

お得なこと・楽しいことがいっぱい！年6回発行の会員向け情報紙

ねりま ファミリーブック

2025年(令和7年)

10-11

月号

vol.139

【加入状況】8,993人(9月1日現在) 事業所 1,417所:5,624人 個人 3,162世帯:3,369人

「ねりま観光ツアー」キウイ狩り&ホテルランチバイキング
レストランお食事券
特別展「大絶滅展—生命史のビッグファイブ」
ユッタリート(温泉&食事チケット)
ものまねショーレストラン そっくり館キサラ
葛西臨海水族園
KOMECA(コメカ)
クリスマス 苔玉の作り方講座

芸術の秋到来！

東京宝塚劇場W公演スペシャル！

Included
同封
しました！

野菜収穫体験
200円補助券



スウェーデンの路地のカフェテラス

区内農園
共同事業

協力：練馬区都市農業課

採って楽しい!

新鮮でおいしい!

この会報に
補助券を
同封しました!

野菜収穫体験補助

200円補助券×3枚

補助券を利用して、お得に!気軽に!
練馬の緑を豊かにする野菜畑で、
収穫体験をしてみませんか?

利用方法!
ステップ1

補助券裏面に記載の農園から
収穫したい野菜と農園を決めよう!

ステップ2

アプリ「とれたてねりま」で
申込方法などをチェックしよう!

ステップ3

当日、汚れてもいい服装で
収穫体験を楽しもう!

便利な持ち物

野菜を持ち帰るバッグ・袋(大きい方が便利です)
手袋・タオル・長靴・帽子・虫よけスプレー
※補助券を忘れずに!!

補助券を利用して収穫体験ができる主な野菜の収穫時期

10月	11月	12月
カブ		カブ
キャベツ		
サツマイモ		
サトイモ		
ダイコン		
	ニンジン	
	ネギ	
	練馬大根	
白菜		
ブロッコリー		

※収穫する野菜により体験料は異なります。
※収穫時期はあくまで目安です。実際の時期とは異なる場合があります。
※掲載の野菜は一例です。農園により収穫できる野菜は異なります。(詳しくは補助券裏面をご覧ください)

美味しい情報がいっぱい

とれたてねりま

練馬産農産物を販売している直売所や飲食店を
調べられるアプリです。
マルシェや収穫体験の情報も発信しています。
申し込みもできます。ぜひご利用ください!

このアイコンが目印/ とれたてねりま



©2011練馬区ねり丸



ねりま ベジかるファーム

野菜の収穫体験ができる農園を「ベジかる
ファーム」として紹介しています。
ぜひご利用ください!

ベジかるファーム

ベジかるファーム紹介冊子
都市農業課・各区民事務所、
ねりま観光案内所、石神井
観光案内所などで配布して
います。



「ねりま観光ツアー」は、練馬区の魅力と豊かな自然を歩いて感じながら、旬を楽しむツアーです。
ねりま観光センターが実施する倍率の高い人気ツアーを会員限定の特別枠＆価格でご案内します。

1 「ねりま観光ツアー」 練馬産の おひさまが 大好きな キウイ狩り & 大好評! ホテルランチバイキングツアー

光が丘公園周辺を散策し、キウイの収穫体験やランチバイキングを楽しみます。

日時 **11月7日(金)** (雨天決行)
10:00 都営大江戸線光が丘駅改札前集合

参加料金 会員・登録家族 **4,200円**
登録家族(小学生) **2,300円**
登録家族(3歳～未就学児) **800円**
関係者 **4,700円**
関係者(小学生) **2,500円**
関係者(3歳～未就学児) **1,000円**

※3歳以上の未就学児はランチバイキングのみとなります。
キウイの収穫体験は、保護者と一緒にお願いします。

募集人数 15名(最少催行人数8名)

料金内訳 キウイ狩り約1kg分(10個程度)、ランチ代、保険料

持ち物 エコバッグ



※通常料金より200円～500円引き。
※登録家族とは、配偶者・20歳未満の子となります。
※当日は歩きやすい靴、服装でご参加ください。
※参加料金に各種補助券は使えません。

行程

都営大江戸線光が丘駅
(10:00 改札前集合)

：徒歩

光が丘周辺散策

：徒歩

おざわ農園
(キウイ狩り/1kg)

：徒歩

ホテルカデンツァ東京
(ランチバイキング/90分)
(13:30時頃現地解散)

歩行距離：約2km



申込みの際、会員番号、参加者氏名(続柄)をご指定ください。

2 「ねりま観光ツアー」 よみがえった江戸東京野菜※練馬大根収穫体験ツアー

都内で7地区しか認定されていない農の風景育成地区で江戸東京野菜のひとつである
練馬大根や旬の野菜の収穫体験をするツアーです。

日時 **12月13日(土)** (雨天決行)
13:30 都営大江戸線練馬春日町駅改札前集合

参加料金 会員・登録家族 **1,600円**
関係者 **2,000円**

※未就学児は無料ですが、収穫体験はつきません。
収穫体験は、保護者と一緒にお願いします。

募集人数 15名(最少催行人数8名)

料金内訳 練馬大根収穫体験料(1本)、
旬の野菜の収穫体験料、保険料

持ち物 軍手、タオル
野菜を持ち帰る袋



※通常料金より400円引き。
※登録家族とは、配偶者・20歳未満の子となります。
※当日は歩きやすい靴、服装でご参加ください。
※参加料金に各種補助券は使えません。

行程

都営大江戸線練馬春日町駅
(13:30 改札前集合)

