

会員と家族のための福利厚生情報誌

VOL. 118



ゆとりちよだ

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

事業所数 775

会員数 6,290人

平成26年12月1日現在

謹賀新年

本年もよろしくお願ひ申し上げます。 公益社団法人 ゆとりちよだ

心の整理・整とん エンディングノート活用術

1. 終活、エンディングノートとは、
 2. エンディングノートには何を書くのか、
 3. 具体的な内容は、
 4. エンディングノートを書くことの効果は、
 5. 注意すべきポイント（遺言書との比較において）などについて説明します。
- 自分の思いをうまく伝えるように書く方法なども紹介します。

日時 2月4日（水） 18:30～20:30（18:20より受付開始）

会場 九段生涯学習館（3F・第一集会室）

参加費 会員 1,000円（会員の関係者 2,000円）

※参加費には教材費が含まれます。

※当選通知後、指定の口座へ参加費をお振込みいただくことで、参加が確定します。

※振込確認後に教材を発注します。

一度発注した教材は取り消せないため、キャンセル返金はお受けできません。

持ち物 筆記用具 ※教材は当日、受付時にお渡しします。

募集人数 20名（多数抽選）

申込方法 往復はがき・ホームページから申込み（ガイドブック P110・111 参照）

申込期限 1月1日（木・祝）～1月15日（木）

当落通知 1月22日（木）までに申込方法で通知



◆◆◆◆◆ 講師紹介 ◆◆◆◆◆

ふるやこういち

古谷光市先生 …… オフィス・フルヤ代表。特定社会保険労務士、行政書士、ファイナンシャルプランナー。これら3つの資格を取得。自分のキャリアを生かして、法人様・個人のお客様、それぞれにあった最適なサービスを提供。

チケットあっせん

チケットは「ガイドブック2014」P110及びP111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。)



こまつ座&世田谷パブリックシアター 藪原 検校

井上ひさしの江戸三部作の一つとして書かれたこの作品は、井上戯曲の中でもブラックコメディの代表作と言われた異色の作品。井上ひさしが作り出した架空の人物である稀代の大悪党・杉の市(後の二代目藪原検校)を野村萬斎が演じます。ギターの主旋律に絡めて進む、井上芝居の真骨頂をご覧ください。

作 井上ひさし **演出** 栗山民也
出演 野村萬斎 / 中越典子 / 山西 惇 / 辻 萬長 ほか
日時 3月6日(金) 18:30 開演
 3月8日(日) 13:30 開演
会場 世田谷パブリックシアター(東急田園都市線「三軒茶屋駅」)
料金 S席 6,500円(通常料金 8,800円) ※ 未就学児童の入場はご遠慮願います。
枚数 各日 10枚(1会員2枚まで)
申込期限 1月15日(木) 必着



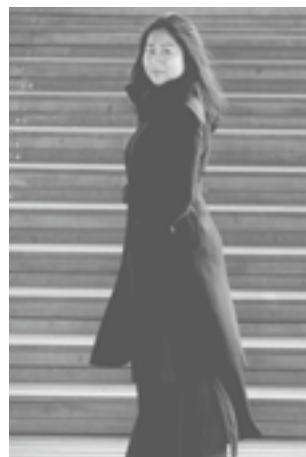
撮影：谷古宇正彦



ベートーヴェン・ピアノ・ソナタ 全曲演奏会シリーズ 最終回(第8回) 小菅 優 ピアノ・リサイタル

平成25年度第64回芸術選奨文部科学大臣新人賞受賞。その受賞理由となった、ベートーヴェンのピアノ・ソナタ全曲演奏会もついに最終回を迎えました。今回は、ベートーヴェンが書いた最後の3曲をお届けします。

出演 小菅 優
演奏曲 ピアノ・ソナタ第30番 ホ長調 op.109
 ピアノ・ソナタ第31番 変イ長調 op.110
 ピアノ・ソナタ第32番 ハ短調 op.111
日時 3月21日(土) 18:00 開演
会場 紀尾井ホール(JR線「四ツ谷駅」東京メトロ「四ツ谷駅」「赤坂見附駅」)
料金 全席指定 4,000円(一般料金 5,000円)
枚数 10枚(1会員2枚まで)
申込期限 1月15日(木) 必着



©Marco Borggreve



スーパー喜劇 かぐや姫

エグゼクティブスーパーバイザー 市川猿翁

むかえに来るのかな～？ この元気なかぐや姫を・・・

出演 藤山直美 水谷八重子 上条恒彦 大津嶺子

市川笑也 市川猿弥 市川春猿 市川月乃助

市川寿猿 市川弘太郎 他

日時 3月14日(土) 16:00 開演

3月15日(日) 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 9,000 円(通常料金 13,500 円)

