

としま健康マイレージカード協賛店 BOOK 活用術



毎日の暮らしにプラスワン!

としま健康マイレージカードを手に入れたら
マイレージカード協賛店で特典と交換!
大規模店から街のお店まで活用先はさまざまです。

ショッピング

いつものお買物にプラスワン!

ディスカウント、ポイントアップなどのサービスが
受けられます。

百貨店、家電量販店、文具店、
アニメ・ゲームショップ、
コンビニエンスストアなど



飲食

グルメな外食にプラスワン!

ディスカウントや、
デザート・ドリンク無料などのサービスが
受けられます。

カフェ、和食、中華、定食、野菜レストランなど



商店会

安心の地域密着! 地元商店でプラスワン!

お買い物と合わせて 500 円満点券を獲得できます!

【対象商店会】 池袋本町中央通り商店会
池袋本町通り商店会
ふれあいロード北池



住みなれた地域で使おう!
マイレージカード



令和5年度版 第1号 健康チャレンジ! だより 協賛店BOOK 合冊版



健康チャレンジ!

レジャー

施設利用でプラスワン!

レジャー施設で利用料割引サービスが
受けられます。

温浴施設、博物館など



健康

ヘルスケアでもプラスワン!

入会金や利用料割引、無料体験、
プレゼントなどのサービスが受けられます。

岩盤浴、フィットネスクラブ、
健康機器販売店、健診機関など



協賛店は全 139 店 (令和 5 年 4 月現在)

※ 掲載内容は予告なく変更する場合があります。

※ 新型コロナウイルス感染拡大の状況により各協賛店の営業状況に変更が生じる可能性があります。

ご利用の際はご注意ください。

CONTENTS [目次]

池袋エリア

..... P19～24

商店会エリア

..... P25～32

-  商店会代表 P25
-  池袋本町中央通り商店会 P27～29
-  池袋本町通り商店会 P29～31
-  ふれあいロード北池 P31～32

南部エリア

..... P33～34

東部エリア

..... P35～37

西部エリア

..... P38～40

協賛店マップ

- 東池袋エリア P18
- 商店会エリア P25
- 豊島区全域 P41～42

<としま健康チャレンジ!としま健康マイレージカードの使い方>

- 1 ポイントシート（健康チャレンジのちらし裏面）を取得
 - 2 講座・イベント等に参加 400ポイントを貯める
 - 3 400ポイント貯めたポイントシートを池袋保健所2F、池袋保健所出張窓口（豊島区役所4F）、長崎健康相談所、インボディ測定会でマイレージカードに交換
 - 4 マイレージカード協賛店でカードを提出しサービスを受ける
- ①に戻る

※ 400ポイントを貯めて頂ければ、何回でもマイレージカードと交換できます。
（マイレージカードの有効期限は発行日から3ヶ月です。）

※ 一度に複数のマイレージカードを使ってサービスを受けることはできません。



1~36 ファミリーマート ① ~ ③⑥

ショッピング



特典内容

“あなたと、コンビニ、”
でおなじみの
ファミリーマートです。

おむすび・お弁当・パン、チキンなどの
ホットスナック・惣菜・サラダ、飲み
物や日用品まで、豊富な品揃えで
皆様のお越しをお待ちしております。

お買い物時に、400円値引きします！

- 豊島区のファミリーマートにてご利用頂けます。(ファミマ!!、トモニーではご利用できません。)
- 他の割引・優待サービス・クーポン券・クレジット・デビット・iD・QUICPay・PiTaPa・ブランドプリペイド等との併用はできません。(一部店舗を除く)
- 本件は1回のお会計で1枚のみご利用いただけます。
- 本券はお支払い総額が割引金額を下回る場合、お釣銭はできません。
- 酒、煙草、新聞、雑誌、書籍、カード類、切手、収入印紙、ハガキ、商品券、公共料金、宅配便、預り金、ネットショッピング商品代金等の支払いにはご利用できません。
- 現金への換金や再発行はできません。
- 本券のコピーは無効となります。

