

ARIFT

大山・ときわ台・上板橋

地域みっちゃく生活情報誌® / 811

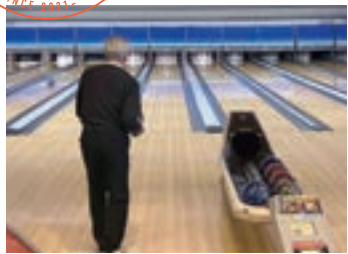
HAPPY MEDIA

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
3 3/14

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



トーホーボール

service
**ARIFT持参で3ゲーム
お一人様1,650円!**
2025年4月10日迄 ※貸し靴あり ※4名様まで有効

shop data
TEL03-3931-0213 練馬区錦2-19-1
トーホープラザビル6F(ドン・キホーテ看板目印)
駐車場あり 9:00~21:00 定休日無し



新創刊

大山・ときわ台・上板橋

身近で体感! 地元の学びスポット
工場見学に行こう!
新創刊記念板橋区長インタビュー
読者プレゼント3月号

ハッピーロード
大山商店街
板橋区大山町

つなぐ。答えへ。未来へ。
東急リバブル

不動産相談受付中!



こんなお悩みありませんか?
お気軽にご相談ください!

- 不動産売却がはじめてで不安...
- 相続した空き家がある
- 売却時の税金はどれくらいかかるの?
- 転勤で今の家どうしよう...
- 家の住替えを考えている



無料査定 無料税務相談 無料法律相談



スマホでのご相談
いつでもどこでも
簡単アクセス!



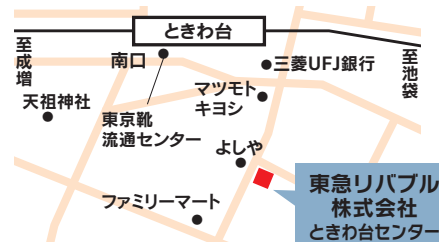
お電話でもOK!
即日回答いたします。

東急リバブル株式会社
ときわ台センター

フリーコール **0120-791-182**

板橋区南常盤台1-22-12
第一生命常盤台ビル1階
営業時間 10:00~18:00
定休日 毎週火曜日・水曜日

東武東上線
「ときわ台」駅
南口 徒歩約2分



詳細はHPで検索

東急リバブル ときわ台

検索

<https://www.livable.co.jp>

国土交通大臣(12)第2611号 (一社)不動産流通経営協会会員
(一社)不動産協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

身近で体感！地元の学びスポット

工場見学に行こう！

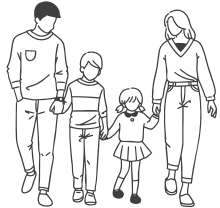


春には桜が見頃です

板橋清掃工場 板橋区高島平

大人も子どもも楽しめる工場見学。

ここでは1日600トンの焼却能力を持ち、高さ130メートルの煙突を誇る板橋清掃工場をご紹介します。



私たちの生活になくならない清掃工場。ごみの処理をするだけでなく、焼却時に発生する熱エネルギーを発電や熱供給に有効活用し、二酸化炭素の排出削減に寄与しています。工場見学では、自分たちが出したごみがどんなふう処理されるのか、またそこで生まれるエネルギーが地域に還元される様子など、無駄のないエコサイクルを学ぶことができます。実際に大量のごみを見ることで「ごみの量を減らす」という意識になる方も多そう。ぜひ家族みんなで訪れてごみについて学んでほしい場所です。

おすすめポイント



▲いたこうフェスタ



DATA 板橋清掃工場

板橋区高島平9-48-1
03-5945-5341
見学時間／1時間30分程度(月に1回、指定日に見学可能)
見学科／無料
詳しくは東京二十三区清掃一部事務組合HPにて要確認



板橋清掃工場では毎年11月に「いたこうフェスタ」行って見て知って板橋清掃工場というイベントを開催。工場見学はもちろんいろいろな体験や写真撮影などを楽しめます。職員「浦野さんいわく、板橋清掃工場では四季折々多様な花や植物があり、桜の季節には清掃工場のシンボルである煙突と桜と青空の対比がとても綺麗とのことでした。見学に来た際にはぜひ周辺の景観も楽しんでください。板橋清掃工場オリジナルキャラクター「いたこうくん」との撮影もお忘れなく！

板橋区とのつながり



▲いたこうくん

見学コース紹介

- 見学者説明室に集合 →
- 概要説明 → 動画視聴
- 工場内見学 → 質疑応答

申し込み方法

個人見学(9名まで)は、板橋清掃工場に直接電話で申し込み。毎月指定の開催日に見学可能です。詳しくは東京二十三区清掃一部事務組合HPを要確認。

ここで学べる事

- ごみの処理、清掃工場の仕組み
- 環境に配慮した試み
- 地域との繋がりが

見どころ②

壁面緑化など環境に配慮した試み

板橋清掃工場はヒートアイランド現象に効果があるといわれる壁面緑化を行っています。また発電した電気や高温水は工場内で使用するほか、熱帯植物館などの区近隣施設に無償で供給しています。

壁面緑化により周囲の景観との協調もはかられています▶



壁面が全部植物でおわれています



▲高温水を送るための配管
◀板橋区立 熱帯環境植物館

見どころ①

一番人気!「プラットホーム」と「ごみクレーン」

工場見学の2大人気スポットを見学できます。ごみを掴んで見学窓まで近づいてくれた大迫力の「ごみクレーン」は、ごみを落とした時の音も注目ポイントです。



大迫力!ごみを一気につかみます

◀ごみクレーン



◀プラットホーム

また、「プラットホーム」では、日や時間にもよりますがごみ収集車をたくさん見られます。

練馬清掃工場 練馬区谷原

練馬清掃工場は2015年に建てられた比較的新しい工場。

1日あたり500トンの可燃ごみを処理しており、工場見学ではデジタルを使った疑似体験なども楽しめます。

練馬区とのつながり

練馬清掃工場では、8月に夏休み親子見学会を実施。地域の方が多数参加されています。

また、通常の見学でも上げられる屋上には、ウッドデッキと芝生があり、周囲の街並みと調和する清掃工場を目指していることが分かります。

職員の池原さんによると、屋上から見る煙突は下から見るよりずっと迫力があるんだそう。さらに天気良ければスカイツリーや富士山も見られるとのことでした。



DATA 練馬清掃工場

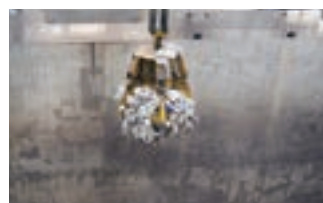
練馬区谷原6-10-11
03-3995-5311
見学時間／1時間30分程度
見学科／無料
詳しくは東京二十三区清掃一部事務組合HPにて要確認



見どころ



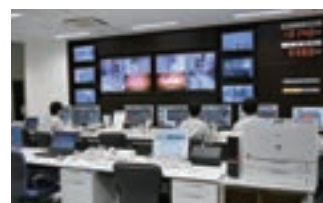
【炉内体験装置】廊下の両側の壁面に音と映像でイメージ映像を映し出し、燃え盛る焼却炉内を疑似体験!