：徒歩

高松3丁目農地
(練馬大根収穫体験)

：徒歩

高松みらいのはたけ
(見学)

：徒歩

みやもとファーム
(旬の野菜の収穫体験)
(16:00時頃現地解散)

歩行距離：約2.5km



※江戸東京野菜とは…江戸期から始まる東京の野菜文化を継承するとともに、種苗の大半が自給または、近隣の種苗商により確保されていた昭和中期までのいわゆる在来種、または在来の栽培法等に由来する野菜のこと。
現在は52種類(2023年10月現在)がJA東京中央会に認定されています。

申込みの際、会員番号、参加者氏名(続柄)をご指定ください。

Restaurant

お食事券

抽選
なし

【申込締切】

10月14日(火)

17:00必着

【引換期間】

10月28日(火)～11月11日(火)

【代引発送】

10月28日(火)

Web申込開始は10月1日(水)～

購入制限 チケット③～④あわせて4枚まで 申込みの際、チケット番号をご指定ください。

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」であることを申し出てご予約ください。休日や有効期限間際の月は、混雑によりお席の用意ができない場合がありますので、早目にご予約ください。変更・払戻しはできません。

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

3 京王プラザホテル(新宿) 食事券

有効期限 2026年3月31日(火)

除外日

クリスマス期間、年末年始、
ホテル指定の特定日

予約先 **03-5322-8151** (レストラン予約直通) (10:00～20:00)

※都営地下鉄大江戸線「都庁前」駅B1出口すぐ

※駐車料金は3,000円以上のご利用で2.5時間まで無料
(駐車券を各店舗にお持ちください。)

※季節、天候、仕入れ状況により、料理内容、器等が変更になる場合があります。

※ほかの優待・割引・ポイント付与との併用はできません。

※状況により、休業日・営業時間等の変更をする場合があります。

※前日までにご予約ください。

① スーパーbuffet「グラスコート」本館2階 ランチ・ディナー

目の前で調理されるローストビーフや揚げたて天麩羅、パティシエが仕上げるスイーツなど、出来立てのお料理をbuffetスタイルで思う存分ご堪能いただけます。

公式HPは
こちら



あっせん料金 ランチ 大人(中学生以上) **6,000円** (税込/通常7,000円)

ディナー 大人(中学生以上) **8,200円** (税込/通常9,500円)

時 間 ランチ 平日 11:30～15:00 ※120分制

土日祝 1部 11:30～13:20

2部 13:45～15:35 ※各回110分制

ディナー 全日 17:00～22:00

(最終入店21:00) ※120分制

※冬休み等の一部期間は、営業時間が変更となる場合があります。

内 容 70種類を超える厳選buffet



② 鉄板焼「やまなみ」本館7階 ランチコース 平日限定

料理長率いる焼き手たちが、お客様のお好みを伺いながら、目の前のカウンターでダイナミックかつ繊細なパフォーマンスとともに最高級の素材を焼き上げます。

公式HPは
こちら



あっせん料金 大人(中学生以上) **6,000円** (税込/通常7,000円)

時 間 11:30～15:00 (最終入店14:00)

内 容 ランチコース
(メニュー例)

サラダ、本日の魚、焼野菜、牛フィレ(100g)、
白飯、赤出汁、香の物、シャーベット



4 ホテルグランバツハ東京銀座 食事券 レストラン「ヴァルトハウス」

※東京メトロ「東銀座」駅4番出口から徒歩1分

銀座みゆき通りに面したレストランで、シェフとウェルネスフード・コンシェルジュが創り上げる、旬の食材の美味しさと栄養バランスをかなえたフレンチコースをお楽しみください。

公式HPは
こちら



あっせん料金 **4,100円** (税込/通常4,840円)

有効期間 2025年11月1日(土)～2026年3月31日(火)

除外日 2025年12月24日(水)・25日(木)、12月31日(水)
～2026年1月4日(日) 及びホテルが指定する特定日

時 間 11:30～15:00 (L.O.14:30)

予約先 **03-5550-2227** (レストラン予約直通)
(11:30～20:00)

内 容 「シンフォニー・オブ・ウェルネス」(ランチコース)
(メニュー例) アミューズ、前菜、魚料理、肉料理、デザート、パン、コーヒーまたは紅茶



Exhibition

展覧会

抽選
なし

[申込締切]

10月14日(火)
17:00必着

[引換期間] **10月28日(火)～11月11日(火)**

[代引発送] **10月28日(火)**

5 第118回 日展

日展は、日本画・洋画・彫刻・工芸美術・書の五つの部門からなる総合美術展で、また世界でも類を見ない規模の公募展です。全国各地から、10代の学生や100歳の方など、幅広い年齢の方が応募し、その中から厳しい審査を経て選ばれた作品が陳列されます。

会 期 **10月31日(金)～11月23日(日・祝)**

10:00～18:00 (入場は17:30まで)

会 場 **国立新美術館** (東京メトロ千代田線 乃木坂駅他)

あっせん料金 一般 **1,000円** (当日1,400円)

購入制限 2枚まで 休館日 火曜日



展覧会
公式サイト



※学生(大学生以下)は無料。(入場の際に学生証をご提示ください。)

6 特別展「大絶滅展—生命史のビッグファイブ」

「大量絶滅」事変(通称「ビッグファイブ」)を化石や岩石に残された様々な証拠から紐解き、「生き物たち」の生存をかけた進化の歴史を辿ります。

会 期 **11月1日(土)～2026年2月23日(月・祝)**

9:00～17:00 (入場は16:30まで)

会 場 **国立科学博物館** (JR他 上野駅)