- | | | | |
|----------------------|----------------------------------|----------------------|-------------------------|
| 1 池袋駅東店 | 東池袋 1-7-12 | 19 サンシャイン南店 | 東池袋 4-26-1 |
| 2 池袋グリーン大通り店 | 東池袋 1-12-3
常陽銀行池袋ビル | 20 東池袋四丁目店 | 東池袋 4-29-12 |
| 3 サンシャイン通り南店 | 東池袋 1-13-11 | 21 上池袋三丁目店 | 上池袋 3-1-1
ウィア・シテラ・東京 |
| 4 中池袋公園前店 | 東池袋 1-15-10 | 22 上池袋店 | 上池袋 4-9-1 |
| 5 中池袋公園北店 | 東池袋 1-17-3 | 23 西池袋一番街店 | 西池袋 1-24-4 |
| 6 東池袋一丁目店 | 東池袋 1-26-4 | 24 池袋北口店 | 西池袋 1-43-7 |
| 7 東池袋セイコービル店 | 東池袋 1-30-6 | 25 西池袋三丁目店 | 西池袋 3-1-13 |
| 8 東池袋明治通り店 | 東池袋 1-35-3 | 26 立教通り店 | 西池袋 3-29-7 |
| 9 池袋東口店 | 東池袋 1-39-15 | 27 西池袋四丁目店 | 西池袋 4-13-7 |
| 10 第一イン池袋店 | 東池袋 1-42-8 | 28 西池袋五丁目店 | 西池袋 5-14-8 |
| 11 池袋大橋東店 | 東池袋 1-44-8
パークサイドビル | 29 要町駅前店 | 西池袋 5-24-9 |
| 12 東池袋二丁目店 | 東池袋 2-38-23 SAMビル | 30 池袋ロイヤルホテル店 | 池袋 2-42-4 |
| 13 サンシャインシティ店 | 東池袋 3-1-1
サンシャインシティアルパ2F | 31 池袋二丁目店 | 池袋 2-60-6 |
| 14 東池袋三丁目店 | 東池袋 3-12-12 | 32 ピン池袋店 | 池袋 2-62-1 |
| 15 サンシャインCPH店 | 東池袋 3-1-5
サンシャインシティプリンスホテル内1F | 33 池袋西口店 | 池袋 2-7-5 |
| 16 東池袋店 | 東池袋 3-15-2 | 34 西池袋店 | 池袋 2-78-2 |
| 17 東池袋春日通り店 | 東池袋 3-23-22
パークタワー池袋イーストプレイス | 35 豊島池袋三丁目店 | 池袋 3-37-12 |
| 18 サンシャイン西店 | 東池袋 3-3-2 | 36 下板橋駅前店 | 池袋本町 4-43-12 |

※上記対象ファミリーマートの店舗一覧は令和5年4月1日時点のものです。

37 アニメイト 池袋本店

ショッピング

アニメ・コミック・ゲームの専門店。
アニメに関する商品なら何でも揃います。
オリジナルの商品やフェアも展開しています。

特典内容

アニメイト池袋本店のみで使える300円の商品券をお渡しします。

配布条件：マイレージカードを1Fコンシェルジュカウンターで渡す。
使用条件：300円以上のお買い物で利用可能。お釣りは出ません。
対象商品：一部対象外の商品がございます。



所在地・電話番号

東池袋 1-20-7
☎ 3988-1351

38 ACOS 池袋本店

ショッピング

公式のコスプレ衣装やウィッグを取り扱い中！
カラーコンタクトや、化粧品等、幅広く取り揃えております。
ハロウィンや、学校行事にご利用ください！

特典内容

**お会計時、マイレージカードをご提出いただくと
衣装・ウィッグが10%OFF!**



所在地・電話番号

東池袋 3-2-1
アニメイトアネックス 2・3F
☎ 5979-7471

39 らしんばん池袋本店 (全館)

ショッピング

池袋最大のアニメ中古ショップです。
アニメグッズからコスプレ衣装、声優・キャスト等、「女性向け」アイテムが
何でも揃います。もちろん買取はいつでも高額買取しています。

特典内容

**らしんばん池袋本店 (全館) のみにて、
お好きな商品330円以下と交換できます。**

※お釣りは出ません。



所在地・電話番号

東池袋 3-2-4 共永ビル 1・2F
☎ 050-3640-7773



池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

40 ビックカメラ 池袋本店

エアコン、冷蔵庫、テレビなどの家電製品やくすり、お酒、おもちゃ、ゴルフ、自転車、寝具など豊富な品揃え！
親切丁寧な接客の販売員がご来店をお待ちしております。

特典内容

ビックカメラ全店でご利用可能な 3%ポイントアップクーポン！

※ビックカメラ池袋本店 1F 総合案内カウンターにマイレージカードをお持ちください。
1 回限りビックカメラ全店で利用できる3%ポイントアップクーポンを差し上げます。
※特価品、限定品、金券関連など一部対象外商品がございます。
詳しくは販売員までお問い合わせください。



所在地・電話番号

東池袋 1-41-5
☎ 5396-1111

シブシブ

41 東武百貨店 池袋店

都内百貨店では、最大級の面積を誇る百貨店です。豊富な品揃えと上質なサービスを大切に、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

