

ARIFT

春日部・せんげん台

地域みっちゃく生活情報誌® / 228

HAPPY MEDIA

ARIFT: アリフトはARIGATOU(ありがとう)と
GIFT(ギフト)を組み合わせた言葉です

2025
1 / 10

毎月一回発行
TAKE FREE

編集・発行:
(株)中広メディアソリューションズ
掲載希望や配布のお問い合わせ
TEL045-319-6327



ファミリー引越センター

service
アリフト読者様限定キャンペーン
最大30%OFF!
丁寧な仕事はもちろん価格でも勝負。

shop data
ファミリー引越センター株式会社
TEL.0120-50-5555 受付時間8:30~20:30 年中無
休・日祝も営業

邪気を払って開運成就!

ご近所 **新春** パワースポット

おとなのおつまみパン
イベントニュース&プレゼント

興禅院
川口市安行領家

2025年 **7月**
春日部市榎籠
475-1

特別養護老人ホームあんじゅの杜

新規OPEN!!

入居者様募集!!

《一緒に働いてくれる方も募集》
特別養護老人ホーム **あんじゅの杜**
スタッフ募集

介護 (パート・正社員)
時間 7:00~20:00/シフト制
※夜勤(16:30~9:30)
月5回程度
給与 [パ]時給1,175円~
[正]月給240,800円~
※早番・遅番手当、
日祝日手当別途支給

看護 (パート・正社員)
時間 8:00~18:00/シフト制
給与 [パ]正看 時給2,000円~
准看 時給1,800円~
[正]月給288,700円~
※オンコール手当、
日祝日手当別途支給

※その他職種も募集中!

社会福祉法人 悠生会
あんじゅの杜
開設準備室

☎048-884-9688

春日部市榎籠103-1
(元こいそ接骨院)



一人ひとりが、こころ豊かで満足できる生活を願って。



興禅院

川口市安行領家401
Tel.048-296-3640
拝観 日中がおすすめ

邪気を払って
開運成就!

ど近所 パワースポット

新年最初のお出かけは、巳年にまつわる場所を巡って厄除けと開運を願いましょう！また巳の干支には生まれ変わりの意味もあることから、立身出世の願掛けとしても人気です。



豊かな自然の中に鎮座します「こま蛇」。自由に触れてOKとのことなので、お参りをした後に頭や体を優しくなでて開運を願おう。

**人と自然が交わる寺のビオトープ
阿吽の呼吸で弁財天を守る「こま蛇」が魅力**

戸塚安行駅から徒歩15分ほど。自然豊かな興禅院は、天文15年(1546)に創建された歴史ある寺院だ。その本堂の裏手にある小さなお社にて、こま犬ならぬ「こま蛇」が弁財天を守っている。住職の早船元峰さんによると、この地域には大蛇伝説があり、それ由来して弁財天が祀られ、お社を守るこま蛇を安置したとのこと。ご利益は五穀豊穡や開運、金運アップなど。つるりとしたフォルムとつづらな目で、対になって「阿」「吽」の呼吸を体現しているのがとても可愛らしい。またお社のガラス戸には、小動物などが入って休めるようごぶ

し大の空気穴を設置。ここに切れ目のない見事な蛇の抜け殻が挟まっていたこともあるそう。まさに蛇の守護を感じられる場所だ。

興禅院の本尊は釈迦如来坐像。本堂のガラス戸でも柔和でいて荘厳な姿がうかがえる。公開は年に4回ほどで、その告知は境内の掲示板でのみ行われる。敷地内は人間と自然との共存をめざす住職の管理により、色とりどりの樹木が植えられ多彩な生物が息するビオトープとなっている。季節ごとの景色をゆっくり楽しむことができる見どころいっぱい寺院だ。



早船元峰住職。駒澤大学環境地理学の名誉教授。優しく穏やかな物腰で、興禅院に広がる自然の豊かさを教えてくださった。



絵馬(500円)
水辺でとぐる巻く白蛇の絵馬。社務所はないが、本堂の横にある玄関のチャイムを鳴らせば授けていただける。



抱かれ地藏
本堂左にある墓地内のスダジイの大木に、年月を経て根元に抱え込まれてしまったお地藏さまが静かにたたずんでいる。

開運たちよりスポット

企画・編集: ARIFT編集部

甘いチョコレートで一息つける! お土産にもぴったり

寺院より
徒歩13分

温かい飲み物で身体を温めながら美味しいチョコレートを購入できるお店。ホットショコラショー(465円)、テリーヌ(303円)、プレミアムテリーヌ(486円)

久遠チョコレート 川口店

川口市安行藤八315
Tel.048-420-9328
10:30~19:30/火曜定休



毎年5月24日に開催 『安行原の蛇造り』

寺院より
徒歩17分

川口市の無形民俗文化財指定行事。全長10メートルの藁であんだ蛇をケヤキの木(現在はやぐら)に掛け、1年間の五穀豊穡や無病息災を願う。常時開放で一休みできるベンチもあり。

川口市安行原 蛇造り場

行事の様子は毎年行事開催日に併せて公開(5月24日9:00~16:00頃)
川口市安行原2680-1



漢方薬局の新春マルシェ開催!

1月25日(土) 10:00~15:00

場所 春日部第一薬局 店内

2025年は
健やかさが
コンセプト!

春日部市内で養蜂をしている Kasuka Bee(カスカビー)さん

自然由来のミツロウで作る肌クリームのワークショップを開催!

1回目10:00~ 2回目11:00~/参加料2,000円

※お電話またはLINEでご予約を
TEL048-755-6000



- その他
- ・はちみつの量り売り 12:00~15:00
 - ・ミツロウでできた繰り返し使えるミツロウラップの販売

北春日部にある
暮らしクリエイティブスタジオeatossさん

- ・ご縁を結ぶ「おむすびセット」販売(数量限定)
- ・木工ハンドメイドカトラリー
- ・古着販売&フリマ



宮代町のパン屋の
香麦(こむぎ)さん



グルテンフリーお菓子
こだわりパンの販売

高性能体組成計インボディ測定

あなたの筋肉量・脂肪量がきちんと計測できます。



マルシェの日限定で、
このクーポン券
ご持参で無料測定できます!

体成分分析、筋肉量、体脂肪率、肥満
指標、部位別筋肉量などを測定し、身
体の状態を分析します。(約2分程度)

1月25日(土)限定
1,100円→0円



春日部第一薬局

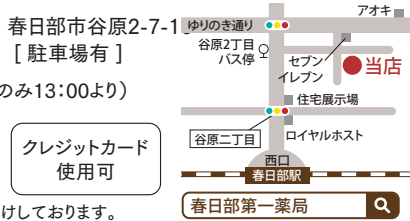
春日部市谷原2-7-1 [駐車場有]

休日 毎週火曜日・祝日 営業 10:00~18:00(日曜日のみ13:00より)

TEL.048-755-6000

ご相談は予約制です。ご相談希望の方はお電話ください

全国各地からお問い合わせが殺到!お電話でのご相談もお受けしております。



クレジットカード
使用可

ご予約・
お問い合わせは
こちら



TikTok
200万回
再生突破!



40代以上の方必見!

腸活
ダイエット!!

6か月で
16kg減



その肥満、実は腸に原因が
あるかもしれません!!

腸内環境と肥満の関係

腸内に悪影響を与える悪玉菌が増えると脂肪を溜め込みやすくなります。痩せ体質の人の腸内には短鎖脂肪酸が多く、太りやすい人には少ないと言われているんです。

60代でもできた!!

b.port

ビーポート

▶ すきバサミを使用しない
カット技術で
再現性の高いスタイルへ!

- ▶ カット 4,160円(税込)
- ▶ カット&カラー 9,500円(税込)~
- ▶ カット&パーマ 9,680円(税込)~

他メニューもあり



詳しくはコチラ



「アriftを見た」でご予約ください

tel 048-993-4278

ご予約優先 駐車場あり 越谷市東大沢3-24-17

9:00~19:00 <<受付>>cut ~18:00 / perm,color ~17:00
毎週火曜日・第2・4水曜日 定休



一念発起

ICHINEN HOKKI 2025

2025

今年こそはじめる 習い事特集

空手教室



少林寺流空手道 練心館
せんげん台/レイクタウン道場

TEL.080-3080-6330



せんげん台駅西口10分/
大相模or川柳センター

[せんげん台道場]
越谷市せんげん台西5-3-14
火・木18:00~21:30、土16:00~19:00
[レイクタウン道場]
大相模地区または川柳地区センター
毎週日曜、詳細はお問合せください。

2025年 さあ始めよう、武道空手！
空手を通じて「心技体」を鍛える！

本当に“強い人”は他人に優しい人！武道精神を通じて思いやりのある礼儀正しい子を育みます。挨拶などの礼儀や作法を身に着け、大人の方はストレス発散や健康維持に◎。3歳～シニアまで幅広く在籍。親子での参加もOK！まずは見学・体験へ。スポーツ安全保険加入有

特典 ご予約時アリフト見たで

体験レッスン
1回無料

動きやすい服装でご参加ください。
ご予約時「アリフトを見た」とお伝えください。
2025年02月28日まで有効



RENAISSANCE

2025 GO!!

毎日ハマり、
楽しく変わります

ルネサンスなら、
ジムもプログラムも、サウナもスパも。
ラウンジまで揃っているから、
この一年が、ぐんと充実!

新春 スタート応援 キャンペーン

入会金
3,300円
(税込)

事務
手数料
6,050円
(税込)

2/2
(日)まで

0円

0円

ルネ得
スタート応援バック最大2ヶ月 **無料**

- タオル&シューズレンタル ●水素水オプション
- サプリメントサーバー 12杯コース ●くっぴープラスエース

ルネ得
2人以上同時入会
でもっとお得にスタート!

月会費
1ヶ月分 **1,100円**引き

※月会費の割引は3ヶ月目に適用。

ルネ得
ルネサンス公式
オンラインショップで使える

1,000円OFFクーポン
プレゼント!

※上記の入会特典は、新規の方限定でフィットネス会員に8ヶ月以上ご在籍の方に限ります(過去6ヶ月以内に在籍の方は対象外)。※月途中からご入会の場合、初月分の月会費は「週割り」します。
※各種スクール、法人会員のご入会特典は異なります。※オプションサービスの無料期間終了後は通常月会費に自動移行となります。解約をご希望される場合はフロントにてお手続きください。
※クラブ会員へのご入会は中学生以上の方に限らせていただきます。※入会時に必要なもの：月会費2ヶ月分。

スポーツクラブ ルネサンス 春日部 〒344-0061 春日部市粕壁3-8-1
わいわい春日部パーク内4階
tel.048-753-7070

【電話受付時間】平日 10:00~23:00 / 土10:00~21:00 / 日・祝10:00~19:00
【休館日】金曜日

ルネサンス春日部 検索



学研の「せんせい」をはじめてみませんか?

いつまでも
自分らしく働く



point
01 指導経験が
なくてもOK
指導未経験
50%

教育ノウハウが詰まった学研のオリジナル教材使用は
もちろん、専任スタッフがじっくりサポートしますので
未経験でも安心です。

point
02 プライベートと
両立できる

子どもたちに指導する時間は、1日3~4時間程度。指
導は15:00~19:00の間にでき、午前中は家事や習
い事などをし、その後からできるお仕事です。

相談会日程

1/21(火) 10:00~11:30
三郷におどりプラザ 1Fカフェ

1/24(金) 10:00~11:30
越谷コミュニティセンター 第一会議室

1/29(水) 10:00~11:30
春日部市民文化会館 特別会議室

ご予約やお問い合わせはお電話もしくは二次元コードからお気軽に!

学研教室 学研エデュケーショナル 学研教室 さいたま事務局
0120-889-100 詳しくはWEBへ 学研教室 先生 検索

障がい福祉サービス自立訓練(生活訓練)事業所

こんなお困りごとありませんか?

