



一般社団法人 立川市勤労者福祉サービスセンター
〒190-0022
立川市錦町3-3-20 たましん RISURU ホール（立川市市民会館）5 階
営 業 日 月～金曜日（毎月第3月曜日、祝休日、年末年始除く）
※第3月曜日が祝休日の場合は営業（翌営業日を休業日）
営業時間 9:00（電話受付 8:30）～17:15 ※毎週木曜日は19:00まで

ホームページ <https://www.lifeup-tachikawa.com/> TEL 042-523-2142 FAX 042-527-5126

会員数 440 事業所 4,174人（令和7年3月31日現在）

1玉もぎ取り+1/4 試食
メロン狩り

静岡
神奈川

4本もぎ取りお持ち帰り！白さと甘さが際立つ、最高級コーン！
スーパーホワイトコーン狩り

箱根・芦ノ湖畔
リゾートホテル **山のホテル** で洋食ランチ

天下の険で 運開き **箱根神社** 箱根関所 旅物語館 でお買い物 玉蜀黍 甜瓜 コーンな 日帰り バスツアー
かんじ (漢字) の



※メロン (イメージ)



※スーパーホワイトコーン (イメージ)



※箱根神社

日 程 7月13日(日) **添乗員同行**
募集人数 75名 **先着順**
※定数になり次第、締め切らせていただきます。
出 発 立川市憩いの場前(北口) 7:10
立川市市民会館前(南口) 7:15
旅行代金 会員/同居の家族 11,900 円
小人(料理別メニュー) 11,400 円
一般 15,200 円
※未就学児の参加不可。



※山のホテル外観



※料理イメージ

申込方法 5月13日(火) 8:30 から電話/FAXで事務局へ
※お申込みの際、ご希望の集合場所をお伝えください。
行 程 立川＝富士山ガーデンファーム＝伊豆フルーツパーク＝箱根神社＝山のホテル＝箱根関所 旅物語館＝立川 (17:30着予定)
詳細は、後日参加者にご案内いたします。(6月上旬頃)

企画・実施：株式会社 緑トラベル (東京都知事登録旅行業 第2-7639号)

全国共通お食事券 ジェフグルメカード 特別販売



ジェフグルメカードは全国35,000店舗の飲食店でご利用いただける有効期限のないお食事券です。

料 金 1セット(券面額 500 円×10 枚) 4,150 円
販 売 数 350 セット **先着順：1 会員につき1 セットまで**
※定数になり次第、締め切らせていただきます。
申込方法 5月14日(水) 8:30 から電話/FAXで事務局へ
※申込開始日時より前に受信したFAXは、お受けできません。
受取方法 申込日の翌日以降、事務局にてご購入いただけます。
※営業日等をご確認のうえご来所ください。
購入期限 申込日から2 か月 (期限経過後、未購入の場合は自動取り消し)



ジェフグルメカードの詳細は、公式HPをご覧ください。 <https://www.jfcard.co.jp/>

健康診断、人間/脳ドック 補助・助成制度について

ライフアップたちかわでは、健診や人間/脳ドック費用の一部を補助・助成しています。

補助・助成は、1 会員につき年度内（4 月～翌年 3 月）①～③の項目のうち、いずれか 1 回となります。

① 生活習慣病・人間ドック（契約医療機関による健診）

対象者 30 歳以上の会員 ※受診日現在
補助金額 生活習慣病Aコース 4,000 円・Bコース 3,000 円 / 人間ドック 5,000 円
補助方法 事前申請



- (1) 事前に下記医療機関へ立川市勤労者福祉サービスセンターの会員であることを伝え、受診日と受診コースを予約してください。
 - (2) 受診日までに生活習慣病・人間ドック補助申請書を事務局へ提出し、利用補助券をお受け取りください。
 - (3) 受診当日、医療機関へ利用補助券を提出し、下記の利用料金（補助額差し引き後）をお支払いください。
- ※利用補助券を提出しない場合は、補助が受けられませんので必ずお持ちください。（後日処理不可）