【ごみクレーン】ごみを掴んで離す姿は迫力があり、見どころのひとつです。



【映像体験】迫力あるCGや実写映像で工場設備を見られるほか、ごみ分別ゲームなどの体験もできます。



【中央制御室】ごみバンカや焼却炉など各設備の運転操作と監視を行っています。モニターで清掃工場全体の運転状況を把握できる場所です。

工場の運営についていろいろ見学できます

見学コース紹介

受付 → 事前説明 →
ごみ処理及び練馬清掃工場についての紹介動画を視聴
→ 見学コース巡回

申し込み方法

個人見学(9名まで)は、練馬清掃工場に直接電話で申し込み。毎月指定の開催日に見学可能です。詳しくは東京二十三区清掃一部事務組合HPを要確認。

ここで学べる事

- ごみの処理、清掃工場の仕組み
- ごみの分別や不適正ごみについて
- 周囲の街並みとの調和

やりがいある仕事をこの先も。これまでのご経験を活かしていただけます。



「かけがえない」が、
ここにあります。

「くもんの先生」をはじめませんか。

ある先生の 一週間の 流れ	月 教室日	火	水	木 教室日	金	土	日
	家事 教室準備	研修 フリータイム	フリータイム	フリータイム 教室準備	フリータイム 教室準備	フリータイム	フリータイム 自分の趣味
教室日の スケジュール	6:00 起床/ 朝食作り	8:00 家事	12:00 昼食	13:00 教室準備	14:30 教室開始	19:00 教室終了	

KUMONのサポート制度なら、安心してはじめられます

- 充実した研修体制
指導経験
資格不要
- 開設時の
教室備品・
PR費用を援助
- 10年間
会場費を援助
- スタッフ
育成費を援助
※条件あり

まずは、お気軽に説明会にご参加ください

【現役指導者の体験談付き説明会】

3月14日(金) 10:30~12:00 公文式 目白教室
 3月15日(土) 10:30~12:00 公文式 十条仲原2丁目教室
 3月22日(土) 14:00~15:30 公文式 立教通り教室
 3月26日(水) 10:15~11:45 板橋区立グリーンホール

その他にも各地で多数説明会開催中!
 ご自宅からご参加いただけるオンライン説明会もございます。
 (事前予約制・記載の日程でご都合がつかない場合は日時のご相談も可能です)

3月の説明会ご参加の方に
 もれなく
**Amazonギフトカード
 1,000円分
 プレゼント!**

株式会社公文教育研究会
 主催キャンペーンです。
 Amazon, Amazon.co.jp
 およびそれらのロゴは
 Amazon.com, Inc.または
 その関連会社の商標です。

- ① プライベートと両立できるお仕事です
- ② ご自身のお子さまは公文式学習無料です
- ③ 55歳までの方を募集しております

詳細は右のQRコードで
 ご覧ください



お問い合わせはフリーダイヤル
 やってみよう よいしごと
0120-834-414 まずはホームページを
 チェック! **くもんの先生** 検索 **公文教育研究会**
 リクルートチーム
 千代田区丸の内1-6-1
 丸の内センタービル18F

KUMON

Shinshukaikan Hanamatsuri
**ホンモノを
 ホンキで遊ぶ!!**

お釈迦さまの誕生をお祝いする
 仏教行事「花まつり」は、
 真宗会館の「花まつり」は、
 人と生まれたその「いのちの尊さ」を感じ、
 「ホンモノ」に触れながら親子で一緒に
 「ホンキ」で遊ぶ一日です。
 かけがえない大切な体験を
 楽しみましょう。

真宗会館の花まつりは、
 「お寺を舞台に親子で楽しむ」をコンセプトとした
 企画が盛りだくさん!
 ぜひ、親子で真宗会館にお越しください!

【表現遊び体験型ワーク】

- 子ども忍者体験
わくわくドキドキの
忍者遊び
- 念珠づくり体験コーナー
大人も子どもも
一緒に楽しもう!

【楽しいイベント盛りだくさん!】

- お寺が舞台のお笑いショー
人気マンガ家さん
による
似顔絵ブース
- 【縁日コーナー】**
キッチンカー・屋台
(射的・釣り・綿あめなど)
- 子ども食堂ブース
- 着ぐるみ
- ふわふわドーム
- バルーンアート
- パネルシアター

2025年
4月5日(土)
 10:00▶15:30
 会場: 東本願寺真宗会館

※詳細・お申込みは
 「真宗会館花まつり」の
 ページをご覧ください

お問い合わせ先・各種SNS
真宗会館
 練馬区谷原1-3-7
 Tel: 03-5393-0810
 Mail: info@shinshu-kaikan.jp
 真宗会館は京都・東本願寺を本山とする真宗大谷派の会館です。

終活・法事・葬儀のご相談は「仏事サポートセンターへ」
 東本願寺 仏事サポートセンター東京専用ダイヤル Tel: 03-6913-2273 (9:00~17:00)

Let's Begin!

はじめよう、まなび時間

スクールおけいこ

School special feature starting from Now

新しいことにチャレンジしたい！
そんな方は習いごとをはじめませんか？
地元のスクール情報をご紹介します。

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のマスを、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。

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

21=2+7+1 25=*

初心者から 上級者まで 一人で着られる きもの着付教室

歌舞伎やお芝居 友人との食事など 着物でお出かけをしませんか？

講師も募集しております

【生徒さんに寄り添い、一人で着物が着られる様になるまで 楽しいお稽古、お手伝い】が板橋校・成増校の合言葉です

板橋校 Instagram 成増校 Instagram

株式会社まるやま 典雅きもの学院 板橋校

※成増校もごさいます。(成増駅から徒歩2分)

Tel.03-3962-6571 Fax.03-5944-3455

※イベント時は電話がつかりません。ご了承ください

板橋区板橋1-35-10YKビル201
時間:10:00~、13:00~、15:00~
休校日:祝日

板橋校

板橋駅・下板橋駅・新板橋駅より徒歩3分

個別指導 Wam

WHOLE ABILITY MAKING

中板橋校

☎03-6912-4880

東京都板橋区中板橋29-10
Contel中板橋B1階
入口はチョコザップ横
中板橋駅北口徒歩1分

受付時間 14:00~21:00 (日・月お休み)

ARIFT読者限定 入会金無料 0円に!

※ARIFT見たとお伝え下さい。

都立高校 私立高校 中高一貫校 板橋第三中 中根橋小 他、近隣学校も対応!

春のスタートキャンペーン

3月11日(火) ▶ 4月25日(金) 小1~高3対象 20名様限定

2ヶ月 月謝無料

または 春期講習 4日間無料

※2ヶ月月謝無料:お選びいただいたコース8回分が無料になります。
※キャンペーンのご利用は初めての方に限ります。
※キャンペーンの併用はできません。

個別指導塾Wamの特徴

- 1 生徒ごとの完全個別カリキュラム
- 2 1科目から受講できる
- 3 通塾の曜日・時間が自由に選べる
- 4 用事がある日は振替が可能
- 5 開校中はいつでも使える自習室完備

小学生 学習習慣 中学受験 月謝 5,800円~
中学生 定期テスト 高校受験 月謝 7,600円~
高校生 定期テスト 大学受験 月謝 9,200円~

※表示している金額(税込)は一例です。コース等により異なる場合がございますので、詳しくはお問い合わせください。※教材費は含まれておりません。

無料学習相談、無料体験受付中!

気になるチャンネル ちょい見せ!

今月のインスタ Check it out!

企画・編集 ARIFT編集部

usamaru.tahm

うさまるさん
子どもママ/楽しむ節約・かさましのプロ

料理

投稿/1143件
フォロワー/170,569人

Follow me!

毎日の食卓を楽しくするレシピ紹介の人気チャンネル。かさましなのに飽きさせない、大家族も一人暮らしも大満足の家計に優しいレシピを発信。節約感なく食卓を盛り上げるフライングレシピを紹介したレシピ本も発売中。(2/7現在)

投稿日:2024.1.31

鶏むね麩南蛮

鶏むね肉に焼麩をかさまして作ったチキン南蛮。焼麩の食感がお肉のようで、かつヘルシーであることから人気が爆発!! 再生数790万を超える。

投稿日:2024.2.6

ヤンニョム 冷凍豆腐チキン

鶏むね肉に冷凍豆腐をかさまして作ったヤンニョムチキン。豆腐のかさましは多々あるなかで、冷凍することで豆腐感がなくかさましているのがバレにくいことで大人気。

投稿日:2024.6.30

やばい 豚から揚げ

フォロワーさんからのリクエストで作った高野豆腐のかさましレシピ。栄養価が高くヘルシーなため、350gの豚肉で24個もの唐揚げを生み出す驚異のかさまし術。

今年こそ憧れの着物でお出かけしませんか

彩きもの学院

32年変わらず2か月全8回

信頼と実績の着付け教室

初心者対象入門コース 2ヶ月 | 90分×8回

教材は彩きもの学院オリジナルを使用

きもの・帯・長襦袢はレンタルも可能

ご自宅に眠っている着物での練習も可能

◆純粹に着付けを学ぶ事ができる、楽しいコース! ※呉服店傘下の教室ではありません。

◆初回は開講説明会なので安心。まずは気軽に参加OK!