特典内容

店頭価格から3%のご優待！

東武百貨店池袋店6F・1番地「ギフトサロン」にマイレージカードをお持ちいただきますと、ご優待購買券を発行いたします。

※一品単価1,000円(税抜)以上、現金でのお買物に限らせて頂きます。また、他のご優待との併用はできません。
※食料品、飲食、セール品、ユニクロ、匠天塚、ダイソー、スタンダードプロダクツ、スリーピー、はせがわ、にこはびきつ、書籍海外ブランドショップ等の割引除外品がございます。



所在地・電話番号

西池袋 1-1-25
☎ 0570-086-102 (ナビダイヤル)

シブシブ

42 株式会社 丸正商店

池袋駅より3分の文具屋です。
OA 機械、オフィス家具も!!
店内には面白文具がたくさんあります。

特典内容

マイレージカードをご提出いただき、1,000円以上のお買上を頂くと
通常1,000円に50円のサービス券をおつけしているところ、
100円のサービス券をおつけします。

※特価指定商品及び年賀状印刷等は除きます。



所在地・電話番号

東池袋 1-39-1
☎ 3971-3342

シブシブ

43 温野菜 池袋東口店

こだわりの黒毛和牛や厳選した国産野菜など、60種類以上から選べる
食べ放題でしゃぶしゃぶが楽しめます。
お好みのお出汁を2種類お選びいただけます。

特典内容

お会計から500円OFF (グループの場合、マイレージカード1枚で全員に割引)

※ご注文時にお渡し下さい。
※期間限定メニューとランドメニュー記載の全6コースが対象
(メニューは予告なく変更する場合があります)
※お子様・シニア割引は通常価格からの割引となります。
※値引き前のお食事代金が5,000円(税込)以上の方に限ります。



所在地・電話番号

東池袋 1-20-6
池袋プラザイン 4F
☎ 5957-1729

飲食

44 温野菜 池袋西口店

飲食

こだわりの黒毛和牛や厳選した国産野菜など、60種類以上から選べる
食べ放題でしゃぶしゃぶが楽しめます。
お好みのお出汁を2種類お選びいただけます。

特典内容

お会計から500円OFF (グループの場合、マイレージカード1枚で全員に割引)

※ご注文時にお渡し下さい。
※期間限定メニューとランドメニュー記載の全6コースが対象
(メニューは予告なく変更する場合があります)
※お子様・シニア割引は通常価格からの割引となります。
※値引き前のお食事代金が5,000円(税込)以上の方に限ります。



所在地・電話番号

西池袋 3-30-13
岸野ビル 5F
☎ 5949-3029

池袋エリア

45 ホテルメトロポリタン 四季彩茶寮「旬香」

飲食

素材がもつ旨味をいかした炙り & 鉄板焼き料理をご用意しています。
旬き酒師が選んだ日本酒や焼酎も豊富に取り揃えております。
お食事と一緒に楽しみください。

特典内容

ご飲食代金が10%OFF!

※一部、割引適用外の商品がございます。
※今般の社会情勢を鑑みて営業時間、内容が変更になる場合がございます。
詳細はお電話にてお問い合わせください。
※除外日 2024年1月1日(月・祝) ~ 1月4日(木)



所在地・電話番号

西池袋 1-6-1
☎ 3980-5533
(レストラン予約) 午前10時~午後8時

商店会エリア

46 ホテルメトロポリタン 日本料理「花むさし」

飲食

季節感溢れる日本料理をご賞味ください。彩り美しい旬の食材を盛り付けました。また、平日の特典として食後のコーヒー付きなのでゆったりとお過ごしください。

特典内容

ご注文時にマイレージカードをご提出いただくと、

ランチ「玉手箱」が10%OFF!

※今般の社会情勢を鑑みて営業時間、内容が変更になる場合がございます。
詳細はお電話にてお問い合わせください。
※除外日 2024年1月1日(月・祝) ~ 1月4日(木)



所在地・電話番号

西池袋 1-6-1
☎ 3980-5533
(レストラン予約) 午前10時~午後8時

南部エリア

47 おぼん de ごはん ルミネ池袋店

飲食

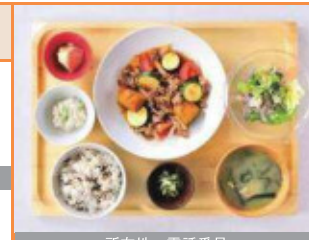
バランスの良い手作り料理を楽しめる
カフェスタイルの和定食屋。

特典内容

ご注文時にマイレージカードをご提出いただくと、

会計より10%OFF!