あっせん料金 一般・大学生 **1,800円** (当日券定価2,300円)

小・中・高校生 **400円** (当日券定価600円)

購入制限 4枚まで

休館日 月曜日、11/4、11/25、12/28～2026/1/1、1/13
(ただし、11/3、11/24、1/12、2/16、2/23は開館)

※未就学児は無料。

※障がい者手帳をお持ちの方とその介護者1名は無料。

※学生証、各種証明書をお持ちの方は、ご入場の際にご提示ください。

※本展を観覧された方は、同日に限り常設展示(地球館・日本館)もご覧いただけますが、常設展示の開館時間内に限ります。

※最新情報は展覧会公式サイトをご確認ください。



展覧会
公式サイト



先着順販売

[販売期限]

10月31日(金)

申込
方法



先着順のため売り切れの場合もございます。
予めご了承ください。

申込および受取方法は15ページをご覧ください。

7 ゴッホ展 家族がつないだ画家の夢 [平日利用券]

ファン・ゴッホ美術館の作品を中心に、ファン・ゴッホの作品30点以上に加え、日本初公開となるファン・ゴッホの貴重な手紙4通なども展示します。

利用期間 **開催中～12月12日(金) までの平日限定**

9:30～17:30 ※金曜日は20:00まで(入場は閉館の30分前まで)

会 場 **東京都美術館** (JR他 上野駅)

あっせん料金 ①一般 **1,900円** (当日2,300円)

②65歳以上 **1,300円** (当日1,600円)

あっせん枚数 ①100枚 ②50枚 購入制限 2枚まで

休室日 月曜日、10/14、11/4、25

※18歳以下、高校生以下無料。9月平日は、大学・専門学生無料。

※館内に大型のリチウムイオン電池(電動アシスト自転車用サイズ以上)を持ち込むことはできません。電動車椅子は乗入可。

※身体障害者手帳・愛の手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・被爆者健康手帳をお持ちの方とその付添いの方(1名まで)は無料。

※18歳以下、高校生、大学生・専門学校生、65歳以上の方、各種お手帳をお持ちの方は、いずれも証明できるものをご提示ください。



展覧会
公式サイト



締切後の変更・キャンセルはできません。

会期、営業時間、休館日などの変更がある場合がありますので、展覧会公式サイトなどで最新情報をご確認ください。

Day trip hot spring

日帰り温泉

抽選なし

[申込締切]

10月14日(火)
17:00必着

[引換期間] **10月28日(火)～11月11日(火)**

[代引発送] **10月28日(火)**

心に届く旅
阪急交通社
Direct to your heart



施設のくわしい
一覧はこちら

8 阪急交通社 ユッタリート (温泉&食事チケット)

8施設の中から好きな1施設をご利用いただけます。日帰り入浴と昼食がセットになったお得なチケットです。
ご家族やお仲間と癒しのひとときをお過ごしください。

あっせん料金 大人(中学生以上) **3,700円** (こちらのチケットは一般販売はありません)

有効期間 **11月1日～2026年3月31日**

購入制限 **4枚まで** 利用方法 掲載の施設から1つお選びいただき、予約のうえご利用ください。
当日、クーポンを受付にご提出いただき、ご入浴・ご昼食をお楽しみください。

※掲載施設の内容に一部変更や休業の場合がございます。事前に必ずご確認をお願いいたします。 ※小学生以下の取扱いについては各施設へお問い合わせください。

河口湖 たかの友梨 スパ&ホテル 桜庵

セット内容 ご入浴+岩盤浴+昼食 昼食内容 彩り野菜の膳しゃぶしゃぶ



所 山梨県南都留郡富士河口湖町勝山3337-1

箱根湯本温泉 天成園

セット内容 ご入浴+昼食 昼食内容 選べるご昼食セット



所 神奈川県足柄下郡箱根町湯本682

湯河原温泉 ニューウェルシティ湯河原

セット内容 ご入浴+昼食 昼食内容 旬采膳



所 静岡県熱海市泉107

高尾山 京王高尾山温泉/極楽湯

セット内容 ご入浴+昼食+ソフトドリンク 昼食内容 竹籠膳



所 東京都八王子市高尾町2229番7

御殿場高原 時之栖

セット内容 ご入浴+昼食 昼食内容 蕎麦、海鮮丼、味噌汁、天ぷら、茶碗蒸し、漬物



所 静岡県御殿場市神山719

みなとみらい 横浜みなとみらい万葉倶楽部

セット内容 ご入浴+昼食 昼食内容 天ぷら刺身定食



所 神奈川県横浜市中区新港2-7-1

江ノ島 江ノ島アイランドスパ

セット内容 ご入浴2時間+昼食 昼食内容 選べるご昼食セット



所 神奈川県藤沢市江の島2-1-6

両国 両国湯屋江戸游

セット内容 ご入浴+昼食 昼食内容 牛バラスタミナ丼



所 東京都墨田区亀沢1-5-8

ユッタリート共通クーポン券のお問い合わせは

企画：東京団体支店営業3課(窓口：ユッタリート事務局)
TEL 03-6745-1866 (平日9:30～18:00/土日祝休)