◆講師は当学院の元生徒。優しく丁寧にサポートいたします。

受講料

通常12,000円が**無料**

(但し教材費6,900円要)

春の入門コース開講日

	4月生	5月生
池袋	4/14(月)	5/15(木)
新宿	4/16(水)	5/15(木)
銀座	4/14(月)	5/15(木)
大宮	4/16(水)	5/16(金)
横浜	4/16(水)	5/15(木)
松戸	4/16(水)	5/12(月)
立川	4/14(月)	5/13(火)
宇都宮	4/14(月)	5/13(火)

定員 各5名

応募者には、開講日の一週間位前に受講券を送付いたします。

時間 A~Cの中から選べます

A 10:30~12:00 / B 14:00~15:30

C 19:00~20:30

カリキュラム(1講習90分)

第1週 開講説明会、学院の紹介、着付けの基礎知識

第2週 ゆかたの着方、半幅帯の結び方

第3週 下着のつけ方と補整の作り方、長襦袢の着方・たたみ方

第4週 ふだん着の着方、きもの名称とたたみ方

第5週 手結びの名古屋帯お太鼓

第6週 きもの着方と帯結び、礼法

第7週 フォーマルの着方

第8週 手結びの袋帯二重太鼓

ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(すべて手結びで行います) ※着物・長襦袢・帯の貸し出し有り(全8回3,500円)



定期的にお出掛け会も開催!

きもの仲間と一緒に楽しめます



お電話にて「アrift見た」とご予約ください。

彩きもの学院

☎0120-07-3005

受付時間 平日9:00~20:30
土曜9:00~17:30詳しくは [彩きもの](#) [検索](#)

池袋校

〒171-0014 東京都豊島区池袋2-40-12
西池袋第一生命ビル3F / TEL 03-5951-8651

新宿校

〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-8-12
昇立西新宿ビル3F / TEL 03-5348-0213

大宮校

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-65-3
小山第一ビル5F <2F 事務局> / TEL 048-643-7300

銀座校

〒104-0061 東京都中央区銀座5-1-15
第一御幸ビル9F / TEL 03-6280-6654

横浜校

〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1-11-11
NMF横浜西口ビル2F / TEL 045-322-9711

松戸校

〒271-0092 千葉県松戸市松戸1281-29
松戸東洋ビル5F / TEL 047-368-4711

立川校

〒190-0023 東京都立川市柴崎町2-12-24
MK立川南ビル4F / TEL 042-548-9778

宇都宮校

〒320-0026 宇都宮市馬場通り2丁目1-1
メットライフ宇都宮スクエア3F / TEL 028-610-0577

地域情報誌ARIFT(アリフト)3/14号
板橋区エリア再編成・創刊記事

区長 さかもと たけし 坂本 健さん インタビュー



緑と文化のかがやく、 東京で一番住みたくなるまち



板橋区長
坂本健さん

PROFILE

2007年4月に板橋区長に就任し、現在5期目。趣味は書道で、毎年区の職員作品展にも出品。区内の好きなスポットは、区立中央図書館、板橋こども動物園。好きな絵本作家は、「スイミー」「あおくときいろちゃん」などで知られるレオ・レオーニ。

1987年「ぱど」を横浜の地に創刊し、約30年以上にわたりフリーペーパーを発行し続け、2021年にARIFT(アリフト)にリブランディングいたしました。「地元でみつける、より良い生活」をメディアコンセプトに、地域情報をギフトとして、ありがたい気持ちを込めてお届けしています。板橋区エリア再編成・創刊にあたり、区長にお祝いのメッセージを頂戴しました。

ARIFT板橋エリア版復刊にあたり、 メッセージをお願いします！

地域情報誌ARIFT板橋区版が復刊されましたこと、誠におめでとうございます。板橋区は、東京23区の北西部に位置し、人口約58万人を擁する生活都市です。区内には、旧中山道「板橋宿」周辺をはじめ、有形・無形の文化財が今も数多く息づく一方、商店街を中心とする商業や荒川沿岸部などの工業が併存し、都内有数の産業都市としての顔も持っています。また、武蔵野台地が織りなす「原風景」が残る、都市化された公園、都市農地などの緑地や、広大な荒川河川敷など、みどりにあふれたまちでもあります。区は、基本構想において区の将来像を「未来をはぐむ緑と文化のかがやくまち“板橋”」と定め、多様な交流が定住を促す「東京で一番住みたくなるまち」の実現に向けて、職員一同、区民の皆さんと力を合わせて、日々取り組んでいます。ARIFTは地域情報誌ということで、区民に身近な情報、生活に役立つ情報などを届けていただくともに、地域への愛着・誇りに繋がるような魅力的な情報を発信していただければ幸いです。

板橋区の重点課題とその取組について

コロナ禍を経て新たな日常が定着してきましたが、区を取り巻く環境は、物価高による区民生活・経済活動への影響や、出生数の減少、気候危機における温暖化・集中豪雨の激甚化、震災発生リスクの高まりなど、課題が山積しています。特に少子化対策・子育て支援については、すべての妊婦とパートナー、家族が安心して出産・子育てができる環境の実現のため、健康福祉センターや子ども家庭総合支援センターなど関連部署が連携し、個々の生活スタイルやニーズに合わせた、切れ目のない支援を展開しています。令和7年度からは、両親学級の拡充、育児支援ヘルパー派遣事業の無料利用枠の新設などの実施と併せて、父親の育児に関する不安や悩みを相談できる環境を整え、早期の支援につなげてまいります。なお、先日公表された「共働き子育てしやすい街ランキング2024(日本経済新聞社ほか)」では、全国第3位・都内第1位という評価をいただきました。こうした評価を糧に、より一層取組を進めてまいります。

「絵本のまち板橋」の取組について教えてください

板橋区は、絵本にかかわる国際的なネットワークを持つ区立美術館、世界各国の絵本を所蔵するいたばしポロニーヤ絵本館が併設された区立中央図書館があり、印刷製本業が集積している独自性も活かして、「絵本のまち板橋」を区のブランドとして展開・推進しています。いろいろな場所で、誰もが絵本に触れられる機会を創出する様々な取組を、関係者の方たちや地域と協力・連携しながら実施しており、特に、毎年10月に開催する板橋区民まつりの「絵本のまちひろば」は、大学・企業・クリエイターなど様々な方と連携し、絵本や絵本関連グッズの販売、ワークショップなどを実施し、区最大の絵本イベントとして多くの来場者にご好評いただいています。どこでも身近に、誰でもわかりやすく理解できる「絵本」は、誰一人取り残さないSDGsの理念に通じ、2022年には、「絵本がつなく『ものづくり』と『文化』のまち」をテーマとした取組が認められ、内閣府から「SDGs未来都市」にも選定されています。皆さんも、「絵本」を通じて、板橋区の持つ様々な魅力を感じてみてください。

