

ARIFT

東武練馬・成増

地域みっちゃく生活情報誌® / 812

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

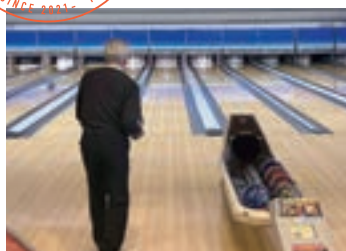
2025

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



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

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

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

住替・空家・相続など
不動産に関するご相談は

長谷工の仲介

検索

マンション・戸建て・土地 買取戸数実績 ※2024年12月末日現在

売却物件募集中 **8,213**戸 買取実績更新中!



長谷工の仲介

国土交通大臣(3)第8026号
(特)長谷工 リアルエステート
成増店

〒175-0094 東京都板橋区成増2-15-12 幸昇ビル1階
(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

FAX:03-5968-5506 e-mail:narimasu@haseko-hre.co.jp

電話から
0120-875-834

※通話料無料
お問い合わせ時「アリフト見た」とお伝えください

オンラインによる
ご相談も承ります。

スマホで無料査定
お気軽にどうぞ



成増駅徒歩2分



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に行えるため、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

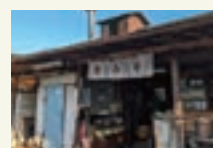


4 老舗の味噌パワーで梅雨を快適に

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。



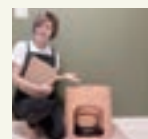
リッチキャンドル / 03-6909-4789 / 板橋区南常盤台2-5-14 ホープ南常盤台1W / 10:00～18:00 / 日祝定休



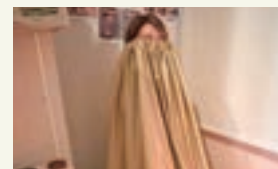
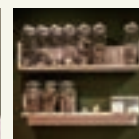
6 梅雨の重だるさに寄り添う温めケア

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 / 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)





40代からの新健康習慣

ルネサンスが 全力サポート!

女性専用 ホットヨガ

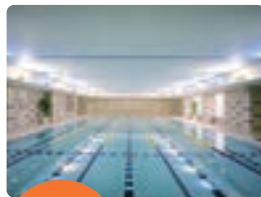
安心安全の女性専用!
初めての方から運動に慣れた方までお楽しみ
いただけるレッスンプログラムを多数実施し
ております

こんな人に
おすすめ

- 異性の視線やが気になる方
- 道具など、前に使っていた人が気になってしまう
- 女性ならではの悩みに寄り添ったプログラムを希望

プール

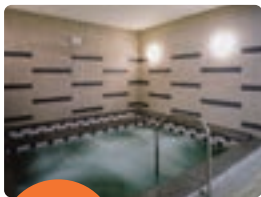
体力向上・筋力増強だけでなく、日常のスト
レス軽減にも!25m×5レーンで、どんな用途
でも快適にご利用いただけます。

こんな人に
おすすめ

- 天候を問わず快適にプールを使いたい方
- ジャグジープールなど、「泳ぐ」以外でも使いたい方
- ウォーキング、アクアプログラムなどをしたい方

サウナ

水風呂完備のサウナでリラックス最大化!「スポー
ツで動かす→サウナで整える」このルーティンは、効率
的な疲労回復と継続可能な健康づくりに最適です。

こんな人に
おすすめ

- 運動後に体の疲れをほくしたい
- ぐっすり眠りたい
- TVつきサウナで快適にととのいたい



ジュニア スイミング

2025年オリコン
顧客満足度®調査
総合1位

※ジュニア
スイミングスクール
小学生ランキング

1 2025年オリコン
顧客満足度®調査
総合1位

2 学校や他の
習い事に合わせて
好きな時間を
選べる!
土曜日は6つの
時間を用意!

