

ARIFT

綾瀬・亀有

地域みっちゃく生活情報誌® / 829

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

9

9/5

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)



message

まだ捨てないで! いらないモノが
価値に変わる! まずは査定へどうぞ

金・プラチナ・ダイヤモンド高価買取中!
捨てようとしてたモノがお金に変わります。
詳しくは、裏表紙の広告をご覧ください。

shop data

おたからや4号線竹の塚店

TEL 03-5851-9796、足立区竹の塚3-10-15、
10:30~18:00、水曜定休 右QRよりLINE登録を→



未来へつなぐ、足立のものづくり
職人技と
地域の宝もの

足立区の魅力を再発見! 千住宿400周年特集

足立で見つけた からだ想いのパン屋さんめぐり

喜田家 六人衆
中西 浩樹さん
足立区千住緑町

安い 早い 丁寧

ファミリー引越センターの

引越にお任せ!

ARIFT読者限定

最大 30% OFF

シングルプラン
(学生さん・独身者向き)
23,100円(税込)より

カップルプラン
(小家族向き)
31,900円(税込)より

ファミリープラン
(大家族向き)
62,700円(税込)より

(上記は参考割引料金です。内容により異なります。)

AWARD No.1 2019 JMR
価格満足度が 高いと思う引越会社No.1

AWARD No.1 2019 JMR
リピート満足度が 高いと思う引越会社No.1

AWARD No.1 2019 JMR
スタッフ対応満足度が 高いと思う引越会社No.1

日本マーケティングリサーチ機構調べ
調査概要:2019年11月期、ブランドのイメージ調査



ファミリー引越センターはJリーグの浦和レッズオフィシャルパートナーです。

ファミリー引越センター



通話無料のフリーダイヤル

0120-50-5555

受付時間/8:30~20:30 年中無休・日祝も営業 各種カード可

5555 検索 www.505555.co.jp

ファミリー引越センター | 特典①

処分品サービス
3,000円分割引
有効期限 2025年12月31日迄

ファミリー引越センター | 特典②

テレビ・ビデオ配線又は洗濯機取付
上記どちらか無料
有効期限 2025年12月31日迄

ファミリー引越センター | 特典③

ハンガーBOX6個布団袋3枚まで
無料レンタル
有効期限 2025年12月31日迄

ファミリー引越センター | 特典④

ダンボール 最大70個サービス
有効期限 2025年12月31日迄



製菓専門学校を卒業後、喜田家で和菓子作りに従事し21年目。高校時代の英国留学で日本文化の素晴らしさに目覚め、和菓子職人の道へ。将来は海外で和菓子文化を広めることを目標とし、現在は生産本部長として活躍中。

喜田家 六人衆
中西 浩樹さん

和菓子

毎日使う道具は、自分の手に馴染むように削るなどして、一つひとつをオリジナルに仕上げています。道具は単なるツールではなく、最高の和菓子を作るための大切な相棒です。



下町で育んだ和の味
日本の心と技を世界へ

20年以上和菓子作りに携わる中西さんが最も大切にしているのは、作り手の心が味に出るのでちゃんとした気持ちで作ること。雑な仕事は雑な味につながる、心を込めれば美味しい和菓子が生まれる。お客さまからの「美味しい」の一言のために、日々丁寧に和菓子作りに向き合っています。特に難しいのは温度や湿度で材料の状態が変わるため、一年を通して均一な品質を保つこと。それでも「和菓子は四季が大切」と、旬の素材を活かしたお菓子作りを心掛けています。また、高校時代

からの夢だった「海外で和菓子文化を広める」ことへの第歩として、ロンドンの「HYPER JAPAN」コンテストに出場した際には「和菓子作りをしていて良かった」と感じたそう。地域のお祭りやワークショップを大切にし地域住民との交流を深めている喜田家。「和菓子といえば喜田家さん」と、下町の人々に愛される存在になることを目指しています。「今後は、ここ千住から広い範囲に喜田家の和菓子を届け、将来的には海外にも知ってもらえるブランドに成長させたいです。」



喜田家 六人衆
TEL.03-3881-3303
(本社・工場) 足立区千住緑町1-24-20

三祐医科工業 澁谷奏衣さん



都内の高専を卒業後、新卒で三祐医科工業に入社。もともと医療分野のものづくりに興味があり、インターンシップで耳かきの製造を体験。その時の楽しさとやりがいから入社を決意したとのこと。現在は耳かきだけでなく、様々な医療機器の製造に携わっています。



三祐医科工業
TEL.03-3605-7842
足立区六木1-12-9

次世代へつむぐ、使う人に寄り添うものづくり

医療機器づくりには、材料切断から組み立て、検査まで多岐にわたる工程が存在します。ものによっては製作に1ヶ月程度かかることも。先輩と同じように作っても同じものができない難しさを感じつつも、澁谷さんは「二つひとつ丁寧に」ということを何よりも大切に、使う人のことを考えて製作にあたっています。「ここをこうしてほしい」と新たな夢も抱いています。

という細かな要望に応えるのも仕事の価値。完全オーダーメイドにも対応し、ユーザーの満足を追求します。二度担当したお客さまから二度目の注文が入ったり、展示会で初めて製品を使った人から喜びの声をもらったことがこの仕事の醍醐味。また耳かき文化のない海外の人にも使ってほしい」と新たな夢も抱いています。



医療器具屋さんが作った
耳かき



医療機器の会社という馴染みは薄い存在ですが、耳かきのおかげで地域の人に親んでもらえるようになったと澁谷さん。「足立区に住み、足立区で働くからこそ、近隣住民との交流を大切にしています。」



