

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

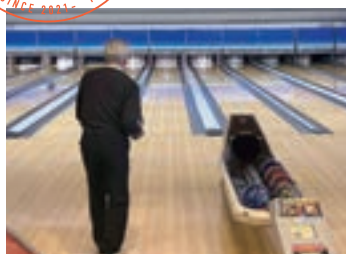
2025

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
**ARIFT持参で3ゲーム
お一人様1,650円!**
2025年7月10日迄 ※貸し靴別 ※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



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

板橋区の不動産売却・不動産購入

のご相談・無料査定はこちらまで。

つなぐ。答えへ。未来へ。

東急リバブル

ときわ台センター

無料税務相談

スマホでのご相談はこちら▶



無料法律相談

お電話でもOK!
即日回答いたします。

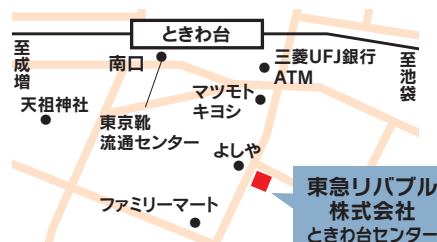


東急リバブル株式会社
ときわ台センター

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

1 体を想うカフェで美味しく健康に

おでかけ

“美味しくて体に良い”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。

サーモンえびアボカドガレット.....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、アビンでストレス軽減。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7

梅雨の気温差や湿度で「なんとなく不調」になりがちなこの季節。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っと寄り添う時間を。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、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

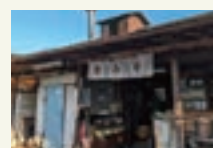


4 老舗の味噌パワーで梅雨を快適に

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



Ashleigh&Burwoodシグネチャー
コレクション アロマキャンドル 3,960円

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。



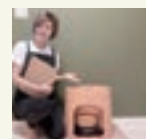
リッチキャンドル／03-6909-4789／板橋区南常盤台2-5-14 ホープ南常盤台1W／10:00～18:00／日祝定休



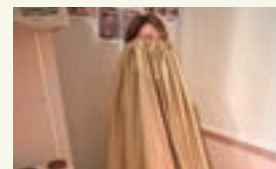
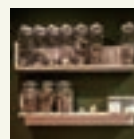
6 梅雨の重だるさに寄り添う温めケア

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「若よもぎ蒸し」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



若よもぎ蒸し 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くずし豆腐と梅干し、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)





**和の風味と海老天が
絶妙なバランスの一杯**

**カレー南蛮そば(海老天入り)
1,050円**

自家製のコン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





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

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 いけち
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・水士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**

自家製のコン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





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

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気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



気になる
チャンネル
ちょい見せ!

今月のインスタ
Check it out!

梅雨時の髪ハネやうねり…
バツときれいに隠せない?

忙しい朝でも簡単にできる可愛い
& こなれヘアをつくる髪まとめ
テクをご紹介します!

企画・編集 ARIFT編集部



投稿日: 2022.08.22

**長くなくてもできる!!
編んでるっぽい編みおろし**

半端な長さでも無理に編まずにゴムを使えば、毛がまとまりやすく、崩れにくい! 編み込み苦手なロングでもそれっぽくできそう!



hair.arrange_mimi

みみママさん
美容師の簡単時短ヘアアレンジ
ヘアアレンジ
投稿 / 1861件 フォロワー / 23.5万人

Follow me!



髪のプロがさっとできる簡単かわいいヘアアレンジを教えてくれるチャンネル。ヘアアレンジのコツやヘアケアのポイントなど、やってみたくなるテクがたくさんです。

投稿日: 2025.04.04

**寝癖のままでOK
ねじねじのやり方ゆっくり解説**

朝に嬉しい寝癖そのまま(笑)。
ゆっくり動画のほかにもポイント解説されているので、キレイにこなれ感が出せそう。



投稿日: 2025.04.26

**不器用さん ゴム1本こなれワザ
毛先が出ててもOKです**

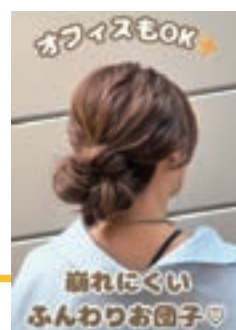
ゴム1本で垢抜けまとめヘアは便利!
特に慣れてしまえば忙しい朝はサツとまとめられるのが嬉しいですね。