区長として、今後の展望を教えてください

板橋区では、次の10年を見据え、区政の持続的発展を実現するため、令和8年度からの次期基本構想・基本計画の策定に向けた取組を進めているところです。策定にあたりましては、区民検討会や子どもワークショップなど、区民の皆さんの参加機会をつくるとともに、地域や関係機関の方々をはじめ、多様な主体と連携を図りながら検討を進めております。今後とも「あたたかい人づくり、やさしい区政」を信条に、「東京で一番住みたくなるまち」の新たなステージに向けて、組織一丸となって積極果敢にチャレンジしてまいります。

地域や地元に対する興味を持ってもらうため、 区として工夫されていることや

取り組んでいることがあれば教えてください
板橋区では、広報いたばしやホームページ、各種SNSなど、様々な広報ツールを活用し、行政情報、防災情報、区の



みどりあふれる平和公園内にある区立中央図書館



ポニーなど多くの動物と触れ合える板橋こども動物園

魅力に関する情報などを発信しています。区公式YouTubeチャンネルでは「魅力発信!いたばしナビ」「いたばし防災+ (プラス) プロジェクト」など、楽しく、分かりやすく、伝わりやすい動画の配信にも取り組んでいます。ぜひ、ご活用ください。



いたばしポロニーヤ絵本館(中央図書館内)

板橋区LINE公式アカウント

子育て、健康情報、イベント、防災情報など、必要な情報を選んで受け取ることができるほか、区からの大切なお知らせや緊急情報をお届けします。



板橋区HP



絵本のまち板橋

YouTube板橋区公式チャンネル:
<https://www.youtube.com/@cityitabashi>

板橋区公式X(旧Twitter): @city_itabashi
板橋区公式Instagram: @city_itabashi

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 園業務委託 派遣スタッフ
契約社員 紹介介員

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ケースがあります。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 | 都営三田線「本蓮沼」駅より徒歩3分

①保育士正
②保育士(補助)バ

①新卒初任給232,800円～+処遇改善加算40,800円
②時給1,350円～(経験者は1,450円～)

未経験・ブランクのある方も大歓迎！
家事と育児の両立も可能です

内容 認可保育園(0～5歳児/定員113名)での業務。
①0～5歳児の各クラスを複数の保育士と担当
②各クラスの保育士のサポート

資格 ①②保育士

時間 ①7:00～19:00(実働8h/シフト制/週休2日制)
②7:00～19:00の間で4h以上※週2日～0K!

給与 ①※中途採用例(5年目)264,699円～+処遇改善加算40,800円

休日 週休2日制(シフト)※パートは週2日～0K

待遇 交通費全額支給/有給休暇/社保完/昇給/住宅手当/扶養手当/①賞与(前年3.5ヵ月)/①時間外手当/①宿舍借上制度/②正社員雇用制度

応募 お気軽にお電話ください。質問&相談も歓迎!



「歴史をつなぎ、新しい保育を未来に届ける。」私たちと一緒に、和敬保育園の次のステージを作り上げていきませんか？職員一同、あなたのご応募を心よりお待ちしております！

和敬保育園
Tel.03-3966-3723 担当/採用担当者
東京都板橋区大原町3-9



勤務地 | 東武東上線 中板橋駅 徒歩8分

介護職正バ

[正]月給284,000円～[バ]時給1,550円(介護福祉士)※その他有資格者も時給1,450円(詳細はお問合せください)

ALSOKグループの
介護付有料老人ホームです

内容 介護付有料老人ホームでの介護業務。身体介護(排泄・入浴・食事他)、通院介護、巡回、ケア記録作成・希望に沿うサービスの検討・実行等

資格 [正][バ]ヘルパー2級以上・介護福祉士・介護職員初任者研修・介護職員基礎研修

時間 ①7:00～16:00 ②8:30～17:30 ③10:30～19:30
④16:30～翌10:30 ※①～③休憩60分 ※④夜勤は休憩2h

給与 夜勤手当1回6,000円、土日手当(4h以上)1回500円～1,000円、年末年始手当(4h以上)1回500円～1,500円、介護福祉士資格手当10,000円※各種手当あり

休日 [正]4週8休シフト制 [バ]シフト制 ※相談可
待遇 昇給・賞与有、各種社会保険、通勤手当、食事補助



社会使命事業の3つの柱「生きる力を引き出す介護と生きる力の介護」「地域高齢者が高齢者を支える社会づくり」「ご家族様の介護疲れの軽減」この理念を掲げ、地域の方々と一体となり介護事業に取り組んでおります。

ホームステーションらいふ中板橋
Tel.03-6372-1165 担当/高橋
東京都板橋区弥生町75-10

勤務地 | 東武東上線ときわ台駅 徒歩8分、上板橋駅 徒歩10分

①調理スタッフ正バ
②調理補助スタッフバ

①[正]月給270,000円～280,000円 [バ]時給1,300円
②時給1,163円

入社祝金最大200,000円♪
シニア世代・未経験者大歓迎!

内容 介護施設での調理補助(40食程度)
仕込み、盛り付け、食器洗浄・お掃除

時間 ①[正]5:00～14:00、8:30～17:30
[バ]9:00～18:00

②6:00～10:30、10:00～15:00、15:00～19:30
※いずれも[バ]は土日祝含む週2～5日出勤

休日 土日を含むローテーション ※希望休可

待遇 交通費支給、入社祝金あり

勤務地 グランフォレストときわ台

板橋区常盤台3-19-15

応募 電話またはQRをチェック!

面接は勤務地にて随時

PR 施設運営から介護迄・創業1972年。運営施設全国500ヶ所以上・海外にも展開・従業員4,000名以上



あたたかいメンバーばかりで人間関係に悩まず働けます。介護施設での調理は難しいのでは?と心配されるかもしれませんが、スタッフがサポートいたします。

株式会社リエイ
Tel.0120-056-517 担当/採用担当
千葉県浦安市入船1-5-2
プライムタワー新浦安14F



勤務地 | 板橋区役所前駅徒歩8分、大山駅徒歩11分

①訪問介護スタッフ正
②訪問介護スタッフバ

①月給220,000円～280,000円
②時給1,500円～2,000円(移動手当込)

介護は楽しい!をモットーにやりがいの
ある訪問介護の仕事と一緒にしませんか

内容 ご利用者様のお宅(事業所から自転車にて概ね10分圏内)に訪問し、身体介護または生活援助の支援を行います。ケア地域は主に板橋区内の氷川町、仲宿、大山が中心です。

資格 初任者研修修了者(旧ヘルパー2級)以上

時間 9:00～18:00

休日 土・日曜日、年末年始

待遇 ①昇給あり/交通費規定内/社保完備/労災保険/有給休暇/賞与(年2回)

応募 お電話でご連絡下さい。ご質問・ご相談もOK

PR 決まった利用者様宅に同じ曜日と時間のお仕事の依頼をするので、信頼関係もつくりやすく安心です。



登録ヘルパーさんは土日の支援は休日手当あり(時給300円UP)！週1件～勤務OK！ご都合に合わせて働くことができます。専属の方から掛け持ちしている方まで、一緒に働いてくれる仲間を募集します！

つながりホームヘルプ
Tel.03-5926-4006 担当/採用担当者
板橋区氷川町25-17 星野ビル1F

店長候補募集

若い男性社員も活躍している職場です!

