ARIFT

横浜ベイ
地域みっちゃく生活情報誌® ／ 102

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
6/20

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

特別な朝時間で
幸せな一日のスタートを

極上のホテル朝食

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

ヒルトン横浜
Allday Dining Parade
横浜市西区

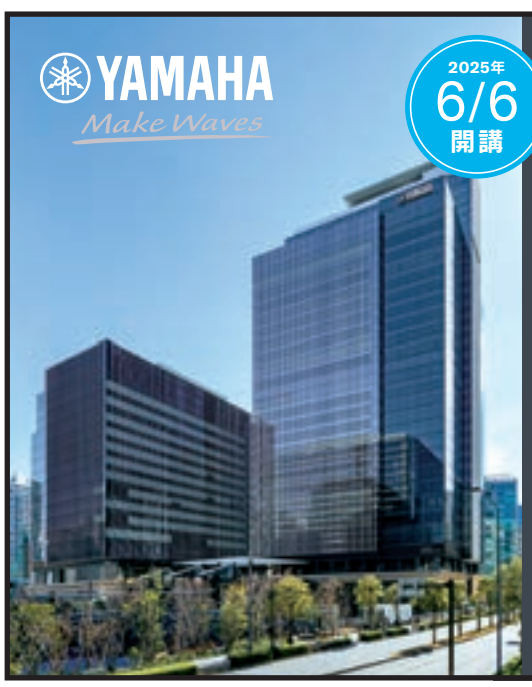
ARIFT TOKYO SHIBAURA YOKOHAMA
GIFT FOR A BETTER LIFE
-SINCE 2021-

ガス給湯器は
10年過ぎたら早めの点検を

**給湯器のことなら
安心できる
地元のガス屋さん**

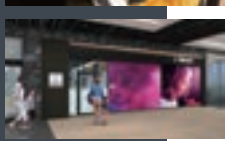
service
見積もり・相談無料！工事・撤去・処分・取付すべてコミコミの安心価格。本体・施工保証でアフターフォロー万全。詳細は広告ページをご覧ください

shop data
ガス機器専門店
ソーマコーポレーション株式会社
0120-221-710　受付/月～土曜9:00～19:00
東京ガス株式会社簡易内官施工登録店
（登録番号1-2015-0022）



2025年
6/6
開講

NEW
OPEN

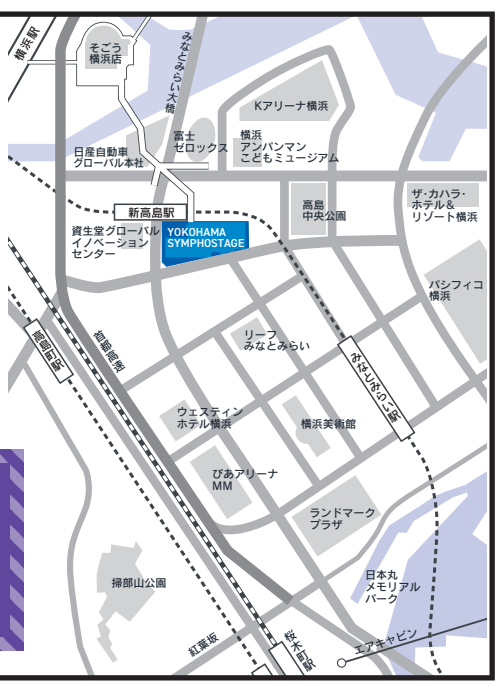


みなとみらい21地区
「横浜シンフォステージ」イーストタワー3Fに
ヤマハの子どもレッスン教室がオープンします

YAMAHA
MUSIC SCHOOL
ヤマハ音楽教室

ミュージックアベニュー
横浜みなとみらいⅡ

横浜市西区みなとみらい5-1-2
横浜シンフォステージ イーストタワー3F
TEL.045-307-1011
■受付時間
平日・土曜 10:00～21:30
日曜 10:00～20:30
株式会社ヤマハミュージックジャパン



夏休み期間中もOK
無料体験レッスン
申込受付中！

申込は お電話 または
二次元コードの「お問い合わせ」から
TEL.045-307-1011

ヒルトン横浜

Allday Dining Parade（オールデイダイニングパレード）

150種超の和洋中ブッフェで朝からテンションUP！ しっかり食べて元気な一日のはじまりを

“忘れられない朝食体験”を届ける朝食ビュッフェはシェフのこだわりが詰まった150種類を超える料理の数々。人気のライブキッチンでは好きな具材でできたてのオムレツやエッグベネディクトを堪能でき上質な口どけはさすがホテルクオリティ。この他、ヒルトンオリジナル湘南ポークを使用したソーセージをはじめ、ハムやベーコンなど日替わりのミートは8種類。6月からアーモンドミルクを使用したオートミールに、チアシードやカカオニブなど、15種類以上のトッピングが選べる新メニューが登場。朝からしっかり栄養チャージが可能です。

大人4,500円・小学生2,250円（宿泊者大人3,800円・小学生1,900円）/横浜市西区みなとみらい6-2-13ホテル棟3F/MM線新高島駅4番出口より徒歩約7分/7:00-10:00(L.O. 9:30)/TEL.045-641-8108（受付10:00～18:00）

Chef's Recommend

オープン時から変わらぬメニューでいつでも同じ味を提供。ベリー、パイナップル、マンゴーなどの南国フルーツ入り新メニューは、少量で栄養補給ができるので食欲がないこの時期にもピッタリです。（料理長 小松守さん）

極上のホテル朝食

特別な朝時間で幸せな一日のスタートを

梅雨の憂鬱な時期、横浜周辺エリアならではのホテルステイで極上の朝ご飯を満喫して、ハッピーな一日のスタートを切りませんか。 企画・編集：ARIFT編集部

三井ガーデンホテル横浜みなとみらいプレミア

RISTORANTE E'VOLTA -Unico Polo-（リストランテ エボルタ -ウニコ ポーロ-）

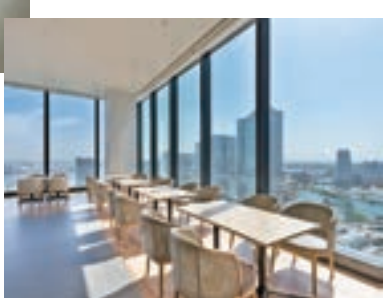
地上20Fの天空で味わう優雅な朝食タイム こだわりを感じるフレンチトーストは必食！

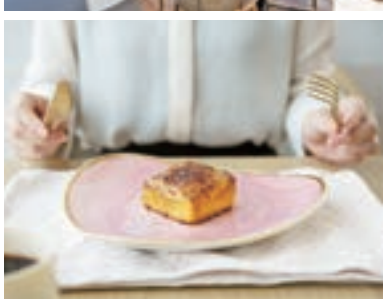
神奈川県産素材の地産地消をテーマに、モダンイタリアン中心の和洋中ビュッフェ。特にフレンチトーストが評判。ミルクとバターたっぷりの特製ブリオッシュに、濃厚クリームと高級卵・茜美人のアパレイユをたっぷり染み込ませ、芳醇なダークラムが香るカスタードクリームをのせ、フランス産カソナードで表面を香ばしくキャラメリゼ。クレームブリュレのようにとろける、ここでしか味わえない特別な一品です。この他、湘南しらすと浜名湖産生海苔のパスタや秦野野菜のミックスサラダ等の地ものメニューも。

4,400円（宿泊者3,520円）/横浜市西区みなとみらい3-3-3-20F/MM線みなとみらい駅5番出口より徒歩約5分/7:00～10:30（最終入店10:00）/年中無休（法定設備点検日除く）TEL.045-227-1311（ホテル代表）

Chef's Recommend

「品数多く、バランスよく。常に研究し、よりよいものをお客様へ。」美味しさはもちろん、心を込めたおもてなしやみなとみらいならではのロケーション、レストランで過ごす非日常の時間にも魅力を感じていただけるよう努めてまいります。（料理長 高見博史さん）





ザ・カハラ・ホテル&リゾート 横浜

日本料理 華暦（はなごよみ）

主役は奇跡の米といわれる極上の希少品種 地元食材を散りばめた心のこもった和食膳

神奈川県出身の青木料理長のこだわりが細部に配された新メニューの主役は、岐阜県下呂市で突然変異で発見された奇跡の米「いのちの壱」。コシヒカリの1.5倍もの大粒で、香り・甘み・粘りが際立ち、冷めても美味しい格別な味わい。ゲストの到着に合わせて一釜ずつ丁寧に炊き上げ、時間と共に変化する風味も堪能できます。その他、三種のフレッシュジュース、蝦夷鮑の朝なべ、風味豊かな走水海苔、焼津本枯節、濃厚な恵壽卵を使用しただし巻き玉子など、料理長選りすぐりの品々が勢揃い。水庭に浮かぶ個室で清々しい朝を満喫できます。

6,957円（税サ込）/横浜市西区みなとみらい1-1-3-3F/MM線新高島駅・みなとみらい駅より徒歩約8分/7:00～10:30(L.O.9:30)/年中無休（法定設備点検日除く）/TEL. 045-522-0077（レストラン予約）

Chef's Recommend

日本料理の美学として表現される「引き算の文化」にならい、その時期にあたり前のようにある美味しい食材を、あたり前のように無駄なく料理する、という考えを尊重した料理の真髄をお楽しみください。（料理長 青木信啓さん）

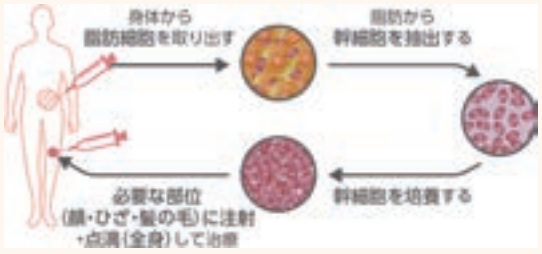
2025.4.2 New Open

関内駅(北口)より徒歩1分

本院では自身の細胞を活用した最先端の再生医療を取り入れ、
体が本来持つ回復力を最大限に引き出す治療を提供いたします。
より自然でいつまでも美しくいられるように安全かつ効果的に
健康と美しさを維持し若々しさを長く保つことを目指します。

引き出すのは、
あなた本来の自然な美しさ。

自己由来脂肪幹細胞療法



NMN療法

エイジングケア・肌トラブル改善
慢性疲労回復と体力向上
眼機能・免疫機能の向上

NMNは摂取により老化を遅らせ、中枢神経を活性化する効果が期待されています。そのため、サプリや治療法の開発が注目されています。

高活性化NK細胞療法

全身の細胞エイジングケア
美肌・肌質改善
免疫力の向上

血流が良くなり、肌細胞の働きが活性化し、新陳代謝の向上やターンオーバーの正常化等が期待できます。

エクソソーム療法

疲労回復・育毛作用
全身のエイジングケア
生活習慣病予防

より細胞を活性化させることで美肌効果・肌再生効果が期待できるエクソソームは、様々な美肌に関する細胞の働きをサポートする作用があります。

施術の詳細＆料金はこちらで確認！公式サイトへGO！

JR関内駅・地下鉄関内駅(北口)から徒歩1分

関内駅前院
A&I美容クリニック
横浜市中区真砂町3-28-3F

お問い合わせはこちら
045-306-9831
お支払いは分割も可能です。
営業時間 10:00～13:00/14:00～19:00(不定休)

つなぐ。答えへ。未来へ。

東急リバブル

西区・中区・神奈川区の

不動産売却募集中!