※満4歳以上、有料。

枚数 各日 10 枚(1 会員 2 枚まで)

申込期限 1月15日(木) 必着



松本美和子&中村絃子

ジョイント・リサイタル

ソプラノの松本美和子とピアノの中村絃子。日本のクラシック音楽界の第一線で活躍し続けているこの二人の大輪の名花が、約20年の時を超えて、再び紀尾井ホールで咲き誇ります。二人が愛してやまないモーツァルト、そして、画家のゴヤの作品にインスピレーションを得て作曲されたグラナドスのオペラ・アリアでの共演を軸に、円熟の時を迎えた至高の音楽芸術の世界へと皆様を誘います。

出演 松本美和子(ソプラノ) 中村絃子(ピアノ) 椎野伸一(ピアノ)

演奏曲 モーツァルト “夕べの想い”(松本&中村)

ピアノ・ソナタ イ短調 kv310(中村)

グラナドス 歌曲集「トナディーリャス」より

“ある女のまなざし” “賢い恋人”(松本&椎野)

歌劇「ゴイエスカス」より

“嘆き、または美女と夜うぐいす”(松本&中村)

チャイコフスキー 歌劇「エフゲニーオネーギン」より

タチアーナのアリア (松本&椎野)

ラフマニノフ 前奏曲 op.23-5(中村) 他

日時 3月27日(金) 19:00 開演

会場 紀尾井ホール(JR 線「四ツ谷駅」東京メトロ「四ツ谷駅」「赤坂見附駅」)

料金 S 席 5,500 円(通常料金 7,000 円)

枚数 10 枚(1 会員 2 枚まで)

申込期限 1月15日(木) 必着





モナコ公国 モンテカルロ・バレエ団 『LAC～白鳥の湖』

憧れの都モナコから世界に発信される美しく先鋭的なダンス・カンパニーが3年ぶりの来日公演！

バレエ・リュスの精神を受け継ぐバレエ団の鬼才マイヨーによる美しく鮮烈な舞台。現代の“白鳥”伝説が生まれる！

日 時 2月28日(土) 18:30 開演

会 場 東京文化会館 大ホール (JR線 東京メトロ「上野駅」)

料 金 S席 12,500円 (通常料金 16,000円)

※開演 45分前より 30分間ジャン＝クリストフ・マイヨーによる
プレトークを予定しております

※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15日(木) 必着



© Alice Blangero



井上芳雄 シングス・ディズニー ～ワン・ナイト・ドリーム！

日本ミュージカル界のトップ・スター井上芳雄が歌うディズニー・カバー ～一夜限りのスペシャルコンサート～ 12月17日にリリースされるディズニー・カヴァー・アルバム「井上芳雄・ミーツ・ディズニー～プラウド・オブ・ユア・ボーイ～」の発売を記念して、一夜限りのスペシャルコンサートが開催決定！スペシャルゲストに、声優・歌手でミュージカル女優としても活躍中の坂本真綾を迎え、井上芳雄本人選曲のディズニーソングの世界を、新進気鋭の演出家：小林香氏の構成によるストーリー仕立てでお贈りします。

出 演 井上芳雄 スペシャルゲスト 坂本真綾

日 時 2月18日(水) 19:00 開演

会 場 東京国際フォーラム ホールA (JR等各線「有楽町駅」)

料 金 S席 6,500円 (通常料金 9,000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15日(木) 必着





NITRO CIRCUS LIVE (ナイトロ・サーカス ライブ)

その衝撃を、目撃せよ！

欧米、豪州で人気上昇中のアクション・スポーツ。エンターテインメント「ナイトロ・サーカス ライブ」が日本初上陸！！ 頭上で展開する豪快なハイスピードパフォーマンス、磨き抜かれたトリックの数々は圧巻の一言！！

日 時 3月8日(日) 14:00 開演
会 場 東京ドーム (JR 線「水道橋駅」、東京メトロ「後楽園駅」他)
料 金 S席 8,000円 (通常料金 12,000円)
 ※ 4歳以上チケット必要。
 ※ 3歳以下は保護者1名につき1名まで膝上鑑賞可。
枚 数 10枚 (1会員2枚まで)
申込期限 1月15日(木) 必着



テーブルウェア・フェスティバル 2015 ～暮らしを彩る器展～

今回は琳派誕生 400 年を迎える京都の京焼と清水焼を、テーブルウェア・フェスティバル流の最新のテーブルセッティングで紹介しします。また、洋食器ブランドやガラスブランドが提案するカジュアルリッチなパーティーシーンを紹介しします。

