



会員と家族のための福利厚生情報誌

ゆとりちよだ

●事業所数 / 766
●会員数 / 6,041人
平成27年12月1日現在

発行 公益社団法人ゆとりちよだ 〒101-0054 千代田区神田錦町3-21 ちよだプラットフォームスクウェア4階
TEL 03-3294-8558 / FAX 03-3233-8692 http://www.yutori-chiyoda.net E-mail info@yutori-chiyoda.net

謹賀新年

本年もよろしくお願い申し上げます。公益社団法人 ゆとりちよだ

講

セミナー

「花粉症に負けない！簡単レシピ」 セミナー

花粉症によいとされる栄養と食品のお話と、家庭で気軽に作れる簡単なレシピの実演・試食のセミナーです。今回は豆乳でつくる絶品なめらかポタージュ。ポタージュの基本を調理科学的に紐解きます。

辛い花粉症シーズンの前に、楽に乗り切るための対策を学びましょう。

- 日 時 ● 2月5日(金) 18:30~20:30 (18:15~受付開始)
- 会 場 ● 千代田区立スポーツセンター7F 料理教室 (神田駅・大手町駅 徒歩5分)
- 持 ち 物 ● 筆記用具 (調理実習は致しませんのでエプロン等は不要です。)
- 参加費 ● 会員・家族 **800円** 会員の関係者 **1,200円**
※当選連絡後、1月27日(水)までに振込み。
- 募集人数 ● 高校生以上20名 (最小催行人数 6名・区民枠含む・応募多数の場合抽選)
- 申込方法 ● ホームページ・往復はがき
- 申込期限 ● **1月1日(金)~1月17日(日)**
- 当落通知 ● 1月20日(水)までに申込方法で通知



試食メニュー

かぶのポタージュ (パン付)

講義を聴きながらいただきます。

講師紹介 島田 奈美 先生

乳幼児の食育・社会人の給食管理・高齢者の疾病予防など、管理栄養士として食の分野から元気でキレイな身体作りをサポートしています。
食べ物と体の本来持っているパワーに魅せられ、食べる喜び、食べて生きる幸せを伝えたいと各方面で活躍中です。

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

チケット あっせん

チケットは「ガイドブック2014」P109及びP110を参照の上、
往復はがき又はホームページでお申込みください。

ご利用は会員と同居のご家族に限ります。チケット当選後のキャンセルは
できません。

枚数欄の()書き数字は一会員の申込上限です。なお、申込多数の場合
は、抽選となります。(抽選結果は、申し込み締め切り3日後を目途にお
知らせいたします。)

チ
ケ
ッ
ト

国立劇場

平成28年2月

文楽公演

無形文化財にも登録され、大夫・三味線・人形が一体となった日本を代表する伝統芸能の一つである、
人気の文楽を国立劇場で！

- 演 目** 「靉猿(うつぼざる)」
「信州川中島合戦(しんしゅうかわなかじまかっせん)」
- 日 時** 2月20日(土)11:00開演
- 会 場** 国立劇場(東京メトロ「半蔵門駅」「永田町駅」)
- 料 金** 一等席 **4,000円**(通常料金5,900円)
- 枚 数** 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限** **1月14日(木)必着**



チ
ケ
ッ
ト

国立能楽堂

復興と文化 特別編

老女の祈り

今年で4回目を迎える「復興と文化」の3月公演。今回は特別編として、東日本大震災で被災した宮城県名取市周辺に
伝承されている物語で現在は途絶えている能「名取ノ老女」という作品の台本を整備し、復曲能として上演いたします。
人間国宝である観世流・梅若玄祥と宝生流宗家・宝生和英、両派を代表する二人の異流派の能楽師による演能も注目
の一つです。

- 演 目** 延年の舞 老女 出演 毛越寺(岩手県平泉町)
復曲能 名取ノ老女 梅若玄祥(人間国宝)・宝生和英
- 日 時** 3月25日(金)18:30開演
- 会 場** 国立能楽堂(JR線「千駄ヶ谷駅」大江戸線「国立競技場駅」)
- 料 金** GB席 **4,000円**(通常料金5,600円)
- 枚 数** 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限** **1月14日(木)必着**



提供：国立能楽堂

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

チケット

かあちゃん 藤山直美

まずしくもまっすぐ生きる かあちゃんが一家を支える
泣いて笑って人情ばなし

- 出演 藤山直美 中村雅俊 八千草薫 他
- 日時 3月13日(日)12:00開演
- 会場 明治座(東京メトロ「人形町駅」「水天宮前駅」
都営地下鉄「人形町駅」「浜町駅」)
- 料金 S席 **8,500円**(通常料金13,000円) ※未就学児のご入場はお断りしております。
- 枚数 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限 **1月14日(木)必着**



チケット

新橋演舞場 二月喜劇名作公演

多彩な出演者で豪華な笑いを満喫!

