

# ARIFT

## 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  
**6** 6/13

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  
TEL045-514-1416



service  
**約400人が勤務する大泉学園  
複合施設で、スタッフ募集!**  
医療、介護、リハビリ、職員が部門を超え連携し地域の患者様、入居者様、利用者様の健康をチームで支えています。看護・介護・医療ソーシャルワーカーなど、ご自宅の近くの職場で働きませんか?

shop data  
**(医) 健育会 ねりま健育会病院**  
TEL03-5935-6102 練馬区大泉学園町7-3-28  
先輩たちを取材した仕事のやりがいはこちら→



梅雨だるな日も笑顔で。  
**心と体を整える  
ごほうびアイデア7**

食欲を刺激するスパイシーな香り  
蕎麦屋のカレーメニュー

イベントニュース&ニューオープン

人と地球に優しいカフェ  
はぐくみ  
横野 大海さん  
板橋区大山町

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。

## 外壁塗装・屋根塗装の専門店

**梅雨シーズン到来! 雨漏り対策**はお済みですか?  
あなたのお家は大丈夫? 雨漏りは屋根以外からも発生します。  
**雨漏り発生箇所ランキング**

<b>第1位</b> ベランダ・バルコニー	外壁、ベランダ床や取っ手部分、排水周り、サッシ周りなど	<b>第2位</b> 屋根	屋根材のひび、谷桶、天窓周りなど
<b>第3位</b> 外壁	コーキング劣化、色落ち、屋根との取り合いなど	<b>第4位</b> 雨どい	割れ・詰まり・勾配不良などでの排水不良による雨漏りなど

雨漏り対策は、安心安全を提供する「住まいるペイント」へ!

ショールームでお待ちしています

株式会社住まいるペイント  
代表取締役  
**堺 俊之**

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

〒177-0044 東京都練馬区上石神井2-8-20  
グリーンハイネス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)

お問い合わせはこちら

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!

**お見積特典**

リフォームで叶える  
家族が幸せになる  
手帳! **一般発売中!**  
3,850円(税込)

**住まいるペイント プレゼント!**

住まいるペイント手帳  
公式ホームページ

# 1 体を想うカフェで美味しく健康に

おでかけ

“美味しく体に良い”ガレット、スムージー、アサイーボールのお店。公認スポーツ栄養士監修のもと計算し尽くされた料理は味、栄養、ボリュームに満足できるものばかり。

サーモンエビアボカドガレット.....1,280円  
サーモン、エビ、アボカドで抗酸化!肌・骨・脳を若々しく保ち、動脈硬化も予防。  
オレンジバナナセロリスムージー.....500円  
トリプトファン、カルシウム、アピインでストレス軽減。ビタミンCとミントでリフレッシュ。  
ぶどうオレンジスムージー.....500円  
フィットケミカル、ビタミンA・C・Eで抗酸化、イソフラボンは更年期対策に。  
パーフェクトアサイーボール.....1,100円  
アサイー本来の美容や健康予防効果に加え、腸活デトックス、アンチエイジング、カルシウムアップ効果が期待できるお店オリジナル配合の一品。

人と地球に優しいカフェ はぐくみ  
/03-5926-3340/板橋区大山町2-2/平日11:00~19:00・  
土日祝11:00~19:00/年中無休



# 梅雨だるな日も笑顔で。心と体を整える

ごほうびアイデアア〜

梅雨の気温差や湿度で「なんとなく不調」になりがちなの季節。そんな日こそ、自分をいたわるごほうび時間を過ごしましょう。心と体を整えるおすすめスポットやアイデアをご紹介します。

情報はすべて取材時のものになります。企画編集・ARIFT編集部

## 2

おでかけ

### 色のちからで心をスッキリ

選んだ色から心の状態を読み解き、本音やストレスの原因に気付く「カラーセラピー」。気分が沈みがちな梅雨の時期に、心地よく感じる色を選んで自由に塗るだけで気付けば呼吸が深まり心がデトックスされたようにスッキリ。「頭がからっぽになって心地よかった」という利用者の声も。

「色のチカラで心が整う」カラーセラピー&色ぬり体験ワーク-虹バージョン-」2,200円(60分)※期間限定価格(7月31日まで)  
心地よく感じる色を選んで塗る色ぬりワークと、気になる色から気持ちをひもとくカラーセラピーで自分の心にそと寄り添う時間を。オンライン・日曜対応も相談を。



癒やしと学びのサロン花唄/練馬区高野台1丁目/  
10:00~17:00/土曜隔週・日曜定休(ほか不定休)



# 3 ヨーガセラピーで心身デトックス

おうちで

「ヨガ=運動」だけではなく心と体、そして“生き方”を整える「ヨーガセラピー」。決められたポーズを正しくするのはなく、その日の体調や心の状態に合わせて無理なく行えるため、体が重く感じやすい梅雨の時期にもぴったり。健康と暮らしに役立つ実践的なヨガを紹介します。

ヨーガ・セラピーフォーラム 2025 未来の社会を支えるヨーガ療法〜ヨーガができる次世代の健康戦略〜 6/21(土) 19:00~21:00 ほか全13講座 ~19,800円

主催: NPO法人ヨーガ療法士協会  
ヨーガ・セラピー・フォーラム  
info@yogatherapyform.com



# 4 老舗の味噌パワーで梅雨を快適に

おうちで



体を内側から温め胃腸の働きを助けてくれる作用があるほか、疲労回復や免疫力アップ、食欲増進効果など梅雨時期の様々な不調をサポートしてくれる味噌。温かい味噌汁にして飲むと◎。天保10年(1839年)創業、都内唯一の味噌蔵『糀屋三郎右衛門』では、丹精を込めて手づくりした深みのある味わいの味噌を楽しめます。