9 武蔵野台地が生んだ名水天然温泉

スパジアム ジャパン
SPADIUM JAPON

関東エリアでは珍しい透明な温泉は、三大美人泉質のひとつである炭酸水素塩泉を多く含むのが特徴です。

15種類のお風呂とサウナでゆっくりおくらしてください。

あっせん料金 大人（中学生以上）**800円**（一般平日850円／土日祝950円）

有効期間 11月1日～2026年4月30日 購入制限 4枚まで

※岩盤浴（平日850円／土日祝950円）ご利用の方は現地でお支払ください。

※3歳以下無料。4歳～小学生料金は現地でお支払ください。

※スパジャポポイントカードのポイントは、ご購入頂いても付ける事はできません。



公式HPは
こちら



シルク風呂



高濃度炭酸泉

あっせん料金より
100円
引き

Web会員特典

Webからの
お申込みなら 1枚 **700円**

この機会にぜひWeb会員にご登録ください（登録無料）
※登録方法は12ページをご覧ください。

〒 東久留米市上の原2-7-7
☎ 042-473-2828（営業等の問合わせ）
🕒 休館日および営業時間は公式HPよりご確認ください。
🚗 西武池袋線「東久留米」駅から西武バスで7分「東久留米団地」下車すぐ



10 前野原温泉さやの湯処 [平日券]

都内で味わう本物の源泉かけ流し天然温泉。大人を癒す心安らぐ和の空間。

あっせん料金 大人（中学生以上）**800円**（一般平日970円）

有効期間 11月4日～2026年4月28日

購入制限 4枚まで

※土日祝日、年末年始等の特定日は現地でも平日入館料金との差額金額をお支払いください。

※岩盤浴（760円）ご利用の方は現地でお支払ください。

※小学生以下は現地でお支払ください。



公式HPは
こちら



霧天風呂



岩盤浴

あっせん料金より
100円
引き

Web会員特典

Webからの
お申込みなら 1枚 **700円**

この機会にぜひWeb会員にご登録ください（登録無料）
※登録方法は12ページをご覧ください。

〒 板橋区前野町3-41-1
☎ 03-5916-3826（営業等のお問合わせ）
🕒 休館日および営業時間は公式HPよりご確認ください。
🚗 都営三田線「志村坂上」駅徒歩8分



※ご利用には別途利用料金が必要となります。

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**

この時季のメンテナンスが効果的!!

暑い夏の紫外線や大雨によって
外壁や屋根はダメージを
受け建物の傷みはもっと
進行し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!!



住まいのことなら
ペンタくんにおまかせ!!

▶20万棟以上の施工実績だから安心して安心!!
▶アフターメンテナンスもバッチリ!!

割引期間 **11** 月 令和7年
月末まで
のご契約分

見積・点検無料

ペンタくんの
「みからもの」
お客様から寄せられた
声を掲載中!!
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”
とお伝えください。

通話料
無料 **0120-616-132**

受付時間▶9:00～18:00（月～土）

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

建設業許可 国土交通大臣許可（般・特-4）第24816号 一級建築士事務所 東京都知事登録 第52952号
※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。（2025.10）

Webページでもキャンペーン紹介中!! PC▶[URL] <https://www.pentakun.co.jp/campaign/nerimafamipa/>

ネットから24時間受付OK!
お問合わせフォームからどうぞ!!



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。

広
告

Theater & Concert

観劇&コンサート

抽選あり

[申込締切]

[当選発表]

10月14日(火)17:00必着

10月17日(金)16:00

11 天童よしみ 昭和100年記念・100曲コンサート ～昭和から令和へ、時代を超えて歌い継ぐ心～

昭和が始まって100年目となる2025年

激動の時代を生きた日本人の心に寄り添い続けた「歌」

世代を超えて愛される名曲の数々を昭和、平成、令和を代表する曲を歌手、ゲストと共に100曲歌い継ぎます。



日時	11月27日(木) 15:00開演
会場	東京国際フォーラム ホールA (東京メトロ有楽町線他 有楽町駅)
あっせん料金	全席指定 4,900円 (一般9,000円)
あっせん枚数	30枚
申込制限	2枚まで

※未就学児は入場不可。

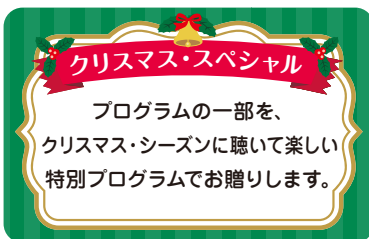
ゲスト：井上芳雄、笑福亭鶴瓶ほか

12 ディズニー・オン・クラシック ～まほうの夜の音楽会 2025

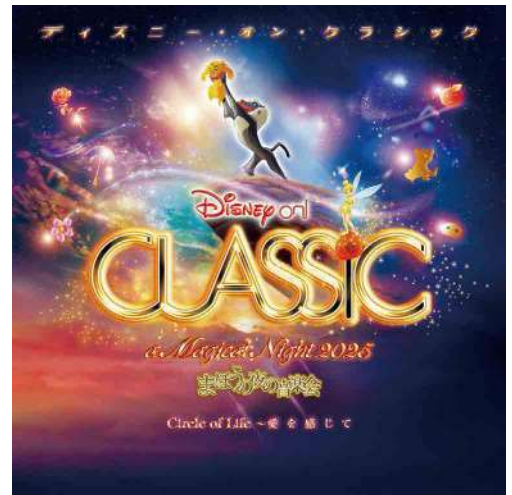
日本最大規模のオーケストラ・ツアー！今年は、アニメーション映画『ライオン・キング』をフィーチャー！

日時	12月24日(水) 18:30開演
会場	東京国際フォーラム ホールA (東京メトロ有楽町線他 有楽町駅)
あっせん料金	S席 8,500円 (一般9,800円)
あっせん枚数	20枚
申込制限	2枚まで