- うちの子、家に引きこもって心配
- コミュニケーションが苦手で人と上手に関われない
- このままではいけないと思うがどうして良いかわからない
- 自信がないから前向きになれない

障がいのある方の自立をサポート

- 生活
衣食住や金銭管理、人付き合いや危機管理など生活の基本に関わる自立をサポート。
- コミュニケーション
「相手の話を聞く」「相手に気持ちを伝える」という基本的な交流をリラックスした雰囲気の中で練習し少しずつ自信を付けることができます。



キャンパス
ブログ



~コロールポートカレッジ~
Cocorport College

ご利用者さんのVOICE

- 外への抵抗感が無くなり、1人でも色々なところに外出する事が出来た経験値がUPしました!(10代男性)
- 様々な方とお話しをするようになってから、自分に自信が
つくようになりました!(20代女性)
- スタッフさんの手厚い支援がある為、安心して通う事が出来
ています。(30代女性)
- 自分のペースで色々な事に挑戦出来る環境です。自分の得
意、不得意の理解度が深まっていき、スタッフさんのサポートも
ある為、安心して進路を決める事が出来そうです。(40代男性)

春日部駅前キャンパス

〒344-0067
埼玉県春日部市中央1-11-1 M3ビル5F
TEL.048-795-6171

東武スカイツリー
ライン春日部駅
西口より徒歩2分

春日部駅

見学&プログラム体験実習会
見学では実際のプログラムを
ご利用者さんと一緒に体験できます。
日時など詳しくはお問い合わせください。

障がい福祉サービスなので
9割以上の方が
利用料の自己負担なし

月額上限
2万円まで
交通費助成します

ご希望の方には
昼食(お弁当)を
提供

詳しくは
当キャンパス
HPへ



LINE
お友達登録は
こちらから



ファミリーマート
コロールポート春日部
駅前キャンパス

イトーヨーカドー
春日部店

1/25(土) オンラインクイズ大会開催! 自由参加
キャンパスの雰囲気を感じながら他キャンパスのご利用者さんと
オンラインで競います! 右のQRコードよりお気軽にご参加ください!

10:15~11:45

一念発起

ICHINEN HOKKI 2025

2025

憧れの自分になる ビューティー特集!

ネイル・マツエク



2025年のスタートはハンド&フット/マツエク&ネイルの同時で時短◎!

新しい年、指先や目元から輝きを!ネイルは、時期に合わせたデザインも多数!オフ込み「3,600円~」。ネイル初心者の方も始めやすい良心価格。ネイルリスト検定1級者、ジェルネイル検定上級者が在籍。またまつ毛は自然に美しく見せる80度を実現。根本だけを施術し、自然に立ち上げる次世代アイラッシュ。

Nail&Eyelash on nail

TEL 048-978-3636

せんげん台駅東口より徒歩1分

越谷市千間台東1-2-1-102

不定休

[駐車場]パークプラザの駐車券をお持ちください。



特典 ご予約時アリフト見たで

アリフト読者限定メニュー

ネイル(オフ込)3,600円~

ハンド・フットネイル:各3,600円~

ハンド&フット同時施術:7,000円~

マツエク:120本 5,200円~

2025年01月31日まで有効

今年こそ理想の私へ 仰天チエンジ! 3ヶ月で目標-10kg宣言!

私も 3ヶ月で9kg 痩せました!

食生活の見直しと 耳つぼへの刺激で、無理なく健康的に 痩せられるよう サポートします。

日本瘦身医学協会認定 瘦身カウンセラー 店長 村田

少ない食事量で満足感を得られる耳ツボを刺激 + 正しい食生活を続けるだけの健康ダイエット!

- ★栄養バランスを考えた食事アドバイスをを行うのでリバウンドしにくく、一生使える食の知識が身につきます♪
- ★つらい運動や無理な食事制限はなし!だから続けられる!
- ★一人ひとりのお悩みに合わせたマンツーマンサポート!卒業後の定期的なアフターフォローもあり◎

オーガニック よもぎ蒸しもあります!

卒業生の実績はこちら

70代 女性 3ヶ月 血圧の薬が増えるのが嫌でダイエットを決意!身体が軽くなったことで、動きやすく楽しい生活が送れるようになった!体重が減っていくのが嬉しかったです♪

3ヶ月 -8.5kg 64kg→55.5kg

体を内側から温め代謝促進、老廃物の排出を促します。体質改善だけでなくリラックス効果も期待できます。

こんなお悩みにおすすめ

更年期/生理痛/冷え性/肌荒れ/疲れ

耳つぼダイエットサロン natural me 0120-770-433

※070-9310-0349から折り返しご連絡いたします

春日部市備後東1-5-7 ウェストハイム 一ノ割102 10:00~20:00 (不定休)/ 駐車場1台有り

web予約はHPから

お年玉プレゼント ARIFT読者限定クーポン

カウンセリング+ 耳つぼ2回分(6,160円相当)無料!

※有効期限:2月6日迄 ※切り抜きをお持ちください

よもぎ蒸し 1回4,500円▶ 3,500円

※有効期限:2月6日迄 ※切り抜きをお持ちください

MONTHLY HOROSCOPE

1.1>1.31

astrologer マーガレットまき

恋愛や仕事、家族間などを西洋占星術、タロットを中心に占う。「まき姉」の愛称で数多くの女性から支持されている。仙台の占いサロンララガーデン長町 開運館にて活躍中。



♈ おひつじ座 3.21→4.19

学び運上昇!目標に向かうために必要な新しい知識を学び始めましょう。積極的に動くと、あなたの評価が上がります。ただし器用貧乏にならないように注意。

Lucky color ブラック

♉ おうし座 4.20→5.20

運気好調!旅人のような気分はまだ見ぬ世界へと思いを寄せてみましょう。思わぬ発見や人物に出会えそうな予感。感謝の心、素直な心を持つことが幸運の種!健康面は良好。

Lucky color スカイブルー

♊ ふたご座 5.21→6.21

チャレンジ運上昇!困った時には助け船がくるでしょう。安心して何事にも気軽にチャレンジしてみてください。ハードルを気軽に越えられそうな予感。健康面は規則正しい生活を!

Lucky color クリムゾンレッド

♋ かに座 6.22→7.22

人間関係運上昇!人の話を素直に聞ける時。多方面の人のとの会話を楽しんで。ただし、他人の色に染まらないように注意が必要。健康面はうがい手洗いを徹底して、咳に注意を。

Lucky color ライトグリーン

♌ しし座 7.23→8.22

仕事運上昇!職場や家庭を上手に切り盛りできる時。コスバ重視で動け、評価も上がりそう。健康面は働き過ぎの過労からくるストレス性胃腸炎に注意しましょう。

Lucky color オフホワイト

♍ おとめ座 8.23→9.22

知的好奇心運上昇!幅広く趣味活や財テクなどの資格取得に夢中になれる時。完璧を求め、のめり込むのではなく全力で楽しんで。健康面は丁寧な食生活を心掛けましょう。

Lucky color ゴールド

♎ てんびん座 9.23→10.23

家庭運上昇!明るく健康的な職場や家など自分自身のホームで過ごせる時期。リモートワークなども良いでしょう。健康面は骨折や関節炎、腎臓などに注意して。

Lucky color オレンジ

♏ さそり座 10.24→11.22

コミュニケーション運上昇!モチ期到来。お洒落をしてお出かけを。会話が弾む出逢いがありそうですが、深入りは禁止。まずは楽しい仲間作りを!健康面は体調管理に注力。

Lucky color ロイヤルブルー

♐ いて座 11.23→12.21

金運上昇!長期的な資産形成について良い話が舞い込みそうな予感。金運上昇ですが浪費も上昇...節約を心掛けて。居場所に幸運あり!整理整頓が幸せを呼びます。

Lucky color レモンイエロー

♑ やぎ座 12.22→1.19

運気上昇!色々な情報が舞い込んできそう。目標達成のために真剣に選別を。多忙な時期ですが、必要とされたら力を貸してあげると◎健康面は安心、動き回れるでしょう。

Lucky color レッド

♒ みずがめ座 1.20→2.18

休息期...文章や発言が炎上など、トラブルに巻き込まれやすい時期。SNSなどのデジタルデトックスがおすすめ。散歩や庭の手入れなど自然に触れ、心の健康を保ちましょう。

Lucky color ラベンダーブルー

♓ うお座 2.19→3.20

運気上昇!仲間、友人に恵まれ、楽しい時期です。推し活やお誘いには積極的に参加しましょう。日々の生活に張りりが生まれそう。健康面は、怪我、火傷、炎症などに注意して。

Lucky color マゼンダピンク

今の働き方、自分に合ってる？
ライフスタイルに合った仕事を見つけよう！

求人特集

- 働くなら自宅から通いやすい方がいい
- 家事や育児の合間にそろそろ働きたいと思っている
- 一度定年退職をしたが、また働きたい

1つでも
当てはまったら
CHECK!



- アルバイト パート 正社員
- 嘱託社員 業務委託 派遣スタッフ
- 契約社員 紹介要員

掲載の求人情報は男女を募集対象としていますが、募集条件として男性・女性を限定しているものは、男女雇用機会均等法適用除外職種等の募集です。誌面の都合上、すべての情報を掲載できない場合があります。詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

就業場所における
受動喫煙防止のための
取組について



勤務地 | せんげん台駅バス6分、北越谷駅バス10分

保育スタッフ

時給1,200円～

週3日～OK! 事前見学も大歓迎♪
正職員のサポートをお願いします!

内容 保育補助のお仕事です。ゆとりのある職員配置のため、+αスタッフとして、正職員のサポートをお願いします。書類、記録、連絡帳などの業務はありません。

資格 保育士・幼稚園教諭一種免許

時間 ①9:00～15:00/週3日(急募)②7:00～19:00の間

で、週3日～/1日5時間～勤務可

待遇 マイカー・バイク・自転車通勤OK!

※無料駐車場・駐輪場完備

応募 お気軽にお電話ください。ご質問のみもOK!

PR 0,1,2歳児は育児担当、3,4,5歳児はクラス活動

と異年齢児でのプロジェクト活動に取り組んでいます。職員を多く配置しているので手厚く

子どもたちを見守ることができます。



「2026年度グッドデザイン賞」受賞!
カフェのようなデザインのきれいな園舎で働いてみませんか? 急な休み、学校行事での休みにも対応していますので、子育て中の方も安心して働いていただけます。

しらとりこども園
Tel.048-977-7131 担当/採用係
越谷市弥十郎275-1

勤務地 | 南浦和駅より徒歩3分

お客様フォロースタッフ

時給1,300円～

【新設!】スタートメンバー大募集!
営業経験のある方大歓迎! 未経験でも可

内容 ARIFTにご掲載いただいている広告主様に対して、営業担当と一緒にサポートをお願いします。主に、ご掲載する原稿の打ち合わせや文章作成、デザイナーへの制作依頼や広告主様からの修正指示受け、発行後のフォロー対応など。

資格 簡単なPC操作ができる方(文字打ちなど)

時間 9:00～18:00(休憩60分) ※週4日～、1日6h～可

◎フルタイムできる方、大歓迎!

休日 土・日・祝、GW、夏季、年末年始

待遇 交通費全額支給、有給休暇、各種社会保険完備

応募 電話連絡の上、履歴書を右下記載住所にお送り

ください。書類選考後、面接日を通知します。

PR お客様対応や原稿作成のやり方、打ち合わせの進め方など、研修があるのでご安心ください。



事業拡大に伴い、「カスタマーサクセsteam」を新設します。スタートメンバーと一緒に働きませんか? 人と話すのが好き、人の役に立つ仕事がしたい、地域貢献がしたいという方、ぜひご応募ください!

株式会社中広メディアソリューションズ
Tel.048-767-8238 担当/木村
さいたま市南区南浦和2-39-16
第5大雄ビル3F

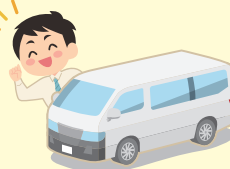


正社員

パート
アルバイト

送迎ドライバー募集中!

地域に貢献できるやりがいのあるお仕事!
業績好調につき4月から新規事業がスタート!
ただ今10名増員計画中!



株式会社
さいたま福祉サービス

さいたま福祉サービスではさまざまな職種の方が活躍中。一般タクシードライバー、介護タクシードライバー、ケアマネージャーなど。地域のご利用者さまの生活を支える会社です。

一般旅客自動車運送事業、介護事業

【本社事業所】さいたま市岩槻区南平野3-1-4
【春日部営業所】春日部市市原2-2-13
【越谷営業所】越谷市北越谷5-9-17

[お問合せ・ご購入・ご応募は、お電話またはメールどうぞ]

TEL.048-749-7788

メール/ info@saitama-fukushi.jp 担当/採用係

受動喫煙防止の施策・屋内禁煙

正パ 送迎ドライバー

大型免許・普通二種免許資格あれば尚可
★普通免許からのスタートもOK!
二種免許取得費用は会社が負担! 教習中も給与支給!