投稿日: 2023.01.19

**ボブ・ミディアム
お団子アレンジ4選**

人気投稿の1つ。同じお団子でもいろいろアレンジができると、髪がハネてる朝も気にならずに楽しめそうです。



投稿日: 2025.04.18

**オフィスもOK★
崩れにくいふんわりお団子♡**

簡単なのにおしゃれ見え♪
スタイリング剤などのひと手間でこなれ感がアップするそう。
別投稿で崩し方もあるので参考に。

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

食欲増進！パンチの効いた辛さがクセになる♪
スタミナ満点・旨辛もつ鍋で梅雨バテ解消！

店舗詳細
はこちら



ご注文時切抜き提示で

キンミヤ焼酎 キープボトル 1本サービス

※5,000円以上お会計の方に限る
※度数20%のボトルのみ対象※ボトルお持ち帰り不可、
他特典との併用不可※2名様〜ご利用可

2025年7月11日迄

①会計時②注文時 切抜or撮影画面提示で

①お会計から10%OFF
②人数分の串焼きサービス

※①②のどちらかお選びください
※コースでのご利用不可、他特典との併用不可
※2名様〜ご利用可

2025年7月11日迄



地域に愛されて10周年、屋飲み大歓迎のもつ焼き居酒屋♪
看板メニューのもつ鍋はぷりぷりのもつがコラーゲンた
っぷりで女性に大人気！定番醤油味
の他、旨辛味がヤミツキ必至の辣醤
もつ鍋(3,553円/2人前)も絶品♪常
連さん一押しレバ串(209円)もおす
すめ！中心とろ〜りで焼き上げます。



串焼げん 大山北口店

TEL 03-6915-5509

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

≫地下鉄赤塚駅 3番出口より徒歩約8分

12時間、基本料金2,525円〜借りられる！
格安レンタカーで賢く快適なカーライフを♪

ご予約は
こちらから



ご予約時、アリフト見たで

火〜木の3日間！Sクラス限定！
16,610円→特別価格6,700円！

※火曜の貸渡限定となります。(水曜は定休)
※火曜の営業時間中貸渡〜木曜の営業時間中帰着。
※免責補償込。詳細は店頭にてお問合せください。

2025年7月31日迄

レンタカー料金表(一部です)

【公式アプリ会員登録で、もっとお得に！】

・Kクラス/軽自動車(12時間) 2,420円/アプリ会員価格
・Sクラス/コンパクトカー(12時間) 2,525円
..... 1日 4,400円/アプリ会員価格
・F1クラス/ファミリータイプ(12時間) 8,910円
..... 1日 11,000円/アプリ会員価格



地域密着の車屋が運営するレンタカー店です。新車だけで
はなく、整備士が選んで念入りに整備した優良中古車も取
り扱っているので、格安で利用がで
き、維持費も不要！用途に合わせて
選べる豊富な車種に加え、カーナビ
・ETC・ドラレコも装備(一部除く)。
お得なカーライフをサポートします。



ニコニコレンタカー練馬北町店

TEL 03-3559-2222

練馬区北町3-16-3/9:00〜20:00/水曜定休
各種クレジットカードご利用可
右記QRより公式アプリのダウンロードができます



≫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
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。治療の詳細は
お気軽にお問合せください。

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



牛たん好きを 唸らせる“牛辿”の 牛タンフェア開催

牛辿自慢の極上の厚切り牛タンをARIFT読者限定に特価でご提供。
凝縮された旨味が口いっぱいに広がる感動の牛タン体験をあなたに。

〈絶品〉厚切り極上牛タン

2,580円 → **1,980円**
(税込2,838円) (税込2,178円)

ARIFT
読者限定
7月10日(木)まで
※ご注文時に「ARIFT見た」
とお伝え下さい

牛辿盛り 5,500円
(税込6,050円)

黒毛和牛のユッケ
990円 (税込1,089円)

店内の様子と
A5ランクの黒毛和牛を
インスタ動画にて
配信中♪



焼肉 牛辿

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】

東武東上線ときわ台駅南口 徒歩30秒



ご予約はこちらから



Instagram



ARIFT読者限定クーポン

ご飲食代
1,000円引き

※お会計10,000円以上
※他クーポンとの併用不可
※2025年7月10日まで有効

ARIFT読者限定クーポン

人数分ドリンク
1杯無料 アルコール
もOK!

