

サービスセンターNEWS

第198号
令和7年2月



発行／公益財団法人 上尾市勤労者福祉サービスセンター
事務局／〒362-0011上尾市大字平塚951番地2（イコス上尾3階）
TEL. 048-771-5700／FAX. 048-771-5846
業務時間 AM9:00～PM5:15 休業日 日・月曜日、祝日及びイコス上尾休館日
ホームページアドレス <http://www.ageosc.or.jp/>

加入状況

●事業所数
520事業所
●会員数
2,657人
(令和6年12月31日現在)



季節の花苗を使った寄せ植え教室 (上尾市)

(公財)上尾市地域振興公社共催

- 日時** 3月1日(土)
午後2時00分～午後4時00分
- 場所** イコス上尾 研修室(上尾市大字平塚951-2)
- 対象** 会員と登録家族(中学生以上)
- 募集人数** 24名
- 参加費** **1,500円**(一般料金3,100円)
※参加費には、講師料、材料費を含む。
- 講師** 田中公助氏(The Naturalisut 店主)
- 内容** 季節の花苗を取っ手付の素敵な樹脂鉢に植え込み、寄せ植えを作ります。プロならではの植え込み方や、その後の管理方法なども丁寧にご説明致します。



・イメージ(材料が異なる場合があります)



いちご狩り体験

(さいたま市)

旬のいちご 紅ほっぺ、あきひめ、やよいひめ、恋みのり、あまりん、かおりん、べにたまなど最大9種類(少なくとも6から8種類ご賞味いただけます)の食べ比べ!ぜひご家族でご参加ください。

- 日時** 3月8日(土) 午前11時00分開始
※荒天の場合は、3月9日(日)となります。
- 場所** ストロベリーハウス 細田
(さいたま市西区高木1782-1)
- 対象** 会員と登録家族(小学生以下保護者同伴)
- 募集人員** 40名
- 参加費**

小学4年生以上	2,100円 (一般料金3,300円)
小学1年生以上	1,700円 (一般料金3,000円)
2歳以上	1,500円 (一般料金2,800円)

※参加費には、いちご狩り代「通常コース」(30分食べ放題)を含む。
※1歳以下の方は無料ですが、参加する場合は入力をお願いします。
※いちご狩り入園補助券の併用はできません。



高設栽培



申込方法は、2ページをご覧ください。

■各事業へのお申し込みの際は、会員番号が必要となりますので、予めご用意ください。

申込方法



- 季節の花苗を使った寄せ植え教室
- いちご狩り体験



・申込フォーム

- 申込方法** 2月7日(金)まで当センターホームページ(申込フォーム)にて受付。
(お申し込みの際は、会員番号、参加者氏名、携帯番号(日中連絡の取れる電話番号)、メールアドレス、またグループの参加の場合は、代表者を決めて申込フォームに入力をお願いします。)
- 参加者決定** 募集人員を超えた場合は、下記の順序により選考抽選とさせていただきます。なお、グループで申し込まれた方は、グループごとに抽選。当落については、2月13日(木)までにメールアドレスに通知。
①会員と登録家族が優先。 ②利用履歴の少ない方。
※利用履歴は、原則として過去1年間のものを参考とします。
※参加者は、申込者と同じ方をお願いします。(代理参加はできません。)
- 支払方法** センター窓口、振込のいずれかとなります。振込の場合、振込手数料は参加者負担となります。

スキー・スノーボード 各リフト券を販売中です! 1日リフト券のあっせん



- ・湯の丸スキー場(長野県)
- ・ハンターマウンテン塩原(栃木県)
- ・舞子スノーリゾート(新潟県)
- ・湯沢中里スノーリゾート(新潟県)

