

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

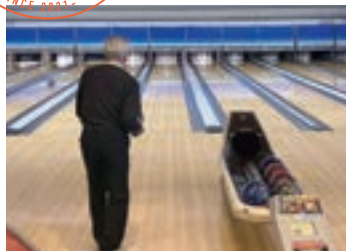
2025

7

7/11

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
TEL 045-514-1416
(10:00~17:00)



service

ARIFT持参で3ゲーム
お一人様1,650円!

2025年8月8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



夏休みは地元で決まり! 思い出を彩る 夏体験

イベントニュース&ニューオープン
今こそ食べたい! ひんやり夏ラー



都立光が丘公園



第66回 いたばし花火大会



練馬区 白石農園

練馬区立 四季の香
ローズガーデン
香りのハーブガーデン

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





企画・編集:ARIFT編集部

夏本番、地元で開催されるお祭りや涼を感じるスポット、限定のグルメなど、
この季節ならではの楽しみが盛りだくさん。家族みんなでお出かけして思い出に残る夏を過ごしませんか？

練馬区立 四季の香 ローズガーデン 夏まつり

7月19日(土) 17:00～19:30



昨年好評だった「夏まつり」を一夜限りで今年も開催！フレッシュなお花をバイですくう「花すくい」、フラダンスやアコースティックバンドの演奏などが行われる初開催の「ナイトショー」、森の小枝キーホルダー作りなどのワークショップ、キッチンカーの出店、ローズソフトの販売など、家族や友達と楽しめる内容が盛りだくさん。また、7月19日(土)から8月31日(日)までの期間は、夏の特別イベントとして、写真映える人気の「風鈴こみち」や、ジオライトサンド、苔玉作りのワークショップなども開催。元チーフガーデナーによるバラ講座も予定しており、夏ならではの植物の魅力を存分に体験できます。

[住]練馬区光が丘5-2-6[交]都営大江戸線光が丘駅より徒歩6分[料]入園無料[休]雨天の場合は7/20(日)に延期[問]03-6904-2061



担当者に聞く！ おすすめコメント

■ 昨年から始まった夏まつりは、初年度から1,000人を超える来園者で賑わいました。今年はさらに多くのみなさまに楽しんでもいただけるようイベントエリアを拡大しました！特におすすめは今年初めて登場する「香りのローズガーデン」でのナイトショーです。ライトアップしたガーデンで、フラショーやアコースティックバンドによる演奏をお楽しみいただけます。また、昨年大人気だった「花すくい」や多彩なキッチンカーも登場します。お友達やご家族と一緒に、素敵な夏の思い出を作りにぜひご来園ください。(施設長・香取さん)

夏の夜空を彩る、感動大花火 第66回 いたばし花火大会

8/2(土) 19:00～20:30



都内屈指の規模を誇り、兩岸で約15,000発打ち上げられる花火大会。都内最大の尺五寸玉や総延長300mの天空のナイアガラ、花火師の芸術玉などが夜空を彩ります。快適に観覧できる有料席は例年大人気(チケットぴあなどで販売中)。身体中に響くほどの音と光、視界いっぱいに広がる迫力をぜひ会場で。

[住]板橋区荒川河川敷[交]JR浮間舟渡駅・都営三田線高島平駅・西台駅・蓮根駅より徒歩20分[問]03-3579-2255(板橋区観光協会)



夏の冒険！生き物と出会う学びの館 板橋区立熱帯環境植物館 夏休み特別展 熱帯の昆虫2025

開催中～8/31(日)



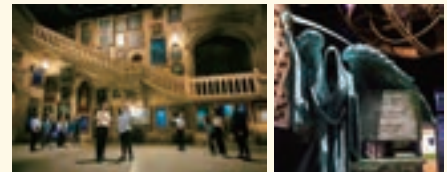
世界最大級ヘラクレスオオカブトの展示をはじめ、昆虫と触れあい体験が楽しめます。潮間帯、低地林、集落景観の特色のある3つの温室ゾーンに加え、熱帯高山帯の冷室やミニ水族館も併設。多様な生態系をリアルに再現しており、海から山へ続く熱帯環境を楽しみながら学べる施設です。

[住]板橋区高島平8-29-2[交]都営三田線高島平駅より徒歩7分[営]10:00～18:00[休]月曜休館※7/21(月祝)・8/11(月祝)・8/12(火)は開館[問]03-5920-1131



あの物語の舞台へ！20年の軌跡を体感 ワーナー ブラザース スタジオツアー東京 -メイキング・オブ・ハリー・ポッター- 期間限定特別企画「炎のゴブレット」

開催中～9/8(月)



Warner Bros. Studio Tour Tokyo - The Making of Harry Potter.