会 期 2月1日(日)～9日(月)
時 間 10:00～19:00 (初日は11時開場) ※ 入場は閉場の1時間前まで
会 場 東京ドーム
あっせん期間 1月5日(月)～1月30日(金)
料 金 一 般 1,000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。



世界らん展日本大賞2015

2月14日(土)～2月22日(日)・東京ドーム

世界最大級の蘭の祭典、今年で25周年！

今回は25周年を記念した、華やかなステージショーや特別展示が登場。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、蘭の魅力いっぱい会場です。

会 期 2月14日(土)～22日(日)
時 間 10:00～17:30 ※ 入場は閉場の1時間前まで
会 場 東京ドーム
あっせん期間 1月5日(月)～2月13日(金)
料 金 一 般 1,500円(当日券2,200円) ※ 小学生以下無料。ただし、保護者同伴。
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。



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

新印象派—光と色のドラマ

本展では、印象派のモネの作品から始まり、スーラ、シニャックによる新印象派初期の作品、その後フランスやベルギーで次々と生み出された多様な新印象派の作品、さらにマティス、ドランの色彩溢れる作品をご紹介します。

会 期 1月24日(土)～3月29日(日)

休 室 日 毎週月曜日

開室時間 9:30～17:30(金曜日は20:00まで)

※入室は閉室の30分前まで

画像は非掲載とさせて頂いております。
ご了承下さい。

会 場 東京都美術館 企画展示室(東京・上野公園)

あっせん期間 1月5日(月)～3月27日(金)まで ※売り切れ次第終了

料 金 一 般 800円【1会員4枚まで】(当日券1,600円)

※中学生以下無料

※毎月第3水曜日はシルバーデーにより、65歳以上の方は無料。

当日は混雑が予想されます。

※毎月第3土・翌日曜日は家族ふれあいの日により、18歳未満の子

を同伴する保護者(都内在住)は一般当日料金の半額。

※いずれも証明できるものをご持参下さい。

ジョルジュ・スーラ
《セーヌ川、クールブヴォワにて》
1885年 油彩、カンヴァス
81×65.2cm 個人蔵
©Droit Réservé

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。

今年度2回目のご案内になります。 家庭常備薬、お申し込みお待ちしております！！

ご家族の皆様の健康管理や、疾病予防のために家庭常備薬をお申し込みください。同封されている常備薬リストは、通常のドラッグストアなどで販売している商品です。

申込・配送・支払いにつきましては事業所単位でお願いします。各会員が申込書を記入し、その申込書を事業所単位で取りまとめて申し込んでください。薬は会員ごとに袋詰めし、まとめて各事業所に配送されます。代金は、事業所単位で取りまとめ、送られてきた振込用紙でお振り込みください。

申込・期限 折り込みの申込書に必要事項を記入し、事業所として取りまとめ、FAXまたは郵送で、ゆとりちよだ事務局までお送りください。**1月23日(金) 必着**

※締切後の変更・取消はできませんので、ご注意ください。

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。送料は、無料です。

代金支払い方法 現品到着後、同封の振込用紙(手数料は業者負担)にて最寄りコンビニ・郵便局でお支払いください。

お問い合わせ 薬についてのご相談や商品の事故等、または薬事法の改正に適正に対応しておりますが、疑問等がありましたら、下記の担当までご連絡ください。

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/>

人間ドックキャンペーン — ころとからだの元氣プラザ 1月～3月 —

人間ドック指定施設の「ころとからだの元氣プラザ」では、フロア改装キャンペーンを実施します。

受診期間 1月6日～3月31日（この期間の受診に限ります）

検査内容 日帰り人間ドック（詳細は申込時にご確認ください）

受診施設 ころとからだの元氣プラザ（JR・地下鉄 飯田橋駅から徒歩1分）
千代田区飯田橋3-6-5 TEL. 03-5210-6622



受診料金

検査コース	会 員		家 族		会員以外の一般料金
	特別料金	通常料金	特別料金	通常料金	
日帰りドック (節目ドック該当者)	28,000 円 (16,000 円)	36,600 円 (24,600 円)	40,000 円	48,600 円	54,000 円

利用方法 ①施設に予約後、必ず事前にゆとりちよだ事務局に「人間ドック利用券」を請求してください。
後日、事務局から利用券を郵送します。

②受診日当日、施設受付に利用券を提出し、本人負担金をお支払いください。

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。

※会員料金で受診できるのは、人間ドック、健康診断、MRI（A）、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、必ず事務局までご請求ください。