ご成約ありがとうございました

成約御礼 当社販売仲介取扱件数 3,840件〈西区・中区・神奈川区〉
※令和元年5月～令和7年3月の全社実績

お電話はこちら 通話無料 0800-111-4109
FAXはこちら 045-285-1113

お手軽にお家の査定をしたい方は…
スマホでいつでもどこでも無料査定！
※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。
メールやSMSより【LINE】をご希望のお客様は、下記よりご登録お願いします。
[みなとみらいセンター 無料査定]と検索ください

東急リバブル株式会社 みなとみらいセンター

横浜市西区みなとみらい4丁目4-3
MYMビル1・2階 TEL:045-285-1109

東急リバブル株式会社 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

不動産価格が高騰中の今がチャンス!

あなたの不動産、売ったらいくら?

✓一戸建て ✓マンション ✓土　地

「相続した不動産をできるだけ高く売りたい」「古い家だけど売却できるの?」「空地を処分したい」など、無料査定であなたの不動産の価格が分かります! いますぐの売却を考えていない方でも、今後に備えまずは相場を知ることから始めてみませんか。

企画・編集：ARIFT編集部

一括査定にお申し込みされた方全員
QUOカード 2,000円分 プレゼント!
［応募は1物件につき、お一人様1回限り］
※締め切り後、後日発送させて頂きます。
※チェック項目全て回答いただいた方に限ります。
※弊社を介さず、直接店舗へ来店・ご相談された場合は無効となります。
7/17(木) 締め切り

期待や想いに「それ以上で」応える、それが私たちの使命です。

我々は横浜市中区を中心としてマンション・土地・戸建・投資不動産など不動産売買に関するプロフェッショナルチームとして日々活動しております。昨年、不動産売買仲介会社としては初となる、神奈川県との「地域見守り活動に関する協定」を締結し、営業活動を通じて神奈川県の市区町村との協力体制を強化しております。

あの人に、頼んでよかった。 野村の仲介+

野村の仲介＋
横浜元町センター
☎0120-990-086／横浜市中区山下町84-5メトロタワー山下町5階／10:00～18:00／火・水曜定休／国土交通大臣免許(5)第6101号（一社）不動産流通経営協会会員（公社）首都圏不動産公正取引協議会加盟

引っ越し不要で自宅を現金化「住んだまま買い取り」が好評

お客様の「売りたい」「買いたい」のご要望にお応えするための経験と実績、豊富な情報力を蓄積しています。税金問題・債務問題・相続問題なども得意としております。自宅を売って賃貸として住み続けることができる住んだまま買い取りができるリースバックも好評です。まずはお気軽にご相談ください。

SOTETSU 相鉄不動産販売

相鉄不動産販売株式会社
横浜店
☎0120-755-151／横浜市西区南幸1丁目4番地 ジョイナスB1／
営業時間10:00～21:00／宅地建物取引業免許/神奈川県知事(2)第30260号

※店舗へ直接のご連絡の際は、各店舗のホームページなどで営業時間や詳細をご確認ください　※「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です

パソコンまたはスマートフォンからご応募ください ※携帯電話、FAXからは応募できません。

査定のお申し込み方法はカンタン！　フォームに必要な項目を選択・入力し、送信いただければお申し込みは完了。不動産仲介会社から査定結果が届きます。各社の売却提案内容を見比べ、ご希望にあった不動産仲介会社選びにお役立てください。

パソコンから
https://forms.gle/U7LYXUe3mw6NKN1c9

スマートフォンから

［応募締切］7/17(木)

※具体的な査定・回答のため、各社より問合せが入る場合がございます。
※物件によってはお取り扱いできないことがあります。
※本応募について、契約や費用が発生することはありません。

※お預かりした個人情報は株式会社中広メディアソリューションズが管理し、不動産査定依頼・物件に関するお問い合わせ、プレゼントの抽選・発送を目的として利用いたします。※ご記入いただいた個人情報およびアンケート内容は上記目的の範囲内で、WEBシステムを経由して誌面に掲載されている各企業へ提供いたします。掲載されている企業と当社は個人情報の取り扱いについて確認書を取り交わしております。同意の上、ご応募ください。

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…パッ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!

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ッ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。

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。

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。

出汁香るピリ辛そば
とろみと香りがやみつき！

カレー南蛮そば 1,000円

本店らしく、昔ながらの風情が漂う落ち着いた店内。ピリ辛で出汁が香る、とろみのあるつゆが麺に絡むクセになる一杯で、根強いファンの多い人気メニュー。無添加出汁が香る辛口ルーと、打ち立て蕎麦が絶妙です。

味奈登庵 総本店
TEL045-641-8290／横浜市中区山下町25 上田ビル1F／みなとみらい線日本大通り駅より徒歩5分 ほか／11:00～22:00(L.O.21:30)／定休日なし

早・安・旨の三拍子！
立ち食い蕎麦屋が誇る
隠れた名物

カレーライス 540円

出汁の香りが良く懐かしい味わいのピリ辛和風カレー。「早い、安い、美味しい」をモットーに、この時代でもリーズナブルに提供。関内駅近くでテイクアウトメニューも豊富のため、スタジアム観戦のお供にも◎。

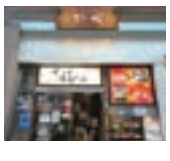
相州そば 関内本店
TEL045-641-7819／横浜市中区住吉町1-8／JR・市営地下鉄関内駅より徒歩5分／7:00～22:00／日曜定休

出汁とスパイスが
織りなす
痺れる大人の辛口カレー

かつカレー 1,240円

独自配合のスパイスと蕎麦出汁が香る辛口カレー。創業60年、変わらない味を貫いています。毎日粉から打つ蕎麦も自慢。おつまみメニューも豊富で、老若男女が楽しめるプチ居酒屋のようなお店。

そば・うどん 砂場
TEL045-842-2912／横浜市港南区上大岡西1-15-1 camio1F／市営地下鉄・京急上大岡駅より徒歩2分／11:00～22:00／年始のみ休業



そば・うどん 砂場
「アリフト見た」で
50円引き
※ご注文1品につき50円引き
※2025年7月31日まで

竜田カレーせいろ 2,150円

創業100年超の技が光る、自家製出汁カレーと喉ごし蕎麦が融合。蕎麦は店内の石臼で挽いた蕎麦粉から作るこだわり。ボリューム満点の竜田揚げに加え、ランチタイムには一口ライスかパンがサービスで付いてきます。

そばうどん 平沼 田中屋
TEL045-322-0863／横浜市西区平沼1-5-21／市営地下鉄高島町駅より徒歩4分 ほか／11:00～21:30(L.O.21:00)／日曜・第3月曜定休(祝日と12月の第3月曜は営業)

新境地の旨さ！
伝統と革新が
溶け合う一品

SHOP information

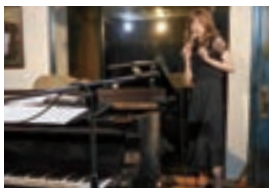
地元をもっと楽しく
いま行きたいとっておきのお店をご紹介

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。

≫東急東横線大倉山駅より徒歩10分

**ご自身の理想の声を見つけませんか？
トレーナーによるワンツーマンボイストレーニング！**

HPは
こちらから



ご予約時「アリフト見た」で
体験レッスン(約40分)
無料
通常レッスン50分 4,000円
歌で何かを伝えたい方大歓迎♪

**ボイストレーナー＆
ボイスセラピスト高橋**
TEL090-5305-9485
横浜市港北区師岡町265-7-410号室

漢字クイズ

テーマ｜花

なんと読むでしょう？

“薫衣草”

[ヒント]
富良野市で有名な紫色で香りの良い花

正解 ラベンダー

≫JR関内駅北口から徒歩30秒

**コンタクト処方からオルソケラトロジーまで
よく見える健康な目のために尽力**

HPは
こちら

一般的に取り扱いの少ない特殊レンズなど、ソフト・ハード、カラーの多くの種類を取り扱っております。目への負担が大きい現代社会を生きる皆様へ、眼精疲労用のレンズもご用意。緑内障・白内障・ドライアイなど眼科全般の診療、視力維持や近視予防のオルソケラトロジーも行っています。

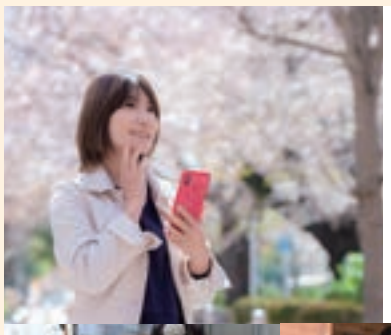
院長 福永 ひろ美先生
略歴
順天堂大学医学部卒業。複数の病院で勤務医として眼科治療に従事。平成23年院長就任。医学博士。日本眼科学会眼科専門医。
診療のほか、予防や目のケアのサポートにも力を入れています。

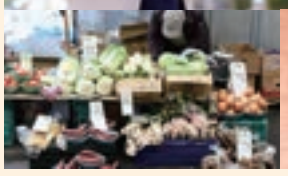
かんない駅前眼科クリニック
TEL045-662-8680
横浜市中区真砂町3-38-4F
平日10:00～13:00・14:30～17:00
土日10:00～13:00／休診日：火・祝日

ARIFT Friends（アリフトフレンズ）
メンバー募集中！

地元の魅力を一緒に伝えていきませんか？

横浜市青葉区・都筑区・緑区・港北区・神奈川区・鶴見区・旭区・西区・中区・港南区・磯子区、
川崎市川崎区・幸区・中原区・高津区・宮前区のいずれかに在住の方





主婦の方
初心者の方
大歓迎！

「じもと、もっと、楽しく。」
地域情報誌ARIFT「アリフト」の誌面、ブランドサイト、インスタグラムの
コンテンツづくりに参加頂ける方を募集します。
地元を盛り上げるメンバーとして、ARIFTに掲載する情報を一緒に集めませんか。
右のQRよりご応募お待ちしております！

