

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

2024
12 12/6

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



台数残りわずかのためお早めに
**冬休み長期パックが
超~おトク!**

最大9日間での価格!? 予約はお電話で!

about

新車・中古車自動車専門店ガレージ菅原の
安心・安全・格安・激安のレンタカー。
12/29~1/4は年末年始の休みを頂いています。

shop data



ニコニコレンタカー 練馬北町店
TEL03-3559-2222 / 練馬区北町3-16-3
9:00-20:00 / 水曜定休 / ご予約はQRから



おすすめパンで食べ納め

Bread of the Year 2024

読者プレゼント12月号
新しいお店情報をキャッチ ニューオープン



パンとお菓子とカフェ
bée
練馬区東大泉

良い年でありますようにと初詣

京都・伏見稲荷大社のご分祀

新東京百景 **東伏見稲荷神社**

諸願成就のご祈禱に関東一円から

令和7年 厄年一覽	前厄	本厄	後厄
幼児の4歳	令和5年生	令和4年生	令和3年生
男の大厄42歳	昭和60年生	昭和59年生	昭和58年生
女の大厄33歳	平成6年生	平成5年生	平成4年生
女の小厄37歳	平成2年生	平成元年生	昭和63年生
男の25歳厄	平成14年生	平成13年生	平成12年生
女の19歳厄	平成20年生	平成19年生	平成18年生
男女の厄年	昭和41年生	昭和40年生	昭和39年生

厄年に関わらず、厄除開運祈禱も随時お受けになれます

- ◆ご利益にあやかろうと、「お正月」に当社へ初詣に訪れる大勢の人々。リピーターも増えています。
- ◆各種特別授与品も多数あり、家内安全・商売繁昌・厄除開運・交通安全などの祈願に訪れる人々が多いのですが、願ひ事・ご利益は多岐にわたっているというのが、稲荷神社の特徴です。

アクセス

- ◆JR中央線三鷹駅または吉祥寺駅からバス
- ◆西武新宿線西武柳沢駅
または東伏見駅から徒歩7分

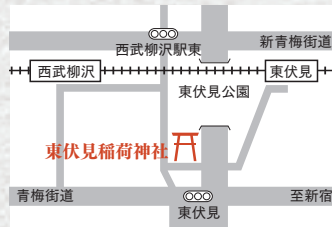
西東京市東伏見1-5-38

Tel.042-461-1125(代)

受付時間:9:00~16:00

東伏見稲荷神社

http://www.higashifushimi-inari.jp/



1
フランスの王道のバゲット!
クリスマスや
年末年始の食卓に◎

3
こだわりの素材と製法で
焼き上げた
自慢のフランスパン

2
チョコレートとマロンガラスセを巻き込んだ
甘さを抑えたチョコフランス

COUPON
1,000円以上
お買い上げの方
100円引き
(グループの方全員対象です)
※2025年2月末
迄有効

おすすめパンで食べ納め

Bread of the Year 2024

4
季節限定の贅沢パン!
パンの端まで栗を
しっかり味わえます

今年も残すところあと少し。今年の締めめにぜひ食べて
ほしいおすすめパンと、おすすめする理由を、
人気のパン屋さんに聞いてみました!

5
食事やお酒によく合うブレッド
カットしてシェアもおすすめ

企画・編集/アリフト編集部


6
自家製ベシャメルソースにチーズと
ハムを挟んでこんがりトースト!

7
もちもちのさつくりした
食感が楽しめる
大人気のデニッシュ!

8
お店の看板商品!
農林水産大臣賞受賞のクロワッサン

Q.今年の締めめにぜひ食べてほしいパンは?


1 **バゲット ベー**
388円



クリスマスから年末にかけて、人が集まる時期に一番お呼ばれする人気のパンです! 他フランス製法のパン、生菓子和焼き菓子、パンに合わせた惣菜をご用意。「パンのある食事」を楽しめるお店です。

スタッフ 眞玉さん


2 **ショコラマロンフランス**
345円



長時間発酵のチョコフランス生地でマロンガラスセをたっぷり巻き込んで、アクセントにチョコレートを入れた人気商品です! オヤツはもちろん食事もピッタリの、甘さ控えめのチョコフランスパンです。

スタッフ 小川さん


3 **トラディションバゲット**
340円



低温長時間発酵により熟成と小麦の風味を最大限に活かしたフランスパン。天然酵母のパンからソフトな菓子パンまで取り揃えています。店内調理した素材を使用したサンドウィッチも自慢です。

オーナー 宮本さん


4 **渋皮栗のカンパーニュ**
340円




この時期大人気! モンブランペーストと細かくした渋皮栗を端までたっぷり包んだ栗を堪能できるパン。新座の野菜が美味しいので、できるだけ地産地消を心掛けて身体に優しいパンを作っています。

スタッフさん


大泉学園駅 | パンとお菓子と小さなレストラン bee
東京都練馬区東大泉1-27-28/西武池袋線
大泉学園駅徒歩5分/03-5387-3522/
10:00~19:00/日・月・第3火曜定休




上石神井駅 | Home Bakery 藤ノ木
東京都練馬区上石神井1-17-18/
西武新宿線 上石神井駅南口徒歩2分/
03-3928-2337/8:30~19:00/木曜定休




綾瀬駅東口 | Le pain Lapin
東京都足立区綾瀬3-26-2-1F/JR常磐線
ほか綾瀬駅徒歩約5分/03-5856-0984/
8:00~18:00(売り切れ次第閉店)/
水曜・木曜定休



新座駅 | コマメベーカリー
埼玉県新座市野火止1-6-2/JR武蔵野線
新座駅徒歩10分/048-480-5004/
8:00~19:00/日曜・祝日定休




5 **オリーブとチーズのブレッド**
1,200円(1本)、600円(1/2)