足立区で長く事業を営み、足立区のイメージを変えたいという強い思いを持つ渡邊さん。地域との連携やふるさと納税の返礼品を通じて足立区に貢献しショールームRegalo Feliceを設けることで、より多くの人に鞆の魅力を伝えています。

ランドセルリメイク



伊藤鞆製作所
渡邊 誠さん



区内の工業高校を卒業後、鞆の販売業を経て2008年に入社。製造・生産部で経験を積み、修理・リメイク部へ異動して12年目。幼い頃から好きだったものづくりへの情熱を胸に、現在はお客様の大切なランドセルを蘇らせる仕事にやりがいを感じている。



伊藤鞆製作所 Again/Regalo Felice
TEL.03-3620-0088
足立区東綾瀬3-5-7(受付)
9:30~17:30/日祝定休

思い出に新たな生命を吹き込み未来へつなぐ

ランドセルリメイクは、ランドセルの状態確認からお客さまとの打ち合わせ、裁断、縫製、そして検品まで、複数の工程を経て完成します。渡邊さんが最も大切にしているのは「手仕事」へのこだわり。お客さまにとって唯一無二のランドセルを扱うため、要望を正確に把握し製品に反映させることに最も慎重に取り組んでいます。細かな生地

質感を手で探り、ミシンの力加減を調整、二つひとつの製品の耐久性と完成度を高めるのも手仕事ならではの。傷や汚れも「思い出として活かし、お客さまと対話しながら形にしていきます。このキズ、あの時のだ」と喜ぶ姿が、渡邊さんにとって大きなやりがいとなっています。

長谷工が！



無料査定
実施中！



あなたのマンション・戸建・土地を

直接

仲介手数料不要！

買い取ります！



長谷工 リアルエステート 南千住駅前店

営業時間／9:30 ～ 18:00 休業日／火曜日・水曜日

☎0120-875-154

国土交通大臣(3) (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

もっちり、むっちり
心も体も満足な新感覚パン



Marie's Bagle. 各種 418円 ほか

パンの販売と教室を開催する“Marie's glutenfree lab”で
焼く無農薬グルテンフリーのパンやお菓子を販売。米粉パン
はかたいというイメージを払拭するふんわりしっとりなパンを
ぜひ。

なないろ

Tel.070-1319-7716／足立区千住5-4-5／各線
北千住駅より徒歩8分／金土11:00～19:00／日
月火水木定休



パンいっぞ

「ARIFT見た」で50円引き
2025年9月30日まで

噛むほどに幸せ広がる
こだわり素材の優しい味



からだ想いの
パン屋さんめぐり

天然酵母、無添加、素材へのこだわりなど、
体に優しくて美味しいパンをご紹介します。

企画・編集:ARIFT編集部



Le pain Lapin

「ARIFT見た」で50円引き
2025年10月31日まで



酸味と旨味のライ麦パン
丁寧に焼き上げた手作りの味

カンパーニュ 530円

ライ麦を35%使用した自家製天然酵母のパンで、ほのかな酸
味がサンドイッチにもぴったり。菓子パンから本格ハードパン
まで種類豊富に取り揃える、手作りにこだわったサンドウィッ
チやデニッシュ、ハード系のパンが自慢のお店。

Le pain Lapin(ラパンラパン)

Tel.03-5856-0984／足立区綾瀬3-26-2 オリゼ館
1F／JR・東京メトロ千代田線綾瀬駅より徒歩5分
／8:00～18:00／水木定休



青柳さんちの有機小麦食パン 一斤550円

青柳製粉(栃木県)の無農薬・無化学肥料栽培のゆめかおり
をメインにし有機古代小麦などを合わせた、噛みしめるほど
に素材の味を感じる食パン。他にも鬼胡桃や有機などこだわ
り素材の味を活かした優しいパンとおやつを販売。

パンいっぞ

足立区西新井6-28-5／日暮里・舎人ライナー西
新井大師西駅より徒歩4分／10:00～18:00／日
月定休



足立区の魅力を再発見！

千住宿

400周年特集

Q. 足立区の
どこが好きですか？

2025年秋、千住宿は開宿から400年の大きな節目を迎えます。

かつて日光街道の宿場町として栄え、今もなお歴史の面影を残す足立区の顔・千住エリア。

街の活気、人々の温かさ、美味しいグルメ…

とっておきの「足立区LOVE」なところを集めました。

BLUE
FITNESS24
+studio
五反野店
スタッフ一同楽しく運動を
続けられる
環境がある!!GIVE竹の塚
オーナー
藤田さんとにかく人が
温かい！西沢薬局
店長 西沢さん株式会社楽塗
永井さんおいしい
飲み屋さんが
多いもつ焼き 角吉
梅島駅前店
店主地域・人が
つながる
楽しい
シタマチ北千住
ビストロ男前
店長 金井さん六町すまいる
整骨院
院長 佐野さん
ご夫婦美味しい
ご飯屋さん、
いっぱい
あります!!車検の速太郎
足立店アオイリフォーム
足立店
従業員一同食べて 動いて
健康的に痩せる栄養指導を含む半年間の
Wサポート・ダイエットプログラム管理栄養士 & 当ジム専属
トレーナー

による食事と運動のあなた専用プログラム

料金 男性:70,000円 女性:50,000円

※半年間の月謝・栄養指導込み

頑張ったね! キャッシュバックキャンペーン!

入会から
半年間で
-5kg達成すると
30,000円を
キャッシュバック!24時間
OK!

HPの一番下のお問い合わせフォームより「アリフト見た」とお申し込みを!