対象医療機関名	利用料金（補助額差し引き後） ※2025年4月現在		
	生活習慣病Aコース	生活習慣病Bコース	日帰り人間ドック
立川中央病院附属健康クリニック TEL: 042-526-3222 (人間ドック・健診 予約専用) 0570-032220	11,290 円	7,120 円	男 39,000 円 女 42,300 円
立川北口健診館 TEL: 042-521-1212	11,400 円	7,450 円	35,700 円
J A 東京健康管理センター TEL: 042-528-1380 0120-311-170	20,200 円		39,000 円

※立川北口健診館・立川中央病院附属健康クリニックのA・Bコースで、便潜血反応を1回法にする場合は、上記金額より 550 円引きとなります。
ただし、この場合は予約の際に必ず『1 回法で実施』と告げて予約してください。JA 東京健康管理センターは、2 回法のみとなります。

② 事業所健診（立川市内の医療機関による全額事業所負担の法定健診）

対象者 30 歳以上の会員 ※受診日現在
助成金額 3,000 円 ※3,000 円未満の場合は実額
助成方法 事後請求



- (1) 立川市内の医療機関で、全額事業所負担の法定健診を受診してください。
- (2) 受診後、領収書（写し）を添付して事業所健診助成金請求書を事務局へ提出してください。
※領収書は会員名（受診者氏名）、医療機関名、受診日、健診を受診したことが明記されているもの。
記載事項が満たされていない場合には、明細書等を別途添付してください。
- (3) 毎月 15 日締めで、当月末日（最終営業日）に事業所の指定口座へお振り込みいたします。

請求期限 受診日より1年

③ 脳ドック（立川市内の医療機関）

対象者 50 歳以上の会員 ※受診日現在
助成金額 5,000 円
助成方法 事後請求



- (1) 立川市内の医療機関で、受診してください。（脳検査のみは、対象外）
※立川中央病院附属健康クリニックは、サービスセンターの会員であることを伝えて予約すると提携料金（41,800 円）で受診できます。
- (2) 受診後、領収書（写し）を添付して脳ドック助成金請求書を事務局へ提出してください。
※領収書は、会員名（受診者氏名）、医療機関名、受診日、脳ドックを受診したことが明記されているもの。
記載事項が満たされていない場合には、明細書等を別途添付してください。
- (3) 毎月 15 日締めで、当月末日（最終営業日）に指定口座（事業所一括請求の場合は事業所口座、個別請求の場合は個人口座）へお振り込みいたします。

請求期限 受診日より1年

◆◆◆ 詳細は、ライフアップたちかわホームページまたはガイドブックをご覧ください。◆◆◆

立川市からのお知らせ 特定健康診査・特定保健指導

立川市では、40 歳以上の立川市国民健康保険被保険者の方を対象に、特定健康診査を年度に 1 回、無料（大腸がん検診追加の場合 300 円必要）で実施しています。

さらに、この健診結果でメタボリックシンドローム等の予防や改善が必要と認められた方々を対象に、特定保健指導を無料で実施しています。（業務は民間業者へ委託）

【検査項目】 基本：問診、身体計測、尿検査、血液検査、血圧、診察など 選択：胸部X線、心電図、眼底、便潜血など
受診方法、実施医療機関など詳細は、立川市 保健医療部 保険年金課 業務係 TEL: 042-528-4314