糀屋三郎右衛門/03-3999-2276  
/練馬区中村2丁目29-8/10:00  
~17:00/土日祝定休



# 5 アロマで気軽に気分転換

おうちで



キャンドルの炎のゆらぎはリラックス効果、アロマの香りは嗅覚を通じて脳に直接働きかけ、自律神経を整える効果が期待できます。アロマキャンドルやリードディフューザー、バス&ボディケアグッズなど世界各国の様々なフレグランスアイテムを販売。日本国内ではここでしか手に入らない希少なアイテムも。



リッチキャンドル/  
03-6909-4789/板橋区南常盤台2-5-14  
ホープ南常盤台1W/10:00  
~18:00/日祝定休



# 6 梅雨の重だるさに寄り添う温めケア

おでかけ

国産・無農薬の草を使い、一つひとつ手作りされた黄土100%の座器で30分蒸す「若よぎ蒸し」は梅雨の時期特有の体のむくみやだるさ、頭痛などを解消。よもぎの香りに包まれるリラックス効果もUP。冷え性・ダイエット・シミしわ・自律神経・便秘・更年期など多岐にわたるお悩み改善にもアプローチ。



改の草/美の草/艶の草 各6,500円 ほか



若よぎ蒸し Nサロン  
/090-1698-9857/  
板橋区大山町東/10:00~20:00/完全予約制/不定休



# 7 豆腐、梅、昆布で体の熱を冷まそう

おうちで



崩し豆腐、梅、しらす、昆布の和スープ  
【材料・2人前】豆腐1丁・梅干し3個・しらす20g・昆布(5×10cm程度)1枚・すりおろし生姜少々  
【作り方】①鍋に水400mlと昆布を入れて中火で加熱し、沸騰直前で昆布を取り出す。②梅干しを潰す。③ぐず豆腐と梅干し、しらすを入れて煮る。④生姜をすりおろして入れる。

豆腐、梅、昆布で体の熱を冷まし、しらすでエネルギーチャージ!生姜は発汗を促し、梅は夏バテ防止にも◎

レシピ提供: 馬淵真友美 (管理栄養士ママ)



古河林業の家  
GREEN LIVING

総額

1.5億円を還元!

当選確率  
2倍!

展示場へのご来場で  
抽選券を追加で

1枚進呈!

終了間近! 6月30日まで!

ご成約キャンペーン

1等 抽選で 限定1棟 1,000万円 お値引き

2等 抽選で 90棟 150万円 お値引き

特別賞 20棟

片手で持てるくらい軽くて頑丈  
天然杉素材の「くりこまの椅子」  
1セット2脚プレゼント  
※ご成約された方に限ります。



抽選&発表日 2025年7月4日(金)

早期ご契約特典もございます

6月末まで 太陽光パネル 3kW分プレゼント!

※1等との併用は不可



WEB  
予約は  
こちら



森の恵みを、一邸に。

古河林業 150周年感謝祭 開催中



ご来場予約はこちらから! ご質問も大歓迎です

0120-93-5508

古河林業の家 石神井展示場

〒177-0042 東京都練馬区下石神井1-8-4 石神井住宅公園No.10  
営業時間/10:00~18:00

古河林業の住宅は、「東京ゼロエミ住宅助成金制度(東京都限定)」 「GX志向型住宅支援制度」の各助成金に対応しています

「拔牙」

と言われて諦めている方へ

精密根管治療は、できる限りご自身の歯を  
残すことを目指す治療法です。

精密根管治療とは?

目に見えない歯の根を治療し、ご自身の歯を  
できる限り残す方法です。精密な機器と技術  
で根の内部を詳しく確認しながら、丁寧かつ  
正確に治療。歯を長く大切に使うための重要  
な治療です。

マイクロスコープによる治療

複雑な歯の根の精密治療には、肉眼の限界を補うマイク  
ロスコブが不可欠です。当院では最新システムを採用し、  
肉眼で見えない細部も精密に診断・治療。これにより、困難  
だった症例にも経験に加え、より正確で安全を期した治療  
を提供し、歯の長期維持を目指します。

都外からも治療に訪れる方がいる当院では、患者さまご自身が納得して  
治療を選択して頂けるようご相談をお受けしております。「無理」とあきらめた  
方の治療実績を多数掲載しています。ぜひ、ご覧ください。

「歯を抜くしかない」と診断されたのであれば、精密根管治療で  
残せるか、30分無料カウンセリングで相談してみませんか?



根管治療  
ブログ



院長 石橋 卓大

2013年東北大学歯学博士課程卒業(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科口腔器官構造学分野所属  
・日本口腔インプラント学会

西武池袋線「大泉学園駅」徒歩2分

石橋デンタルクリニック大泉

治療の不安、治療法のセカンドオピニオンなどの  
ご相談もお気軽にどうぞ。

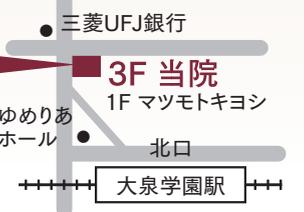
TEL.03-5935-8484

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 月 火 水 木 金 土 日祝

9:00-13:00 (最終受付11:30) ● ● ● ● ● ▼ -  
14:30-18:30 (最終受付18:00) ● ● ● ● ● ▼ -

▼ 9:30-13:00(最終受付11:30)  
14:00-17:00(最終受付16:00)





和の風味と海老天が  
絶妙なバランスの一杯

## 蕎麦屋の カレーメニュー

食欲を刺激するスパイシーな香り

### カレーカツ丼 900円

蕎麦に使用している出汁が入った手作りのカレーと甘じょっぱいカツ丼のタレがベストマッチ！一度に2つの味を堪能できる、ボリューム満点のカレーカツ丼です。スッキリした甘さが特徴の吸物もセット。

蕎麦食堂 いちち  
Tel.03-6826-9840 / 板橋区板橋2丁目61-4 / 月火木金9:00~16:00、17:00~19:00・水土9:00~15:00 / 日曜・祝日休み