WORLDSPORTS
BOXING & FITNESSワールドスポーツ
ボクシングジム

tel.03-5647-8969

足立区竹の塚6-16-7 オレンジビル

竹ノ塚駅東口より徒歩1分

平 日/14:00~22:30

土・祝/11:00~20:00

日 /11:00~15:00

【料金】		入会金	月会費
一般会員 (高校生以上)	男性	18,000円	11,500円
	女性	10,000円	8,800円
小中学生	男性	5,000円	5,300円
	女性	5,000円	5,300円



アリフト読者限定特典①

Wサポートダイエット

入会金無料

管理栄養士指導
通常6,000円↓

1回 サービス

※他特典併用不可※半年継続利用で適用となります
有効期限: 2025年10月末まで

アリフト読者限定特典②

運動プログラム

お試し体験

1回 500円

※他特典併用不可※ボクシングジム体験もOK
有効期限: 2025年11月末まで「オーガニック」を
リーズナブルにHAIR SALON Color-ra
—ヘアサロン カラーラ—

白髪染めもカラーも地域最安値で実現! —夏の陽射しにも負けない鮮やかな一日を—

髪のダメージ
に強いカラーが
最短50分

ハーブカラー根元染め(2cm) 2,200円 (税込)

根元の白髪部分だけを正しくリタッチすれば、
髪への負担が少なく染められて白髪のお悩みを解消!

ハーブカラー全体染め 2,700円 (税込)

効率的に白髪染めを行うことができオススメです!

髪と頭皮の
アンチエイジングに効果的!!
当店の洗い流しは
炭酸泉です。 (追加料金
なし)

炭酸泉にはこんな効果があります

- ・毛穴に詰まった汚れの洗浄
- ・毛髪に付いた汚れの洗浄
- ・頭皮の血行促進

通常のお湯で洗い流すより、炭酸泉を使って
洗い流すことで髪本来のうるおいと輝きを
取り戻し、より一層キレイになります。カラーラ亀有店
tel.03-6662-9788住 葛飾区亀有3丁目15-13
営 10:00-17:00(最終受付16:00)
休 年内無休ご予約は
こちらから

アリフト読者様限定クーポン

ご新規様限定

トリートメント無料

※ご来店時にご提示ください 2025年9月29日まで

メニュー

- ◆カット+カラー(リタッチ) 4,700円 (税込)
- ◆サロン専用集中トリートメント 700円 (税込)
- ◆カット 2,500円 (税込)
- ◆ポイントパーマ 2,200円 (税込)

遺品整理・生前整理

終活にともなう

まずは
お電話で
ご相談を

03-5856-1178

亡くなられた方が大切にしていた遺品、そのままになっていませんか？当社では資格者が大切な遺品をきちんと整理・買取ります。家中丸ごと全部お片付け。

亡くなった家族の遺品をどうして良いかわからない

自分が亡くなった後、人に迷惑をかけないように、整理しておきたい

整理する時間がない

365日
24時間対応!!
当日の依頼もOK!

出張見積り
+
出張買取
無料!!

女性スタッフも
在籍

粗大ごみ・不用品乗せ放題
パックもあります

軽トラック乗せ放題 2tトラック乗せ放題

29,800円 99,800円

対応エリア: 東京23区・さいたま市全域・八潮市・草加市・越谷市・春日部市・幸手市・戸田市・蕨市・市川市・船橋市

skip 株式会社 skip

足立区綾瀬5-14-16

営業/10:00~21:00
(土日祝17:00)

定休日/月曜日

詳細は
HPにて

◆骨董品やダイヤモンド、切手など高価買取中!

アリフト読者限定
生活用品プレゼント

ご予約の際に「アリフト見た」と
お伝え下さい。

2025年10月31日まで

今までと変わらぬ自由な暮らしが実現できる

こんな方はぜひ2人部屋の見学にお越しください

1人で広くゆったりとした部屋で過ごしたい方

御兄弟(姉妹)で過ごそうと考えている方

何かあったときに医療機関が隣接している施設を探している方

2人部屋はご夫婦でなくてもご相談ください。
また、どちらかお一人が60歳以上であれば
お連れの方が60歳未満でもご入居可能です。

料金

1人部屋 130,000円~
2人部屋 246,000円~

お一人でも
2人料金のお支払いで
2人部屋にご入居可能です。

見学随時受付中。お気軽にお越し下さい

訪問介護
事務所併設

ヘルパーさんがいます!
ご自身のライフプランに
合わせたご利用が
できます

入居
一時金なし

地域感謝還元イベント

翔裕会の日 10/5 14:00~

入居者がいない方でもどなたでも参加できます!

わくわくマルシェ

版画などのワークショップ

ARIFT持参又は「見た」でイベントで
使える金券(200円分)プレゼント!

サービス付き高齢者向け住宅
社会福祉法人長寿村
グループリビング
あやせ

足立区谷中
1-17-7 TEL.03-5613-5501

施設の様子は
インスタで
ご覧いただけます

博豊会
東京脊椎病院

知って得する脊椎脊髄のお話

コラム22 首の痛みや手のしびれ、
原因は頸椎かも?

