

ARIFT

竹ノ塚・西新井・梅島

地域みっちゃく生活情報誌® / 831

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

もうすぐ期末テスト
結果が心配なキミ!
共に不安解消!

学年あがって勉強ついて行けないかも!と
不安なキミ! 共に自信を付けていこう! 担
任制×少人数制。小学校～中学3年対象。

school data



TEL03-5851-9626 足立区保木間2丁目11-6
受付時間14:00~21:30 月曜～土曜



職人技と 地域の宝もの

未来へつなぐ、足立のものづくり

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

ご自宅の掃除をしたら、いらないものが出てきた方へ。捨てる前に査定だけでもしてみませんか?

金・プラチナ・ダイヤモンド・ブランド品 買取強化キャンペーン

金を売るなら迷わず今日!!

金相場が下がって
しまう前に!!
1kgのインゴットが
17,683,000円
になりました!

※2025年7月時点

ボクがお店で
待ってるかもワン!
看板店長 雪之亮くん
※お休みは不定期です。



ブランド
時計

ブランド
バッグ

ダイヤ・
宝石

切手
テレカ
金券

金貨
記念メダル

おたからや4号線竹の塚店は女性店長なので、
女性1人のお客様も安心してご利用ください



おたからや 4号線竹の塚店

03-5851-9796

10:30~18:00 / 水曜定休 / 足立区竹の塚3-10-15
保木間一丁目(北47)バス停目の前 足立北郵便局・竹の塚警察署からスグ

ご来店の際は
必ず身分証明書を
お持ちください



LINE登録すると
最新情報が
GETできます!



古物番号:第306682215170号 酒販番号:足法第5044号
※相場はお品物の状態により査定額は変動します。また、一部買取できない商品もご
ざいますので詳細はスタッフにお問合せください。

2025年9月30日(火)までにご来店・査定だけでも
生活用品プレゼント

※切抜持参か、記事をスマホで撮影し入店時にご提示ください
※おたからや4号線竹の塚店限定



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。



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

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

職人技と地域の宝もの

未来へつなぐ、足立のものづくり



古くからものづくりを営んできた街、足立。代々受け継がれてきた職人技は単なる技術ではなく、日々の暮らしに寄り添い街の歴史を紡いできました。足立に根付くものづくりの温かさと、そこに込められた物語を紐解いていきます。

企画・編集: ARIFT編集部

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。



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伝えていきます。

ランドセルリメイク

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

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



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。」



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

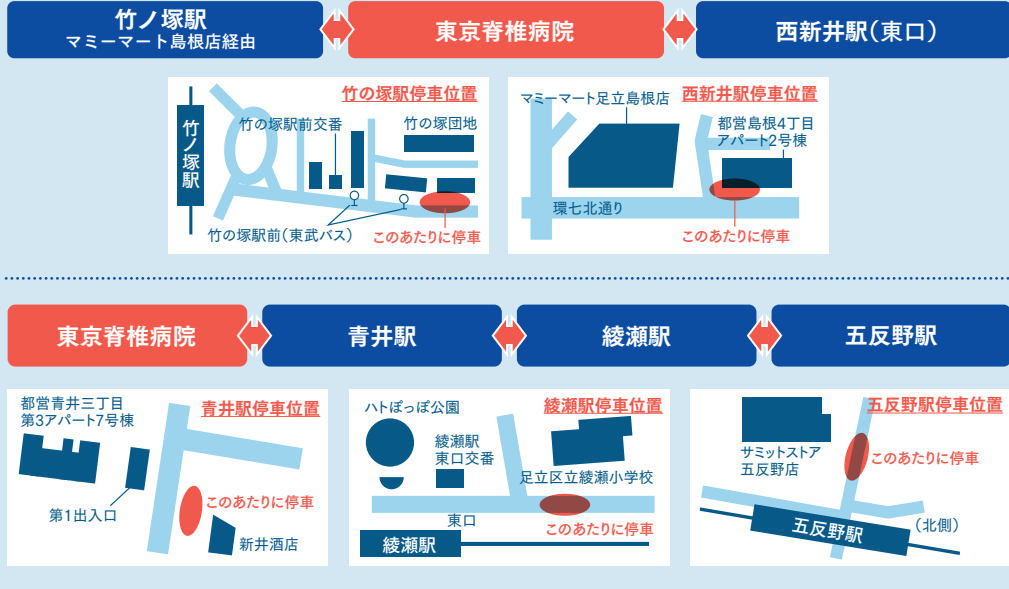
首の痛みや手のしびれ、 原因は頸椎かも？

「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、加齢にともなって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、シャツのボタンが留めににくくなったりと、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