- 出演 水谷八重子 波乃久里子 古手川祐子
中村梅雀 渋谷天外 山村紅葉
- 演目 一、名代きつねずし
二、単身赴任はチントンシャン
三、じゅんさいはん
- 日時 2月20日(土)11:00開演
- 会場 新橋演舞場(東京メトロ「東銀座駅」都営地下鉄「築地市場駅」)
- 料金 一等席 **8,500円**(通常料金13,000円)
- 枚数 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限 **1月14日(木)必着**



チケット

「おばこ」 「渡辺えり愛唱歌 歌とおしゃべりで綴る」

泣いて笑って、笑って泣いて——
故郷山形、想うは家族。芸者花子の人情喜劇!

- 出演 渡辺えり 藤田朋子 鷺尾真知子 若林豪 他
- 演目 「おばこ」「渡辺えり 愛唱歌」
- 日時 2月20日(土)11:00開演
- 会場 三越劇場(東京メトロ「三越前駅」)
- 料金 全席指定 **5,000円**(通常料金9,000円) ※未就学児のご入場はお断りしております。
- 枚数 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限 **1月14日(木)必着**



チケット 飯森&東京交響楽団の《二大レクイエム》 「静謐」と「高貴」

人気が高い「三大レクイエム」から2つを組み合わせた珍しい演奏会です。
豪華ソリスト陣と東響コーラスが歌う祈りの世界をたっぷりとお堪能ください。

- 出演** 指揮：飯森範親 ソプラノ：森麻季 メゾ・ソプラノ：在原泉
テノール：与儀巧 バリトン：甲斐栄次郎
混声合唱：東響コーラス
- 曲目** フォーレ：レクイエム 二短調 作品48
モーツァルト：レクイエム 二短調 K.626
- 日時** 3月19日(土)14:00開演
- 会場** 東京オペラシティコンサートホール(京王新線「初台駅」)
- 料金** S席 **5,200円**(通常料金8,000円)
※未就学児の入場はお断りしております。
- 枚数** 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限** **1月14日(木)必着**



チケット 牛田智大 ピアノリサイタル

ショパン、リスト、チャイコフスキー、ラフマニノフ、ムソルグスキーによるピアノ名曲集

- 出演** ピアノ：牛田智大
- 曲目** グリンカ(バラキレフ編)：ひばり
チャイコフスキー：バレエ音楽「くるみ割り人形」組曲Op.71より
行進曲、金平糖の踊り、花のワルツ
ムソルグスキー(ホロヴィッツ編)：組曲「展覧会の絵」他
- 日時** 2月13日(土)13:30開演
- 会場** 東京オペラシティコンサートホール(京王新線「初台駅」)
- 料金** S席 **3,500円**(通常料金4,800円) ※未就学児の、入場はお断りしております。
- 枚数** 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限** **1月14日(木)必着**



チケット 読売日本交響楽団 “炎のコバケン”モーツァルト&チャイコフスキー

モーツァルトの「フィガロの結婚」序曲で開幕し、映画『アマデウス』のエンディングでも知られる美しいピアノ協奏曲へ。そして、チャイコフスキーの代表作<弦楽セレナード>に続き、ナポレオンのロシア遠征を描いた力強く輝かしい大序曲「1812年」>で締めくくる、聴きごたえ抜群の作品群を“コバケン”の指揮でお楽しみください。

指揮：小林研一郎 ピアノ：田部京子

- 演奏曲** モーツァルト：歌劇「フィガロの結婚」序曲
ピアノ協奏曲第20番
チャイコフスキー：弦楽セレナード、大序曲「1812年」
- 日時** 3月24日(木)19:00開演
- 会場** 東京オペラシティコンサートホール(京王新線「初台駅」)
- 料金** S席 **4,500円**(通常料金7,200円)
※未就学児童の入場はご遠慮願います。
- 枚数** 10枚(1会員2枚まで)
- 申込期限** **1月14日(木)必着**