【正】月給250,000円～

【パ】時給1,300～1,500円 正社員登用あり!

【正】① 6:30～18:30(実働8h)

② 14:30～23:30(実働8h)

【パ】① 6:30～17:00(実働7h)

② 6:30～18:30(実働8h)

③ 14:30～23:30(実働8h)

④ 9:00～17:00(実働7h)

【正】7～8日/月(シフト制)

【パ】シフト制

待遇 資格手当・賞与・有給休暇

子育て手当(0～4歳)

勤務地 本社事業所

企業・病院などの
送迎ドライバーを
お任せします

正 介護タクシードライバー

【給 与】月給250,000円～

【時 間】8:30～18:00(実働8h)

【休 日】シフト制

【勤務地】本社事業所

パ 訪問介護職員

【給 与】①身体介護 時給1,600円～

②生活介護 時給1,300円～

【時 間】1日1時間から、週1日から勤務可

【勤務地】本社・春日部・越谷 各事業所

正 パ ユニバーサルドライバー(一般タクシー業務あり)

【正】月給230,000円+歩合給 月収380,000円以上可

【パ】時給1,200円～1,500円+歩合給

【正】フレックス制 ※一般勤務(18～19日勤務/月)14時間勤務(休憩3h)

※日勤・夜勤(23～24日勤務/月)9.5時間勤務(休憩2h)

※隔勤(12～13日勤務/月)19時間勤務(休憩3h)

【パ】時間7:00～翌3:00の間で1日5h～可 ※週1日～勤務OK!

【勤務地】本社事業所



地域メディアを発行している総合広告代理店の営業を募集します

完全週休2日制、年間休日120日以上、未経験者歓迎

【仕事内容】地域密着メディア「ARIFT」の提案および全ての広告・プロモーションの支援

【勤務時間】9:00～18:00(実働8時間)

【雇用形態】正社員

【休日・休暇】年間休日120日(完全週休2日制/土日祝)
年末年始・GW・夏季・慶弔・産前産後休暇・特別休暇

【給 与】月給25万円～45万円※経験や能力を考慮して決定します。

【諸 手 当】交通費支給、時間外勤務手当(みなし時間超過分)、役職手当

【福利厚生】社会保険完備、慶弔金制度、定期健康診断、インフルエンザ予防接種

【勤 務 地】仙台オフィス、山形オフィス、横浜オフィス、埼玉オフィスのいずれか
※配属先は希望を考慮して決定します。

未来をひらく地域とともに



株式会社中広メディアソリューションズ
045-225-9267 (担当:武井)

[屋内禁煙]

応募は
コチラ



街の魅力を掘り起こして
地域経済の活性化をしませんか?
創業期を盛り上げてくれる
メンバーを大募集します!

37年の歴史を承継して創業!
日本一の地域メディア会社を
目指します

株式会社中広メディアソリューションズは、1987年に横浜の地で創刊した地域メディア「ぼど」や付随する広告事業を承継し、新たに誕生した会社です。新ブランド「ARIFT」という地域メディアの発行のほか、地域ビジネスの広告・プロモーション支援を通して地域経済を活性化し、日本を元気にしていくことが理念です。

ネクスコ・トール関東の
いきいき働くスタッフに
聞いてみました♪



この仕事の「魅力」を 教えてください。

case1 景気に左右されにくいインフラ系の職業が決め手でした。

前職はトラックドライバー。景気に左右されることが多く、安定的な仕事を探していました。高速道路の仕事は馴染みがありましたし、これは縁だなと思って応募しました。仕事中にトラブルが発生したときでも**事務所に連絡をす**

れば、適切なアドバイスで焦ることもありません。また、**福利厚生**の充実ぶりも◎。団体保険や医療費にも使えるポイント制の福利厚生もおすすめのポイントです。年2回の健康診断で体調面でも安心です。



case2 男女のハンデがないのが魅力！プライベートも充実♪



高速道路は暮らしを支えている仕事だと感じて会社選びを始めました。入社前は中高年の男性が中心というイメージでしたが、**男女のハンデなく働ける**職場でした。副所長も女性で、何かと相談にのってもらっています。もち

ろん女性専用の更衣室、仮眠室、シャワー室などが完備なのも嬉しい♪あと、勤務明けと公休が続けば**休日もたっぷり♪**動画配信サイトのドラマを全話一気に見して楽しんでいます♪

おすすめポイント

- ☑ **賞与あり** (契約社員採用後2回目～)
- ☑ 契約社員のほぼ100%が入社2年以内に**正社員登用**
- ☑ **シニアの方**や**未経験**の方でも働きやすい環境



株式会社ネクスコ・トール関東
三郷事業部



03-6632-9260

埼玉県三郷市番匠免2-101-1

NEXCO東日本グループだから安定して勤務可能

高速道路の料金所スタッフ

複数地域で**大募集!**

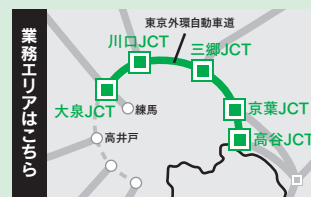
給与 契 月給22万円～+各種手当

月収例 **24万4000円** (月給22万円+深夜勤務38h +時間外勤務7hの場合)

時間 毎月1日を起算日とする1ヶ月単位の変形労働時間制
1ヶ月を平均して週40時間以内
9:00～翌9:00を月11回程度
※実働16h・休憩4h・仮眠4h
※松戸～高谷JCTは8:30～翌9:00
(実働15.5h・休憩5h・仮眠4h)

仕事 高速道路料金所での料金收受業務・ETC対応・監視等

休日 月8～9日程度
1ヶ月単位のシフト制
(就業場所による)
年間休日104～106日程度
(就業場所による)



待遇 社会保険完備、交通費規定内支給、制服貸与、扶養手当、有給休暇、特別休暇(例)介護(5日以内/年)等 ※社内規定による
屋内禁煙、正社員登用制度(規定あり)
研修2ヶ月(短縮・延長あり) 時給1,140円～1,190円

QRコードの当社ホームページ
からご応募ください。▶▶▶▶▶



または、下記住所まで履歴書をお送りください。

〒163-0434東京都新宿区西新宿2-1-1
新宿三井ビル34階
新宿三井ビル内郵便局私書箱255号
株式会社ネクスコ・トール関東 採用事務局 三郷係

ご応募は
こちらからも
どうぞ。



QRコード有効期限
1/7(火)～2/3日(月)

年齢・経験不問
直行直帰OK!

首都圏・仙台で
800人以上
活躍中

地域を巡って健康維持にちょうどいいお仕事始めよう!

ポスティングで運動不足を解消

副業・Wワーク、健康維持、ダイエット、地域貢献など目的はさまざま。まずはお気軽にお電話ください!



自分のタイミングで
配布できる

ご近所を徒歩または自転車で情報誌ARIFTを配布するお仕事です

報酬 ・配布部数による出来高制(月収例)2,000～10,000円程度
内容 ・情報誌ARIFTをご家庭のポストに配布していただく業務委託のお仕事です。
・ARIFTはご自宅に配達されるので出社不要です。
・配布していただく地域はご自宅周辺なので安心して配ることが出来ます。

資格 ・月1回、火～土にお仕事できる方。
・携帯電話をお持ちの方。
※学生の方は不可です。

勤務 ・ご自宅から徒歩圏内の地域。
※別の方が先に担当している場合、ご希望の地域をお選びいただけない場合もあります。

情報誌ARIFT 配布員応募受付

0120-856-046

受付:平日10:00～17:00

〈ご希望の地区の空き状況はお問い合わせください〉

株式会社 中広メディアソリューションズ 横浜市中区真砂町3-38 CERTE ANNEX 5F

ARIFT配布Q&A

Q. ポスティング未経験でも大丈夫?

A. 大丈夫です。お仕事を開始される方の大半がポスティング未経験です。お仕事開始前の説明会で、仕事内容だけでなく配布のコツなどもお伝えするのでご安心ください。

Q. 配布する情報誌は会社まで取りに行くの?

A. ご自宅まで無料でお届けします。また初回の説明会以外は会社に出社していただくことも基本的ではありませんので、通勤時間などのロスなくお仕事をさせていただきます。

Q. 急遽配れなくなった場合のペナルティはある?

A. もし「急遽配れない」事情ができた場合はできるだけ早く会社に連絡をしていただければペナルティはありません。体調不良などやむを得ない場合は会社で代わりに配る方を手配しますのでご安心ください。

Q. 配布する部数のノルマはある?

A. 各地区で配布する部数が決まっています(平均600部)。その部数を期間内に配り終えていただければ大丈夫です。配布期間は5日間(一部地域は4日間)あるので余裕をもって配布できます。また無理のないように最初は1地区から始めていただきます。慣れてきたら配布する地区を追加していただくことも可能です。

Q. WワークでもOK?

A. OKです。期間内に配布を終えていただければ大丈夫です。

Q. 配布する時間は決まっている?

A. 配布期間内であれば特に決まりはありません。夏は日中の暑さを避け、早朝や日が落ちてからの配布もOKです。※一部条件あり

お仕事開始前の説明会はZoomで参加OK!



**明太子とチーズがとろり
ワインが進む
王道のマリアージュ**

明太チーズフォンデュ 380円

表面はカリカリ、中はトロトロ。明太バターとフィリングをソフトな生地で包んだ、噛むほどに美味しさがあふれる魅力のパンです。パンの上にも明太子を乗せてチーズのコクとまろやかさにピリッと一味加えました。

大正屋Boulangerie
TEL 048-972-6974
越谷市増林5892-1 / 8:00~18:00 / 月・火
曜定休、ほか不定休あり

香りと共に楽しむ夜

おとなのおつまみパン

食事もお酒ものんびり楽しんでお腹も満足できる、ちょっと贅沢なパンをご紹介します。



Beer

バリバリチーズ 270円(大)、150円(小)

先代から続く1番人気の商品。薄く伸ばしたフランスパン生地にオリーブオイルと2種類のチーズを乗せた、バジルの香りとバリバリとした食感を楽しめるパンです。週2日だけ営業する個人営業のお店。LINEで取り置き可能。

こんがりかんだ
https://www.instagram.com/kongarikanda/
桶川市泉2-15-20 / 火・金曜10:00~15:00、17:00~18:30(売り切れ次第閉店) / 月・水・木・土・日曜定休

バリバリ食感が楽しい！
チーズとバジルの香りがビールにぴったり



Wine

甘酒ベグル 194円

新潟県魚沼産の酒粕とこめ油を使用した、天然のビタミンEがたっぷりの体に優しいベグルです。酒粕が醸し出す優しい甘みと、もちもちの歯ごたえでお腹も満足！そのまま食べても、クリームチーズなどを挟んでも◎。

ベーカリー ラ・ポール
TEL 048-796-0282 / さいたま市見沼区大和田町1-463-1 / 木・金曜9:00~18:00、土・日・祝9:00~18:00、月曜6:00~17:00(豆乳甘食のみ販売) / 火・水曜定休



Sake

**日本酒でゆっくり味わいたい
自然の甘味とうま味のベグル**

SHOP information

地元をもっと楽しく
いま行きたいとおきのお店をご紹介します

掲載情報は変更になる場合がございます。ご利用の際は最新の情報をご確認ください。

お茶・お菓子



おづつみ園

TEL 048-763-2222

西口店/春日部駅西口5分
東口店/春日部駅東口1分

■西口ふじ通り店
春日部市中央2-17-3 / 9:30~19:00
■東口本店 TEL 048-752-6610
春日部市柏壁2-1-1 / 9:00~19:00

べにふうき緑茶で早めの花粉症対策！ 抹茶ラテ風♪アレンジもおすすめです

おづつみ園の『花粉に負けるな!!』は、鹿児島県産「べにふうき緑茶」を、吸収しやすい微粉末にした持ち歩きに便利な1回分パックです♪ホットミルクで抹茶ラテ風もオススメ！美味しく簡単に、「緑茶カテキン」で毎日の健康生活をどうぞ！
12杯分 648円 / お徳用50杯分 2,160円