映画4作目の『ハリー・ポッターと炎のゴブレット』公開20周年を記念したイベント。映画に登場する初公開の小道具や本物の衣装などが展示されているほか、期間限定のフードなども販売。三大魔法学校対抗試合の舞台に足を踏み入れ、魔法と冒険が闇の勢力との戦いへと変わるターニングポイントを体感できます。

[住]練馬区春日町1-1-7[交]西武豊島線豊島園駅より徒歩2分・都営大江戸線豊島園駅より徒歩4分[営・休]公式HPにて確認を[問]050-6862-3676



水と緑でひんやり涼む、都会のオアシス 都立光が丘公園



けやき広場の水景施設は夏の間水遊びができ、売店「パークス光が丘」ではかき氷やメロンパンソフトなどを販売予定。6ヘクタールの広さを持つ芝生広場は木陰も多く、のんびりと過ごせます。土日開園のバードサンクチュアリや、昔の草はらの面影を残す昆虫原っぱなど、鳥や虫の観察スポットも充実。

[住]練馬区光が丘4-1-1[交]都営大江戸線光が丘駅より徒歩8分[問]03-3977-7638



都会の広大な緑で夏を満喫 都立城北中央公園



石神井川沿いの約26ヘクタールの広大な敷地を持つ公園。野球場、テニスコート、競技場、ドッグランなどの施設が充実。夏は売店でかき氷やソフトクリームを味わいながら、木々に囲まれた広場や児童公園でのんびり過ごすのもおすすめ。家族みんなで、お友達と、自然の中で涼しいひとときを過ごせるおでかけスポットです。

[住]練馬区水川台1-3-1[交]東武東上線上板橋駅より徒歩15分ほか[問]03-3931-3650



とれたて夏野菜！親子で楽しむ食育体験 東京やさい収穫体験農園 白石農園



江戸時代から350年以上続く歴史ある農園。入園無料・予約不要で、アスパラガスやトマトなど夏野菜の収穫体験を気軽に楽しめます。お子さんの食育にもぴったり！とれたて新鮮な旬の味が楽しめます。都市型農業の魅力体験できる貴重な場所で、地域に根差し約100種類の野菜を生産販売。

[住]練馬区大泉町1-54[交]東京メトロ副都心線・西武池袋線大泉学園駅よりバス「もみじ山」下車徒歩5分[受]土日祝10:00～12:00(8月末まで)※雨天も開園[問]080-5087-5238





夏の短期教室!

7・8月限定!

ジュニアスイミング

各回**5名**定員

年少～
小学1年
まで対象

※日曜の体験のみ対象が
小1～小6となります。

7月

7/19±.26±

12:30～13:15、13:30～14:15
14:30～15:15

7/20日.27日

8:00～8:45

お申し込みは
こちら



8月

8/2±.9±

12:30～13:15、13:30～14:15
14:30～15:15

8/3日.10日

8:00～8:45

お申し込みは
こちら



最大2回まで

1,100円

※1回通っても2回通っても、1,100円です

8月の短期体験料金は7月中お申し込みで550円(最大2回まで)

**短期教室の
生徒だけの班!**

通常スクールの生徒に
混じるのではなく、短期教室の
生徒だけ参加の特別

**1,100円で
2回体験ができる!**

1回あたり550円で、スイミングの
特別プログラムを
体験できます

**夏休みの
「生活リズム」が整う!**

とかく不規則になりがちな
夏休みの生活に、良い
メリハリが生まれます

**お友達の
紹介での
入会は更に
おトク!**

すでに通われているお友達の紹介で入会された場合は

キャップ

水着

スイミング
バッグ

アーム
ヘルパー

メダル
フレーム

総額最大約14,000円分プレゼント!

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▼



通常スクール生も募集

曜日	時間	曜日	時間
火曜	15:45～16:45 16:45～17:45 17:45～18:45	土曜	8:00～9:00 9:00～10:00 10:00～11:00 12:30～13:30 13:30～14:30 14:30～15:30
水曜	15:45～16:45 16:45～17:45 17:45～18:45	日曜	9:00～10:00 10:00～11:00
木曜	15:45～16:45 16:45～17:45 17:45～18:45		

料金 8,910円(週1回)、11,880円(週2回)

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

看護師さん 介護士さん 大募集

**充実した待遇が自慢! 働きやすい
環境が“ココ”にあります!**

**入職支度金
住宅手当**

制度あり

**マイカー通勤
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

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チームで支えています。



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
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。

入職支援制度ははじめました 最大20万円!

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～
③④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186,000円～
②時給 1,170円～
③④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

詳しくはHPをご覧ください

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

TEL: **03-5935-6102** (採用係)






成増駅南口よりバス「大泉学園駅」行き
「大泉風致地区」下車徒歩1分

練馬区大泉学園町7-3-28

夏を涼やかに味わう

選べる2種類の特製ダレで

冷やしつけ麺 600円

選べる特選ダレはゴマダレとピリ辛ゴマダレの2種。普通盛りでも1.5玉の満足ボリューム。ひんやり麺を特製ダレに絡めて夏を涼しく乗り切る、ランチにもディナーにも飲んだ後のシメにもぴったりの一品。

福しん 大山駅前店
Tel.03-3958-6587
板橋区大山町3-8 / 東武東上線大山駅より徒歩1分 / 10:00～翌2:00 / 定休日なし(年末年始休みあり)