3 駐車場完備!
雨の日も荷物が
多い日も
ストレスフリー

ジュニア
スイミングの
詳細はこちら

おためしで
最長5ヶ月使えてお得!

プール+サウナ会員
4,950円/月

プール・サウナが
使い放題!

ジム+サウナおためし会員
5,500円/月

ジム・スタジオ・
サウナが
いつでも使える!

夫婦でおためし会員
4,400円/月

※お一人
あたり

ご夫婦で全施設
いつでも使える!

健康70フィットネスおためし会員
4,400円/月

65歳以上なら、
全エリア使い放題!
【店頭入会限定】

まるごとおためし会員
6,600円/月

全施設い
つも使える!
【店頭入会限定】

最大
6,000円
お得!



RENAISSANCE

スポーツクラブ&サウナスパ
ルネサンス 赤塚24

板橋区赤塚新町2-6-2
月～金/9:00～23:00 土/9:00～21:00
日/9:00～19:00 水/休館日

TEL.03-5967-0109



くわしくはこちら▶

2025年度。気持ち新たに、 一緒にスタートしませんか?

医療法人社団 健育会

大泉学園複合施設

ねりま健育会病院
ライフサポートねりま

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 プランク・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

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

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よ。



説明会・見学会開催中

大泉風致地区 至新座・朝霞方面
セブンイレブン

ねりま健育会病院
あわ家惣兵衛

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

至新座・朝霞方面
セブンイレブン

ヤマダ電機・
家電館

デニーズ

至大泉学園駅

練馬区大泉学園町7-3-28

詳しくはHPをご覧ください



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

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
ねりま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!

TEL:03-5935-6102(採用係)

≫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、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



≫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
かつての自信と笑顔を取り戻しませんか？

LINEから
ご予約OK



ご予約時orご来院時「アリフト見た」で

毛髪チェック 無料
カウンセリング

マイクロスコープを使って頭皮や毛髪の状態を詳しくチェックします。※初回限定
※ご予約はお電話、LINEにて承ります

2025年7月31迄



薄毛には育毛剤や発毛薬が必要だと思っていませんか？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い育毛活性化を目指します。薬を使い続ける必要はありません。色々試したけれど効果がなかった方、不安に感じている方をご相談下さい。詳細は右下QRコードをご覧ください。



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



≫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

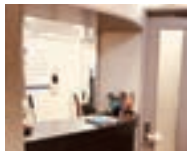
お気軽にお問合せください。

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



≫東武東上線 上板橋駅徒歩7分、東武練馬駅徒歩11分

今年の夏こそ、無理なく健康的にダイエット始めませんか？
リバウンドしない身体づくりを目指すダイエット専門サロンへ！

ご予約は
LINEで



ご来店時このアリフト持参で

ダイエットカウンセリング
通常5,500円→1,980円

※初めての方に限らせていただきます
※ご予約はLINEまたは電話にてお願いしております
※耳つぼ体験付

2025年8月7日迄

ご来店時このアリフト持参で

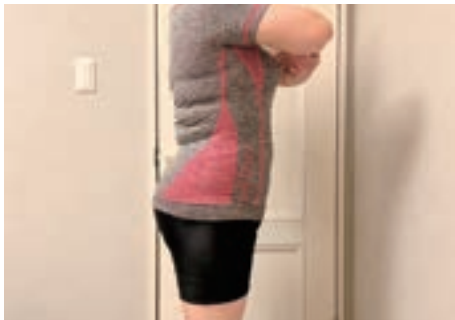
人気痩身コース1回90分
通常16,500円→9,900円

※初めての方に限らせていただきます
※ご予約はLINEまたは電話にてお願いしております

2025年8月7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！

耳ツボダイエットは、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もあります！その他の成功事例はLINEまたはHPに掲載中です。

痩身・ダイエット専門サロン
VIESO～ビエゾ～

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年にOPENしたダイエット専門サロン。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。お客様連れもOK！ご予約を。