© Akira Muto



© 読響

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

祭

イベント

世界らん展日本大賞2016

世界最大級の蘭の祭典、今年も開催！

会場の東京ドームは、世界20カ国・地域から集められた洋蘭、東洋蘭、日本の蘭など、約3000種・10万株で彩られます。今回も栄えある日本大賞を目指して、1年かけて育ててきた蘭が各地より集結します。蘭で埋め尽くされたステージショーや特別展示などは圧巻。蘭に親しむワークショップや稀少な蘭の販売も行うオーキッドマーケットなど、世界らん展でしか見られない盛りだくさんな内容で、ご来場のみなさまをお迎えます。

- 会 期 ● 2月13日(土)～19日(金)
- 時 間 ● 9:30～17:30 ※入場は閉場の30分前まで
- 会 場 ● 東京ドーム
- あっせん期間 ● 1月4日(月)～2月5日(金)
- 料 金 ● 一般 1,400円(当日券2,200円)
※中学生(要学生証提示)及び保護者同伴の小学生以下無料。
- 枚 数 ● 1会員4枚まで 売り切れ次第終了
- 購入方法 ● 「ゆとりちよだ」窓口で会員証を提示の上ご購入下さい。
電話予約、代引配送もできます。



祭

イベント

第15回東京国際キルトフェスティバル ～布と針と糸の祭典～

今回の特集企画は斉藤謠子「ピーターラビット™の世界」です。作家、ビアトリクス・ポターの生誕150周年を記念し、キルト作家の斉藤謠子さんとそのグループが美しい原画をもとに、ピーターラビットの世界を50点のキルトで表現します。この他にも、19世紀を代表する英国のデザイナー、ウィリアム・モリスの特別企画など、キルトファンのみならず楽しめる内容となっています。

※「ピーターラビット™」は、英国フレデリック・ウォーン・アンド・カンパニー・リミテッドの登録商標または商標です。

- 会 期 ● 1月21日(木)～1月27日(水)
- 時 間 ● 9:30～18:00 (初日は11時開場、最終日は17:30閉場)
※入場は閉場の30分前まで
- 会 場 ● 東京ドーム
- あっせん期間 ● 1月4日(月)～1月20日(水)
- 料 金 ● 1,100円(当日券2,100円)
※小学生以下無料。ただし、大人の付き添いが必要。
- 枚 数 ● 1会員4枚まで 売り切れ次第終了
- 購入方法 ● 「ゆとりちよだ」窓口にて会員証を提示の上ご購入下さい。
電話予約、代引配送もできます。



キルト制作 斉藤謠子

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

展

展覧会

フェルメールとレンブラント： 17世紀オランダ黄金時代の巨匠たち展

ヨハネス・フェルメールは「光の画家」として知られ、現存する作品は世界で30数点しかないと言われています。また、レンブラント・ファン・レインはアムステルダムで名声を手にし、独特な発想、技法と構図で人気を得ました。17世紀オランダ黄金時代を彩った画家たちの作品60点が一堂に会し、当時の文化と人々の生活が私たちの目の前によみがえります。メトロポリタン美術館の傑作、フェルメールの《水差しを持つ女》とレンブラントの《ペローナ》は日本初公開となります。

- **会 期** ● 1月14日(木)～3月31日(木)
- **休 館 日** ● 1月19日(火)
- **開館時間** ● 10:00～20:00
※1月26日(火)、2月2日(火)・9日(火)・16日(火)・23日(火)
は17時までの開館。
※入館は閉館時間の30分前まで
- **会 場** ● 森アーツセンターギャラリー(六本木ヒルズ森タワー52階)
- **あっせん期間** ● **1月4日(月)～3月25日(金)まで** ※売り切れ次第終了
- **料 金** ● 前売券 一般 **1,000円**(当日券1,600円)【1会員4枚まで】
- **購入方法** ● 「ゆとりちよだ」窓口で会員証を提示の上ご購入ください。
電話予約、代引配送もできます。



ヨハネス・フェルメール《水差しを持つ女》
1662年頃 油彩・カンヴァス、45.7×40.6cm メトロポリタン美術館、ニューヨーク
Marquand Collection, Gift of Henry G. Marquand, 1889 (89.15.21)
Photo Credit: Image copyright ©The Metropolitan Museum of Art.
Image source: Art Resource, NY