令和 7 年度 事業計画・収支予算

令和6年度第5回理事会が3月10日(月)に立川市子ども未来センター会議室で開催され、令和7年度の事業計画および収支予算等が審議され、承認されました。

● 事業計画 ●

中小企業勤労者福祉に関する調査研究事業

＊勤労者福祉に関する会議、研修への参加ほか

中小企業勤労者福祉に関する各種研修会・講習会事業

＊各関係団体実施の研修や講座の案内ほか

中小企業勤労者福祉に関する情報提供事業

＊会報誌「ライフアップたちかわ」の発行ほか

生活安定に関する事業

＊共済金(祝金、弔慰金、保険金等)の給付

健康の維持に関する事業

＊人間/脳ドック、健康診断等の利用補助・助成

＊インフルエンザ予防接種料の助成

＊湯めぐり利用補助、フィットネスクラブ利用助成

老後生活安定に係る事業

＊中退共制度、小規模企業共済制度の案内ほか

自己啓発、余暇活動に係る事業

＊日帰りまたは宿泊旅行費の助成

＊主催/共催事業(ツアー・スポーツ大会等)の実施

＊レジャー施設、観劇等チケットの利用補助ほか

財産形成に係る事業

東京都及び立川市が行う中小企業勤労者福祉推進事業への協力センターの目的を達成するために必要な事業

＊会員拡大への加入促進ほか

● 収支予算 ●

(単位千円)

	科 目	予算額	摘 要
収入の部	特定資産運用収入	1	
	会費・入会金収入	20,760	会費・入会金
	事業収入	42,622	参加費、共済給付金
	補助金収入	29,179	市補助金
	雑収入	348	預金利息、広告収入など
	特定預金取崩収入等	18,801	
	収入合計	111,711	

	科 目	予算額	摘 要
支出の部	人件費	12,361	職員給与、賃金など
	調査研究事業費	167	全福センター会費など
	研修会・講習会事業	1	研修会等の案内など
	情報提供事業費	2,309	会報・HP など
	福祉事業費	85,030	共済掛金、給付金など
	その他事業費	287	加入促進
	共通事業費	1,810	事務消耗品代、リース費用など
	事業予備費	1,500	
	事業費計	103,465	
	管理費	8,246	郵便料、手数料など
	支出合計	111,711	

令和 7 年度 年間スケジュール (予定)

内容や募集要項、その他の行事については、会報・HPでお知らせします。 ※日程等は都合により変更となる場合がございます。

事業	日程 ※1…申込日	事業	日程 ※1…申込日
ディズニー・コーポレートプログラム利用券	通年(1人1枚)	連合会合同旅行(宮城・岩手)	10月19日(日)～21日(火)
よみうりランド	3月～ ※1	クオカード	11月 ※1
西武園ゆうえんち	3月～(完売) ※1	ゴルフ大会(東京五都市カントリー倶楽部)	11月8日(土) ※1
湯めぐり(前期・後期)	3月/9月 ※1	りんご狩りツアー(群馬)	11月下旬
ジェフグルメカード	5月 ※1	年末ツアー	12月
定時総会	6月23日(月)	お年玉キャンペーン(懸賞)	1月
1泊2日旅行(福島・山形)	6月29日(日)～30日(月)	ボウリング大会	1月23日(金)
メロン狩りツアー(静岡・神奈川)	7月13日(日)	いちご狩りツアー	2月
サンリオピューロランド	7月 ※1	飲食施設利用券(ランチ券他)	未定
新江ノ島水族館	7月 ※1	グルメ系プリペイドカード(スタバ他)	未定
ぶどう狩りツアー	9月	物販系プリペイドカード(図書他)	未定
ソフトボール大会	9月28日(日)	その他プリペイドカード	未定