\今こそ食べたい! /

ひんやり夏ラー

暑い夏でもやっぱり食べたいラーメン。
この時期に嬉しい冷たい一品をご紹介します。

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。

暑い日のご褒美に

キンキンに冷えた至福の一杯

鶏の冷た〜い塩らはっ! 1,100円

しっとり鶏胸肉、ナス、大葉、自家製トマトソース、味玉をのせた贅沢鶏スープにオリーブオイルの香り油がポイント。井とレンゲもキンキンに冷やし、タピオカ入りのチュルチュル麺で提供するこだわりの冷やし麺。

ラハメンヤマン
Tel.03-3557-0703
練馬区栄町22-1 角田ビル101 / 西武池袋線江古田駅より徒歩5分・西武有楽町線新桜台駅より徒歩3分 / 11:30～16:00, 18:00～21:00 / 木曜定休

独特の辛味と旨味が
やみつきになる一品

つけそば 1,100円

数種類の小麦をブレンドした中太の自家製麺は添加物不使用。スープは豚・鶏・魚介の風味が豊かで、甘辛酸の醤油味に焦がし唐辛子の独特な辛味がやみつきに。つるつる麺とスープの相性抜群でリピーター多数の一品。

魂の中華そば
Tel.03-6906-6082
板橋区上板橋1-25-10 JTプラザ103 / 東武東上線上板橋駅より徒歩2分 / 11:30～14:15, 18:00～19:45 / 月曜定休



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 下赤塚駅 徒歩1分

うな重1,600円〜! 外は香ばしく、中はフワっと♪
土用の丑の日は、栄養満点の鰻で元気をチャージ!

最新情報は
インスタで



お会計時切抜持参 or 撮影画面提示

お会計金額より **200円引き**

※うな重1食につき200円引き
※期間中何回でも可 ※他特典との併用不可
※下赤塚駅前店限定

2025年8月8日迄

ご注文時切抜提示 or 撮影画面提示

ドリンクをご注文の方
300円のおつまみ1品プレゼント!

※300円のメニューからお好きなお料理をお選びください。
※お一人様1回までご利用可※人数分適用可
※下赤塚駅前店限定

2025年8月8日迄



高級食材として知られる鰻ですが、多くの方に召し上がっていただけるよう、お手頃な価格でご提供しております。

夏の土用の丑の日は、7/19(土)と7/31(木)! 夏バテ予防や疲労回復、免疫力アップに鰻を食べませんか? 下赤塚駅前店限定! 店主が厳選した日本酒も豊富に取り揃えております。



鰻の成瀬 下赤塚駅前店

TEL 03-6904-3080

板橋区赤塚新町1-24-8
11:00～14:00、17:00～20:00(金・土は22:00迄)
※7/19(土)、7/31(木)はテイクアウト営業のみ



≫ 下赤塚駅・成増駅より徒歩15分(送迎あり)

少人数制でネイティブ講師と楽しく学べる英語塾♪
おやつ、送迎あり! 入会金・教材費0円です!

HPは
こちら



お申し込み時「アリフトを見た」で

お試しレッスン **1回無料**

※月4回 1レッスン60分
※マンツーマンレッスンです。
※送迎可能です。お問い合わせください。

2025年8月7日迄

レッスン料金

・対象年齢: 2歳半〜
・レッスン: 月4回 ※1回60分
・料金(月謝): 幼児〜中学生 9,000円(税込)、
高校生〜大人 10,000円(税込)
・入会金: 0円 ・教材費: 0円
・オンライン: 対応可



アットホームな雰囲気の中、生活や遊びから英語が学べるカリキュラムをご用意。子どもたちに「楽しい!」「おもしろい!」と感じてもらうことでコミュニケーション能力を育み、自ら楽しみ自発的に英語を話したがります。ネイティブ講師の表現やジェスチャーに触れて英語を楽しみましょう。



Koju English School

TEL 090-5527-7449

板橋区赤塚5-8-3
お電話またはホームページからお問い合わせください。

≫東武練馬駅北口より徒歩8分

一学期を終えて学習面で不安、授業についていくのが
困難、こんなお悩みの方はまずご相談ください!

ホームページ
はこちら



お問い合わせ時「アリフト見た」とお伝え下さい

カウンセリング **30分無料**

様々なお子様に対応していますので、お気軽にご相談ください。各生徒に合わせて、学習内容や目標と一緒に考えていきます。

2025年8月9日迄

実施カリキュラム

【年長】入学準備
【小学生】国語・算数・英語
【中学生】数学・英語・国語・受験対応
※通常学級に在籍の生徒限定
【1対2の個別授業】
授業料 月額10,000円〜



ハーティ学習教室は、発達障害や学習障害、不登校、通常の教室や塾に合わないお子様に対応した学習教室です。お子様の現在の状況に合わせた指導を行い、一人ひとりの目標に向けた学びの場を提供します。指導歴10年の講師が親御さんからのご相談を手厚く承ります。お気軽にご連絡下さい。



ハーティ 学習教室

TEL 090-8052-8690

板橋区徳丸2丁目※お子様のプライバシーを保護するため、場所はお問い合わせ時にお伝えします。
受付: 月〜土 9:00〜21:00

文章題・図形・単位・漢字・読解・英語

基礎から応用までを徹底指導！

幼児・1&2年生の授業料を値下げしました!!