「手先がしびれる」「肩が重い」「握力が落ちてきた」——このような症状の原因が、首の骨(頸椎)にあることをご存知でしょうか?主な原因は、加齢にともなう椎間板や関節が変性し、神経を圧迫してしまう「頸椎症」や「頸椎椎間板ヘルニア」です。日本整形外科学会の報告によると、60歳以上の方の約半数に頸椎の変性が見られ、そのうち15%は神経症状を伴うとされています。さらに、頸椎症性脊髄症は60歳以上の日本人の約5~6%に見られ、特に70代以降でその頻度が増加します。症状が進行すると、箸が使いにくくなったり、シャツのボタンが留めにくくなったりと、日常生活に支障をきたすため、早期の診断と治療が非常に重要です。当院は、MRI、CT、レントゲン、超音波検査といった精密検査機器を完備しており、頸椎疾患の正確な診断が可能です。治療は、まず内服薬、神経ブロック注射、リハビリテーションといった保存療法から丁寧に行います。症状の改善が難しい場合には、O-armナビゲーションや手術用顕微鏡を用いた、身体への負担が少ない低侵襲手術にも対応しております。当院では、脊椎を専門とする医師が症状の原因を分かりやすくご説明し、患者様一人ひとりに最適な治療法をご提案いたします。予約は不要です。気になる症状がございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

無料送迎バスのご案内

運行ダイヤは
当院ホームページを
ご覧ください

竹ノ塚駅
マミーマート島根店経由

東京脊椎病院

西新井駅(東口)

竹ノ塚駅停車位置

竹ノ塚駅前交番
竹ノ塚団地
竹ノ塚駅前(東武バス) このあたりに停車

マミーマート足立島根店
西新井駅停車位置
都営島根4丁目
アパート2号棟
環七北通り このあたりに停車

東京脊椎病院

青井駅

綾瀬駅

五反野駅

都営青井三丁目
第3アパート7号棟
青井駅停車位置
第1出入口
このあたりに停車
新井酒店

ハトばっぼ公園
綾瀬駅東口交番
綾瀬駅停車位置
足立区綾瀬小学校
東口
このあたりに停車
綾瀬駅

サミットストア
五反野店
五反野駅停車位置
このあたりに停車
五反野駅 (北側)

診療案内

休診日: 日曜、祝日

外来	月	火	水	木	金	土
9:00~11:30	●	●	●	●	●	●
14:30~17:00	●	●	●	●	●	●
手術	●	●	●	●	●	—

※お電話にてご予約お受けしております。 駐車場有り

TEL:03-5856-7536
東京都足立区一ツ家1-1-1

アクセス

●お車をご利用の場合
首都高速6号三郷線 加平インターより4分
●バスをご利用の場合
・北千住駅より…都営バス[足立清掃工場、竹ノ塚駅行]「小右衛門町」下車徒歩7分
・綾瀬駅より…東武バス[花畑団地行]「一ツ家3丁目」下車徒歩3分

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。

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のマスを、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。

92=7+6+6 と算★

			7		8			
	A		8	1	3	5		
					7	6		
		8			2	9		
2				B			4	
7		1			5			
6	9							
8	1		2	3		C		
		5			6			

ARIFT WEBサイト/LINE OPEN!

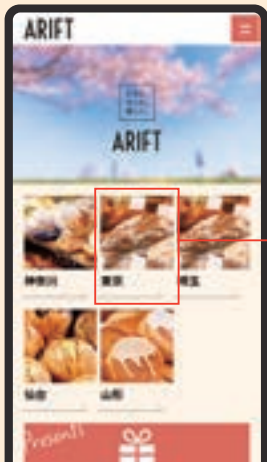
地元情報をより広く、早く、
多くの方にお知らせ!

じもと、
もっと、
楽しく。

アリフトWEB

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>



東京TOP



イベント情報



飲食店、イベント情報、新店情報は一覧で
チェックできます。

※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。

新店情報



LINE

お友達登録して、毎月変わるプレゼントに応募しよう!その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にお届けします。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>



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!

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

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。

- 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

荻先生の漢方
健康相談会開催中!

毎週土・日・月(10:00~17:30)

場所 一心堂薬局
新宿店
※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。



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大慢性病...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



漢方専門薬剤師が教える 最強の体調管理術



8/18
発売

1,760円

約1000年におよぶ歴史のなかで洗練されてきた漢方。現代医学でも取り入れられ、今なお多くの人々の健康維持を手助けしています。本書では、漢方の基礎知識から解説をし、ストレス症状、不妊・不育症、認知症、老化やそれに伴う諸症状など、現代の健康問題に対して漢方を用いた解決方法を紹介しています。漢方薬の処方事例に限らず、普段からできる養生の方法や、漢方薬で健康になる可能性を探る最新研究まで、幅広くご紹介します。

- ◆構成
- 第1章:なぜ今、漢方が注目されているのか
- 第2章:漢方で心を整える
- 第3章:漢方で未来をつくる
- 第4章:漢方で老化に対抗する
- 第5章:漢方で日常のクオリティを上げる



漢方専門 一心堂薬局

0120-73-1410

川口店 048-223-2432

所沢店 04-2922-1410

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

HPは
こちら



Instagram
はこちら



川口店
048-223-2432



浦和店
048-814-1414



大宮店
048-648-2014
SOGO大宮店(2F)
048-658-9800



新宿店
03-3225-1410



今月のインスタ Check it out!

うちの中が片付かない…。
もう少し使いやすい収納って？

片付かない・使いづらいプチストレスを解消！そんな暮らしを楽しむヒントをつめこんだチャンネルはこちら。

企画・編集 ARIFT編集部



投稿日:2025.06.10

日用品ストックの片付けと収納

毎日使うものだからストックはしておきたい。でも使うまでは邪魔だったり、買い物前に残量がすぐにわからなかったり…。こんなしまい方なら分かりやすく、早速マネしたい！



sayaka_j89

sayaka.さん
整理収納・片付けアドバイザー

暮らし

投稿／1192件 フォロワー／18.7万人

Follow me!