小麦と発酵時間にこだわりすぎたピザ

コルレオネーゼ
3,630円

米沢牛の
ボロネーゼ
3,025円

ビスマルク
2,860円

お好きなピザにぴったりのワインを
店主がセレクトします！

こだわり 発酵時間

刻々と熟成されるピザ生地
極限まで酵母の量を減らし、
低温長時間発酵を実現。

木曜日	28時間以上	カリッと感が強い
金曜日	52時間以上	
土曜日	72時間以上	ピザバカおすすめ
日曜日	96時間以上	もちもち感が強い

※ピザ生地が売り切れた場合は発酵時間が短くなる場合があります。

こだわり 食材

イタリア産の
小麦を4種類ブレンド
酵母もイタリア産のビール酵母を使用

こだわり 石窯

じっくり長時間発酵させたピザ生地を
ピザ窯で75秒で焼き上げます。
パリっ&もちりと焼き上がり
小麦の風味を最大限に感じられます。

PIZZA PAZZA(ピザバカ)コース

2時間飲み放題付き、歓送迎会、パーティーに最適◎

4名様から
最大20名様まで

全9品 **6,600円**(税込)

●前菜3品 ●サラダ グリーンサラダに削りたてグラナパダーノチーズ

当店人気1位 ●マルゲリータ ●クワトロフォルマッジ

当店女性人気1位 ●月替わりのパスタ ●米沢豚肩ロースのトマト煮 ●デザート

＼小麦と発酵時間にこだわりすぎたピザバカの店／

ピッツァ パッツァ
PIZZA PAZZA
横浜市中区新山下2-8 B-1-2
tel:045-319-4388
[平　日] 16:00～22:00
[土　日] 12:00～22:00
[定休日] 月・火・水
※駐車場はありません

ファンクラブ

こちらからご登録ください▼

登録すると今なら！ 生ハム2人前(1,320円相当) orワイン500ml プレゼント！

※登録後、メールが届きますので保存しておいてください。保存したメールをご来店時スタッフへご提示ください。

6.27 FRI

カフェ ウェイウェイ291 OPEN

福井県産ジビエのペットフード。低脂肪、高タンパクだからペットにとっても、ヘルシーです。

Café WayWay 291

ペットとゆっくり過ごせるカフェ

近くの根岸森林公園の緑を眺めながら、美味しいスイーツとコーヒーをお楽しみ頂けるペットOKなカフェ。福井県産の梨を使用したジュースやカレーなどの提供、店内販売もしております。テラス席あり、Wi-Fiあり、ジビエを使ったペットフードもありますよ！

※画像はイメージです

カフェ ウェイウェイ291
〒231-0854
神奈川県横浜市中区根岸旭台23-3
OPEN 10:00~17:00
tel.045-307-3002

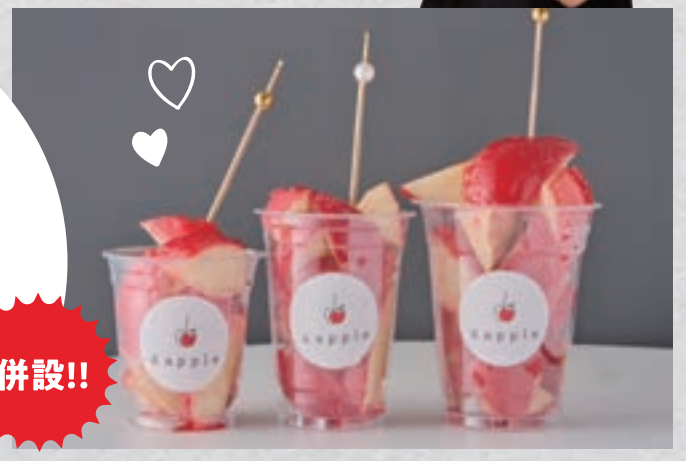
follow Instagram

横浜中華街で
話題のりんご飴専門店

オススメ

& apple
2号店

併設!!

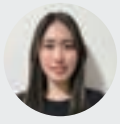


彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部

おいしく作って心と体をととのえる



レシピ監修 篠木 彩楽さん

栄養士の資格を取得後、病院に勤務。出産を機に退職し、その頃から体質や心の変化を感じる。それらの経験から、心身ともに健康でいられるようなシンプルな調味料で体も心も満足できるレシピを研究している。

theme むくみ解消レシピ

01. 丸ごとにんじんの豆乳スープ

カリウム豊富な皮ごと使用
豆乳と塩麹でやさしい味わい

材料(2人前)
- にんじん……2本(200g)皮付き
- 玉ねぎ……1/2個
- オリーブオイル……大1
- 無調整豆乳……200ml
- 塩麹……大1
- 味噌……13g

作り方
1. 皮付きのにんじんと玉ねぎをみじん切りにする。
2. 鍋にオリーブオイルをひき、1を入れて5分ほど炒める。
3. ひたひたまで水を入れて具材が柔らかくなるまで煮たら、無調整豆乳を加える。
4. 沸騰しない程度に加熱したら塩麹と味噌を入れる。

02. 豚肉とれんこんのヨーグルトサラダ

シャキシャキ歯ざわりがアクセント
トマトで彩りを添えて

材料(2人分)
- 豚こま肉……100g
- れんこん……100g
- きゅうり……1/2本
- 玉ねぎ……1/4個
- アボカド……1/2個
- ミニトマト……5個
- ひじき……1g(乾燥)

(A)
- ヨーグルト……大2
- 塩麹……大1〜1.5
- オリーブオイル……大1/2
- にんにく……適量
- すりごま……大1

作り方
1. 野菜は全て食べやすい大きさに切る。
2. ひじきを水につけて戻しておく。
3. れんこんは3分ほど茹でる。残り1分になったら豚こま肉もいれ、茹で上がったら冷ましておく。
4. 具材の水気をよく切り、(A)と和える。

ちょっとの工夫で美味しく減塩&むくみ防止に

にんじんなど根菜やきゅうり等には余分な塩分の排出を促すカリウムが豊富。皮にも含まれているので剥かずにそのままが◎です。また香りと味を引き立ててくれる香味野菜やオリーブオイルを使うことで、塩分を抑えても美味しく頂けます。

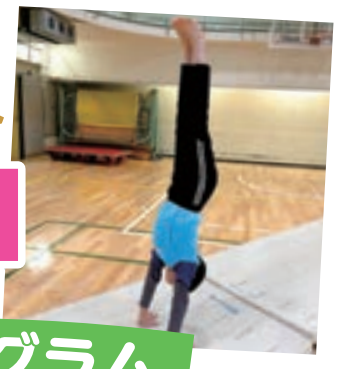
横浜YMCA ウエルネススポーツクラブ

(JR、ブルーライン)関内駅より 徒歩3分
(みなとみらい線)日本大通駅より 徒歩5分

TEL 045-661-0084
横浜市中区常盤町1-7
受付時間 月〜金10:00〜18:00／土10:00〜17:00／日10:00〜16:00

詳細、お申し込みはこちら
横浜中央YMCA HP

SPECIAL SUMMER PROGRAM



子どもプログラム

2025年度 夏季短期プログラム 申し込み受付中！

初めてから上級者までレベル別のグループ指導で丁寧に指導いたします。

プール 体操 サッカー バスケ アート

日程
①7/29(火)〜8/2(土)
②8/5(火)〜8/9(土)
申し込みQR▶

2025年度 夏季キャンプ 申し込み受付中!

申し込みQR▶

子どもたちが様々な自然体験をし、参加者や引率者との関係から社会性を身につけるなど、多様な形で体験の場や機会を作っていきます。

富士山アウトドア
期間 8/1(金)〜8/4(月)
対象 小学1年〜小学6年
費用
会員 80,900円(税込)
一般 84,200円(税込)

富士山はじめて1
期間 8/4(月)〜8/6(水)
対象 年少〜年長
費用
会員 55,800円(税込)
一般 59,100円(税込)

※お時間などの詳細はHPをご参照ください。

成人プログラム

体幹を鍛えよう！

最初の30分は体幹トレーニングやストレッチを行います。その後大きなサイズのトランポリンでさらに体幹を鍛えます!ぜひチャレンジしてみませんか?

日程 7/1・8・15・22 毎週火曜
参加費 5,500円(税込)
時間 11:00〜12:00
申し込みQR▶

マスター会員お試し(3ヵ月継続条件)

日程 ※マスター会員に準ずる
参加費 1ヵ月目→0円 2ヵ月目→5,665円 3ヵ月目→11,330円 (全て税込)
時間 ※マスター会員に準ずる

※マスター会員とは
ウエルネススポーツクラブのクラブメンバー会員の中で最も対象年齢が幅広く、ご参加できる時間が多い会員種別になります。ご自身の生活リズムに合わせてプールやトレーニングルームがご利用可能で、スタジオやプールで行われるフリープログラムにもご参加いただくことができます。

HPよりお申し込み受付中！

お申し込み方法 横浜中央YMCAウエルネススポーツクラブホームページよりお申し込みください

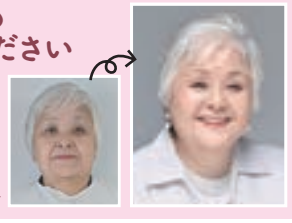
大人の記念日

還暦を迎えたら、
自然で「私らしい」写真を

ヘアメイクも おまかせください

プロのメイクで
とっておきの笑顔
を撮影しませんか

メイク付きプラン
25,000円～



Mayu studio マユスタジオ

045-550-5643

神奈川県横浜市保土ヶ谷区西谷4-2-20

西谷駅北口 徒歩2分

出張撮影可

ご予約時「アリフト見た」で
全てのメニュー
3,000円OFF

実績多数

信頼された ガス機器専門店 お見積り無料

給湯お助け隊

ガス機器専門店 NORITZ | Rinnai | Paloma | PURPOSE 正規販売店

ガス給湯器

15台限定

施工保証 10年

NORITZ (ノーリツ)

20号 オートタイプ

本体 GT-2070SAW BL
リモコン RC-B001マルチセット

・本体 ・工事費 ・台所リモコン
・施工保証 ・浴室リモコン

本体価格406,450円／
リモコン 28,930円
計435,380円⇓

すべてコミコミ 工事費込 税込

お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
129,800円

安心保証付

業界最速クラス 最短当日設置!

ビルトインコンロ・レンジフードなどの
住宅設備全般
取り扱いしております。

HPはこちら

神奈川県・東京都・埼玉県

アドテックサービス株式会社

【本社】埼玉県さいたま市中央区新中里3-17-4
【横浜・城南営業所】東京 都大田区東糀谷3-1-14

特典 〈アリフト見たとお伝え下さい〉
ご成約で1,000円クオ・カード!
※有効期限：2025年7月末日

0120-985-775

年中無休 9:00～18:00受付

広告番号 MI-2504-102

ご自宅に眠っているお宝 買取致します!