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



もっちり、むっちり
心も体も満足な新感覚パン



Marie's Bagel. 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



足立で
見つけた

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



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

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

北千住駅
徒歩2分

カジュアルに楽しむ本格フレンチ♪ 厳選した自慢の料理をどうぞ



渡り蟹のトマトクリームパスタ

11:30～15:00 (L.O.14:00)

男前ランチコース
1,600円～ (税込1,760円～)

＼ 目の前で巨大チーズを削る! /

- ① ローストビーフサラダ
- ② パン
- ③ お好みのパスタ (下記より選べます)
- ④ お好みのドリンク



単品はサラダ & パン付 ※表記金額は単品価格です。※パスタ大盛/1.5倍! +200円(税込220円)

- 渡り蟹のトマトクリームパスタ **1,300円**(税込1,430円)
- 激辛! 野菜たっぷりアラビータパスタ **1,300円**(税込1,430円)
- 豚肉とブロッコリーのペペロンチーノ **1,300円**(税込1,430円)
- 明太しらすカルボ **1,500円**(税込1,650円)
※コースの場合+200円(税込220円)
- 目の前で仕上げる♪ チーズリゾット **1,600円**(税込1,760円)
※コースの場合+200円(税込220円)

北千住 ビストロ男前
TEL 03-5284-9234

足立区千住1-33-8
営業時間／
ランチ11:30～15:00(L.O.14:00)
ディナー17:00～23:00(L.O.22:00)
※土日祝11:30～23:00(ランチL.O.14:00)



HP

Instagram



アrift読者限定
デザートが
無料!

※特典1枚で4名様まで適用

有効期限:2025年10月31日まで





スイミング



体育教室



ベビースイミング



バレエ



空手



スカッシュ

ビッグ・エスの/
ジュニアスクール

1ヶ月(3回)体験実施中!

ジュニアスクール予約は



スポーツクラブ
ビッグ・エス竹の塚

TEL03-5242-1331

足立区竹の塚2-8-25

営業時間
平日 9:30~22:00
土 9:30~21:00
日祝 9:30~19:00

※火曜定休(その他年末年始、お盆)



無料駐車場完備

プール

施設体験
実施中

詳しくはこちら



ジム
トレーニング





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 男性	18,000円	11,500円
一般会員 女性	10,000円	8,800円
小中学生	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

抜かない矯正 歯科治療全般

平木歯科

検索

平木歯科・矯正歯科

歯科 小児歯科 矯正歯科

tel 03-3854-0900

住所/足立区栗原4-22-10

休診/日・水・祭

診療/9:00~13:00、14:30~18:30





ドン・キホーテ
竹の塚店限定

マジ価格 大好評
実施中!

公式アプリ
会員登録は
こちらから



majica
会員様限定

お得なクーポン
が随時配信され
ます
・アリフト読者特
典と併用OK!!

竹の塚店
2025/10/2迄

1回のお買い上げ金額税抜3,000円以上で

300円引き



竹の塚店
2025/10/2迄

1回のお買い上げ金額税抜5,000円以上で

500円引き



竹の塚店
2025/10/2迄

1回のお買い上げ金額税抜3,000円以上で

300円引き



竹の塚店
2025/10/2迄

1回のお買い上げ金額税抜5,000円以上で

500円引き



※1回のお会計につき1枚のご利用とさせていただきます ※プレミアムサービスクーポンとの併用不可
※お酒・タバコ・POSAカード・指定ごみ袋・ハガキは割引対象外です

ドン・キホーテ 竹の塚店

TEL0570-023-911

[営]9:00~翌3:00 東京都足立区竹の塚6丁目11-10



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。

≫梅島駅よりすぐ(マクドナルド隣)