右記の写真は、国産牛肉とズッキーニのトマト炒め定食でおすすめのメニューです。



所在地・電話番号

西池袋 1-11-1
ルミネ池袋 8F
☎ 5928-0396

東部エリア

西部エリア

池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

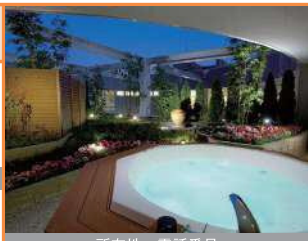
48 タイムズ スパ・レスタ

東京・池袋、サンシャインシティ前。
都心の大人のスパ施設。

特典内容

一般入館3,100円 → 優待料金2,900円に

※ 土日祝は休日割増料金700円、特定日は特定日割増料金1,000円が必要となります。
※ 深夜0時～5時のご滞在は深夜割増料500円/60分が必要になります。



所在地・電話番号

東池袋 4-25-9
タイムズステーション池袋 10～12F
☎ 5979-8924

レジャー

池袋エリア

49 サンシャインシティ 古代オリエント博物館

人類最古の文明発祥の地、古代オリエント(メソポタミア、エジプトなど)をテーマとする博物館。年に数回、特別展を開催する他、大人から子どもまで楽しめるワークショップ、オンライン講座など実施しています。

特典内容

入場料20% OFF



所在地・電話番号

東池袋 3-1-4
サンシャインシティ文化会館ビル7F
☎ 3989-3491

レジャー

商店会エリア

50 ETC DANCE SCHOOL 池袋校

アットホームな空気あふれるETC DANCE SCHOOLでは、3歳のお子様から社会人の方まで、年齢や経験を問わず楽しくレッスンを行っています。また年間を通してイベントの開催や地域活動なども多数行っておりますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

特典内容

入会金：通常4,400円のところが無料
体験料：通常1,100円のところが無料



所在地・電話番号

池袋 2-55-11
ROYALビル 2F
☎ 5950-1355

健康

南部エリア

51 ティップ・クロス TOKYO池袋

専門トレーナーによる運動サポートの用意があり、
運動方法や施設の使い方がわからないなど、
不安をおもちのお客様でも安心してお使いいただけます。

特典内容

登録料50% OFF

※ 入会手続きの際にかかる費用となります。
※ 他の割引との併用はできません。
※ ご来店の際はWEBまたはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

豊島区西池袋 1-3-1
東武百貨店パーキング2 3F
☎ 5992-2255

健康

西部エリア

52 岩盤浴サロン Angel Rock

健康

女性が大切にしたい「美と癒し」をカタチにしました。
低温熱の岩盤浴でじっくり発汗、
リラックス&デトックス効果があります。

特典内容

全コース10% OFF!



所在地・電話番号

西池袋 4-32-4
B 1F
☎ 5966-5888

池袋エリア

53 医療法人財団 豊島健康診査センター

健康

豊島健康診査センターは、豊島区民の皆様の暮らしと健康を守るために、健康診断・精密検査などを行っています。詳しくはホームページをご覧ください。
<https://toshima-mc.jp>

特典内容

内臓脂肪測定 検査料金(税込) 3,360円→2,760円

腹部のコンピューター断層画像により、内臓の周りについている脂肪や皮下脂肪のつき方を確認することができます。

骨密度測定 検査料金(税込) 2,240円→1,640円

前腕(手首から肘)部にごく微量のX線を照射する方法で、骨塩量(カルシウム量)を測定します。
※いずれの検査も事前の予約が必要です。



所在地・電話番号

上池袋 2-5-1
健康プラザとしま 6F
☎ 5974-7206

商店会エリア

南部エリア



東部エリア

西部エリア

54 NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局



商店会代表

「公共」をみんなで考え地域の課題を住民の「自立」と「連帯」によって解決して行くことをミッションとして一人ひとりの個性を尊重し、生かされる「感動と活力を持った街づくり」というミッション（使命）を行う団体です。

池袋本町エリアにある池袋本町中央通り商店会・池袋本町通り商店会・ふれあいロード北池の3つの商店会を元気あふれた商店会に、そして街づくりを目的として、イベントやコミュニティ活動を行っています。3商店会共通オリジナル満点式ポイントカード「きずなカード」の交換所になっています。

所在地・電話番号

池袋本町 4-16-6 (スギドラッグならび)

☎ 5950-9200

※月・金

午前10時～午後3時の間に交換ができます。



特典内容

きずなカード加盟店にて1,000円以上お買い上げの上、

レシート と **としま健康マイレージカード** を

きずなカード事務局まで

持参して下さい。

500円満点券と交換致します。



きずなカードは特典がいっぱい！きずなカード満点券(500円)で加盟店にてお買い物ができたり、歳末の福引券として利用できます。

<500円満点券との交換方法>

- ① きずなカード加盟店で1,000円以上の買物をします。
- ② レシートとマイレージカードをきずなカード事務局に持参します。
- ③ きずなカード事務局で500円満点券と交換。

55番～72番のきずなカード加盟店で1,000円以上お買い上げの上、54番きずなカード事務局に持参し **レシート** と **としま健康マイレージカード** を一緒に提出して下さい。

★月・金 午前10時～午後3時の間に交換ができます。

令和5年12月25日(月) まで



池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

55

亀屋

区内町御用達店



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 2-15-14
☎ 3971-1902

池袋本町中央通り商店会

58

そば処 松月庵

だしに自信あり!