開けていない洋酒とか骨董品は重いから出張鑑定をお願いしよう。

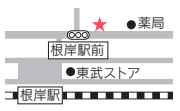
査定料・手数料は一切頂きません。

ずっと使っていない宝石やブランドバッグ持って行ってみようかしら。

1点からでも喜んで買い取らせて頂きます！もちろんお客様の情報は厳守致しますので、ご安心下さい。

お宝買取 えど屋 TEL 045-367-8181

横浜市磯子区根岸東町10-14 ◆営業時間/10:30～18:30 ◆不定休
◆古物許可証番号/神奈川県公安委員会第451330007054号



インプラント 無料講演会(診断会)

6/21(土)・7/19(土)・8/23(土)
※詳細時間や申込はHPで確認を

デジタル技術を活用した
審美・矯正・インプラント先端治療

納得のいく治療を受けるために知っておきたい
インプラント
NHK出版
定価 1,540円(税込)
著者 水木信之

口腔内スキャナーとCAD/CAMによるマウスピース矯正治療

透明なマウスピース

CT撮影と口腔内スキャナーによる精密インプラント治療

インプラント専用オペ室

右）歯科医師・医学博士・横浜市大医学部客員准教授
院長・理事長 水木 信之

左）歯科医師・歯学博士・理事
水木 ゆき菜

- 公益社団法人日本口腔外科学会 専門医・指導医
- 公益社団法人日本顎顔面インプラント学会 専門医・指導医
- 公益社団法人日本口腔インプラント学会 専門医
- 国際口腔インプラント会議 監事・認定ドクター
- 一般社団法人日本デジタル歯科学会 常任理事 専門医
- 日本歯科保存学会 認定医
- 日本顎顔面美容医療協会 認定医

インプラントネット患者さんが選ぶ
おすすめランキング
神奈川県第1位 全国第2位
(2025年5月時点/株式会社メディカルネット調べ)

医療法人社団 信和会
ミズキデンタルオフィス
インプラント横川

045-410-4818

WEB予約受付中
ミズキデンタル 検索
土・日診療あり

RAKU SPA BAY

Produced by 極楽湯

黄金色の天然温泉

みなとみらいが一望できるオーシャンビュー
岩盤浴やロウリュサウナもあり!

■大人(中学生以上)

平日	土・日・祝
1,540円(税込)	1,980円(税込)

■子供(小学生)

平日	土・日・祝
790円(税込)	990円(税込)

- 大人土日祝料金には、別途入湯税100円が必要となります。
- ご入館は小学生以上の方からとなります。
- 入館料には、タオルセット、館内着レンタルが含まれます。
- 各種アメニティのご用意もございます。

新高島駅、東神奈川駅、
横浜駅から無料送迎バスあり

食

楽 BAY side Dining

がっつりメニューから
さっぱりヘルシーまでご用意。

お風呂でゆったりした後は
お腹いっぱい
お召し上がりいただけます。

楽

ゆっくりくつろげる
スペースもご用意

RAKU SPA BAY 横浜

詳しくはこちら

営業時間 10:00 ～ 23:00 (最終受付 22:00)

神奈川県横浜市神奈川区山内町15-2(INSPA内)
TEL:045-548-4526

無料送迎バスや詳しい情報はこちら
らくスパ 検索
http://www.rakuspa.com

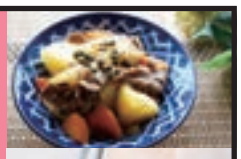
アリフト読者限定
入館料 5%OFF

大人	平日1,540円→	クーポン利用で	1,463円
	土日1,980円→	クーポン利用で	1,881円
子ども	平日 790円→	クーポン利用で	750円
	土日 890円→	クーポン利用で	845円

※他券併用不可※1枚につき3名様まで
※RAKU SPA BAY横浜のみ有効
※フリーコースのみ適用
2025年7月31日まで有効

年間8,000件以上のサービス実績!!

家事代行・料理代行



通常価格9,580円 ⇒

初回利用 2.5時間 **5,800円**(税・交通費込)

※定期利用を検討している方 ※有効期限2025年7月末迄

家事全般お任せください

料理・片付け・買い物・トイレ掃除・お風呂掃除・キッチン掃除・洗濯・整理収納・洗い物・窓掃除

こんな方におすすめ

- 共働きで育児と家事の両立が大変な方
- 栄養バランスの取れた食事を食べたい方
- 散らかった部屋の整理が上手くできない方
- 腰痛がひどくて普段の掃除が大変な方

さくらハートフルサービス
TEL 0120-396-177
電話受付時間 月～土曜日 9:00～18:00
詳しくはホームページをご覧ください

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のマスに、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。

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

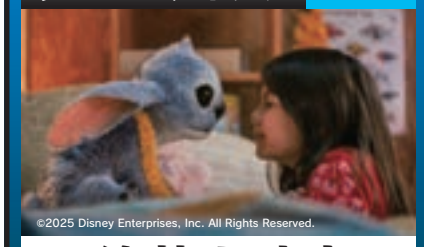
答え 1+3+6=10

MARK IS みなとみらい5階 2024年に映画館が誕生!

みなとみらい駅(みなとみらい線)直結

ローソン・ユナイテッドシネマ STYLE-S みなとみらい で話題の最新作を体感しよう!

リロ＆スティッチ ファンタジー

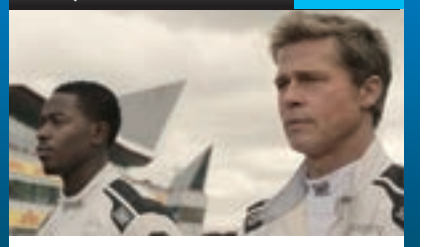


©2025 Disney Enterprises, Inc. All Rights Reserved.

絶賛上映中

監　督／ディーン・フライシャー・キャンプ
出　演／マイア・ケアロハ

F1／エフワン アクション



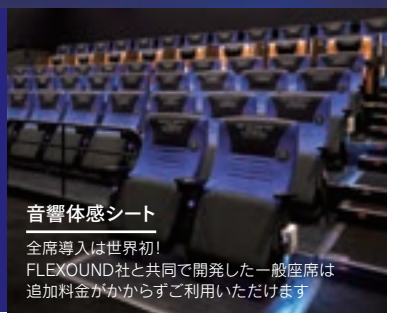
6月27日(金)公開

監　督／ジョセフ・コシンスキー
出　演／ブラッド・ピット/ダムソン・イドリス、他

音響体感シート FLEXOUND AUGMENTED AUDIO 世界初!全席導入

全身で音を聴く映画体験!

椅子に内蔵された「音と振動」を発生させるスピーカーにより、身体全体で音を感じられます。あらゆるジャンルの映画で臨場感のあるスペシャルな没入体験ができます。



音響体感シート
全席導入は世界初!
FLEXOUND社と共同で開発した一般座席は追加料金がかからずご利用いただけます

COUPON

【有効期限】2025/8/31(日)鑑賞分まで

期間中、何度でも使用可能なクーポンコードをプレゼント!

	通常料金	
大人	2,000円(税込)	➡1,500円(税込)
大学生	1,500円(税込)	➡1,400円(税込)
シニア	1,300円(税込)	➡1,200円(税込)
小中高生・幼児	1,000円(税込)	➡900円(税込)

ご利用方法: ローソン・ユナイテッドシネマ STYLE-S みなとみらいのHPよりチケット購入の際クーポンコードをクーポンコード欄にご入力いただくか、誌面を直接映画館窓口にてご提示ください。

注意事項: ●ローソン・ユナイテッドシネマみなとみらいのみに利用可能●一部の特別興行作品・プレミアムシートはクーポンコード対象外となります。●その他の割引券・割引サービスとの併用はできません。●ご不明点は劇場までお問合せください。

クーポンコード 10818538

LAWSON UNITED CINEMAS
ローソン・ユナイテッドシネマ STYLE-S みなとみらい

〒220-0012 神奈川県横浜市西区みなとみらい3-5-1
MARK IS みなとみらい内 5F
電話による問い合わせ0570-783-220 (オペレーター受付時間10:00～19:00)

スケジュールの確認や当館のご案内はこちらから(当館公式HP)

コインランドリー

梅雨本番です!
コインランドリーで
一気に乾燥!
雨でもスッキリ!!

消臭コースで
梅雨のジメジメを
快適に!!

ねたろうポイント
初回登録で
500P
プレゼント中!

営業中ずっと
防犯カメラ
コールセンター
稼働中

磯子店

横浜市磯子区森 1-15-1 第一磯子ハイツ 105

本牧店

横浜市中区本牧町2-325　本牧第一ビル1F

フトンを洗ってねたろう

営業時間／24時間営業 (年中無休)

TEL0120-963-321

稼働が確認できます→

横浜駅西口、旧ダイエービル（現CeeU Yokohama）の9階

平日20:00まで、土日祝も19:00まで診療
あなたにとって通いやすい歯医者でありたい

当院は、患者様とのコミュニケーションを重視し、些細なことでも情報を共有しながら、ご納得いただける治療を心がけています。CTやマイクロスコープなどの最新鋭の設備も完備。ベビーカーや車椅子の方も安心のバリアフリーにも対応。地域に根ざし、地域の皆様と長く深いお付き合いができるような、通いやすい雰囲気の歯科医院として、皆様のお越しをお待ちしております。

ご予約はコチラから

医療法人宝歯会グループ
横浜西ホネスティ歯科
TEL 045-628-9811

横浜市西区南幸2丁目16番1号
CeeU Yokohama9F
診療科目：歯科／小児歯科
【ご相談ください】むし歯／根管治療／歯周病／入れ歯／予防・クリーニング／インプラント／審美治療／マウスピース矯正／ホワイトニング／マウスピース製作／摂食嚥下リハビリテーション／訪問歯科診療／歯科検診

HPはこちら

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00 - 20:00	●	●	●	●	●	／	／
10:00 - 19:00	／	／	／	／	／	●	●

VIVREとの間の店外に入口がある9階直通エレベーターが便利です。

横浜駅直結

お体の事で気になることがあればお気軽にご相談を！

帯状疱疹ワクチンの予防接種
65歳の方などへの帯状疱疹ワクチンの予防接種を7月1日から受付します。対象の年齢、また対象期間以外の接種は、任意接種（全額自己負担）となりますのでご注意ください。

生活習慣病
治療は食事、運動、薬物であり、特に食事療法が重要です。当院では管理栄養士による食事指導も行います。薬物治療は内服治療のほか、必要な場合にはインスリン治療も行います。

漢方外来 / 睡眠時無呼吸 / 循環器疾患 / 内科一般 / 各種健診

風邪や発熱といった急性の症状での診察はもちろん、脳卒中や心臓病、慢性閉塞性肺疾患など、健康に大きな影響を与える疾患の早期発見、早期治療に力を入れています。アレルギー治療や禁煙に関するご相談、漢方を用いたさまざまな「不調」の改善など、患者さま一人ひとりのつらい症状に耳を傾け、適切な治療法をご提案します。地域の皆さまのお役に立つことができれば幸いです。

前川メディカルクリニック

TEL045-312-3568　〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1-1-8 エキニア横浜8階