毎日の掃除や収納片付けのコツ、使ってよかった便利アイテムなどを紹介中。片付けや掃除をきっかけに自分も生活も変わる!「なるほど」が満載でマネしたくなるポイントがたくさんです。

投稿日:2025.05.28

防災グッズと収納

さまざまな「想定外」が多い昨今、防災グッズは準備しておきたいもの。でも用意して安心しがちなので、収納はもちろん、準備の仕方や見直しについてもとても参考になります。



投稿日:2025.04.22

買わずに変身! アイラップ収納

毎日のように使うキッチンアイテム。さまざまな保存や洗い物を減らす工夫で使いやすく大活躍ですが、これ自体の使いやすさをアップさせるとは。目からウロコの工夫です！



投稿日:2025.07.24

悩み解決してくれた 収納アイテム9選

プロの片付けアドバイザーの悩みを解決した神アイテムたち。散らかりやすさやプチストレスを解消してくれるのがありがたいですね。野菜室は今日からマネさせていただきます！



投稿日:2025.07.14

＼揚げ物の日/ 使用アイテムと動線まとめ

唐揚げリクエストは多いけど揚げ物は後片付けが面倒…という方必見。ハードルを下げてくれるアイテムや手順を見ると、少し楽チンになって家族の希望に応えやすくなるかも。

MONTHLY HOROSCOPE

9.1>9.30



おひつじ座
3.21→4.19

交渉運上昇!トラブルも難なく解決へと導ける時期。ただし健康面はしっかり管理すること。特にストレスからの暴飲暴食、胃腸炎、腕・肩の炎症、心臓などに注意しましょう。

Lucky color オレンジ



おうし座
4.20→5.20

好調運!資格取得、趣味、推し活など興味の湧く方向に突き進める時期。金運、恋愛運も好調です。健康面は過労による怪我、火傷、熱中症に注意。水分補給を忘れずに!

Lucky color ワインレッド



ふたご座
5.21→6.21

居場所運上昇!家庭や職場、趣味仲間などと心がふれあえる会話ができてそんな時期。活発に交流すると、良い知恵をもらえるかもしれません。健康面は歯痛、骨折に注意を。

Lucky color マゼンタ



かに座
6.22→7.22

コミュニケーション運上昇!身内と呼べる人々との交流が幸運の鍵!皆でのプチ旅行も吉。思い悩まず、柔らかい頭で楽しみましょう。健康面は良好ですが、神経疲れには注意。

Lucky color グリーン



しし座
7.23→8.22

金運上昇!精力的にお金を増やすことを考えるのに適した時期。ただし無駄使いや金融関係の大きな冒険は禁止!恋愛運も上昇中。健康面は、暴飲暴食からの肥満に注意です。

Lucky color ピンク



おとめ座
8.23→9.22

好調運上昇!恋も仕事もののびのびできそうな予感。新展開や予想外のできことには悩まず行動あるのみが幸運の鍵!新しい出逢いもありそう。健康面も良好。睡眠不足には注意。

Lucky color ページュ



てんびん座
9.23→10.23

直感運上昇!思わぬトラブルには粘り強く、焦らずに対処すれば乗り切れます。自分の直感を信じて前に進める時期。苦手意識は捨てて。健康面はやや不調。蕁麻疹に注意です。

Lucky color オフホワイト



さそり座
10.24→11.22

運氣上昇!新たな出逢いや学びなどで可能性を広げるチャンスです。若者男女、社会的立場を超えた仲間ができてきそう。健康面は良好です。ストレッチで身体も心も柔らかく☆

Lucky color パープル



いて座
11.23→12.21

運氣上昇!リーダー的役割は積極的に引き受けましょう。企画立案、ITなど頭が冴えているこの時期、進展がありそう。健康面は休養第一!食生活の改善に努めると吉。

Lucky color レモンイエロー



やぎ座
12.22→1.19

チャレンジ運上昇!22日頃まで、恋に仕事に旅行に勉強に…思い切りよく挑戦しましょう。自己投資はOKですが、散財はNG。健康面は神経疲れによる頭痛、肩こりに注意。

Lucky color モスグリーン



みずがめ座
1.20→2.18

グレードアップ運上昇!専門的な知識やスキルなどを学べそう。また、資産形成を考えることも良い時期です。豊かさを味わいましょう。健康面は運動不足からの肥満に注意。

Lucky color アクアブルー



うお座
2.19→3.20

パートナー運上昇!恋も仕事も社会活動の場面でも明るく社交的な人との出会いがありそう。好奇心旺盛に輪をひろげ楽しみましょう。健康面は睡眠不足からの肌荒れに注意を。

Lucky color ミントグリーン

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。



高価買取 おたからや

しまいっぱなしの指輪のおまとめ査定が...



現金買取

30%UP!

この広告面を
ご提示ください
キャンペーン期間 9月18日(木)まで

おたからや

※キャンペーン適用対象外
の店舗にございます。※キャ
ンペンの対象商品が、当キャ
ンペンの対象商品と異なる
場合は、買取価格が異なります。
※この期間中に、おまとめ
査定は、おまとめ査定に
させていただきます。※他
の店舗との併用はできません。

ココまで上がるなんて、

聞いてない
よオ!!

ダチョウ倶楽部
寺門 ジモン

キンタロー。

ダチョウ倶楽部
肥後 克広

金
貴金属・プラチナ
アツアツ

高価買取!!

相場大高騰で、身近なお品物もこんなに高い♪

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
7月23日時点
参考買取価格

212,100円

当時流行った
喜平のネックレス等
参考買取価格
2,145,500円

ダイヤ付き
18金のピアス
参考買取価格
286,000円

カメオ
ネックレス
参考買取価格
172,000円

祖父が使っていた
メガネやカフス
参考買取価格
435,700円

メイプルリーフ金貨
1オンス
参考買取価格
543,100円
※2025年7月23日時点

こんな状態の
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

すべて
OK

メッキ・
プラチナも
高価買取!