幼児・小学生を対象に、主要3科目(算・国・英)の基礎を徹底指導する1967年創業の学習教室です。少人数制の個別指導がメインで、幼児や補習の生徒は個別指導で対応。また、生徒一人一人の習熟度には大きな差があるため、**学年の枠を廃した完全能力別の指導**を行います。やる気を引き出すための様々な取り組みも行っており、宿題1冊が終わる毎に文具やおもちゃと交換できる点券システムや表彰で、お子さまの**学習意欲**を引き出します。

◆幼児科(年中～長)……50分・週1回・個別
◆基礎科(1～3年)……算・国／週2～3回の少人数
◆学習科(4～6年)……算・国・英／週2～3回の少人数

※個別は予約制、少人数制は月～土の随時制

授業料 12,000円～／月、入塾金6,000円
※税込です



年中～小6対象

算数・国語・英語

進学&補習

新村塾 本校

Tel:03-5967-1156

住 板橋区赤塚6-7-21-1F

交 東武東上線「下赤塚駅」北口より徒歩8分※赤塚中央通り城北信用金庫様斜め前

営 10:30～18:30 休 日曜・祝日

詳しくは
コチラ▼

特典

創立58周年

7～8月入塾者
夏期講習無料

更に

2人以上の入塾で
入塾金無料※友人同士、兄弟同士の入塾歓迎!
※1人6,000円相当(カバン、筆記用具、
教材などの初期費用)

有効期限2025年8月31日迄

未来も輝く、やりがいがある仕事。あなたの経験が活きる時。

KUMONの
サポート制度なら、
安心してはじめられます充実した研修体制
指導経験
資格不要開設時の
教室備品
PR費用を援助10年間
会場費を援助スタッフ
育成費を援助
※条件あり

対面説明会	公文式 茗荷谷教室 ※茗荷谷駅 徒歩3分	7月14日(月) 10:15～11:45 ◆8月21日(木) 10:15～11:45
	公文式 東池袋教室 ※東池袋駅 徒歩1分	◆7月22日(火) 10:15～11:45 ◆8月25日(月) 10:15～11:45
	アットビジネスセンター池袋駅前別館 ※池袋駅東口より徒歩2分	7月25日(金) 10:15～11:45 8月28日(木) 10:15～11:45
	板橋区立グリーンホール ※大山駅 徒歩5分／板橋区役所前駅 A3出口徒歩5分	◆8月1日(金) 10:15～11:45
	王子・北とびあ ※王子駅北口徒歩2分	◆8月19日(火) 10:15～11:45
	◆の説明会はお子さまを連れてのご参加が可能です。	

その他にも各地で多数説明会を開催中!

★ご自宅からご参加いただけるオンライン説明会もございます。
★事前予約制★記載の日程でご都合がつかない場合は日時のご相談も可能です。
★HPから地域ごとに説明会の日程がご覧いただけます。

まずは、お気軽に説明会にご参加ください

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

詳細は下の
QRコードで
ご覧ください

KUMON

まずはホームページをチェック!

くもんの先生

検索

公文教育研究会 リクルートチーム

お問い合わせはフリーダイヤル
やってみよう よいしごと

0120-834-414

受付時間:9:30～17:30

千代田区丸の内1-6-1丸の内センタービル18F

ForONE × atama+ で
「わからない」で悩まない学びを

ForONEの3つのポイント

ポイント1

一人ひとりに
合わせた最適な学習

最先端教材「atama+」を活用して、学習状況や理解度に応じたカリキュラムで学習をすすめます。
解答にかかった時間や、誤答の傾向によってつまづきを分析し「わからない」の原因を探ります。

ポイント2

いつでも
通塾OKの環境

開校時間内は通塾し放題で、わからない問題のフォローもします。
「家だと集中できない」「正しい学習習慣を身に着きたい」そんなお声にお応えできる環境をForONEは用意しています。

ポイント3

ハイクオリティを
低コストに

常に「わからない」を無くすカリキュラムだから、復習を目的とした講習は必要ありません。
夏期講習や冬期講習などの講習費用は無く、1コマあたり約300円～の低コストを実現しました。

あなたのためだけの
学習カリキュラム

アタマプラスは自分の気付いていない「苦手」を見つけ出し、一人ひとりにぴったりの問題や学習内容を選んでくれる「超」オーダーメイドの学習教材です。成績が伸び悩んでしまう原因の多くは「過去の単元の理解不足」です。そこで、アタマプラスが一人ひとりの「つまづきの根本要因」を特定し、過去の学習範囲の分からないところまで戻って学習できる「自分専用カリキュラム」を作ります。基礎から応用まで、ステップバイステップで「わかる」「できる」ようになるまで導いてくれます。

個別学習支援塾
ForONE 下赤塚校

東京都練馬区田柄2-33-12矢野ビル201

TEL03-6904-3634

■地下鉄有楽町線・副都心線 赤塚駅から徒歩約2分
■東武東上線 下赤塚駅から徒歩約3分

開校時間 火～金曜日 ▶15時～22時
(受付時間) 土曜日 ▶15時～20時



詳細はこちら

Instagramもチェック

LINE公式



読者プレゼント

夏休み特別企画!