### カレー南蛮そば(海老天入り) 1,050円

自家製のコシが強い麺と和風だしが効いたパンチのあるカレーが自慢。広い店内でご家族連れにもおすすめです。夏はつけカレー、秋はきのこカレー蕎麦も。海老天のほかに、揚げ餅トッピングも人気。

信州そば 佐久  
Tel.03-3921-1068 / 練馬区東大泉6丁目47-7 / 11:30~15:00・17:00~20:00 / 火曜定休



深い旨味とスパイシーなアクセントが融合した蕎麦屋のカレー。こだわりのそばつゆをベースに野菜やお肉のうまみが溶け込んだ心温まる逸品を召し上がれ。

### カレー丼 850円

創業44年、店主が自ら厳選した素材で作るカレー丼は、小麦とデンプンを独自配合。蕎麦つゆを活かしたピリ辛の味付けで、中華丼のような粘り気が特徴。座数もある広い店内は大人数の宴会にも利用できます。

もと橋  
Tel.03-3925-6000 / 練馬区石神井台6丁目1-14 / 11:00~20:00 / 木曜定休





厳選素材が織りなす  
秘伝の老舗の味

西武池袋線 練馬高野台駅から徒歩5分  
**24年度英検1級1名、準1級6名、2級(小2)5名、準2級(小4・小2)12名 合格！英検、TOEIC、G-TECの合格なら当校へ**

# 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。

ご入会時アリフト見たで

### 入会金 無料

ガウディア国語・算数体験会実施中！  
卒業生は中学受験塾の上位クラスに続々入会。

2025年7月10日迄

#### ガウディア(国語・算数)×STAR国内留学

初めてひらがなを学ぶお子さまには、書写の指導に力を入れています。少人数制で、一人ひとりに寄り添い、「褒めて伸ばす」指導を心がけています。隣の教室では2~3名の外国人講師による英語指導も行い、自然と国際感覚が身につきます。ガウディアで学んだお子さまの多くは、中学受験塾の上位クラスへ進んでいます。



9年連続英検奨励賞受賞(受検者数が多く成績が優れている団体を表彰し栄誉を称える賞)本校では今年度も5月・10月・1月に英検を実施いたします！大学講師・NY州元高校教師・英検面接官在籍。幼稚園児から社会人まで23年の英検で182名が合格！うち準1級6名。[写真]S.O.さん 小学4年生 5級合格

#### スターインターナショナルプリスクール&英会話

Tel.03-3904-6058  
練馬区高野台1-14-8ハイムミルフィュー103  
9:00~21:00/不定休  
学習教室ガウディアの詳細は、右QRよりご覧ください



## 夏の主役は キミだ！

# 毎年大好評！夏の短期教室 参加者募集中！

～できる！という気持ちを育み、自信あふれる心と体へ～

### 水泳



水慣れから上手な泳ぎ方、上達のコツを丁寧に指導します。

### 体操



体幹を鍛えて、心身ともに揺るぎない土台をつくれます。

### ランポリン



充実した設備と経験豊富な指導員がお出迎えます。

### わんぱく



運動を楽しみながら、自立を促し健やかな心身を育みます。

お問い合わせ・お申込みは電話またはQRコードから



全世代に愛され続けて60年、心と体の健康づくり

## 大泉スワロー体育クラブ

OIZUMI SWALLOW TAIKU CLUB

大泉学園駅から徒歩10分

### Tel.03-3925-6006

お問い合わせ時「アリフトを見た」とお伝えください  
 練馬区東大泉4-31-6 営業時間 9:00~20:00 コインパーキング有  
 短期教室のスケジュールや詳細はお電話またはHPをご覧ください。ご質問なども大歓迎です！

# 🎁 読者プレゼント Special Readers Present



自然界の風を再現  
**BALMUDA**  
**The GreenFan**

3名様

EGF-1800-DK  
<https://www.balmuda.com/jp/greenfan/>

独自の二重構造の羽根により、大きく包み込む、やわらかな風を生み出す扇風機。従来の人工的で硬い風とは異なり、自然界の風のように浴び続けられる心地良さです。

3本セット×12名様

mizkan黒酢ドリンクシリーズ3種  
**りんご、ブルーベリー、ヨーグルト**

提供/株式会社 Mizkan  
<https://www.mizkan.co.jp/>

おいしく黒酢をとることができる黒酢飲料です。6倍希釈タイプなので水や炭酸水で希釈してお召し上がりください。500mlペットボトル入。



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/leCnn>

応募締切

2025年7月11日(金)迄

上記QRコードまたはURLよりスマホのアプリ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  
ARIFT6月号プレゼント係  
022-792-8101(平日10時~17時)

## Editor's Note ~ 編集後記 ~

街の方々の「頑張っね」という声にいつも助けられています。より良い媒体をお届けできるようこれからも頑張ります!(板橋区担当:佐伯)

この夏こそは、海洋深層水を汲み上げ夏は冷たく感じるといわれる大泉名水会のお水で喉を潤したいです。(練馬区担当:八倉巻)

6月号ではこの夏のイベントなど、わくわくする情報が満載。ARIFTが日常に新たな発見をお届けしていると嬉しいです。(東京エリア担当:中村)

**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/>

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 045-514-1416

●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。

# とにかくカットのうまい店見つけた!!

感染症などへの  
予防対策継続中

水カラーでできる  
グレイカラーにも注目!

ダメージをおさえられるので手触りも良好。  
明るめで艶やかな仕上がりが!