即スタートでも、4月からの入社でもOK! 入社日はお気軽にご相談ください。

調理師・栄養士の資格が輝く

大学校内の食堂での調理業務全般 正社員・契約社員

正社員 270,000円～

契約社員 時給1,400円～

※能力・経験による
※責任者手当別途支給5,000円～10,000円
(経験・能力による)

資格 調理師・栄養士

時間 6:00～19:00(実働8h、シフト制)
契約社員の方も上記時間内で相談可
※勤務地により異なる

休日 勤務地シフトによる(年間休日105日)

待遇 賞与年2回(正社員のみ)、社会保険完備、交通費規定内支給、制服貸与、食事補助
来社時は消毒液完備・マスク着用OK・就業時はマスク、手袋無料支給、契約社員はワーク可

勤務地 帝京大学板橋キャンパス学生食堂
JR京浜東北線十条駅から徒歩10分

まずはお気軽にお電話ください。



ゆとりある
毎日を
実現できる



創業
44年

株式会社若菜 委託給食部
TEL 048-652-8651

さいたま市北区別所町122-1 担当/採用係



カシスピューレを
泡立てた
フルーツを感じる
ふんわりメレンゲ



タルトゆずカシス 610円
 柚子のカスタードにシャンティをあわせたクレームディプロマットのサクサクタルト。甘酸っぱいカシスピューレのメレンゲは卵白を不使用で卵臭さもなく、メレンゲそのままの柔らかさとなめらかさを楽しめます。

アルカション本店
 TEL03-5935-6180 / 東京都練馬区南大泉5-34-4 / 西武池袋線保谷駅北口から徒歩3分 / 10:30~19:00 / 月・火定休(祝日の場合営業、翌日休み)



パステルが大人可愛い!

気分あがる♪

春スイーツ

パステルの優しくかわいらしい色合いは
いくつになっても思わず惹かれるもの。
春らしさ満開のココロ浮き立つ
スイーツを楽しみませんか。



つやつや苺と
生クリームたっぷり
ふわふわ
柔らかロール

苺のバイクドチーズケーキ 560円
 自家製苺ソースとクリームチーズをたっぷり使ったまろやかで濃厚なチーズケーキ。やさしい色合いに苺の赤が華やかで、爽やかな酸味と苺が香ります。店前のスイーツ冷凍自販機で購入も可能(トップの苺なし540円)。

パティスリー シェルブルー ドートンヌ
 TEL050-3690-2922 / 東京都板橋区赤塚2-9-2 / 東武東上線下赤塚駅から徒歩2分 / 不定期営業のため営業時間・休日はSNSで確認または電話問合せ / 提供期間 3/15(土)~3/31(月)



キュートな
マーブル模様
心惹かれる華やか
チーズケーキ

苺ロール(18cm) 2,916円 1カット518円
 丁寧に作り上げた自家製の苺ジャムとオリジナルブレンドの生クリームを合わせ、ふわふわのスポンジで巻き上げました。スライスした大粒のつややかな苺を周りにまとい見た目も華やか。

菓子工房ともゆき
 TEL03-3995-7666 / 東京都練馬区石神井町2-9-15 リーブ石神井102 / 西武池袋線石神井公園駅から徒歩6分 / 11:00~19:00 / 水曜定休、不定休あり / 販売期間10月頃~4月頃



企画・編集:ARIFT編集部 ※掲載商品の内容・形・値段、お店の営業時間等は予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。

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。

東武東上線大山駅北口より徒歩1分

ブリップリのもつとたっぷり野菜の極旨もつ鍋!
ランチや昼飲み、歓送迎会にぜひご利用ください♪

店舗詳細
はこちら



お会計時切抜きor撮影画面提示で

お会計金額から **1,000円引き**

※5,000円以上で利用可能
※他特典と併用不可

2025年4月11日迄

コラーゲンたっぷり女性に大人気!
げんが誇る極旨もつ鍋♪ランチもあり◎

TVでも紹介された極旨もつ鍋はげんの代名詞!国産牛もつを贅沢に使用、1人前サイズにライス・サラダがつくお得なランチ(1,500円/5食限定)もあり!他にも串焼、濃厚旨味のホルモンソース焼きそば、鮮度◎の鶏刺し等お勧め多数!旨いもつなら串焼げんにお任せ!



地域に愛されて10周年、カジュアルに楽しめるもつ焼き居酒屋です。グループ、カップル、どなた様も大歓迎!昼からの営業なのでランチは勿論、昼飲みや屋女子会もOK!4名様から予約可能な宴会コースは、飲み放題付で3,500円~、最大40名様まで可!歓送迎会やお祝いにもご利用下さい!



串焼げん 大山北口店

TEL 03-6915-5509

板橋区大山東町21-10 高屋ビル1F
12:00~23:45(平日ランチタイム12:00~13:30)
定休日なし

🎁 読者プレゼント Special Readers Present

30,000円分×3名様

インターネット予約でも利用可能
日本旅行ギフトカード



日本旅行
https://www.nta.co.jp/

日本旅行で取り扱っている旅行などに使えます。
店舗での利用のほか、インターネット予約でも利用可能。

4,000円相当×2枚セット×3名様

ドミノ・デラックスのトッピングが2倍!
**ドミノ・デラデラックスも
選べるドミノ・ピザ利用券**



提供:株式会社ドミノ・ピザジャパン
https://www.dominos.jp/

創業当初からの看板商品「ドミノ・デラックス」のトッピングを2倍に増量したドミノ・デラデラックスも選べます。

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/58v30

応募締切

2025年4月11日(金)迄

1月号から応募方法が変わりました。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「今月の読者プレゼントに応募する」をクリックしご応募お待ちしております!

※(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。同意の上、ご応募ください。
※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

問:(株)中広メディアソリューションズ
ARIFT3月号プレゼント係
022-792-8101(平日10時~17時)

Editor's Note ~ 編集後記 ~

浦和担当 & 浦和在住、浦和が大好きです!「浦和」がつく駅名は東西南北以外にも8駅!いろんな浦和を楽しんでみて下さい♪(さいたま市担当:吉谷)

新座・志木・朝霞・和光を回って早10年!よく読んでるよ!と声をかけて頂ける時が一番嬉しいです。これからも地域を盛り上げられるよう頑張ります。(新座・志木・朝霞・和光市担当:小林)

練馬はセンスの良い住宅やおしゃれな個人店など歩くのに楽しい町。かに道楽練馬谷原店さんで食事を、光が丘公園と石神井公園を散歩する夢だけは実現したいです。(練馬区担当:八倉巻)

ARIFT 編集・発行 / (株)中広メディアソリューションズ
https://chucu-ms.co.jp/

広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ 048-767-8238
配布に関するお問合せ 045-319-6327

●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)デンソーウェーブの登録商標です。●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ご確認ください。

食の極み

厳選された最上級の焼肉を
リーズナブルにご提供

最高級A5ランクの黒毛和牛を、
ときわ台南口徒歩30秒という立地でありながら
「大人の隠れ家」を彷彿とさせる落ち着いた店内でご賞味あれ。

当店
一番人気

牛迪盛り 5,500円 (税込6,050円)

黒毛和牛赤身盛り
3,980円 (税込4,378円)

当店
二番人気

黒毛和牛の
ユッケ 990円 (税込1,089円)

当店
三番人気

記念日には
肉ケーキで
お祝いを
※ご予約ください



牛迪和牛弁
1,700円 (税込1,870円)
※ご予約にて承ります



牛迪サラダ
990円 (税込1,089円)



ファミリーセット
4,950円 (税込5,445円)

焼肉 牛迪

tel.03-5926-9029

板橋区南常盤台2-1-2
16:00~23:00 (日曜22:00)

火曜定休

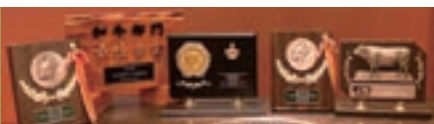
ご予約は
こちらから

Instagramも
よろしく



東武東上線ときわ台駅南口
徒歩30秒

各種大会にて
優秀賞など受賞!