1月のお得なイベント

◇1/3(金)…更に10%増量！
『超！お徳用せん茶の日』
◇1/10(金)…ポイントアップ
『ふじちゃん5倍の日』
◇1/24(金)…毎月第4金曜日
『お茶・のり20%off』特売日
お得なイベントをご利用下さい。

イタリアン



冬の味覚を使った前菜で新しい一年を 前菜だけでも満足させるイタリアン♪

国産牛や旬の鮮魚をお得な価格で味わえる当店。前菜盛り合わせは老若男女に人気の一品。おすすめは、盛り合わせも堪能できる「ランチコース『エレナ』2,079円(税込)」。7種の前菜盛り合わせプレート・月替りパスタ or ピッツァ・スープ・ドリンク・デザートプレートまで堪能できる満足コースを是非！

イタリアンダイニング Kan's cafe

TEL 048-878-9320

武里駅から徒歩7分

春日部市大場1360-1
11:00~15:30 (LO. 15:00)
18:00~21:45 (LO. 21:00)
年中無休
店舗裏に専用駐車場有

特典 ご注文時切抜きor撮影画面提示

イタリアンジェラート 人数分サービス

ランチ・ディナーでお食事のお客様、
人数分サービス！
※他特典併用不可
2025年01月31日まで有効

サンドイッチ専門店



サンドイッチ&カフェ Bon Bon Terrasse(ボンボンテラス)

TEL 048-973-7344

せんげん台駅よりバス
平方三区バス停徒歩1分

越谷市平方987-1
10:00~16:00 / 土日祝定休
駐車場15台完備
「ボンボンテラス」で検索！
※イトインもできます。

高級食パンで作るサンドイッチ専門店 約40種！期間限定「いちご」サンドも

店内で毎日焼き上げる、生クリームと蜂蜜を練り込んだ、オリジナル高級食パン使用。パティシエ監修のスイーツ系から自家製惣菜を使ったサンドまで種類豊富！旬の食材を使用した期間限定メニューも◎。苺大福(560円)※上記写真・いちごミルフィーユ(585円)等、「いちご」のサンドが大人気！

特典 ご来店時切り抜き持参で

800円以上ご購入で お会計より【10%オフ】

※割引対象は「サンドイッチ・ドリンク」です。
※他クーポン併用不可。
2025年02月28日まで有効

カフェ



米粉パンの販売始めました♪手作りのお惣菜やスイーツが人気のカフェ！

テイクアウトもできる手作り惣菜のほか、ランチ、スイーツ、ドリンク等イートインメニューも充実のカフェ。小麦アレルギーの方や小麦を控えている方にも召し上がっていただけるよう、米粉パンの販売を始めました。お米パン264円、米粉マフィン286円、米粉ミルクパン345円〜、冷凍販売もしています♪

カフェnoix(ノア)

Tel.048-911-4355

イオンスタイル
せんげん台近く

越谷市千間台西5-3-2
アメックスグリム1F
10:00~17:00
日曜、祝日定休 ※土曜日不定休
※キッズスペースあり
※駐車場あり



特典 ご注文時アリフト見たで

人数分の米粉マフィンをプレゼント！

※他クーポンとの併用不可
※お一人様お1つずつのプレゼントです
2025年01月31日まで有効

ベビーカステラ専門店



ふわっと柔らかくベビーカステラ専門店カラダ温まるホットドリンクもあり！

当店独自のやわらか製法で、冷めても美味しいベビーカステラ♪ふんわり食感と優しい甘みが特徴です。プレーンとチョコチップの2種類のフレーバーが楽しめるMIX(500円)も新登場！おやつに最適な一品♪この冬のおすすめ！ウィンナーコーヒー(350円)は、生クリームとコーヒーの深いコクが楽しめます。

ぴっぴのまる せんげん台店

Tel.080-4402-1416

イオンスタイル
せんげん台近く

越谷市千間台西5-3-26
11:00~18:00/水・木定休
※ミニイトインスペースあり
※UberEATS・出前館からのご注文も承ります。最新情報をインスタで配信中！詳しくはQRを読み込みください。



特典 お会計時切抜き持参で

ベビーカステラをご購入で、プレーン10個入プレゼント

※切抜1枚で10個入を1袋プレゼント。
※アリフト見た又は撮影画面提示可。

2025年01月31日まで有効

鰻専門店



ニホンウナギふっくら鰻重1,600円〜最寄り「鰻の成瀬」は東岩槻駅前です

「おいしい鰻を腹いっぱい！」その時々で最もおいしい鰻をお届けするために産地を厳選。養鰻場から直接仕入れることでリーズナブルな価格を実現しました！こだわり抜いた焼きたてのニホンウナギをご堪能ください。「若さのビタミン」と呼ばれるビタミンEも豊富に含まれ、肌トラブルや冷え性解消にも◎

鰻の成瀬 岩槻店

Tel.050-5487-1534

東岩槻駅の北口より
徒歩3分

岩槻区東岩槻1-9-14
オーユーパレス東岩槻1F
昼/11:00~14:00 (L.0.13:45)
夜/17:00~20:00 (L.0.19:45)
年中無休 (お休みはInstagram
上記QRでお知らせしています)



特典 ご注文時切抜きお渡しで

テイクアウトも利用OK！100円引き or ご飯大盛無料

※他の割引併用不要
※「アリフトを見た」とお伝えいただくここちらをご持参ください
2025年02月13日まで有効

とんかつ



とんQ冬の名物！毎年人気のメニュー「ぶりカツ」が1月15日からスタート

農林水産大臣賞を受賞した「やまと豚」のとんかつを中心に、お膳の五品(とんかつ・キャベツ・ご飯・味噌汁・お新香)にこだわるとんかつ専門店。1/15(水)からは人気の「ぶりカツ」がスタート！脂がたっぷりのった新鮮なぶりを使用し、サクとした衣で包みました！この時期お勧めの一品です♪

とんかつとんQ 春日部店

Tel.048-731-7670

武里駅から車で10分

春日部市備後東3-17-15
11:00~15:00 (L014:30)
17:00~21:00 (L020:00)
土日祝/11:00~21:00 (L020:00)
1月の店休日:7(火)、16(木)、21(火)



特典 ご注文時切抜きお渡しで

ソフトシェルシュリンプ1組様一皿サービス

※他券等併用不可
※2025/1/19は使用不可

2025年02月15日まで有効

蕎麦・居酒屋



新年のスタートは蕎麦と日本酒で乾杯の蕎麦・おつまみも◎な蕎麦居酒屋

国産そば粉を使用した蕎麦は、蕎麦打ち20年以上の店主が店内で製麺している風味も豊かなこだわりの逸品。新鮮な魚介はじめ、旬の食材を使った料理も多数。この時期は各種鍋料理も是非。また、全国から取り揃えた日本酒や焼酎等、お酒メニューも豊富。お得なランチは700円〜。昼&夜も是非ご来店を。

蕎麦居酒屋花むら

Tel.048-971-2829

「せんげん台駅」
西口より徒歩5分

越谷市千間台西1-6-9
千間台グリーンマンション1F
昼:11:30~14:00(日祝は屋定休)
夜:17:00~24:00
火曜日定休



特典 ご注文時切抜き持参で

生ビールもOK！【ドリンク1杯】無料！

※終日利用可※ソフトドリンクも可
※1枚で人数分適用※アルコール類
660円以下迄※他特典併用不可
2025年02月28日まで有効

読者プレゼント Special Readers Present

最高級 A5ランク 仙台牛
霜降り・
赤身薄切り
食べ比べセット

各400g(計800g)×5名様

肉のいとう
https://www.oniku1129.com/
最高級 A5ランク 仙台牛の霜降りと赤身の食べ比べセット。すき焼きにしてもしゃぶしゃぶにしても絶品。口の中で淡雪の様に溶ける様な食感をご堪能下さい。



自然がつくる豊かな美味しさ
アカシア生はちみつと
蜂蜜酒(ミード)のセット

1セット×2名様

提供/EIGHT CROWNS JAPAN

https://eightcrowns.co.jp/

透明度が高く、サラリとした生はちみつとアカシアとちみつと水と酵母だけで醸造した蜂蜜酒(ミード)をセットで。8,570円相当。※お酒のため、20歳未満の方のご応募はご遠慮願います。



下記アドレスまたはQRコードからLINEのお友だち登録後、ご応募ください。
https://x.gd/hg9mg

応募締切 2025年1月31日(金)迄

※賞品当選者のお知らせは発送をもって代えさせていただきます ※個人情報取り扱いについて同意の上、ご応募ください ※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です 問:(株)中広メディアソリューションズ ARIFT1月号プレゼント係 022-792-8101(平日10時~17時)



1月号から応募方法が変わります！まずは、スマホのアプリLINEでお友だち登録をお願いします。登録後、次回からの登録は不要です。LINE内のメニューから「読者プレゼント」のボタンをクリックしご応募お待ちしております！

もちもち ふんわり 驚きの食感 石焼き鍋仕上げ

石焼き鍋でゆっくり熱を伝える生麺パスタに魚介の味わい深いソースが絡む!!

あなたはもう 味わいましたか?

全38席
お一人からグループまで!

ARIFT読者限定
このアリフト持参ください

グループ
人数分
ご提供

アヒージョ
プレゼント
(1,078円相当)

ーお替り自由のバケツ付きー

有効期限:2025年1月31日(金)
※お会計税込3,000円以上、
お一人様一品以上オーダーの方



石焼き生パスタ専門
魔法のパスタ
春日部店

春日部市八丁目974-1

☎048-884-8080

平日 11:00~15:00

17:30~22:00

土日祝 11:00~22:00

12/31(火)~1/3(金)休業

年中無休

魔法のパスタ

日光街道 生鮮市場TOP 湯島の里

TUTAYA 16 快活CLUB 旧倉松公園

お客様のおいしい♪のお声

- 食べたことがないくらいモチモチで石焼き鍋で最後まで熱々でした!
- 全部にドリンクバーが付いているのでゆっくり過ごせます。コーヒーはドリップでした!
- ソースが美味しい!石焼き鍋で熱いままなのでバケツを付けて最後まで美味しく頂きました!

全メニュー
ドリンクバー
付き

- サーモンクリームパスタ 1,440円(税込1,584円)
- イカ明太クリームパスタ 1,580円(税込1,738円)
- ガーリックシュリンプ 1,440円(税込1,584円)

他約35種類以上のラインナップ!

飲食店

新しい
お店情報を
キャッチ

NEW OPEN

Information



熟成肉を使用した『焼きたてのカルビ丼』と、厳選した牛肉の旨みの特徴の『ユッケジャンスープ』の専門店。美味しい食事をリーズナブルな価格で気軽に楽しめる人気店が春日部に初出店。

TEL 048-797-8625
東武野田線八木崎駅よりバス停「地方庁舎前」・「谷原2丁目」から3分
春日部市谷原3-16-4
11:00~23:00(LO22:45)
12月31日・1月1日は休業

11/14 OPEN

焼きたてのかるび 春日部谷原店



企画・編集:ARIFT編集部

飲食店



人々の健康をお口環境から食まで支えたいという想いで作られた、今井歯科とタニタカフェのコラボ店舗。管理栄養士が常駐し、戸隠そばを使ったメニューやラップサンドを楽しめます。

TEL 070-5019-4078
つくばエクスプレス八潮駅より徒歩1分
八潮市大瀬6-5-1 TXアベニュー八潮109区画/11:00~18:00(LO16:30)※変更の可能性有※月~木のみ、テイクアウト受取20:00迄(売り切れ次第終了)/日祝定休

12/11 OPEN

よつばcafe×タニタカフェ



焼肉 ブリッヂ

あなたとお肉の架け橋

春日部店

平日 11:00-15:00 (LO 14:30)
17:00-23:00 (LO 22:30)
土日祝 11:00-23:00 (LO 22:30)

