し引かれる形でご利用できます。



コーポレートプログラム利用券

利用について

パークチケット購入時の利用

パークチケット1枚につき、利用券1枚のみご利用いただけます。

※パークチケットの販売価格が、利用券記載の利用補助金額以下となる場合には
ご利用いただけません。

ディズニーホテル宿泊時の利用

宿泊者1名につき、利用券1枚の
ご利用が可能です。



「コーポレートプログラム利用者用サイト」
詳細はこちらでご確認ください
URL dcp.go2tdr.com



2025年度利用券は
3月17日(月)から配付を開始します。

申込者全員
配付

窓口お渡し・発送
3月17日(月)
から

申込締切
2026年
2月27日(金)まで

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 2025年4月1日(火)~2026年3月31日(火)

申込方法 電話、FAX、メール、ホームページ、窓口、郵送でお申し込みください。

パークチケット購入方法

東京ディズニーリゾート・オフィシャルサイトの予約・購入ページ、公式アプリで購入ください。
利用券の利用方法等は、上記「コーポレートプログラム利用者用サイト」で確認できます。

※有償・無償問わず、本券を第三者へ譲渡(インターネットオークション等を含む)することはできません。
これに反した場合、利用券は無効となります。

※2024年度の利用券(有効期限2025年3月31日)の申込受付は2月28日で終了しました。

※3月中に退会される方はお申し込みできません。

利用券の配付についての問い合わせはフレンドリーげんきまでお願いします。

2025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
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・夏季レジャー・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

バスツアー補助 HIS・はとバス

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【げんちケ】
クラフトビール乾杯券
手打ちそば体験教室補助券
会員優待協力店

・各区限定サービスの詳細は、20～21ページをご覧ください。

[2025年4月1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2025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1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

2025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、2024年4月2日～2025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。
2025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

2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火)

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**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。

郵送：「給付金請求書」の表裏に必要事項を記入し、「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。

※2023年10月から、会員氏名欄および領収書欄は、本人の自署であれば押印不要となりました。
ただし、委任状欄は引き続き押印が必要ですので、ご注意ください。

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

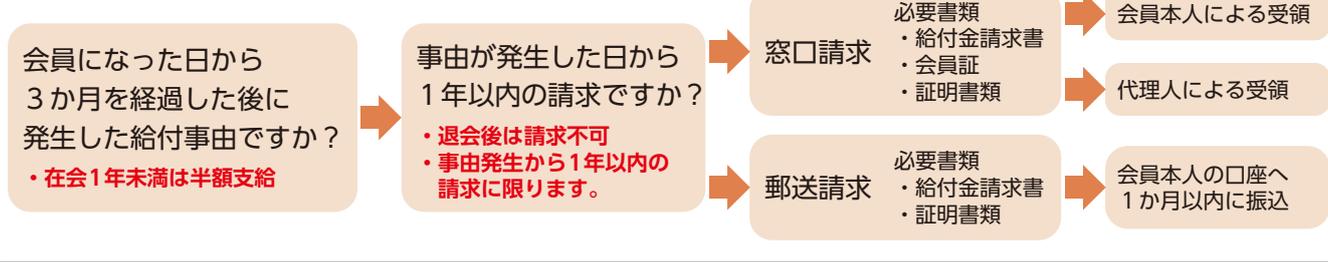
※会費未納(滞納)がある場合、会費完納まで支給できません。※2024年度入学祝金の請求は2025年3月31日(月)までです。(必着)



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、証明書類をお持ちください。
請求者が受領者氏名欄に自署した場合、押印は不要です。
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、請求者の会員証、証明書類、代理人の本人確認書類をお持ちください。
窓口で受領した方が受領者氏名欄に自署した場合、押印は不要です。
・「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 (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。)

