

I 社会貢献(ボランティア)活動をしてみたい (まちづくり、福祉、災害ボランティア及び団体設立など)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	NPO法人、ボランティア活動、市民活動に関する相談及びサポート	足利市民活動センター 足利市相生町1-1 生涯学習センター内	0284-44-7311	10:00~19:00 (土・日・祝日・生涯学習センターの休館日を除く)

【概要】

NPO法人、ボランティア活動、市民活動に関する相談を受け付けています。
市民活動の拠点として、市民活動が地域の生活に根付き、すみよい足利のまちづくりにつながるよう支援しています。
登録団体等は会議室や録音室などが利用できます。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	福祉に関するボランティア活動	足利市社会福祉協議会 足利市東砂原後町1072 足利市総合福祉センター内	0284-44-1357	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

主に福祉に関するボランティア活動の相談、情報提供、各種養成講座、地域や学校等における福祉教育や総合学習に対する協力や支援などを行っています。
また、ボランティア活動中の事故に備えて、ボランティア保険加入の受け付けを行っています。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	NPO法人の認証や相談受付	足利市市民生活課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2154	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

NPO法人の設立をはじめとする、NPO法の諸手続きなどに関して、相談を受け付けています。
なお、相談は事前に予約をしてお越しください。

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	元気アップサポーター養成講座	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2153	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

高齢者が簡単に取り組める脳トレ、筋力トレーニング、ストレッチ、有酸素運動などの指導に必要な知識を学びます。受講後は、市に登録していただき、寝たきり予防の元気アップ教室、公民館、老人クラブ等で簡単筋力トレーニング等を指導、サポートしていただきます。

会場や日時は広報誌でお知らせします。

5	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	上級認知症(たかろば)サポーター養成講座	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

認知症の方や、そのご家族が住み慣れた地域で安心して生活ができるようサポートために必要な知識を学びます。受講後は、市に登録していただき、認知症の方家族同士の交流の場であるたかろばカフェ(認知症カフェ)や個人宅で傾聴活動をしていただきます。

会場や日時は広報誌でお知らせします。

6	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	ささえ愛ボランティア養成講座	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

施設や地域などでボランティア活動するための基本的なことを学びます。受講後、市に登録していただき、介護施設でのお手伝いや話し相手等、高齢者宅でのゴミ出し等の生活支援や話し相手等のボランティア活動をしていただきます。

出前講座を受講者5名以上で実施いたしますので、問合せ先までお申し込みください。

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

7	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	ささえ愛ボランティア ポイント事業	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

上記の4「元気アップサポーター養成講座」、5「上級認知症サポーター養成講座」及び6「ささえ愛ボランティア養成講座」を受講し、市へ登録後ボランティア活動をされた方に活動時間に応じてポイントが付与され一年間にためたポイントを金券等に交換できます。
※受講された講座によって活動内容はそれぞれ異なります。

8	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健幸(けんこう)アンバ サダー養成講座	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022 -1	0284-22-4512	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

健幸(けんこう)アンバサダーとは、ご家族やご近所などの身近な人へ健康情報を伝え、健康づくりを広める人のことです。心に届く健康情報の伝え方、最新の健康情報(生活習慣予防・がん予防・筋力トレーニング実技)等について学びます。受講認定された方へは、年に4回、健幸アンバサダー通信や足利市の健康情報等をお届けし、アンバサダー活動を支援します。

9	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	子どもの学び応援隊	足利市生涯学習課 足利市相生町1-1	0284-43-1311	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

子どもたちのためにボランティア活動していただける方に市に登録していただき、学校からの依頼があった場合に学習支援、校外学習での引率補助の手伝いや行事等の準備の手伝い、昼休みの子供たちへの関わり等で学校支援をしていただきます。登録された方はボランティア保険にご加入いただけます。

【活動内容】

- ①教育活動への支援……教科指導の補助、安全指導の補助、体験活動の受け入れ
- ②環境整備への支援……校庭等の整備、図書室の整備
- ③ICTの支援……ICTを活用した授業の支援
- ④放課後子ども教室への支援……宿題等の学習支援、見守り
- ⑤外国人児童生徒への支援……文章のふりがなふり等の学習支援、学校生活全般の支援