高加水のパンにチェダー、モザレラ、ゴルゴンゾーラの三種チーズとブラックオリーブ、クルミを混ぜ込み焼き上げました。厚めにカットして軽くトーストがおすすめ! カリッともちり食感が楽しめます。

オーナー 尾関さん


6 **クロックムッシュ**
300円



お店の名を冠した大人気のMAGU食パンに、自家製ベシャメルソースとチーズとハムを挟みました。濃厚なソースとチーズが食パンにマッチして口当たりは軽やか。あっさり食べられます。

オーナーシェフ 間蔵 典子さん(左)さん
シェフ 間蔵 千裕さん(右)


7 **マリアージュドゥ フランス**
350円



お客様の声にお応えして復活した人気商品! ハード生地をバターと折り込んだデニッシュです。蜜をたっぷりかけているので疲れた時や甘い物好きな方にもおすすめ。毎日食べても飽きない小麦の旨味を活かしたパンです。

統括責任者 中西智彦さん


8 **クロワッサンB.C.**
292円



アーモンドケーキをクロワッサン生地で包み、上にそぼろ状にしたクッキー生地と砕いたアーモンドをトッピングして焼き上げました。Bはバター、Cはクロワッサン、クッキー、ケーキを意味しています。

スタッフ はん


北千住駅 | イチカベーカリー
東京都足立区千住寿町27-5/JR常磐線ほか
北千住駅西口徒歩約15分/Instagramより
問い合わせ/10:00~売切れ次第/日・月・
木曜定休、ほか不定休あり




朝霞駅 | MAGU BAKERY
埼玉県朝霞市栄町4-1-5/東武東上本線
朝霞駅南口徒歩15分/
https://www.instagram.com/magubakery/
6:45~15:00(売切れ次第)/火・水曜定休



吉川美南駅 | マリアージュドゥ ファリーヌ 吉川美南店
吉川市美南3丁目25-1 アクアイグニス吉川美南内/JR武蔵野線 吉川美南駅西口徒歩約5分/048-940-2490/9:00~18:00/水曜定休



西新井駅 | デイジイ西新井店
東京都足立区西新井栄町2-4-10
ソラトカゼ西新井1ab/東武伊勢崎線ほか
西新井駅徒歩3分/03-6807-2067/8:00
~20:00/年中無休



2023年10月開業 入居者募集中

終身賃貸借契約 24時間医療連携

円樹

えんじゅ

サービス付き高齢者向け住宅
円樹いたばし四葉



円樹
えんじゅ

食事 ZENSHO 医療・介護 コンシェルジュ パーソナルトレーニング



人生の第4楽章を、
食事を通じて楽しむ



見守りによる安心感に
包まれた暮らし



きめ細かいサービスで
生活を支える



リハビリ、健康維持、
筋力トレーニングまで個別で対応



プラン (雇用形態)	全額前払い (終身賃貸借)	一部前払い (終身賃貸借)	毎月払い (終身・普通賃貸借契約)
前払い(室) ※年齢別1歳刻み ※2人でも同額	例) 契約者80歳 2,100万円→初期19% 残9年償却	例) 契約者80歳 1,220万円→初期12% 残9年償却	0円
敷金	0円	174,000円 (174,000円)	474,000円
月額固定費 (2人の場合)	83,000円 (116,000円)	141,000円 (174,000円)	241,000円 (274,000円)

セミナー&お食事つき

開催日
12/17(火)

無料見学会 ご予約受付中

体験入居・個別入居相談も受付中(要予約・参加無料)



無料送迎

11:00~館内見学 概要説明
12:00~ランチ
13:00~老後の過ごし方セミナー
14:00~質疑応答 アンケート
■場所/円樹いたばし四葉

お問い合わせ・
お申込みは、
お電話または
QRコードから



サービス付き高齢者向け住宅
円樹いたばし四葉

0120-37-3313

板橋区四葉1-18-1 (シニアライフサポート株式会社)

電車・バスをご利用の方
東武東上線「下赤塚駅」成増駅
→国際工業バス「四葉町バス停」下車→徒歩5分→円樹 板橋四葉

お車をご利用の方
カーナビ「板橋区立水車公園」で検索 住所:東京都板橋区四葉1-18-1

アフィリエイト限定

ご入居特別
キャンペーン

- 3ヶ月
家賃無料
- 家電・家具
プレゼント

2024年12月末日まで

肩こり・片頭痛は噛み合わせが原因?

歯の治療後に頭痛や肩こりがひどくなる方がいらっしゃいます

院長ブログに詳しく掲載中

Vol.5 | 歯の治療後にカラダに異変が出ていませんか?

- 肩こり
- 吐き気
- 頭痛
- 肩の痛み

インプラントも入れ歯もすべての治療で
噛み合わせのズレを修正してから
治療を進めます

スマホから
チェック▼



その他、ブログにはこんなコラムも!