メッキの
アクセサリ
おまとめ
参考買取価格
120,000円



プラチナの
アクセサリ
参考買取価格
618,000円

高価買取
ROLEX
& ブランド時計

壊れて動かなくても大歓迎!!



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



シャネル
レディーズ
フルミエールL
H0114
参考買取価格
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
スビーディ
バンドリエール20
参考買取価格
296,000円
※2024年6月時点



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

■ お問い合わせ先 通話無料

査定無料 手数料無料

便利な出張買取もおすすめ!



0120-555-600

親切・丁寧
に対応いたします

りおな店長(丸, りおな)
※女優・タレント



※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・駐車場代を負担いたします 最大 5,000円

※ご成約5万円以上で最大5,000円。ご来店の際に利用されたタクシーの領収書を、ご成約時にお渡しください。領収書の原本と引き換えにご精算させていただきます。また、車で越しのお客さまは、駐車券をご提示ください。当店でコピーをとらせていただいた後、ご精算させていただきます。

北千住駅西口本店

東京都足立区千住2丁目55-8
【営業時間】10:00~19:00

・北千住駅西口より徒歩2分
・「北千住駅西口交差点」そば
・「きたろーど1010」アーケード中程

通常営業中
店内消毒済

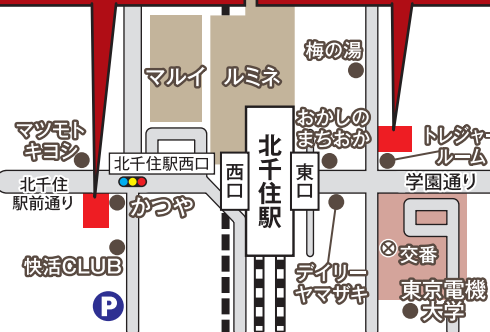
北千住東口駅前店

東京都足立区千住旭町
40-29
【営業時間】10:00~19:00

・北千住駅東口より徒歩1分
・学園通り入口左かどの建物

おたからや
北千住駅西口
本店

おたからや
北千住駅東口
駅前店



イトーヨーカドー
綾瀬店

東京都足立区綾瀬3丁目4-25
イトーヨーカドー綾瀬店 5F
【営業時間】10:00~20:00

通常営業中 店内消毒済

■ 千代田線「綾瀬駅」東口より
徒歩0分
■ イトーヨーカドー綾瀬店 5F
エレベーター前

イトーヨーカドー綾瀬店 5F



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 » 9.30 TUE

親子で楽しめる！ ギャラクシティの工作教室



紙コップや割り箸など身近な材料を使って、9月は敬老の日や防災月間など季節や行事にちなんだ工作が楽しめます。サイエンスコーナーやえいごde工作など特別イベントも。



平日・土日祝で開催時間や場所の変更あり(詳細はHPにて)
※9/8～12は休館/ギャラクシティ(足立区栗原1-3-1)/東武スカイツリーライン西新井駅より徒歩3分/参加無料/03-5242-8161

EVENT 開催中 » 10.31 FRI

日本の美四季/秋の企画展 那波多目功一の世界日本画の精緻な下図展Ⅶ



日本画の巨匠、那波多目功一の写実的でありながらも情感豊かな下図を公開する展覧会。完成作の裏側にある、画家の息づかいと創作の秘密に触れることができます。

11:00～17:00(最終入館16:30)/六町ミュージアム・フロア(足立区六町2-5-35)/つくばエクスプレス六町駅より徒歩5分/日月休館/大人300円・学生200円・中学生以下無料/03-3885-7333



8/6 OPEN

イタリアンバル



約14年の経験を持つオーナーが作る本格イタリアンバル。子連れでも安心な座敷個室を完備し、家族みんなでゆっくり過ごせます。看板メニューのピザは500円〜でリーズナブルながらも直径28cmのお得サイズ。



Italianbar Rena

TEL 03-6821-2100
足立区竹の塚2-8-26/東武スカイツリーライン竹ノ塚駅より徒歩10分/平日11:00～15:00,17:00～23:30・土曜17:00～23:30・日祝11:00～23:30/定休日なし



EVENT 開催中 » 11.9 SUN

足立区生物園 毒の生きものの展



タランチュラやムカデなど、毒を持った生きものを集めた展示。身を守る術としての毒や獲物を捕るための毒など、様々な毒の種類を紹介します。



9:30～17:00(最終入園16:30)/足立区生物園(足立区保木間2-17-1)/東武スカイツリーライン竹ノ塚駅より徒歩20分 ほか/月曜休園(祝日の場合翌火曜休園)/無料(別途入園料)/03-3884-5577

EVENT 9.13 SAT » 14 SUN

迫力のなかに優美を感じる 鹿浜獅子舞



足立区指定の無形民俗文化財に指定されている、約300年の歴史を持つ三匹獅子舞。3匹の獅子が笛や太鼓の音に合わせて舞う、所作の揃った舞が見どころです。



9/13(土)16:00～・14(日)15:00頃～/13(土)東北野神社(足立区鹿浜4-10-1)・14(日)嵯屋氷川神社(足立区鹿浜2-18-20)/東北野神社)日暮里・舎人ライナー西新井大師西駅より徒歩18分ほか・(嵯屋氷川神社)JR・東京メトロ王子駅よりバス「鹿浜橋」下車徒歩6分ほか/03-3620-9393(足立区立郷土博物館)