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 1-24-6
☎ 3983-4713

池袋本町中央通り商店会

56

万秀堂

文具・事務用品を扱っています。



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 1-46-6
☎ 3982-2542

池袋本町中央通り商店会

59

(有) みすずや化粧品店

超音波ソニックエステと化粧品の店。
お試しソニックエステ・フルコース (90分) を
¥1,000 (税別) で体験できます。



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 1-24-10
☎ 3988-4592

池袋本町中央通り商店会

57

(有) ヒルマ薬局

あなたの健康をサポートします!
ダイエット・アトピー・子宝・体臭・自律神経・生理痛… 相談できるくすり
やさん



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 1-46-5
☎ 3971-5600

池袋本町中央通り商店会

60

やおとも

サブリより 毎日食べよう みかん2個!!



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54](#)」NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局
特典内容欄参照

池袋本町 1-24-10
☎ 3985-0750

池袋本町中央通り商店会

61 アカツキデンキ

いつもあなたのパートナー・パナソニックの店



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 1-23-7
☎ 3971-6772

64 小島精肉店

池袋本町でただ1軒の肉屋!
頑張っています!!



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 4-17-3
☎ 3981-4415

62 お酒のコンビニエンス 升愛

お酒のコンビニエンス升愛です。
お酒以外のものも売っています。



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 1-8-9
☎ 3971-2293

65 魚庄



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 3-7-27
☎ 3983-1450

63 (有) 奈良電気商会

快適な暮らしのお手伝い



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 4-36-12
☎ 3971-9175

66 えちごや酒店



特典内容

所在地・電話番号

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照

池袋本町 3-6-9
☎ 3971-1806

67 大洋舎クリーニング



池袋本町通り商店会

安心丁寧 自家洗い。
一点一点手仕上げの店。



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 3-5-20
☎ 3971-4571

68 有限会社 浅利商店



池袋本町通り商店会

最高級の一等米を食卓に



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 4-12-6
☎ 3971-1449

69 プチフルール



ふれあいロード北池

おしゃれで親切なお店です。



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 1-38-11
☎ 3984-0202

70 ヘアサロンフジノ



ふれあいロード北池



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 4-3-4
☎ 3983-4940

71 カフェ プリコラージュ



ふれあいロード北池

美味しいコーヒーでゆっくりと
心なごませる一時をお寛ぎ下さい。



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 4-3-1
☎ 3981-5961

72 マルセイ青果



ふれあいロード北池

野菜、果物販売



特典内容

P25「[54]NPO法人 街づくりネットワーク きずなカード事務局」
特典内容欄参照



所在地・電話番号

池袋本町 4-2-2
☎ 3981-8753

73 ~ 90 ファミリーマート 73 ~ 90

ショッピング



特典内容

“あなたと、コンビニに、”
でおなじみの
ファミリーマートです。

おむすび・お弁当・パン、チキンなどの
ホットスナック・惣菜・サラダ、飲み
物や日用品まで、豊富な品揃えで
皆様のお越しをお待ちしております。

お買物時に、400円値引きします！

- 豊島区のファミリーマートにてご利用頂けます。(ファミマ!!、トモニーではご利用できません。)
- 他の割引・優待サービス・クーポン券、クレジット・デビット・iD・QUICPay・PiTaPa・ブランドプリペイド等との併用はできません。(一部店舗を除く)
- 本件は1回のお会計で1枚のみご利用いただけます。
- 本券はお支払い総額が割引金額を下回る場合、お釣銭はできません。
- 酒、煙草、新聞、雑誌、書籍、カード類、切手、収入印紙、ハガキ、商品券、公共料金、宅配便、預り金、ネットショッピング商品代金等の支払いにはご利用できません。
- 現金への換金や再発行はできません。
- 本券のコピーは無効となります。