- 歯の治療が原因で、頭痛や肩こりに悩む方がたくさん来院されます。一度噛み合わせを調べてみませんか? 保険適用!
- インプラント治療の講師経験もある歯科医師が、入れ歯治療に力を入れ始めた理由



石橋デンタルクリニック大泉
院長 石橋卓大

インプラントの名医が薦める
ノーベルバイオケア社認定医



1996年 日本歯科大学新潟歯学部卒業
2000年 厚生労働省認定歯科医師臨床研修指導医
2010年 スウェーデン王立ウメオ大学にて研修
2012年 石橋デンタルクリニック大泉・
歯科インプラントセンター設立
2013年 東北大学歯学部博士課程 卒業(歯学博士号取得)

- ブローネマルクインプラント認定医/公認インストラクター
- 財団法人歯科医療研修振興財団
(厚生労働省補助事業プログラム責任者認定)
- 東北大学大学院歯学研究所口腔器官構造学分野所属
- 日本口腔インプラント学会

「噛み合わせのズレ」無料診断実施中

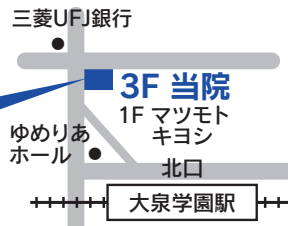
石橋デンタルクリニック大泉

TEL.03-5935-8484

練馬区東大泉1-37-7
ドラゴンスクエアビル3F
(1Fマツモトキヨシ)

【診療時間】9:30~13:00/14:30~19:30(土曜日午後は17:00まで)

【休診日】日曜・祝日



西武池袋線「大泉学園駅」徒歩2分

無料カウンセリング

当日に治療を行うことはございません。
歯を削らなくても改善できる方法もあります。
保険適用での噛み合わせ治療もあります。
治療プランを持ち帰りじっくりご検討いただけます。

ご予約はお電話又はWEBサイトより

社交ダンススタジオ



中村橋A&Fダンススタジオ

TEL 03-6874-5272

中村橋駅徒歩2分



中村北3-22-7-2F
12:00~21:00(土祝~19:00)
日曜定休
※シューズの貸出もごさいます。

背筋をピンと伸ばしてしなやかに美しく！初めての社交ダンスコースも開講

何歳からでも始められる社交ダンス。当スタジオでは小学生~90代の方まで、それぞれのレベルに合わせて楽しく踊っていらっしゃいます。社交ダンスが初めての方も大歓迎です。音楽に合わせて楽しく動いて、寒くてかたまりがちな体をしなやかに伸ばしませんか？

特典 ご入会時アリフト見ただ

入会金無料&体験(20分)
1,000円

※お申込みの際「アリフトを見た」とお伝えください

2025年01月31日まで有効

矯正歯科



よしの矯正歯科

TEL 03-5950-0018

池袋駅西口徒歩1分



豊島区西池袋1-18-1 3F
11:00~21:00/木・祝休
(公社)日本矯正歯科学会 認定医
※マウスピース矯正を希望されるかたはご相談ください

圧倒的な低価格、確かな技術力
月々2万円台で目立たない矯正治療

目立ちにくい透明インスパイアブラケット矯正が、当院なら完成までたったの60万円台で終了。頭金0金利0円で月々2万円台の分割払いも可。学会の認定医でもある院長が直接治療にあたるスタイルで高技術なのに低価格を実現。※ご相談は無料で行っています

自由診療/矯正総費用(例)

表側からの装置(成人・子ども)
…約60~66万円
裏側からの装置(上顎・下顎)
…90万円台
成人の部分治療
…約10万円~40万円
※頭金0・金利0・分割払い有

カイロプラクティック



急な痛みにも対応できる力強い味方！施術の前後でしっかりと症状の度合いを確認し、丁寧に説明いたします。



アルコール消毒や抗菌スリッパのご用意など感染症対策に留意した清潔感のある院内。施術ベッドの間隔をあけて設置するなど、女性の方も数多くご来院されるため、プライバシーの保護に気を配っています。

有名雑誌に掲載される一流の技術を
初回1,000円で施術可能

練馬区はもちろん、遠方からも訪れる方の多い実力派人気院。世界体操のコンディショニングチームからも誘われた、実力派の院長&技術に自信アリのスタッフが施術にあたります。肩こりや腰痛をはじめ、身体のお悩みを的確に改善。痛みのない丁寧な気持ちのいい施術が好評♪「CLASSY」「ひよこクラブ」「Hanako」などに掲載されました。また「交通事故凄腕100」に全国の45,000院より選ばれました。

お子様連れの方にもおすすめ！

院内はゆったりとしたスペースをご用意。ベッド横にベビーカーを置いて施術を受けられます。妊婦さんも大歓迎です。無理のない安全な施術で辛い症状を早期改善しましょう。

ヒロ均整院

TEL 03-3991-9370

練馬駅西口より徒歩30秒
(大江戸線A2出口も可)

練馬区豊玉北5-32-11-2F
9:20~12:40、15:00~19:30
(土~17:00 木・日・祝祭日定休)
年末年始のお休みは、お電話にてご確認ください。

特典 ご来店時アリフト見ただ

アリフトを見ただ
初回1,000円

施術手順(施術時間は30~35分位)
①カウンセリング②整形外科的検査と動作分析③施術④体の状態を説明
2025年01月15日まで有効

カジュアルに楽しめる本格イタリアン

ファミリーオードブル
(3名様分)

チーズフォンデュ・
ディ・ポッコ

キッズ
ルーム

パーティーに
おすすめ♪
**VANSANの
テイクアウト
メニュー!**

全てのテイクアウトメニューはこちら

本場ナポリの
マルゲリータピッツァ

炙り
チーズケーキ

数量限定
生ハムのクリームパスタ

テイクアウト
メニュー
お会計合計より
20%OFF!

※お会計合計2,000円以上でご利用可。
※他クーポンとの併用不可。 ※本券1枚で1組様のみご利用可。
※石神井公園店・平和台店併用可。 ※有効期限2025年1月13日迄

Italian Kitchen VANSAN
石神井公園店
TEL 03-6915-9789

練馬区石神井町3丁目20-19 グラン・シャリオ石神井
石神井公園駅より徒歩3分 11:00~23:00(LO22:00)

Italian Kitchen VANSAN
平和台店
TEL 03-6906-9800

練馬区早宮2丁目17-35 平和台クリスタル217
平和台駅より徒歩3分 11:00~23:00(LO22:00)

イトイン限定
**お好きなピッツァ
1枚
プレゼント!**

ピッツァは全ての種類からお選びいただけます

※お会計合計2,000円以上でご利用可。
※他クーポンとの併用不可。 ※本券1枚で1組様のみご利用可。
※石神井公園店・平和台店併用可。 ※有効期限2025年1月13日迄

ご予約・
メニュー詳細・
アクセスはこちら

Follow me!
インスタで
最新情報発信中!