9/13 OPEN

カフェ併設ショコラトリー



ショコラに特化したお店で、焼き菓子やマカロン、季節のケーキも楽しめます。記念日にぴったりなホールケーキやギフトも豊富。カフェでは、ショコラティエが作るクレープやガレット、かき氷も提供予定です。



ショコラトリーリス

<https://www.instagram.com/lyschocolat2025/>
足立区西竹の塚2-4-16/東武スカイツリーライン竹ノ塚駅より徒歩2分/11:00～18:00/不定休



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



01. 夏野菜トマトキーマカレー



スパイシー感で食欲そり
暑い季節にもぴったり

材料(2人前)
合い挽き.....250g
玉ねぎ.....1/2個
なす.....1本
ズッキーニ.....1/2本
赤パプリカ.....1/2個
黄パプリカ.....1/2個
-A-
カットトマト.....1缶(250g)
カレー粉.....大さじ1.5
ウスターソース.....大さじ1.5
ケチャップ.....大さじ1.5
はちみつ.....大さじ1
すりおろしにんにく.....小さじ1
しょうが.....少量

作り方
① 玉ねぎはみじん切り、なす、ズッキーニ、パプリカは1cmの角切りにする。
② フライパンにオリーブオイル大さじ1を入れて中火で熱し、玉ねぎを炒め、しんなりしたら合い挽き肉も加えて色が変わるまで炒める。
③ 残りの野菜を加え、2分ほど馴染ませながら炒め合わせる。
④ ③にAを加えて混ぜ、フタをして弱火で15分ほど野菜が柔らかくなるまで煮れば完成

theme
夏バテ防止レシピ

02. たこと夏野菜のチョップドサラダ

ごろごろ野菜のシャキシャキ感！
たこのうま味のさっぱりサラダ



材料(2人分)
ゆでたこ.....150g
きゅうり.....1本
ミニトマト.....5個
黄色パプリカ.....1/2個
レタス.....3枚
-A-
レモン汁.....大さじ1
塩 小さじ.....1/3
オリーブオイル.....大さじ1
にんにくチューブ.....小さじ2

作り方
① たこ、きゅうり、黄色パプリカは約1cmの角切りにして、ミニトマトは半分に切る。レタスはちぎる。
② ボウルにAを入れて混ぜ合わせる。
③ ②に①を入れ、和えたら完成。

スパイスとたっぷりの夏野菜で夏バテ対策

トマトには夏バテ対策になるリコピン、ビタミンC、クエン酸が含まれ、野菜からビタミン・ミネラル・食物繊維をバランス良く摂れます。たこにはたんぱく質とタウリンが豊富に含まれており、パプリカやトマトの抗酸化ビタミンで疲労回復にぴったりです。



レシピ監修 りなさん
ダイエットをきっかけに食事の大切さを知り、料理と栄養に興味を持つ自分らしく働く女性が増えてきた中で、忙しい中でも正しく健康美を維持継続するための食事習慣やレシピを伝えていきたいと活動中。



JOB 求人情報 information

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

就業場所における受動喫煙防止のための取組について

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

掲載の求人情報は男女を募集対象としていますが、募集条件として男性・女性を限定しているものは、男女雇用機会均等法適用除外職種等の募集です。
誌面の都合上、すべての情報を掲載できないケースがあります。詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

ARIFT読者に聞きました
履歴書を書くときに
気を付けていることは？

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

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

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

足立区 令和7年足立区介護人材確保総合事業 足立区で介護のおしごとやってみませんか？ 参加無料

～介護&障がい&保育の仕事相談・面接会～

あだち
福祉人材

就職フェア

服装
自由

履歴書
不要

参加
無料

資格
不問

足立区内選べる
求人数多!

40以上のブースが
出展!
保育法人は午前・午後の入れ替え制

介護のおしごと
トライアル

足立区内の高齢者・
障がい者介護サービス
事業所への就職を
サポートします!

無資格・未経験

の方

資格をお持ち

の方どちらも
ご利用いただけます。

※事業説明・選考会には写真付きの履歴書、身分証明書をご持参ください。

資格取得
無料

●無資格・未経験の方は無料で介護資格【介護職員初任者研修】を受講することができます。●また、実習や通学に掛かる交通費も全額支給いたします!

無資格・
未経験

時給

1300円

※

有資格者

時給

1550円

※介護職員初任者研修(1日ヘルパー2級)または同等以上の介護資格をお持ちの方

お申し込み
お問合せ

足立区介護人材確保総合事業運営事務局 ☎0120-012-233

[受付時間]平日 9:30～17:00 【委託元】足立区 高齢者施策推進室 医療介護連携課 TEL:03-6807-1046 FAX:03-3899-1355

公式ホームページもご確認ください

株式会社シグマスタッフ
〒3300854埼玉県さいたま市
大宮区桜木町1-9-1三谷ビル7階



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

POST

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

配布員さんの声

70代女性

配布する情報誌を毎回自宅まで無料で届けてもらえるので助かります。配布地域も自宅から近く、自分の持てる量だけ持って配りに行き、終わったらすぐ自宅に取りに戻れるので効率もよく、私でも無理なく続けられます。

60代男性

定年後も何かしら仕事はしていたかったのと健康維持を目的に始めました。通勤がなくなり運動不足になることが心配でしたが、アリフトの配布はちょうどいい運動になっています。配布料で孫へお小遣いもあげられ一石二鳥です。

50代女性

10年以上続けています。毎回同じ家に配るので、おうちの方ともすっかり顔なじみになり「いつもありがとう」と言ってもらえるのが嬉しく、やりがいがあります。

40代女性

子供も大きくなり、自分のために使える時間も増えてきたのでお小遣い稼ぎに始めました。家事の合間の時間に手軽にできる仕事なので助かっています。貯めたお金で自分へのご褒美を買う瞬間が一番の楽しみです。

30代女性

小さい子供がいるので働きに出ることができず、自宅の近くでできるこの仕事は自分にピッタリです。慣れてきたので配布する地域を増やしてもらいましたが、歩く距離が増えたのでダイエット効果のおまけもついてきました♪

お仕事開始前の説明会はZoomで参加OK!