秋といえば…冷やおろし！旨い一杯をご用意しています
旨味抜群のもつ焼きはぶりっぷりの食感でヤミツキ♪

Instagram
はこちら



お会計時切替持参で

お会計から **10%引き！**

※2名様〜ご利用可、他特典との併用不可

2025年10月31日迄

角吉おすすめ！ここに来たらまず一杯♪

【こだわり国産果実のお酒】ソーダ割りでご提供♪
●宮崎産ライチ 528円 ●沖縄濃厚パイナップル 528円
【NEW】紫蘇さっぱり♪パイスサワー 495円
【地元を愛する♪梅島に来たらこれ飲んで！】
●梅島ボール 419円 ※こだわりのハイボールです。
●健康&美容に♪トマトレモンサワー 390円



お待たせいたしました！丹精込めて熟成させた冷やおろしをここで解禁！店主自ら選んだ旨味に磨きをかけた至福の一杯をどうぞ！熟練の職人が焼き上げた自慢のもつ焼きは、ぶりっぷりの食感！お酒を楽しみたい方もお食事を楽しみたい方も、多彩なメニューをご用意してお待ちしています！



もつ焼き 角吉 梅島駅前店

TEL 03-5650-4877

足立区梅田7-36-5 / 月～金16:00～23:00(料理L.O. 22:00
ドリンクL.O. 22:15) / 土日15:00～23:00(料理L.O. 22:00
ドリンクL.O. 22:15) / 店内完全禁煙(喫煙室あり)



外構&塗装の専門会社

屋根・外壁塗装も

ゼロスタート

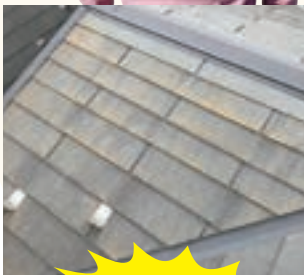
にお任せ！

ご提案～施工～
アフターフォローまで
自社で一貫体制。
安心の品質と
ご希望に柔軟な
対応が可能。

外壁塗装のみならず
ブロック・フェンスなどの
塗装にも対応。

無料でパースを描いて
お客様にご提示するので、
仕上がりを事前にイメージ
することができます。

塗装工事責任者
中島元



これはもう
危険信号です！

・ゼロスタート外壁塗装メニュー一例・

外壁塗装

スタンダード シリコン

(エスケー化研「セラミシリコン」使用)

工事費込み

耐用12～15年

55.8万円

※塗装面積 30坪 200㎡の場合。
足場代別途。税込価格61,347円です。

屋根塗装

スタンダード シリコン

(エスケー化研「ヤネフレッシュSi」使用)

工事費込み

耐用6～8年

23.1万円

※塗装面積70㎡の場合。
足場代別途。税込価格25,347円です。

見積り依頼時にLINE友だち登録後、
LINEクーポン提示で
**Amazonギフト券
5,000円分プレゼント**



更に「アリフトを見た」と言ってご成約された方に
**Amazonギフト券+5,000円分、
合計10,000円分プレゼント**

ZERO START

株式会社ゼロスタート

☎ 0120-924-781



越谷市大間野町3-16-3
FAX 048-940-0534



施工例・目安の価格はHPから

無料診断は
LINEで簡単！

お友達登録後にLINEで塗装
したい箇所の画像をご送付く
ださい。概算のお見積り結果
をお伝えいたします。



読者プレゼント

Special Readers Present



世界でもっとも近いカフェ

BALMUDA BALMUDA The Brew

1名様

K06A-BK(色:黒)
<https://www.balmuda.com/jp/brew/>

目が覚めるようなストロングな味
わいと、クリアな後味を両立した
独自の抽出法。コーヒーを淹れる
過程も楽しむことができる美しい
デザイン。

5名様

クラフトチューハイ 4種12本セット 寶(たから) CRAFT

提供／宝酒造株式会社 東北支社
https://www.takarashuzo.co.jp/products/soft_alcohol/takara_craft/