ご予約・
メニュー詳細・
アクセスは
こちら

Follow me!
インスタで
最新情報
発信中!

ガス機器設置スペシャリスト登録店 登録番号: 第05661号
 ガス機器設置スペシャリストの店 / 有資格者施工 / 安心・安全自社スタッフ施工工事!
 メーカー保証もついてアフターフォロー万全!!

安心して任せられる 信頼されたガス機器専門店

実績多数

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

NORITZ (ノーリツ)

20号 オートタイプ

本体 GT-2460SAWX-2 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

お支払い費用総額 **129,800円** 税込

5台限定 施工保証 10年

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。

※工事費には撤去・処分・取付も全てコミコミです。
 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

ノーリツ/リンナイ/パロマ/パーパス 正規販売店

【千葉営業所】千葉県柏市取手1296-32 【本社】埼玉県さいたま市中央区新中里3-17-4
<https://adtech-service-co.com> アリフト見たとお伝え下さい

特典 有効期限: 2025年3月末日

ご成約で**1,000円クオ・カード!**

年中無休 9:00~18:00受付

0120-985-775

マスク着用・手洗い・消毒など感染症拡大防止に努めております 広告番号 AR2412-809

補聴器



まだ早いかな?と迷っている方におすす
 め!「補聴器体験会」随時実施中

補聴器への疑問、不安を解決し、ご自分の耳で補聴器の聞こえを気軽にお試しいただける絶好のチャンス。また、気に入った補聴器は1週間1,000円でお貸し出ししております。ご自宅や仕事場、外出先等でじっくりお試しください。★当店は認定補聴器技能者在籍、障害者総合支援法補聴器取扱店

ミミー補聴器 大泉学園店

TEL 03-6339-4336



大泉学園駅より徒歩5分
 ※大泉小学校正門前

練馬区東大泉4-26-6
 加藤マンション1F/10:00~17:30
 日曜日定休
 ※ご来店前にご予約をお願いします

納得の補聴器と出会える店

①入念なカウンセリング②店内で補聴器のご試聴③ご自宅での試聴〜再来店④ご購入。補聴器は買ってすぐにお耳に合うものではありません。ご納得いくまで入念な調整を繰り返し補聴器を「作り上げて」いきます。

たまご&スイーツ



大分・別府温泉付近のミネラル豊富な地下水と無添加の飼料で育てた、濃厚な黄身・ほんのり甘い白身のたまご&スイーツを販売。定休日は無人販売を実施。

TEL 080-5292-1750
 各線練馬駅北口より徒歩5分

練馬区桜台4-22-5-1 F号室/
 平日13:00~19:00、土日11:00~19:00/月・金曜定休(定休日のみ無人販売11:00~20:00)



コッペパン



毎日生地から手づくりする「外はふわふわ中はモチモチ」のこだわりコッペパン。30種類以上の豊富な品揃えで毎日違う味を楽しめます。

<https://www.toridoll.com/shop/koppe/index.html>
 東武スカイツリーライン竹ノ塚駅東口すぐ

足立区竹の塚6-7-1
 7:00~21:00
 水曜定休



10/23 OPEN

焼きたてコッペ製パン
 竹ノ塚ピーコックストア店

NEW OPEN Information

新しいお店情報をキャッチ

11/2 OPEN

山平のたまご 東京練馬店

企画・編集: ARIFT編集部

歯のお悩みは歯科技工所併設の
 歯科医院に相談しましょう

世界トップクラスの歯科技工士があなただけの入れ歯を作ります。

つつみ歯科医院は、歯科健診や歯科相談に力を入れ、地域の皆さまの「8020」を目指してむし歯や歯周病予防のための治療を行っています。

つつみ歯科医院は“大泉義歯研究所”としても患者様の負担と時間を軽減する入れ歯の研究に日々励んでいます。専属の歯科技工士が13名。微調整や万が一のトラブルにも対応できます。また、目立たない入れ歯「バルプラスト」も取り扱っています。



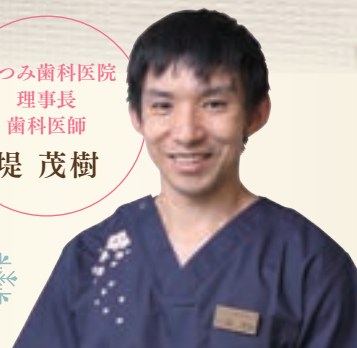
ワンランク上の
 プレミアムバルプラスト

- Point 1 入れ歯が小さく薄くできるから違和感が少ない
- Point 2 熱い物、冷たい物が素早く感じられ美味しく食べれる



バルプラスト(自費)
 1~3歯 154,000円~(税込)
 ★調整は1か月以内は無料、その後調整代1回1,100円
 ★初診時他院製作の義歯調整は1回1,100円

つつみ歯科医院
 理事長
 歯科医師
 堤 茂樹



鶴見大学歯学部卒業。埼玉県内の歯科医院での勤務を経て生まれ育った大泉学園で開業に至る。

デンタルエステメニュー

- ◎美容効果 ◎免疫力アップ ◎アンチエイジング効果
- ◎顎関節症の予防 ◎リラクゼーション効果(幸せホルモン分泌)

- 1 60分コース
 ・ヘッドリンパマッサージ
 ・首〜肩リンパマッサージ
 ・咬筋マッサージ、歯肉マッサージ
 ・ほろい線ケア
 ・唇ケア、リップ再生角質除去 など
 7,700円(税込)
- 2 30分コース
 3,300円(税込)
- 3 15分コース
 2,200円(税込)



口臭・歯周病の原因菌を乳酸菌でホームケア/

つつみ歯科医院で販売中

口腔内環境の改善で誤嚥性肺炎の予防にも

Teeth乳酸菌 0.7g×30包

無料 お口の中の菌の状態を調べてみませんか?
 検査ご希望の方は、つつみ歯科医院受付までお申し出ください!