横浜駅西口駅前

JR横浜駅西口からモアーズ方向へ100m、徒歩1分。
エキニア横浜8階（1階にビッグエコー、ドコモが入っているビル）
ジョイナス地下街に直結。雨の日でも濡れることなく来院いただけます。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00～12:30	●	●	●	●	●	●	／
14:30～18:30	●	●	●	●	●	／	／

休診日：
土曜日午後・
日曜日・祝日

前川メディカルクリニック　検索

この先のお金が不安
でも損はしたくない

初心者のための
マネーセミナー

こんな人にお勧め！

- □ 資産運用の方法が知りたい
- □ 教育費準備はどうすれば良い？
- □ 老後資金を効率良く貯めたい
- □ 介護のお金はいくら必要？
- □ 物価上昇が心配
- □ お金の相談をできる人が周りにいない
- □ 終活、相続が心配
- □ 保険の事がわからない
- □ 年金が不安

日時 2025年7月19日（土）10:00～11:30
2025年7月20日（日）10:00～11:30

会場 TKPガーデンシティPREMIUM横浜西口
横浜駅徒歩7分　横浜市西区南幸2丁目19-9 TKP横浜ビル

参加無料
先着順で定員となる場合がございます

2大特典！
① FP無料個別相談サービス
② 嬉しいお土産付き
ガトーハラダの人気のラスク

講師 石川直人
「Affiliated Financial Planner」
「相続診断士」「子育て診断士」
「公的保険アドバイザー」

神奈川県出身：これまで13年で1000世帯以上の相談を受けライフプランの作成や、将来の資金計画のアドバイスを実施。
ご自身が元々は金融系の仕事でなかったことから、初心者目線でのアドバイスを心がけてくれることが好評の先生です。
皆さまのお金の悩みもお気軽に相談してみてください。
知ると知らないでは大違いなのがお金の世界です。

応募方法 こちらの二次元コードからお申込みください↓

応募条件⇒20歳以上のお金について学びたい方
＊金融関係の方、同業他社の方、営業や情報収集を目的とした方のご参加はご遠慮いただいております。
＊二次元コードが読み取れない場合、下記からお問合せください。
主催：クリイト株式会社横浜支店　横浜市中区弁天通4丁目53-2
お問合せ：happylife21ac@gmail.com　045-306-9337

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♪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いただき、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～

武蔵小杉から新丸子の高架下にあるグルメストリートにはチーズ料理や韓国料理など魅力的なお店が集結してるのでぜひ訪れてみてください！(川崎担当：西方)

鷺沼駅前の再開発が始まりました。青葉台の東急スクエアも築55年で再開発検討中。街の変化を間近で見られるのが楽しいです♪(川崎担当：大竹)

ジメジメする季節でも、横浜やみなとみらいは天気を気にせず食事やショッピングを楽しめる商業施設がたくさんで快適な時間を過ごせますよ。(横浜南担当：大友)

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 045-514-1409
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。

1 賃貸管理
オーナー様の物件を適切に管理し、安定した賃貸経営をサポートします

2 不動産売買
物件の購入・売却をスムーズに進めるための専門的なサポートを提供します。

3 新規大家様募集
賃貸経営を始めたい方および、既にお持ちの賃貸物件でお困りごとがある方

買取強化中！ 査定無料！
お持ちの家いつ売却しますか？

快適な横浜暮らしから資産運用まで、おまかせ下さい。

「まずは査定額を知りたい」という方はこちらから

4 不動産買取強化中
迅速かつ適正な価格での不動産買取を積極的に行っています。

5 即日査定
お客様の不動産を即日で査定し、迅速な対応を心掛けています。

6 仲介手数料不要
弊社買取の場合には仲介手数料(400万以上の売買価格3%＋6万円)が不要となります。

人情味あり、新しさあり。横浜の不動産会社

馬車道駅より徒歩2分

株式会社 グッドホーム 本社

横浜市中区北仲通2-30 グッドビル北仲通2F
■営業時間 9:00～18:00 ■毎週水曜日定休

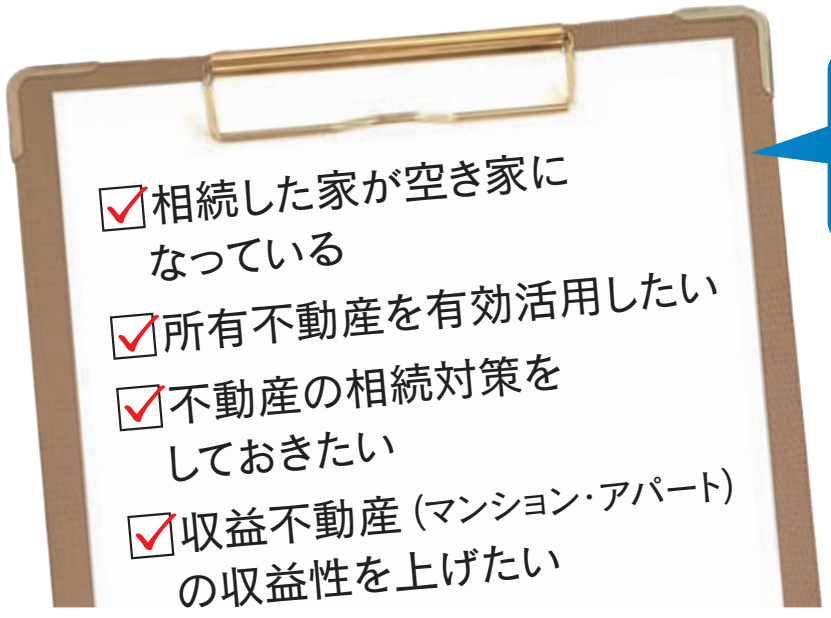
TEL.045-263-6262

宅地免許番号/神奈川県知事免許(4)第26243号
加盟団体/(社)全国宅地建物取引業保証協会会員、
(公社)神奈川県宅地建物取引業協会会員

「信託銀行系」不動産会社ならではの強み　不動産に関わる悩みや不安にお応えいたします。

経験豊富なベテラン所長・副所長がご対応いたします

不動産無料相談



☑相続した家が空き家になっている
☑所有不動産を有効活用したい
☑不動産の相続対策をしておきたい
☑収益不動産(マンション・アパート)の収益性を上げたい

例えばこんなお悩みやご不安はございませんか？

©トラストさん

お電話の際は所長・副所長への無料相談とお伝えください

西区・中区
南区・保土ヶ谷区
通話無料 0120-312-274

港北区・鶴見区・旭区
神奈川区・都筑区
緑区・瀬谷区
通話無料 0120-951-334

ご来店いただく際は、不在の場合もございますのでご予約の上ご来店ください

ご自宅へのご訪問相談も承っております
お気軽にご相談ください

三井住友トラストグループ
三井住友トラスト不動産株式会社

■土曜・日曜も営業 (水曜・祝日定休) ■営業時間/9:30am～5:30pm

国土交通大臣(10) 第3397号(一社)不動産協会会員・
(一社)不動産流通経営協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

横浜第一センター
担当エリア
横浜市西区・中区・南区・保土ヶ谷区
通話無料 0120-312-274 TEL:045-313-3122 FAX:045-313-0858
〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1丁目6番1号
横浜ファーストビル9階
[E-mail] yokohama1@smtrc.jp

横浜第二センター
担当エリア
横浜市港北区・鶴見区・旭区・神奈川区・都筑区・緑区・瀬谷区
通話無料 0120-951-334 TEL:045-316-5315 FAX:045-322-0181
〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1丁目6番1号
横浜ファーストビル9階
[E-mail] yokohama2@smtrc.jp

※無料査定は不動産の鑑定評価に関する法律に基づく不動産の鑑定評価に変わるものではございません。弊社営業エリア外の不動産やご相談内容によりましてはお取り扱いできない場合もございますので、あらかじめご了承ください。※内容によりましては弊社提携の税理士・弁護士をご紹介させていただきます。お客様にご提供いただいた個人情報は、不動産売買の仲介等の取引に関する情報・サービスの提供のために利用します。なお、弊社の「個人情報保護宣言」および「個人情報のお取り扱いについて」の詳細は、https://smtrc.jp/をご参照ください。個人情報に関してのお問い合わせ先　三井住友トラスト不動産株式会社　横浜第一センター　通話無料0120-312-274　E-MAIL:yokohama1@smtrc.jp/横浜第二センター　通話料無料0120-951-334　E-MAIL:yokohama2@smtrc.jp/本社お客さまセンター　通話無料0120-361-889 (受付時間 9:30am～5:30pm/水曜、祝日を除く)　E-MAIL:privacy@smtrc.jp　【取引態様/仲介】成約の際には仲介手数料(税込)を申し受けます。

ARIFT OPEN!

ARIFTと読者の皆様をつなぐ3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！

Instagram LINE WEBサイト

※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。

Instagram

ARIFT編集部があつめた 街のグルメ、新店情報

地元のグルメ・おでかけ・新店情報などを発信。ARIFT誌面の情報やNEW　OPEN、旬のTOPICSが満載！『じもと、もっと、楽しく。』をモットーにメディア会社発の信頼できる情報をお届けします。

いますぐ アクセス！

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！

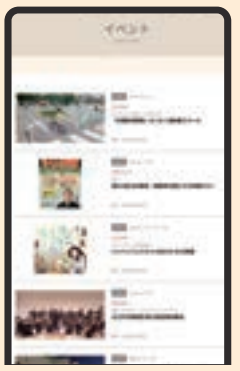
アリフトWEB

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。

住宅型有料老人ホーム シニアホテル横浜西口

元気で活動的な
シニアライフを提案する
ホームがオープン

横浜駅に一番近い(横浜駅西口徒歩8分)

有料老人ホーム[全73室]／夫婦室[29室]

横浜駅に一番近い老人ホーム
協力医療機関が併設で安心
全室キッチン、トイレ、バス付きの快適空間
65歳以上であれば自立～要介護5の方まで入居可能

要予約 お食事つき
見学会開催

OPEN記念特別価格
入居一時金（前払い金）
A1タイプ 1,000万円～
A2タイプ 1,200万円～

事業主体
ふれあいグループ

ふれあいグループは神奈川県を中心に医療・保健・福祉・教育などの幅広い分野で事業を展開しています。現在、病院(17施設)、クリニック(5施設)、保健施設(2施設)、介護老人保健施設(9施設)、在宅支援施設(15施設)、福祉施設(6施設)、有料老人ホーム(11施設)、教育施設(7施設)等　計72施設、職員数7,600名を超えるグループです。