LINE公式 Googleマップ

謹賀新年

明けまして
おめでとーございませう。
本年も当店をこ愛顧のほど
よろしくお願ひ致します

お年玉クーポン

和牛カルビランチ

通常価格 1738円

999円券

◆有効期限2025年2月末まで
◆平日ランチのみの使用◆クーポン1枚につき1人前利用可
◆本券以外の他の割引券、LINEとの併用はできません

石焼ビビンバランチ

通常価格 1188円

500円券

◆有効期限2025年2月末まで
◆平日ランチのみの使用◆クーポン1枚につき1人前利用可
◆本券以外の他の割引券、LINEとの併用はできません

平日夜の部

お食事1,000円引

◆有効期限2025年2月末まで
◆平日ディナーのみの使用可
◆お食事5,000円以上でご利用可
◆本券以外の他の割引券、LINEとの併用はできません

土日祝

お食事2,000円引

◆有効期限2025年2月末まで
◆土日祝ランチ・ディナーのみの使用可
◆お食事10,000円以上でご利用可
◆本券以外の他の割引券、LINEとの併用はできません

彩食健美 recipe

saishokukenbi

おいしく作って心と体をととのえる

企画・編集:ARIFT編集部

01. 旨みが凝縮！塩麹ゆで豚

麹の働きでしっとり柔らか
 シンプルで美味しいゆで豚

材料(2人前)

豚肩ロース肉の塊 200~230g
 塩麹 お肉の重さの9%
 生姜麹 お肉の重さの9%
 すりおろしニンニク 大さじ1/3~1/2

作り方

- ① 豚肩ロース肉の塊に塩麹・生姜麹・すりおろしニンニクをすり込む。
- ② ラップでピッタリと包み、2時間冷蔵庫に入れる。
- ③ ラップに包んだお肉をジップロックに入れ、お鍋に張った65~75°Cのお湯で1時間湯煎する。
- ④ 1時間後、そのまま粗熱をとり、切り分けてお皿に盛り付ける。

※生姜麹が無い場合はすりおろし生姜で代用可能。その場合は塩麹をお肉の10%にする。

theme

筋力アップレシピ

02. 海老と半熟卵の彩り野菜サラダ

見た目も楽しい
 栄養満点の野菜サラダ

材料(2人前)

エビ 150g(サラダ用でも可)
 ブロッコリー 100g
 赤ピーマン 20g
 黄ピーマン 20g
 オレンジピーマン 20g
 ミニトマト 20g
 半熟卵 1個(温泉卵でも可)

作り方

- ① ブロッコリーをレンジで加熱(600wで2~3分)したあと、粗熱をとる。
- ② エビは殻と腸を取った後、沸騰した湯で1~3分間茹で、ザルにあげ粗熱をとる。
- ③ 赤ピーマン、黄ピーマン、オレンジピーマンを千切りにし、ミニトマトを1/4にカットする。
- ④ Aの調味料を混ぜる。
- ⑤ ①と②と③をボールに入れ軽く混ぜた後に、④のドレッシングを入れてしっかりと混ぜ、お皿に盛り付ける。

オリブオイル 大さじ3~4
 バルサミコ酢 大さじ2
 塩 小さじ1/2
 黒胡椒 少々
 パルメザンチーズ 大さじ4~5

筋力アップのポイントは良質なたんぱく質

豚肉は豊富にビタミンB1が含まれており、必須アミノ酸のバランスも優秀なたんぱく質。また海老に含まれているタウリンは、筋肉を動かすことで溜まる疲労を回復してくれます。

レシピ監修 井田 浩美さん
 ジムトレーナー時代に栄養学に興味を持ち、栄養士の資格を取得。その後、運動とスポーツ栄養学を軸とし、健康寿命の延伸のために栄養サポートなどで活動をしている。
 栄養士歴23年

オーダーメイドインソール制作



一生歩ける足づくり！靴のオーダーメイド矯正インソールで叶えませんか？

外反母趾・扁平足等の原因は、足の土踏まずの歪みが原因かも…。土踏まずの歪みを改善し、長年悩んでいた足の不調を解決へ導きます。歪み改善には「オーダーメイド矯正インソール(靴の中敷き)」88,000円を是非。詳細は右上QRよりYouTubeでご紹介。使ってみて！履いてみてわかった！という声多数。

流カイロプラクティック院

Tel.048-971-5656

越谷駅東口より徒歩5分



越谷市越ヶ谷1-16-12 文之堂ビル1F
平日10:00~12:00、15:00~20:00
土日祝10:00~18:00
水曜休・他不定休/完全予約制
※ご予約はお電話にてお願いします
※クレジットカード使用可能

足と靴の無料相談会(45分)実施中！

- ・足の指がねじれている
- ・歩く時にふらつく…等、足や靴についてのお悩みを個別に無料でお伺いいたします。インソールのサンプル試着可能。☆ご予約はお電話にて受付中☆

Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マスを埋めましょう。
A~Cの合計は？

ルール

- ◆9×9のマスの、1から9までの数字を入れていきます。
- ◆タテ列・ヨコ列・3×3ブロックの中では、それぞれ同じ数字を使ってはいけません。

$21 = 1 + 2 + 3 + 4 + 5 + 6 + 7 + 8 + 9$ ※

問題提供:
変わり種ナンプレで遊ぼう
<https://danboko2.xsrv.jp/>

9			6			8		
3					4			A
7				1				
	5			3			4	
	4			7			3	
	1	B		4			5	
				6				1
			3					2
	8		C		2			6

家族みんなの美容院 美容室 ハッピー

受付時間 カット/9:00~18:30 パーマ・カラー/9:00~17:30 **2月12日は店休日**

本券を忘れずにご持参ください

藤塚店
春日部市藤塚 1139-1
年中無休
☎048-796-0988

春日部店
春日部市中央6-1-21
ブランドール中央1F
当店の間火曜日定休
☎048-884-9981

カット&ブロー (毛流し込)
通常 ¥2,200 **¥1,980** (税込)

お子様カット (毛流し・ブロー込)
※小学生まで
通常 ¥1,760 **¥1,100** (税込)

ハーブカラー (ブロー込)
通常 ¥3,850 根元2cm未満 通常 ¥4,950 根元2cm以上
¥2,750 (税込) **¥3,850~** (税込)

カット&ハーブカラー (ブロー込)
通常 ¥5,500 根元2cm未満 通常 ¥6,380 根元2cm以上
¥4,400 (税込) **¥4,950~** (税込)

美容室ハッピー 藤塚店/春日部店 有効期限 令和7年2月6日迄

安さの理由!

限定品 超破格値 | ちょいキズ品 処分価格 | 有名メーカ 秘特価 | 見切り品 激安価格 | 廃盤品

Off Price Store MAX90%OFF **新春セール開催中!**

全て新品なのに お値段異常!!

サータ シングルベッド2台セット (マットレス付)
200,000円
1台 幅986/長さ2001/高さ850(495)mm

2.5人掛けソファ 29,990円
幅1580/奥行610/高さ640(370)mm
肌触りの良いレザーファブリックの生地

食卓4点セット 30,990円
幅1200/奥行750/高さ700mm
飽きの来ないデザイン

家具 Off Price Store **BIG WOOD** 春日部店
TEL.048-795-7551
春日部市草原3丁目14-5
営業時間10:00~19:00、毎週火曜定休

ARIFT読者限定クーポン
30,000円以上のお買上で
ボックスティッシュ 5箱プレゼント!

ARIFT読者限定クーポン
3,000円以上のお買上で
ジュートエコバッグ 1個プレゼント!

※商品お持ち帰りの方限定 ※数量限定 ※クーポン券のコピー不可 ※ビッグウッド春日部店のみ有効

春日部市・越谷市にお住まいの皆様へ!

瓦

あなたの街の
お家の専門家

小泉工業 屋根 🔍 検索

ただいま 無料診断 実施中!

地域密着 × 信頼の実績! 冬場は塗装の最適時期!

まずはお問い合わせください。相談のみでも問題ございません!

1. 完全自社施工だから金額が安い!

2. 施工後も安心の10年保証付き
施工中、細かく写真を撮り、施工後アルバムに入れてお渡します

3. しつこい営業はいたしません
点検、見積もり後、ご予算が合わなければ断ってください!

施工メニュー

- 棟積み直し工事 (約11m) **20万円**
- 葺き替え工事 (約110m) **90万円**

- 貫板交換・ビス打ち替え工事 (約33m) **15万円**
- 漆喰工事 (約55m) **35万円**

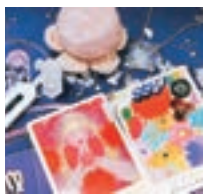
埼玉県で**5,000棟以上**の実績
春日部・越谷周辺に路上看板多数設置

屋根のことがなら **株式会社小泉工業**
【本社】春日部市藤塚1172-2
☎0120-301-235

NACK5にてCM放送中!

リーディング

ふたりを繋ぐ カードからのメッセージ



【女性限定】開運、引き寄せ、才能開花、浄化、カードからヒントをお伝えします。タロット・オラクルカード30分：2500円 鑑定カバヤ。バリアの方法お知らせします。

花 オラクル 豊利樹季庵

TEL.070-6945-1878

北越谷駅より徒歩圏内



越谷市内／電話診断です／留守電です。24時間以内に折り返します。お名前をお伝えください／電話料金は無料

漢字クイズ

テーマ | 生き物

なんと読むでしょう？

“海栗”

[ヒント]

栗のいがのような、とげとげとした海の生き物

ニハ 樹王

かしこく 省エネ 給湯器・トイレ 特別価格!! お問合せだけでも大歓迎です

給湯器 ガス機器の交換時期は10年～12年です。

限定5台

Rinnai ふろ給湯器 20号 オートタイプ
【本体】RUF-205SAW + 【リモコン】MBC-240V

標準工事費・処分費込 **税込 120,000円**

トイレ 節水 節電 年間使用水量が約14,200円おトクに!!

限定5セット

TOTO ピュアレストQR(基本仕様)
【タンク】SH233BA 【便器】CS232B 【便座】TCF2223E

トイレ内装のリフォームも一緒に! 天井・壁クロス、床クッションフロア張り替え +55,000円(税込)にて承ります。

標準工事費・処分費込 **税込 120,000円**

昭和60年設立「お客様に支持・信頼いただける企業」

イハシライフ株式会社

048-969-1166 9:00～17:00

越谷市越ヶ谷1-6-5 ※年末年始休みあり

ガス器具・リフォーム・太陽光発電システム・家電製品

広告内特別価格有効期限 2025年1月31日迄

実績多数 **安心して任せられる 信頼されたガス機器専門店**

ガス機器専門店 NORITZ | Rinnai | Paloma | 正規販売店 お見積り無料

ガス給湯器 15台限定 施工保証10年

NORITZ (ノーリツ) 20号 オートタイプ

本体 GT-2070SAW BL
リモコン RC-B001マルチセット

本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン

本体価格406,450円 / リモコン 28,930円 計435,380円

すべてコミコミ工事費込 **税込 129,800円** 安心保証付

業界最速クラス 最短当日設置!

ビルトインコンロ・レンジフードなどの**住宅設備全般** 取り扱いしております。

千葉県・茨城県・埼玉県・東京都対応

アドテックサービス株式会社

【本社】埼玉県さいたま市中央区新中里3-17-4

特典 (アリフト見たとお伝え下さい)

ご成約で**1,000円クオ・カード!** ※有効期限: 2025年3月末日

0120-985-775 年中無休 9:00～18:00受付 広告番号 MI-2501-228

地域に特化したサービス 自社一貫施工 **お見積りは無料**です!

住まいのお悩みを解決!

HPはこちら

給湯器 109,800円～

代表 鈴木

大工として40年以上のキャリアがある私を筆頭に、経験と知識が豊富なスタッフが責任を持って施工いたします。

住宅設備の設置・交換工事

レンジフード.....59,800円～
トイレ.....59,800円～
ガスコンロ.....69,800円～
システムキッチン.....598,000円～
ユニットバス.....698,000円～
その他、お問合せください!

お気軽にお問合せを♪ **0120-002-949**

Pure サービス 株式会社Pureサービス
正直屋春日部店 春日部市西八木崎2-5-2

販売 整備 車検 钣金 買取

ARIFT読者限定

\このARIFTをお持ちいただいた方/\

オイル交換 キャンペーン実施中

新規のお客様 大歓迎!!

通常1L 1760円が **事前の予約** で **1L 100円** (税込) **工賃無料**

※2回目以降のご利用は前回交換から5,000km以上走行、かつ半年以上経過した方限定
※事業用(黒ナンバー・緑ナンバー)、トラックは対象外。
※同業者、一部の外国車はお引き受けできない場合がございます。
※違法改造車にお乗りの方はご遠慮願います。
※ご来店時、切替をご持参ください。

公式LINE登録時「アリフトを見た」と送信で **お得なクーポンプレゼント!**

1月限定 **クーポン**

コーティング加工 **30%OFF**

LINE QRコード

独自の保障サービス付きで安心 **厳選されたお買い得車を展示販売中!**

2021年 スズキ ソリオバンディット (メロウディープレットパールII)
●走行距離: 2.4万km
●車検有無: 車検整備付
●修復歴 なし
●水害車輛 **支払総額 136.5万円**

2023年 スズキ ハスラー (ブルーイッシュブラックパール3)
●走行距離: 8km
●車検有無: 2026年10月
●修復歴 なし **支払総額 198万円**

その他、掲載車種以外の厳選車情報はこちら▼
カーセンサー グーネット

だから選ばれる! カーテnderの魅力 YouTubeで配信中!