- 利用資格** 会員と登録家族
- 申込方法** 電話で受付中、3月15日(土)まで販売。

詳細は、当センターホームページより。



・リフト券の詳細

イベントチケットのあっせん

世界らん展2025 ～花と緑の祭典～



・イメージ

- 利用資格** 会員と登録家族
- 申込方法** 電話で受付中
- 会場** 東京ドームシティ プリズムホーム
- 会期** 2月5日(水)から12日(水)
- 休館日** 会期中無休
- あっせん枚数** 20枚(1会員4枚まで)
- あっせん料金** 1,400円(当日券2,300円)
- その他** ※開催時間が異なるため公式ホームページでご確認ください。
※申し込み後のキャンセル及び購入後の払い戻しは不可。



・公式サイト

東武動物公園「アトラクションパス」チケットのあっせん

- 利用資格** 会員と登録家族
- 申込方法** センターにて電話で受付(先着順)
※申し込み後のキャンセル及び購入後の払い戻し不可。
- 内容** アトラクションパス [入園料+アトラクション乗り放題]
- 制限枚数** 1会員年度内12枚まで
- あっせん枚数** 残りわずか
- あっせん料金** 1枚 2,800円(4枚まで)
1枚 3,500円(5枚以降)
(一般料金 大人 5,300円、中人 5,000円)
小人・シニア(3歳以上) 4,000円)



ハイブリッド・レジャーランド
東武動物公園



- 有効期限** 令和7年3月31日(月)
- その他** 詳しくは公式ホームページでご確認ください。



・公式サイト

観劇・コンサートチケットのあっせん

利用資格 会員と登録家族 **制限枚数** 各公演1会員4枚まで

申込方法 2月4日(火)の午前9時00分から13日(木)まで当センターホームページ(申込フォーム)にて受付(先着順)。

チケット受領 2月15日(土)から22日(土)までの間、窓口にてお渡しします。

代金と会員証をお持ちください。 ※申し込み後のキャンセル及び購入後の払い戻しは不可。



・申込フォーム

春風亭笑好落語会

ワンコインで気軽に落語を楽しみませんか！

芸歴 2000年春風亭小柳枝に入門、2004年二つ目昇進、2013年真打昇進
出囃子 大宮音頭

日 時 3月8日(土) 午後2時00分 開演

場 所 イコス上尾 ホール

あっせん枚数 15枚(全席指定)

あっせん料金 100円(一般料金500円)

※未就学児入場不可



特撰落語会

林家たい平・桂宮治 二人会

日 時 3月19日(水) 午後1時30分 開演

場 所 あげお富士住建ホール 大ホール
(上尾市文化センター 大ホール)

あっせん枚数 20枚(全席指定)

あっせん料金 3,000円(一般料金4,400円)

※未就学児入場不可



音楽と朗読で綴る「銀河鉄道の夜」

宮沢賢治の名作『銀河鉄道の夜』を、作曲家加賀谷玲の音楽と朗読で綴る演奏会。
弦楽アンサンブルと声優らによる朗読のコラボレーションをお楽しみください！

日 時 3月20日(木・祝) 午後2時00分 開演

場 所 三井金属あげおコミュニティセンター ホール
(上尾市コミュニティセンター ホール)

あっせん枚数 10枚(全席指定)

あっせん料金 1,000円(一般料金1,500円)

※4歳以下入場不可



プロ野球観戦チケットのあっせん



巨人公式戦チケット(東京ドーム開催)につきましては、2月4日(火)より当センターホームページにてご案内いたします。

■各事業へのお申し込みの際は、会員番号が必要となりますので、予めご用意ください。

レストランチケットのあっせん

利用資格 会員と登録家族

申込方法 **2月4日(火)の午前9時00分**から当センターホームページ(申込フォーム)にて受付(先着順)。
 ※③のチケットについては**7日(金)**までとなります。
 申し込み後のチケットの引換は、**2月14日(金)から21日(金)**までとなります。
 ※申し込み後のキャンセル及び購入後の払い戻しは不可。

あっせん枚数 **各券種50枚**(①~③を通じ1会員4枚まで)

利用方法 ①センターでチケット購入します。各施設に利用券を利用することを伝え要予約。
 ②利用当日、各施設に利用券を提出してご利用ください。※他のサービス券、割引券等の併用はできません。