新規のお客様限定 2025年7月末日迄  
※ロング料金あり

- 骨格矯正カット**  
(シャンプー・ブロー・モルビドスチーム付) 通常 ¥5,500 ▶ **¥3,828**
- 水カラー+骨格矯正カット**  
(シャンプー・ブロー・モルビドスチーム付) 通常 ¥12,650 ▶ **¥8,228**
- 水パーマ+骨格矯正カット**  
(シャンプー・ブロー・モルビドスチーム付) 通常 ¥14,850 ▶ **¥9,328**
- 水カラー+水パーマ+骨格矯正カット**  
(シャンプー・ブロー・モルビドスチーム付) 通常 ¥23,100 ▶ **¥13,728**
- 水ストレート(縮毛矯正)**  
まっすぐすぎない自然なストレートに  
(シャンプー・ブロー・モルビドスチーム付)カット別 通常 ¥15,950 ▶ **¥9,328**

**hair&make Bamboo**  
tel:03-3923-7101

練馬区南大泉4-52-15-1F  
【営業時間】9:00~18:00  
【休日】毎週火曜日・第3月曜日

予約優先

予約が混み合っている場合がございますので、お早めにご予約ください。

詳細は [保谷バンパー](#) [ホットペッパー](#) 検索



ダメージレスを追求するバンパーの  
“水メニュー”(モルビドスチーム)とは…

ナノレベルのとても細かい粒子の蒸気を使用することでスチームが瞬時に毛髪内部まで浸透。髪が傷みにくく、しかもダメージ毛でも美しく生まれ変わらせることができます。使用する薬液も髪にやさしく、髪への負担が少ないので安心!



## 医師もすすめる”ホルミシス”

ホルミシスとは、医師も注目する低量放射線を使用した施術のことです。わずかな放射線が体内の活性酸素を強力に抑制し、ビタミンCやEをはるかに超える抗酸化作用を發揮。がん、心臓病、脳卒中などの生活習慣病や老化の原因とされる活性酸素を除去し、健康増進に寄与するとされています。医学博士 武井こうじ



こんな身体の不調に悩んでいませんか?  
①花粉症・アレルギーがツライ  
②肩こりがひどくてつらい  
③慢性疲労で悩んでいる  
④更年期障害がツライ  
⑤耳鳴りや冷え症に悩んでいる  
⑥神経痛・リウマチが痛い  
⑦肌が荒れている  
⑧トイレが近い、むくんでいる  
⑨など、身体の不調や女性特有の症状にお悩みの方へ。当サロンの「ホルミシスルーム」でスッキリ改善できます。

## ホルミシスルームとは?

ホルミシスは、微量のラドンや鉱石から発生する自然のエネルギーを体に取り入れ、免疫力や自己治癒力を引き出す方法です。疲労回復、足腰やさまざまな痛み、血行促進、活性酸素を除去する酵素の増加、エイジングケアなどの効果が期待できます。服を着たまま、お着替えは不要。椅子にゆっくり座りながらお友達と一緒にラドン浴を楽しめます。

Hormesis Wellness Salon  
**HWS**  
OIZUMI

自然の力で改善!

**美容・健康  
若返りに貢献**

心身バランスを整える  
癒しのひととき。今話題の  
「ホルミシスルーム」

ご予約はこちら

サロン情報は

施術の詳細は

寝つきが悪くて、眠りも浅いのですがホルミシスルームに入ったらその晩は良く眠れました。(70代女性)

一緒に体験した愛犬が、脱臼していた脚をピンと伸ばして飛び跳ねているのを見て驚きました。シートを購入したところ、小さな孫がよく一緒に眠りたがるようになりました。私本人もゆっくり朝まで眠れる様になりました。(50代女性)

体験中に身体が温かくなり、その後車のバッテリー交換をしたのですが重たいはずのバッテリーが軽く感じました。続けたいと思います。(40代男性)

—— アリフト読者限定クーポンで1,000円引き! ——

**MENU**

**ホルミシスルーム**  
(1回55分) **3,000円**

回数券を購入された場合は  
**初回体験無料**

**ホルミシスペット**  
**1,000円**

大切なペットと一緒に!  
※キャリーケースをご持参ください

**美尻イス「ビジリス」** **BIJIRIS**

お尻の形が垂れてきた、たるみケア、ポッコリお腹解消等の美容面と、トイレトラブルや軽失禁が気になるなどの健康面まで、下半身と骨盤底筋トレーニングをサポートします。

1回 20分 **2,500円**



大泉ホルミシスWellnessサロン

tel.03-5935-8475 完全予約制

練馬区東大泉3-31-11 (つつみ歯科医院となり)  
営業時間 10:00~19:00 日祝休

大泉学園駅北口より徒歩8分

アリフト読者 限定クーポン

ご予約時「アリフトを見た」とお伝えください

全メニュー **1,000円OFF**

有効期限 2025年7月10日まで

池袋駅20a出口より徒歩5分

**相続税専門で18年以上！  
相続税申告や生前対策はお任せください**

HPは  
こちら



土地の評価を得意としています。地主の方の相続税申告や生前の節税対策を専門にして18年が経ちます。5年10カ月以内に納めた相続税の還付請求も数十件の実績があり！まずはご相談を。

**佐藤和基税理士事務所**

TEL 03-6914-2640  
豊島区池袋2-51-15  
第3ハルタビル502号室  
10:00~20:00(土日祝は10:00~12:00)

池袋駅西口徒歩1分

**月々2万円～！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。頭金と金利が0円で月々2万円～の分割払いも可。学会の認定医でもある院長が直接治療を担当いたしますので、高技術で安心の低価格を実現しました。※院長が無類の猫&山好きですが、診察室に猫は不在です。



自由診療/矯正総費用(例)  
◇表側からの装置 約10万円～40万円  
成人・子ども 約60～68万円 ※頭金0・金利0・分割払いを承ります。治療の詳細はお気軽にお問合せください。  
◇裏側からの装置 上顎・下顎 90万円台

**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・祝休診  
(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方はご相談ください ※相談無料