健

こころとからだの元氣プラザ 人間ドックキャンペーン

人間ドック契約医療機関【こころとからだの元氣プラザ】から、通常よりも更にお安く日帰り人間ドックを受診できるキャンペーンのお知らせです。

- **キャンペーン受診期間** ● 平成28年1月5日(火)～3月31日(木)
- **利用方法** ● ①元氣プラザに予約後、ゆとりちよだに「人間ドック利用券」を発行依頼する。
②受診当日「人間ドック利用券」を提出し受診。料金をお支払い。
- **予 約** ● こころとからだの元氣プラザ 電話03-5210-6622 千代田区飯田橋3-6-5
- **受診料金** ● 日帰り人間ドック(カッコ内の金額は通常時の割引契約料金)

会員本人	キャンペーン	会員本人	節目キャンペーン	家族	キャンペーン	一般料金
	28,000円 (36,600円)		16,000円 (24,600円)		40,000円 (48,600円)	54,000円

- ※【節目】対象は平成27年4月～28年3月までに40・50・60歳を迎える方が該当です。
- ※会員料金で受診できるのは、人間ドック、健康診断、MRI・CT検査を合わせて年度内1回限りです。
- ※2回(種)以上受診する場合、及び家族が受診する場合は、家族料金となります。
- ※家族料金で受診する場合も利用券が必要ですので、必ずゆとりちよだ事務局までご請求ください。
- ※利用券の提出がない場合、受診できませんのでご注意ください。

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

旅

バスツアーのご案内

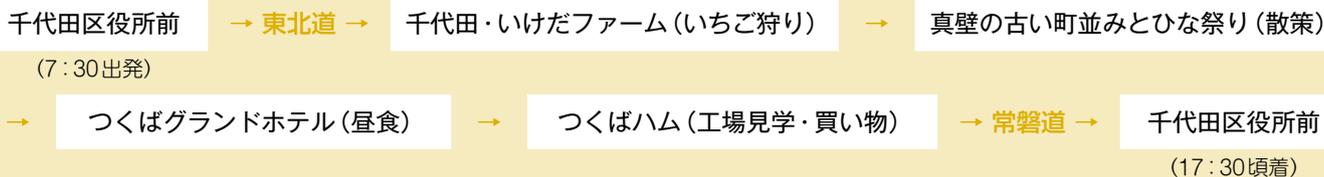
いちご狩り&真壁の古い町並みとひな祭り 四季彩御膳昼食:つくばグランドホテル

前半は千代田・いけだファームでいちご狩り食べ放題と真壁の古い町並みとひな祭りを散策。後半はホテルで昼食後、つくばハムの工場見学とお買い物でお楽しみください。昼食はつくばグランドホテルの四季彩御膳。



イメージ

● 行 程 ●



- 日 程 ● 2月28日(日)7:30~17:30予定
- 集合場所 ● 千代田区役所 午前7時20分
- 参加料金 ● 会員・家族 **5,800円** ※関係者は会員料金の3,000円増し。
※料金には、バス代・入館料・昼食代等を含みます。
- 募集人数 ● 80人(最少催行人数30名・区民枠含む)
- 申込方法 ● 「往復はがき」又は「ホームページ」から申込(ガイドブック P110及びP111参照)
- 申込期限 ● **1月17日(日)必着**
- 当落通知 ● 1月20日頃、申込方法でお知らせします。
- 注意事項 ● ※当選者には、アイネストラベルサービスより詳しい旅行内容を記載した書面とお支払等のご案内をお送りしますので、ご確認ください。
※旅行代金のお支払いは、(株)アイネスの指定口座にお振込みください。
※天候、その他不可抗力により、時間・行程等が急きょ変更になる場合があります。
※2月18日(木)以降のキャンセルは所定の取消手数料が掛かります。
※ツアーには、旅行会社の添乗員が同行いたします。

【旅行企画・実施】 株式会社アイネス アイネストラベルサービス

薬

あっせん販売

家庭常備薬のあっせん販売

※会員番号は、担当者名のところに、ご記入下さい。

同封の折込みで、家庭常備薬をあっせん販売いたします。ご家族や職場の健康管理や疾病予防対策の一環としてご利用ください。

必ず事業所単位でお申込みください!