	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	
<ul style="list-style-type: none"> ・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 				
<ul style="list-style-type: none"> ・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。 				
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		
<ul style="list-style-type: none"> ・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。 				
住宅災害	会員の居住する家屋が損害を受けたとき		・自治体、消防署等で発行する罹災証明書が必要で。	
	災害(自治体が発行する罹災証明書による)			
	全壊(50%以上)	100,000円		
	大規模半壊(40%以上50%未満)	70,000円		
	中規模半壊(30%以上40%未満)	50,000円		
	半壊(20%以上30%未満)	30,000円		
	準半壊(10%以上20%未満)	10,000円		
	火災(総務省消防庁の火災損害調査による)			
	全焼(70%以上)	100,000円		
	半焼(20%以上70%未満)	50,000円		
部分焼(10%以上20%未満)	10,000円			
<ul style="list-style-type: none"> ・家屋は現に生活の拠点(店舗・事務所・作業所等を除く)としている建物をいいます。 ・災害/準半壊に至らない場合(一部損壊・10%未満)、床下浸水、火災/ぼや(10%未満)及び消火活動による水損は支給対象となりません。 				

●弔慰金 (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。)

	給付事由	給付金額	証明書類 コピー可
死亡	会員本人が亡くなられたとき	100,000円	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		
	70歳以上の会員本人		
<ul style="list-style-type: none"> ・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。 			
死亡	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	
	会員の実親(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	

※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25日(金)
午後5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 1,500円 (中学生以上)
子ども券 700円 (4歳～小学生)
一般料金 大人：2,200円 子ども：1,100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29日(土)～6月29日(日)
※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岩根支所にご確認ください。
※ペットの入場はお断りします。

江川海岸

新木更津市漁業協同組合岩根支所
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/2025年3月29日(土)
～6月29日(日)

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

きさらづCAMP ORGANIC FIELD in みたて ～海越しに夕焼けが望める絶景キャンプ～

都心から約1時間のアクセス！
5000坪の広い平地の金田みたて海岸で、ソロからファミリーまで楽しめる
絶景キャンプ。
東京湾アクアラインや海ほたる、富士山(季節によって異なります)を望める
場所でゆったりとお過ごしいただけます。

木更津市観光協会ホームページ



みたてCAMP

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21日(金)
午後5時まで

窓口お渡し・発送
4月16日(水)
から

A MOVIX&SMT直営映画館(SMTシネマチケット)

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：2025年9月30日(火)

あっせん料金 一般券 1枚 1,200円 一般料金 大人2,000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 日比谷、池袋、新宿、上野、西新井 ほか
有効期限：2025年9月30日(火)

あっせん料金 一般券 1枚 1,200円 一般料金 大人2,000円～



TOHOシネマズ 六本木ヒルズ

C ローソン・ユナイテッドシネマ特別鑑賞券

劇場：全国のローソン・ユナイテッドシネマグループ各劇場
有効期限：2025年10月31日(金)

あっせん料金 一般券 1枚 1,000円 一般料金 大人2,000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&SMT直営映画館(SMTシネマチケット)では特別料金等の特別興行作品や特別席は利用できません。
- ・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、ドルビーシネマ等は劇場で追加料金が必要になります。

手打ちそば体験教室補助券

先着順

補助金額 1名につき1,000円の補助券を1枚発行(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 会員と登録同居家族

・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。

有効期間 2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火)

北東製粉の手打ちそば教室

体験日：月曜日～土曜日 10:00/13:00(所要時間約2時間)

費用：3,660円(材料費・税込)

持ち物：エプロン、手拭きタオル

※うどん教室の開催日や定休日などの詳細は、北東製粉ホームページをご確認ください。



北東製粉HP



利用方法

STEP
1

フレンドリーげんきへ①～④の内容を伝えて申し込み、補助券を受け取る。

①会員番号 ②会員氏名 ③枚数 ④受取方法(窓口・郵送)

STEP
2

北東製粉の手打ちそば教室に電話またはメールで予約をする。

※電話予約の場合、前日まで可。1名から開催。

TEL 03-3971-6543

(月～金)8:00～16:00 (土)8:00～15:00

体験当日は補助券を提出し、2,660円をお支払いください。 ※現金のみ



メール予約

※返信に数日かかる場合があります。

入浴券

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

高井戸天然温泉 美しい湯

希望者全員
あっせん

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。
四季を感じる露天風呂やサウナ等があります。



あっせん料金 大人平日券 **800円** 一般料金 1,100円
大人土日祝日券 **1,100円** 一般料金 1,300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(4月1日受付開始)

有効期限 2026年3月31日(火)