絶品!
厚切り極上牛たん
2,580円 (税込2,838円)

各種コース

- ◆ 平日限定【お得コース】 4,000円 (税込4,400円)
- ◆ 上撰牛迪コース 8,000円 (税込8,800円/飲み放題付)
- ◆ 特撰牛迪コース 10,000円 (税込11,000円/飲み放題付)

Alcohol

- 生ビール 618円 (税込680円)
- その他アルコールメニュー豊富にございます。



特典

ARIFT読者限定クーポン

次回使える
お会計額20%分

金券にてキャッシュバック ※1,000円未満切捨てとなります

有効期限/2025年4月30日まで

特典

ARIFT読者限定クーポン

当日使える 平日限定
ご飲食代10%OFF

← 左のクーポンと併用OK

有効期限/2025年4月30日まで

特典

ARIFT読者限定クーポン

店主の気まぐれデザート
人数分プレゼント♪

← 左のクーポンと併用OK

有効期限/2025年4月30日まで

東武東上線 上板橋駅徒歩7分、東武練馬駅11分

何をやってもダメだった人も！我慢しない痩せ&リバウンドしない身体を目指すダイエット専門サロンVIESO〜ヴィエゾ〜

相談予約はLINEで



ご来店時このアリフト持参で

耳つぼ体験&10kg減を目指す
ダイエット相談 1,980円

※初めての方に限らせていただきます
※ご予約をお願いしております

2025年5月15日迄

ご来店時このアリフト持参で

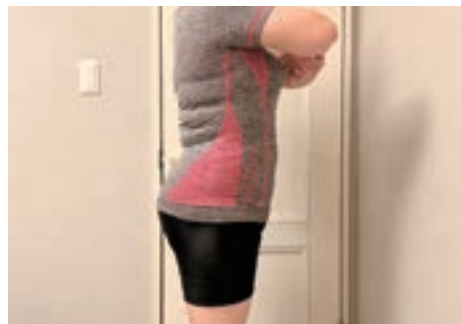
人気痩身コース1回90分
通常16,500円→9,900円

※初めての方に限らせていただきます
※ご予約をお願いしております

2025年5月15日迄

食事制限なし、キツイ運動もなし、リバウンドしにくい人気の耳つぼダイエット！

耳つぼダイエットは、耳のツボを刺激することで、少ない食量でも満足感を実感できるように導きます。我慢をしなくて良いので幅広い年代の方に人気です。
●ダイエットカウンセリング+耳つぼ体験 通常5,500円→左のクーポン持参で特価！



耳つぼケアとアフターフォローで大幅な減量も可能な場合があります！まずはお気軽にご相談ください。

痩身・ダイエット専門サロン
VIESO〜ヴィエゾ〜

TEL 050-7124-7553

板橋区上板橋2-18-9
9:30~18:00
日曜日・祝日定休



上板橋で2022にOPENしたダイエット専門サロンです。オーナー自ら三回の出産後の産後太りから毎回10kg痩せた経験からそれぞれの悩みに合ったサポートをしています。耳つぼダイエットは「食欲が抑えられない」「リバウンドを繰り返している」「代謝が落ちていると感じる」「つらい食事制限

はできない」といった方におススメのダイエット法。幅広い年齢層の方々に人気です。当店でケア後もしっかりカウンセリング等のアフターフォローも行い、リバウンドしない身体づくりを共に目指していきます。完全個室でゆったりできる隠れ家的サロン。お子様連れもOK！ご予約を。

ARIFT WEBサイト/LINE OPEN!

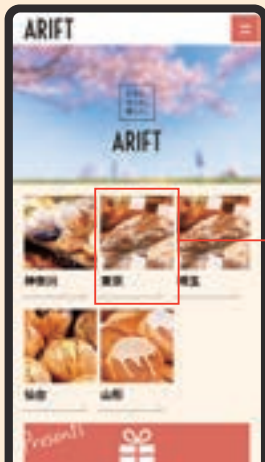
地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ！

じもと、もっと、楽しく。

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>



飲食店、イベント情報、新店情報は一覧でチェックできます。

※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。

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。みなさんに教えたい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>



女性限定

初めての方も安心！

参加無料
要予約

教育費はどう準備したらよい？

老後の資産不足を知りたい

物価高を乗り切りたい

退職金の活用方法を知りたい

女性のための 資産形成セミナー

セミナーではこんなことが学べます

- お金の基礎知識
- 上手なお金の貯め方 殖やし方
- 老後生活にいくら必要なのか
- 必要資金を考える ライフプラン
- iDeCo・新NISAのこと

うれしい★3大+参加特典有り

スタバ デジタルドリンクチケットプレゼント！ ※オンライン除く

後日の個別相談付！(通常2時間1万円が無料！)

貯めて殖やす マネーチェックシート進呈

将来設計を考えたマネー計画を立てたい方、
グライブが主催するマネーセミナーに参加してみませんか？

開催スケジュール

4/6日 14:00~16:00	吉祥寺	4/9日 18:30~20:30	吉祥寺
会場 武蔵野商工会議所		会場 武蔵野商工会議所	
4/13日 10:30~12:30	池袋	4/17日 10:30~12:30	お茶の水
会場 アットビジネスセンター池袋駅前別館		会場 ワイム貸会議室お茶の水	

♂ = 男性おひとり様参加OK

経験豊富なFPが丁寧にお伝えいたします。

講師 相原純一	講師 鈴木敦子
講師 名波美穂	講師 沢田二郎

参加者の声

30代 会社員: 講師の先生の話がとてもわかりやすく知識も豊富！まさにプロという感じでした！

50代 会社員: 身近な例を用いての説明で分かりやすく、楽しくお金のことを学べました！

40代 パート: 親しみやすい人柄と知識、やっと信頼できる先生に出会えました

お申込・お問い合わせは
こちら

株式会社グライブ 0120-337-194 受付時間/ 10時~19時 土・日OK

東京都千代田区岩本町1-3-1ニュー中野ビル3F

マネーセミナーのグライブ

詳細・予約ははこちら

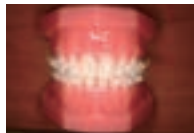
池袋駅西口徒歩1分

月々2万円台の圧倒的低価格で目立たない矯正治療！
院長は(公社)日本矯正歯科学会認定医。確かな技術力

HPは
こちら



目立ちにくい透明インスパイアブラケット矯正も、当院なら完成までたったの60万円台で終了します。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なので高技術なのに低価格を実現。
(注)院長が無類の猫好きですが、診察室に猫不在です。



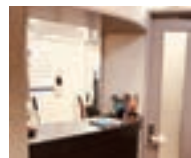
自由診療/矯正総費用(例)
◇表側からの装置
成人・子ども 約60~68万円
◇裏側からの装置
上顎・下顎 90万円台

◇成人の部分治療
約10万円~40万円
※頭金0・金利0・分割払いを承ります。

よしの矯正歯科

TEL 03-5950-0018

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 ※相談無料



東武練馬駅南口より徒歩3分

薄毛・抜け毛でお悩みの40代、50代~の方へ
自毛の力を強くする薄毛改善プログラム

LINEからも
ご予約OK



ご予約時orご来店時「アリスト見た」で

毛髪チェック 無料
カウンセリング 無料

※初回限定
※ご予約はお電話、LINEにて承ります

2025年4月30日迄

髪が薄くなってきた、頭皮が目立つ、抜け毛が増えたと感じることはありませんか？

加齢やヘアサイクルの乱れ、ストレスなどが原因で起こる薄毛や抜け毛。放っておくと進行するため、早めに対処することが大切です。無料カウンセリングでは、顕微鏡を使って頭皮や毛髪の状態を詳しくチェックしています。まずはお気軽にご相談ください。



薄毛のお悩みを解消するには育毛剤や発毛薬が必要だと思いませんか？当院では、頭皮に刺激を与えて血行改善を促し、ヒト幹細胞培養液を使って育毛の活性化を目指します。薬を使わないから安心と多くの方にご好評いただいています。詳細や実例は右下QRコードよりHPをご覧ください。



東武練馬ひだまり整体院

TEL 03-6883-2124

練馬区北町2-17-17 タテウチビル1F
平日 10:00~20:00、土日祝 10:00~18:00/木曜定休
近くにコインパーキングあり



おクルマ探しの専門店 練馬中古車センター

新車・中古車探します!

