

お得なこと・楽しいことがいっぱい! 年6回発行の会員向け会報紙

2022

8-9  
月号

令和4年  
vol.120

# ねりま ファミスタ

夏本番! 暑さに負けず、遊びつくそう!

Recommend!!

特集

電車に乗って気軽に、異国情緒あふれる街を満喫しよう。

## 横濱中華街 旅グルメきっぷ

ユニクロギフトカード

レストランお食事券

東京・ミュージアム ぐるっとパス2022

都内共通入浴券(回数券)

東京ドーム 巨人公式戦

舞台『ハリー・ポッターと呪いの子』

五木ひろしコンサート 2022



Web会員限定

〈練馬区友好都市〉  
長野県上田市から産地直送!  
シャインマスカット

【Recommend】  
**特集**

**抽選なし**

【申込締切】  
**8月16日(火) 17:00必着**

【引換期間】 **8月30日(火)~9月13日(火)**  
【代引発送】 **8月30日(火)**

電車に乗って気軽に、異国情緒あふれる街を満喫しよう。

横濱中華街

# 1 横濱中華街 旅グルメきっぷ

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。

まずは横浜中華街。それから港があって船があって、どこか日本離れたスポットもあって。そこへ電車に乗って気軽に行けちゃうってスゴイ。

お食事券と乗り降り自由な1日乗車券がセットになった「横濱中華街 旅グルメきっぷ」でお得に充実した一日を過ごしてみよう。



あっせん料金 おとな **2,400円** (一般3,000円)  
こども (小学生) **1,500円** (一般2,000円)

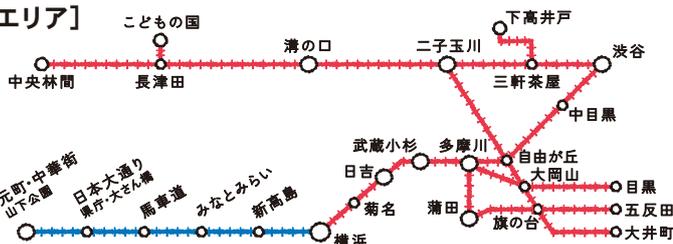
有効期限 2023年3月31日(金)まで ※ご利用当日に限り有効 購入制限 あわせて4枚まで

申込みの際、券種をご指定ください。

## 東急線・みなとみらい線1日乗り放題

### 【1日乗り降り自由エリア】

たとえば、「練馬」駅からバスモで乗車し、直通の副都心線で「元町・中華街」駅で下車した場合は、改札を出る前に駅窓口でパスモの精算を行ってください。



### お食事券

- ①対象店舗（施設）から1つお選びください。▶ 3ページ参照
- ②ご注文時、お食事券をお渡しください。

### 対象施設・店舗の特典つき

対象店舗（施設）で1日乗車券を見せておトクに楽しもう！

#### 【お食事券のご利用について】

- ※1日乗車券ご利用当日に限りお一人さま1回限り有効。
- ※「お食事券」対象店舗の営業時間、休業日は事前に各店舗にご確認ください。
- ※1枚の「お食事券」を複数名でご利用いただくことはできません。
- ※「お食事券」をお持ちでない場合は、別途料理をご注文ください。
- ※混雑の際は、お並びいただく場合がございます。「お食事券」に優先権はございません。
- ※他の特典、割引等の併用はできません。



「横濱中華街 旅グルメきっぷ」  
詳しくはこちら！

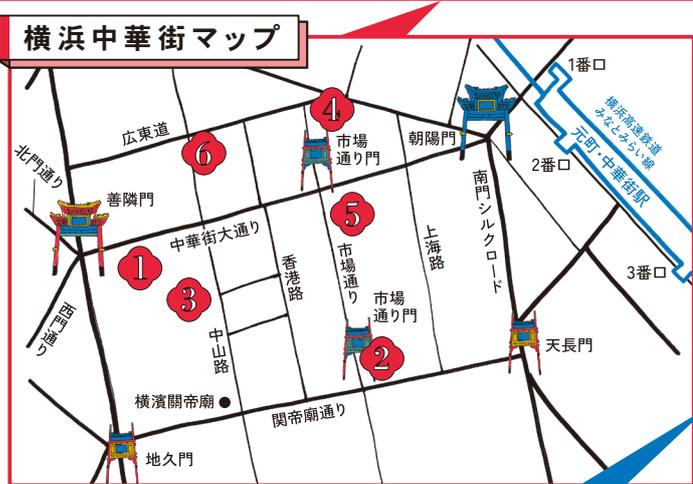
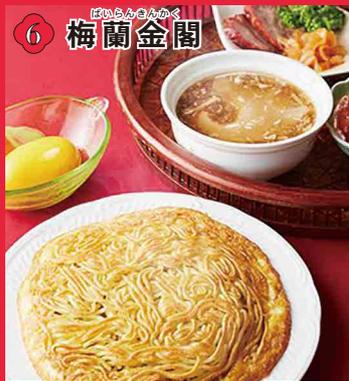


# 「お食事券」で中華街・みなとみらいのスペシャルメニューに舌鼓!

下記の10店舗から1店舗でご利用になれます。 ※写真は大人メニューです。こどもは別メニューとなります。

## 【横浜中華街で使える対象施設】

## 中華街で本場の味に大満足!



## 【みなとみらい地区で使える対象施設】

**割引施設**

1日乗車券を見せて **さらに** おトクに楽しもう!  
**みなとみらいエリアは、全部がテーマパークみたい。**

- ・アニヴェルセル カフェ
- ・横浜大世界 4F~8F 「アトリックミュージアム」
- ・横浜桜木町ワシントンホテル DINING&BAR BAYSIDE
- ・帆船日本丸・横浜みなと博物館
- ・みなとみらい東急スクエア 特典つき対象レストラン
- ・大佛次郎記念館
- ・シーバス

割引内容等  
 くわしくはこちら

**たとえばシーバスなら**

1日乗車券を見せて  
**乗船料 10%割引**

今後の状況によっては、中止等によりあっせんできなくなる場合もございます。予めご了承ください。  
 (実施の場合は、締切後の変更・キャンセルはできません。)

※写真はすべてイメージです。

Gift card & Leisure  
ギフトカード&レジャー

抽選なし

[申込締切]  
**8月16日(火)**  
17:00必着

[引換期間] **8月30日(火)~9月13日(火)**  
[代引発送] **8月30日(火)**

## 2 ユニクロギフトカード

全国のユニクロ店舗とオンラインストアでご利用いただけるプリペイドカードです。

あっせん料金 **4,500円** (5,000円券)

有効期間 2022年8月30日(火)~2025年8月29日(金)

購入制限 1枚のみ

※有効期限経過後は、カードは無効となり、残高の払い戻しはいたしません。



詳しくはこちら



## 3 吉野家プリカ

吉野家のハウス電子マネーです。

吉野家店頭にてチャージが可能で、テイクアウトやお食事の会計時に利用することができます。  
チャージ残高はレシート、吉野家ホームページにて確認可能です。

あっせん料金 **2,500円** (3,000円券)