※一部対象外あり
※2025年7月10日まで有効

ARIFT

ARIFTと読者の皆様をつなぐ2つのメディアが誕生しました。
地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせします！

LINE WEBサイト

OPEN!

※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。

ARIFT アリフトWEB

ARIFTを気軽にスマホやPCで
ブランドサイト オープン！

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！

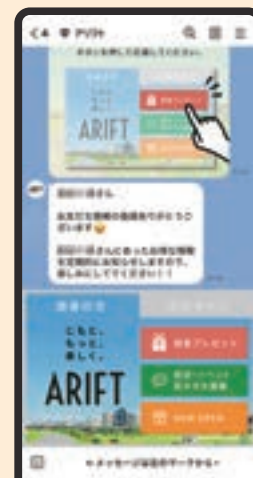
トップ画面
(PC版)

トップページで神奈川、東京、埼玉、仙台、山形の中から、お住まいの地域を選んで各情報へアクセス！
特集記事やグルメ情報、イベント、新店情報は最新号だけでなく過去の情報も見ることができます。

LINE

プレゼント応募が気軽に！
新店情報や街ネタの投稿も

お友達登録してプレゼントに応募しよう！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。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！



初心者から
上級者まで

きもの

を楽しむ、
初夏のひととき。

ホームページ

板橋校
Instagram

成増校
Instagram

浴衣着付レッスン

1レッスン(1回60分)
1,000円

この夏は、浴衣でお祭りへ。自分で着られるととっても楽しい。

- ◆浴衣の着方と帯結びについて学べます
- ◆レッスンは1回でも、何回でも！

きもの着付教室

1レッスン
ワンコイン **500円**
(全15回)

歌舞伎やお食事、街歩きなど、着物でちょっと特別なお出かけを。

- ◆小人数制でしっかり学べる！
- ◆自分で日時を選択できる！
- ◆土日も大歓迎です

「生徒さんに寄り添い、一人でも着物が着られるよう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。

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

イベント時は電話が繋がりません。ご了承ください

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

板橋駅・下板橋駅・新板橋駅より徒歩3分

講師も募集しております
詳しくはお問い合わせください

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障害がある場合に、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る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)

☎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
土日也可豊島区南池袋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

🎁 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「頑張てね」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届けられていると嬉しです。(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確認ください。

HOROSCOPE

6.1>6.30



♈ **おひつじ座**
3.21→4.19

コミュニケーション運上昇!フットワーク軽く興味のある情報や知識を広く浅く集められるでしょう。自分が面白いと感じたことを大勢で楽しむと吉。わがまま禁止が幸運の鍵!

Lucky color ピビッドカラー

♏ **おうし座**
4.20→5.20

金運上昇!将来の安定に繋がる投資を考えるのに良い時期。臨時収入なども見込めますが、お金だけではなく心の豊かさもupする予感☆心身ともにリラックスを心掛け健康に!

Lucky color ブラウン

♊ **ふたご座**
5.21→6.21

運気上昇!月の前半は、思いきり翼を広げて新天地にGo!の気持ちでチャレンジ。夢が叶うなど幸運の女神が微笑むでしょう。後半はのんびりモード。健康面は食べ過ぎに注意。