情報誌ARIFT編集部おすすめの厳選グルメをプレゼント!

※冷蔵品などは、メーカーから直接発送いたします。

3名

横浜

濱吟焼豚&焼売
セット(5,822円)

内容:焼豚1本(約500g)と焼売2パック(8個入×2)
尾島商店を代表する人気のセット。横浜のお肉を存分にお楽しみください。
尾島商店 <https://ojimameat.raku-uru.jp/>



2名

埼玉

うなぎ蒲焼
上2人前(9,480円)

内容:うなぎ蒲焼 上2人前、秘伝のタレ、特選山椒
埼玉県浦和の明治21年創業の老舗和食店の味をご家庭で楽しめます。
うなぎ 満寿家 <https://www.unagi-masuya.com/>



5名

宮城

杜の銘菓撰・颯
(4,060円)

内容:秋の月、パイ倶楽部、仙台名物ずんだ餅の詰め合わせ
菓匠三全ならではの変わらない美味しさが詰まっています。
菓匠三全 <https://www.shop.sanzen.co.jp/shop/>



5名

山形

月山ビール
飲み比べセット
(3,960円)

内容:月山ビール ビルスナー、ムンヒナー(330ml)各3本
月山の湧水を使用。原料は麦芽とホップ水のみで作ったビールです。
月山四季彩本舗 <https://www.gassan-shop.com/>



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/ZTDmg>

応募締切

2025年8月8日(金)迄

左記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。
※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
ARIFT7月号プレゼント係
022-792-8101(平日10時～17時)

Editor's Note ～編集後記～

もうすぐ夏休みが始まりお子様や家族での外出が増える時期!アリフトを見て地元のお店巡りをして下さい!新しい発見、出会いがありますように★(さいたま市担当:吉谷)

さいたま新都心のけやき広場はいつも楽しいイベントを開催しているおすすめの場所!夏休みのお出掛けにぜひ行ってみてください! (さいたま市担当:三澤)

最近光が丘に行くことが多く通練された都会の雰囲気と自然の豊かさに感動。新しいお店との出会いも!アリフトを持って探索してみてください! (練馬区・足立区担当:山木)

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。

≫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～格安で借りられる！
夏休みは混み合います！お早目にご予約を

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！
20,130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。
※免費補償込。詳細は店頭にてお問合せください。

2025年8月31日迄

レンタカー料金表(一部です)

・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
※7/1～ハイシーズン料金加算となります。



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、カーナビや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より公式アプリ登録でもっとお得に！



≫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



資産形成 はじめるなら

ファイナンシャルプランナー

まずはFPに相談を！

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カンダビル3F
10:00～19:00
土日祝
9:00～19:00



ほけんの窓口

電話予約限定

**コーヒーショップの
eGift 700円分
プレゼント！**

ライフプラン
シミュレーションを
実施されたお客さまに
eGift 700円分プレゼントいたします！
※お電話でご予約いただいた方に限ります。

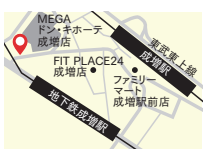


有効期限:2025年8月4日(月)まで

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 HM25-280630-330

≫東武練馬駅南口より徒歩3分

夏のお出かけ、薄毛で悩みたくないあなたへ
かつての自信と笑顔を取り戻しませんか？

LINEからも
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
カウンセリング 無料**

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8月31日迄

**喜びの声多数！色々な方法を試したけれど
効果がなかった方、一度ご相談ください！**

■大手の薄毛治療に何か所か通ったけれどだめだった。あきらめ半分で最後に…と試したら本当に効果があつた！今でも抜けていません(50代男性)■以前は鏡を見るたび気分が沈んでいたが、今は自信がつき出かけるのが楽しみに！思い切ってやってよかった(30代男性)



汗や皮脂によるトラブルが多い夏。まずは頭皮の状態をチェックしませんか？薄毛が改善しないのも、髪が育つ土壌(頭皮)が整っていないからかも。当院では、頭皮の血行改善促進と細胞活性化によって育毛をサポート。薬を使わないから安心と大好評いただいています。詳細は右下QRコードへ。



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



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

買取

買取保証

暑さに負けずに買取強化中！
即日対応・即日買取いたします。
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！

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

無料出張査定・手続きもご相談ください

※軽自動車は1,000円以上

※買取価格はあくまで目安です。実際の買取価格は車種、年式、走行距離、状態などによって異なります。

https://www.scientology-tokyo.org/personality-test/

無料性格分析テスト

オックスフォード能力分析テスト

- あなた自身について知りたい？
- 短所をどうやって長所に変える？
- あなたの能力や性格の強み・弱みは？

テストを今すぐ
お受けください



https://www.scientology-tokyo.org/personality-test/

サイエントロジー東京

〒169-0073 東京都新宿区百人町1-25-1 電話/03-4578-7550

Email/Tokyo@scientology.net 受付時間/9:30～21:30 年中無休

サイエントロジー東京はサイエントロジー教会の一つであり、サイエントロジー宗教サービスとダイアネティックス技術を提供しています。

©2024年サイエントロジー東京不許複製。全著作権登録済。サイエントロジー ダイアネティックス、Oxford Capacity AnalysisはReligious Technology Centerが所有する登録商標およびサービスマークであり、使用にあたってはその許可が必要です。Scientology宗教哲学に関連するサービスは、SEIENTOLOGYおよびDIANETICSの登録商標所有者であるReligious Technology Centerの許可を受けた国際Scientology教会発行の免許保持者によってのみ、世界中で提供されています。日本にて印刷。