資料請求・個人入居のご相談やお問い合わせはこちらへ
住宅型有料老人ホーム
シニアホテル横浜西口
横浜市神奈川区鶴屋町3-32-4

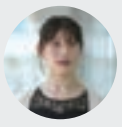
■お電話で受付中
045-755-7200
営業時間／8:30～17:30

おいしく作って心と体をととのえる

彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部



レシピ監修 三井 しえさん
管理栄養士・ハーブインストラクター・心不全療養指導士・病態栄養専門管理栄養士。多国籍料理を作る事が趣味。様々な病態の患者様の栄養管理をした経験から予防医療の活動を始め、食を通じて人を健康にすることに力を注ぐ。

theme

ストレス解消レシピ

01. 抹茶と豆乳のコクうま冷やしそば

コクと旨味のたれが
冷たいそばを引き立てる

材料(2人前)
そば……200g
ゆで卵……4つ
ミニトマト……6つ
大葉……8枚
〈つけだれ〉
豆乳……400ml
抹茶パウダー……小さじ半分
青のり……小さじ1杯
干しエビ……小さじ1杯
ナッツ……小さじ1杯
味噌……大さじ1杯

作り方
❶ そばを茹でて、冷水でしめておく
❷ そばの上に、大葉、ミニトマト、ゆで卵をトッピングする
❸ つけだれを作る(味噌を溶けやすくするため、豆乳と一緒に温める)
❹ 干しエビ、青のり、ナッツを好みの量つけだれに入れて、ソバを付けて食べる

02. ふわとろ黒ごまミルク

お手軽シェイクで作る
大人のひんやりほろ苦デザート

材料(2人分)
〈下のゼリー部分〉
牛乳……400ml
粉ゼラチン……10g
(大さじ4杯の水でふやかす)
はちみつ……大さじ2杯
〈上のホイップ部分〉
Aインスタントコーヒー……大さじ1杯
A水……大さじ2杯
A黒糖……大さじ2杯
黒すりごま……適量

作り方
〈下のゼリー部分〉
❶ 牛乳を、レンジか鍋で人肌に温めて、はちみつを溶かす。
❷ ①の中に、ふやかしたゼラチンを入れよく混ぜる
❸ 器に盛って、粗熱が取れたら冷蔵庫で2時間程度冷やし固める。
〈上のホイップ部分〉
❹ Aを500mlの空のペットボトルに入れて蓋をしっかり閉め、泡立つまでシェイクする。
❺ ペットボトルを逆さにしても落ちて来ない位になったら、冷やしたゼリーの上に開けて、黒ごまを適量トッピングする。

自律神経を整え、落ち着いた気持ちで睡眠を

そばはルチン(ポリフェノール)の抗酸化力とGABA(アミノ酸)が自律神経を整え、ストレスホルモンを抑えて疲労回復に。牛乳や黒ごま、ゼラチンのカルシウム・マグネシウムなどがイライラを落ち着け眠りを助けます。自然な甘さが疲れた心にやさしく働きかけます。

ふれあいグループ 有料老人ホーム
3施設 同時
見学会&入居相談会 実施中!
無料の往復送迎付き!
0120-35-2240
電話受付時間 9:00~17:00
湘南ふれあいの園
体験1 お食事体験
体験2 住み心地を体感
体験3 介護・医療の悩み相談
有料老人ホームは「介護が必要になってからお世話になるところ」と考えている皆さまも多いのではないでしょうか?近年では、老人ホームへ移り住み、シニア向けの環境で充実したセカンドライフを過ごされる方も徐々に増えています。シニアホテルでは、将来に支援(介護)が必要になることを見据えて、どのようなシニアにも安心できる住空間をご提供いたします。ぜひ一度、ご自身の目でお確かめください。※見学ご希望の3日前までにご予約ください。
東戸塚 | 住宅型有料老人ホーム
シニアホテル 東戸塚サウスウイング
横浜市戸塚区上品濃16-15
東戸塚駅からのシャトルバス運行中
関内 | 介護付有料老人ホーム
シニアホテル 横浜
横浜市中区万代町2-3-3
東戸塚 | 介護付有料老人ホーム
シニアホテル 東戸塚イーストウイング
横浜市戸塚区上品濃16-8
東戸塚駅からのシャトルバス運行中

MONTHLY HOROSCOPE

7.1>7.31

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

家庭運上昇！家族や親しい仲間とホームパーティーなどが吉。温かい時間が心を和ませ、リフレッシュできそう。健康面は概ね良好ですが、過労による怪我には注意が必要。

Lucky color コーラルピンク

おうし座
4.20→5.20

コミュニケーション運上昇！幅広い年代の人々との交流を持つことが◎外出することで、知的好奇心が広がりそう。恋愛トラブルには注意を。熱中症に気をつけましょう。

Lucky color ミントグリーン

ふたご座
5.21→6.21

金運上昇！意欲的に資産を増やすことを考えられる時期。副収入や臨時収入もありそう。しかし、「使いたい！」という欲求も高まります。娯楽や事業拡大などには慎重に。

Lucky color ベージュ

かに座
6.22→7.22

運気上昇！周囲の人の気持ちを汲み取り、自分自身の良さを最大限に発揮できそうな時期。前向きな気持ちで行動を。細かいところまでの確認を怠らないことが幸運の鍵♪に。

Lucky color レッド

しし座
7.23→8.22

内省な時期！自分自身の心の中と向き合ってみましょう。何かに夢中になる感覚を忘れなければ、本当の自分が見えてくるかも。健康面で心配事があるなら専門家を頼ってみて。

Lucky color ラベンダー

おとめ座
8.23→9.22

コミュニケーション運上昇！自分と同じ夢を持つ人との輪を広げましょう。無理なく自由に活動出来る場を探すことが幸運の鍵♪健康面は、泌尿器系疾患、婦人科系疾患に注意。

Lucky color スカイブルー

てんびん座
9.23→10.23

運気上昇！バイタリティーが溢れる時期。自分を信じて活動すれば信頼を得られそう。「初心忘るべからず」が幸運の鍵♪年長者や周囲からの引き立てもあるかもしれません。

Lucky color ロイヤルブルー

さそり座
10.24→11.22

知的好奇心運上昇！異文化交流会などの自分の世界を広げれば、多くの学びを得られそう。ミーハーな物より精神性の高いことがお勧めです。健康面は皮膚病、関節炎に注意を。

Lucky color オレンジ

いて座
11.23→12.21

絆運上昇！人生の重要な選択を考える時期。人と深い絆を結ぶことがあるかも。多忙期ですが焦らずに進むことが大切。健康面は不規則な生活が悪影響を及ぼすので要注意。

Lucky color ワインレッド

やぎ座
12.22→1.19

対人関係運上昇！意見はぶつかることを恐れずに伝えてみましょう。お互いをもっと深く知ることが出来そう。ただし相手に依存はしないで。健康面は喉、腰痛に注意が必要。

Lucky color イエロー

みずがめ座
1.20→2.18

活動運上昇！仕事やボランティア活動などを精力的に出来る時。生きがいを発見、仲間にも恵まれるでしょう。健康面は、多忙による過労、過食による肥満、肝臓に注意です。

Lucky color ホワイト

うお座
2.19→3.20

お洒落運上昇！あなたらしい個性を活かしたファッションに注目が集まりそうな予感。興味あるクリエーターとの交流には積極的に参加を！健康面は胃腸炎、腱鞘炎に注意して。

Lucky color ゴールド

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

期間限定、値付け確約
「古い腕時計、買います」
不動品、ベルトなし品も

「買取店わかば　横浜ワールドポーターズ店」では古い腕時計の買い取りを強化中です。
ずっと使わずに保管したままの古い腕時計が自宅にありませんか？有名メーカーはもちろん、無名の品、動かないもの、ベルトがないものでも買い取ります。
製品として役目を終えた腕時計に修理用部品や教材としての需要があることはあまり知られていません。期間中はどんな品でも必ず値付けします。もちろん値が張る時計はしっかり査定します。なんとなく捨てずにいるだけの腕時計をこの機会に換金しましょう。

同店に集まる大量の古い時計。貴重な資源です。

使わないモノを、
お金に換えるお店

終 活　生前整理　遺品整理

Reuse Shop WAKABA
～全国200店舗超展開中～

tel.045-228-8988
営業時間／10:30～19:00（最終受付18:30）
駐車場隣接で便利。負担制度あり。

買取店 わかば
横浜ワールドポーターズ店
〒231-0001 横浜市中区新港2-2-1
横浜ワールドポーターズ6F
みなとみらい線「馬車道」駅徒歩5分
神奈川県公安委員会許可 第451450019622号
遺品査定士 AM02150

横浜
ワールドポーターズ
6階
落ち着いた雰囲気のフロアです。

古い腕時計 買い取り強化キャンペーン
6/30（月）までの期間中はどんな品物でも必ず値付け。
要身分証持参、駐車場負担制度あり

金剛院の見晴らしの良い一角に完成しました。

金剛院［永久の丘（とわのおか）］

永代供養 **樹木葬墓**

一区画
2霊（2名様）
石碑代・家名彫刻代含む

38万円（税込）

使用年限はなく
代が絶えても
金剛院が永代に渡り
供養しますので安心です。

永代供養
合祀埋葬なし
使用年限はなく代が絶えても所定の区画で永代に渡り供養し、合祀埋葬は致しません。

宗教不問
檀家にならなくてOK
仏教・神道・キリスト教など制限はなく、無宗教の人でもお墓の建立が可能です。

後継者不要
独身の方でもOK
「後継者がいない」「子や孫に負担をかけたくない」という方も安心です。

交通至便
弘明寺駅からのアクセスが便利
弘明寺駅より市営バスで最寄りの「仲久保」バス停から徒歩1分と便利な場所です。

ペット供養墓
友愛
●管理費はかかりません
●3霊以上は一律30,000円
10,000円（税込）

葬儀等、仏事も承ります。
仏事は金剛院住職が執り行うので安心です

本堂内陣

天井絵

開山以来 約350年の伝統と格式を誇る古刹です。

高野山真言宗
夢薬師 **金剛院**

〒235-0021 横浜市磯子区岡村 5-3-1

TEL：045-751-6296

ご来苑の際はお電話をいただければ幸いです。

金剛院 公式
Instagaramは
こちらから➡

年齢・経験不問
直行直帰OK!

首都圏で
500人以上
活躍中

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

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

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!

PC DEPOT

SMART LIFE® MC Members Club

今後の安全使用と ご家族皆様の安心のため お急ぎ Windows11へ移行の ご協力をお願いします。

2025年10月14日(火)

Windows10 サポート終了

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。

- □ 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
- □ 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!!

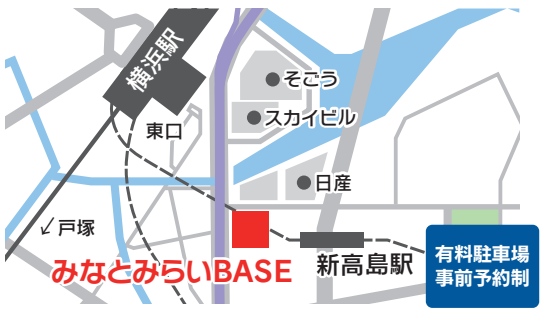
お近くのピーシーデポスマートライフへお電話ください!