「車のことならカーテnder」をモットーに、お客様へ笑顔と新たなカーライフをご提供します

USED CAR PRO SHOP カーテnder CARTENDER 埼玉

048-876-9844 春日部市増富110 営業/10:00～18:00 定休日/月曜日・祭日

看板が目印!

豊春駅 16 豊春駅入口 かつらぎの上州屋 ゆず庵 とんでん **カーテnder 埼玉**

せんげん台駅徒歩3分
19:30まで診療

お口のケアで健康の第一歩をスタート

一人ひとりの患者様に
寄り添うオーダーメイド治療を



無料 インプラント相談会
矯正相談会
※予約制です。
お気軽にお電話ください。

負担の少ない 安心安全インプラント治療

当院ではインプラント治療を行っております。患者様のご要望をお聞きし、精密な診断を行い、最適なプランをご提案いたします。インプラント治療をしたが調子が悪い患者様の診察もいたします。
(自由診療:350,000円~)



●ホワイトニングも対応しています(自由診療 19,800円)

入れ歯が痛い、外れる、噛めない… 柔らかい入れ歯 コンフォート加工

コンフォート加工とは、粘膜にあたる部分にやわらかさが持続するシリコンを使用した入れ歯の加工技術です。歯ぐきにかかる圧力を軽減し、噛んだときの痛みが分散されるよう工夫されています。また、噛む力が大幅に向上することで食べることができる食料が増えました。



当院では、お子様のむし歯予防に力を入れ、歯ブラシ選びや仕上げ磨きなど様々な相談も受け付けています。大人の方にはむし歯・歯周病検診も行っています。患者様とのコミュニケーションを大切に、希望に合った治療方法、予防方法をご提案いたします。お口のお悩みはお気軽にご相談いただけます。(院長 本間)

急患随時受付中 ※来院前にお電話ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
10:00~13:00	○	○	—	○	○	○	—
14:30~19:30	○	○	—	○	○	○	—

休診日:水曜、日曜、祝・祭日



一般歯科 | 小児歯科 | 矯正歯科 | 口腔外科

せんげん台ほんま歯科医院
SENGENDAI HONMA DENTAL CLINIC

TEL.048-976-6781

越谷市千間台東
1-4-9
◇駐車場完備

せんげん台 ほんま歯科

WEB
予約対応可!
詳しくは
こちらから



ARIFT

地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ!
Instagram/LINE/WEBサイト

OPEN!

じもと、
もっと、
楽しく。

※画面は一部開発中となります。※仕様は予告なく変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

Instagram

地元のグルメ・おでかけ・新店情報などを発信。ARIFT誌面の情報やNEW OPEN、旬のTOPICSが満載!『じもと、もっと、楽しく。』をモットーにメディア会社発の信頼できる情報をお届けします。

いますぐアクセス>



LINE

お友達登録して、毎月変わるプレゼントに応募しよう!そのほかにもご自身の希望する地域のイベント情報や新店の情報をLINEにお届けします。みなさんに教えた街の情報の投稿もお待ちしております。

いますぐ
お友達登録>



アリフトWEB

ARIFT(アリフト)に掲載された情報はもちろん、イベントや新店情報などを随時更新。近所のお店のお得な情報を毎月お届けしています。毎月変わるプレゼントもお楽しみに!

いますぐアクセス>



犬の幼稚園 & トリミングサロン

「幼稚園」と「サロン」を通じて、飼い主様と愛犬の笑顔溢れる環境づくりをサポートします



人工芝
ドッグラン
もあるよ!



トリミングサロンで働きませんか?
トリマー急募

詳しくは
Instagramから



犬の幼稚園 園児募集中

犬が人間社会で安心して暮らしていくために「社会化」は必要不可欠です。警戒心が薄く、順応性のある仔犬のうちに、様々な経験をしておくことが重要です。できるだけ多くの犬や人と触れ合うこと。そして、今後当たり前になる音や物、環境に触れること。これこそが、社会化の下地となります。

この下地づくりは、飼い主様が思い描く「愛犬との暮らし」においてまさに根幹となるものです。「犬の幼稚園」は、この社会化の下地づくりに寄与するサービスです。楽しく遊んで、楽しく学べる環境で、愛犬の「社会性」を育みます。

まずは 1日体験入園してみませんか?

犬は犬との触れ合いから遊び方を知り、社会性を身につけます。最初の一步は、体験入園から。

体験入園のお申込は
コチラ



1日体験入園料 3,300円



どこへ行っても困らない『自慢の愛犬』に

越谷校 048-945-9009

越谷市北越谷4-23-9-1
営業時間 9:00~18:00/火曜定休

DOG School&Salon ー。 検索

第一種動物取扱業 保管:第131号/訓練:第132号/動物取扱業責任者:春木亜衣/登録:令和5年1月23日/期限:令和10年1月22日



詳しくは
コチラ

新店舗
「北越谷」駅
徒歩1分



BROOKS

ブルックスを初めてご利用の方は **送料無料!** ・1家族様1回限り
・1,980円以上のご注文で

広告コード **86370**

おいしいコーヒーが
特別価格で!

購入者 満足度アンケート

「また飲みたい」
97.6%
*
いろいろな
コーヒーを飲める
ブルックスは魅力的♪
(40代女性)

「また飲みたい」
97.6%
*
いろいろな
コーヒーを飲める
ブルックスは魅力的♪
(40代女性)

「また飲みたい」
97.6%
*
いろいろな
コーヒーを飲める
ブルックスは魅力的♪
(40代女性)

**10gコーヒー
お試しセット**

1家族様1セット1回限り※1

商品コード
28-1624

通常価格※1
3,810円

**48%
OFF!!**

1,980円 税込

**10
銘柄**

合計
**50
袋**

モカブレンド/マイルドブレンド 各15袋
モカ/ヨーロッパブレンド/ロイヤルブレンド/グアテマラ/
ブラジル/癒しのバリ 各3袋
魅惑のインド/楽園のブルマンブレンド 各1袋 **合計50袋**

※1 リピート購入の方は通常価格商品「10gコーヒーお試しセット(商品コード28-1623)」3,810円、「10gコーヒーお試しセット+楽園のブルマンブレンド(商品コード28-1631)」6,390円での販売となります。2024年7月1日以降、既に「10gコーヒーお試しセット」「10gコーヒーお試しセット+楽園のブルマンブレンド」をご購入された方は、1家族様1セット1回限りのため、同商品の2回目のご注文はできません。ご了承ください。
*「10gコーヒーお試しセット」購入者アンケート結果(2024年7月30日時点、733名回答、自社調べ)

10gコーヒーお試しセットに **1,000円**
プラスで **ブルマンブレンド15袋**
(2,580円)が付いてお得!

10gコーヒー
お試しセット +
楽園の
ブルマンブレンド
15袋
合計 **65
袋**
商品コード
28-1630

1家族様1セット1回限り※1
2,980円 税込



保管に便利な
ボックス
入り!
(紙製)

(イメージ)

ご注文は
こちらから!

通話料無料
0120-349-100

広告
コード **86370**

受付時間 9:00AM~6:00PM 月~土(祝日を除く)

お支払い
①後払いゆうちょ銀行・郵便局 または
コンビニエンスストアから。払込手数料は
お客様ご負担となります。(66円~220円)
②商品到着後、同梱の払込取扱票に記載の
期限までにお支払いください。

②代金引換(手数料330円はお客様ご負担をお願いします)
下記の場合は代金引換となります。
●初回ご注文で6,000円以上お買上げの方。
●2回目以降で当社ご利用限度額以上お買上げの方。
お支払い方法は他にもあります。詳しくは当社カタログ・WEBサイトでご確認ください。

お届け **通常ご注文受付後4日
(日祝除く)前後で発送**

●返品:商品に不備等がございましたら、商品到着後8日以内にご連絡ください。ただし、お客様のご都合による返品はお受けできません。【連絡先】カスタマーセンター[045-902-0990] ●個人情報(お名前・ご住所・電話番号等)は商品のお届け・ご案内・アンケート・ご連絡等当社及びグループ会社の業務のみに利用いたします。詳しくは当社WEBサイトをご覧ください。●商品の価格・仕様及び各種サービスにつきましては、予告なく変更または中止する場合があります。あらかじめご了承ください。●ブルックスでは、不測の事態(天災地変・テロ・感染症等)が発生した場合、やむを得ず事前の予告なしに事業の一時的な自粛を行う場合があります。

送料 **通常送料590円**
(注文合計7,000円以上で送料無料)

簡単
WEBで

ブルックスのおためし 検索

www.brooks.co.jp

WEBならカード払いOK!



3月末
まで
WEBからのご注文で
[左の二次元
コード] **もれなくもらえる!**

コーヒー3袋プレゼント!

←左の二次元コードから
1,980円以上の
ご注文でプレゼント! (モカ/グアテマラ/コロンビア 各1袋)

(株)ブルックス
〒225-8739
横浜市青葉区美しが丘4-54-6

公益社団法人日本通信販売協会会員
広告有効期限/2025年3月末日

博豊会 東京脊椎病院

知って得する **脊椎脊髄**のお話

コラム⑭ 骨粗鬆症

みなさんこんにちは。今回は骨粗鬆症に合併することで知られる、(骨粗鬆性椎体骨折)についてお話しします。

受傷原因は転倒などの外傷や、いつ発生したのか不明の場合もあります。好発部位は腰のやや上部の胸腰椎移行部と呼ばれる部分です。国内では骨粗鬆症性椎体骨折は60歳代で約10%、70歳代になると30から40%の方に発症しています。治療の基本は、発症早期の2~4週間の安静とコルセット着用です。これによって、70%の方は治るといわれています。統計では、新鮮な椎体圧迫骨折の30%は徐々に圧潰が進行し、13%は骨折部分が癒合しない、いわゆる偽関節となり、3%は潰れた骨の圧迫による神経症状(麻痺、感覚障害など)を合併するといわれています。

椎体の圧潰の進行は、骨粗鬆症による骨の脆弱性と、新しい骨形成能の低下によって、骨折部分の癒合が完成せず偽関節になり、不安定となるために起こります。このように偽関節や、神経症状を合併した場合には手術治療が必要な場合があります。

適格な画像診断が重要で、CT、MRIが有用です。早期診断、早期治療、適切な治療をして、変形、麻痺を起こさないことが重要です。



理事長 森 俊一

患者さん増のため募集

看護師 | 正職員

あなたの**資格を地元で
活かしませんか?**

看護師(病棟)

病棟での看護業務、入院患者の看護

給与 **355,000~387,000円**

諸手当含む ※経験により加算あり ※昇給:年1回/賞与年2回(業績による)

※加入保険:健康・厚生・雇用・労災 ※その他各種手当あり

勤務時間 日勤/8:30~17:30(休憩60分)

夜勤/16:00~翌9:00(休憩120分)

※夜勤は病棟勤務者のみ

共通 休 日/1か月単位の变形労働時間制に基づく年間**122日**
休 暇/有給休暇・夏季・年末年始休暇・慶弔休暇、
産前産後休暇・介護休暇・子の看護休暇・特別休暇
資格/看護師・准看護師
試用期間/3ヶ月間

看護師(手術室)

手術室での看護業務、手術時の器械出し及び外回り業務

給与 **345,000~377,000円**

諸手当含む ※経験により加算あり ※昇給:年1回/賞与年2回(業績による)

※加入保険:健康・厚生・雇用・労災

勤務時間 日勤/8:30~17:30(休憩60分)