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。



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

大好評につき エービーシー 提携ローンに限り
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!

2.60%



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 ※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6年度リピート率87.2%

施工、仕上がり、アフターに一番力を入れています!!

耐震診断、補強、施工も自社の職人がします

見積り	金額	施工	アフター
1日~1週間	自社の職人を 中心に施工	自社の会社で施工する ので、お客様と直にお 話しながら	お客様の予定さえあ えば即対応!土日OK!夕 方18時以降もOK!



代表取締役 配島敏雄

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。 **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~
--	---	---

施工前 施工後

近所ご挨拶 足場組立て 高圧洗浄 養生 下塗り 中塗り 上塗り 足場撤去 お引き渡し

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~**

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・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

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~**

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

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~

川口市 青木 様邸
北區 赤羽 M様
板橋区 常盤台 T様邸
蕨市 塚越 N様邸
川口市 青木 H様邸

■川口店 ショールーム
車で越しの方は、
お店のすぐらに
駐車場がございます。
※他に15台あり
武蔵野銀行 駅前通り
GOLD ON
東武ストア 西川口店
西川口店
エービーシー
ホーム
ショールーム
西川口
徒歩5分
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

食べ物が美味しくなる季節で気になるお腹周り...
漢方でスリム大作成!

目指せ

すっきりお腹!

西沢薬局の西沢です!

私は
2ヶ月で

体重-8kg!

ウエスト-12cm! 出来ました!!

漢方で健康的なスリムを目指しましょう!
成功したからこそわかる簡単で楽にやせる
コツや健康的な体づくりの秘訣を実体験のうえから
お伝えします!ちなみに、今は好きな物を食べて、お
酒も飲んで2人の子どもを出産してもリバウンドして
いません♪

ダイエット前の
私はこちら



こんなお悩みありませんか?

- ①色々試したけど、なかなかやせない
- ②食べる量を減らしてもなかなか体重が落ちない
- ③体調を崩したくないから健康的なダイエットをしたい
- ④すぐにリバウンドしてしまう



START

どんな
ダイエット方法
かをご説明

太った原因、
やせるメカニズム
を分かりやすく
解説

プロ仕様の
体組成計や
血流測定器など
で今の状態を
見える化

次回のご予約。
いつでも相談できる
あなたの味方です

あなたにぴったりの
オリジナルメニュー
をご提案

専門家による
解説で不安を解消

目標体重まで
徹底的に
サポート!

今すぐご相談を!

マイナス
5~10kgは
夢じゃない!

こちらのQRコードからご予約を!

ご自身のご都合に合わせて時間をお選びいただけます。



痩せたい方は今すぐご予約のお電話を! お問い合わせだけでもお気軽にどうぞ

西沢薬局 0120-2438-36

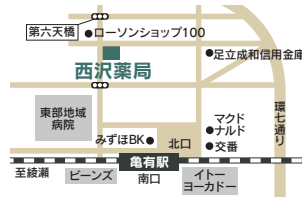
西沢薬局 亀有

検索

亀有駅北口より徒歩6分

〈住所〉足立区中川4-1-1 〈営業時間〉月~金9:00~19:00 土9:00~17:00 〈定休日〉日曜・祝日

更年期症状・腰痛・肩こり・睡眠の悩み・取れない疲れなどお悩みの方もご相談ください



大谷田温泉

明神の湯

リニューアルオープン!

ゆったり浸かって、暑さ疲れを
癒やしませんか?

明神の湯が新しくなりました

サウナ室拡大&
浴室やお食事処も
綺麗に♪

皆さまが快適にご利用いただける
よう館内全体を綺麗に
改装しました。

オートロウリュウを導入!
(20分に1回発動)

心地よい熱気とアロマの香りに包まれる
至福のひととき。冷えた水風呂、
露天の外気浴の相性抜群!

※アロマ無しの場合もございます。

豊富な入館料金を
ご用意!

時間帯によりお得な料金設定も
あり(800円~)。

詳しくはホームページをご覧ください。

HPは
こちらから



大谷田温泉 明神の湯

東京都足立区大谷田1-18-1 TEL:03-5613-2683

【営業時間が変わりました】

【営業】9:00~22:00(最終受付 21:30) ※不定休

【アクセス】亀有駅より2番バス乗り場

「葛飾車庫行」「西水元循環行」行き「大谷田」停車徒歩5分

※オムツが取れていないお客様は、浴槽へのご入浴をご遠慮いただきますようお願い申し上げます。

インスタで
最新情報を
配信中



LINE
公式
アカウント



食事処

モーニング&ランチメニューも
新登場!



明神名物
生姜焼き定食

明神名物
から揚げ



お風呂上がりは
のんびり美味しい
食事をどうぞ!



ピリ辛!
盛岡冷麺

切抜をご持参ください

アリフト読者限定 【大谷田温泉 明神の湯】

入浴された
方に
ソフトドリンク
1杯サービス

【お食事処でスタッフにお渡しください】
有効期限2025年9月30日迄 ※他割引併用不可

アリフト読者限定 【大谷田温泉 明神の湯】

レンタルタオルセット
無料クーポン

【フロントで切抜をお渡しください】
有効期限2025年9月30日迄 ※他割引併用不可