73 池袋東口明治通り店	南池袋 1-19-6 オリックス池袋ビル	82 としまエコムーゼタウン店	南池袋 2-45-3 1F
74 サウス池袋店	南池袋 1-23-6 KDG池袋ビル	83 豊島南池袋三丁目店	南池袋 3-1-10
75 南池袋一丁目店	南池袋 1-25-1 アソルティ南池袋	84 雑司が谷二丁目店	雑司が谷 2-3-2 新家ビル
76 南池袋二丁目店	南池袋 2-12-5 英ビル	85 豊島高田一丁目店	高田 1-16-1
77 南池袋東通り店	南池袋 2-15-12	86 高田三丁目店	高田 3-21-8
78 南池袋公園前店	南池袋 2-23-2	87 目白南店	高田 3-31-5
79 南池袋パーク通り店	南池袋 2-26-7	88 目白二丁目店	目白 2-39-1
80 京王プレッソイン池袋店	南池袋 2-29-11	89 目白駅西店	目白 3-14-8 つるやビル
81 南池袋店	南池袋 2-32-1	90 目白三丁目店	目白 3-4-18

※上記対象ファミリーマートの店舗一覧は令和5年4月1日時点のものです。

91 カーブス 目白

健康

いつまでも「自分らしく」「美しく」「健康でありたい」と考える女性を応援する体操教室です。
運動が初めての方や、年齢に関係なく幅広い世代の方にご利用頂いており、30分の運動で気軽に筋肉を鍛えることができます。まずは気軽に見学、体験などお問い合わせくださいませ。お電話お待ちしております。

特典内容

入会金50% OFF

- ※入会金50% OFFは初回来店時のご入会に限りです。
- ※他の割引券/特典との併用はできません。
- ※ご来店の際にはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

目白 3-6-4
目白ビル 3F
☎ 5988-0198

92 めもと(株) プチシルマ健康館東京雑司が谷店

健康

テレビ等で話題の腸活!

レダの酵素 121℃「有用菌生産物質」は生きた酵素!
酵素の4大弱点を克服し、こだわり抜いた発酵力

- ①低カロリー (8 kcal/100 g)
- ②低分子 (分子量 500 以下)
- ③耐酸性 (pH 1.2)
- ④耐熱性 (121℃ 30分)

お気軽にご来店ください。

特典内容

当店の商品を無料で試飲・体感できます。
お買い上げのお客様 1,500 ~ 2,000 円相当のお品を
プレゼント致します。



所在地・電話番号

雑司が谷 2-3-15
☎ 3986-8716



池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア

池袋エリア

商店会エリア

南部エリア

東部エリア

西部エリア



特典内容

“あなたと、コンビニ、”
でおなじみの
ファミリーマートです。

おむすび・お弁当・パン、チキンなどの
ホットスナック・惣菜・サラダ、飲み
物や日用品まで、豊富な品揃えで
皆様のお越しをお待ちしております。

お買物時に、400円値引きします！

- 豊島区のファミリーマートにてご利用頂けます。(ファミマ!!、トモニではご利用できません。)
- 他の割引・優待サービス・クーポン券、クレジット・デビット・iD・QUICPay・PiTaPa・ブランドプリペイド等との併用はできません。(一部店舗を除く)
- 本件は1回のお会計で1枚のみご利用いただけます。
- 本券はお支払い総額が割引金額を下回る場合、お釣銭はできません。
- 酒、煙草、新聞、雑誌、書籍、カード類、切手、収入印紙、ハガキ、商品券、公共料金、宅配便、預り金、ネットショッピング商品代金等の支払いにはご利用できません。
- 現金への換金や再発行はできません。
- 本券のコピーは無効となります。

- | | | | |
|------------------------|------------------------|--------------------|------------|
| 93 豊島駒込店 | 駒込 1-3-3 | 105 西巣鴨駅東店 | 西巣鴨 4-17-2 |
| 94 駒込駅北店 | 駒込 2-3-1 | 106 大塚駅前店 | 北大塚 1-16-7 |
| 95 駒込本郷通り店 | 駒込 3-2-3 | 107 北大塚二丁目店 | 北大塚 2-8-11 |
| 96 駒込三丁目店 | 駒込 3-4-3 | 108 北大塚店 | 北大塚 1-20-2 |
| 97 駒込六丁目店 | 駒込 6-34-1 | 109 大塚駅北口店 | 北大塚 2-15-6 |
| 98 巣鴨一丁目店 | 巣鴨 1-20-9
巣鴨ファーストビル | 110 南大塚店 | 南大塚 1-49-4 |
| 99 巣鴨スポーツセンター前店 | 巣鴨 2-4-9 | 111 大塚駅南口店 | 南大塚 2-45-8 |
| 100 巣鴨三丁目店 | 巣鴨 3-24-11 | 112 大塚空蟬橋店 | 南大塚 3-30-6 |
| 101 巣鴨駅前店 | 巣鴨 3-28-9
桃花源ビル | 113 南大塚通り店 | 南大塚 3-43-1 |
| 102 巣鴨地藏通り店 | 巣鴨 3-34-1 | 114 南大塚三丁目店 | 南大塚 3-48-3 |
| 103 西巣鴨三丁目店 | 西巣鴨 3-15 | | |
| 104 西巣鴨店 | 西巣鴨 3-27-1 | | |