- ・タオル、バスタオル等は、ご持参ください。レンタル可。(別料金)
- ・不定休のため、休館日等はお問い合わせください。

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



荻窪なごみの湯

希望者全員
あっせん

美肌の湯で有名な西多摩の人気温泉「日の出町つるつる温泉」の
露天風呂や岩盤浴、ロウリュウが人気です。



あっせん料金 大人平日券 **1,800円** 一般料金 2,400円

申込枚数 10月～3月で1会員5枚まで
4月～9月で1会員5枚まで(4月1日受付開始)

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)、
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。

荻窪なごみの湯
杉並区上荻1-10-10
提携駐車場有り
TEL 03-3398-4126



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 **4,500円(大人券10枚)**
一般料金 5,000円

申込セット数 1月～3月で1会員3セットまで
4月～6月で1会員3セットまで(4月1日受付開始)

有効期限 2025年6月30日(月)

※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。



イメージ

利用できる
銭湯はこちら



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

2025年3月1日(土)～2026年2月28日(土)まで有効券

あっせん料金	大人・3歳以上の子ども共通券	2,700円
一般料金	大人(18歳以上)	5,300円
	中人(中・高校生)	5,000円
	子ども(3歳以上)・シニア(60歳以上要証明)	4,000円

申込枚数 3月～8月で1会員5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。



2024年11月7日に誕生したホワイトタイガーの赤ちゃんです。

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

2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火)まで有効券

あっせん料金	大人・3歳以上の子ども共通券	800円
一般料金	大人(中学生以上)	3,570円
(通常期)	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
3月17日(月)からのお渡し・発送になります。



[2025年3月31日(月)までにご利用の方はお早めに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。
(通常期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

発行月を含む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。
- ・混雑状況によっては入園を制限する場合があります。
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



池袋演芸場入場券

希望者全員
あっせん

申込締切
8月29日(金)
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(火)～9月30日(火)

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。

池袋演芸場
TEL 03-3971-4545



会員証提示割引

新宿末廣亭

新宿末廣亭で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



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



展覧会

先着順
あっせん

申込締切
4月23日(水)
午後5時まで

ミロ展 Joan Miró

あっせん料金：平日一般 2,000円 一般料金：当日券2,300円
平日65歳以上 1,300円 一般料金：当日券1,600円

あっせん枚数：220枚(1会員あわせて4枚まで)

会期：3月1日(土)～7月6日(日)

会場：東京都美術館

※当センターでは平日一般券・65歳以上券のみあっせんします。

※65歳以上の方は、入場の際に年齢の証明ができるものをご提示ください。



公式サイト

ヒルマ・アフ・クリント展

あっせん料金：一般 2,000円

一般料金：当日券2,300円

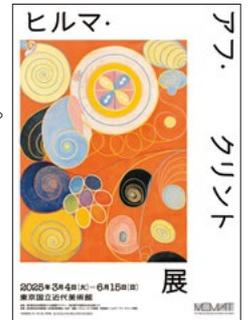
あっせん枚数：220枚(1会員4枚まで)

会期：3月4日(火)～6月15日(日)

会場：東京国立近代美術館

※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。



公式サイト

西洋絵画、どこから見るか？ ルネサンスから印象派まで サンディエゴ美術館 vs 国立西洋美術館

あっせん料金：一般 1,700円

一般料金：当日券2,300円

あっせん枚数：220枚(1会員4枚まで)

会期：3月11日(火)～6月8日(日)

会場：国立西洋美術館

※当センターでは一般券のみあっせんします。



公式サイト

相国寺承天閣美術館開館40周年記念 相国寺展 一金閣・銀閣 鳳凰がみつめた美の歴史

あっせん料金：一般 1,700円

一般料金：当日券2,000円

あっせん枚数：220枚(1会員4枚まで)

会期：3月29日(土)～5月25日(日)

会場：東京藝術大学大学美術館

※当センターでは一般券のみあっせんします。



公式サイト

チケットの申込・受取方法は22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

3月21日(金)
午後5時まで

抽選結果 4月4日(金)までに当選の方のみご通知します。

① 舞台『リンス・リピート ーそして、再び繰り返すー』

すれ違う母と娘。愛情に隠れた本当の気持ちを知ったとき、
家族は大きな一歩を踏み出す。



寺島しのぶ
©伊藤真人導 (SEPTEN)