有効期間 8月30日(火)~2年間  
(店頭で利用またはチャージでさらに2年間延長)

購入制限 1枚のみ



公式HPはこちら

## 4 ミスタードーナツ商品券

全国のミスタードーナツで利用できる商品券です。

あっせん料金 1セット **2,000円** (500円券×5枚 2,500円分)

有効期限 なし 購入制限 1セットのみ

※おつりが出ます。  
※デリバリーサービス・ミスドネットオーダー・出張販売先では、ご利用いただけません。

近隣店舗

[江古田店]	練馬区豊玉上1-8-1
[富士見台駅前店]	練馬区貫井3-7-5
[練馬高野台駅前店]	練馬区高野台1-7-27
[石神井公園駅前店]	練馬区石神井町3-23-8
[東武練馬店]	板橋区徳丸2-3-4
[成増店]	板橋区成増1-28-15 林ビル



公式HPはこちら

## 5 新江ノ島水族館

8,000匹のマイワシの大群が銀色に輝きながらうねり泳ぐ「相模湾大水槽」や幻想的なクラゲの癒し空間「クラゲファンタジーホール」、イルカやアシカのパフォーマンスなど見所満載のエデュテイメント型水族館を是非体験してください!

あっせん料金 大人 **1,700円** (一般2,500円)

高校生 **1,100円** (一般1,700円)

小・中学生 **700円** (一般1,200円)

幼児(3歳以上) **400円** (一般800円)

有効期間 2023年2月28日(火) 購入制限 あわせて4枚まで

※高校生は入場口にて学生証の提示が必要です。



公式HPはこちら



〒 神奈川県藤沢市片瀬海岸2-19-1 ☎ 0466-29-9960 (営業等のお問合わせ)  
🕒 12月~2月 10:00~17:00 3月~11月 9:00~17:00 ※ただし、時期により変更あり。  
📍 小田急江ノ島線 片瀬江ノ島駅 徒歩3分

**申込みの際、券種をご指定ください。**

Restaurant  
**お食事券**

抽選なし

[申込締切]  
**8月16日(火)**  
17:00必着

[引換期間] **8月30日(火)~9月13日(火)**  
[代引発送] **8月30日(火)**

利用方法

直接、レストランへ「ねりまファミリーパックの会員」であることを告げて予約してください。休日や有効期限月は、混雑によりお席のご用意ができない場合がありますので、お早目にご予約ください。また、変更・払戻しはできません。

申込みの際、チケット番号および券種をご指定ください。

メニュー内容等、詳しくは直接、レストランへお問合わせください。チケットは必ず有効期間内にご利用ください。

**6** [ホテルメトロポリタン] レストラン5店舗共通 全日※ランチ券

5店舗のいずれか1店舗で利用できる共通券です。メニュー内容は変更となる場合があります。

※「池袋」駅西口(南)より徒歩3分



《土日祝及びイベント催行日》90分・2部制のご案内となります場合がございます。

あっせん料金 **3,600円** (通常4,450円~4,700円相当) (税・サービス料込) レストラン特別利用券との併用はできません。公式HPはこちら

有効期間 2022年9月1日(木)~2023年2月28日(火) 時間 11:30~15:00 (14:30 LO) ※今般の情勢により、期間・営業時間が変更になる場合がございます。  
除外日 2023年1月1日(日)~1月3日(火) 購入制限 4枚まで 予約先 **03-3980-5533** (レストラン予約)

オールデイダイニング  
「クロスダイニング」1階



内容

[ランチビュッフェ]  
ワンドリンク付

※土日祝及びイベント催行日のご利用は、別途追加料金400円を現地でお支払いください。

ダイニング&バー  
「オーヴェスト」25階



内容

[ランチコース ヴィヴァーチェ]  
前菜・本日のパスタ・選べるメイン  
ディッシュ・デザート ※パンと食後のお飲み物が付いております。

四季彩茶寮  
「旬香」2階



内容

[国産牛サーロインステーキ炭火焼きランチ]  
前菜・国産牛サーロインステーキ・食事・デザート  
※平日: コーヒー付き

日本料理  
「花むさし」2階



内容

ランチ御膳 [宝珠]  
前菜・八寸・酢の物・焼物・造り・煮物・揚物・食事・デザート ※平日: コーヒー付き

中国料理  
「桂林」2階



内容

[ふかひれ姿煮入りランチコース]  
前菜・ふかひれ姿煮入りスープ・料理4品・食事・デザート

**7** [ヒルトン東京お台場] 2階  
シースケープ テラス・ダイニング 平日※ランチ・ディナー券

あっせん料金 [ランチ] 大人 **4,100円** (通常5,500円)  
[ディナー] 大人 **5,200円** (通常6,800円)  
(税・サービス料込)  
有効期間 2022年9月1日(木)~2023年3月31日(金)  
除外日 2022年12月17日(土)~25日(日)、12月30日(金)~2023年1月4日(水)及び特定日  
時間 [ランチ] 1部 11:30~13:00・2部 13:30~15:00 (各90分制)  
[ディナー] 1部 17:30~19:00・2部 19:30~21:00 (各90分制)  
購入制限 4枚まで  
予約先 **03-5500-5580** (レストラン総合案内) (全日10:00~20:00)  
内容 ビュッフェ

※土日祝のご利用は、別途追加料金、ランチは520円、ディナーは710円を現地でお支払いください。  
※ビュッフェの提供が出来ない場合、セットメニュー等をご案内する場合がございます。  
※営業時間は時短営業の要請に伴い、変更する場合がございます。  
※お飲物及びお子様料金については、現地にてご精算いただきます。(未就学児は無料)  
※満席等によりご予約いただけない場合がございます。  
※状況により提供方法および内容が変更になる場合がございます。  
※時期により通常料金に変更になる場合がございます。



公式HPはこちら

※ 新交通ゆりかもめ「台場」駅直結 / りんかい線「東京テレポート」駅徒歩10分



※写真はすべてイメージです。

今後の状況によっては、中止等によりあっせんできなくなる場合もございます。予めご了承ください。  
(実施の場合は、締切後の変更・キャンセルはできません。)

Exhibition  
展覧会

抽選なし

[申込締切]  
**8月16日(火)**  
17:00必着

[引換期間] **8月30日(火)~9月13日(火)**  
[代引発送] **8月30日(火)** ※ **8** は窓口お渡しのみ

## 8 東京・ミュージアム ぐるっとパス2022

東京を中心とする101施設(美術館・博物館・動物園・水族園・植物園・庭園)の入場券や割引券がセットになったお得なQRコードチケットです。「ぐるっとパス」誕生から20年目を迎え豊島区立熊谷守一美術館が、今回新たに参加しています。再参加は、国立西洋美術館、石洞美術館、三井記念美術館、泉屋博古館東京、松岡美術館、SOMPO美術館の6つの個性的で魅力的な美術館です。