ネット購入は



腸内環境を整え、口臭抑制、免疫アップに優れた効果を発揮します。

ペット用もあります
 わんにゃんぬ〜る

わんにゃんぬ〜る
 公式オンラインストア



医療法人社団口幸会

つつみ歯科医院

練馬区東大泉3-31-11

03-3922-7080

完全予約制

歯の定期健診を行っています。定期的なお口の健診は健康寿命を延ばします。



診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00~13:00	●	●	●	●	●	●	-	-
14:30~18:30	●	●	-	●	●	-	-	-

(ご注意)土曜日午後は休診になります。
 診療科目/ 歯科・小児歯科・
 歯科口腔外科・審美歯科・矯正歯科

駐車場完備

幅広い年齢層の患者様からご支持をいただいています



◀◀ オレンジ色の看板が目印 笹目通り沿い

車検のご予約はお電話かHPから



オートバックス練馬店 TEL.03-5910-0189

**タイヤ
価格保証!**



50th ANNIVERSARY

50周年 大誕生祭

スタッドレスタイヤも、夏タイヤも、
アルミホイールセットも4本セットでご購入で



最大

20% OFF

掲載以外の
タイヤサイズに限る

お客様に選ばれて
タイヤ販売店
No.1

特価4本セット 日本製

他店より1円でも高い場合は
他店の見積書をお持ちください
他店より必ず
安くします!!

※セール期間中、当社でお買い上げいただく
商品が対象となります。他店の見積書は
ご購入前にお見ください。

YOKOHAMA アイスガード iG60
4本セット 155/70R13@当社指定13インチアルミ
店頭表示価格69,800円(税込)
店頭表示価格から
20%OFF **55,840円** (税込)

※他の割引特典と併用はできません。※数量限定品・特価品・会員価格の
一部商品は対象外となります。※割引は同一ブランド同一サイズの4本合計
(工賃・処分料別)に対しての割引となります。
※写真はイメージです。アルミホイールのデザインは変更になることがありま
す。※一部商品はお取り寄せとなる場合があります。

数量限定 冬タイヤ (スタッドレスタイヤ) 国産

AUTOBACS NorthTrekN5
145/80R13 限定各5セット
4本セット **14,800円** (税込)
アルト・
キャラル
etc...

オートバックス練馬店
TEL.03-5910-0189

練馬区高松6-35-1
10:00~19:30
店休日はHPをご覧ください



タント・ムーブ・
ワゴンR・ライフetc...
4本セット
18,800円 (税込)
155/65R14

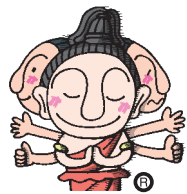
フィット・アクア・
キューブetc...
4本セット
29,800円 (税込)
175/65R15

ティータ・フリード・
ノートetc...
4本セット
30,800円 (税込)
185/65R15

ノア・セレナ・
プリウスetc...
4本セット
31,800円 (税込)
195/65R15

車検・カーコーティングのご予約はWEBまたはお電話にてお問合せください

練馬区のお葬式なら



感謝のセレモニー
マキノ祭典

| 地元練馬区で57年
年間平均2,500件の
ご依頼実績



お葬式の事前相談を
するメリット

安心1
もしもの時に
慌てない

安心2
お葬式の
費用が
明確に

安心3
スタッフの
対応が
確認できる!

何度でも
**相談
無料**

お葬式の事前相談実施中!

Google
口コミ評価
4.8
※2024年11月19日現在

相談方法は選べます

ご自宅にて お電話にて 各店舗にて

事前相談のご予約は
電話または
二次元コードから

FREE **0120-41-7062**



お葬式のご相談はお近くのマキノ祭典へ

●区民葬儀(当社は区民葬儀取扱指定店です) ●葬祭費補助(国民健康保険・後期高齢者)

上石神井本社
練馬区上石神井4-9-24

東大泉店
練馬区東大泉3-16-31

大泉学園駅前店
練馬区東大泉3-17-19

大泉学園町店
練馬区大泉学園町6-12-44

石神井公園駅前店
練馬区石神井町7-1-2

練馬区民の方
限定

わかりにくい葬儀の「アレコレ」が分かる資料を無料で差し上げています。

▼お申込みはこちらから



AND medical group
& JUNO for WOMENNew
お値段固定!
美容医療

クリニック数

全国 **27** 院

★★★★

公式LINE友達数

20 万人突破

★★★★

お悩みに最適な施術を組み合わせる

パーフェクトチョイス

人気の美容医療施術 **7種類** がどれでも▼1 **施術** (税込) **¥9,800** ※自由診療 1施術のオーダーOK 全施術日帰り可能JUNO for WOMENが提供する、オーダー制の美容医療が新登場。
7種類の施術から、お悩みに合った施術を自由に組み合わせることが可能！
どの施術も1施術の値段が固定なので値段を気にせずに施術を受けられる。クマ取り **目元**鼻形成 **鼻**ボツリヌス注射 **小顔**脂肪溶解注射 **小顔**医療用HIFU **小顔**ヒアルロン酸注射 **ハリ肌**超音波肌再生治療 **美肌**AND medical group
& JUNO for WOMEN

通しやすい各院駅近！徒歩5分

新型コロナウイルス感染予防対策店

ジュノビューティークリニック

新宿院

診療時間/9:00-20:00
休診日/不定休・年末年始東京都新宿区新宿3-17-1
いざみやビル4F

ジュノ クリニック

検索

0120-67-6012

渋谷

AND美容外科 渋谷院

診療時間/9:00-20:00
休診日/不定休・年末年始東京都渋谷区道玄坂2-23-12
フォンティスビル8F

池袋

AND美容外科 池袋院

診療時間/9:00-20:00
休診日/不定休・年末年始東京都豊島区東池袋1-13-6
ロクマルゲート池袋11F

横浜

AND美容外科 横浜院

診療時間/9:00-20:00
休診日/不定休・年末年始神奈川県横浜市西区
北幸2-13-20
第7NYビル3F

パーフェクトチョイス

ご予約は
こちらから!