※未就学児は入場不可。



※写真は過去の公演です。



Presentation licensed by Disney Concerts. ©Disney

13 カウントダウンミュージカルコンサート 2025-2026

心躍るミュージカルナンバーでお届けする、これまでになかった新しいカウントダウンコンサート！

名作のピックアップから2025年に上演された作品まで、様々な楽曲を1度に楽しめる特別なセットリスト。

日時	12月31日(水) 22:00開演
会場	東京国際フォーラム ホールA (東京メトロ有楽町線他 有楽町駅)
あっせん料金	12,400円 (一般15,500円)
あっせん枚数	20枚
申込制限	2枚まで

※未就学児は入場不可。

※本公演は22時開演のため、終了時刻が深夜に及びます。18歳未満の方は保護者同伴、又は保護者の同意書をご持参のうえ、ご来場ください。



出演：岡宮来夢、甲斐翔真、木下晴香、小林唯、sara、東啓介、平間壮一、三浦宏規、森崎ウィン、屋比久知奈 (50音順)

東京宝塚劇場W公演スペシャル!!

14 月組公演 三井住友VISAミュージカル 『GUYS AND DOLLS』

ブロードウェイで最も陽気なミュージカル・コメディ!

主演：鳳月 杏、天紫 珠李

日時 11月15日(土) 11:00開演

あっせん料金 S席 **9,500円** (一般9,500円)



©宝塚歌劇



東京宝塚劇場

会場 東京宝塚劇場 (東京メトロ日比谷線 日比谷駅他)

あっせん枚数 各20枚

申込制限 チケット⑭・⑮いずれか2枚まで

※3歳以上は有料。

15 宙組公演 TAKARAZUKA MUSICAL ROMANCE 『PRINCE OF LEGEND』 ビートオンステージ 『BAYSIDE STAR』

宙組新トップコンビ桜木みなとと春乃さくらのお披露目公演!

主演：桜木 みなと、春乃 さくら

日時 11月23日(日・祝) 11:00開演

あっせん料金 S席 **9,500円** (一般9,500円)



©宝塚歌劇

16 ものまねショーレストラン そっくり館キサラ

やかた

有効期間 11月1日(土)～2026年1月31日(土)

会場 そっくり館キサラ (東京メトロ他 新宿三丁目駅)

あっせん料金 通常席 **6,500円** (一般7,000円)

あっせん枚数 50枚

申込制限 2枚まで



Show Time!!

Buffet Viking!!



120名以上の“ものまねタレント”が
日替わりで5～6名ずつ出演するショーレストラン。
本物の“ものまね”をお楽しみください!!

第1部 18:00～20:30
(ショー19:30～60分)

内容 ショー
+
ビュッフェ食べ放題 (28品以上)
+
飲み放題
(生ビール/ウィスキー/レモンサワー/
焼酎/ソフトドリンク)



公式HPは
こちら

※期間中のいずれか1日にご利用いただける券です。
※公式HPからネットor電話でご予約ください。
※前方席 (前から5列目以内) をご希望の場合はご予約時にお申し出の上、
現地で別途1,000円 (税込) をお支払いください。
※中学生以上同一料金。未就学児は入場不可。
小学生は半額料金となりますので、直接現地に3,500円 (税込) を
お支払いください。(小学生を含むご予約はお電話のみ承っております。)
※スケジュールは前月の1日ごろに公式HPで公開予定です。
※出演者は都合により変更になる場合がございます。

予約先 **03-3341-0213** (平日10:00～23:30/土日祝15:00～23:30)

締切後の変更・キャンセルはできません。

Leisure

レジャー

抽選
なし

〔申込締切〕

10月14日(火)
17:00必着

〔引換期間〕 10月28日(火)～11月11日(火)

〔代引発送〕 10月28日(火)

17 葛西臨海水族園

葛西臨海公園のなかにあり、500種を超える世界の海や身近な水辺の生き物と出会う水族館です。大きなガラスドームが目を引きま。館内では2,200トンのドーナツ型の大水槽で、クロマグロがダイナミックに泳ぐようすを見ることができます。

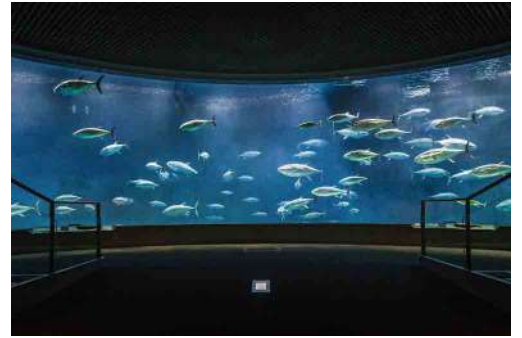
あっせん料金 一般(高校生以上～65歳未満) **500円** (一般700円)

有効期限 なし

購入制限 4枚まで



公式HPは
こちら



写真提供: (公財) 東京動物園協会
(全て)

※小学生以下、都内在住・在学の中学生は無料です。中学生は生徒手帳を持参してください。
※開園予定や入園方法、展示状況等は、事前にホームページ(東京ズーネット)で最新情報をご確認ください。

〒125-8595 江戸川区臨海町6-2-3 ☎03-3869-5152 (営業等のお問合わせ)

🗺️ 休園日および営業時間は公式HPよりご確認ください。 🚶 JR京葉線「葛西臨海公園」駅徒歩5分

ペンギンの生態



国内最大級のペンギン展示施設。
陸上と水中のペンギンのようすを観察することができます。

サンゴ礁の海



さまざまな形のサンゴのなかまやサンゴを利用してくらしているたくさんの生き物を観察することができます。

生きモノマデカ



生き物をより間近に感じられるしかけがいっぱいの展示を体験できます。スタッフによる教育プログラムもありますのでぜひご参加ください(定員あり)。

Gift card

ギフトカード

抽選
なし

〔申込締切〕

10月14日(火)
17:00必着

〔引換期間〕 10月28日(火)～11月11日(火)