Lucky color ミントグリーン

♋ **かに座**
6.22→7.22

幸運期上昇!幸運の種は小さいかもしれませんが生きてきて良かったー!と思えることがありそう。新しいことにチャレンジもいい時期。疲れたときには瞑想でリラックスを。

Lucky color サーモンピンク

♏ **しし座**
7.23→8.22

友人運上昇!周囲の人から多種多様な恩恵を受けられそう。社交性を生かしてエネルギーに動き回しましょう。決め事は即断即決!が吉。健康面は怪我や熱中症に注意して。

Lucky color レッド

♏ **おとめ座**
8.23→9.22

運気上昇!柔軟な姿勢で物事に取り組むと評価が高まりそう。諦めずにチャレンジすることが吉。月の後半は、まっさらな気持ちでイメチェンすると新たな発見がありそう。

Lucky color ホワイト

♏ **てんびん座**
9.23→10.23

知的的好奇心運上昇!大きなチャンスが廻ってきそうな時期。やりたいこと、欲しい物があるときにはストレートにアピールしてみましょう。多忙な時期なので睡眠と休養は充分に!

Lucky color イエロー

♏ **さそり座**
10.24→11.22

冒険運上昇!誰かと深い絆で結ばれたり、遠くへ旅をしたり、新たな挑戦や勉強に挑んだり、人生の転換期のような冒険に出会えそう。臆することなく勇気を持って邁進を。

Lucky color ワインレッド

♏ **いて座**
11.23→12.21

パートナーシップ運上昇!自分の意見と異なる人へは恐れずに自分の考えをぶつけてみましょう。遠慮はしないほうがお互いの絆が深まります。健康面は、概ね良好です。

Lucky color ターコイズブルー

♏ **やぎ座**
12.22→1.19

イメージチェンジ運上昇!幸運の波に乗り、髪型やキャラ変など人生そのものを変えてみるのにも良い時期。転居、転職は情報収集が鍵。健康面は、徹底した自己管理で完璧に!

Lucky color ロイヤルブルー

♏ **みずがめ座**
1.20→2.18

カリスマ運上昇!知識不足などの紆余曲折を経て最終的には大逆転!そのパワーがカリスマとなりそう。良い出逢いも。健康面はハードワークからの自律神経系の病気に注意!

Lucky color シルバー

♏ **うお座**
2.19→3.20

家庭運上昇!親しい人を招いたホームパーティーなどでアットホームなひとときを過ごしましょう。お気に入りの音楽に癒やされるのも◎好きなことを目一杯楽しめる時期。

Lucky color スカイブルー

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。仙台の古いサロンララガーデン長町 開運館にて活躍中。

<https://www.instagram.com/makilmargaret/>

上板橋駅南口
徒歩**30秒**

👑 **ナニウル**

豊富な
買取品目が自慢

思わずにっこり 😊 高額査定!

お家に眠っているお品物、
なんでも買取ります!

最短3分!
スマホから
写真を送るだけ



無料LINE査定も
受付中!
アリフト見たとお送りください

金

を売るなら
今!

歴史的な高値!

16,438円/g

※2025年5月現在

金1g買取相場
驚きの25年前の**15倍**
ゴールドラッシュ到来!!

金メッキ品の買取も承っております!
相見積大歓迎!他社でお断りをされたお品物もご相談ください。

こんなのも買取ります!
捨てずに当店へお持ちください!

財布

洋服

お酒

切手

骨董品

テレカ

お客様の
目の前で査定を
いたします!

食器

スマホ

楽器

金券

カメラ

貴金属

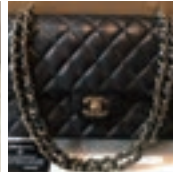
驚きの買取価格!実際の買取金額です



エメラルドPtリング
2,450,000円



ロレックス
3,500,000円



シャネルマトラッセ
580,000円

まずはなんでもお持ちください!
真心込めて査定いたします



全国13店舗展開中

お気軽に査定へ

👑 **ナニウル**上板橋店 **03-6906-8277**

東京都板橋区上板橋1-26-7 ◆営業 10:00~19:00 ◆不定休



選べる買取方法

店頭
買取

出張
買取

宅配
買取

お好きな買取方法で対応します!