👍 事務局からのお知らせ

◆定時総会

令和7年度定時総会を下記の日程で開催いたします。

日時 6月23日(月) 10:00～

場所 たましんRISURUホール5階 第1会議室

◆センター事務局へのお問い合わせについて

チケットのお申込みやパスワードのお問い合わせ等で事務局へご連絡の場合は、会員番号(会員証に記載)をお伝えください。

◆チケット等の受け取りについて

お申込みいただいたチケット等は、代理の方でも受け取ることができます。

その際は、事務局の窓口にて会員様のお勤め先とお名前をお伝えください。

◆財産形成

勤労者財産形成に関する資料等を事務局に設置していますので、ご自由にお持ちください。

◆事務局営業日について

事務局は、土日祝休日のほか、たましんRISURUホール 休館日の毎月第3月曜日が**定休日**です。

※ただし第3月曜日が祝休日の場合は営業、翌営業日を休業日とさせていただきます。

5月は19日 6月は16日が**定休日**となります。





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)
1000円お得	800円お得	600円お得

実施
期間

2025年 7/2 (水) ▶ 9/12 (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！

夏ので旅行に！

東京ディズニーセレブレーションホテル®
宿泊割引も、併せてご利用ください！ 詳しくは利用者用サイトへ

10%
割引！

詳細のご確認、ご購入は
利用者用サイト から！▶

コーポレートプログラム 利用者用サイト 検索

※購入には、団体番号とプランパスワードが必要になります。



販売期間：5月2日(金) 14:00～9月12日(金)

※パークチケットは、2カ月先の同日分までが販売されます。

契約団体番号・プランパスワードは、ライフアップたちかわ事務局
までお問い合わせください。 TEL:042-523-2142

※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

TOKYO Disney RESORT
Corporate Program

東京ディズニーセレブレーションホテル®宿泊割引

10%
OFF

コーポレートプログラム利用団体に所属の皆さまとそのご家族を対象に、**客室料金が10%割引**となります。

宿泊期間 **実施中～2026年3月31日**

※12/31、1/1およびその他工事・運営上の理由で除外となる日がございます。

予約期間 **実施中～2026年3月30日**

※宿泊日の4カ月前同日の11:00からのご予約が可能です。(予約日変更あり)

詳細のご確認、ご予約は
利用者専用サイト から！▶

コーポレートプログラム利用者専用サイト 検索

※購入にはプランパスワードが必要となります。

プランパスワードはライフアップたちかわ事務局までお問い合わせください。 TEL:042-523-2142



コーポレートプログラム利用券もご利用できます。
※発行はライフアップたちかわ事務局まで



2025 東京ドーム 読売ジャイアンツ公式戦チケット

料 金 指定席 B 3,600円 (通常価格 4,500円)

※一塁・三塁の指定はできません。

販売枚数 各試合 8枚 先着順：1会員につき4枚まで

※定数になり次第、締め切らせていただきます。

申込方法 5月13日(火) 8:30から電話/FAXで事務局へ

チケット取り扱いが仮受付のため、試合によってはお席の確保が
できない場合もございますので、予めご了承ください。

※複数試合の申込可。

※申込み後の枚数変更及び取り消しは、お受けできません。

受取方法 申込締切り(5/22)後、ハガキにてご案内いたします。



日程	7/4 (金) 18:00	8/5 (火) 18:00	8/7 (木) 18:00	8/13 (水) 18:00
対戦	広島	ヤクルト		中日

新宿プリンスホテル ブッフェダイニング プリンスマルシェ 平日ランチ券

- 利用期間** 6月1日(日)～11月30日(日)まで《除外日：8/9～8/17》
 ※土休日(昼)利用の場合は、現地にて500円(大人)のお支払いで可能となります。
 (小学生は平日、土休日同額のため差額は不要)
 ※利用時間 平日の昼…11:30 A.M.～3:00 P.M. (L.O. 2:30)
 ※営業日・時間等が変更となる場合がございます。
- 料 金** 大 人 3,750 円 (通常 5,085 円)
 小学生 1,600 円 (通常 2,147 円)
 ※料金には、サービス料(13%)、消費税が含まれております。
- 販売枚数** 大人 80 枚 小学生 40 枚 先着順：1 会員につき 4 枚まで
 ※定数になり次第、締め切らせていただきます。
- 申込方法** 5月9日(金) 8:30 から電話/FAXで事務局へ
 ※申込開始日時より前に受信したFAXは、お受けできません。
- 受取方法** 申込日の翌日以降、事務局にてご購入いただけます。
 ※営業日等をご確認のうえご来所ください。
- 利用方法** ご予約時に本券をご利用の旨をお伝えください。
 【ご予約】TEL：03-3205-1124 (レストラン予約直通 10:00 A.M.～5:00 P.M.)