あっせん料金 大人 **2,000円**(一般2,500円) 2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、2023年3月31日(金)まで

受取方法 **ねりまファミリーパック窓口お渡しのみ**

ご利用開始時にカードに、氏名をご記入ください。  
ご利用方法等は、ぐるっとパスホームページもしくは  
購入時にお渡しするガイドブックをご覧ください。



使える施設はこちら



ぐるっとパスカードイメージ

- ※ 入場できる展示と割引券として使える展示がございます。
- ※ 対象施設指定の展示に1回のみご利用いただけます。
- ※ 払い戻し、期間の延長はございません。
- ※ 紛失したり、QRコードが読み取れないほど破損してしまった場合はご利用いただけなくなります。再発行は行っておりません。ご購入いただいたぐるっとパスは大切にお取り扱いください。
- ※ 臨時休館中の施設もございます。最新情報は対象施設の公式ホームページでご確認ください。
- ※ お子様と65歳以上の方は、各施設の入場料の割引率をお確かめの上ご利用下さい。



公式HPはこちら

東京を中心とする101の美術館・博物館等の入場券や割引券がセットになったお得なQRコードチケットです。

誕生から20年

参加施設は101施設

東京・ミュージアム  
**ぐるっとパス**  
2022  
Tokyo Museum  
**Grutto Pass 2022**  
Entry and discount tickets for museums  
美術館・博物館等共通入場券&割引券

新登場! QRコードにともな

スマートフォンで読み取り

スマホがおすすめです!

スマホPC  
QRコード  
読み取り

新登場!

最新情報はこちら

あっせん料金 ¥2,500  
有効期間 最初のご利用日から2ヶ月間  
各施設指定の展示を1回にご利用いただけます。  
発行期間 2022年4月1日(金)~2023年3月31日(金)

## 9 イッタラ展 フィンランドガラスのきらめき

北欧デザインのパイオニア、フィンランドのライフスタイルブランド、イッタラの創立140周年を記念する展覧会。ヘルシンキのデザイン・ミュージアムで2021年に開催された展覧会を基に構成する本展は、フィンランドを代表するデザイナーたちによる革新性に富むガラスや陶器のテーブルウェアやオブジェ、資料を通して、イッタラのアートの創造性、歴史や美学に迫ります。

開催期間 **9月17日(土)~11月10日(木)** 10:00~18:00 (入館は17:30まで)

会場 Bunkamura ザ・ミュージアム (JR他 渋谷駅)

あっせん料金 一般 **1,200円**(当日1,700円) 2枚まで 休館日 9月27日(火)

- ※ 毎週金・土曜日は21:00まで(入館は20:30まで)
- ※ 未就学児は入館無料
- ※ 状況により、会期・開館時間・入館方法等が変更となる場合がございます。最新情報など詳細は美術館HPにて随時ご案内いたしますので、ご来場の際は事前のご確認をお願いいたします。
- ※ 本展は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。ご予約なしでもご入場いただけますが、混雑時にはお待ちいただく場合がございます。予約方法等の詳細は美術館HPにて最新情報をご確認ください。



公式HPはこちら



展覧会情報は  
こちら



Photo: Anton Sucksdorff

## 10 美をつくしー大阪市立美術館コレクション

長年にわたり築かれた大阪市立美術館のコレクションは、日本・中国の絵画や書蹟、彫刻、工芸など8,500件を超えます。本展では、大阪市立美術館が大規模改修工事のため今秋より休館することを機に、同館でもそろって展示されることが減多にない名品を、館外で初めて一堂にご紹介します。

開催期間 **9月14日(水)~11月13日(日)** 10:00~18:00

会場 サントリー美術館(都営地下鉄大江戸線 六本木駅)

あっせん料金 一般 **1,000円**(当日1,500円) 2枚まで

休館日 火曜日(ただし11月8日は18:00まで開館)

- ※ 作品保護のため、会期中展示替を行います
- ※ 金・土・および9月18日(日)、22日(木)、10月9日(日)、11月2日(水)は20:00まで開館
- ※ いずれも入館は閉館の30分前まで
- ※ 中学生以下無料
- ※ 障害者手帳をお持ちの方は、ご本人と介護の方1名様のみ無料
- ※ 開館時間は変更となる場合があります。
- ※ 最新情報は美術館ウェブサイトでご確認ください。



美術館  
ウェブサイト

《晩秋》上村松園 一面 昭和18年(1943)  
大阪市立美術館 【全期間展示】



One-day hot spring  
**日帰り温泉**

抽選なし

[申込締切]  
**8月16日(火)**  
17:00必着

[引換期間] **8月30日(火)~9月13日(火)**  
[代引発送] **8月30日(火)**

## 11 豊島園一庭の湯一 [平日券]

四季に彩られた日本庭園と、地下1,445mから汲み上げた天然温泉。

あっせん料金 大人(中学生以上) **1,600円** (一般平日2,070円)

有効期限 2023年2月28日(火)(年末年始の特定日は除く) 購入制限 4枚まで

※土・日・祝日にご利用の際は、別途300円を現地でお支払いください。 ※中学生未満は入館できません。  
※刺青・タトゥー(シール類を含む)をされた方、暴力団関係者、過度の飲酒をされている方の入館は固くお断りいたします。  
※特定日は、庭の湯ホームページでご確認ください。  
※営業時間・営業体制は政府・自治体からの要請により、変更となる場合がございます。  
※駐車場はございません。公共交通機関をご利用ください。



公式HPはこちら



## 12 都内共通入浴券(回数券) [大人480円券×10枚]

東京都公衆浴場業生活衛生同業組合に加入の都内銭湯約470軒で利用できます。  
練馬区内には、20軒の銭湯があります。

あっせん料金 1冊 **4,200円** (一般4,500円)

有効期限 2023年6月30日(金) 購入制限 年度内3冊まで



東京銭湯MAPはこちら



Sports  
**スポーツ観戦**

抽選あり

[申込締切]  
**8月16日(火) 17:00必着**

[当選発表]  
**8月18日(木) 16:00**

## 13 東京ドーム 巨人公式戦

日時 ① **9月17日(土) 18:00 vs. 阪神**  
② **9月20日(火) 18:00 vs. ヤクルト**

会場 東京ドーム(東京メトロ丸ノ内線 後楽園駅)

あっせん料金 内野指定席B **4,300円** (一般4,600円)