※上記対象ファミリーマートの店舗一覧は令和5年4月1日時点のものです。

115 カーブス 巣鴨

健康

女性だけの30分かんたん健康体操教室です。
運動が初めての方や、年齢に関係なく幅広い世代の方にご利用頂いてい
ます。まずは気軽に見学、体験などお問い合わせくださいませ。
お電話お待ちしております。

特典内容

入会金50% OFF

※入会金50% OFFは初回来店時のご入会に限りです。
※他の割引券/特典との併用はできません。
※ご来店の際にはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

巣鴨 3-31-2
アルカディア篠 A 館 7F
☎ 5974-4122

116 カーブス 駒込駅前

健康

女性だけの30分かんたん健康体操教室です。
運動が初めての方や、年齢に関係なく幅広い世代の方にご利用頂いてい
ます。まずは気軽に見学、体験などお問い合わせくださいませ。
お電話お待ちしております。

特典内容

入会金50% OFF

※入会金50% OFFは初回来店時のご入会に限りです。
※他の割引券/特典との併用はできません。
※ご来店の際にはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

豊島区駒込 2-12-9
1F
☎ 5980-7652

117 自然野菜レストラン 駒込ナーリッシュ

飲食

「食」の楽しさを何よりも大切にしています。
食材のもつ「生命力」(オーガニック食材、自然栽培野菜、天然菌を使用し
た発酵調味料など)をご紹介体感できるヴィーガン(菜食) レストランです。

特典内容

ご注文時にマイレージカードをご提出いただくと、
ソフトドリンクをプレゼント。

右記の写真はランチタイム一番人気の「ナーリッシュコース」で2,530円(税込)
1ドリンク付の特別なコースメニューです。



所在地・電話番号

駒込 1-37-8 コーポ市川 2F
(駒込駅南口徒歩1分)
☎ 3944-8300



118 とうふ家 彘ん重

飲食

昭和7年創業の豆腐屋の豆腐料理を愉しんでいただけます。

特典内容

ご注文時にマイレージカードをご提出いただき、葉弁当をご注文の方に
季節のアイスクリームをプレゼント。

右記の写真は、葉弁当(ランチ)で、おすすめのメニューです。



所在地・電話番号

南大塚 3-45-7
ザ・シティ大塚 1F
☎ 4361-4662

119 酒菜 おお木

飲食

豊洲から直接新鮮な魚を仕入れています。
鮮魚と和牛、本マグロ、フグ(ご予約制)のお料理が人気です。
各宴会コースも承ります。

特典内容

ご注文時にマイレージカードをご提出いただく
ワンドリンクをプレゼント。



所在地・電話番号

南大塚 2-26-23
コロレ大塚 1F
☎ 6902-9407



120 ~ 133 ファミリーマート 120 ~ 133

ショッピング



特典内容

“あなたと、コンビニ、”
でおなじみの
ファミリーマートです。

おむすび・お弁当・パン、チキンなどの
ホットスナック・惣菜・サラダ、飲み
物や日用品まで、豊富な品揃えで
皆様のお越しをお待ちしております。

お買物時に、400円値引きします！

- 豊島区のファミリーマートにてご利用頂けます。(ファミマ!!、トモニーではご利用できません)
- 他の割引・優待サービス・クーポン券、クレジット・デビット・iD・QUICPay・PiTaPa・ブランドプリペイド等との併用はできません。(一部店舗を除く)
- 本件は1回のお会計で1枚のみご利用いただけます。
- 本券はお支払い総額が割引金額を下回る場合、お釣銭はできません。
- 酒、煙草、新聞、雑誌、書籍、カード類、切手、収入印紙、ハガキ、商品券、公共料金、宅配便、預り金、ネットショッピング商品代金等の支払いにはご利用できません。
- 現金への換金や再発行はできません。
- 本券のコピーは無効となります。