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/>





Club Vision

デジタル化する社会における格差を解消する
信頼つながりと通しデジタルを用いて関係する皆さまのくらしを豊かに

Club Mission

全てのお宅にデジタル担当を
ご家族に関わる全ての方のくらしに安心と豊かさを



2025年 **10月14日** 火

Windows10 サポート終了



☐ 使っているパソコンが
Windows10か
わからない

☐ セキュリティ対策を
やりたい

2025年10月14日以降、Windows Updateを介したWindows10の
無料ソフトウェア更新プログラム、テクニカルサポート、
セキュリティ修正プログラムがMicrosoftから提供されなくなります。

☐ 新しいパソコンへ
データを引越したい

☐ インターネット環境を
再設定したい

パソコン・スマートフォン 修理・設定

累計実績

2万台!

⚠️ 要注意 2020年以前に購入されたパソコンをお持ちの方

Windows10相談

ご予約受付中!!

お近くのピーシーデポ
スマートライフへ
お電話ください!

ピーシーデポ スマートライフ **平和台BASE**

TEL **03-5922-9995**

東京都練馬区平和台4-19-10 ラグゼナ平和台 1F 営業時間10:30から19:00 (水曜日を除く)
パソコン修理、スマートデバイスのサポート「くらしのデジタルFamilyClinic」の受付は、18:00まで



アクセス

- お車でお越しの場合…環八道路(板橋・赤羽方面より)店舗を左折(練馬・石神井方面より)※駐車場右折進入ができませんので迂回をお願い致します
- 電車でお越しの場合…東京メトロ有楽町線 平和台駅より徒歩約7分

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『まちゃんと』(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 上井草駅より徒歩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

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



7月 OPEN もんじゃ焼き屋



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



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(板橋区栄町36-1) / 東武東上線 大山駅より徒歩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・ボローニャ国際絵本原画展

イタリア・ボロー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

年齢・経験不問
直行直帰OK!首都圏で
500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

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 横浜市西区みなとみらい3-3-3 横浜コネクトスクエア11F

アリフト配布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にありませんので、通勤時間などのロスなくお仕事をしていただけます。

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!

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。

勤務地 | 東武東上線 中板橋駅 徒歩8分

介護職【正・パ】

【正】月給315,000円～ 【パ】時給1,580円(介護福祉士)
※その他有資格者は時給1,480円

福利厚生が充実の介護職のお仕事
家庭をもっているでも働きやすいシフト制

内容 介護付き老人ホーム内での介護業務。食事や入浴の介助など、一般的な訪問介護の業務です。
資格 【正】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 ①7:30～16:30 ②8:30～17:30 ③10:30～19:30 ④16:30～翌10:30※休憩①～③60分④2h(夜勤)
給与 【正】月給315,000円～、別途処遇改善手当あり
【パ】介護福祉士時給1,580円、それ以外1,480円
夜勤1回 介福31,280円、それ以外29,680円
休日 【正】4週8休シフト制 【パ】シフト制 ※相談可
待遇 [各種手当]夜勤6,000円/回・土日(4h以上)500円～1,000円/回・年末年始(4h以上)500円～1,500円/回・介護福祉士資格毎月1万円・通勤(月3万円迄)、昇格・昇給、各種社保、食事補助、自転車OK



ALSOKグループの有料老人ホームです。
朝昼晩平均270円程度で食事を取れる食事補助をはじめ、福利厚生が多い職場です。
その他にも産休・ご家族の入居費割引など福利厚生が整った職場で働きませんか？

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 | 板橋区役所前駅より徒歩6分

清掃スタッフ【パ・ア】

時給1,250円～
※運転者には、運転手当(200円～600円)を別途支給

週1日～勤務可！扶養範囲内でもOK！
移動時間も時給が発生するお仕事です♪

内容 一般家庭の定期清掃・シェアハウス共用部の日常清掃・賃貸マンション退去後の清掃
※試用期間5日間(時給1,200円)
資格 普通自動車運転免許 優遇
時間 9:00～17:00の間で時間は応相談(例)9:00集合、9:30出発、10:00～16:00作業、(1時間休憩)、16:30帰社、17:00退勤★残業はほとんどありません。★現場までは車で送迎します。集合から移動、退社まで時給に換算してお支払いします。
休日 シフト制、日曜・祝日
待遇 昇給あり、制服貸与、休日手当あり、社会保険(条件あり)、交通費全額支給
応募 まずはお気軽にお電話にてご連絡ください。お仕事のご質問やご相談も大歓迎です！



未経験大歓迎！子育てママさんも活躍中！
お仕事は月ごとの自己申告制でライフスタイルに合わせて働ける！「扶養範囲内で働きたい」「ガッツリ稼ごたい」という要望にもお応えしますので、ご相談ください。

モーリーメイド板橋
Tel.03-5375-6333 担当/採用担当
板橋区氷川町46-4 カルチャーコーポアルファ2F

未経験でもOK! お仕事説明会随時開催中!