〔代引発送〕 10月28日(火)

18 ① こども商品券

好きなおもちゃが欲しい! 好みにあった洋服が欲しい! など、子供達の願いはさまざまです。お子様へのギフトに迷ったときには、夢をかなえるこども商品券がおすすめです。

あっせん料金 1セット **4,700円** (1,000円券×5枚 5,000円分)

有効期限 2030年12月31日

購入制限 1セットのみ

※釣銭は出ません。 ※こども商品券のご利用については、直接店舗にお問合せください。

練馬周辺利用可能店の一例

西友・ライフ・イオン・東京靴流通センター・東武百貨店など



使えるお店の
検索はこちらから→



② KOMECA (コメカ)

全国のコメダ珈琲店・おかげ庵で使えるKOMECA (コメカ)。ポイントが貯まる、チャージ式プリペイドカードです。(一部使用できない店舗がございます)

あっせん料金 **2,700円** (3,000円券)

有効期限 2027年10月23日(アクティベート日) まで

購入制限 1枚のみ

※上記有効期限は未使用の場合。
※ポイント及び残高は、最終利用日(支払、チャージ、ポイント合算)から2年間有効。
※ポイントが貯まる、チャージ式プリペイドカードです。
※ご利用金額の1%をポイント還元。



公式HPは
こちら



E v e n t

イベント

抽選あり

[申込締切]

10月14日(火)17:00必着

[当選発表]

10月17日(金)16:00

19

趣味との
教養の
講座

クリスマス🎄 苔玉の作り方講座

クリスマス風にアレンジした苔玉づくりを体験していただけます。

初心者
向け

日時 11月29日(土) ① 10:30~12:00
② 14:00~15:30

※①②は同じ内容です。いずれかをご選択ください。

会場 四季の香ローズガーデン講習棟2階講習室 練馬区光が丘5-2-6
(都営地下鉄大江戸線 光が丘駅 下車(A4出口) 徒歩6分)
現地集合・解散

参加料金 会員 2,000円
登録家族(会員の配偶者および20歳未満の子) 2,400円
関係者(20歳以上の子、ご友人など) 2,800円

募集人数 各回20名(最少催行人数各回10名)

料金内訳 受講料、材料費、保険料

講師 四季の香ローズガーデン 前田 みき 氏

※小学生以上同一料金。

※未就学児はご参加いただけません。

申込みの際、会員番号・参加者氏名(続柄)・希望時間をご指定ください。



手ぶらでOK。心と癒しの苔玉づくり体験。
作った苔玉は当日お持ち帰りいただけます。

(写真はイメージです。実際に作るものとは異なります。)

サンロッカーズ渋谷 vs. 千葉ジェッツ



©SUNROCKERS SHIBUYA

12.13 [sat] - 14 [sun] TIP-OFF!!!

会場：青山学院記念館(東京メトロ 表参道駅徒歩5分)

Web会員限定で10月1日申込開始!!

このほかにも、サンロッカーズ渋谷ホームゲームチケットをあっせんしています。
詳しくはねりまファミリーパックHP会員専用ページでご確認ください。

サンロッカーズ渋谷
クラブ公式WEBサイト



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。

① ご利用案内

FAXのお申し込みでは、未受信、不鮮明なものや締切後の着信があります。
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/

*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。

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
通知します。登録完了まで
3営業日程度がかかります。



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。

【FAX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



会員証を
ご提示
ください。



通知



抽選ありの当落、抽選なしの引換期間は、
マイページからご確認ください。



抽選ありの当選、抽選なしの引換期間は、
ハガキで通知します。（落選はなし）

受取方法



引換期間内にねりまファミリーバック窓口でお受け取りください。（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。

※代金引換郵便手数料

チケット代金	手数料
～ 13,499円	400円
13,500円～ 49,549円	500円
49,550円～ 100,000円	900円

※代引発送日が同日の場合は、定形封筒に封入できるまで
1通にまとめてお送りできます。

① 事務局からの お知らせ

補助金や給付金の支給条件、請求方法、給付額等の詳細は、「令和6・7年度版ガイド
ブック」をご覧ください。また、請求書や申込書はガイドブック巻末、HPからダウンロ
ード（Web会員専用）できます。

事業所会員の方へ

会費口座振替について

第2期会費（10月～12月分）をご指定の口座から振り替えさせて
いただきます。残高不足のないようにご確認をお願いします。

口座振替日：10月27日（月）

※納入方法が、現金・振込の事業所には、10月中旬に振込用紙を
お送りします。

創立記念を迎えられた事業所の紹介

～おめでとうございます～

60周年 株式会社スギロジスティクス 様

20周年 有限会社
ベルビュー不動産サービス 様

10周年 株式会社大雅 様

事業所会員限定



創立記念事業補助

詳しくは
こちら



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」を会員1名につき3,000円支給します。

請求期限：法人成立の年月日から起算して、10年ごとの倍数
に当たる日から1年以内



予防接種費用補助

詳しくは
こちら



会員本人が予防接種（医療機関指定なし）を受けた場合、その接種
費用に対して会員1名につき1,000円を補助します。（年度内1回限り）
請求期限：令和8年3月31日（火）まで（郵送必着）