勤務地 博豊会
東京脊椎病院
応募方法 お電話でお問い
合わせください



診療案内 休診日:日曜、祝日

外来	月	火	水	木	金	土
9:00~11:30	●	●	●	●	●	●
14:30~17:00	●	●	●	●	●	●
手術	●	●	●	●	●	-

※お電話にてご予約お受けしております。 **駐車場有り**



TEL:03-5856-7536
東京都足立区一ツ家1-1-1



アクセス

- お車をご利用の場合
首都高速6号三郷線 加平インターより4分
- バスをご利用の場合
・北千住駅より...
都営バス[足立清掃工場、竹ノ塚駅行]
「小右衛門町」下車徒歩7分
・綾瀬駅より...
東武バス[花畑団地行]「一ツ家3丁目」
下車徒歩3分



Weekend Traveller



一度は訪れてみたい憧れの宿をご紹介します。
心を開放させて自由気ままに、あの場所へ週末旅。

趣き深い空間で
時を忘れてすごす
大人のかくれ宿



春が、一足早く訪れる南房総にあり、海と夕日を一望できる割烹旅館清都。宮大工の伝統技法がひかる館内は木のぬくもりが感じられます。旅の醍醐味である料理は千産干消にこだわり、南房総の恵まれた旬の山海の幸を毎朝近郊の市場から直送、自慢の懐石料理をお部屋でゆっくりといただけます。すべて趣が異なる客室は露天・半露天の温泉付きで、名物の大浴場はイスラエルの死海湖から取り寄せた死海塩風呂で美肌効果も期待できると人気。全8室だからこそ心ほぐれるおもてなしで、非日常のゆったりとしたひとときを堪能できます。

千葉県南房総市 | 割烹旅館 清都

Tel.0470-30-5030
◇千葉県南房総市白浜町滝口6241
◇JR内房線館山駅から車で20分
◇1泊2食付き25,000円～(2名1室利用時1名様料金)



緑濃く茂る植物と南国ムードに浸る



大温室の緑深い樹々や四季折々の花々、南国フルーツの鑑賞で南国ムード満喫! アロハZOOで動物と触れ合ったあとはハワイアンカフェで本格ローカルフードを。土日祝はフラダンスショーも楽しめます。

アロハガーデンたてやま Tel.0470-28-1511 ◇千葉県館山市藤原1497
◇JR館山駅からバスフラワー号で約30分 ◇9:30~17:00 (12/1~1/31の平日16:30まで) ◇年中無休 ◇https://www.aloha-garden-t.com/

たちより



- 1.木のぬくもりと暖かな灯りが迎え入れてくれる心づくしの宿。
- 2.地元の新鮮な山海の幸と旬の素材で四季折々を巧みに表現する懐石料理。
- 3.ゆったりした和室はオーシャンビューと露天・半露天風呂が楽しめる上質空間。



企画・編集: ARIFT編集部



安心の東証上場
[証券コード: 2485]

年間葬儀実績 **24,000件以上**

※2023年10月~2024年9月ティアグループ実績(24,545件:FC店舗含む)

累計会員数約 **50万人**

※2024年12月現在の「ティアの会」累計会員数です。

全国 **207店舗以上**

※2025年オープン予定、ティアグループ店舗を含む。



もしもの準備できていますか? 葬儀の不安を解消!

お葬式セミナー

1/14(火) 会場 ティア春日部緑町
時間 11:00~12:00

参加特典 ティッシュ(3箱) & エンディングノート



テーマ いざという時に事前に知っておきたい後悔しない葬儀をするための準備について

- 内容
- 1 事前に準備しておくこと
 - 2 ティア会館での葬儀費用
 - 3 埼玉斎場での葬儀費用

予約制 ご予約は前日13時までにフリーダイヤルへ



家族葬はティアへ

家族葬ホールでの家族葬(1日葬)が税込 **26.5万円~**

プランについて詳しくはお問い合わせください



家族葬ホール
ティア春日部緑町
春日部市緑町二丁目1番21号



公営斎場での葬儀もティアへ
埼玉斎場



充実のサービスと
明朗価格で
お客様満足度
92.1%
※2019年10月~
2020年9月
当社調べ



代表取締役社長
富安 徳久

最期の、ありがとう。

家族葬ホール **TEAR** ティア

見学・事前相談・公営斎場での葬儀承ります。まずはフリーダイヤルへお電話ください!

- 家族葬相談 終活 勉強会予約
生前見積もり 資料請求 お急ぎの方も



0120-549401

24時間 365日受付対応

ゴ ヨー ク ヨー は イチバン


年齢による足の衰え。

いつもの動きが しんどくなってきた。



**転びやすく
なって
不安になる**

**最近
ノロノロ歩きに
なってきた**



**下り階段が
怖い**



**歩幅が
狭くなった**



**何でもない所で
つまずく**



**筋力を
つけた方がいい
と言われた**

あきらめないで **筋力対策に遅いということはありません。**

1 年齢であきらめないで。
筋力対策は何歳からでも
間に合います。

筋肉は年齢とともに減り、体の動きが衰えていきます。何も対策しないと日常生活にも支障が…。でも大丈夫。筋肉は48日で約半分が生まれ変わるため、何歳になっても食事や運動などの対策で増やすことができます。

筋肉が生まれ変わる日数

筋肉の生まれ変わる
スピードは圧倒的!

48日

筋肉

※半分生まれ変わるのに要する日数
【出典】筋タンパク質:Volpi JAMA 2001より算出



再春館製薬所
研究開発員
芹川 慎一郎

2 脚の筋力に働く成分を
ふんだんに配合。
歩く力の維持はもちろん、
向上をサポート!

機能性関与成分である大地の栄養、ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンを12mg配合! 中高年の方の歩く力が、維持にとどまらず、向上することが科学的に証明されました。他にも、希少な高麗人参「長白参」のエキスなど、年齢を重ねた体のための独自原料も配合。



ブラックジンジャー



長白参

3 毎日食べたい、
おいしい紅茶味。
台湾の高級紅茶を
使用しました。

続けていただくことが大切だから、おいしく食べやすいことにこだわりました。たどり着いたのは独自原料の蜜香紅茶。爽やかで上品なおいしさです。デザート感覚で持ち運びにも便利なスティックタイプのゼリーです。



歩みのゼリー

機能性表示食品



6,480円(税込) 内容量600g(20g×30本)
約1ヵ月分 1日に1本を目安にお召し上がりください。

続けている方からの、
うれしいお声も続々!
※個人の感想です。



2~3m歩くのも
つらかったけど、
距離が伸びた。
75歳女性



昨日は坂をすんなり
登れた。4500歩
ほど歩いた。
71歳男性



少しだけ足に力が入るよになっ
た。気持ちも前向きになり、自分
から人に会いに行くことが増えた。
84歳男性

「歩みのゼリー」で、おいしい筋力対策を始めませんか?

初めての方
限定

無料のお試し3本セット

送料無料

弊社が負担
いたします

お申し込み・
お問い合わせは

お申し込みの際 **FG24** とお伝えください。

食べ心地などをお確かめください。

通話料無料



0120-777-444



お申し込み
番号 **FG24**

受付時間:9時~21時(年末年始を除く)
携帯電話からでもご利用可能。番号のおかけ間違いにご注意ください。

ホームページ

歩みのゼリー

検索

スマートフォン

【機能性関与成分】ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボン12mg
本品にはブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンが含まれます。ブラックジンジャー由来ポリメトキシフラボンは、足の曲げ伸ばし等の筋肉に軽い負荷がかかる運動との併用で、年齢とともに低下する脚の筋力に作用することにより、中高年の方の歩行能力の向上に役立つことが報告されています。また、日常生活時のエネルギー代謝において脂肪を消費しやすくする作用により、BMIが高めの方の腹部の脂肪を減らす機能があることが報告されています。

届出番号:1874

・本品は、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。・食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。・本品は、事業者の責任において特定の保健の目的が期待できる旨を表示するものとして、消費者庁長官に届出されたものです。ただし、特定保健用食品と異なり、消費者庁長官による個別審査を受けたものではありません。

【個人情報の取り扱いについて】
●当社は個人情報保護法を遵守いたします。詳細はホームページをご覧ください。

株式会社 再春館製薬所
〒861-2201 熊本県上益城郡益城町寺中1363-1



再春館製薬所



1820001

原寸大



建替えもリフォームも

つまり 超ド⁶⁰いい家

それは、ローコスト住宅とはどうあるべきかを追求した家。

それは、「適正」「最適」について考え抜かれた家。

それは、本当に必要なものだけを必要とした家。

それは、無駄を徹底的にカットした家。

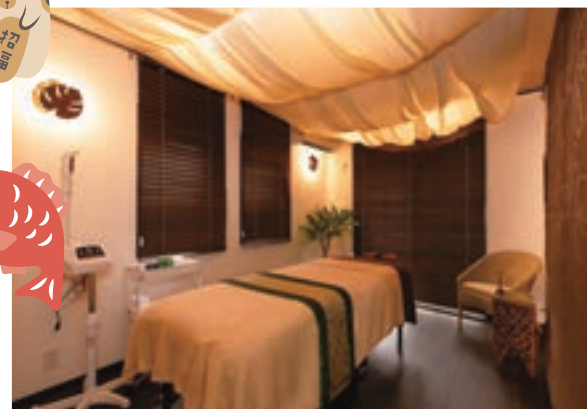
それは、住みはじめてからの余裕を生む家。

それは、安全性だけはやりすぎくらいがちょうどいいと考える家。

それは、本来あるべき姿の家。



※2019年3月期当社グループ戸建分譲住宅販売棟数も、住宅着工統計における戸建分譲住宅着工棟数で除して算出



住宅性能評価
5分野7項目で
最高等級取得を
標準化

長期優良住宅
認定制度に
対応
(2024年8月~)



この誌面が届いた近隣エリアの皆様限定

外壁塗装キャンペーン実施中!

建替え・リフォーム無料相談会も開催中です。

お手持ちの図面をお持ちいただくと、ご相談がスムーズです

▶来店予約 TEL.048-731-7100

先着
20棟
限定

キッズ
コーナーを
ご用意して
おります

建替えのご相談は
こちら



リフォームのご相談は
こちら



はじめギャラリー春日部

営業時間/9:00▶18:00 定休日/毎週水曜日
春日部市大枝449-1 東武伊勢崎線「せんげん台駅」徒歩7分

カーナビ 「大枝449」と入力 Google Map 「はじめギャラリー春日部」と入力

飯田グループホールディングス
一建設株式会社



建設業許可:国土交通大臣許可(特-2)第22015号
宅地建物取引業免許:国土交通大臣(10)第3284号



EVENT × NEWS

今知りたい街のニュースやイベントをご紹介します

EVENT 2.8 SAT

[Makoto Ozone with Tokyo Philharmonic Orchestra]
小曾根真 with 東京フィルハーモニー交響楽団

小曾根真と彼が率いるトリオ、さらに東京フィルハーモニー交響楽団が競演。ガーシュウィン、モーツァルト等、華麗なステージを繰り広げる。



[時] 14:00開演
[料] S席5,000円、A席4,000円、B席3,000円
[会] さいたま市文化センター 大ホール
[問] SaCLaインフォメーションセンター 048-866-4600

NEWS

老舗から地元の人気商品までそろそろ「さいたまスイーツ」を要チェック!