朝型の健康生活!早起きが得意な方のお仕事です!

朝9:00～15:00で
お仕事は終わり!

日中は自分の好きな
ように時間が使えます。

1日のお仕事の流れ

6:00～9:00 点呼、車庫整理など(この時間で乗務員さんと会話をします)
9:00～11:00 前日の売上集計、労務管理などの作業
午後 翌日の配車や、他個人ごとのお仕事など
15:00 帰宅

こんな方が
向いています

タクシー乗務員(21才～75才)とコミュニケーションが取れ、気配りが出来る人が向いています。信頼感が一番大切です!

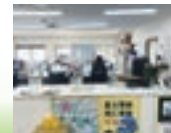


【職種】事務職(タクシー運行管理)
【給与】月給 25万円～30万円
【勤務時間】6:00～15:00(1hお昼休憩)
【休日】日曜・月4日、夏季・冬季休暇
【待遇】交通費全額支給、社会保険完備、賞与年2回 マイカー、バイク通勤OK
【有給休暇】入社半年後～10日間付与
【資格】普通自動車運転免許、Excel、Word初級程度



採用担当
より

運行管理は、現在3名のチームです。長く勤められる方が多く4年ぶりの募集です。
仕事は1ヶ月もあれば覚えられる内容で、先輩社員が丁寧に教えています。将来的に運行管理者の資格を取得してステップアップも可能です。和気あいあいとした雰囲気業務に取り組んでおりますので、まずは見学にお越しください。



新進タクシー株式会社 〒174-0046 東京都板橋区蓮根3-21-18

お問い合わせ時「アリフト見た」とお伝えください ☎03-3966-8301

交通アクセス 都営三田線「蓮根」駅下車徒歩7分
JR埼京線「浮間舟渡」駅下車徒歩10分

会社案内はこちら▶



このまちの、だれかのために。

葬儀ってもっと遠い世界だと思っていたけど、実際は“人のそば”にある仕事でした。

花祭壇・自由な葬儀プラン

終活に関する相談

生前整理・遺品整理

ペット葬



葬祭業務スタッフ

月給 **280,000円**～
頑張りに応じて収入が増えるお仕事です

内容 葬儀に関するお仕事全般
資格 経験不問、普通自動車運転免許ある方優遇、葬祭ディレクター1級の資格が取れます
時間 8:30～17:30 夜勤あり(夜勤手当あり。詳細は面接にて)。その他、夜勤のみ、メイクや司会のスポット勤務も可。

営業事務

月給 **220,000円**～
電話対応、書類作成、業務スタッフの補佐

休日 シフト制、週休二日、祝日の振替あり
待遇 昇給あり、交通費支給、受動喫煙防止の施策:屋内禁煙
応募 QRまたはお電話にてお気軽にお問い合わせ下さい。

さくら葬祭株式会社

〒170-0012 豊島区上池袋2-41-2 [ご応募はこちら](#) ☎0120-366-069 (担当: 福原)

お問合せ・
ご応募は
コチラ



QRよりメーカーが開きます

どなたでもご応募ください

クイズに答えて
プレゼント

さくら葬祭の会長のふるさと

栃木のお米2kgプレゼント

問題 池袋にある、人もペットも大切におくる葬儀社の名前は○○○葬祭



○の中に入るひらがな3文字をお答えください。正解者の中から抽選で3名様にお米をプレゼント。商品の発送をもって当選のお知らせとさせていただきます。お名前、年齢、住所、電話番号を記載の上おハガキまたはメールにてお米プレゼント希望とご記載の上ご応募ください。

6月22日は東京都知事選挙に行こう!

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!!