特別利用券の受取について

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（10月以降の入会者：1,000円×1枚）

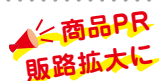
ホテルカデンツァ 東京/ ホテルメトロポリタン（池袋） レストラン特別利用券

400円×8枚（10月以降の入会者：400円×4枚）



申込方法 電話・FAXでは受付できません。

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



ねりまファミリーバック 令和8・9年度版ガイドブックに 広告を掲載しませんか？

4色カラー全面	165,000円 ➡ 82,500円
4色カラー1/2ページ	88,000円 ➡ 44,000円

会員事業所様は広告料が半額！ 詳しくは
申込期限：11月末まで
こちら



チケット・特別利用券の転売は禁止されています。ねりまファミリーバ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、チケット不正転売禁止法により禁止されています。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。また、第三者への譲渡が判明した場合は、会員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。

トラベル利用補助 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。

千葉県 太平観光主催の日帰りバスツアー

10種のいちご狩り食べ放題&ホテルランチbuffet&金運アップの パワースポット



日時 1月10日(土)、1月18日(日)

6:50 練馬駅北口集合(最少催行人数30名)

通常料金 13,800円(4~6歳12,800円、3歳以下1,500円)

トラベル
利用補助を
ご利用の
場合

会員 **10,800円**
登録家族(配偶者・20歳未満の子) **12,300円**
(4~6歳 **11,300円**)

※3歳以下は無料。

※バスの座席を1名で2席利用をご希望の方は、3,000円加算で承ります。

料金内訳 バス代、昼食代、いちご食べ放題料、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 申込時に、ねりまファミリーパック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 内容をご確認のうえ、期日までに
お伺いします。 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(7:00出発)

近藤いちご園

いちご食べ比べ・
園内30分間の食べ放題

長福寿寺

初詣・園内散策

木更津ワシントンホテル

ランチbuffetの昼食

海ほたる

展望・買物

練馬駅北口(17:00到着予定)

食事について:朝食× 昼食○ 夕食×

地元食材も大人気の
ランチbuffetを
60分間満喫!



海ほたるで360度の展望・
お買い物をお楽しみください



10/1(水)から受付開始! 先着順!!

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。》

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。

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 佐久間 亮太



練馬区内共通
商品券利用可

区民・産業プラザ 施設予約システム団体登録スタート!!

令和8年7月に新しくなる施設予約システムに向けて団体登録の受付が始まりました。

(令和7年10月1日~)

登録いただくことで、ホールや会議室等のご予約がスムーズに行えます。ぜひこの機会にご登録ください!



Coconeriホール



研修室



産業イベントコーナー



多目的室



お問合せ

練馬区立 区民・産業プラザ

TEL: 03-3992-5335

<https://www.nerima-idc.or.jp/plaza/>

QRコード



写真はすべてイメージです。

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

先着順のため売り切れの場合もあります。予めご了承ください。



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ください。



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 2030年3月31日 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



【入場券】 あっせん料金 **後期**

大人(高校生以上) **1,800円** (一般2,600円～)
こども(小・中学生) **800円** (一般1,300円～)
幼児(4歳以上) **400円** (一般800円～)

有効期限 2026年3月31日

購入制限 後期10枚まで

※特別営業時は利用不可
※土日祝日および特定日は、入場券のほか日時指定WEB整理券が必要です。
詳しくは、水族館 ウェブサイトをご確認ください。



公式HP

サンシャイン60展望台 てんぼうパーク



【入場券】 あっせん料金 **後期**

大人(高校生以上) **400円** (一般700円～)
こども(小・中学生) **200円** (一般500円～)

有効期限 2026年3月31日

購入制限 後期10枚まで

※未就学児は無料 ※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あります。詳しくは展望台 ウェブサイトをご確認ください。
※一部エリアがご利用いただけない場合があります。



公式HP

コニカミノルタプラネタリウム 満天(池袋)



【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1,600円)
こども(4歳以上) **600円** (一般シート1,000円)

有効期限 2026年3月31日

購入制限 月5枚・年度内10枚まで

※本券は、窓口もしくはオンラインにて時間指定のチケットと引き換えが必要です。
※オンラインでのお引換えには、チケットの左下に記載のクーポンコードが必要です。
※ヒーリングプラネタリウム作品やプレミアムシート(雲、芝シート)には引き換えできません。
※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

3,000円 (3歳以上共通)(一般5,900円)

有効期限 2026年2月28日

購入制限 月5枚・年度内10枚まで

※ポニーライド、わんこヴィレッジ、期間限定施設など一部別料金あり
※詳しくは公式HPをご確認ください。



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

1冊(10ポイント) **3,500円** (最大8,000円相当)

有効期限 2026年3月31日

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)でも3,500円で購入できます。(会員証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



【入場券】 あっせん料金 **後期**

800円 (3歳以上共通)(一般大人3,570円～)

有効期限 2026年3月31日

購入制限 後期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。ウォータースライダーは別途料金。
※営業時間・休館日等は公式ホームページをご確認ください。



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。



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・祝を除く）

*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。



会員証を
ご提示ください。



整理番号のメモと会員証をご持参ください。
9:00～19:00（日・祝を除く）
（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12ページをご覧ください。

引換期間

先着順のチケットは、申し込み後1週間以内に購入してください。（翌週同曜日まで。休業日にあたる場合は、翌営業日まで。）
※引換期間を過ぎたチケットは、キャンセル扱いとなります。※購入後の変更・払戻しはできません。