※男性も施術可能





一戸建てや建替えを 考えているなら…

スーモカウンターの**無料講座**で聞いてみよう!

老朽化で
暮らし
にくい…

家賃が
もったい
ない…

人気の3講座

すべて
無料

はじめての注文住宅講座

家づくりのダンドリやお金のこと、第三者の立場からアドバイザーが初心者の方にもわかりやすく教えます。

注文住宅価格まるわかり講座

建物価格の相場やコストダウンのツボなど、予算内で納得度の高い家を建てるために必要な知識を学べます。

ハウスメーカー・工務店 選び方講座

アフターサービスや契約時期など、見落としがちな比較ポイントを徹底解説。
自分に合った会社選びのコツを学べます。

**開催
日程・時間** ▶ **12/5(木) ~ 12/22(日)**
① 10:30~ ② 13:30~ ※当日予約OK! 予約優先。
③ 15:30~ (各回約90分) 上記以外の日時での受付も可能。
※店舗でモニター相談店は事前予約制

お近くのスーモカウンター

【店舗でモニター相談】

吉祥寺マルイ店

武蔵野市吉祥寺南町1-7-1 吉祥寺マルイ 3階

無人ブースで
オンライン相談ができる!



池袋東口店

豊島区東池袋1-11-1 オーク東池袋ビル 7階

※各店舗とも臨時休業する場合あり。
営業時間や定休日は、電話またはHPにてご確認を

キッズスペースあります



お子さま連れでも安心。
お子さまを楽しく遊ばせながら、講座・相談会にご参加いただけます。
※新型コロナ感染防止対策のため、休止中の場合があります

全国
255店舗※

利用組数
47万組以上※

※カウンター数/2024年10月末時点、
利用組数/2024年3月末時点での集計結果

無料講座、
家から相談の
お申込み、
お問い合わせは

「ARIFTを見て」とお電話ください♪

0120-300-829

毎日受付/9:00~21:00 ※フリーコール



家から相談

通話無料
ご自宅からも
相談できます

SUUMO スーモカウンター

わたしがあなたの悩みにこたえます

インプラントなら 安藤歯科

インプラントが
できないと言われて
諦めていた方は
ご相談ください



入れ歯のこんなお悩みの方へ

違和感や
異物感に
慣れない...

作り直しの
費用が心配

食べるとき
痛む

はずれそうで
気になる

硬いものが
食べられない

やっぱり
見た目が
気になる



1日で
噛める

入れ歯よ、さようなら

即日インプラント

[オールオンフォー]

All-on-4

最少4本のインプラントの埋め込みで
手術時間も短く当日に白い歯が入ります

月々29,000円～治療OK!

オールオンフォーによる 3つのメリット

メリット1

たった2時間で
生まれ変わる

メリット2

硬いものを気に
せず食べられる

メリット3

人前で笑える
ようになる

入れ歯で満足ですか？オールオンフォーなら1日で取り外しのいらぬ素敵な歯になります。嘘のようですが本当です。何でも噛めて若い時のような食生活を取り戻しましょう。

数多くのインプラント、オールオンフォー症例を持つ安藤歯科だからこそできる“パーソナルカウンセリング”。豊富な実績と経験があるからこそできる1人1人に合った“本当”の治療計画をご提供させていただきます。
【治療費用】2,000,000円～



見た目の美しさ、
自分の歯で噛む感覚を
ぜひ手に入れましょう

リスク・副作用・合併症について インプラントが骨と結合しない場合があります。全身疾患によっては施術ができない場合があります。

— まずは1度無料カウンセリングにご来院ください —

Webからいつでも
ご予約ができるように
なりました

24時間予約受付中



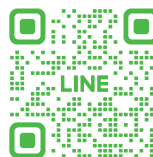
朝霞院



高島平院

LINEで
お問合せを受付中!

QRから公式アカウントを友だち追加できます。院内情報やご相談などより詳しい情報はこちらからお問合せください!



公式Instagramも
随時更新中!

オールオン4のbefore/afterや歯の様々な知識や当院の最新情報はこちらで更新しています。



orc_implants_ando



安藤歯科

Tel.0120-941-801

安藤歯科WEBサイト▶ <http://ando-implant.jp/>



創業24年目に突入!!

川口市でリフォームのショールームを運営させていただいております。

雨漏り 無料0円点検実施中! 耐震診断/シロアリ診断/屋根外壁診断/雨漏り診断/水廻り診断
※耐震・屋根診断もご対応いたします。※基本的に止まらない雨漏りはありません!!

リフォームの専門店 エービーシーホーム 川口店

最大 80% OFF

特別プライス キャンペーン 99.9万円パック

LIXIL 水廻り4点セット

解体費用・残材処分費 標準施工費込み
安心の保証!各メーカー10年保証も可能です。お気軽にご相談ください。



創業24年目に突入!!