① パレスホテル大宮

カフェレストラン パルテール



(イメージ)

場所 さいたま市大宮区桜木町1-7-5 1階
予約先 048-647-3300(代表)
有効期限 3月31日(月)



内容 ランチ・ディナービュッフェ(平日)
営業時間 ランチ:午前11時00分~午後2時00分
 (土日祝午後2時30分まで)
 ディナー:午後5時00分~午後8時00分

あっせん料金 ランチ 大人 **2,400円**(一般料金3,500円)
 ディナー 大人 **3,000円**(一般料金4,500円)

その他 ※税金を含む。
 ※土日祝のランチ利用(90分制)は別途追加料金(595円)を支払えば利用可。
 ※土日祝のディナー利用は別途追加料金(560円)、を支払えば利用可。

② パレスホテル大宮

フランス料理 クラウンレストラン



(イメージ)

場所 さいたま市大宮区桜木町1-7-5 1階
予約先 048-647-3300(代表)
有効期限 3月31日(月)



内容 ランチコース
 ・オードブル ・スープ
 ・お魚料理 ・お肉料理
 ・パン ・デザート
 ・コーヒー

営業時間 午前11時00分~午後2時30分
 (土日祝午後3時00分まで)

あっせん料金 **3,200円**(一般料金4,598円)

その他 ※税金、サービス料を含む。
 ※土日祝の利用は別途追加料金(1,234円)を支払えば利用可。

③ 東京ドームホテル (3店舗共通レストランランチ券)

あっせん料金 **3,600円**(一般料金4,800円~5,650円相当) **有効期限** 8月15日(金)まで

予約先 03-5805-2237(10:00~19:00)

その他 ※税金、サービス料を含む。 ※利用店舗及びメニュー内容は変更となる場合あり。
 ※「リラッサ」「アーティスト カフェ」をお子様ご利用の場合は当日現地払いがお得です。
 ※除外日を設ける場合あり。



・スーパーダイニング「**リラッサ**」
 (ホテル3階)
洋食・中華・和食・スイーツbuffet
 ※90分制
 ※ドリンクバー付き



・スカイラウンジ&ダイニング
 「**アーティスト カフェ**」(ホテル43階)
パノラマランチコース
 本日のアンティパストミスト・本日のパスタ・
 選べるメインディッシュ・ドルチェ ※120分制



・中国料理「**後樂園飯店**」
 (後樂園ホールビル2階)
セットメニュー
 前菜・料理3品・点心・ご飯・スープ・
 デザート・コーヒー

■各事業へのお申し込みの際は、会員番号が必要となりますので、予めご用意ください。



Jリーグ観戦名簿登録の募集(2月~7月の試合)

今シーズンのJリーグの日程が未発表(1月15日現在)のため、ホームゲームチケットのあっせん方法は名簿登録とし、登録順にあっせんする方法をとらせていただきます。登録を希望される方は、お申込みください。

登録方法 2月1日(土)の午前10時00分から4日(火)まで当センターホームページ(申込フォーム)にて受付(先着順)。先着順に順位を決め、後日上位から日程をご案内し、ご希望の試合を選択します。〈電話、窓口、FAXの申込みは不可〉



・申込フォーム

J1

URAWA REDS

あっせん枚数 ホームゲーム各試合 3組

制限枚数 1会員1試合(組)のみ

席の場所 センターライン付近、前から4列目

その他 平日開催のみ浦和レッズ特製タンブラー付き(1組1個)
※代引き手続きの場合は対象外

あっせん料金 レッズシート 2席1組 **6,800円**
※平日の試合は、**6,300円**
(一般当日料金(2席)11,000円)