あっせん枚数 各日30枚 各試合4枚まで



来場時のお願い

**東京ドームグループ  
利用券(500円券)付き**  
巨人戦1枚につき東京ドームグループ  
利用券(500円)がついています。



※1塁側・3塁側の指定はできません。 ※2022年より東京ドームの場内は完全キャッシュレス化となっております。

※社会情勢により、試合時間の変更や販売を中止する場合がございます。 ※ご来場いただく際は、上記「来場時のお願い」に記載の注意事項にご協力ください。

**申込みの際、希望日をご指定ください。**

Web members only  
**Web会員限定**  
抽選あり

**FC東京 ホームゲーム vs. 京都サンガF.C.**  
**国立競技場開催試合 8月上旬受付開始**

※日程・あっせん料金等詳細は確定次第、ホームページ、ツイッターでご案内致します。



暑い夏は **区立プールへ行こう!!**

練馬区立スポーツ施設個人利用カード

ねりまファミリーパックで  
お得にご購入できます。

プール  
一般料金  
(1時間)

一般	200円
小中学生	100円※
幼児	無料



※小中学生は、土曜日に限り  
12:00までに入場した場合は  
2時間まで無料。



施設一覧等  
くわしくはこちら

あっせん料金 1枚 **1,600円** (2,000円券) **先着順販売** 購入方法等くわしくは、15ページをご覧ください。

Theater & Concert  
観劇&コンサート

抽選あり

14 ~ 17

[申込締切]  
8月10日(水) 17:00必着

[当選発表]  
8月15日(月) 16:00

18 ~ 20

[申込締切]  
8月22日(月) 17:00必着

[当選発表]  
8月24日(水) 16:00

## 14 舞台『ハリー・ポッターと呪いの子』

魔法の世界は舞台へ続く。

ハリー・ポッター、19年後のストーリー。

シリーズ8番目にして、“舞台”だからこそ体感できる「ハリー・ポッター」の新たな物語。世界のエンターテインメントを牽引する一流スタッフが知恵と技術を結集して創り上げた「ハリー・ポッター」の世界観を劇場で“体感”できる。原作ファンも、そうでない人も楽しめるストーリー、次から次へと飛び出す魔法の数々、ハリー・ポッターの世界へ入り込んだような舞台美術と衣裳、独創的で心躍る音楽、体感する全てが、あなたを魔法の空間にいざなう。

出演/ハリーポッター：向井 理 ほか  
オリジナルストーリー/J. K. ローリング  
脚本・オリジナルストーリー/ジャック・ソーン  
演出・オリジナルストーリー/ジョン・ティファニー



©TBS/ホリプロ



日時	9月19日(月・祝) 12:15開演	
会場	TBS赤坂ACTシアター (東京メトロ千代田線 赤坂駅)	
あっせん料金	S席	14,500円 (一般15,000円)
	S席 (6歳~15歳)	11,500円 (一般12,000円)
あっせん枚数	20枚	あわせて4枚まで

※未就学児入場不可  
※止むを得ない事情により、出演者並びにスケジュールが変更になる可能性がございます。予めご了承ください

申込みの際、券種をご指定ください。

## 15 劇団四季 ミュージカル『ライオンキング』

日本中を生命の歓喜に包みこむ!これが国民的ミュージカル

日時	9月18日(日) 13:00開演	
会場	有明四季劇場 (りんかい線「国際展示場」駅から徒歩10分/ゆりかもめ「有明」駅から徒歩8分)	
あっせん料金	S席一般	11,700円 (一般12,100円)
	S席子ども (公演当日3歳以上小学6年生以下)	5,700円 (一般6,050円)
あっせん枚数	50枚	あわせて4枚まで

※公演当日3歳以上有料 (膝上観劇不可) / 2歳以下の観劇不可  
※当劇場の感染症対策とご来場されるお客様へのお願いにつきましては、公式サイトでご確認の上ご来場ください。

申込みの際、券種をご指定ください。



## 16 劇団東少公演 ミュージカル「人魚姫」

アンデルセン原作「人魚姫」のファミリーミュージカル。  
自分の命よりも愛した人の幸せを願う、国境のない純真な愛の物語。

日時	8月28日(日) 15:00開演	
会場	練馬文化センター (西武池袋線他 練馬駅)	
あっせん料金	全席指定 2,200円 (一般2,800円)	
あっせん枚数	20枚	4枚まで ※3歳未満無料



## 17 五木ひろしコンサート 2022

「五木ひろし」と改名し50年の歳月が経過しました。  
そして今もなお、日本歌謡界のトップランナーとして走り続けています。  
数々のヒット曲を始め、名曲の中から厳選をした内容を予定しております。常に挑戦と継承を続けてきた五木ひろし。  
皆様お待ちかねのコンサートがいよいよスタートします。お楽しみに。



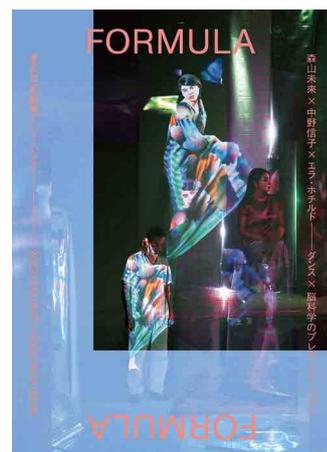
日時	9月5日(月) 14:00開演
会場	練馬文化センター (西武池袋線他 練馬駅)
あっせん料金	全席指定 <b>4,700円</b> (一般7,700円)
あっせん枚数	20枚 4枚まで ※未就学児入場不可

## 18 『FORMULA』

森山未来主演、新感覚のダンスプレゼンテーション。

[主演] 森山未来 他

日時	10月16日(日) 14:00開演
会場	東京芸術劇場 プレイハウス (JR他 池袋駅)
あっせん料金	S席 <b>6,800円</b> (一般7,800円)
あっせん枚数	20枚 2枚まで ※未就学児入場不可

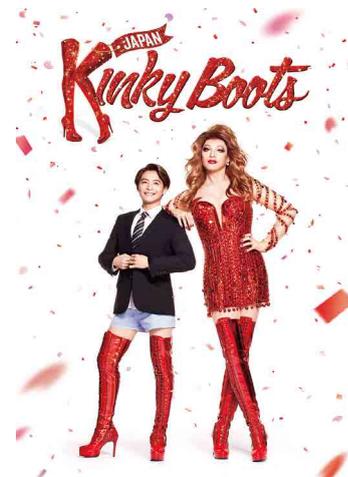


## 19 ブロードウェイミュージカル 「キンキーブーツ」

2016年、2019年と日本中を熱狂の渦に巻き込んだブロードウェイミュージカル「キンキーブーツ」。  
2022年秋、3度目の上演決定!