東北でしか買えないご当地素材のチューハイ、
宮城トマト、岩手山ぶどう、
ゆず、青森りんごの4種。



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/0uerr>

応募締切

2025年10月10日(金)迄

上記QRコードまたはURLよりスマホのアプリ
LINEでお友だち登録をお願いします。
登録後、次回からの登録は不要です。LINE内
のメニューから「今月の読者プレゼントに応募
する」をクリックしご応募お待ちしております！

※(株)中広メディアソリューションズにおける個人情報
の取り扱いについて当社ホームページにてご確
認いただき、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
ARIFT9月号プレゼント係
022-792-8101(平日10時～17時)

Editor's Note ～編集後記～

お客さまから旬の「じゃがいも」をいただき、メンバーに
もお裾分け。煮たり・揚げたり、みんなで美味しくいただ
きました♪(埼玉東エリア担当:赤塚)

麦わら帽子の少年が、トンボを追いかけ夕暮れの田ん
ぼ道を駆け抜けていきました。日本の夏っていいなあ
と思えた瞬間でした。(埼玉東エリア担当:佐々木)

今月の特集は「防災」です。いつもの生活が「もしも」で
も役立つフェーズフリーの取り組みで、無理なく防災意
識を高めましょう。(編集担当:山田)

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)デンソーウェアの登録商標です。●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。

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
ど興味のある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
仲間など心からふれあえる会話が
できそうな時期。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
駄使いや金銭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!恋も仕事も心のびで
きそうな予感。新展開や予想外ので
きごとは悩まず行動あるのみが幸
運の鍵!新しい出会いもありそう。
健康面も良好。睡眠不足には注意。

Lucky color ペーージュ

♎ 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!新たな出会いや学びな
どで可能性を広げるチャンスです。
老若男女、社会的立場を超えた仲
間ができそう。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!リーダーの役割は積極
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
に輪をひろげましょう。健康面は
睡眠不足からの肌荒れに注意。

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/>

成人式 新作振袖大展示会

9/6日、7日、27日、28日

会場 ジョイフル恵利 竹の塚店 特設会場

振袖代金 **1万円引き!**
(税込より)

最大2万円分
プレゼント!

期間中、ヘアアレンジの
無料体験実施!

《 ARIFT 読者限定特典 》
ご成約の方に
**韓国コスメ
プレゼント**
このARIFT持参下さい

店内では豊富な在庫
からお選び頂けます

足立区竹の塚1-37-10
まるやまビル1階
〈竹ノ塚駅徒歩3分〉

0120-006-552

営業 / 10:00~19:00
定休日 / 不定休

お店HP▶



「何であんなことをしたんだろう…」

この本を読めばわかります。
今すぐお求めください

ダイアネティックス

心の健康のための現代科学

L. ロン ハバード
標準価格: 2,800円

お求めは 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: tokyodpublic.contact@scientology.net
まで、今すぐお問い合わせください。

©2025年 サイエントロジー東京。不許複製。ダイアネティックスおよびダイアネティックスのシンボルは、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、その使用にあたってはそこからの許可が必要です。ダイアネティックスの登録商標保持者であるReligious Technology Centerからの許可を得たサイエントロジー教会の免許取得者のみによって世界中で提供されています。日本にて印刷。

ご自身のために ご家族のために リハビリ特化型デイサービス エイチアンドエル

1日3時間 送迎付

このような方へ

- 体力の低下を感じている
- 自立した生活で自信を回復したい
- 外出や寝たきりへの不安がある

日常生活の体力向上、いつまでも元気維持。

午前 9:15~12:15
午後 14:00~17:00

リハビリ型デイサービス エイチアンドエル

Health and Longevity

無料 施設見学説明会 実施中!

※お電話でご予約下さい

TEL 03-6807-1533

施設の様子は
こちらから

気になる チャンネル ちょい見せ!

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!

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: 2025.07.24

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!