リフォームのことなら

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

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。

リフォームするなら今がチャンスです!!

5% リフォームローンキャンペーン

エービーシーホームの商材に限り

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%



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	LIXIL BW1216	LIXIL リデア1616
65%OFF	65%OFF	67%OFF
メーカー希望価格 632,000円	メーカー希望価格 612,000円	メーカー希望価格 968,000円
221,200円	214,200円	319,440円
LIXIL リノビオV1216	TOTO ササナWB1216	TOTO リモデル WY1418 ぽつからり床
67%OFF	67%OFF	67%OFF
メーカー希望価格 999,000円	メーカー希望価格 794,000円	メーカー希望価格 1,215,000円
329,670円	262,020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型 W1950 標準プラン	クリナップ ラクエラW1800	Panasonic Vスタイル W2250
70%OFF	65%OFF	70%OFF
メーカー希望価格 593,500円	メーカー希望価格 511,400円	メーカー希望価格 812,900円
178,050円	178,990円	243,870円
LIXIL ノクトW2100	TOTO ミツテ W2550	LIXIL リシエルW2550
65%OFF	60%OFF	44%OFF
メーカー希望価格 885,000円	メーカー希望価格 762,500円	メーカー希望価格 851,000円
309,750円	305,000円	476,560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	LIXIL Jフィット
56%OFF	45%OFF
メーカー希望価格 121,500円	メーカー希望価格 297,500円
53,460円	163,625円
クレヴィ	LIXIL ルミシス W1230
55%OFF	45%OFF
メーカー希望価格 607,000円	メーカー希望価格 660,000円
273,150円	363,000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 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
リンナイ 給湯専用 便器セット 33,100円	ノーリツファミ ガラストップ 69,300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 えば即対応!土日OK!夕 方18時以降もOK!



代表取締役 配島 健児

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・塗装の職人さん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!
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 総額**152万円**

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。

空家	ない	荷物が 入るまで 工事が できる	工事が できる	工事が できる	工事が できる
----	----	---------------------------	------------	------------	------------

工費が
20% OFF

お知り合いでエービーシーホームで
工事をした方がいらっしゃったら
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



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
-------	------	----	-----	-----	-----	------	-------

シリコン系塗料

期待耐候年数8~12年

428,000円~

ラジカル制御型塗料

期待耐候年数12~15年

591,800円~

無機系塗料

期待耐候年数15~20年

750,000円~

マンション

標準グレードパック

1,518,000円~

マンションリフォームを得意とする職人さんがいます。

お気軽にご相談下さい。

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 ●シャワーボードレジャー ●洋式トイレ・ ウォシュレット付交換 ●畳機交換 ●カギ交換 ●木枠塗装	●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 ●洗面化粧台交換 ●洋式トイレ交換 ●畳機交換
---	--

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~

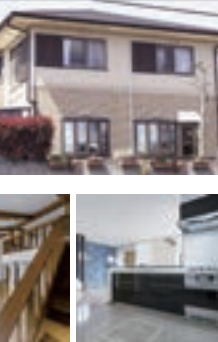
工期は半分

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
182万円~



蕨市 塚越 N様邸 川口市 青木 H様邸

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

0120-666-408

お問い合わせ info@abc-home.co.jp

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! www.abc-home.co.jp

川口 エービーシーホーム 検索

プロもやります!是非一度ご覧くださいね!

川口店
ショールーム

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



お車で越しの場合
お店の近くに
駐車場がございます。

あなたがリバウンドするのは… **代謝が落ちる理由！** **太る理由！** を知らないだけ!!

年齢のせいだと諦めていませんか?
体質が変わればすべて上手くいく!

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(※楽度瘦身研究会)

15年間で
8200人
以上が体験



昔の私

渡邊清子さん(51歳)152cm

詳しくはQRで
大変身

なかなか
痩せなかった
私が…

7ヶ月間で

体重**18.2kg減**

ウエスト**8cm減**

40~60代に
好評!

漢方薬局ダイエット!!