日時	10月27日(木) 18:00開演	★シュート・チェン、浅川文也出演回
会場	東急シアターオーブ (JR他 渋谷駅)	
あっせん料金	S席 <b>13,000円</b> (一般14,000円)	
あっせん枚数	20枚 2枚まで	

※未就学児入場不可  
※やむを得ない事情により、出演者並びにスケジュールが変更になる可能性があります。予めご了承ください。  
なお出演者変更の場合でも他日への変更・払い戻しはいたしかねます。



## 20 それいけ!アンパンマン ミュージカル 「おもちゃの国とみんなのたからもの」

今年はおもちゃの国を舞台に、アンパンマンたちが大活躍するよ!  
ご観覧いただいたお子様全員に会場にてノベルティをプレゼント♪  
素敵な一日の記念としてお楽しみください♪みんなで、たのしくおどって、てをたたこう!

日時	10月30日(日) 10:30開演
会場	昭和女子大学 人見記念講堂 (東急田園都市線 三軒茶屋駅)
あっせん料金	全席指定 <b>3,300円</b> (一般3,900円) ※公演当日、2歳からチケットが必要 ※0歳、1歳のお子様は大人1名につき1名まで ひざ上無料。ただし、お席が必要な方は有料。 ※公演時間は休憩を含み約90分予定
あっせん枚数	20枚 4枚まで

公演後は楽しい写真撮影タイム!公演終了後にキャラクター写真撮影の時間を設けております。  
ご自身のお席からの撮影となりますが、ぜひ素敵な一日の記念としてお楽しみください。



©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

公演中止の場合を除き、締切後の変更・キャンセルはできかねます。  
お申し込みの際には、今後推測される社会情勢やご自身の体調・環境をふまえご判断くださいますようお願いいたします。

# ご利用案内

1 ~ 20

ハガキ・FAXのお申し込みでは、未受信、不鮮明なものや締切後の到着がございます。できる限り、Webからのお申し込みをお願いします。

## 申込方法



[www.nerima-idc.or.jp/nerimafamipa/](http://www.nerima-idc.or.jp/nerimafamipa/)

\*Web会員登録（無料）が必要です。ホームページからWeb会員登録を行ってください。



**03-3993-4370**

\*ガイドブック巻末にある「会報掲載チケットあっせん申込書」を利用すると便利です。



〒176-0001 練馬区練馬1-17-1 Coconeri 4階  
ねりまファミリーパック 行



会員証をご提示ください。

### 【ハガキ裏面記入事項】

- ①チケット番号・チケット名
- ②券種（大人・小人など）
- ③希望枚数
- ④会員番号・会員氏名
- ⑤日中の連絡先電話番号
- ⑥代金支払方法  
窓口支払いまたは  
代金引換郵便

## お申込みはWebから【推奨】

### 【Web会員の方】



スマートフォンからは  
こちら

### 【Web会員未登録の方】



登録はこちら（無料）  
封書にてID・パスワードをご  
通知します。  
登録完了まで3営業日程度か  
かります。

## 受取方法



引換期間内にねりまファミリーパック窓口でお受け取りください。[お支払いは現金のみとなります。]

会員証をご持参ください。[窓口：9:00~19:00]

期間内にお引換えがない場合は、代金引換郵便でお送りします。（要手数料\*）



代金引換郵便でお送りします。（要手数料\*）

配達日時の指定はできません。

発送日は各チケット申込ページでご確認いただくか、マイページ利用履歴照会  
よりご確認ください。

※【代金引換郵便手数料】

チケット代金	手数料
～ 13,499円	300円
13,500円～ 49,549円	450円
49,550円～ 100,000円	870円

※代引発送日が異なる複数のチケットを申し込みの場合は、  
各々に手数料が必要となります。

## お願い

- 締切後の変更・キャンセルはできません。  
必ず期間内にお引換えください。
- Webからのお申し込みの場合、引換期間・抽選結果を  
必ずマイページ利用履歴照会よりご確認ください。

### 【チケット・特別利用券の転売は禁止です】

ねりまファミリーパックであっせんしたチケット類や、現地でチケット類を購入する際に利用する特別利用券をインターネット等で  
転売する行為は禁止です。チケット不正転売禁止法により、違反者は1年以下の懲役若しくは100万円以下の罰金が科せられます。  
第三者への譲渡が判明した場合は、除名の対象となります。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

## Web会員のみなさまへ **重要**

当法人から送信する一斉メールおよび受付完了メールのプロ  
バイダーおよびメールアドレスを変更いたしました。  
迷惑メール対策をされている方は、受信の設定をお願いいた  
します。

ドメイン：@nerima-idc.or.jp

お得な特典が受けられる会員事業所様をご紹介します。

## トレント洋菓子店



ねりコレ2022に選定された「トレント自家製完熟いちごサンデー」はお店で自家調合  
して作るバニラアイスに、生の苺からコトコト煮込んで作った苺ソースをトッピング。  
甘さ控えめで後味さっぱりなアイスに酸味のある苺ソースの相性をお楽しみください。

会員と家族

【住所】  
練馬区東大泉7-38-29-103  
【電話】  
03-3921-8831



会員証提示特典

全品 **5%割引**

\*他クーポン券等との割引は併用不可



店舗情報はこちら



ねりまファミリーパックの会員証を提示することにより、割引等の特典が受けられる施設がたくさんございます。  
くわしくは、「2022・2023年度版ガイドブック」23～40ページをご覧ください。

対象施設くわしくはこちら→



# 事務局からのお知らせ

## 創立記念事業補助

### 事業所会員限定

10年ごとの創立記念の日を迎えた法人が創立記念事業を実施すると、「創立記念事業補助金」を支給します。補助を受けた事業所は、会報「ねりまファミリーパック」に事業所名を掲載し、皆さまにお知らせします。

**請求方法** 補助金申請書を、ねりまファミリーパックに電話で請求してください。



30周年 株式会社フジドウロ 様

10周年 株式会社Sounds Great 様

おめでとうございます。

## はとバスツアーの利用補助について

### はとバス池袋営業所閉店のお知らせ

はとバス池袋営業所は6月末日をもって閉店いたしました。旅行代金のお支払いにつきましては、東京営業所または新宿営業所の2営業所になります。



はとバス公式HPこちら↑

**区内の旅行会社でもはとバスツアーの申込みができるようになりました。**

※ただし、割引特典はありません。

**対象** ・(株)日本旅行リテイリング 練馬区役所支店  
旅行会社 ・ 太平観光(株)

利用方法等詳しくは、「2022・2023年度版ガイドブック」をご覧ください。

[利用可能施設・サービスは全国に約60,000ヶ所]



## 全福ネット ガイドブック2022

まるごと  
一冊  
お得な  
情報誌!!