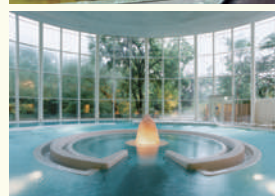
※イメージ写真



※ブッフェダイニング プリンスマルシェ B2

バーデと天然温泉 豊島園 庭の湯 平日入館券販売

- 券 種** 入館券(ロッカー・館内着・フェイスタオル・バスタオルのレンタル含む)
 ※バーデプールは水着専用。(水着持参または有料レンタル)
- 利用期間** 2025年6月2日(月)～11月30日(日)まで
 ※土休日ご利用の場合は、当日追加料金 450 円でご利用できます。
 ※特定日(2025年8月9日(土)～8月17日(日))は除く。
 特定日ご利用の場合は、当日追加料金 550 円でご利用できます。
- 料 金** 1,900 円 (通常 2,520 円)
 ※中学生未満の入館不可。
- 販売枚数** 60 枚 先着順：1 会員につき 4 枚まで
 ※定数になり次第、締め切らせていただきます。
- 申込方法** 5月9日(金) 8:30 から電話/FAXで事務局へ
 ※申込開始日時より前に受信したFAXは、お受けできません。
- 受取方法** 6月2日(月)以降、事務局にてご購入いただけます。
 ※ハガキ等でのご案内はしません。営業日等をご確認のうえご来所ください。



コメダ珈琲プリペイドカード『KOMECA(コメカ)』販売

- 有効期限** KOMECA(コメカ)は、全国のコメダ珈琲店・おかげ庵でご利用いただける
 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。
 2027年5月20日(アクティベート日)まで
 ※上記有効期限は未使用の場合。
 ※ポイントおよび残高は、最終利用日(支払、チャージ、ポイント合算)から2年間有効。
- 料 金** 2,400 円 (券面額 3,000 円)
 ※料金は、あっせん価格です。
 ※ポイントが貯まります。(ご利用金額の1%をポイント還元)
- 販売枚数** 150 枚 先着順：1 会員につき 2 枚まで
 ※定数になり次第、締め切らせていただきます。
- 申込方法** 5月12日(月) 8:30 から電話/FAXで事務局へ
 ※申込開始日時より前に受信したFAXは、お受けできません。
- 受取方法** 5月26日(月)以降、事務局にてご購入いただけます。
 ※ハガキ等でのご案内はしません。営業日等をご確認のうえご来所ください。
- 購入期限** 申込日から2か月(期限経過後、未購入の場合は自動取り消し)



※画像はイメージです。

チケット情報

利用方法

◆申込方法

5月9日(金) 8:30 ~ 22日(木) 電話/FAXで事務局へ

TEL 042-523-2142 FAX 042-527-5126

先着順: 1 催し物につき 1 会員 4 枚まで ※会員以外の方は、通常料金となります。

※申込期限後の枚数変更及び取り消しは、お受けできません。

◆受取方法

申込み締切り後、ハガキまたは通知にてご案内いたします。

下記料金は、ライフアップたちかわが一部補助して設定しています。

新橋演舞場シリーズ第 11 弾 東京喜劇 熱海五郎一座 黄昏のレストラン ～復讐はラストオーダーのあとで～

三宅裕司率いる熱海五郎一座、
新橋演舞場シリーズ11 回目に突入！
今回のゲストはコメディセンス抜群の羽田美智子と
多彩な才能を発揮する剛力彩芽！
前菜なしのオールメインディッシュ！
大爆笑の東京喜劇をお見逃しなく！



【演出】三宅裕司

【出演】三宅裕司 渡辺正行、ラサール石井、小倉久寛、
春風亭昇太、東 貴博/深沢邦之 (交互出演)