🎁 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「頑張ってるね」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。

事故車 免許返納による廃車 長年放置の車 ディーラーで廃車手数料を請求された車

どんなクルマでも **5,000円以上**で買取り

買取保証

即日対応・即日買取りいたします。
まずはお電話ください！
代表取締役 菅原 令子

詳しくはこちら！

レッカー無料で引き取りに伺います

無料出張査定・手続きもご相談ください

ご来店の際は必ずご予約ください

TEL.03-3559-2222

水曜定休 | 営業時間10:00~19:00

株式会社ガレージ菅原
練馬中古車センター

「初めての保険選び」

しっかりサポートいたします！

経験豊かなスタッフによる無料相談受付中

ほけんの窓口 板橋東武練馬店
03-5945-2570
〒175-0083 東京都板橋区徳丸2-3-4カランダビル3F
10:00~19:00
土日祝 9:00~19:00

ほけんの窓口 成増店
03-5967-4010
〒175-0094 東京都板橋区成増2-21-5
ヤナセビル1F
10:00~19:00

募集代理店：株式会社ほけんのパートナーズ HM24-270630-1170

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：桑川公之(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)

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)

面談は平日夜18時～20時

初回相談無料

着手金0円

代行費用後払い

漢方相談 年間3万3,000人の実績

漢方療法、体質改善、高貴薬、中国薬

一心堂に良薬あり。

駅直結!!雨の日でも通いやすいSOGO大宮店2階も大好評!!

相談スペースにて漢方・健康相談承ります!!

女性疾患に良薬あり!

心身不安症に良薬あり!

以下のような疾患でお悩みの方、ぜひご相談ください。

- 生理痛
- 不正出血
- 膀胱炎
- 卵巣のう腫
- 妊娠中毒
- 子宮筋腫
- 不妊症
- 更年期障害
- にきび・シミ
- 冷え
- 脱肛
- 便秘
- むくみ
- 精神不安
- 貧血
- 低血圧
- 肩こり
- ダイエット
- など

以下のような疾患でお悩みの方、ぜひご相談ください。

- 不安感が常にあり、いてもたってもいられない方
- 憂鬱な気分が2週間以上も続いている方
- 無気力・無感動で集中力が低下している方
- 疲労感が強く、体が鉛のように重く感じる方など

このような病気・症状でお悩みの方、是非ご相談ください

- 6大生活習慣病…高血圧、糖尿病、心臓病、肝臓病、腎臓病、痛風
- 6大現代病…鼻炎、喘息、アトピー、胃腸病、肥満症、自律神経失調症
- 8大慢性性…耳鳴り、便秘、神経痛、ひざの痛み、腰痛、リウマチ、痔、冷え症
- その他…膀胱炎、更年期、生理痛、子宮筋腫、精力減退、白内障、前立腺肥大、虚弱体質、動悸、肩こり

一心堂薬局漢方相談報告書 (昨年実績)

1位 耳なり
2位 皮膚病・アトピー
3位 自律神経失調症4位 糖尿病
5位 胃腸病
6位 更年期障害

荻先生の漢方健康相談会開催中!

毎週金曜日(10:00~17:30)

場所 一心堂薬局
そごう大宮店
※要予約《英語・中国語・フランス語の多言語対応》
海外の方もお気軽にご相談ください。

梅雨の時期のオススメ商品!



美肌茶 2,484円 (税込)

こんなお悩みありませんか?