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

10	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	芸術文化ボランティア	足利市文化課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2229	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

芸術文化の発展にご協力いただける市民や芸術家、企業などにサポートを必要としている市民や芸術家の芸術文化活動をお手伝いさせていただきます。

【活動内容】

コンサートや展覧会での受付や案内、サークルやグループなどの指導や練習場所などの提供、会場や舞台の設営など

11	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	足利市観光案内人 (ボランティアガイド)	足利市観光協会 足利市伊勢町3丁目6-4	0284-43-3000	9:00~17:00 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内在住で足利学校などの歴史に興味がある方、足利の良いところを広く紹介したい方などに観光案内人として足利学校・鏝阿寺の魅力や概要について参観者に案内していただきます。

12	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	足利市ボランティア通訳人材バンク	足利市市民生活課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2154	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

外国語が堪能な18歳以上の市内在住者に登録していただき、国際交流イベントや視察随行、在住外国人の生活支援などについて需要があった場合にかぎり通訳や翻訳に原則無償で協力していただきます。

市のホームページに通訳可能語、活動可能時間、自己PRを掲載し、依頼があった場合に市が仲介します。

Ⅱ 仲間づくりをしたい(趣味・特技を活かした仲間づくり、地域の仲間づくり)

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 老人クラブ	足利市社会福祉協議会 足利市東砂原後町1072 足利市総合福祉センター内	0284-44-0322	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

老人クラブは、高齢者の自主的な組織として、社会奉仕活動、健康増進活動、生きがいづくり活動を通し、仲間づくりの輪を広め、セカンドライフを豊かにするとともに活力ある長寿社会づくりに取り組んでいます。

市内のおおむね60歳以上の方が加入できます。(各クラブにより加入年齢は異なります)

【活動内容】

社会奉仕活動……友愛訪問、環境美化、三世代交流事業など

健康増進活動……健康体操、スポーツ交流大会など

その他の活動……レクリエーション、研修旅行、作品展など

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
2 ふれあい・いきいきサロン(地区社会福祉協議会事業)	足利市社会福祉協議会 足利市東砂原後町1072 足利市総合福祉センター内	0284-44-0322	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

高齢者の閉じこもり防止と近隣の人々のふれあいを目的とし、誰でも参加できる地域の居場所のような集まりで、市内の各地域において自治会館など身近な場所で、レクリエーションやスポーツ、介護予防や健康等の講話などが開催されています。

内容等は、各地域サロンにより異なりますので、詳細は問合せ先までお尋ねください。

【活動内容】

①教養・娯楽に関する事業……テレビ・ビデオ鑑賞、カラオケ、将棋など

②交流・レクリエーションに関する事業……食事会、茶話会、クイズ、ビンゴなど

③スポーツに関する事業……健康体操、筋トレ、ストレッチ、輪投げ、グラウンドゴルフなど

④保健予防に関する事業……介護予防講話、健康相談など

⑤その他閉じこもりを予防する事業……神社や自治会館の清掃、除草など

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	生涯学習センター・各 公民館 利用団体・ サークル	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

各活動施設に生涯学習団体として登録されている市民の自主的運営による団体・サークルをご紹介します。登録されている団体・サークルは各活動施設のホームページに掲載しています。(掲載することに承諾を得た団体のみ)
見学や加入の申し込み、活動内容については問合せ先にお尋ねください。

◆問合せ先

活動施設(問合せ先)	住所	電話番号
生涯学習センター	足利市相生町1-1	0284-43-1311
織姫公民館	足利市通6丁目3165-1	0284-21-6144
助戸公民館	足利市助戸仲町453-2	0284-44-0791
毛野公民館	足利市八柵町390-1	0284-41-2574
山辺公民館	足利市堀込町2843	0284-71-0628
三重公民館	足利市五十部町472	0284-21-9719
山前公民館	足利市鹿島町630-1	0284-62-2700
北郷公民館	足利市利保町2丁目14-1	0284-41-5080
名草公民館	足利市名草中町1111-1	0284-41-9977
富田公民館	足利市駒場町748-2	0284-91-0002
矢場川公民館	足利市里矢場町1643-1	0284-71-2444
御厨公民館	足利市百頭町2024-1	0284-71-0296
筑波公民館	足利市小曾根町515	0284-71-2945
久野公民館	足利市久保田町180-1	0284-71-9028
梁田公民館	足利市福富町398-2	0284-71-1872
三和公民館	足利市松田町703-2	0284-61-1431
葉鹿公民館	足利市葉鹿町1丁目20-5	0284-62-1200
小俣公民館	足利市小俣町1508-5	0284-62-0348