- ◆家族が増えたからミニバンに乗り換えたい
- ◆維持費のかからないクルマに乗り換えたい
- ◆緊急時のブレーキアシストがついたクルマはある？
- ◆車椅子が載せられる介護仕様のクルマはある？

現在お乗りのクルマの値段が知りたい

無料査定

どんなクルマでもお買い取り & どんなクルマでもお探します

詳しくはこちら!

私をご提案します!
代表取締役 菅原 令子

株式会社ガレージ菅原

練馬中古車センター

TEL.03-3559-2222
水曜定休 | 受付時間10:00~19:00

買取店ニココ

コモディイダ食彩館桜川店

金が過去一番の高値です!
お客様の目の前でグラムをはかるので不安なくお売りいただけます

安心の買取保証!

100円銀貨
東京オリンピック・鳳凰・稲穂の3種
1枚200円
100枚以上で1枚あたり220円!

腕時計
動かなくてもかなり古くても
手巻き・500円
自動巻き・500円
電池タイプ100円
もちろんそれ以上の査定額のものも!

取扱買取品目100種類以上! 査定額もサービス満点です!

TEL 090-4223-2515
東京都板橋区桜川3丁目23-2
コモディイダ食彩館桜川店2階

エレベーター上がってすぐ! サイゼリヤの横です

営業時間 10:00~18:00(日曜定休)
ご利用の際は身分証明書(運転免許証や健康保険証)をご持参ください。
東京都公安委員会 第306641706121号

業界歴15年のスタッフ常駐で安心です!

組み合わせ自由 お買取り金額2万円以上のお客様に
2万円ごとに現金1,000円プレゼント!
※金券テレカ・両替は除きます。 2025年3月末まで

全国36局&ハワイで毎週放送 ラジオ番組

天使のモーニングコール

埼玉RFラジオ日本 AM1422kHz/土曜日 6:00~6:30

あなたを輝かせる、心の目覚まし。
一人でも多くの方に幸せになっていただきたい—
そんな願いを込めて、週末の朝にお届けしているラジオ番組 天使のモーニングコールは、大川隆法総裁が説かれる「仏法真理」を、毎週さまざまな確度からお伝えしている宗教番組です。

過去の番組もスマホでいつでもどこでも手軽に聴ける♪

二次元コードを読み込んでアプリをインストール
ラジオ番組「天使のモーニングコール」アプリから。
あなたにピッタリの放送をお聞きいただけます

Android / iPhone / Google Play / App Store

移りゆく時代のなかで、見失われつつある「心」。
その心の力に目覚め、輝かせてほしい…。
番組では、さまざまなジャンルで人生を輝かせるための珠玉の智慧を、楽しく、わかりやすくお伝えしています。

問い合わせ先
幸福の科学サービスセンター 03-5793-1727

20歳以上65歳未満の方が原則として対象となる公的年金です

うつ病で仕事ができない状態、家事・育児ができない状態が長引いている方も対象です

複雑でわかりにくい「障害年金申請」を社会保険労務士が代行いたします。まずはお気軽にお電話ください。

代表: 糸川公之(くめかわこうし) 練馬区出身です

うつ病 統合失調症 双極性障害 脳梗塞 脳出血 発達障害 人工透析 人工関節 その他

障害年金 もらい忘れていませんか?
障害年金とは病気やけがなどで日常生活に支障がある場合に、一定の条件を満たしていればもらうことができる公的な制度です。制度の認知度が低くもらい忘れていた人が非常に多いです。原則として20歳以上65歳未満で、一定の障害の状態にある方が対象です。条件を満たしているかどうか、ご相談を無料で承ります。お気軽にお電話ください。

安心の後払い制
障害年金がもらえなかった場合は代行費用はいただきません
代行費用は原則として年金額の2ヶ月分です

東京・池袋 障害年金相談センター (運営:くめかわ労務管理事務所)
TEL 03-3921-3981

電話受付 月曜~土曜10:00~18:00 (水・土は10:00~14:00) 面談は平日夜土日も可
豊島区南池袋2-49-7 池袋パークビル1階 (池袋駅東口6分、東池袋駅豊島区役所出口1分)

初回相談無料 着手金0円 代行費用後払い

過去受け入れたファミリーのご感想!

子供のグローバル教育にぴったり!

世界中に家族ができました!

Hello!

異文化に触れて視野が広がりました!

ホストファミリー 募集説明会 開催!

2025年夏、アメリカの高校生とご自宅で国際交流をしませんか?

●ホストファミリー未経験の方大歓迎! ●登録料無料・謝礼あり!

参加費 無料

先着 30家庭

<オンライン説明会日時>

4/11(金) 19:00~20:00

4/19(土) 10:00~11:00

4/26(土) 10:00~11:00



説明会のご予約はこちら

アメリカ高校生プログラム

以下日程で受け入れてくださるご家庭を募集中です。説明会に参加できない方もホストファミリー登録OK!

受入期間 ①2025年6月9日~25泊
②2025年7月7日~25泊

受入条件 エアコンが利用できる個室1部屋と朝食・夕食のご提供、都心中心部までおよそ70分




株式会社ネクステージ ホームステイインジャパン TEL:03-3866-0139

Email:support@homestay-in-japan.com
<https://homestay-in-japan.com/>

年齢・経験不問 直行直帰OK!

首都圏・仙台で 800人以上 活躍中

自分のタイミングで 配布できる



情報誌アリフト 配布員応募受付
☎0120-856-046
受付:平日10:00~17:00

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!

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

<p>報酬 ・配布部数による出来高制(月収例)2,000~10,000円程度</p> <p>内容 ・情報誌アリフト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。</p> <p>・アリフトはご自宅に配達されるので出社不要です。</p> <p>・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。</p>	<p>資格 ・月1回、火~土にお仕事できる方。</p> <p>・携帯電話をお持ちの方。</p> <p>※学生の方は不可です。</p> <p>勤務 ・ご自宅から徒歩圏内の地域。</p> <p>※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。</p>
---	---

<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 [Zoomでのお仕事説明もOK](#)

大買取祭 開催

色石 + 地金 + デザイン価格

K24金 19の買取相場

16,000円以上

金を売るなら今

25年前の金の15倍

歴史的 高値

ゴールドラッシュ 到来!!

金1gの買取相場 5,503,000円、3,200,000円、7,450,000円、7,737,000円

金メッキ品の買取も承っております!

他社でお断りされたお品物もご相談ください

ナニウルは買取出来るリサイクル品が豊富です

ご自宅で眠っているお品物

まとめて査定対応OK!

出張買取 遺品整理

※最短30分でプロの鑑定士が伺います

必ずアリフトをお持ちください(配布日より1ヶ月間有効)

査定無料!!

クーポン1 買取金額 10% 上乘せ!	クーポン2 買金額5点以上ご成約で / 10,000円 プレゼント!
クーポン3 買取保証 イミテーション 一袋おまとめ 3,000円	クーポン4 買取保証 テレホンカード ※未使用品に限る 700円

高く売るなら今がチャンス!