東京ディズニーリゾート情報

「サンクス・フェスティバル」パスポートのご案内

1デーパスポート料金より最大500円お得なチケットとなります。

実施期間

3月14日(金)まで



会員限定

期間中、通常の1デーパスポート*価格より ※東京ディズニーランドまたは東京ディズニーシーどちらかのパークを開園時間から楽しめるチケットです。

大人 (18才以上)	中人 (中学・高校生 12~17才)	小人 (幼児・小学生 4~11才)
500円お得	400円お得	300円お得

実施期間

2025年 1/6(月) ▶ 3/14(金)

お手元のコーポレートプログラム利用券と併用するとさらにお得! *

詳細のご確認、ご購入は利用者用サイトから! ▶



団体番号
プランパスポート

コーポレートプログラム 利用者用サイト

※購入には、団体番号とプランパスワードが必要です。

※本内容は、予告なく変更または終了する場合があります。※写真・イラストはイメージです。©Disney

※コーポレートプログラム利用券とは、当センターが発行する額面1,000円の利用券(1会員年度内2枚)を申請者にお渡ししている利用券



こちらからお切り離してください

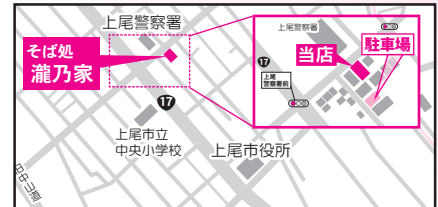


新規指定店のご案内

このたび、センター指定店として下記の店舗が加わりました。ぜひ、ご利用ください。

- 利用資格** 会員と登録家族
店舗名 そば処 瀧乃家
所在地 上尾市本町3-4-13
 TEL048-775-3019
営業時間 午前11時00分から午後2時00分
 午後5時00分～午後8時00分まで
定休日 土曜日（月1回連休あり）
利用方法 利用当日に会員証を提示してご利用ください。
利用料金 一般料金の**50円引き**（1会員4名まで）
その他 ※サービスメニューや一部対象外あり。また出前も対象外。
 ※他の割引、サービスとの併用不可。 ※駐車場、喫煙席あり。

そば処
瀧乃家



(公財)いきいき埼玉事業のご案内

- 利用資格** 会員と登録家族 **会場** 埼玉県県民活動総合センター
申込方法 **2月4日(火)** から**12日(水)** までサービスセンターにて電話で受付（先着順）
 ※申し込み後のキャンセル及び払い戻しは不可。
 ※募集人数は、サービスセンターの募集数で、講座の定員とは異なります。 ※講座受講には利用補助券が利用できます。
支払方法 サービスセンター事務局に申し込みの際に、お問い合わせください。



論語の名言を読み直す(冬期) ～渋沢栄一も活かした名言の宝庫に迫る

論語はいつの時代にあっても人間として生きている以上、避けることはできない諸問題を真っ向から取り組み問い続けた言葉の宝庫です。今回も様々な角度から読み直していきます。

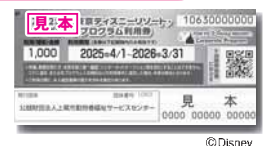
- 日 時 **2月16日、23日、3月2日、16日、23日（日曜日全5回）**
 午前10時00分～正午
 ■募集人数 3名
 ■受講料 **7,200円**（一般料金8,000円）※教材費込【補助券利用後の受講料は**5,200円**】