Ⅲ 学びたい(生涯学習講座・教室で学びたい)

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	生涯学習センター・各 公民館主催事業	※下記のとおり	※下記のとおり	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

趣味、教養、文化、スポーツなどに関する講座、教室、学級などを実施しています。
市内に在住の方であればどなたでも参加できます。(※講座によっては、市外在住または市内に勤務している方も受講可)

開催する講座など詳細は生涯学習課のホームページ、各公民館のホームページに掲載されている公民館だよりをご覧ください。

◆問合せ先

活動施設(問合せ先)	住所	電話番号
生涯学習センター	足利市相生町1-1	0284-43-1311
織姫公民館	足利市通6丁目3165-1	0284-21-6144
助戸公民館	足利市助戸仲町453-2	0284-44-0791
毛野公民館	足利市八柵町390-1	0284-41-2574
山辺公民館	足利市堀込町2843	0284-71-0628
三重公民館	足利市五十部町472	0284-21-9719
山前公民館	足利市鹿島町630-1	0284-62-2700
北郷公民館	足利市利保町2丁目14-1	0284-41-5080
名草公民館	足利市名草中町1111-1	0284-41-9977
富田公民館	足利市駒場町748-2	0284-91-0002
矢場川公民館	足利市里矢場町1643-1	0284-71-2444
御厨公民館	足利市百頭町2024-1	0284-71-0296
筑波公民館	足利市小曾根町515	0284-71-2945
久野公民館	足利市久保田町180-1	0284-71-9028
梁田公民館	足利市福富町398-2	0284-71-1872
三和公民館	足利市松田町703-2	0284-61-1431
葉鹿公民館	足利市葉鹿町1丁目20-5	0284-62-1200
小俣公民館	足利市小俣町1508-5	0284-62-0348

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	市民大学あしかが学校	足利市生涯学習課 足利市相生町1-1	0284-43-1311	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

足利市全域を学習の場とみなし開催される学級・講座・イベントに単位性を導入しています。生涯学習メニューパンフレット「自学自習のてびき」や広報誌等に「認定・必修」と記載のある学級、講座、イベントに参加する際に入学の申し出をすると学生手帳「学びのあゆみ」が交付され、参加すると単位(シール)がもらえます。累計単位が規定数に達し申請をすると称号が授与されます。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	認知症サポーター養成講座	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

認知症について正しく理解し、認知症の早期発見・早期治療や認知症の方と家族を支えるための知識を学べる講座です。
会場や日時は広報誌でお知らせします。
出前講座も行っていますので詳細は問合せ先までお尋ねください。

IV 知識、技術を活かしてみたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	足利市シルバー人材センターの就業紹介	足利市シルバー人材センター 足利市東砂原後町1069-1	0284-44-1511	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

シルバー人材センターは、各市町単位に置かれている県の指定を受けた公益財団法人です。
 企業、家庭、公共団体等から仕事を引き受け、会員に提供しています。
 生きがいを得るための就業を目的としているため、各人の能力や希望に応じた働き方ができます。
 会員の働いた内容により「配分金」や「賃金」が支給されます。
 会員の技能、技術を高めるための技能講習を実施しています。
 市内に在住するおおむね60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会員登録できます。

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	足利市ボランティア通訳人材バンク(再掲載)	足利市市民生活課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2154	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

外国語が堪能な18歳以上の市内在住者に登録していただき、国際交流イベントや視察随行、在住外国人の生活支援などについて需要があった場合にかぎり通訳や翻訳に原則無償で協力していただきます。
 市のホームページに通訳可能語、活動可能時間、自己PRを掲載し、依頼があった場合に市が仲介します。