無料性格分析テスト

あなた自身について知りたい？

あなた

あなた自身について知りたい？

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



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

代表:糸川公之(くめかわこうし) 練馬区出身です

うつ病

統合
失調症

双極性
障害

脳梗塞
脳出血

発達
障害

人工
透析

人工
関節

その他

障害年金 もらい忘れて
いませんか？

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

安心の後払い制

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

東京・池袋 障害年金相談センター (運営:くめかわ労務管理事務所)

☎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
土日も可

初回
相談無料

着手金
0円

代行費用
後払い

気になる
チャンネル
ちょい見せ!

今月のインスタ

Check it out!

夏休みやお盆でお客様が…
簡単なおもてなし料理は?!

おもてなし料理から簡単レシピまで、
思わず笑顔になる「ほほ落ち」レシピ
をご紹介します!

企画・編集 ARIFT編集部



投稿日: 2025.04.22

ご飯もお酒も進む!! パリパリ旨辛チキン

鶏もも肉を1枚どんと使ったボリュームたっぷりのチキン。パリ
パリに焼いた皮の脂と豆板醤のピリッとした旨辛がご飯はも
ちろん、お酒も止まらないおいしさ。照りがたまりません。



sakosako352

sakoさん
料理/レシピ/おうちごはん/おもてなし
キッチン・クッキング
投稿/2098件 フォロワー/7.2万人

Follow me!



レシピコンテスト準優勝や優秀賞など実績ある栄養士が、さまざまなおもてなし簡単レシピを紹介。レシピが多く
組み合わせで紹介されているので、献立ができあがる嬉しいチャンネルです。

投稿日: 2025.05.26

肉味噌ポテサラ

簡単なのに真っ先に手が伸びそうなサラダ。大人も子どもも抱
えて食べたいくなるというの納得です。冷ましたジャガイモは腸
内環境を整えてくれるそうで、豆知識も栄養士さんならではの。



投稿日: 2025.04.23

海老チリマヨ

みんな大好き海老チリがさらにパワーアップしてしまうマヨ
ネーズ入り! 甘みのある旨辛に、コクと酸味が追加されてぶり
ぶり海老が際立ちます。おもてなしでも満足してもらえそう。



投稿日: 2025.06.01

半熟卵と南瓜の胡麻サラダ

簡単レンチン＆混ぜるだけでメインディッシュになりそうなサ
ラダの出来上がり。鮮やかな彩りが目をひき、胡麻たっぷりて
健康にも良さそう。デパ地下のデリ風でおしゃれな一品。



投稿日: 2025.04.28

ハニーレモン醤油チキン

ハチミツのコクとレモンの爽やかさが嬉しいチキン! 表面はパ
リッと中はやわらかジューシーに焼き上げれば、醤油の香ばし
さが食欲をそそる一品。おもてなしもお弁当にも♪

上板橋駅南口徒歩30秒

12店舗展開中
買取専門店 ナニウル

ナニウルの買取×片付け
お家の中がスッキリ♪
捨てるのではなく"賢く"
お金に換えませんか?

ぬいぐるみ・人形
最近のキャラクターからレトロな
ぬいぐるみをお買取いたします!

香水・コスメ
買ったけど使わないもの、古
い、使いかけのものでもOK!

洋服・着物

ブランド・ノーブランド、新品・
中古問わずOK!

メッキアクセサリー

金かどうかわからない、ごちゃ
ごちゃしているものなどまとめ
てお持ちください。

食器・キッチン用品

古くても、錆びていてもOK! 箱
がある、綺麗な査定額もUP!

お片付け 遺品整理 について…
こんなお悩みありませんか?

お店ま
で行くの
が面倒く
さい…

買い取っ
てもらえ
るか不
安…

まずは
買取額
だけ知
りたい

他店
で査定
額に納
得い
かなか
った

お気軽に
「ナニウル上板橋店」へ相談ください!
店頭買取 出張買取 遺品整理
鑑定士・遺品整理士がご対応します

1. 貴金属



2. 宝石



3. テレカ・切手



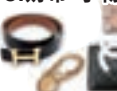
4. 時計



5. バッグ



6. 財布・小物



7. 刀剣・甲冑・勲章



8. お酒



9. 骨董品



10. スマホ・PC



11. カメラ・レンズ



12. 楽器



13. おもちゃ・カード



14. ライター



15. 古銭・古紙幣



16. ゲーム



17. 書道具



18. 万年筆・ボールペン



19. 電動工具



20. 記念硬貨



まだ捨て
ないで!

ナニウル上板橋店では、ブランド・
ノーブランド問わず買取いたします!