吉柳咲良

松尾貴史

日時：⑦4月20日(日) 午後1時開演
⑧4月24日(木) 午後7時開演

出演：寺島しのぶ 吉柳咲良 松尾貴史 ほか
会場(最寄駅)：紀伊國屋サザンシアター-TAKASHIMAYA (新宿駅)
あっせん料金：全席指定 ⑦7,000円 ⑧6,700円(一般料金8,800円)
あっせん枚数：各8枚(1会員あわせて2枚まで)

未就学児
入場不可

② cobra tour 2025 ACCORDION MONSTER 誕生祭スペシャル

日本を代表するアコーディオン
奏者として国内外で活躍する
cobraが誕生祭を開催！
一度聞いたら忘れられないポッ
プなメロディと超絶テクニック
をぜひご堪能ください。



日時：4月29日(火・祝) 午後4時30分開演
会場(最寄駅)：イイノホール(霞ヶ関駅)
あっせん料金：全席指定 5,400円(一般料金6,800円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

③ 中村勘九郎 中村七之助 新緑歌舞伎特別公演2025



演目：一、トーク&ミニ歌舞伎塾
二、高尾懺悔 長唄囃子連中
三、太刀盗人 長唄囃子連中

日時：5月5日(月・祝) 午後4時開演
出演：中村勘九郎 中村七之助 中村鶴松 ほか
会場(最寄駅)：文京シビックホール 大ホール(後楽園駅)
あっせん料金：S席 6,400円(一般料金7,800円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

④ Happy Mothers Day ! ～母に感謝のコンサート2025 in TOKYO～



日時：5月6日(火・休) 午後6時開演
出演：森山直太郎 上白石萌音 ほか
ストーリーテラー/内田也哉子
会場(最寄駅)：Bunkamuraオーチャードホール(渋谷駅)
あっせん料金：全席指定 7,800円(一般料金9,800円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑤ 彩の国シェイクスピア・シリーズ2nd Vol.2 『マクベス』

新シリーズ注目の第2弾は待望の藤原マクベス!!



藤原竜也

土屋太鳳

吉田鋼太郎

日時：5月10日(土) 午後12時30分開演
出演：藤原竜也 土屋太鳳 吉田鋼太郎 ほか
会場(最寄駅)：彩の国さいたま芸術劇場 大ホール(与野本町駅)
あっせん料金：S席 8,000円(一般料金10,000円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

⑥ 松竹創業130周年 新橋演舞場100周年 反乱のポヤージュ

学生寮を舞台に大人社会との
狭間で闘う若者たちの葛藤と
成長、学生寮の舎監との心の
交流を描く青春群像劇！



原作：野沢尚
脚本・演出：鴻上尚史
日時：5月10日(土) 午後4時開演
出演：石黒賢 岡本圭人 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 10,000円(一般料金12,500円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)

未就学児
入場不可

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 三びきのやぎのがらがらどん／
ぼちぼちいこか

0歳からの親子で楽しむ
人形劇を世界中で愛され
ている2作品お送りいた
します！



©Seiji Fujishiro/HoriPro

日時：5月11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 1,600円(一般料金1,800円)
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歳以下は膝上鑑賞に限り無料。



8 ブラッド・メルドー
クリスチャン・マクブライド
マーカス・ギルモア
Trio Japan Tour 2025

グラミー賞受賞ミュー
ジシャンで構成された
ジャズ界をリードする
トリオが2025年春、
来日！



ブラッド・メルドー クリスチャン・マクブライド マーカス・ギルモア
(ピアノ) (ベース) (ドラム)

日時：5月11日(日) 午後6時開演
会場(最寄駅)：サントリーホール 大ホール(六本木一丁目駅)
あっせん料金：S席 8,000円(一般料金10,000円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)



9 来日40周年記念
ミシェル・ダルベルト ピアノ・リサイタル

国家功労勲章受章の巨匠が
贈る「超ヴィルトゥオーゾ」
の旅。技巧を超えた美德が
光る、ブラームスとリストの
名曲をお楽しみください！



©Lyodoh Kaneko

予定曲：ブラームス／パガニーニの主題による変奏曲
リスト／「ノルマ」の回想(ベッリーニ) ほか
日時：5月13日(火) 午後7時開演
会場(最寄駅)：すみだトリフォニーホール 大ホール(錦糸町駅)
あっせん料金：S席 4,400円(一般料金5,500円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)