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: 2025.04.22

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: 2025.07.14

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、少し楽テンになって家族の希望に応えやすくなるかも。





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



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
越谷BASE



Instagram

TEL **048-990-8777**

埼玉県越谷市新越谷2丁目18番地3

ピーシーデポスマートライフ
西新井BASE

TEL **03-3854-9995**

東京都足立区谷在家1-4-7

ピーシーデポスマートライフ
足立小台Club Lounge

TEL **03-6903-2855**

東京都足立区小台2-17-10



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

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

JOB 求人情報
informationA=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。誌面の都合上、すべての情報を掲載できないケースがあります。詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

勤務地 | 東武伊勢崎線竹ノ塚駅 徒歩10分

訪問介護の登録ヘルパーアバ

時給 2,500円(身体介護)
※他下記参照あなたの経験が、
誰かの安心になるお仕事です

内容 身体介護、生活援助

資格 初任者研修以上

※無資格の方も歓迎します！

資格取得についても時給ご相談ください。

時間 8:00～18:00 週1日からOK

Wワーク歓迎です。少しの時間でもOKです。

給与 身体介護 時給2,500円、生活援助 時給1,900円

処遇改善加算等含む

休日 シフト制

応募 お気軽にお問い合わせください。



子育てが一段落した今、地域の安心を支える一歩を踏み出しませんか。生活経験や思いやりがそのまふ力になります。週1回・短時間から無理なく始められるので、久しぶりのお仕事にも安心です。

希望介護サービス合同会社

TEL 03-5242-8737 担当/坂本
足立区竹の塚3-20-10 国井ハイツ201

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!

40以上のブースが出演!

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
～3ヶ月間のトライアル雇用で自分に合った職場が探せる!～

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

※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(旧ヘルパー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

Q & A

介護のギモンを解決！

介護施設の相談会や見学会、実際はどのようなものなのでしょうか？
医療法人社団苑田会グループ 明昭のケースを大解剖！

いざという時に慌てないために

事前に介護施設で 相談・見学してみませんか？

Q なぜ、事前の相談や見学が重要なのか？

A ご病気やケガ、または生活環境の変化で、急に施設を探さなければならぬケースが多くあります。限られた時間でご自身の望まれる施設を探すことは難しいため、事前に様々な施設を知っておくことは大きなメリットになります。

Q 相談や見学では、どんなことが知れるのか？

A 弊社の強みや施設の特徴、雰囲気、お部屋の確認できることや、毎月のご利用料金につきましてもしっかりと説明させていただきます。

Q 介護施設にも色々あるけど、どのように選んだらいいの？

A ご本人様（ご家族様）が望むサービスに適しているか、例えば医療面で心配ということであれば24時間看護師が在籍している施設や、病院との連携がしっかりしている施設ということが考えられます。その他にも施設によっては病院の付き添いはご家族様で対応が必要だったり、ご家族様のご負担面も確認すると良いかと思えます。

Q 参加するには、どうしたらいいの？

当日はどんな流れなの？

A 弊社ではお電話にてご見学・ご相談の予約を受け付けておりますので、ご都合の良い日をご連絡ください。当日は施設内の見学、ご利用料金の説明、ご対象者様のご状態を聞き取りさせていただきます。状態やご希望によってはよりご本人様に合った系列施設をご提案させていただきます。ご安心ください。

Q 参加すると、その後は無理な営業をされないか心配…

A お部屋確保の都合もある為、弊社ではご意向を確認させていただくことがございます。あくまでもご意向の確認となりますので、ご安心ください。そのため、「他社の施設にご入居が決まった」「自宅で介護保険サービスを利用していく」などの意向が固まった際にはご二報いただけますと幸いです。

Q 実際に、相談会や見学会に参加した人の感想が知りたい！

A 「ご入居後の生活がイメージできた」「施設毎で雰囲気や特徴が違う為、選択肢が増えた」「料金もわかりやすく説明してもらえてよかった」との感想をいただいております。

裏表紙にて
明昭の介護施設を
詳しくご紹介しています

相談会・見学会 ご予約を随時受け付けております

施設についての相談、ご見学の予約をお電話かHPより受付けております。当施設を選んでいただけても構いません。介護施設にはどんなタイプがあるのか、そしてどのタイプが合うのかなど、お気軽にご相談も承っております。