- ニキビ・吹き出物
- 肌荒れ
- シミ・そばかす
- アトピー性皮膚炎
- 脂漏性湿疹
- 水虫

漢方専門 一心堂を代表する健康茶です。はと麦を水漬け・蒸気・焙煎加工したはと麦茶をベースに、はと麦、大麦、小豆、ミカン、梨、そして、無糖、甘味、柿の葉をバランスよく配合しました。ティーバッグ加工で手軽にお楽しみいただけます。日々のお身体美容と健康維持にお役立てください。また、カフェインや保存料は入っていませんので、お子様からご年配の方まで、ご家族お揃いでご愛飲ください。

一心茶 1,944円 (税込)

免疫力を高めて感染予防を! 新型コロナウイルス対策に

新型コロナウイルスに感染しづらくするために重要なのが、免疫力を高めること。漢方専門 一心堂薬局にご相談ください。

漢方専門 一心堂薬局

☎0120-73-1410
http://www.issindo.jp

お忙しい方や遠方の方にはお手紙やお電話、FAXなどのご相談もお受けしています。地方発送も致します。

好評放映中! 荻秀幸の
テレビ埼玉 漢方納得相談
「マチコミ」 毎週木曜日午後5時10分より川口店 048-223-2432
所沢店 04-2922-1410



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!!
編んでるっばい編みおろし

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!

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

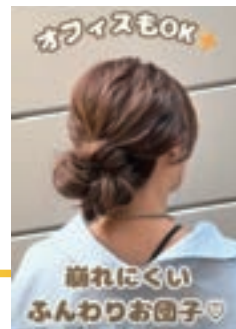
ゴム1本で垢抜けまとめヘアは便利!
特に慣れてしまえば忙しい朝はサツとまとめられるのが嬉しい
ですね。



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。

MONTHLY HOROSCOPE

6.1>6.30
★

astrologer マーガレットまき

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



おひつじ座
3.21→4.19

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 ビビッドカラー



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
の豊かさまで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りましょ
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、人生の転換期の一
歩に出会えそう。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

<https://www.instagram.com/maki1margaret/>

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/>



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)

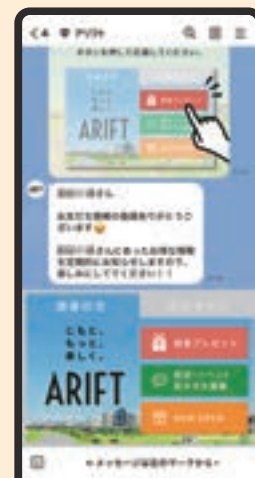


トップページで神奈川、東京、埼玉、仙台、山形の中から、お住まいの地域を選んで各情報へアクセス！
特集記事やグルメ情報、イベント、新店情報は最新号だけでなく過去の情報も見ることができます。

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！



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！

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 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』(借成社)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



EVENT 6.27 FRI

板橋映画上映会 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

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



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。読者の都合上、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 | 板橋区役所前駅より徒歩6分

清掃スタッフ

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」「ガッツリ稼ぎたい」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 

地域メディアを発行している総合広告代理店の営業を募集します

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

37年の歴史を承継して創業！ 日本一の地域メディア会社を 目指します

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

完全週休2日制、年間休日120日以上、未経験者歓迎

- 【仕事内容】地域密着メディア「ARIFT」の提案および全ての広告・プロモーションの支援
- 【勤務時間】9:00～18:00(実働8時間)
- 【雇用形態】正社員
- 【休日・休暇】年間休日120日(完全週休2日制/土日祝)
年末年始・GW・夏季・慶弔・産前産後休暇・特別休暇
- 【給与】月給25万円～45万円※経験や能力を考慮して決定します。
- 【諸手当】交通費支給、時間外勤務手当(みなし時間超過分)、役職手当
- 【福利厚生】社会保険完備、慶弔金制度、定期健康診断、インフルエンザ予防接種
- 【勤務地】仙台オフィス、山形オフィス、横浜オフィス、埼玉オフィスのいずれか
※配属先は希望を考慮して決定します。



未来をひらく地域とともに



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

[屋内禁煙]