システムキッチン売上台数
2010年 2011年 2012年 2013年
2015年 2016年 2017年 2018年
2019年 2020年 2021年

おかげさまで12年間関東No.1

商品別コンテスト 関東No.1

住設機器トータル売り上げでも

リフォームするならば今がチャンスです!!

5% リフォームローンキャンペーン

エービーシー 提携ローンの商材に限り
お支払い金額20万円~2000万円
最長120回払いまで
お支払いは便利な分割払いで! **2.0%**

好評展示中



他社で契約されたお客様でも、当社設計士による工事の監修・見積り、仕様のチェックなどもご相談に応じます。
他社の見積りと比べてください。価格ご相談に応じます。



お見積り・ご相談は無料、ご安心ください。お気軽にご相談ください!即日お伺い致します!
掲載商品 好評展示中!ほかのショールームと比べてください。当社は自信があります。

「新型コロナウイルス」対策としての社員・職人のマスク着用・消毒を徹底しております。

ユニットバス

LIXIL BP1216 65%OFF メーカー希望価格 602,000円 210,700円	LIXIL BW1216 65%OFF メーカー希望価格 592,000円 207,200円	LIXIL リデア1616 65%OFF メーカー希望価格 920,000円 322,000円
LIXIL リノビオV1216 65%OFF メーカー希望価格 969,000円 339,150円	TOTO ササナWB1216 65%OFF メーカー希望価格 794,000円 277,900円	TOTO リモデル WY1418 ぽつからり床 65%OFF メーカー希望価格 1,215,000円 425,250円

システムキッチン

LIXIL シェアS W1950 標準プラン 70%OFF メーカー希望価格 660,500円 168,150円	クリナップ ラクエラW1800 65%OFF メーカー希望価格 511,400円 178,990円	Panasonic Vスタイル W2250 70%OFF メーカー希望価格 812,900円 243,870円
LIXIL ノク W2100 65%OFF メーカー希望価格 757,500円 265,125円	TOTO ミッチ W2550 60%OFF メーカー希望価格 777,400円 310,960円	LIXIL リシカルW2550 44%OFF メーカー希望価格 874,000円 489,440円

トイレ洗面プラン

LIXIL アメージュ 56%OFF メーカー希望価格 120,500円 53,020円	LIXIL Jフィット 45%OFF メーカー希望価格 269,500円 148,225円
クレヴィ 55%OFF メーカー希望価格 607,000円 273,150円	LIXIL ルミシス W1230 45%OFF メーカー希望価格 616,000円 338,800円

今月の目玉商品

- Panasonic レンジフード **49,410円**
- INAX オフト600 洗面化粧台 **34,560円**
- リンナイ 給湯器20号 **75,548円**
- LIXIL シャワートイレ **21,846円**
- ノーリツファミ ガラストップ **69,300円**
- リンナイ 給湯専用 便器セット **33,100円**
- KVK オールインワン 浄水栓 **27,830円**

おかげさまで令和5年度リピート率87.2%

施工、仕上がり、アフターに一番力を入れています!!
耐震診断、補強、施工も自社の職人がします

見積り	金額	施工	アフター
1日~1週間	自社の職人を中心に施工	自社の会社で施工するので、お客様と直にお話ししながら	お客様の予定さえあれば即対応!土日もOK!夕方18時以降もOK!



いつもエービーシーホームをご利用頂き誠にありがとうございます。当社は自社の職人が中心で施工、アフターをしていますので、確かに価格も協力をできます。しかし、それ以上に他社の下職にまかせるのと違い、職人にも徹底した指導・管理・スピードアフターなど、妥協しない素晴らしい満足度を実現する事が出来ます。皆様により安く・大きな安心をモットーに大工、電気、内装、設備、塗装の職人が自社の社員でいます。納得いくまで触れていただけるよう170㎡ショールームも併設しております。今後も皆様に喜んで頂き、社会に貢献できるよう、社員一同努めてまいりますので何卒エービーシーホームをよろしくお願いたします。



リフォームから家具照明、カーテンまでトータルコーディネート
一級建築士と専属コーディネーターにお任せください!!

増改築 坪29.7万円~ 総額152万円

下見 プラン制作 見積り無料 絶対満足頂ける仕上り 自信あります

リフォームで二世帯住宅 なんでも相談にのります!

埼玉県・東京都・神奈川県・千葉県・茨城県・長野県・群馬県 営業中です
お知り合いでエービーシーホームで工事をした方がいたらぜひ聞いてください!

不動産・中古マンション購入時にも対応可!!
空き家のリフォームならさらに安くなります。

工事費が **20% OFF**

見積もりはあくまで入口! 工事がすべて終わってからの満足度が一番の信頼です

「長期優良住宅化リフォーム推進事業」開始

工事実施後の住宅性能に応じて最大300万円/戸の補助を受けることができます!

外壁塗装 超特価

シリコン系塗料 期待耐年数8~12年 **428,000円~**

ラジカル制御型塗料 期待耐年数12~15年 **591,800円~**

無機系塗料 期待耐年数15~20年 **750,000円~**

近所へ挨拶、足場組立て、高圧洗浄、養生、下塗り、中塗り、上塗り、足場撤去、お引き渡し

マンション

標準グレードパック **1,518,000円~**

くらくら予算パック **1,078,000円~**

- 天井・壁・クロス工事
- 床・フロア・ジュタン・CF
- システムキッチン交換
- システムバス交換
- シャンブドレッシング
- 洋式トイレ・ウォシュレット付交換
- 畳交換
- カギ交換
- 木枠塗装