ピーシーデポスマートライフ みなとみらいBASE

Instagram

TEL 045-650-5221

横浜市西区高島一丁目2番5号 横濱ゲートタワー1階

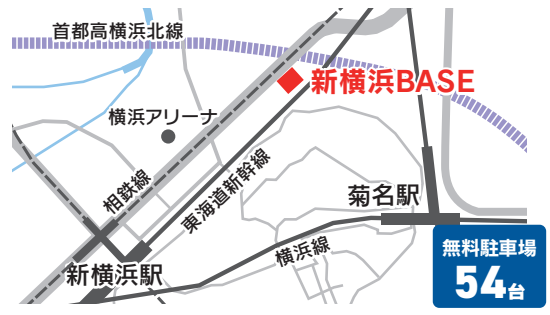


ピーシーデポスマートライフ 新横浜BASE

Instagram

TEL 045-439-2100

横浜市港北区大豆戸町534-1



ピーシーデポスマートライフ 港北BASE

TEL 045-943-9555

横浜市都筑区茅ヶ崎東3-1-1

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「Family Clinic」の受付は、一般 17:00まで メンバー 18:00まで

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

すぐに売れる、すぐに片付く

不用品出張買取

ノーブランドバッグ 1点 1,000円で買取!!

ブランド品じゃなくても大丈夫!
タンスに眠ったままのバッグ、ありませんか?

※1人3点まで

横浜市・川崎市にお住まいの方限定
5,000円以上のお買取で 1,000円分のQUOカードプレゼント

ご自宅・お店に眠っていませんか?いちばん堂の幅広い買取品目

イミテーションアクセサリー

メッキが剥げでも石がなくてもOK!『使わないな』と思ったらお気軽に!

オーディオ・楽器

ご自宅に眠るギターやキーボード、懐かしのオーディオなど。音が出なくても大丈夫!

おもちゃ・ゲーム

使わなくなったおもちゃや遊び終わったゲーム、昔集めたコレクションも大歓迎!

カメラ

デジタルカメラの買取強化中!!フィルムカメラやレンズだけもOK!

テレカ

金額保証 50度数1枚 380円
金額保証 105度数1枚 700円

テレホンカード、たんすの奥に眠っていませんか?未使用であればどんな絵柄もOK!

ブランド小物

箱なしOK!キーケースやスカーフ等『もう使わないかな』と思ったらお気軽に!

記念硬貨

ケースのない硬貨や古銭も歓迎!『これどうかな?』と思ったらお気軽に!

香水・コスメ

使いかけの香水やコスメもOK!『もう使わないかな』と思ったらぜひ。

総合リサイクル いちばん堂

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

0120-773-788

受付時間／10:00～17:00

出張費無料! Google口コミ多数!

東京都公安委員会 許可 第308841804974号

買取実績はHPをチェック!

LINEからも出張依頼OK

金を売るなら高価買取おたからやへ

貴金属・プラチナ

キンタロー。

アッツア

この広告面をご提示ください

キャンペーン期間 7月17日(木)まで

買取金額 最大30%UP!

おたからや
※キャンペーン対象外のお品物・対象外店舗がございます(インゴット、商品券、金券、現行銭、その他額面の表記があるもの)。※キャンペーンでの買取金額UPは5万円が上限になります。※当キャンペーンは、弊社買取価格からの金額UPになります。※ご不明な点がございましたら査定員または お電話にてお問い合わせください。

(キリトリ)

ダチョウ倶楽部 寺門ジモン

ダチョウ倶楽部 肥後 克広

どうぞどうぞ♪

金相場歴史的大高騰!

地上波テレビCM全国放送中!

「情報ライブ ミヤネ屋」「ウワサのお客さま」
「羽鳥慎一モーニングショー」「プレバト!!」にて

※一部地域では別番組で放送されます

小さな指輪もこんなに高い♪

例えば18金 16g のリングなら

2003年頃 参考買取価格 14,400円

2025年5月8日時点 参考買取価格 198,900円

参考買取価格 実家の整理で出てきたアクセサリー 5,126,800円

参考買取価格 ダイヤ付き18金のピアス 286,000円

参考買取価格 祖父が使っていたメガネやカフス 435,700円

メッキ・プラチナも高価買取!

参考買取価格 メッキのアクセサリーおまとめ 120,000円

参考買取価格 プラチナのアクセサリー 618,000円

どんな状態のお品物も大歓迎です! » 壊れている 黒ずみ 石取れ パーツのみ ゆがみ すべてOK

高価買取 ROLEX &ブランド時計

箱・保証書がなくても大歓迎!!

ロレックス 参考買取価格 デイトナ 116500LN 4,722,000円 ※2024年1月時点

シャネル レディース 参考買取価格 プルミエールL H0114 2,181,000円 ※2024年11月時点

高価買取 ブランドバッグ

破れ・シミがあっても大歓迎!!

ルイ・ヴィトン 参考買取価格 スピーディ バンドリエール20 296,000円 ※2024年6月時点

シャネル 参考買取価格 ショルダーバッグ 1,127,000円 ※2024年5月時点

■お問い合わせ先 通話無料 0120-555-600

査定無料 手数料無料

便利な出張買取もおすすめ!

親切丁寧にご対応いたします

りおな店長(丸 りおな) ※女優・タレント

【受付時間】8:00～21:00

※この広告に記載している買取価格は参考です。実際の買取価格を保証するものではありません。※相場やお品物の状態などによって査定額は変動いたします。また、一部買取できないお品物もございますので、詳しくはスタッフまでお問い合わせください。
※参考買取価格は過去の自社販売実績より算出しています。※掲載しているお品物の画像はイメージとなります。※時計の参考買取価格は箱、ギャランティー(保証書)、付属品が揃ったお品物の金額です。※バッグ、ブランドジュエリーの参考買取価格はギャランティー(保証書)、付属品が揃ったお品物の金額です。
※ダイヤ、宝石の参考買取価格は鑑定書または鑑別書があるお品物の金額です。※参考買取価格は全て税込金額です。

広告掲載品以外も大歓迎! | 年中無休(年末年始除く) | タクシー代※1・駐車場代※2を負担いたします 最大2,000円

※ご成約1万円以上で1,000円、5万円以上で2,000円。※1 ご来店の際に利用したタクシー代が対象となります。領収書をご提示ください。※2 パーキングチケットをご提示ください。

横浜本店

通常営業中

各線横浜駅 西口より 徒歩5分

横浜市神奈川区鶴屋町3-33-7 若葉ビル1F

【営業時間】10:00～19:00

店内消毒済

横浜西口店/相鉄横浜駅前店

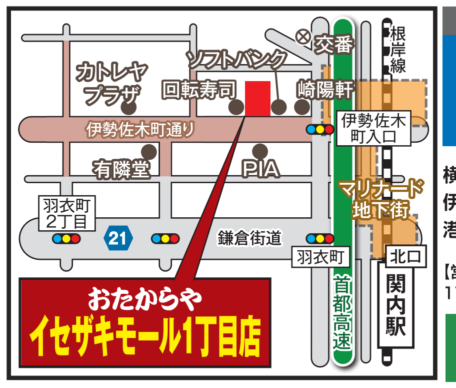
・みなみ西口より徒歩2分
・横浜ビブレ前

横浜市西区南幸2-7-8 銀座屋ビル3F
【営業時間】10:00～19:00

相鉄線 1階改札すぐ

横浜市西区南幸1-5-1 新相鉄ビル1F
【営業時間】10:00～19:00

イセザキモール1丁目店



通常営業中

JR関内駅 北口より 徒歩2分

横浜市中区伊勢佐木町1-3-6 港屋ビル1F

【営業時間】11:00～20:00

店内消毒済

古物商 神奈川県公安委員会 許可 第451380001308号 古物営業法に基づき身分証のご提示が必要となります。ご来店の際は【】内のいずれかをお持ちください。【運転免許証 / マイナンバーカード / 各種健康保険証 / 在留カード 等】

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 » 7.18 FRI

ヒルトン横浜 メロンと抹茶のアフタヌーンティー ～初夏の奏～

初夏を感じるメロンが主役のアフタヌーンティー。濃厚な抹茶や酸味あるライムのデザートが、清涼感あふれるグリーンで初夏らしい爽やかな上品さを演出します。

13:00・13:30・14:00(2時間制)／平日限定開催／ヒルトン横浜(横浜市西区みなとみらい6-2-13)／みなとみらい線新高島駅より徒歩5分 ほか／ハーモニー6,000円・オーケストラ8,000円(サービス料込)／予約は2名様のみ／045-641-8108(10:00～18:00)

EVENT 開催中 » 2026.3.31 TUE

はまぎん こども宇宙科学館 プラネタリウム ドラえもん 宇宙の模型

スネ夫のハワイ土産話に悔しがるのび太へ、ドラえもんは室内旅行機で部屋に満天の星を再現。人々が星空を見て宇宙を理解しようと、宇宙の模型を作ってきた話を聞かせます。

©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK

平日12:15・14:45・16:00開始、土日祝10:00・11:15・12:30・13:45・15:00・16:00開始(各回約45分)／はまぎん こども宇宙科学館(横浜市磯子区洋光台5-2-1)／JR洋光台駅より徒歩3分／第1・3火曜日休館／大人600円・4才～中学生300円(入館料別途)／045-832-1166

EVENT 開催中 » 11.16 SUN

柳原良平アートミュージアム 特集展示「橋と船の博覧会」

柳原は、横浜ベイブリッジやゴールデン・ゲート・ブリッジなど、国内外の様々な橋と船が調和する風景を描きました。作品を通し、世界中の橋と船を巡る旅へ。

切絵にっぽん丸 横浜港(仮題)2004年

10:00～17:00(入館は16:30まで)／横浜みなと博物館 柳原良平アートミュージアム(横浜市西区みなとみらい2-1-1)／JR・市営地下鉄桜木町駅より徒歩5分／月曜休館(祝日の場合は開館・翌日休館、8/12(火)・9/22(月)は開館)／一般500円・65歳以上400円・小中高校生200円／045-221-0280

EVENT 7.4 FRI » 7.8 TUE

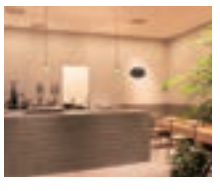
戦後80年 横浜夢座平和祈念 五大路子ひとり芝居「横浜ローザ」

伝説の娼婦“メリーさん”をモデルに五大路子が演じ続けてきた物語。30年の時を紡いだローザが今、あなたの心に語りかけます。

7月4日18:00・7月5～8日14:00開演／横浜赤レンガ倉庫1号館3Fホール(横浜市中区新港1-1)／JR・市営地下鉄桜木町駅・関内駅より徒歩15分 ほか／一般6,000円・学生3,000円／070-4323-0273

4/28 OPEN ティー専門店

ニュウマン横浜にポートランド発のティー専門店がオープン。カフェでは、すべてのティーを試飲できるほか、スパイスと茶葉の個性を丁寧に引き出したチャイを用いた横浜店限定・先行発売のオリジナルスイーツやドリンクも。