応募は
コチラ



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 メーカー希望価格 632,000円 221,200円	65%OFF メーカー希望価格 612,000円 214,200円	67%OFF メーカー希望価格 968,000円 319,440円
LIXIL リノビオV1216	TOTO ササナWB1216	TOTO リモデル WY1418 ぽつからリ床
67%OFF メーカー希望価格 999,000円 329,670円	67%OFF メーカー希望価格 794,000円 262,020円	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 メーカー希望価格 593,500円 178,050円	65%OFF メーカー希望価格 511,400円 178,990円	70%OFF メーカー希望価格 812,900円 243,870円
LIXIL ノクトW2100	TOTO ミツテ W2550	LIXIL リシエルW2550
65%OFF メーカー希望価格 685,000円 309,750円	60%OFF メーカー希望価格 762,500円 305,000円	44%OFF メーカー希望価格 851,000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 リフィット
56%OFF メーカー希望価格 121,500円 53,460円	45%OFF メーカー希望価格 297,500円 163,625円
クレヴィ	LIXIL ルミシス W1230
55%OFF メーカー希望価格 607,000円 273,150円	45%OFF メーカー希望価格 660,000円 363,000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 **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 えば即対応!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	職人が	スムーズに	工事が	工事が
----	-------	------	-----	-------	-----	-----

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



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~

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

0120-666-408

Tel.048-250-6866 Fax.048-250-6867

お問い合わせ info@abc-home.co.jp

土・日
祝祭日
営業



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

ブログもやっています
是非一度ご覧くださいね!

川口店
ショールーム

車でお越しの方は、お店のすぐらに
駐車場ございます。 ※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。

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**~

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(※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

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
伺い、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
新型のマシンで体脂肪・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】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

200件以上の高評価レビュー!ご来店のかっかけは「口コミを見て」が多数!



大黒屋の安心買取
DAIKOKUYA

大黒屋 東武練馬イオン前店なら**ここが強い!**

✓ **安心感・信頼性** ✓
専門バイヤーが
お客様の目の前で最初から
最後まで丁寧に査定します

✓ **専門性・実績** ✓
買取歴18年の
専門スタッフが
真心を込めて対応します

✓ **利便性** ✓
駅チカ・予約不要
その場で現金にてお買取
もちろん査定無料です

✓ **お得感** ✓
壊れたジュエリーや
片方だけのピアスもOK!
他店よりも高価買取します

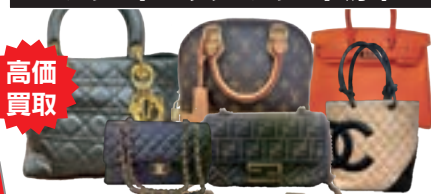
店長からのメッセージ

学習院大学卒業後、大黒屋入社
最優秀社員賞受賞!優秀店舗賞受賞!
買取18年以上のエキスパート!

お客様に寄り添い、安心・安全な接客を
大切にしています。買取成立を急がず、お
客様にとって最善の選択ができるよう丁
寧にご相談のうえ査定いたします。大切な
お品を次に使われる方への橋渡しとし
て、真心を込めて対応いたします。

強化品 特別買取

ブランドバッグ・ブランド財布



ロレックス・ブランド時計



貴金属



ジュエリー



捨ててしまう前に!!
まずは拝見させてください



壊れたバッグ



壊れた時計



大黒屋 買取 東武練馬イオン前店

☎03-5922-6991

営業時間 10:00～18:00 定休日 なし

【古物】東京都公安委員会許可
第305591506261号

東武練馬駅北口より徒歩1分



アフィリエイト特典

買取成立で

グルメ券

500円プレゼント

※大黒屋東武練馬イオン前店のみ有効
※チケットは対象外

有効期限2025年7月10日迄

アフィリエイト特典

クーポン持参で買取金額UP! 当社通常査定額から

貴金属の
お買取価格 **10%UP**

ブランド品
お買取価格 **20%UP**

※大黒屋東武練馬イオン前店のみ有効
※チケット、新品未使用品、インゴットは対象外
※クーポンでの買取価格UPは5万円が上限

有効期限2025年7月10日迄