V 働きたい

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 足利市シルバー人材センターの就業紹介(再掲載)	足利市シルバー人材センター 足利市東砂原後町1069-1	0284-44-1511	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

シルバー人材センターは、各市町単位に置かれている県の指定を受けた公益財団法人です。

企業、家庭、公共団体等から仕事を引き受け、会員に提供しています。

生きがいを得るための就業を目的としているため、各人の能力や希望に応じた働き方ができます。

会員の働いた内容により「配分金」や「賃金」が支給されます。

会員の技能、技術を高めるための技能講習を実施しています。

市内に在住するおおむね60歳以上の方で、健康で働く意欲のある方ならどなたでも会員登録できます。

VI 健康づくりをしたい

1	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	足利市老人福祉センター	※下記のとおり	※下記のとおり	※各施設へお尋ねください

【概要】

老人福祉センターは、高齢者の方の健康増進、教養の向上、レクリエーション活動のための場所を提供し、健康で明るく楽しい生活を送っていただく機会を支援する施設です。休館日や入館料、開館時間、設備など詳しくは各施設までお尋ねください。

◆問合せ先

施設名	住所	電話番号
足利メガソーラー東幸楽荘	足利市大久保町1368-4	0284-91-1125
足利メガソーラー西幸楽荘	足利市大前町1452	0284-62-6121
花・花薬局あしかが北幸楽荘	足利市江川町3丁目62-2	0284-43-3812

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	高齢者元気アップ教室	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

寝たきりにならないため、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動を組み合わせた運動教室を約3か月間週1回開催し、体力の維持向上をはかります。会場や日時は広報誌でお知らせします。

3	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	生き生き元気のつどい	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

健康を維持し、介護予防に取り組みたい方を対象に、ご家庭でも取り組める介護予防や健康づくりなどの講話、軽い運動や脳トレなどを月1回、公民館等で行います。事前予約制で、会場・日時は広報誌をご覧ください。

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

4	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	介護予防の出前講座	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2246	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

10人以上の高齢者グループの方を対象に年1回まで、自治会等の身近な場所での出前講座を実施します。

【簡単筋力トレーニング出前講座】簡単にできる高齢者向けの筋トレとストレッチ、市歌に合わせた元気アップ体操を紹介します。

【元気アップ☆体操出前講座】「元気アップ☆体操」及び「元気アップ☆いす体操」のDVDの内容に沿った体操を紹介します。

【生き生き元気出前講座】介護予防に取り組むための食事やお口のお手入れ等について紹介します。

5	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	ポールウォーキング講座	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022-1	0284-22-4512	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

短時間で安全に運動効果が得られるウォーキングスタイルで、筋力トレーニング、ストレッチ、有酸素運動が実施できる利点があります。

【ポールウォーキング出前講座】ポールウォーキングを楽しく安全に体験できる出前講座です。

6	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	健康マイレージ	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022-1	0284-22-4512	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

【健康マイレージ】

ウォーキングや運動、健診を受診、市が行うイベント等健康的な活動に参加した場合にポイントが付与されます。規定ポイントを貯めたポイントカード1枚で足利学校の無料参観とFUKAI SQUARE GARDEN 足利(旧市民体育館)のトレーニング室が無料で利用できる特典が受けられます。さらに抽選で景品がもらえます。

セカンドライフ応援事業一覧(足利市)【R5.2改訂】

7	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	スマホ版健康ポイント「足すと(アシスト)」	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022-1	0284-22-4512	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

スマートフォン専用のウォーキングアプリ「FUN+WALK」を活用し、歩いて貯めたポイントで市内小・中学校へ図書や文具の寄附ができ、市内の協力店で特典がもらえます。さらに、抽選で協賛企業の景品がもらえます。
※参加の詳細は、市のホームページ、広報誌、公民館や協力店にあるチラシでご確認ください。

8	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	特定健康診査・健康診査、各種がん検診	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022-1	0284-22-4511	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