**漢字クイズ**  
テーマ|花

なんと読むでしょう？

**“薰衣草”**

[ヒント]  
富良野市で有名な紫色で香りの良い花

— 46666 樹王

やりがいのある仕事をこの先も。キャリアチェンジや兼業も大歓迎です！



まずは、お気軽に  
説明会にご参加ください

**WEB説明会** 中野区・杉並区・練馬区・西東京市・武蔵野市対象  
ご自宅からお気軽にご参加いただけます。HPをご確認の上、ご希望の日時をご連絡ください！※3日前までにご予約ください。  
6月18日◎ 10:00～11:30  
6月24日◎ 10:00～11:30  
6月26日◎ 10:00～11:30  
6月30日◎ 13:30～15:00  
7月 4日◎ 10:00～11:30  
7月 7日◎ 13:30～15:00  
7月14日◎ 13:30～15:00

**対面説明会**

練馬区立区民産業プラザ Coconeri 3階研修室 公文式 吉祥寺駅前教室  
6月20日◎ 10:00～11:30 7月22日◎ 10:00～11:30  
7月30日◎ 10:00～11:30

近い将来、仕事ができる状況になったら考えたいという方も大歓迎です

「くもんの先生」をはじめませんか。  
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

お問い合わせはフリーダイヤル  
0120-834-414  
公文教育研究会 リクルートチーム

まずはホームページを  
チェック！  
くもんの先生 検索  
受付時間:9:30～17:30  
KUMON  
千代田区丸の内1-6-1丸の内センタービル18F

**練馬区にお住まいの方へ  
相続でお困りではありませんか？**

相続登記 遺言作成 家族信託 生前贈与 遺産継承

相続全般のご相談承ります  
「こんなこと相談していいの？」と  
一人で悩まず、まずはお問い合わせください。

ホームページから  
24時間無料で  
ご相談受付中 ▶



**ねりま相続無料相談**  
司法書士トネガワリーガルオフィス  
TEL 070-3660-1906

お問い合わせ時、「アリフト見た」とお伝えください。  
練馬区豊上2-3-12 パティナー桜台308



前職は公務員として地方行政に従事。公務員時代の、お一人お一人の立場に寄り添い、耳を傾ける姿勢で、皆様に接してまいります。どうぞお気軽に区役所の職員の時も、ご相談いただけます。代表司法書士 利根川 柁

**終活サポート vol.4**  
認知症対策の  
第一歩は「遺言」から

「認知症」という時に家族を困らせないために  
前回のコラムでは、家族信託や任意後見制度といった、認知症に備えるための仕組みをご紹介しました。これらは大変有効な制度ですが、「ちょっと難しい」「手続きが大変そう」と感じの方も多いのではないのでしょうか。そんな方に、今回はより身近にできる認知症対策として「遺言」の活用をおすすめします。  
実は、遺言も、認知症によるトラブルを未然に防ぐ、大切な備えの一つなのです。だから、認知症とは関係ないで「遺言」と思ったあなた。遺言は「自身ではなく、家族の誰かが認知症になってしまったときに効力を発揮します。」  
たとえば、「ご家族が「父・母・子ども2人」という構成だったとします。ある日、お父さんが亡くなり、相続が発生。ところが、お母さんがすでに認知症を発症していた。そんな場合、相続人全員で行う必要がある「遺産分割協議」が成立しなくなってしまう。こうなると、相続手続きはストップし、預金も不動産も分けられず、ご家族は大きな不安と負担を抱えることとなります。  
しかし、お父さんが生前に遺言を残していれば、こうした事態を避けることができます。遺言に従って財産を分けることで、認知症の方がいなくても遺産分割協議を経ることなく、相続がスムーズに進むのです。  
ご自宅やカフェでもOK！出張終活相談承ります。23区内であれば、ご希望の場所に伺います。  
24時間無料相談受付中！  
コンテンツLINE登録はこちら

相続・終活専門  
経験豊富な専門家が丁寧にサポート

**行政書士法人アズール**

東京都千代田区富士見1-7-8 第五日東ビル501号

一人で悩まず、まずはご相談を。  
TEL 03-6261-8997

お問い合わせ時、「アリフト見た」とお伝えください。

詳細情報は  
こちらから



代表 菊地 勇人

**アフラックから黄色や水色の「お手紙」が届いていませんか？**

それは、がん保険などの最新化をオススメするお手紙です！

リヴィンオズ大泉店4Fの『厳選ほけんプラザ』にお持ちください。

当店の20年以上の経験豊富なファイナンシャルプランナーが、あなたにピッタリのプランをわかりやすくご提案します。お気軽にご相談ください。  
取扱保険会社：アフラック・オリックス生命・メットライフ生命 など

**相談無料**

相続・資産運用・学費対策・年金対策・年金積立も、わかりやすくご案内いたします。



**厳選 ほけんプラザ**

保険ショップ

練馬区東大泉2-10-11 リヴィンオズ大泉店4F  
(西武池袋線 大泉学園駅より徒歩8分)

営業時間 10:00～20:00

TEL 03-3922-8777

24時間WEB来店予約OK

厳選ほけんプラザ

ホームページ



Instagram



3時間無料  
駐車券進呈



リヴィンオズ大泉店 4F

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。

—— まずは1度無料カウンセリングにご来院ください ——

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。

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/>





# スーモカウンターで

専任アドバイザーが  
お答え!