- 申込・期限 ● 必要事項を記入し、**事業所単位で取りまとめ**、ゆとりちよだ事務局までFAX(03-3233-8692)、または郵送でお申込みください。**1月20日(水)必着** ※締切後の変更・取消はできません。
- 納品方法 ● 締切後4週間以内に事業所に送付します。会員ごとに袋詰めしてありますので、事業所で各会員にお渡しください。(送料無料)
- 支払方法 ● 商品到着後、同封の振込用紙を使って、コンビニ・郵便局でお支払いください。(振込手数料無料)
- お問合せ ● 販売元:大日商事株式会社 医薬品販売業・許可番号第B13661号
〒535-0003 大阪市旭区中宮5丁目11番15号
担当 小野 TEL 06-6952-7015 <http://www.dai-nichi.com/>

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください

事務局からのお知らせ

平成28年4月1日から変更予定です。

◆ 給付事業 ◆

- 出産＆入学祝金：夫婦で会員の場合、1児につき夫婦各々請求できます。
- 会員本人が死亡した場合：家族も会員の場合、本人死亡弔慰金の他、該当するすべての事由が請求できます。(印鑑証明書は不要になります。)
- 入院見舞金：傷病名に関係無く、前回の請求から1年経過していないと請求できません。
- 災害見舞金：程度のランクを無くし、官公庁等が出した罹災証明があれば一律2万円が支給されます。

◆ 会員の資格 ◆

- 新規入会者は、3カ月を経過した翌月からの給付事由に対し、給付金の請求ができます。入会資格で、「入会時14日以上の上の休業、安静加療をしている会員は入会できない」は削除します。
- 死亡退会の場合、還付できる会費が最高6か月になります。
- 退会后、会員期間内にあった請求権は退会日翌日にすべて消滅いたします。

◆ 新規事業 ◆

- 当法人と契約しているゴルフ場でプレーする場合、会員本人に利用補助券(3,000円)を発行します。(年度内1回限り)

◆ 主催事業&セミナー等への参加料金

- 会員及び家族料金と関係者料金を、会員料金・家族料金・関係者料金に区分いたします。

※以上の内容は、さらに詳しく2月号、3月号でもお知らせしていきます。また来年度発行予定のガイドブックにも記載予定です。

1月窓口 チケットをあっせん販売しています

施設名	あっせん期間	料金・有効期間	1会員の購入できる枚数等
シカゴ ウェストンコレクション	1月15日まで	900円(一般) / 会期1月17日まで	あっせん期間内4枚まで
ぐるっとパス2015	1月29日まで	1,500円	年6枚まで
ワイン展	2月19日まで	900円(一般) / 会期2月21日まで	あっせん期間内4枚まで
村上隆の五百羅漢図展	2月26日まで	1,000円(一般) / 会期3月6日まで	あっせん期間内6枚まで
石打丸山スキー場リフト券		1日券3,100円(大人)、2日券5,700円(大人) / 有効期限3月21日まで	
舞子スノーリゾートリフト券		ワンデーパス：2,900円(大人)、2,600円(55歳以上・中高生)、1,800円(小学生) / 有効期間4月3日まで	
国立演芸場	3月20日まで	1,100円	年6枚まで
東京ドームシティ得10チケット	3月31日まで	2,300円(大人・子ども共通券) / 3月31日まで有効	月10冊まで
西武園ゆうえんち	年間を通じて購入できます	600円(大人・子ども共通券) ※3歳以上有料 / 3月まで有効	月10枚・年50枚まで
東武動物公園		1,700円(大人・子ども共通券) ※3歳以上有料 / 3月まで有効	月6枚・年30枚まで
サンシャインシティ		「サンシャイン水族館」1,000円(大人) / 3月まで有効	
マダム・タッソー東京		700円(大人・子ども共通券) ※3歳以上有料 ※大人のみの入場不可 / 6月まで有効	年6枚まで
レゴランド		1,200円(大人・子ども共通券) ※3歳以上有料 ※大人のみの入場不可 / 6月まで有効	
スパ ラクーア		1,700円(平日券・一般) / 1月15日まで有効	月6枚まで
スパリゾート ハワイアンズ		600円(大人・子ども共通券) ※3歳以上有料 / 3月まで有効	あっせん期間内4枚まで
ラフィネ ランニングスタイル		300円 ※更衣ロッカーとシャワーブース(ランナー以外でも利用可) / 購入日から6か月有効	月10枚・年50枚まで
区立プール	400円(大人)	月10枚・年60枚まで	

購入方法 「ゆとりちよだ」事務局窓口で、会員証を提示の上ご購入ください。

また、電話での予約(取り置きは10日間程度)や、代引配送も承っております。

営業時間 午前9時から午後5時までです。(土・日・祝日は休み)

※ただし、1月6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)は、午後7時まで営業いたしております。

ゆとりちよだ窓口でチケット等を購入される際は、必ず会員証をご持参ください