ナニウルは 買取専門店

ナニウル

上板橋店

東京都板橋区上板橋1-26-7 休日 不定休

営業時間 10:00~19:00

☎03-6906-8277

当店案内図



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/>



ARIFT | EVENT & NEW OPEN

今知りたい街のイベントや新しいお店をご紹介します

企画・編集: ARIFT編集部

EVENT 3.21 FRI

板橋映画上映会 おおやまレトロシネマ『キネマの天地』



年8回行う映画上映会。今回は『キネマの天地』を午前・午後・夕方の3回実施します。【監督】山田 洋次 【出演】渥美 清、中井 貴一 ほか



【時】①10:30、②14:30、③18:30 ※開場はそれぞれ開演時間の30分前 [会]板橋区立文化会館 小ホール(板橋区大山東町51-1) [交]東武東上線大山駅徒歩3分、都営三田線板橋区役所前駅徒歩7分 [料]1,000円 ※未就学児入場不可 [問]文化会館チケットセンター-03-3579-5666(9:00~20:00)

EVENT 3/23 SUN

子ども大人も楽しめる!ミュージカルコンサート ①おひるの部 ②午後の部



ディズニー作品やミュージカルナンバーを歌とパーカッション、マリンバ、ヴィオラ、ピアノの演奏でお届けします。①は0歳から、②は4歳からご入場いただけます。



【時】①12:30~13:20(12:00開場)、②14:30~15:50(14:00開場) [会]大泉学園ゆめりあホール(練馬区東大泉1-29-1) [交]西武池袋線大泉学園駅徒歩1分 [料]①大人1,200円(※2歳以下ひざ上無料)、②大人2,700円、中高生1,000円 ※①②ともに小学生以下500円※窓口販売有 [問]あらい arai.piano88@gmail.com

1/25 OPEN

ウイグル家庭料理店



ラム肉好きな方にはたまらない!本格的なウイグル料理店で定番はもちろん、アレンジ料理や店オリジナルのメニューも楽しめます。新疆名物ダーパンチーは一人前から注文OK。お得なランチセットもあり。



天山南路オアシス・ルート
TEL 080-6680-2703
板橋区上板橋3-5-1
東武東上線板橋駅徒歩4分
11:00~L22:00
(ランチは17:00まで)
不定休



EVENT 3.29 SAT .30 SUN

音楽、アート、スポーツを楽しめる ねりま 光が丘 Cherry Blossom Festa 2025



大道芸、お笑い、占い、テイルノサウルスレースなど盛りだくさん。景品がもらえるデジタルスタンプラリーや、土曜18時からは夜桜のライトアップもあり。



【時】10:00~20:00 ※3月30日は19:00まで
【会】東京都立光が丘公園(練馬区光が丘4丁目1-1)芝生広場・けやき広場
【交】都営大江戸線光が丘駅徒歩約10分
【料】無料 [問]ねりま光が丘地域力活性化プロジェクト実行委員会 090-1765-2482

EVENT 3.30 SUN ※雨天中止

地域のみんなで作るあげる 『常盤台桜まつり』



神田流神明ばやし、常盤台地区管内の小・中学校によるパフォーマンス、フラダンス、民謡おどりなど様々な催しが行われます。先着300名の大抽選会もあり。



【時】10:00~15:00
【会】板橋区平和公園(東京都板橋区常盤台4-3)
【交】東武東上線板橋駅徒歩約6分
【料】入場無料
【備】抽選券は12時ごろから配布予定
【問】常盤台地域センター 03-3559-6560

2/1 OPEN

インドゴルフスクール・練習場



全打席に高精度シミュレーターを完備した、レッスン受け放題&レンジ使い放題の定額制インドゴルフスクール・練習場。専用プロのゴルフレッスンを毎日いつでも何度でも受けられます。体験レッスンも募集中とのこと。



ZENGOLF ACADEMY
武蔵関店
TEL 050-5530-3216
練馬区石神井台7-13-10 七層ビル1階/
西武新宿線武蔵関駅徒歩7分/営業時間
は有人(レッスン・各種手続き)・セルフ
タイムそれぞれHPで要確認/定休日なし



BROOKS'S

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
コーヒーを飲む
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

48%
OFF!!

1,980円 税込

商品コード
28-1624
通常価格※1
3,810円

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/ヨーロピアンブレンド/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 リピーター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

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

送料 通常送料590円
(注文合計7,000円以上で送料無料)

●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 ①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。②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。

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!

d払い PayPay LINE Pay

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

J-GMA
公益社団法人日本通信販売協会
広告有効期限/2025年3月末日

創業25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

※サイズ等により金額あり

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。



ユニットバス システムキッチン 洗面化粧台 トイレ

創業25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
LIXIL2010~18 住まいのくらしキャンペーン
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
大好評につき
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
川口ショールーム
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をご相談に応じます。
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

※商品代のみとなります。サイズ・カラー、他にご用意しています。お問い合わせください!
【工期】マンション:1~2日間、戸建:2~4日間

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 67%OFF メーカー希望価格 920,000円 303,600円
LIXIL リノビオV1216 67%OFF メーカー希望価格 969,000円 319,770円	TOTO サザナWB1216 67%OFF メーカー希望価格 794,000円 262,020円	TOTO リモデル WY1418 ぽつからり床 67%OFF メーカー希望価格 1,215,000円 400,950円

システムキッチン

※商品代のみとなります。サイズ・カラー・I型・L型・対面式。お家に合わせてお選び下さい。
【工期】2日間

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 ノクト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 762,500円 305,000円	LIXIL リシアル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

※商品代のみとなります。写真はイメージです。

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

※商品代のみとなります。

- Panasonic レンジフード **49,410円**
- INAX オフト600 洗面化粧台 **34,560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 給湯器20号 **75,000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!

代表取締役 配島敏雄
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します。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に、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。

400㎡の膨大な自作作業場及び倉庫

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~

●和室をLDKに! 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
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。 **工事が20% OFF**

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!
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!
●住宅の劣化対策 ●耐震性アップ ●省エネ対策 ●高齢者対策 など
今がチャンス!ぜひ一度ご相談のお電話を

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~**
くらくく予算パック **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
- シャンブードレッサー
- 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

川口市 青木 H様邸 北区 赤羽 M様 板橋区 常盤台 T様邸

フルリノベーション

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。
1㎡あたり **47,080円~**

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

内装を新築のように戸建て内装フルリフォーム
・水廻り・システムキッチン・ユニットバス
・トイレ・洗面台・クロス・フローリング

蕨市 塚越 N様邸 川口市 青木 H様邸

屋根葺き替えパック

（施工面積に応じて明瞭見積致します）

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

0120-666-408 土・日 祝祭日 営業

電話受付時間 9:00~19:00 水曜定休日

ホームページ公開中! 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
Tel.03-6661-8104 Fax.03-6661-8105

お店の近くに駐車場がございます。



お腹のぷよ肉 背中のハミ肉 糖質制限の必要なし!
 40~60代に好評! 漢方薬局ダイエット!!
 8年連続212店舗の中から 全国No.1漢方ダイエットカウンセラーに認定されました(※薬理瘦身研究会)
 15年間で8200人以上が体験



昔の私
 渡邊清子さん(51歳)152cm

7ヶ月間で
 体重18.2kg減
 ウエスト8cm減

漢方ダイエットのメリット

- ✓ やせにくい理由の体質のチェックができる
- ✓ 太る理由・やせる理由がカウンセリングを通してわかる
- ✓ 糖質制限の必要なし
- ✓ やセルだけでなく、体質も変えられる

ネット予約 カウンセリング後のお客様の声 ダイエット情報



漢方・自然薬 ダイエット専門店

ヒルマ薬局 ☎0120-642-600 完全予約制

豊島区池袋本町1-46-5
 【営業時間】月曜日~土曜日9:00~20:00 【定休】日曜・祝日

痩せたい方は今すぐご予約のお電話を!



板橋区・四葉に 2023年10月開業 ご入居者様募集中

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

- バラエティー豊かな安全で美味しい食事
- 24時間介護スタッフ配置による安心の暮らし
- 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

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



プラン	全額前払い	一部前払い	毎月払い
前払い(室) ※年齢別1歳刻み ※2人でも同額	例)契約者85歳 1,488万円6年償却	例)契約者85歳 846万円6年償却	0円
敷金	0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)

開催日 3/27(木) セミナー&お食事つき

無料見学会 ご予約受付中 無料送迎

体験入居・個別入居相談も受付中(要予約・参加無料)
 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

お問い合せ・お申込みは、お電話またはQRコードから

見学会ご参加の方

焼きたてクロワッサン
 淹れたてフェアトレード珈琲
 ご用意しております

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

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