フルリノベーション

1㎡あたり **47,080円~**

既存の間取りにとらわれず、生活スタイルにあわせて間取りを自由に変更することが可能です。

戸建内装フルリフォーム

負担・工期半分で、新築同様の仕上り

- 外装工事・内装工事・水廻り工事
- 間取り工事・二世帯工事

特別価格 (延床面積20坪の場合) **436万円~**

工期は半分、住みながらの工事が可能、耐震補強で安心

屋根葺き替えパック

ストレート葺き替え コロニアル屋根(フラットタイプ) (1㎡あたり) 工事費込み **1,980円~**

金属屋根(フラットタイプ) (1㎡あたり) 工事費込み **5,775円~**

建設業許可/国土交通大臣許可(般-30)第27242号 ■財団法人 住宅保証機構 登録番号 21018598

川口店ショールーム

川口市並木 2丁目9番22号 0120-666-408 土・日 祝祭日 営業

Tel.048-250-6866 Fax.048-250-6867 お問い合わせ info@abc-home.co.jp

電話受付時間 9:00~19:00 水曜定休日

ホームページ公開! www.abc-home.co.jp 川口 エービーシーホーム 検索

プロもやっています!是非一度ご覧くださいね!

川口店ショールーム

車でのお越しの方は、お店のすぐ近くに駐車場がございます。 ※他に15台Pあり

■ 墨田店 木曜定休日

■ 東京墨田店

お車でお越しの場合 墨田区東向島1-35-12 0120-916-241 墨田店 近隣の駐車場がございます。

住まいるペイント

外壁塗装

屋根塗装

雨漏り補修

コーキング工事

アパート・マンション塗装

練馬区を中心に地域密着の外壁塗装・屋根塗装の専門店

失敗しない外壁塗装業者選びのコツ

多くの費用が掛かる外壁塗装…絶対に失敗したくないですよね。
そこで今回は「優良な外壁塗装業者」を選び抜くポイント

見積書の内容

悪質な業者の見積書では、施工工程が「一式」となっている場合が多くあります。一方で、優良な業者の場合は見積書の施工工程が細かく記載されています。
2社～3社程度見積もりを取って比較しましょう。

ショールーム

素材や材質を確認しながら商談が出来たり、何より顔が見えることで、安心・信頼につながります。
施工後も続くお付き合いは肝心です。

保証やアフターフォロー

5～10年の工事保証が含まれているか？外壁塗装は手抜き工事が結果に現れやすいため、保証やアフターフォローは重要。
極端に短い保証期間の場合は、**契約前に確認**したほうが良い。

地元密着

商圏をむやみに広げず所在地の周辺で長く経営している施工店で、**施工主様からの評判が良い**、**Googleの口コミが良ければさらに安心**です。

施工事例

ホームページなどに、**施工事例がしっかりと掲載**されている業者ほど、**施工の質に自信がある**という業者が多い。

住まいるペイントでは**無料相談・無料点検**を行っています。
気になるという方はお気軽にご連絡ください！



株式会社住まいるペイント
代表取締役
堀 俊之

地元で活躍！
営業 施工管理 事務職 など
スタッフ募集！
詳しくはお電話ください。

WEBからの見積依頼で 下記のQRコードから簡単アクセス!!



Quoカード **24時間受付OK**
1,500円分プレゼント!



練馬区 住まいるペイント 検索



**増えています！
ご注意ください**

強引な飛び込み業者!

強引な飛び込み業者の
格安な見積もりにご用心!

詳しくは
こちら



「低価格」に隠された、からくりがあります。

専門店だからこそ聞く価値あり!

都内の安心と信頼の街の外壁・屋根塗装屋

住まいるペイント
サンキュー ヨイイロ

0120-39-4116

一般建設業許可 塗装工事業 東京都知事許可(般-5)第157402号

お値段のこと 色のこと 外壁劣化のこと **ご相談はすべて無料!**



ショールームがあるから安心。対面でご相談いただけます。

数十種類ある塗り板やカラーサンプルを使い、お客様が塗装をイメージできる体験型ショールーム。塗装のプロが理想のお家を実現できるよう、丁寧にわかりやすくご提案します。お気軽にお越しください。

来店のご予約はQRコードから



〒177-0044 東京都練馬区上石神井2-8-20 グリーンハイツ1階 ジョナサンの隣 / 営業時間10:00～17:00(電話受付9:00～18:00) / 定休日:火・水・祝(電話受付定休日:祝) **有**

読者限定キャンペーン

最大30% OFF!!

相談・見積無料

丁寧な仕事はもちろん価格でも勝負いたします。

安い
早い
丁寧

ファミリー引越センターの

引越にお任せ!

シングルプラン
(学生さん・独身者向き)

23,100円(税込)より

カップルプラン
(小家族向き)

31,900円(税込)より

ファミリープラン
(大家族向き)

62,700円(税込)より

(上記は参考割引料金です。内容により異なります。)

お引越時の
不用品のお引取も可能
うれしい引越特典キャンペーン実施中

5555 検索 www.505555.co.jp



価格満足度が
高いと思う引越会社 No.1
リピート満足度が
高いと思う引越会社 No.1
スタッフ対応満足度が
高いと思う引越会社 No.1
日本マーケティングリサーチ機構調べ
調査概要:2019年11月期ブランドのイメージ調査



ファミリー引越センターはJリーグの浦和レッズオフィシャルパートナーです。

ファミリー引越センター



通話無料のフリーダイヤル

携帯・PHS OK

0120-50-5555

受付時間/8:30～20:30 年中無休・日祝も営業 各種カード可

5555 検索



新イメージキャラクター
新庄剛志さん

TVCM放映中!!

特典1

処分品サービス
3,000円割引!!
有効期限 2025年3月末迄

特典2

①テレビ・ビデオ配線②洗濯機取付
いずれかひとつ
無料で作業させていただきます!
有効期限 2025年3月末迄

特典3

ハンガーBOX6個
布団袋3枚まで
無料レンタル

特典4

ダンボール
最大70個サービス
※送料は別途