家  
づくりの  
悩みを

# 相談&解決



注文住宅建築の  
検討を始めるときに、  
**TOP5**  
困ったこと・  
気になったこと

- 1位** 最初に何から始めればいいのか分からない ..... **46.7%**
- 2位** 建築費用の目安が分からない ..... **40.6%**
- 3位** 自分たちに合った建築会社をどう探せばいいのか分からない ..... **36.4%**
- 4位** ローンを組めるかなど資金面のことが不安 ..... **32.8%**
- 5位** 何を見て探せばいいのか分からない ..... **25.1%**

※注文住宅動向調査2021(有効回答数:1884) / (株)リクルート調べ(調査協力:マクミル)

## スーモカウンターを利用するメリット

1. 収納が足りなくて片付かない... 子どもの足音も大丈夫かな(汗)  
そろそろ戸建てかなあ。週末スーモカウンターに行ってみようか

2. ドキドキするね 何も決めてないけど大丈夫かな  
こんにちは。まずはイメージだけでも聞かせてください

3. メーカーが多すぎて違いが分かりません 価格の相場も分からなくて  
比較しやすいように価格を記載した具体的な施工事例をピックアップします

4. 週末のたび、打ち合わせ時間は取れないなあ 相談後に何度も連絡が来たり、断るのが大変そう  
1日にまとめて複数社の打ち合わせを設定します。お断りの連絡も代行します

5. 家を建てるのは大きな決断。いざとなると不安になるなあ  
気になるお金の話も無料でまると相談できますよ

6. マンツーマンでしっかり相談できたのが良かったね。これからの進め方も分かったし  
しかも無料。もっと早く行っておけば良かったね!

## 無料講座 個別相談会

すべて無料

6/12 木 → 6/29 日

①10:30~ ②13:30~ ③15:30~  
(各回約90分) ※上記以外の日時での受付も可能

- はじめての注文住宅講座
- 注文住宅価格まるわかり講座
- ハウスメーカー・工務店選び方講座
- 個別相談会

### ■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!  
※事前予約制。



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

★ 全国**261**店舗※  
利用組数**47**万組以上※

※カウンター数/2025年4月末時点、利用組数/2024年3月末時点での集計結果 ※スーモカウンター新築マンションの店舗についてはHPをご確認ください

### ■無料講座・個別相談会のご予約、お問い合わせは

☎ **0120-300-829**

毎日受付 / 9:00~21:00(フリーコール)

「アリフトを見て」  
とお電話ください♪

ご自宅からも相談できます **家** から相談 **通話無料**



**SUUMO** スーモカウンター  
新築マンション・注文住宅



# 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

企画・編集: ARIFT編集部

EVENT 開催中 >> 7.21 MON

## ちひろ美術館・東京 ヒロシマ・トマト 司修展



広島への原爆投下から80年、戦争・空襲を体験した司修の作品を通して、改めて考えるきっかけを与える展示。88歳のいまでも思索と表現を続ける司修の世界を紹介します。



司修「まちんと」(信成社)より  
1978年/1983年 ちひろ美術館蔵

10:00~17:00(入館は閉館の30分前まで) / 月曜休館(7/21は開館) / ちひろ美術館・東京(練馬区下石神井4-7-2) / 西武新宿線井草駅より徒歩7分 / 大人1200円・18歳以下無料 ほか / 03-3995-0612

EVENT 開催中 >> 7.26 SAT

## 永井潔アトリエ館 第11回企画展 「絵画は語る—永井潔の構想画」



想像力豊かな画家、永井潔。彼が心惹かれた事象から構想を膨らませた異色作が勢揃い。江戸末期の加茂一揆に想を得た大作「歴史(油彩)」は必見です。



11:00~17:00 / 永井潔アトリエ館(練馬区早宮4-6-5) / 土曜のみ開館 / 東京メトロ有楽町線・副都心線平和台駅より徒歩10分、都営大江戸線練馬春日町駅より徒歩15分 / 一般300円・中学生以下無料 / 03-3991-9889

4/2 OPEN ハード系パン屋



国産小麦を100%使用したハード系がメインのパン屋。パリや東京で修業した店主が日常に寄り添えるパン屋を目指し開業。定番のカンパニュやバゲットはもちろん、カヌレや全粒粉を使用したスコーンなども人気。

## Boulangerie Tsukasa KIMURA

https://www.instagram.com/boulangerietsukasakimura/  
練馬区春日町6丁目16-3 / 都営大江戸線光が丘駅・練馬春日町駅より徒歩8分 / 9:00~売り切れ次第終了 / 火水定休



EVENT 6.27 FRI

## 板橋映画上映会 おおやまレトロシネマ『雨月物語』



戦乱の世を舞台に、人間の欲や因果、生と死、怪異が交錯する物語。14:30の回は元日本大学教授の田島良一氏による30分のアフタートーク、18:30の回は冒頭に生演奏あり。



開演10:30・14:30・18:30(開場は開演時間の30分前) / 板橋区立グリーンホール 2階ホール(板橋区柴町36-1) / 東武東上線大井町駅より徒歩5分・都営三田線板橋区役所前駅より徒歩5分 / 1,000円 / 文化会館チケットセンター 03-3579-5666 (9:00~20:00)

EVENT 6.27 FRI >> 8.11 MON

## 板橋区立美術館 2025 イタリア・ポーロニャ国際絵本原画展



イタリア・ポーロニャで開催された児童書のためのイラストレーション・コンクールの入選作品を紹介。特別展示として、エンリケ・モヘイラとシドニー・スミスの作品も展示。



9:30~17:00 / 毎週月曜・7/22休館(7/21・8/11は開館) / 板橋区立美術館(板橋区赤塚5-34-27) / 都営三田線西高島平駅より徒歩14分 ほか / 一般900円 ほか / 03-3979-3251

7月 OPEN もんじゃ焼き屋



明治四年創業、豊洲水産仲卸直営の人気店が板橋区初出店。魚介・鶏ガラ・香味を独自ブレンドした自家製だしのもんじゃ焼きは濃厚な旨みが絶品。名物は毎朝市場から直送の大ぶり明太子をまるまる一本乗せた「明太子もちもんじゃ」。

## 月島もんじゃ おこげ 大山

https://www.instagram.com/okoge\_monja/  
板橋区大山町30-15 / 東武東上線大山駅より徒歩3分 / 11:00~23:00(フードL.O.22:00・ドリンクL.O.22:30) / 年中無休



オレンジ色の看板が目印 笹目通り沿い

オートバックス練馬店 TEL.03-5910-0189

【有効期間】満3日の2ヶ月前から車検が受けられます!