健康管理に役立てていただくため健康診査及び各種がん検診を実施しています。足利市にお住まいでご自身や配偶者等の勤務先や学校、人間ドック等で受診機会のない方は市の検診を受診できます。検診は集団検診と個別検診があり、費用の免除制度もあります。

詳細(集団検診の日程、項目、個別検診の医療機関名等)は、広報誌または市のホームページをご覧ください。

【各種がん検診】

・胃がん ・肺がん(結核) ・大腸がん ・子宮頸がん ・乳がん ・前立腺がん
・肝炎ウイルス ・歯周疾患(40才~74才)

9	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	高齢者のインフルエンザ予防接種	足利市健康増進課 足利市本城3丁目2022-1	0284-22-4513	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年始を除く)

【概要】

市内に在住でインフルエンザ予防接種を希望する方に実施期間内に一回限り、協力医療機関にて一定の自己負担金で予防接種が受けられます。

VII 生き方について相談したい、その他

事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
1 地域包括支援センター	※下記のとおり	※下記のとおり	※下記のとおり

【概要】

市内の各地域包括支援センターは、高齢者がいつまでも住み慣れた地域で生活できるよう、悩みごとや心配事の相談、心身の状態にあった介護予防の支援、権利を守るための支援など、主任ケアマネ、社会福祉士、保健師などが互いに連携を取りながら総合的に高齢者の支援を行います。

【業務内容】

- ①介護予防ケアマネジメント……要介護認定申請の相談、要支援者などの介護予防ケアプランの作成
- ②総合相談・支援……電話・訪問等による相談
- ③権利擁護……高齢者虐待の相談や対応、成年後見制度の利用支援
- ④包括的・継続的ケアマネジメント支援……地域のネットワークづくり

◆問合せ先

名称(担当地区)	住所	電話番号	受付時間
足利市包括支援センター 中央 (西校・柳原・東校・相生・大橋)	足利市通5丁目3433-12	0284-22-0544	8:30~17:30 土・日・祝日・年末 年始を除く
足利市包括支援センター きた・なか (助戸・千歳・北郷・名草)	足利市大月町811-1	0284-41-1281	8:30~17:30 年末年始を除く
足利市包括支援センター 毛野・富田 (毛野・富田)	足利市大沼田町2163-1	0284-90-2117	8:30~17:30 土・日・祝日・年末 年始を除く
包括支援センター 山辺・矢場川 (山辺・矢場川)	足利市田中町100	0284-71-8484	8:30~17:45 日・年末年始を除く
足利市包括支援センター 協和・愛宕台 (御厨・筑波・久野・梁田)	足利市福富町1688	0284-73-2413	8:30~17:30 日・年末年始を除く
足利市包括支援センター さかにし (三和・葉鹿・小俣)	足利市葉鹿町2019-1	0284-65-4080	8:45~17:30 土・日・祝日・年末 年始を除く
包括支援センター 三重・山前 (三重・山前)	足利市大前町752	0284-22-7655	8:30~17:30 土・日・年末年始を 除く

2	事業名	問合せ先(名称・住所)	電話番号	受付時間
	あしかが・いきいきパ スポーツ	足利市元気高齢課 足利市本城3丁目2145	0284-20-2153	8:30~17:15 (土・日・祝日・年末年 始を除く)

【概要】

市内に在住の65歳以上の方に発行しており、施設等を利用する際に提示していただくと様々な特典が受けられます。

【発行場所】

元気高齢課、各公民館(織姫・助戸を除く)、総合福祉センター、各幸楽荘

【特典内容】

- ①市有施設等の入場料無料……足利学校、市立美術館、草雲美術館、総合運動場市民プール、陸上競技場個人使用料
- ②幸楽荘入館料100円
- ③愛のひまわり運動加盟店買い物時5%割引
- ④市民プラザ(自主事業)入場料おおむね5%割引
- ⑤市民体育館トレーニング室利用料160円(通常260円)
- ⑥あしかがフラワーパーク入園料100円引き
- ⑦ユナイテッドシネマ売店利用時にポップコーンプレゼント
- ⑧あしバスアッシー1回の乗車につき運賃100円(通常210円)