コロナ禍におすすめの会員ニーズに合った福利厚生サービスを提供！  
レジャー・トラベル・グルメ・カルチャーから各種生活サポートまで、  
毎日の暮らしで使えるお得なサービスを紹介。

ねりまファミリーパック窓口でのみ、全福ネットガイドブックを無料でお渡ししています。ご希望の方は、お気軽に窓口職員までお声がけください。

補助金や給付金の支給条件、給付額等の詳細は、「2022・2023年度版ガイドブック」をご覧ください。

[加入状況] 10,016人 (7月1日現在) 事業所 1,593所:6,017人 個人 3,757世帯:3,999人

## 臨時休業・システムメンテナンスのお知らせ

事務局のシステム入れ替えのため、9/24(土)は窓口を臨時休業とさせていただきます。また、ホームページのリニューアルに伴い、9/23(金)9:00~10/1(土)9:00まで、会員専用ページがご利用いただけなくなります。メンテナンス期間中は、先着順のチケットや各種補助券のお申込みは、お電話で承ります。大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

事務局窓口

9/24(土)  
臨時休業

ねりまファミリーパックホームページ

9/23(金) 10/1(土)  
9:00 ~ 9:00  
会員専用ページ  
利用不可

9/19(月)、9/23(金)は祝日のためお休みです。  
お盆期間は通常通り営業いたします。

## もう受け取りましたか?

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  
[1,000円×2枚]

レストラン特別利用券  
[400円×8枚]



[受取方法] 電話・FAXでは受付できません。

直接ねりまファミリーパック窓口へお越しいただくか、郵送希望の場合は、ねりまファミリーパックHP(会員専用ページ)から申請してください。



JA東京あおば・JA信州うえだ  
とれたて野菜と旬のくだもの即売会

日程 令和4年11月13日(日)

会場 ココネリ3階 産業イベントコーナー



会員限定の福引抽選会も実施します！  
くわしくは次号会報でご案内します。お楽しみに!!

Next issue 次号10-11月号は9月28日(水)発行予定です。

### 【主なチケットあっせん】

劇団四季ミュージカル「アラジン」 11/20(日)

舞台「ハリリー・ポッターと呪いの子」

スパジウムジャポン

KFCカード

劇団四季ミュージカル「美女と野獣」 11/26(土)

12/1(木)・12/21(水)

大相撲一月場所

子ども商品券 他

トラベル利用補助券 会員3,000円・登録家族1,500円 によりお得に楽しめるツアー。

## 太平観光主催の日帰りバスツアー

鏡面のように床が赤く輝く! **宝徳寺の床もみじ特別公開** & 北関東屈指の紅葉庭園 **徳明園の紅葉**



宝徳寺



徳明園

日時 **11月16日(水)、11月28日(月)**

7:20 練馬駅北口集合

募集人数 各日35名 (最少催行人数25名) ※先着順

通常料金 12,800円 (3歳以上同額)

トラベル  
利用補助を  
ご利用の  
場合

会員 **9,800円** ※バスの座席を1名で2席  
利用をご希望の方は、  
登録家族 **11,300円** 3,000円加算で承ります。

料金内訳 バス代、昼食代、宝徳寺拝観料、徳明園見学科、保険料

利用方法 ①太平観光に申し込む ②太平観光にお支払い  
申込時に、ねりまファミリーパック 太平観光より代表者へ日程表やお  
会員である旨お知らせください。 支払いのご案内を郵送いたします。  
また、参加者氏名、生年月日等をお 内容をご確認のうえ、期日までに旅  
行代金をお支払いください。

※このバスツアーに限り、トラベル利用補助券の申請は旅行会社が代行して行います。

ご自身でねりまファミリーパックに連絡する必要はございません。

※トラベル利用補助券の発行は会員および登録家族・年度内2回まで

行程

練馬駅北口 (7:30出発)

宝徳寺  
[床もみじ鑑賞]

登利平  
[名物とりめし御膳の昼食]

徳明園  
[洞窟観音見学・  
庭園の紅葉鑑賞]

上里カンターレ  
[お買い物・パンの積込]

練馬駅北口 (17:30到着予定)

※行程入れ替えの場合あり。



名物とりめし御膳 ※写真はイメージとなります。



カンターレ名物  
山型食パンのお土産付き 上里カンターレ

当日は太平観光の添乗員が同行します。  
《このツアーは旅行会社と参加者個人との  
間での旅行契約となります。》

**8/1 (月) から受付開始! 先着順!!**

申込みは旅行会社にお電話で

太平観光株式会社 フリーダイヤル **0120-108-447** [平日] 9:00~18:00  
[定休日] 土日祝日・年末年始

※申込時に参加者の氏名、生年月日、ねりまファミリーパックの会員番号、トラベル利用補助券使用の有無等をお伺いします。



練馬区内共通  
商品券利用可

[新型コロナウイルス感染予防に対する取組]

体調管理・除菌・換気などの安心安全対策のもと催行しています

旅行企画・実施: 観光庁長官登録旅行業第1385号  
〒178-0063 練馬区東大泉7-38-9 TEL.03-3924-1911 FAX.03-3923-5311  
太平観光株式会社 本社営業所 総合旅行業務取扱管理者 位坂 清澄

※写真はイメージです。

太平観光の  
太平ツアー

太平観光ではトラベル利用補助が使える練馬区内発着の日帰りバスツアーを多数ご用意しております。  
資料請求やお問い合わせは直接旅行会社へお電話または公式ホームページをご覧ください。

Web検索

太平ツアー

または



外壁塗装 屋根塗装  
防水工事

工事見積額(税抜)より更に  
**15%off**  
割引期間  
令和4年  
**9月末**  
のご契約分

防水が切れた建物は・・・  
“台風の強い風雨”  
“暑い夏の紫外線”  
によって傷みが  
進みやすくなっています

だからこそ!

外壁・屋根の傷みチェック  
と早めのメンテナンスで  
美しく元気に長持ちする家に!!

ペンタくんにおまかせください!!

見積・点検  
無料!!

20万棟以上の施工実績  
だからおまかせで安心!!  
アフターメンテナンス  
もバッチリ!!

[お客様の声]

・家が生まれ変わり、  
改めて家を大切にす  
る気持ちになりました。  
・見違えるほどキレイになり、ペンタ  
くんにお預りして良かったです。  
色もキレイとご近所から好評です。

Webページからご覧いただけます

お問い合わせの際は  
“ねりまファミリーパックを見た”  
とご連絡ください。



**0120-616-132**

受付時間 9:00~18:00(月~土)

建設業許可 国土交通大臣許可(般-特-29) 第24816号 一級建築士事務所 東京都知事登録 第52952号

株式会社ペンタくん 市場開発部

〒206-0014 東京都多摩市芝田1251サークルビル2階

施工エリア: 東京都 神奈川県 千葉県 埼玉県

スマホはこちら



※受付時に必ず会員とお申し出ください。後日お申し出を頂いた場合は割引サービスの適用ができませんので、ご注意ください。この割引サービスは、他の割引サービスとあわせてご利用できませんので、ご了承ください。(2022.9)

Webページでもキャンペーン紹介中!!

[URL] <https://www.pentakun.co.jp/campaign/nerimafamipa/>  
《 ネットから24時間受付OK! お問合せフォームからどうぞ!! 》

**先着順販売**

夏休み特別企画!この夏、家族みんなでお出かけしよう!