東京ディズニー リゾート®のご案内

2025年度「コーポレートプログラム利用券」について

新年度分（4月1日以降利用）の「コーポレートプログラム利用券」については、**3月25日(火)** より交付します。



東武動物公園「アトラクションパス」チケットのあっせん

新年度分（4月1日以降利用）の「アトラクションパス」チケットの詳細については、**3月21日(金)** より当センターホームページでご案内いたします。



～ガイドブックについて～

今年度は発行せず、電子化ガイドブック（PDF）となりますのでご了承ください。

令和6年度電子化ガイドブック（PDF）

<http://www.ageosc.or.jp/6gaido/gaidobultuku.pdf>



●指定旅行利用補助券のご案内

休暇村、JTB、HIS、近畿日本ツーリストなどの宿泊をはじめ日帰りツアーの一部を補助します。ぜひご利用ください。（利用店舗及び利用制限あり）

利用補助 額面2,000円分×4枚（1会員年度内）

利用方法 当センターにお問合せください。

上尾市情報コーナー

商工課からのご案内

◆第7回 4市観光協会共催！中山道駅からハイキング

「武州中山道」上尾宿・桶川宿・北本間の宿・鴻巣駅の4宿をめぐる。いにしへの足跡を辿ってみませんか？ 自分のペースでゆっくり楽しんでください。

コース (スタート) エルミこうのすショッピングモール(鴻巣市)
 ～北本～桶川～遍照院～屋根の鍾馗様～氷川鍬神社～JR上尾駅(ゴール)
 ※桶川の中山道宿場館でコースマップにスタンプを押した方に、あげお・お土産観光センターで「ちょこっとプレゼント」有り(無くなり次第終了)。

と き 2月24日(月・祝)から3月2日(日)まで
受 付 10時00分～11時30分 ※エルミこうのすショッピングモール(鴻巣市)でコースマップを配布
問い合わせ 上尾市観光協会 TEL 048-775-5917 FAX 048-775-5024

健康増進課からのご案内

「尿ナトカリ比で減塩につなげよう」を実施しました

令和6年度より20～40代の市民の方を対象に尿ナトリウム/カリウム比(以下、尿ナトカリ比)を活用した減塩及び食生活改善を目指すプログラムに取り組んでいます。尿ナトカリ比が低いと塩分摂取量が同じでも減塩効果は高くなります。

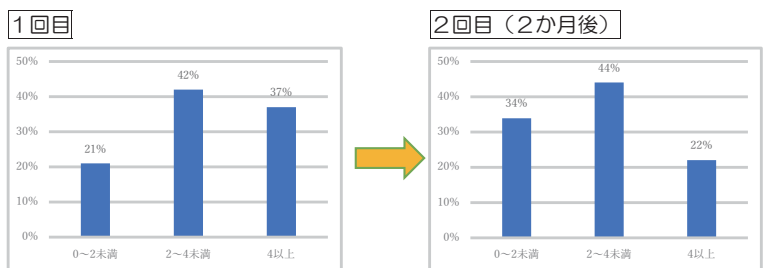
尿ナトカリ比とは

尿に含まれる塩分(ナトリウム)と余分な塩分を体外へ排出するカリウムのバランスのことです。

低 2 4 高
 数値が低いほど望ましい

2未満(至適目標：最も望ましい目標)
 4未満(実現可能目標：複数の日本人集団における平均値を下回る値)

参加者の尿ナトカリ比の推移



取り組み後、尿ナトカリ比が低くなりました。

尿ナトカリ比を下げるポイント

美味しく減塩しよう

減らそう
ナトリウム



1日あたりの食塩目標量(成人)
 男性 7.5g未満
 女性 6.5g未満

美味しく減塩するためには味のメリハリが大切です。

野菜・果物・牛乳(乳製品含む)とろう

増やそう
カリウム



1日あたりのカリウム目標量(成人)
 男性 3000mg以上
 女性 2600mg以上

目標量を満たすためには、野菜 350g/日以上、果物 200g/日程度、牛乳コップ1杯/日以上を目安とした食事をとりましょう。

令和7年度も実施しますので、ぜひご参加ください。

問い合わせ 上尾市西保健センター TEL 048-774-1411

サービスセンター業務日カレンダー

サービスセンター事務局はイコス上尾3階です。

■が休業日です。○業務時間 午前9時00分～午後5時15分

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

事務局だより

会員異動の手続きは
お早めに

会員が退職、その他の理由での退会及び住所変更等が有りましたら、必ずセンター指定用紙に記入し、ご提出ください。

●代金引換郵便サービスの一時休止について

棚卸のため、代金引換郵便の受付を3月22日(土)から3月31日(月)までの間、一時休止します。