ユナイテッド・シネマ/ シネプレックス



あっせん料金

大人 **1,300円**（一般2,000円）

小人（3歳～高校生） **800円**（一般1,000円）

有効期限 2026年1月31日

購入制限 月5枚まで



CINEPLEX



公式HP

T・ジョイSEIBU 大泉

インターネット座席予約対応

あっせん料金の改定について



一般料金の値上げに伴い、以下の
とおり、あっせん料金を改定させ
ていただくことになりました。
よりよいサービスを継続していく
ため、みなさまのご理解ご協力を
お願いいたします。

あっせん料金

10月1日（Webは0:00）受付分より

大人 **1,600円**（一般2,200円）

小人（3歳～17歳以下） **900円**（一般1,100円）

シニア（65歳以上） **1,000円**（一般1,300円）

有効期限 券種によって異なります。

購入制限 月5枚まで



公式HP

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 **1,500円**（一般2,000円）

有効期限 2026年1月31日

購入制限 月5枚・年度内10枚まで



TOHO CINEMAS



公式HP

ユナイテッド・シネマ グループメンバーズカード 入会・更新手数料補助



補助金額

600円（一般入会・更新手数料600円）
（会員本人のみ利用可）

有効期限 2026年3月31日

枚数制限 年度内1回

※入会・更新手続きはユナイテッド・シネマ
としまえんチケット売場のみ。
オンラインでの入会・更新の際は、ご利用
できません。
※手数料を支払った後に、補助券による返金
はありません。

利用方法は
こちら



公式HP

補助券の利用により**無料**で
入会・継続更新ができます！

会員特典

- 平日は毎日がサービスデー
大人 1,300円 シニア 1,100円
- 映画1本鑑賞ごとに1ポイント加算
6ポイントで映画1本無料
- メールアドレス登録者限定
2ポイント交換で1,000円鑑賞券

など
特典盛り
だくさん

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 2026年3月31日

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歳以上の方が利用可能。

フィットネスクラブ ティップネス



〔1日利用券〕あっせん料金

関東エリア共通
（練馬店、大泉学園店、東武練馬店、氷川台店含む）
1,600円（ビジター料金通常2,420円）

有効期限 申込月から6か月

購入制限 月5枚まで

※16歳以上の方が利用可能。

池袋コミュニティ・カレッジ 法人会員受講申込書



池袋
コミュニティ
カレッジ

あっせん料金 1講座 **500円** [特典]・入会金無料

購入制限 各期2講座まで

・受講料10%割引



利用方法は
こちら



講座検索は
こちら

Web members only

抽選あり

【申込締切】

【当選発表】

Web会員限定

10月14日(火)17:00

10月16日(木)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。

20 〈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 長野県産サンふじ「合戦りんご」5kg 10~20玉 (ご家庭向け)

信州うえだの秋の味覚「りんご」。今回は、甘み・酸味・歯ごたえの3拍子揃った不動の人気を誇る「サンふじ」をご用意しました。

味や香に加え、果肉に蜜が入りやすいことで『りんごの王様』と呼ばれる“ふじ”の中でも袋掛けをせず、日光をたっぷり当てて育てられたものが“サンふじ”と呼ばれ、色ムラや傷が付しやすい反面、濃厚な甘みを感じられる品種です。

また自然の中で栽培をしているため、すべてのりんごが綺麗で揃いの良く実るわけではなく、風に吹かれて枝に当たったり、葉に隠れて色にムラができるものもありますが、上田市は「日本一の兵」と呼ばれた真田氏所縁の地であるため、戦い、傷つき、それでもこの地を守った姿に重ねて、厳しい自然環境の中で傷つきながらも育ち抜いたりんごを「信州うえだ合戦りんご」と名付けました。

そんな合戦りんごは多少の傷や色むらはありますが、味に遜色はございませんので、ぜひ、この機会に農家の皆さんが手間暇かけ、愛情を注いだ信州うえだ産のりんごをご賞味ください。

※収穫状況により配送時期が遅れる場合がございます。 ※玉数の指定はできませんので、予めご了承ください。

※光センサーで一定以上の糖度があるりんごにはなりますが、密入りについては個体差があります。



長野県産サンふじ



合戦りんごのイメージ

※写真はイメージです。

あっせん料金 **3,600円** (税・送料込/一般4,580円)

あっせん個数 200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 11月下旬から12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。

※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。

※大きさ・数にばらつきがです。

【協力】

JA信州うえだ

上田市産業振興部農業政策課
練馬区総務部国際・都市交流課

信州上田
観光情報



令和7年
10月1日(水)
より



ねりまファミリーパックの窓口で

キャッシュレス決済

が利用できるようになりました!!



ご利用可能なキャッシュレス決済の種類

クレジットカード
(タッチ決済不可)



対象外

会費・入会金

電子マネー



対象外

会費・入会金、
商品券・ギフトカード

コード決済



対象外

会費・入会金、
商品券・ギフトカード

利用される際の注意事項

- ・決済の種類により、対象外の商品があります。
- ・1商品の会計でキャッシュレス決済と現金の併用はできません。
- ・キャッシュレス決済には、謝礼クーポンのご利用はできません。
- ・電子マネーなどのチャージはできません。
- ・クレジットカードは一括払いのみ、差込のみの操作となります。
- ・システム障害時等、現金のみのお支払いとなる場合があります。

Next issue

次号12-1月号は11月26日(水)発行予定です。

【主なチケットあっせん】
劇団四季「美女と野獣」

アソビュー! で使える割引クーポン
アクアパーク品川

ユニクロギフトカード
他 極楽湯

【同封物】
ごはん&スイーツ補助券