お家に眠っている不要なお品物はまとめてお持ちください。

査定
出張 無料

ナニウル 上板橋店

12店舗展開中

店舗 / 出張 買取

遺品整理

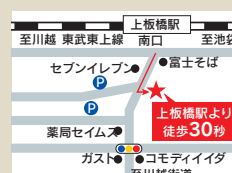
生前整理

不用品回収

お気軽に査定へ 他店と比較大歓迎!

03-6906-8277

東京都板橋区上板橋1-26-7 ◆営業 10:00~19:00 ◆不定休



見逃さないで!

この記事を見た方限定特典!
査定前に切抜をお出ください。

特典1 2025年8月末日まで有効

買取金額/
10%上乗せ!

※一部対象外商品がございます。ご了承ください。
クーポンのご利用は、買取金額50,000円以上
ご成約の方に限ります。
※上乗せ金額は50,000円が上限になります。
※上板橋店のみご利用可

特典2 2025年8月末日まで有効

貴金属10万円以上ご成約で/
現金10,000円
プレゼント
※上板橋店のみご利用可

特典3 2025年8月末日まで有効

買取保証
イミテーション一袋おまとめ
3,000円
※上板橋店のみご利用可

特典4 2025年8月末日まで有効

買取保証
テレホンカード
※未使用品に限る
700円
※上板橋店のみご利用可

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～



施術後

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/>





SMART
LIFE

MC
Members Club

お急ぎ

今後の安全使用と
ご家族皆様の安心のため

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



☐ 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



無料駐車場
11台

Club Vision

デジタル化する社会における格差を解消する
信頼つながりを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

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 10.5 SUN

セルフタイマーギャラリー 植村直己が撮影した単独冒険の記録写真



植村直己はマッキンリー登頂やグリーンランド縦断を「単独」で挑戦しました。企画展では冒険の途中で撮影された「セルフタイマー写真」だけを選んで紹介します。



10:00～18:00 / 植村冒険館(板橋区加賀1-10-5) / 都営三田線板橋区役所前駅より徒歩7分 ほか / 月曜休館(7/21・8/11・9/15は開館し、翌日休館) / 無料 / 03-6912-4703

EVENT 開催中 11.24 MON

サンシャイン水族館 特別展「真夜中のいきもの展」



夜や暗闇で活動する生き物の世界を体験!約20種の夜行性・発光する生物の普段なかなか見られない姿を間近で観察できます。希少なスライゴオオサンショウウオの展示も。



10:00～19:00(最終入場18:30) ほか / 不定休 / サンシャイン水族館特別展会場(豊島区東池袋3-1 サンシャインシティ ワールドインポートマートビル 屋上) / 各線池袋駅より徒歩10分 ほか / 通常入場券600円 ほか / 03-3989-3466

5/23 OPEN

コーヒー豆焙煎・販売店



世界各地の厳選された生豆を鮮度にこだわり丁寧に自家焙煎する、コーヒー豆専門店。暑い日にぴったりのオリジナルブレンド「小豆沢アイスブレンド」もおすすめ。美味しいコーヒーと共に、新たな発見と楽しさに出会える場所です。



小豆沢珈琲焙煎所

TEL 03-4400-5181

板橋区小豆沢2-32-10 / 都営三田線志村坂上駅より徒歩9分 / 11:00～18:00 / 日月木定休



EVENT 開催中 2026.3.29 SUN

練馬区ゆかりの漫画家の デジタルスタンプラリー



スマホで気軽に参加!QRを読み取るだけで、練馬区ゆかりの漫画家・魚戸おさむ先生と、はしもとみつお先生のオリジナルデジタルスタンプをゲット。村上もとか館長の限定壁紙も。



9:00～18:00 / 月曜休館(祝日の場合、翌平日休館) / 石神井公園ふるさと文化館(練馬区石神井町5-12-16)、分室(石神井台1-33-44 練馬区立石神井松の風文化公園管理棟内) / 西武池袋線石神井公園駅より徒歩15分 ほか / 03-3996-4060

EVENT 7.24 THU

ネリビ図工室 「好きな材料で自由に作ろう!」



木材や紙など多彩な素材で思い思いの作品を作れるワークショップ。100円で手軽にアートに触れられます。学芸員が、気軽に相談に乗ります。



11:00～16:00(受付は15:30まで) ※時間内で途中参加・退出可能 / 練馬区立美術館2階 創作室(練馬区貫井1-36-16) / 西武池袋線中村橋駅より徒歩3分 / 参加費100円(現金のみ) / 小中学生対象 / 03-3577-1821

6/6 OPEN

コストコ再販店



コストコ会員じゃなくてもOK!大人気のコストコ商品を必要な分だけ少量から購入できるお店。話題のパンやスイーツ、大容量の品を無駄なくもっと気軽にお試し感覚で楽しめます。



コストコスモール

<https://www.instagram.com/cost.esr>

練馬区南大泉5-31-24-104 / 西武池袋線保谷駅より徒歩6分 / 10:00～19:00 / 日曜定休



JOB information

求人情報

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

- ① 敷地内禁煙、又は屋内禁煙
- ② 敷地内禁煙、又は屋内禁煙(屋外、又は屋内に喫煙所有)
- ③ 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^①パ^②