車検のご予約はお電話かHPから



# 日本最大級\*の車検ネットワーク オートバックス車検!



当店はオートバックスアワード受賞店です

\*自社調査:カー用品専門店における指定工場および認証工場の合計544拠点(2022年3月現在)



車検基本費用  
合計

ワゴンR・ムーヴ・ライフ・ミラ等  
軽自動車の場合

48,900円~ 税込

法定費用  
・重量税 6,600円  
・自賠責保険 17,540円  
・法定手数料 1,600円

作業費用  
・車検基本工賃 税込13,260円  
・検査機器使用料・検査代行手数料等 税込9,900円



愛車のキレイが  
ここですべて揃います!



カーコーティング技術認定店

圧倒的な輝きと美しさ 洗車とコーティングのプロショップ

1番人気 イチオシ CRYSTAL KeePer. クリスタルキーパー

透き通るガラス被膜で1年に1回、新車に戻る新しいカラーライフのカタチ。

割引特典使えます! 詳しくはお問い合わせください!

公式WEB  
予約サイト

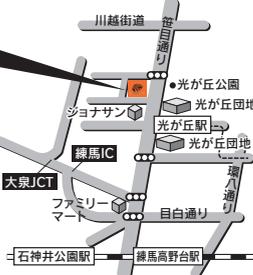


オートバックス練馬店  
TEL.03-5910-0189

練馬区高松6-35-1  
10:00~19:30  
店休日はHPをご覧ください



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



他のどこにも載っていないアリフト読者限定クーポン!

車検基本料金から

2,000円割引

※他クーポンと併用不可  
ご予約時「アリフト見た」とお伝えください。  
2025年7月10日まで有効

カーコーティング

10%OFF

※他クーポンと併用不可  
ご予約時「アリフト見た」とお伝えください。  
2025年7月10日まで有効

# JOB 求人情報 information

ア=アルバイト パ=パート 正=正社員 契=契約社員 嘱=嘱託社員  
委=業務委託 派=派遣スタッフ 紹=紹介要員

就業場所における受動喫煙防止のための取組について

- 敷地内禁煙、又は屋内禁煙
- 敷地内禁煙、又は屋内禁煙(屋外、又は屋内に喫煙所有)
- 屋内喫煙可

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。

ARIFT読者に聞きました /  
履歴書を書くときに  
気を付けていることは？

誤字 簡潔 分かる 職歴 記入 見やすい ボールペン  
心がける 相手 伝わる 文章  
わかる 手書き **丁寧な読む** 資格  
具体的 **書くやすい** きれいな 細かい  
内容 出来る 欄 誤字脱字 記載 長所  
ポジティブな **文字** 志望動機 アピール 端的な  
間違えない 大きい 埋める 正直な

きれいに書く、丁寧に書くが一番多かった意見です。パソコンではなく1文字1文字心を込めて書くという方もとても多かったです。またありのままを書く、うそを書かないなどの意見も。貼付する写真は写真屋さんで撮ってもらうという方もいました。

ARIFT調べ  
アンケート期間2023.8.1~9.15  
ARIFT読者1035名  
企画・編集:ARIFT編集部

年齢・経験不問  
直行直帰OK!

首都圏で  
500人以上  
活躍中

## Wワークに! ちょっとしたお小遣い稼ぎに! スキマ時間で上手に稼ごう

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



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

### 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。  
・アリフト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。

〈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 横浜西区みなとみらい3-3-3 横浜コネクスクエア11F

Zoomでの  
お仕事説明もOK



## 新富運輸ドライバーのお仕事 / 「社員思いの会社」と言われる理由は?!

Q 前職は何をされてましたか?

A 前職もトラックドライバーでした。管理職だったので収入で悩んでいた時にここに勤めていた知人からお話をもらったのがキッカです。

Q 前職と比べて収入は変わりましたか?

A はっきり言って明らかに良くなりました。給料の額が明らかに違うのが分かります!

Q 基本夜行便がないので、車中泊もなく家で休めると聞いてますが本当ですか?

A はい、基本ないです。たまに遅くまでの配送になったとしても次の配送の時間など無理のないスケジュールを組んだり調整してもらえるので助かっています。

Q スポット便の良いところは何かですか?

A ルート便と違って、スポット便は毎日違う所に配送するため、新しい発見もあったりして飽きないです!また急な休みでも融通をきかせてもらいやすく、イザというとき助かっています。有休も取りやすい環境です。



Y.Oさん 入社2年



## 新富運輸 スポット ドライバー募集!!

正社員

給与 月給25万~50万円

内容 各企業様より依頼を受けた配送を担当するドライバー業務です。

勤務時間 5:00~14:00  
7:00~15:00  
8:00~18:00  
※実働8~10時間(休憩・残業含む)

給与 日曜日・祝日・隔週土曜日

待遇 社会保険完備・交通費支給・制服貸与・車通勤可・閑散期手当(昨年実績年5回)・BBQなどレクリエーションあり・社員寮あり

資格 準中型免許以上をお持ちの方  
※入社後に中型・大型免許取得可能(費用当社負担)

勤務地 新座ロジセンター・川越車庫・練馬本社

新富運輸株式会社

新座市馬場4-13-5  
新座ロジセンター ☎048-487-8106

本社:東京都練馬区西大泉5-23-7



お申込みは  
お電話か当社HP  
又はメールでもOK!

office@shintomi-unyu.com/

HP▶



# 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

**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今がチャンスです!!  
**5%OFF** 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  
**2.0%**  
お支払いは便利な分割払いで!