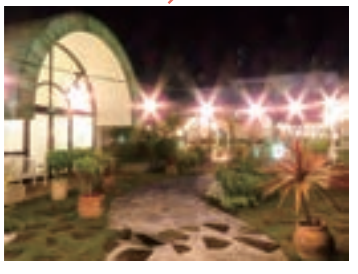


SMITH TEAMAKER YOKOHAMA (SHOP&CAFE)

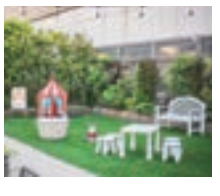
TEL 045-900-3920

横浜市西区南幸1-1-1　ニュウマン横浜2F／各線横浜駅直結／平日11:00～20:00・土日祝10:00～20:00／定休日は施設に準ずる

5/1 OPEN BBQビアガーデン



都会の喧騒から離れた緑豊かな空間で、串肉やタコスなどのBBQを楽しめます。ドリンクは飲み放題で、新鮮な野菜や海鮮、和牛などを使ったメニューも。キッズエリアも完備されており子供も楽しめます。



the Rooftop club

https://rooftopclub.net/

横浜市西区高島2-16-1 ルミネ横浜屋上9F／各線横浜駅直結／平日17:00～22:30、土日祝12:00～22:30／定休日は施設に準ずる／禁煙(ルミネ7Fに喫煙スペースあり)

JOB information 求人情報

アー＝アルバイト　パー＝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｜みなとみらい駅徒歩4分／桜木町駅徒歩7分

営業サポートスタッフ パア

時給1,200円～

営業サポートスタッフ急募！ 土日祝休み、残業もほとんどありません

内容　申込書や見積書作成、発注業務（社内連携）、データ入力・作成、原稿作成など、営業スタッフのバックオフィス業務全般をサポートしていただきます。
資格　簡単なPC操作ができる方(文字打ちなど)
時間　9:00～18:00(休憩60分) ※週3日～、1日6h～可
◎フルタイムできる方、大歓迎！
休日　土・日・祝、GW、夏季、年末年始
待遇　交通費全額支給、有給休暇、各種社会保険完備
応募　右記QRコードを読み取り、ご応募ください。採用担当者よりご連絡します。
ＰＲ　移転したばかりのキレイなオフィスで一緒に働きませんか？一から丁寧にお教えしますので、営業や広告業界未経験の方も大歓迎です！

こんな方、ぜひ一緒に働きませんか？
- メディアに関わるお仕事をしたい方
- 人の役に立つのが好きな方
- 臨機応変に対応できる方
- ワークライフバランスを実現したい方

株式会社中広メディアソリューションズ
TEL045-514-1409　担当／人事担当
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

放課後の見守り

放課後キッズクラブのスタッフ募集！

子育て経験が活かせます

職種 学童指導員［パート］

給与　時給1,250円～　手当金　時給に85円加算。
※実質時給 1,335円～1,435円(有資格者)
[給与例]3時間勤務の場合(週3日勤務) 週3日:12,015円 1ヶ月:48,060円
高校生：1,162円＋手当金85円

内容　子どもたちが放課後、安心して遊んだり活動できる場所を創ります。お仕事で放課後留守になるご家庭のお子さんをお預かり、小学校の空き教室を使って放課後の時間、さまざまな経験ができるような支援をしていきます。

時間　[平日]14:00～18:00、19:00のうち3時間～
[土曜日]8:30～17:00のうち3時間～
[学校代休日/長期休業中]8:00～19:00のうち3～6時間※週1日～、1日3時間～OK、シフト制

待遇　交通費全額支給　〈敷地内禁煙〉

Smile Crew 株式会社スマイルクルー

株式会社スマイルクルー

TEL 045-316-4355　横浜市西区平沼1-13-14

勤務地 各小学校放課後キッズクラブ

［山王台小学校］
磯子区磯子5-2-1

［汐見台小学校］
磯子区汐見台3-6

［小山台小学校］
栄区小山台1丁目15-1

［柏尾小学校］
戸塚区柏尾町1317

お子さんの「わかった！」を育む
「現代の寺子屋」のような塾です

うちの子、どこで つまずいているんだろう

そう感じたことはありませんか？

家では勉強しなかったのに、皆実塾さんだと楽しく勉強しているようです

「どこが分からない？」を徹底的に見つけ出し、お子さんの「勉強の負債」を解消することから始めます。一人ひとりの理解度に合わせて教材や教え方をアレンジする、オーダーメイドの指導が特徴です。学年を越えて学ぶ「寺子屋」スタイルは、お子さんの新たなやる気を引き出すと評判。仕事が忙しくてお子さんの勉強を見てあげられないという親御さんにも選ばれています。ぜひ一度、お気軽にご相談ください。

勉強のやり方を教わり、ノートの使い方も綺麗になりました

塾に通って、親子のケンカが減りました

子どもたちからは「もりもっち」と呼ばれています

塾長　森本 佑治

■出身高校：広島学院高等学校
■出身大学：慶應義塾大学 商学部
■指導科目：英語・数学・算数・国語・理科・社会

私自身、塾が好きな中学受験生でした。皆実塾も、無理に熱くならず、やるべきことを淡々と積み重ねていく場所。でも、子どもたちが「なんだか楽しい」と感じる空気を大切にしています。

小学生の部 集団個別授業

小3〜小6　私立中に内部進学する方、公立中に進学して高校受験を目指す方

開催曜日・時間：火〜金曜日 16:20〜18:30

受講科目：算数・国語・英語からお選びください。学校の教材などを使用することもできます。

中学生集団授業

中1〜中3　国大附属中・公立中に在籍して、高校受験を頑張ろうと思っている方

開催曜日・時間：火〜金曜日より週2日
①19:10〜20:20 ②20:30〜21:40

受講科目：数学・国語・英語・理科・社会の5科目

皆実塾 minami Juku

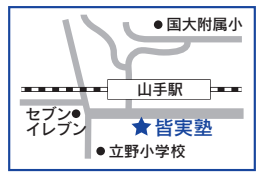
045-272-0183

土日祝はこちらにご連絡ください 045-900-6296

横浜市中区立野78番地

info@minamijuku.com

山手駅のロータリー目の前！
交番横の青い扉が目印の一軒家です



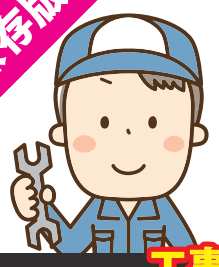
詳しくはこちら

アリフト読者限定　先着5名様まで！

2週間何度でも通える
体験授業にご招待！

お電話または左のQRからLINEでお問合せください

保存版



あれ？温度が不安定かも…　お湯になるまで時間がかかる

壊れてからでは遅いです!!

NORITZ Rinnai Paloma PURPOSE
正規販売店

ガス給湯器は購入後10年過ぎたら早めの点検を！

中区・磯子区・神奈川区周辺にお住まいの方
安心できる地元のガス屋さん

地域密着

東京ガス株式会社簡易内管施工登録店　登録店番号 1-2015-0022

お見積り無料　ご相談無料

工事費には撤去・処分・取付も全てコミコミ！すべて税込み価格！　本体保証もついてアフターフォロー万全！

ガス給湯器 毎月15台限定　本体保証7年　施工保証10年

NORITZ（ノーリツ）
20号 オートタイプ
本体 GT-2070SAW BL
リモコン RC-J101Eマルチセット
・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン

定価431,750円（税込）⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
すべてコミコミ 工事費込 税込
135,000円
安心保証付

ガス給湯器 毎月15台限定　本体保証7年　施工保証10年

NORITZ（ノーリツ）
20号 オートタイプ
エコジョーズ
本体 GT-C2072SAW-BL
リモコン RC-J101Eマルチセット
・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証・浴室リモコン

定価445,720円（税込）⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
すべてコミコミ 工事費込 税込
165,000円
安心保証付

ガス給湯器 毎月15台限定　本体保証7年　施工保証10年

Rinnai（リンナイ）
20号 オートタイプ
本体 RUF-A2005SAW(C)
リモコン MBC-240V(A)
マルチセット
・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン

定価419,210円（税込）⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
すべてコミコミ 工事費込 税込
145,000円
安心保証付

ガス給湯器 毎月15台限定　本体保証7年　施工保証10年

Rinnai（リンナイ）エコジョーズ
20号 オートタイプ
本体 RUF-E200FSAW
リモコン MBC-240V(A)
マルチセット
・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン

定価463,100円（税込）⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
すべてコミコミ 工事費込 税込
175,000円
安心保証付

ガス給湯器 毎月15台限定　本体保証10年　施工保証10年

Paloma（パロマ）エコジョーズ
20号 オートタイプ
本体 FH-E2022SAWL
リモコン MFC-E226V
マルチセット
・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン

節水型シャワーヘッド PTT-002 プレゼント

定価475,310円（税込）⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格
すべてコミコミ 工事費込 税込
155,000円
安心保証付

ビルトインガスコンロ

Paloma（パロマ） repla（リプラ）
毎月10台限定
PD-509WS-60CV
色：ティアラシルバー

アリフト読者特別価格
定価173,470円（税込）⇓
すべてコミコミ 工事費込 税込
95,000円 税込

ビルトインガスコンロ NEW

Paloma（パロマ） WITHNA（ウィズナ）
毎月10台限定
PD-829WS-60GH

アリフト読者特別価格
定価232,980円（税込）⇓
すべてコミコミ 工事費込 税込
115,000円 税込

更にご成約で ラ・クック グランセット 11,990円（税込）を プレゼント

レンジフード

NFG6S20MSI
NORITZ（ノーリツ）

アリフト読者特別価格
定価106,370円（税込）⇓
すべてコミコミ 工事費込 税込
95,000円 税込

トイレ TOTO（TOTO）

便器 CS232B 定価57,640円（税込）
タンク SH233BA 定価77,990円（税込）
ウォシュレット TCF2223E オープン価格

アリフト読者特別価格
定価135,630円（税込）＋オープン価格⇓
すべてコミコミ 工事費込 税込
129,800円 税込

SOHMA CORPORATION

ガス機器専門店
ソーマコーポレーション株式会社

ノーリツ／リンナイ／パロマ／パーパス 正規販売店　即日修理も可能

アリフト見たとお伝えください
0120-221-710
月〜土曜 9:00〜19:00受付
http://soma-corp.com/

ご成約で 1,000円分 クオ・カード プレゼント！
有効期限：2025年7月末

（横浜南センター）横浜市南区山王町2-12-3（戸塚センター）横浜市戸塚区上倉田町1909-1（金沢センター）横浜市金沢区六浦5-3-26（鶴見センター）横浜市鶴見区潮田町1-22-5（川崎南センター）川崎市幸区下平間270-2（大和センター）大和市代官3-9-5（座間センター）座間市相武台4-13（藤沢センター）藤沢市湘南台6-33-11
（本社）横浜市青葉区鴨志田町53番地