【ゲスト出演】羽田美智子、剛力彩芽

公演日時 6月26日(木) 11:30 開演
会場 新橋演舞場 (東京メトロ・都営地下鉄 東銀座駅)
料金 8,300 円 (一等席通常 12,500 円)
※4 歳以上チケット必要。
販売枚数 8 枚

加藤登紀子 60 周年記念コンサート for peace 80億の祈り

多くの人々の心に残る名曲を、
歌いつないできた
登紀子の 60 年を歌で巡る、
平和への願いを込めた
コンサートツアー。



【予定演奏曲目】

「百万本のバラ」、「知床旅情」、
「難破船」、「時には昔の話を」、
「君が生まれたあの日」、「80億の祈り」、
「ひとり寝の子守唄」、「イマジン」ほか

公演日時 6月22日(日) 16:00 開演
会場 NHKホール (JR原宿駅)
料金 5,500 円 (通常 8,000 円)
※未就学児入場不可。
販売枚数 8 枚

N響 ゴールデン・クラシック 2025 夏編

日本最高峰のオーケストラで
聴く極上の名曲！

【出演】

熊倉 優(指揮)
若林 顕(ピアノ)
NHK交響楽団(管弦楽)



【曲目】

ラフマニノフ: ピアノ協奏曲 第2番 八短調 op.18
リムスキー=コルサコフ: 交響組曲「シェエラザード」二短調 op.35

公演日時 7月13日(日) 15:30 開演
会場 府中の森芸術劇場 (京王線東府中駅)
料金 5,800 円 (S席通常 8,000 円)
※未就学児入場不可。
販売枚数 8 枚

美川憲一&コロッケ

～スペシャルジョイントコンサート 2025 ～

美川憲一とコロッケが魅せます！
聴かせます!だけじゃない★
会場は笑いの渦に包まれるでしょう!!



【予定曲】

「さそり座の女」、「歌いつづけて」、
「柳ヶ瀬ブルース」、「新潟ブルース」、
「生きる」、「これで良しとする」ほか

公演日時 7月24日(木) 14:00 開演
会場 J:COMホール八王子 (JR八王子駅)
料金 4,200 円 (通常 7,700 円)
※未就学児入場不可。
販売枚数 20 枚

劇団四季

ミュージカル バック・トゥ・ザ・フューチャー

これは、事件。傑作映画が、
超体感型ミュージカルへと進化する！

マーティが躍る! ドクが歌う!!
デロリアンが疾走する!!!
驚きと興奮のミュージカルが、
未来へと進む勇気をくれる！

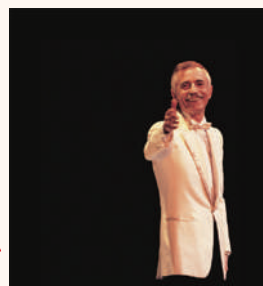


公演日時 7月26日(土) 13:00開演
8月3日(日) 13:00開演
会場 SMBCグループ ミュージカルシアター
JR東日本四季劇場 [秋] (JR浜松町駅)
料金 12,500 円 (S席通常 14,500 円)
※3 歳以上有料 (膝上観劇不可) / 3 歳未満入場不可。
販売枚数 各日 10 枚

ポール・モーリア

“ラブ・サ운ズ”オーケストラ 指揮: 佐々木新平

生誕 100 周年を記念して、
華麗なるポール・モーリア・サウンドが、
日本で蘇る！



©Irene Mauriat

【演奏予定曲目】

「恋はみずいろ」、「オリーブの首飾り」、
「エーゲ海の真珠」、「涙のトッカータ」、
「蒼いノクターン」、「薔薇色のメヌエット」ほか

公演日時 7月31日(木) 13:00 開演
8月1日(金) 13:00 開演
会場 東京国際フォーラム・ホールA (JR有楽町駅)
料金 9,200 円 (S席通常 12,000 円)
※未就学児入場不可。
販売枚数 各日 6 枚