**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。お電話ください!即日お問い合わせ致します!  
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。

**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

**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 632,000円 <b>221,200円</b>	LIXIL BW1216 65%OFF メーカー希望価格 612,000円 <b>214,200円</b>	LIXIL リデア1616 67%OFF メーカー希望価格 968,000円 <b>319,440円</b>
LIXIL リノビオV1216 67%OFF メーカー希望価格 999,000円 <b>329,670円</b>	TOTO ササナWB1216 67%OFF メーカー希望価格 794,000円 <b>262,020円</b>	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 <b>400,950円</b>

**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 シェラS型 W1950 標準プラン 70%OFF メーカー希望価格 693,500円 <b>178,050円</b>	クリナップ ラクエラW1800 65%OFF メーカー希望価格 511,400円 <b>178,990円</b>	Panasonic Vスタイル W2250 70%OFF メーカー希望価格 812,900円 <b>243,870円</b>
LIXIL ノクトW2100 65%OFF メーカー希望価格 685,000円 <b>309,750円</b>	TOTO ミッチ W2550 60%OFF メーカー希望価格 762,500円 <b>305,000円</b>	LIXIL リシカルW2550 44%OFF メーカー希望価格 851,000円 <b>476,560円</b>

**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 121,500円 <b>53,460円</b>	LIXIL Jフィット 45%OFF メーカー希望価格 297,500円 <b>163,625円</b>
クレヴィ 55%OFF メーカー希望価格 607,000円 <b>273,150円</b>	LIXIL ルミシス W1230 45%OFF メーカー希望価格 660,000円 <b>363,000円</b>

**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 **38,080円**
- リンナイ 給湯器20号 **75,000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に、社員一同努めてまいりますので卒エービーシーホームをよろしくお願いたします。

400㎡の膨大な自社作業場及び倉庫

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ご紹介ください!  
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~**

近所ご挨拶 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** マンションリフォームを得意とする職人がいます。お気軽にご相談下さい。

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  
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 436万円~** (延床面積20坪の場合)  
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) **1,980円~**  
工事費込み

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

■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





理学療法士と作業療法士が協力し、ご本人に適した専門的な機能訓練を提供いたします。

歩行訓練

「スパイダー」を使用しての機能訓練

足の筋力トレーニング



## サービス付き高齢者向け住宅 介護付有料老人ホーム

リーシェガーデン大泉学園 入居施設をお探しの方、親御さんが独り暮らしでご心配な方、ご家族が認知症で悩まれている方など、お気軽にご相談ください。

お部屋での御面会・ご家族との外出・外泊も可能です

即入居可能

24H介護士常駐

理学療法士

作業療法士

手厚い介護

終身利用可

看取り対応可

介護ベッド付き

アクティビティ  
毎日開催

お気軽にご参加ください!

100万人のクラシックライブ

6/25(水) 14:00~  
クラシック音楽に明るい方だけでなく、馴染みのない方にも楽しんでいただけるライブです。是非ご堪能ください。



三味線演奏会

6/28(土) 14:00~



食事付き見学会も開催しております



アクセス  
バス 西武池袋線「大泉学園駅」よりバスにて「大泉風致地区」バス停下車、徒歩約2分  
お車 「練馬IC」から約15分  
※駐車場に限りがございます。お車で越しになる場合は、お申し込みの際にお伝えください。

東京都練馬区大泉学園町7-10-21 TEL.03-6904-5530



0120-652-165

受付/8:30~17:30(平日)  
施設の詳細はこちらから▶



介護のことで悩んでいませんか?

離れて暮らすご家族も、一緒にお気軽にご参加ください。相談員、機能訓練指導員、ケアマネジャー、看護スタッフなどがご相談に応じます。

リーシェガーデン 大泉学園 🔍 検索

見学会・介護相談会 6/25(水)・27(金)・28(土) 各日10:00~17:00  
※事前にご予約をお願いいたします

買取専門店 エコリング

EcoRing

# なんでも売れます

エコリングが安心なわけ

- 利用者数37万人!
- 業界最多の国内店舗数!
- 年間取扱いアイテム数48万点!
- 在籍鑑定士200名以上!

ノーブランドOK! 6月末まで

洋服強化買取  
キャンペーン!

エコリングを初めてご利用の方  
「アリフト見た」  
またはアリフト持参で

古着 10着

1,000円  
買取!

※お一人様1回限り  
※下着・靴下・水着は対象外

＼要らないモノを賢くお金に変えませんか?／

ポロポロでくたくたになっちゃったブランドバッグ、ジュエリー

捨てずにお持ちください!

家を出た息子、娘が置いて行った不用品・いただき物・引き出物・捨てられない物etc

若い頃買って着てない服、サイズを間違えて買ってしまっ



遺品整理  
実家の整理

↓ プロの鑑定士が対応



おいしい食事  
旅行  
自分にこぼろび  
欲しいものGET etc

あなたのご来店が社会貢献につながる! お持ちいただいたモノは、必要とされている方の手に届きます。

金 今が手放すチャンス!!

5年前 g/7,769円

g/15,437円

2025年3月21日現在



ご紹介キャンペーン実施!!

エコリング会員様 紹介する方  
ご新規様 紹介される方  
一緒にご来店

紹介された方の買取成立額に応じてお互いに特典GET!!

買取成立額5,000円以上で

紹介者と紹介された方両方に

古着1着  
2,000円  
買取保証クーポン

大泉学園店、和光店の店頭買取でご利用いただけます。  
※商品券、キャンペーン商品は対象外です。(詳細はスタッフにお尋ねください)  
※査定のみ、キャンセル時は無効です。  
※お洋服クーポン券は大泉学園店、和光店の店頭へお品物と一緒に持ちください。



エコリング 大泉学園店  
練馬区東大泉3-3-10 きのえビル103号  
0120-850-520



営業時間  
11:00~18:30  
定休日  
水曜日  
大阪府公安委員会  
第63118200002号



エコリング 和光店  
和光市丸山台1丁目11-2  
0120-266-850