全施設
共通

アリフト読者特典

ご相談・ご見学の方に
自家焼成パンをプレゼント！

※お電話でのご予約時に「アリフト見た」とご予約ください。
※ネット予約の場合は、連絡事項欄に「アリフト見た」とご入力ください。 ※パンはお持ち帰りいただきます。



ご相談・ご見学は

有料老人ホーム・介護施設運営会社

株式会社 明昭

詳しくはHPを
ご確認ください

どこの施設が良いか迷っている方、資料請求やご質問やご相談など、お気軽にお電話ください。

介護の相談窓口ハートランド相談室

お問い合わせ時

「アリフトを見た」とお伝えください

0120-84-8105

お電話受付時間
9:00～17:00(日・祝 休業)

明昭



医療法人社団
苑田会グループ

明昭の介護

中面にて
相談会・見学会を
詳しくご紹介中！

医療グループだからこそできる、安心で充実した介護サービスをご提供します

機能訓練指導員による 本格的なリハビリ

お身体の状態や生活状況に応じて専用のリハビリプログラムを作成し、指導員による機能訓練を実施いたします。

健康にこだわった 美味しいお食事

手作りの美味しさを毎日楽しめるよう、お食事は施設内の厨房で調理し、スタッフが心を込めてご提供しています。



明昭では、4つの特長を持つ施設からご検討いただけます

より安心できる医療をお望みの方は

足立区
保木間

介護付き有料老人ホーム

ハートランド明生苑

24時間看護師常駐、 幅広い医療受け入れ体制

夜間も看護師が常駐しているので、緊急時の対応はもちろん、医療依存度の高い方でも安心してお過ごしいただけます。グループ病院が徒歩圏内にあるので、立地を生かし迅速で確実な対応が可能です。



お問い合わせ **03-5851-7080**

東京都足立区保木間4-3-5
「保木間」バス停 徒歩2分「保木間三丁目」バス停 徒歩4分

よりのんびりと自分のペースを大切にしたい方は

足立区
六月

介護付き有料老人ホーム

竹の塚明生苑

“今”の要望に応じていく 支援を目指して

介護を必要とするご利用者様に対し、ご本人様のご希望を最大限取り入れ、身体的・精神的拘束のない、尊厳を大切にしたケアを心がけます。アクティビティや季節の行事を取り入れ、心地よい刺激や変化を大事にしています。



お問い合わせ **03-5831-0210**

東京都足立区六月2-33-8
東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅東口 徒歩10分

よりリハビリ体制を重視したい方は

足立区
保木間

介護付き有料老人ホーム・デイサービス

ふちえ明生苑

よろこびを実感できる リハビリが叶う施設

ふちえ明生苑は、自由な生活を送るためのリハビリに注力しています。豊富な機器と専門スタッフによる機能訓練は大きな強みです。1階部分には「ふちえデイサービスセンター」を併設しており、社交的な交流も楽しめます。



お問い合わせ **03-5851-2300**

東京都足立区保木間4-31-1
「保木間四丁目」バス停下車 徒歩1分

認知症の診断を受けていて、家庭に近い生活を送りたい方は

足立区
六月

グループホーム

グループホーム 竹

“今”をイキイキと 過ごせる支援を目指して

認知症対応型のグループホームです。様々な家事や日常を通して、認知症の症状を緩和しながら共同生活をし、生活のリズムを整えていきます。入居者様とスタッフが家族のように日常生活を過ごしております。



お問い合わせ **03-5831-0200**

東京都足立区六月2-32-6
東武スカイツリーライン「竹ノ塚」駅東口 徒歩10分

相談会・見学会 随時受付中

ご予約は、お電話かHPより受付けております。
※参加後のしつこい営業は行っておりません。



ご相談・ご見学の方に 自家焼成パンをプレゼント！

※お電話でのご予約時に「アリフト見た」とご予約ください。 ※ネット予約の場合は、連絡事項欄に「アリフト見た」とご入力ください。※パンはお持ち帰りいただきます。

》 アリフト読者特典 《



株式会社 明昭
介護の相談窓口
ハートランド相談室

明昭

詳しくは
HPを
ご確認
ください



Insta-
gram



どこの施設が良いか迷っている方、資料請求や
ご質問やご相談など、お気軽にお電話ください。

0120-84-8105

お電話受付時間
9:00～17:00(日・祝 休業)

〈 お問い合わせ時、「アリフトを見た」とお伝えください 〉