漢方ダイエットが選ばれる4つのメリット

- ✓ ヤセにくい理由の
体質のチェックができる
- ✓ 太る理由・ヤせる理由が
カウンセリングを通してわかる
- ✓ 糖質制限の必要なし
- ✓ ヤセルだけでなく、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



ヒルマ薬局
店長 比留間 健太郎

カウンセリングの流れ

1 どんなダイエット法
かをご説明



まず「なぜヤせるのか」をご説明
します。今までのダイエット経験も
いい、失敗の理由も判断します。

2 あなたに合った
方法をご提案



あなたの「太った原因」を突き止め、
それに合った「早くヤせる方法」をお話
します。だいたいの費用が出ますが、予算
のご相談もお気軽にどうぞ。

3 脂肪・体成分測定



すると決まった方のみカルテを作成。最
最新のマシンで体脂肪・内臓脂肪・水
分・筋肉・代謝など詳しく測定し、体の現
状・体質をわかりやすくご説明します。

4 オリジナル
メニュー説明



生活リズムも伺いあなたに合ったより
ベストなプランを作成します。漢方やサ
プリメントのご説明もさせていただきます。

漢方・自然薬 ダイエット専門店

痩せたい方は今すぐご予約のお電話を!

ヒルマ薬局 ☎0120-642-600

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

完全予約制

東武東上線
「北池袋」駅
徒歩5分



特典1

初回カウンセリング
通常3,000円が

0円

切抜きをご持参ください。
有効期限 2025年7月10日迄

特典2

無料カウンセリングを
ご予約された方に
ダイエットをサポートする
漢方茶を進呈!

切抜きをご持参ください。
有効期限 2025年7月10日迄

2025年度。気持ち新たに、
一緒にスタートしませんか?

入職支度金
住宅手当
制度あり

マイカー勤務
OK
昼食補助
あり

結婚・出産など
大切なライフイベント
をサポートする
充実の
福利厚生

子育て支援
制度・風土
ママさんナース
多数勤務

年間休日
約122日
残業基本なし
誕生日休暇
制度あり

入職支援制度ははじめました **最大20万円!** 詳細はお尋ねください

約400人が勤務する複合施設

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、ご入居者様、
ご利用者様の健康を支えています。

看護師募集

求人形態 ①正看護師
②パート看護師 常勤への移行もあり

給与 ①月給260,000円～ 夜勤手当含む
②時給 1,800円～
①②別途通勤手当支給

応募資格 正看護師 ブランク・再就職者、歓迎

その他 夜勤含め、働き方などは
ご相談ください

介護職募集

求人形態 ①介護職員
②パート介護職員 常勤への移行もあり

給与 ①月給186,100円～
②時給 1,170円～
①②別途、通勤手当・介護職員処遇改善手当を支給

応募資格 未経験応募可・介護福祉士優遇

その他 夜勤含め、働き方などは
ご相談ください



介護スタッフ
Sさん

医師や看護師とコミュニ
ケーションを取り、ご入
居者様の健康管理をサ
ポートしています。知識
や経験を活かす事がで
き、とてもやりがいを感じ
ています。



看護師
Mさん

年間122日の休日と、有
給休暇があるため、仕事
とプライベートの両立も
可能です! 誕生日休暇や
年末年始休暇もあり、家
族との時間を大切にでき
ますよ!



臨床検査技師
Kさん

日中のみの勤務なので、
プライベートの時間を持
てます。昼食補助や有名
テーマパークの利用割引
や会員制リゾートホテル
の利用も嬉しいです。

詳しくはHPをご覧ください



説明会・見学会開催中

大泉風致地区 〇↑至新座・朝霞方面
・セブンイレブン

ファミリー
マート
ヤマダ電機・家電館
デニーズ
至大泉学園駅

ねりま健育会病院
・あわ家惣兵衛

・ヤマダ電機テックランド
・大泉学園交番

練馬区大泉学園町7-3-28

病院・
介護施設の
運営

医療法人社団健育会

ねりま健育会病院

介護老人保健施設

ライフサポートねりま

ねりま健育会病院/
ライフサポートねりま看護部
ねりけんナースが日々の職場の様子を
おもしろおかしく発信しています!



ねりま健育会病院の
先輩たち取材した、
仕事のやりがいはこちら



TEL: 03-5935-6102 (採用係)