10 日本フィル杉並公会堂シリーズ2025-2026
日本フィル第75回杉並定期演奏会



大友直人 オッタピアーノ・クリストーフオリ
©Rowland Kirishima ©井村重人

予定曲：アルチュニアン／トランペット協奏曲
ベルリオーズ／幻想交響曲 ほか
日時：5月17日(土) 午後3時開演
出演：大友直人(指揮)
オッタピアーノ・クリストーフオリ(トランペット)
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 4,700円(一般料金5,300円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)



11 北区民オーケストラ 第38回定期演奏会



予定曲：シューベルト／交響曲「未完成」
ブラームス／交響曲第3番 ほか
日時：5月18日(日) 午後2時開演
出演：高橋俊之(指揮) 北区民オーケストラ(演奏)
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 900円(一般料金1,200円)
あっせん枚数：10枚(1会員2枚まで)



12 劇団四季ディズニーミュージカル
『アナと雪の女王』

国内史上最も愛されたディズニー
アニメーション映画が、より深く
ドラマチックなミュージカルに！
真実の愛によって解き放たれる
二人の姉妹の物語



日時：5月25日(日) 午後12時30分開演
会場(最寄駅)：NOMURA野村證券ミュージカルシアター
JR東日本四季劇場[春](浜松町駅)
あっせん料金：S席大人 13,000円(一般料金14,500円)
あっせん枚数：16枚(1会員2枚まで)
※子ども(3歳~小学生)券のあっせんはありません。



大相撲九月場所入場券

抽選
あっせん

申込締切
4月11日(金)
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23日(金) 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	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	中日
	9/14(日)	9/15(月・祝)	9/16(火)	9/17(水)	9/18(木)	9/19(金)	9/20(土)	9/21(日)
日にち	9日目	10日目	11日目	12日目	13日目	14日目	千秋楽	
	9/22(月)	9/23(火・祝)	9/24(水)	9/25(木)	9/26(金)	9/27(土)	9/28(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	10,000円
㊧ 松セット	17,000円	17,500円	19,000円
㊨ 竹セット	15,000円	15,500円	17,000円
㊩ 梅セット	13,000円	13,500円	15,000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	10,500円
㊧ 松セット	17,500円	18,500円	19,500円
㊨ 竹セット	15,500円	16,500円	17,500円
㊩ 梅セット	13,500円	14,500円	15,500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席単位のはら売りはできません。 ・座席位置は未定です。
・土、日、祝日の券は特に入手が困難な状況です。

野球観戦チケット

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 読売ジャイアンツ公式戦

2025年度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。
6月下旬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。

抽選
あっせん



フレンドリーげんき

検索

区内スポーツ施設利用券・ゴルフ練習場回数券

※各営業所に在庫の状況を確認のうえ、ご購入ください。

希望者全員
あっせん

区内スポーツ施設利用券

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 3,000円 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12年3月31日	1セット 1,500円 1セット100円券×26枚(一般料金2,000円)	年度 10セット
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) 1,400円 (一般料金2,000円) 子ども(中学生以下1セット6枚) 100円 (一般料金500円) シニア(65歳以上1セット5枚) 500円 (一般料金1,000円)	年度 各6セット

ゴルフ練習場回数券

施設名	内容	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) 〈在庫限り終了〉 所在地 北区王子1-4-1 有効期限：発券から3か月	1枚 4,100円 引換券5,000ポイント分	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 有効期限：発券から6か月	フレンドリーげんきへお問い合わせください。	各月5冊

■2025年度利用補助券を折り込みました。

- レジャー施設利用補助券** 1会員6枚(6枚1綴)
券面記載のレジャー施設が割引料金(本人負担金額)で利用できます。
- 日帰り温泉施設等利用補助券** 1会員12枚(6枚1綴)
券面記載の日帰り温泉施設等が割引料金(本人負担金額)で利用できます。
- 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)
チケットポート窓口(券裏面記載の映画チケット利用補助券取扱い4店舗)で映画前売券を購入する際、補助券1枚につき、映画前売券が400円引きになります。**フレンドリーげんき会員証を必ずご提示ください。**