40・50・60歳の皆様へ ～節目人間ドックを利用できます～

年度年齢40歳・50歳・60歳の会員の方は、特別料金で人間ドックを受診できます。

受診料金は「ガイドブック2014-2015」のP8～9をご覧ください。

P8の節目ドック対象者は誤りです。正しくは下記の通りです。お詫びして訂正いたします。

対象者

26年度 会員本人	40歳（昭和49年4月2日～昭和50年4月1日生） 50歳（昭和39年4月2日～昭和40年4月1日生）になる方 60歳（昭和29年4月2日～昭和30年4月1日生） ※受診できるのは、平成27年3月31日までです。
27年度 会員本人	40歳（昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生） 50歳（昭和40年4月2日～昭和41年4月1日生）になる方 60歳（昭和30年4月2日～昭和31年4月1日生） ※受診期間は、平成27年4月1日から平成28年3月31日までです。

検査内容

日帰り人間ドックと同じ内容です。

利用方法

下表の施設に予約後、「ゆとりちよだ」事務局へ利用券を請求してください。

受診時に利用券を窓口へ提出し、所定の料金をお支払いください。

受診施設

施設名	電話番号	住所・最寄駅
ころとからだの元氣プラザ		キャンペーン実施中
東京・八重洲総合健診センター	03-3274-2861	中央区八重洲1-5-20 石塚八重洲ビル7F JR 東京駅 地下鉄日本橋駅
春日クリニック	03-3816-5840	文京区小石川1-12-16 TGビル 地下鉄後楽園駅・春日駅
楠樹記念クリニック	03-3344-6666	新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル6F JR 新宿駅 地下鉄西新宿駅・都庁前駅

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

千代田診療所 千代田健康管理センター	03-3291-0375	千代田区神田錦町 2-1-5 地下鉄新御茶ノ水駅・淡路町駅・小川町駅
池袋ロイヤルクリニック	03-3989-1112	豊島区東池袋 1-21-11 オーク池袋ビル 10F JR 池袋駅
オリエンタル上野健診センター	03-5816-0720	台東区上野 1-20-11 鈴乃屋本店ビル B1F JR 御徒町駅 地下鉄上野広小路駅

※検査方法等は各施設によって異なります。受診する施設に直接お問合せください。

ー利用券の請求についてー

健康診断、人間ドック、千代田区保養施設をご利用の際は、利用日当日にゆとりちよだ発行の「利用補助券」を提出頂くことで利用料金の補助を受けることができます。

必ず事前に「利用補助券」を申請下さい。施設利用後に補助券をご提出頂いても、補助を受けられない場合があります。

補助券をご提出頂くことで利用の確認とさせていただきますのでよろしくお願い致します。

2015年 4月から変更になります。

◎東京ディズニーリゾートのパスポートチケットを購入時に利用できる1,000円の利用補助券（一人2枚）とマジックキングダムクラブメンバーシップカードは、4月の会報誌と一緒に人数分同封し、お送りします。取りに来る必要はありません。新規会員の場合は、入会時に両方お渡しします。

◎映画チケット前売利用補助券（500円引）は、1会員年間10枚から年間8枚になります。

◎宿泊補助回数が、リゾートソリューションで4泊迄、千代田区保養施設4泊迄利用できるようになります。ただし、宿泊補助の対象は、会員のみで家族は対象外になります。

☆チケットをあっせん販売しています☆ 1月窓口

施設名	あっせん期間	会員・家族料金	1会員の購入できる枚数等
フェルディナント・ホドラー展	1月9日まで	900円（一般）／会期:1月12日まで	あっせん期間内4枚まで
ぐるっとパス	1月30日まで	1,500円	年6枚まで
ホイッスラー展		800円（一般）／会期3月1日まで	あっせん期間内4枚まで
石打丸山スキー場・リフト券	2月27日まで	1日券3,100円（大人）、2日券5,700円（大人）／有効期間:3月22日まで	あっせん期間内6枚まで
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:3月22日	
国立演芸場	3月20日まで	1,100円	年6枚まで
としまえん1日フリーパス		600円（大人・こども共通券）※3歳以上有料	月6枚・年30枚まで
西武園ゆうえんち		600円（大人・こども共通券）※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・こども共通券）※3歳以上有料／3月まで有効	
サンシャインシティ		「コニカミルタプラネタリウム満天」600円（大人）、300円（こども）／8月まで有効	月6枚・年30枚まで
		「サンシャイン水族館」1,000円（大人）／9月まで有効	
ラフィネ ランニングスタイル	3月31日まで	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
東京ドームシティ得10チケット		2,370円（大人・こども共通券）／3月まで有効	月10冊まで
スパ ラクーア		1,750円（一般）／5月25日まで有効	月6枚まで
レゴランド		1,200円（大人・こども共通券）※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
マダム・タッソー東京		1,100円（大人＝中学生以上）、800円（小人＝3歳～小学生）／6月まで有効	
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（土・日・祝日は休み）

※ただし、1月7日（水）、14日（水）、21日（水）、28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