時給1,250円～(試用期間5日間1,200円)

週1日～勤務可!主婦(夫)の方も活躍中!移動中も時給が出るお仕事です♪

- 内容** 一般の家庭やシェアハウス共用部の清掃
2名～3名のチームで担当するので負担も少なく、困ったときは助け合いながらできるお仕事です。
- 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
- P R** 子育てママさんも活躍中!お仕事は月毎の自己申告制なので、自由な働き方ができます。



【実際に働いている方の声を聞きました】
この仕事の魅力は、良い意味での緩さがあること。スタッフ同士は仲が良く、何でも相談できます。優しい上司が「失敗しても大丈夫」と支えてくれる温かい職場です。

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 ^③

HOROSCOPE

7.1>7.31

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 ページュ

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ることが幸運の鍵!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る。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。興味あるクリエイ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

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。仙台の古いサンララガーデン長町 開運館にて活躍中。

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

創業25年目に突入!!

墨田区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 墨田店

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



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もご相談に応じます。
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!

2.45%



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!即日お問い合わせ致します!
掲載商品
好評展示中!
ほかのショールームと比べてください。当社は自信があります。

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

リノビオフィット1116	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 ぽっからり床
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

Panasonic レンジフード	INAX オフト600 洗面化粧台
49,410円	38,080円
リンナイ 給湯器20号	LIXIL シャワートイレ
75,000円	21,846円
ノーリツファミ ガラストップ	KVK オールインワン 浄水栓
69,300円	27,830円
リンナイ 給湯器 給湯専用 便器セット	
33,100円	33,385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。皆様に安心・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～ ●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でも対応可!!

空き家のリフォームならさらに安くなります。

空家	荷物が ない	入居者が いる	職人が いる	工事が スムーズ	工事が 下がる
----	-----------	------------	-----------	-------------	------------

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

マンションリフォームを得意とする職人がいます。
お気軽にご相談下さい。

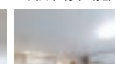
標準グレードパック

1,518,000円～

- 天井・壁・クロス工事
- 床・フロア・ジュンク・CF
- システムキッチン交換
- システムバス交換
- 洗面台交換
- 洋式トイレ・ウォシュレット付交換



川口市 青木 様邸



北區 赤羽 M様 板橋区 常盤台 T様邸

フルリノベーション

既存の間取りにとらわれず、生活スタイルにあわせて
間取りを自由に変更することが可能です。

1㎡あたり 47,080円～



戸建内装フルリフォーム

負担・工期半分で、新築同様の仕上り

・外装工事・内装工事・水廻り工事
・間取り工事・二世帯工事

特別価格 (延床面積20坪の場合)

436万円～

工期は半分

住みながらの
工事が可能

耐震補強で安心

内装を新築のように
戸建て内装フルリフォーム

・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～



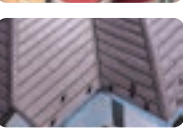
蔵市 塚越 N様邸 川口市 青木 H様邸

屋根葺き替えパック (施工面積に応じて
明瞭見積致します)

ストレート葺き替え
コロニアル屋根(フラットタイプ)
(1㎡あたり)
工事費込み 1,980円～



金属屋根(フラットタイプ)
(1㎡あたり)
工事費込み 5,775円～



リフォームのことならエービーシーホーム
墨田店ショールーム

0120-916-241

電話受付時間 9:00～19:00

土日祝祭日 営業 木曜定休日

Tel.03-6661-8104 abc-home@agate.plala.or.jp

ブログもやってます!是非一度ご覧くださいね!

エービーシーホーム www.abc-home.co.jp

墨田区東向島1-35-12 お車で越しの場合、
お店の近くに駐車場がございます。

FAX見積り無料サービスFAX.03-6661-8105

お名前・ご住所・電話番号・FAX番号・リフォーム内容をFAXで
お送りください。概算見積りを即返信いたします。24時間受付中!

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



フリーダイヤル0120-666-408
川口市並木2-9-22 19時開店(水曜定休日)
TEL.048-250-6866 FAX.048-250-6867

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
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8月7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8月7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
DAIKOKUYA

の安心買取

もうすぐ3児の父に
なります!



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!

※未使用品
テレカ50度数
380円 買取実績
テレカ105度数
780円 買取実績



銀杯(800g相当)
81,000円
買取実績 ※銀当日価格にて

100円銀貨
280円
買取実績
※鳳凰、稲穂、
東京オリンピックのみ対象

イオンでのお買い物ついでに
気軽に高く売リませんか



ロレックス
デイトジャスト
50~70万円
買取実績 ※16233 付属完品 稼働品

ルイヴィトン キーホル
バンドリエール
2~7万円 買取実績



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

— 査定だけで —

ジェフグルメ
500円分プレゼント

※大黒屋東武練馬イオン前店のみの有効
※インゴット、商品券、金券、その他類の
表記があるものはキャンペーン対象外です。

有効期限2025年8月7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の有効
※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8月7日迄