※フレンドリーげんきの会員証と補助券が揃っていないと割引は受けられません。
※オンラインチケット、イベント等のチケットには利用できません。

ご注意 ・年度の途中で店舗や施設が急きょ休業または閉店する場合があります。 ・利用補助券の発行は年度1回限りです。
・紛失、汚損等による再発行および追加発行はできません。 ・10月以降ご入会の方への補助券配付枚数は半分になります。

NEW 東京豊洲 万葉倶楽部



HISバスツアークーポンコード

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
②2025年4月1日(火)～2025年9月30日(火)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。残数が少なくなった際はフレンドリーげんきホームページ、X(旧ツイッター)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。

- ・各種割引クーポンとの併用はできません。
- ・全国旅行支援および県民割や国、自治体が進める各種キャンペーン商品は対象外です。

はとバス日帰りツアー補助券

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。）
 - ③ 2025年4月1日（火）～2025年9月30日（火）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。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、X（旧ツイッター）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

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等で支払いください。

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。

はとバス 東京営業所（東京駅丸の内南口出て左手） TEL 03-3201-2725

※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。（2025年2月現在）

ご注意

- ・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、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9月号でご案内の予定です。

WELCOME

宿泊施設は全国約**18,000**軒以上、
生活関連サービスは**2,000**プラン以上と提携。

ご利用の場所や場面が制限されることなく、いつでも福利厚生サービスの
メリットが受けられるメニューやサービスをご案内しています。

ライフサポート倶楽部 宿泊補助

フレンドリーげんきの会員は、ライフサポート倶楽部のサービスを利用できます。

補助内容

- 1 会員、年度内最大 4 人泊まで
- 1 泊につき 2,000 円
- 会員本人と登録同居家族が対象

- ・ 1 泊 2,000 円未満(消費税込)の場合は補助の対象になりません。
- ・ 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、2025年4月1日～2026年3月31日までです。
- ・ 宿泊料金から補助相当額が差し引かれます。



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>



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
0899 C 888 ○○○○○○
- 会員番号 (21) から始まる方
0299 L 050 ○○○○○○
- 会員番号 (31) から始まる方
0299 L 343 ○○○○○○
- 会員番号 (41) から始まる方
0899 C 677 ○○○○○○

★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。



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。

- 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。



- 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、**おおむね1日程度**お時間を
いただきます。
- 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。



※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！

☎ **0120-611-330** [平日10:00～18:00(土日祝は17:00まで) 年末年始休]

もっと手軽に！

ご利用いただけます！

友だち
募集中！



公式スマートフォンアプリ



スマホから無料ダウンロード！
※iPhone/Android向けのアプリです



App Store



Google Play



公式LINEアカウント

友だち登録はこちらから



人気のオリジナル特集

リソル直営の自慢のホテル



特典満載♪WEB限定プラン



早期割を使ってお得に予約



宿泊補助を利用して お得に泊まろう!

リソル直営と提携の国内宿泊施設で補助が受けられます。

ライフサポート倶楽部 宿泊予約の 방법은 2通り!

WEB予約
(ホームページ)

電話予約
(オペレーター対応)

WEB予約 会員専用ホームページ「メンバーズナビ」でカンタン予約!

1 施設検索

「メンバーズナビ」へログイン後、トップ画面にある「サービスを検索してみよう!」より、お好きな施設を検索

エリア、施設名からなど、ご自身の選びやすい項目からお選びいただけます



2 プラン選択 ↓ 申込み

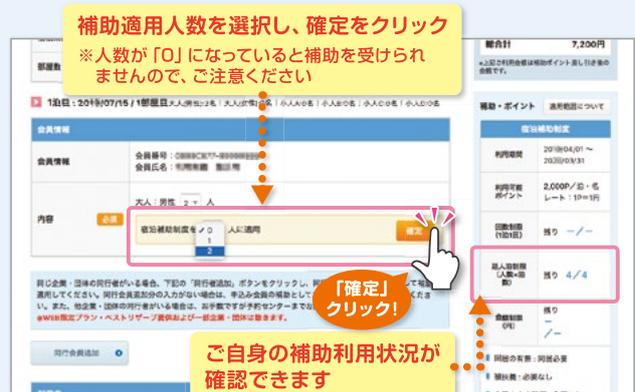
「フレンドリーげんき」の宿泊補助制度を利用される場合は、**P キャンペーン** の記載されたプランを選択



P キャンペーン
こちらのマークが目印です!