大切な方への手土産や自宅で楽しむおやつに、さいたま市でつくられた「さいたまスイーツ」は、いかが。ここでしか食べられないスイーツが盛りだくさんです。



協力:あるびの村お菓子やさん
コクーンシティさいたま新都心店

詳細は「さいたまスイーツウェブ」サイトよりご確認ください。
<https://saitamasweets.com/>

その他X、Instagram、Facebookも更新中です。Xでは2月頃プレゼントキャンペーン実施予定です。



EVENT 開催中 3.2 SUN

冬の夜を彩る光
「2024サンシティイルミネーション」

商業棟や市民ホールなどを併設する越谷サンシティでイルミネーションを開催中。サンシティ広場を中心に、約4万個のLEDイルミネーションがキラキラと輝きます。



[時] 17:00~22:00
[会] 越谷サンシティ
[問] 048-912-2860

NEWS

税務署からのお知らせ
「書かない×確定申告」

確定申告は、マイナポータル連携を利用した自宅e-Taxがおススメです。詳しくは国税庁Hpをご覧ください。



マイナポータル連携はこちら
確定申告作成コーナーはこちら

[問] 浦和税務署ほか
最寄りの税務署

ARIFT

編集・発行 / (株)中広メディアソリューションズ <https://chuco-ms.co.jp/>
(株)中広メディアソリューションズにおける個人情報の取り扱いについて当社ホームページにてご確認ください。
広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ 045-225-9267 配布に関するお問合せ 045-319-6327

●掲載内容は変更になる場合がございます。予めご了承ください。●ARIFTは再生紙を利用して作られています。●本誌掲載記事の無断転載を禁じます。●QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。●掲載情報は変更になる場合がございます。ご利用の際は最新の情報を確認ください。

Readers Present
読者プレゼント

最高級 A5ランク 仙台牛 霜降り・赤身薄切り 食べ比べセット

各400g(計800g) × 5名様

肉のいとう
<https://www.oniku1129.com/>

最高級 A5ランク 仙台牛の霜降りと赤身の食べ比べセット。すき焼きにしてもしゃぶしゃぶにしても絶品。口の中で淡雪の様に溶ける様な食感をご堪能下さい。



自然がつくる豊かな美味しさ
アカシア生はちみつと蜂蜜酒(ミード)のセット

1セット×2名様

提供/EIGHT CROWNS JAPAN
<https://eightcrowns.co.jp/>

透明度が高く、サラリとした生はちみつとアカシアとはちみつと水と酵母だけで醸造した蜂蜜酒(ミード)をセットで、8,570円相当。※お酒のため、20歳未満の方のご応募はご遠慮願います。



下記アドレスまたはQRコードからLINEのお友だち登録後、ご応募ください。
<https://x.gd/hg9mg> **応募締切 2025年1月31日(金)迄**

1月号から応募方法が変わります!まずは、スマホのアプリLINEでお友だち登録をお願いします。登録後、次回からの登録は不要です。LINE内のメニューから「読者プレゼント」のボタンをクリックしご応募お待ちしております!

※賞品当選者のお知らせは発送をもって代えさせていただきます ※個人情報取り扱いについて同意の上、ご応募ください ※QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です
問:(株)中広メディアソリューションズ ARIFT1月号プレゼント係 022-792-8101(平日10時~17時)

おいしく作って心と体をととのえる 彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部



おいしく作って心と体をととのえる

01. 生姜たっぷり卵うどん

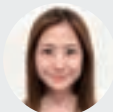


なめこでとろみを付けて
冷めにくいあったかうどん

材料(2人前)
冷凍うどん 2玉
水 800ml
なめこ 1パック
青ネギ 適量
卵 2個

作り方
① 鍋に水を入れて沸かし、なめこを入れる。
② 青ネギは小口切りにし、卵は溶いておく。
③ ①にAを入れ、溶き卵を加えてひと煮立ちさせる。
④ 冷凍うどんは電子レンジで温め、水でしめる。
⑤ 器に④のうどんをいれ、③のつゆをかけ、青ネギとラー油をかけたら完成。

A
おろし生姜(チューブでも可) 大さじ1程度
鶏がらスープ粉末 大さじ1.5
醤油 小さじ1
塩 少々
ラー油 お好みの量



レシピ監修 石川 千穂さん
食習慣によって生じる身体の変化に気づき、興味を持ち、食べ物の持つ力や影響、体内での作用について深く知りたくなったのがきっかけで栄養士を志す。
管理栄養士 9年

theme
冷え改善あったかレシピ

02. 蓮根のマヨ炒め



根菜類で身体ぽかぽか
食が進むマヨ味の炒め物

材料(2人前)
蓮根 80g
豚ばらスライス 40g
油(炒め用) 小さじ1
マヨネーズ 大さじ1
醤油 適量

作り方
① 蓮根は皮を剥いて5mm程度の厚さに切り、水に晒してから水気を切っておく。
② 豚ばらスライスは5cmくらいの長さに切る。
③ フライパンに油をひいて豚ばらを炒め、火が通ったら①の蓮根を加えて炒める。
④ 蓮根にも火が通ったら、マヨネーズと醤油で味をつけて完成。

冷え改善のポイントは血行を促進すること

生姜は血行促進作用があり、冷えの改善に効果的。卵に含まれるタンパク質も体温を上げる作用があります。また蓮根などの根菜類も体を温める食材のひとつ。積極的に取り入れましょう。

お部屋探し中のあなた!
初期費用をおさえるなら
URであ——る。



URならココがお得!

4つのメリットで入居に伴う費用も、
契約更新時の出費も大きく削減!

礼金
ナシ!

引越し費用の節約に。

入居時に必要な費用は、敷金(月額家賃の2か月分)と日割り家賃、共益費だけ。節約した分が新生活の必需品購入に回せます!

仲介
手数料
ナシ!

初期費用が
さらに節約できます。

お部屋探しやUR賃貸住宅についてのご相談は、UR営業センター、UR賃貸ショップ、現地案内所で承っております。だから、仲介手数料も不要。

更新料
ナシ!

長く住んでも、お得。

ご契約は、自動更新で面倒な手続きは不要。もちろん更新料はいただきません。急な転居も長期入居も期間を気にしなくていいのがうれしい!

保証人
ナシ!

面倒な手続きは
必要ありません。

住民票の写し、収入証明書などの必要書類のご提出で、お申込み資格の確認をさせていただきます。

埼玉エリア
限定

キャンペーン期間限定

2024.11/29[金]~2025.3/31[月]

埼玉の営業窓口で住宅相談いただいた方に

先着5,000名様にオリジナルお菓子 プレゼント

URオリジナルラベルプリンクルズ URオリジナルラベル小枝チョコ URオリジナル煎餅&狭山茶のセット

※商品がなくなり次第終了となります。※お1人さま1セット限りとなります。※画像はイメージです。

URなら、あなたにピッタリのお部屋がきっと見つかる!
お近くのUR営業窓口までお気軽にお問い合わせください!

URせんげん台現地案内所

越谷市千間台西3-4 せんげん台パークタウン四番街2号棟106号室

☎048-974-7737

【営業時間】10:00~17:00 【休業日】水曜日

【交通】東武スカイツリーライン「せんげん台」駅西口徒歩10分



お部屋探しキャンペーンであ——る。3/31(月)まで

キャンペーンサイトは
こちらであ——る。



フリーレント

今、対象物件なら最大2か月、家賃ナシであ——る。

※フリーレント対象物件において、UR都市機構が物件ごとに定める期間中にお申込みいただけます。入居開始可能日から月額家賃の1か月または2か月相当分が無料となります。※1か月フリーレントは1年以上、2か月フリーレントは2年以上の継続居住が条件です。※フリーレントを2か月利用する場合、同時に家賃等の一時払い制度を利用する場合は、2年分の家賃をお支払いいただきます。※フリーレントを利用する場合は、他制度と併用できない場合がございますので、予めご承知ください。

キャンペーン家賃

今、対象物件なら3年または5年間、家賃がおトクであ——る。

●概要:対象住戸に限り、キャンペーン家賃が適用となります。●要件:①キャンペーン期間中に対象住戸にお申込みいただいた方。②UR賃貸住宅の入居資格要件を満たす方。●適用期間:入居開始可能日から3年または5年間(対象住戸による)。●その他:①期間終了後は4年または6年目以降家賃が適用。②期間終了後、キャンペーン家賃適用時にお預かりした敷金と4年または6年目以降家賃適用時の敷金との差額をお支払いいただきます。

礼金ナシ

仲介手数料ナシ

更新料ナシ

保証人ナシ



月々の家賃でPontaポイントがたまる!



越谷特別市民
ガーヤ

越谷市・春日部市の皆さまへ

屋根・外壁塗装住まいのことなら

見積無料

10年保証

エコプランニングにおまかせ!

外壁塗装

Before



After



まるで新築!!

After



屋根もピカピカに大変身!

80㎡ 通常 480,000円 ▶ **350,000円**

100㎡ 通常600,000円 ▶ **450,000円**

120㎡ 通常720,000円 ▶ **540,000円**

更に特別お値引きいたします! お見積り無料、ご相談下さい。

屋根は遮熱塗装、外壁はUV塗装でご提案させて頂いております。日本ペイントの「高耐候シリコンセラUV」または(株)ロックペイントの「ユメロック」からお選び頂けます。

リフォームローン

0金利

36回払いまで

※37回以上の場合は金利が変更になります。
※無金利の場合、分割手数料は当社負担になります。
※0金利ご利用の方はプレゼントは付きません。

お客様の声をお聞かせください

「お家の外観が綺麗になったので、近所からの評判も上がりました。また、屋根の遮熱塗装のおかげで夏は涼しく過ごせました。エコプランニングさん、本当にありがとうございました。」

「リフォームの相談から施工まで、丁寧に対応してくださいました。特に0金利のローンが助かりました。おかげで思い通りに家をリフォームできました。スタッフさんにも感謝です。」

「外壁の塗装が完了して、本当に綺麗になりました。10年保証も安心です。エコプランニングさん、これからもよろしくお願いいたします。」

エコプランニングの安心施工

国家資格保持者が施工を管理! 計12点の付帯工事込 & 10年保証

①足場 ②養生ネット ③高圧洗浄 ④下地調整 ⑤破風板・鼻かくし塗装 ⑥軒裏塗装 ⑦霧除塗装 ⑧水切りトタン塗装 ⑨ぬれ縁塗装 ⑩フードカバー塗装 ⑪雨戸・戸袋塗装 ⑫雨樋塗装 が含まれます

※屋根塗装のみの場合、別途足場代が必要となります。なお、木部・鉄部塗装は含まれません。

住まいのリフォーム・メンテナンス・管理・施工

有限会社エコプランニング

お申込み・お問合せは ☎ **0120-871-406**

越谷市南越谷4-15-12 9:00~18:00 水曜定休

詳しくはホームページをご覧ください。

リフォームのエコプランニング 

HPがリニューアルしました! 

Instagramに施工事例あります! 

ECOPLANNING.KOSHIGAYA

先着10名様限定! **プレゼント!**

塗装工事ご予約で

- ・工事費5万円値引き
- ・外壁目地打ち替え
- ・網戸張替え全部屋交換

の中から1つお選び頂けます 2025年2月6日まで

CARNIVAL

クルマわくわくカーニバル

2025

新春初売

最新ナビ ETCバックカメラ 前後ドラレコ

15万円相当プレゼント!

どんな古い車でもOK!

10万円

最大 ローン中でも下取りできます!

最新登録済 スパリ未使用車 31歳以上お得!

DAIHATSU caribus

限定 4台

月々 **16,400円** ×84回 (税込)

最新登録済 スパリ未使用車 30歳以上お得!

SUZUKI SPACIA

限定 3台

月々 **16,800円** ×84回 (税込)

最新登録済 スパリ未使用車 29歳以上お得!

SUZUKI Distar

限定 4台

月々 **19,300円** ×84回 (税込)

最新登録済 スパリ未使用車 30歳以上お得!

DAIHATSU Tanto

限定 4台

月々 **19,300円** ×84回 (税込)

諸費用0円 月々定額1万円 3年メンテ付 新車保証付 ◎節約するなら!

まだ**88%**の方が知らない **節約 乗り替え術。**

今お乗りのお車

SUZUKI SPACIA

8年落ちの平成28年式 走行45,000km

下取り査定額 **55万円**

最新未使用車

SUZUKI SPACIA

最新登録済 令和6年式 6月登録済

AT #513 (別添)

3年コミット価格 **74.8万円**

これで買えちゃう! (税込)

3年コミット価格 **74.8万円** - 下取り査定額 **55万円** = **19.8万円**

月々定額 **8,300円** ×36回 (税込)

なんと実質!

わかりやすい 月々節約プラン

月々定額 **8,300円**

諸費用 **0円**

3年コミット価格 **19.8万円**

3年一括プランもOK!

月々定額1万円~ 選べます!

3年後は3つの選択から選べます!

カーニバルなら 乗り替えラクラク 他社のローンが残っていてもOK! 手続きカンタン

CARNIVAL **カーニバル 春日部店**

営業時間 10:00~19:00 水曜定休

〒344-0032 春日部市備後東4-2-18

048-745-5678

カーニバル久喜インター店

〒346-0029 久喜市江面1479

☎ **0480-53-5050** 10:00~19:00

カーニバル岩槻店

〒339-0054 さいたま市岩槻区仲町2-3-11

☎ **048-749-7700** 10:00~19:00

カーニバル上尾店

〒362-0045 上尾市向山1-13-13

☎ **048-780-3311** 10:00~19:00

福袋

お子様には

すみっコぐらしパスポートプレゼント!

ご商談プレゼント!