**ファミリーパック窓口で販売しているチケット**

申込方法



[www.nerima-idc.or.jp/nerimafamipa/](http://www.nerima-idc.or.jp/nerimafamipa/)

\*Web会員登録(無料)が必要です。  
ホームページからWeb会員登録申請を行ってください。



**03-3993-6600** 9:00~17:00 (日・祝除く)

\*会員番号をお伺いします。会員証をお手元にご用意ください。

受取方法



会員証をご持参ください。  
9:00~19:00 (日・祝除く)  
(予約をしていないチケットは17:00まで)



代金引換郵便でお送りします。(要手数料\*)  
配達日時指定はできません。申込日の翌日に発送します。(土日祝の発送はありません)  
\*手数料は10ページをご覧ください。

## 東京湾納涼船 [全日予約制] 乗船引換券

開催期間 **開催中~9月11日(日)** 19:15出航 21:00帰着

乗船場所 **竹芝客船ターミナル (JR 浜松町駅)**

あっせん料金 大人(中学生以上) **1,100円** (一般1,500円) 購入制限 **4枚まで** 公式HPはこちら

\*ドリンク・フードは船内で別途料金となります。 ※ゆかた割引等の割引との併用不可。  
\*飲食物の持ち込みは禁止となります。 ※ご案内のチケットは引換券です。乗船当日、竹芝の東海汽船で乗船券に引き換えが必要です。

**乗船予約は、乗船1か月前の同日より東海汽船にて電話受付します。**  
(予約係 03-3437-6119 受付時間 9:30~18:00)  
**必ず乗船予約をしてからねりまファミリーパック乗船引換券の申し込みをしてください。**



### 新造船3代目「さるびあ丸」による、約1時間45分の東京湾クルージング

東京湾納涼船は、竹芝桟橋を出航し、東京湾の見どころをぐるっと周遊します。普段はなかなか見ることのできない船上的からの夜景をお楽しみください。



**タイムスケジュール**  
19:15 竹芝桟橋出航  
夜景や船内イベントをお楽しみください  
21:00頃 帰港

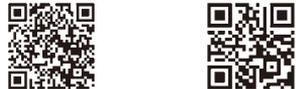


## 夏休み 昆虫展セット 8月26日(金)までの販売

《ファールに学ぶ!体感する昆虫展TOKYO》(入場券)と東京ドームシティアトラクションズ(2枚)を満喫できるセット。ここでしか見られない展示や昆虫の目線を体験できるコーナー、全長3mの巨大昆虫ロボットが登場する「巨大昆虫の森」、生きた昆虫に触れあえる「昆虫ふれあいの森」など内容盛りだくさん!!

会場 **東京ドームシティ Gallery AaMo** (東京メトロ丸ノ内線 後楽園駅)  
あっせん料金 大人 **2,000円** (最大4,000円相当)  
こども(4歳~12歳) **1,300円** (最大3,400円相当)  
有効期間 [昆虫展入場券] 2022年7月8日(金)~9月4日(日)  
[アトラクション券] ~9月4日(日) (昆虫展開催期間)  
購入制限 あわせて4枚まで

\*3歳以下は無料(単独入場はご遠慮ください。) \*東京ドームシティアトラクションズの乗り物にご利用いただけます。(一部対象外の乗り物もございます。) \*再入場は不可。 \*詳しくは東京ドームシティアトラクションズ公式ホームページにてご確認ください。



申込みの際、券種をご指定ください。 昆虫展について はこちら はこちら アトラクションについて はこちら はこちら



今後の状況によっては、中止等によりあっせんできなくなる場合もございます。予めご了承ください。(実施の場合は、締切後の変更・キャンセルはできません。)

先着順  
販売

# ファミリーパック窓口で 販売しているチケット



## 練馬区内共通商品券



このステッカーのあるお店でご利用いただけます。

使えるお店の一覧は練馬区商店街連合会ホームページで確認できます。  
※一覧表の配付はありません。



あっせん料金 1セット **4,500円** (500円券×10枚)

有効期限 2026年3月31日(火) 購入制限 年度内3セットまで

## ジェフグルメカード



主なジェフグルメカード加盟店はホームページで確認できます。



あっせん料金 1セット **4,500円** (500円券×10枚)

有効期限 なし 購入制限 年度内3セットまで

## サンシャイン水族館

前期券



[入場券] あっせん料金

大人(高校生以上) **1,700円** (一般2,400円~)  
こども(小・中学生) **800円** (一般1,200円)  
幼児(4歳以上) **400円** (一般700円)

有効期限 2022年9月30日(金)※

購入制限 大人・こども・幼児あわせて  
各期10枚まで



※特別営業時は利用不可  
※日時指定WEB整理券の取得が必要な場合がございます。  
詳しくは、水族館 ウェブサイトをご確認ください。

公式HP

## SKY CIRCUS サンシャイン60展望台



[入場券] あっせん料金

大人(高校生以上) **800円** (一般1,200円)  
こども(小・中学生) **400円** (一般600円)  
幼児(4歳以上) **200円** (一般300円)

有効期限 2022年9月30日(金)

購入制限 月5枚までかつ年度内10枚まで

※特別営業時は利用不可  
※VRは別途料金がかかります。VRは土日祝のみ  
運用しております。  
※7/16(土)~8/28(日)は毎日運行。



公式HP

## コニカミノルタプラネタリウム 満天 in Sunshine City



[鑑賞引換券(一般シート)] あっせん料金

大人(中学生以上) **1,000円** (一般シート1,500円)  
こども(4歳以上) **600円** (一般シート900円)

有効期限 2023年3月31日(金)

購入制限 月5枚までかつ年度内10枚まで

※本券は、窓口で時間指定のチケットとの引換えが必要となります。  
ヒーリングプラネタリウムを含む一部上映作品、プレミアムシート(雲、芝シート)には引換えできません。  
※上映時間・作品内容は変更になる場合があります。詳細は公式WEBサイトをご確認ください。

## 東武動物公園



[入園+乗り物フリー] あっせん料金

**2,000円** (3歳以上共通)(一般5,100円)

有効期限 2023年3月31日(金)

購入制限 月5枚までかつ年度内10枚まで

※プールを利用する際は、WEBにて日付指定のプール入場券の別途購入が必要です。



公式HP

## 東京ドームシティ



[得10(とくてん)チケット] あっせん料金

大人(中学生以上) **2,700円**  
(最大6,000円相当)

有効期限 2022年9月30日(金)※

購入制限 なし(ただし、1度の購入は10冊まで)

現地(東京ドームシティの法人サービスカウンター(ミーツポート2F))でも2,700円で購入できます。(会員登録の提示がないと購入できません。)



得10チケット情報  
サイトはこちら

## スパリゾート ハワイアンズ

前期券



[入場券] あっせん料金

**800円** (3歳以上共通)(一般大人3,570円)

有効期限 2023年3月31日(金)