120 椎名町駅南口店	南長崎 1-24-1	127 豊島千早一丁目店	千早 1-12-12
121 南長崎五丁目店	南長崎 5-1-1	128 要町駅南店	要町 1-1-11 KTビル
122 東長崎駅南店	南長崎 5-24	129 豊島要町店	要町 1-11-1
123 丸萬椎名町北口店	長崎 1-18-11	130 豊島要町二丁目店	要町 2-31-6
124 椎名町駅前店	長崎 1-2-7	131 丸萬千川駅前店	要町 3-2-13
125 豊島長崎三丁目店	長崎 3-14-17	132 千川駅北店	要町 3-38-4
126 西武東長崎駅前店	長崎 5-1-34 東長崎西武ビル	133 豊島高松一丁目店	高松 1-1-11 東京ファーストシティ

※上記対象ファミリーマートの店舗一覧は令和5年4月1日時点のものです。

134 カーブス 要町駅前

健康

女性だけの30分かんたん健康体操教室です。
運動が初めての方や、年齢に関係なく幅広い世代の方にご利用頂いています。まずは気軽に見学、体験などお問い合わせくださいませ。
お電話お待ちしております。

特典内容

入会金 50% OFF

※入会金 50% OFF は初回来店時のご入会に限りです。
※他の割引券 / 特典との併用はできません。
※ご来店の際にはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

要町 1-1-11
要町 KT ビル 6F
☎ 3974-2110

135 カーブス 東長崎駅前

健康

女性だけの30分かんたん健康体操教室です。
運動が初めての方や、年齢に関係なく幅広い世代の方にご利用頂いています。まずは気軽に見学、体験などお問い合わせくださいませ。
お電話お待ちしております。

特典内容

入会金 50% OFF

※入会金 50% OFF は初回来店時のご入会に限りです。
※他の割引券 / 特典との併用はできません。
※ご来店の際にはお電話での予約が必要となります。



所在地・電話番号

南長崎 5-24-11 2F
☎ 5983-3318

136 ヨギフィール 千川

健康

ピラティスもできるヨガスタジオ。
レッスンはほぼ毎時間ぎゅっしり!
初心者・経験者も通いやすいスタジオです。
楽しく続けて、嬉しい体の変化を実感!

特典内容

- ・初回体験 1回 1,100円 (税込)
- ・初回来店時の入会で入会金 11,000円 (税込)、
事務手数料 5,500円 (税込) を無料に (要予約)



所在地・電話番号

千早 4-41-9
NSTビル 3F
☎ 3956-3070

137 ヨギフィール 東長崎

健康

ピラティスもできるヨガスタジオ。
レッスンはほぼ毎時間ぎゅっしり!
初心者・経験者も通いやすいスタジオです。
楽しく続けて、嬉しい体の変化を実感!

特典内容

- ・初回体験 1回 1,100円 (税込)
- ・初回来店時の入会で入会金 11,000円 (税込)、
事務手数料 5,500円 (税込) を無料に (要予約)



所在地・電話番号

南長崎 5-16-8
平和ビル 2F
☎ 6915-3775

138 レノモス 東長崎

健康

通い放題プランがあるパーソナルトレーニングジム。
マンツーマンで、あなたに合わせたトレーニング!
運動から遠ざかっている方にもオススメです。
まずは気軽に体験・お問い合わせお待ちしております。

特典内容

- ・初回体験 (トレーニング30分+カウンセリング20分) 1,100円 (税込)
- ・初回来店時の入会で入会金 33,000円 (税込) を無料に (要予約)



所在地・電話番号

南長崎 5-16-8
平和ビル 2F
☎ 6915-3776

139 赤門テラス なゆた

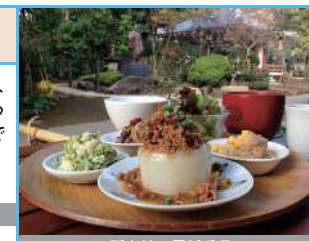
飲食

お寺の境内にあるカフェテラス。全面ガラス窓の外には、境内の緑が広がり、
祈りと癒しの空間。「なゆた」は、サンスクリット語で限りなく大きいという
意味で、たくさんの「ありがとう」「おかげさま」に気づき、3世代が交流で
きる、なごんで ゆったり たのしくできる地域のコミュニティカフェです。

特典内容

ご注文時に、マイレージカードをご提出いただくと、毎週金曜日には、
ブレンドコーヒー or 紅茶を1杯サービスします。

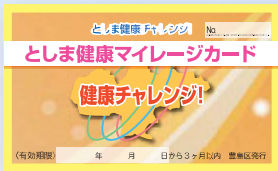
右記の写真は玄米お寺ごはんです。※日によって変わります。おすすめのメニューです。



所在地・電話番号

長崎 1-9-2
金剛院内
☎ 3530-8824





としま健康マイレージカード 協賛店マップ



池袋エリア

商店会エリア

東部エリア



豊島区がん検診
PRキャラクター
ももか



西部エリア

南部エリア