お好きなプランを選択後、ご利用日、ご利用人数など必須項目を選択します

「詳細・予約」
クリック!



補助適用人数を選択し、確定をクリック
※人数が「0」になっていると補助を受けられませんので、ご注意ください

「確定」
クリック!

ご自身の補助利用状況が確認できます



予約が完了・成立すると、ご登録メールアドレスに予約完了メールが届きます

注意事項 ● 宿泊施設に直接予約をした場合、会員料金および補助金は適用されません。● 宿泊をキャンセルした場合、補助金を取消料に充当することはできません。

お電話での
ご予約・お問合せ

RESOL予約センター ● 電話予約の際はオペレーターに「補助金利用」と伝えてください



0120-837-330

受付時間 平日 10:00~18:00
※年末年始休み 土日祝 10:00~17:00

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)

補助指定施設

豊島健康診査センター



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**

オリエンタルクリニック



・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
<p>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 会員料金 4,282円</p> <p>3. フレンドリー健康診断・自費検査 会員料金 Aコース 5,100円 Bコース 7,300円 Cコース 9,170円 Dコース 17,970円</p> <p>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</p>	<p>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 会員料金 4,282円</p> <p>4. 一般健診 会員料金 8,350円</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。

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。

補助要件 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**6,000円**以上。
2025年4月1日~2026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です。

補助金額 日帰り・1泊2日共通 **6,000円**

補助範囲および注意事項

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。

- ・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。
- ・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。
ご不明な場合は、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。
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。

2025年度

● 北区会員限定サービス ●

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 **6,000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
※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

2024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	日帰り	42,900円	36,900円
王子病院	03-3912-6611	北区王子2-14-13	日帰り	39,600円	33,600円
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	34,700円
				※バリウム検査での料金です。胃内視鏡検査に変更の場合は差額料金が発生します。	
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	43,500円
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 8F・9F・10F	1泊2日	62,700円	56,700円
IMS Me-Lifeクリニック新宿	03-3375-3371	渋谷区代々木2-1-1 新宿マインズタワー 10F			
IMS Me-Lifeクリニック東京 [※]	03-3548-2451	中央区日本橋3-6-2 日本橋フロント 2F	日帰り	39,930円	33,930円
IMS Me-Lifeクリニック渋谷 [※]	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クリニック東京、IMS Me-Lifeクリニック渋谷は日帰りコースのみ

2025年度

● 荒川区会員限定サービス ●

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。負担額**6,000円**以上。
2025年4月1日～2026年3月31日までに受診し、受診日から6か月以内に請求。
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。**補助金額** **6,000円**

請求書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～」⇒「申請書」からも印刷ができます。

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/ 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、 d払い・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、 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よ休業、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	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
()			
()			
()			
()			

・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。

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

有効期限 **2025年4月1日(火)～2026年3月31日(火)**

最終日ご利用頂けます

店舗読み取り用QRコード

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。
- ・ご利用の際、印刷またはQRコード画面をご提示ください。
- ・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。
- ・8月4日「ビヤホールの日」はご利用いただけません。
- ・1回のご飲食につき1枚のご利用に限ります。
- ・タバコなどの売店商品、オンラインショップ「味の直送便」での割引はできません。

ご利用の際QRコードをご提示ください。

キリトリ線

利用対象：会員・登録同居家族と同行者

【対象店舗】 銀座ライオン 銀座ライオンLEO YEBISU BAR
 かつ炉ぎ・うま酒 かこいや 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 ワイン食堂 ブルマール
 恵比寿ビヤホール グランポレール ワインパー
 ※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。



ゴールデンウィークの営業日程

FAXでのお申し込みは5月7日(水)以降にお送りいただけますよう、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。

4月30日(水)	午後3時受付分までチケット発送
5月1日(木)、5月2日(金)	窓口営業/チケットの発送はしません
5月3日(土・祝)～5月6日(火・休)	休業

伝言板

■会費引き落としについて

4月～6月の会費は4月23日(水)に指定の口座から引き落としさせていただきます。

■会員証提示割引等契約施設、会員優待協力店について

松屋(銀座店・浅草店)は3月31日(月)をもって優待割引のサービスが終了となります。

その他の優待内容の変更、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。

フレンドリーげんきホームページ



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** ○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。