購入制限 各期10枚まで

※ウォーターパーク、スプリングパーク、スパガーデンパレオおよび江戸情話と市に入場できます。  
ウォーターライダーは別途料金。  
※後期券は9/28(水)から販売します。



公式HP

所在地や営業時間、休業日等は各施設の公式ホームページでご確認ください。

※サンシャイン水族館、東京ドームシティのチケットは、9/1受付分より有効期限が2023年3月31日(金)になります。

商品券

レジャー施設

申込方法



www.nerima-idc.or.jp/nerimafamipa/

\*Web会員登録(無料)が必要です。  
ホームページからWeb会員登録を行ってください。



03-3993-6600 9:00~17:00 (日・祝除く)

\*会員番号をお伺いします。会員証をお手元にご用意ください。

受取方法



会員証をご持参ください。  
9:00~19:00 (日・祝除く)  
(予約をしていないチケットは17:00まで)



代金引換郵便でお送りします。(要手数料※)  
配達日時の指定はできません。申込日の翌日に発送します。(土日祝の発送はありません)  
※手数料は10ページをご覧ください。

## ユナイテッド・シネマ/ シネプレックス



CINEPLEX



あっせん料金 大人 **1,300円**  
小人(3歳~高校生) **800円**



公式HP

有効期限 2023年1月31日(火) 購入制限 大人・小人あわせて  
月5枚まで

## ユナイテッド・シネマ メンバーズカード 入会・更新手数料補助

補助金額 **500円** (年度内1回) ※利用方法等くわしくは、「2022-2023年度版  
ガイドブック」9ページをご覧ください。

## T・ジョイ SEIBU 大泉



インターネット座席予約対応



あっせん料金 大人 **1,300円**  
小人(3歳~17歳以下) **800円**  
シニア(60歳以上) **1,000円**



公式HP

有効期限 申込月から6か月

購入制限 大人・小人・シニアあわせて月5枚まで

## イオンシネマ

インターネット座席予約対応



あっせん料金 大人 **1,300円**



公式HP

有効期限 2022年12月31日(土) 購入制限 月5枚まで

※MOVIX劇場、丸の内・新宿ピカデリーは利用できません。

## TOHO シネマズ



インターネット座席予約対応



あっせん料金 大人 **1,300円**



公式HP

有効期限 2022年12月31日(土) 購入制限 月5枚まで

## スポーツクラブ ルネサンス



[1日利用券] あっせん料金

**1,400円**  
(ビジター料金体験チケット2,200円)

有効期限 2023年3月31日(金)

購入制限 月5枚まで

ルネサンス光が丘、石神井公園、富士見台、  
東伏見で利用できます。

※15歳以上の方がご利用いただけます。

## スポーツクラブ ティップネス



[1日利用券] あっせん料金

①練馬区4施設共通 **1,400円**  
(練馬店、大泉学園店、東武練馬店、氷川台店)

②関東エリア共通 **1,600円**  
(ビジター料金通常3,300円)

有効期限 申込月から6か月

購入制限 ①②あわせて月5枚まで

※16歳以上の方がご利用いただけます。

## 練馬区立スポーツ施設 個人利用カード



[練馬区立体育館・プール共通プリペイドカード]  
あっせん料金

**1,600円** (2,000円券)

有効期限 なし

購入制限 月1枚までかつ年度内10枚まで

【施設の営業について】 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、休園等の場合がございます。  
各施設の営業案内については、施設HP等で必ず事前の確認をお願いいたします。

映画鑑賞

スポーツ施設

Web members only  
**Web会員限定** 抽選あり [申込締切] **9月2日(金) 17:00** [当選発表] **9月5日(月) 16:00**  
 こちらの物販はインターネットからのみのお申込み受付となります。申込方法等の注意事項は10ページをご覧ください。  
 はがき、FAXからはお申込みできません。この機会にぜひWeb会員にご登録ください(登録無料)。

〈練馬区友好都市〉長野県上田市から産地直送! JA信州うえだ

**シャインマスカット**  
**[2房入(合計約1kg)]**



信州うえだは全国的にも雨が少なく、昼夜の寒暖の差も大きい地域。そんな環境と生産者のまごころによって甘くおいしいぶどうが育ちます。シャインマスカットは芳醇な甘みと爽やかな香り、皮ごと食べられ、種が無いという食べやすさも人気の秘訣。パリッとした歯ごたえとおいしさでついつい手が伸びてしまいます。ぜひ、信州うえだの大人気商品、シャインマスカットをご賞味ください。

※写真はイメージです。

あっせん料金 **4,400円** (一般6,400円 税・送料込み)

あっせん個数 100セット 1セットのみ

支払方法 窓口または振込  
 お申込みの際、お支払方法は「窓口」をご指定ください。ご当選の方には、振込用紙をお送りいたします。期日までに窓口またはゆうちょ銀行でお支払いください。

商品配送 9月下旬から10月上旬。配送日の指定はできません。

※事業所会員の方は事業所またはご自宅住所へ、個人会員の方は、ご自宅住所への配送となります。  
 ※価格は税込みです。  
 ※クール便での発送となります。  
 ※ゆうちょ銀行からのお振込みの場合は、振込手数料を各自ご負担願います。  
 ※ご当選後のキャンセルはできません。



皮ごと  
 種なし  
 高糖度



[協力] JA信州うえだ  
 上田市農林部農産物マーケティング推進室  
 練馬区総務部国際・都市交流課

信州上田 観光情報



自然と歴史、文化に育まれた上田の名湯。

**練馬区友好都市 長野県 上田市の魅力** **信州上田の温泉**

県内屈指の温泉地域上田。市内には信州最古とされる「別所温泉」や、鹿教湯・大塩・霊泉寺の3つの温泉地からなる「丸子温泉郷」など、歴史ある名湯が点在しています。温泉宿のほか日帰り温泉施設も充実し、気軽に湯めぐりが楽しめます。

**別所温泉外湯めぐり**  
 温泉街に点在する3つの外湯はどれも150円とリーズナブルに楽しめ、そのほか無料の足湯や日帰り入浴施設もあります。肌がしっとりなめらかになることから「美人の湯」として名高い。

足湯「ななくり」  
 安楽寺の八角三重塔をモチーフとした総ヒノキ造り。地名の七久里と今の苦しみが離れる七苦離の意を兼ねて「足湯ななくり」と名付けられました。

画像提供：上田市マルチメディア情報センター

**第3弾** おかげさまで 発足43周年

日頃の感謝を込めて **Web会員限定 抽選会**

**JCBギフトカード 1,000円分を 抽選で100名様に プレゼント!**

締切 **8月31日(水) 17時**

Web会員に未登録の方は、この機会にぜひご登録ください。(登録無料)くわしくは、「2022・2023年度版ガイドブック」83ページをご覧ください。

※当選者の発表は、プレゼントの発送をもってかえさせていただきます。