

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 9/12

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
**2024年度売買仲介取扱高(※1)
2年連続No.1(※2)**

※1: 当社が売買仲介を行った不動産価格の総計(個人向け不動産売買および法人向け不動産売買を含む)
※2: 新聞報道(各不動産流通業向け新聞社が選定した主要不動産流通会社20~30社の2023年4月~2024年3月、2024年4月~2025年3月の期間における取引調査結果)等に基づく売買仲介取扱高実績

shop data
つなぐ。答えへ。未来へ。
東急リバブル
志木センター
TEL0120-809-109 新座市東北2-30-18
10:00~18:00 毎週火曜・水曜定休

備えない防災 フェーズフリー

Normal times?
Or is it an emergency?



イベント&ニューオープン
埼玉で見つけた
からだ想いのパン屋さんめぐり

撮影協力:株式会社三和製作所(バケツにもなる撥水バッグ)

いつものバッグに、
もしもの備えを。

不動産 売却/買取

長年使用していない土地、
相続で取得しただけ今後利用予定がない土地や建物など
地域密着 ポラスグループの発見とちいえプラザにお任せください。



- 売却して資金化
- 賃貸住宅を建てて収益を得る
- 買取で即現金化

土地も住まいも欲しい!が見つかる
発見とちいえプラザ
ポラテック株式会社 木造建築事業部 埼玉西部事業支店

お問い合わせ 資料請求は **発見とちいえプラザ 朝霞オフィス**
フリーコール **0120-829-577**



【営業時間】9:30~18:00
【定休日】火曜日・水曜日
ポラテック株式会社

TEL: 048-450-1128
FAX: 048-450-1129
※携帯・スマホOK/リモート
のご利用も承ります

住まい価値創造企業
POLUS
ポラスグループ

〒351-0015 埼玉県朝霞市幸町3-11-9 ©宅建業
士会埼玉県(4)第7081号 ©建設業 国土交通大臣
許可(特-1)第14631号 国土交通大臣許可(特-5)第
14631号 ©(公社)全国宅地建物取引業保証協会
会員 ©(公社)埼玉県宅地建物取引業保証協会
©(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

いつもの日常が「もしも」でも役立つ

備えない防災 フェーズフリー

いつもの日常を「もしも」に役立てる「フェーズフリー」という取り組みをご存知ですか？身近な日用品が災害時に便利な道具になったり、いつもの食料品を少し多めにストックすることで非常食になったり。使い慣れた物だから災害時にも慌てず使えて、いつも新しいから賞味期限の心配もなし。埼玉県防災学習センターや、埼玉県が推進する『イツモ防災』の取り組みと合わせて、すぐに実践できるヒントをお届けします。



教えてくれたのは
能美防災そなえ 埼玉県防災学習センター所長 根岸 学 さん

能美防災そなえ 埼玉県防災学習センター
埼玉県鴻巣市袋30番地 JR高崎線 北鴻巣駅東口から徒歩約20分
048-549-2313 入館料:無料
9:00~16:30(入館は16:00迄) 月曜定休※祝日の場合は翌日に振替
年末年始、臨時休業あり



「イツモ」と「もしも」を、
スマートに持ち歩く

当たり前のモノが災害時に役立ちます。スマートフォンは情報収集や連絡手段、懐中電灯に。大判のスクarfは応急手当の包帯代わりに。モバイルバッテリー、水筒、飴、それらを入れる撥水バッグはバケツ代わりに。

フェーズフリーとは、いつも使っているモノやサービスも、もしもの時にも役立てること。日常時だけ、非常時だけにしか使えないモノやサービスを、両方のフェーズで便利に活用するという考えです。そしてそれは、自分の生活に合わせて無理なく備えていくことが大切。例えば、私はキャンプが好きで、普段からキャンプ道具を日常使いしており、フェーズフリーを意識なく実行していたようです。毎日使うバックの中にも、折りたたみ式のスプーン・フォーク、手ぬぐい、薬飴、ポンチヨ、買い物袋等が入っています。また寒い時期は薪ストーブで暖を取っていて、東日本大震災での停電の時は、炎の明かりと温かさで調理もできて、いつも使っているものがもしもの時に役立ちました。

埼玉県がすすめる「イツモ防災」を ワークショップで分かりやすく

埼玉県がすすめている「イツモ防災」は、防災対策を「特別なこと(モシモ)」ではなく「日常的なこと(イツモ)」として生活の中であらえるという、まさにフェーズフリーの取り組みです。埼玉県防災学習センターでは、イツモ防災ワークショップというイベントを開催し、水・食料の備蓄品を普段から定期的に使い、使った分を買い足していくローリングストック法や、家具転倒防止法の普及・啓発を分かりやすく伝えています。そのほか地震や暴風、火災などの災害時の対処法を身をもって体験する学習を始め、防災・減災に関する各種イベントの開催に力を入れています。ぜひ皆さんで学びにお越しください。

いつも使えてもしもに役立つ物を
無理なく備えておこう

フェーズフリーで防災意識をアップデート!

取材協力:埼玉県危機管理防災部

こんな時にも使える!便利アイテム例

特別なグッズがなくても、普段のアイテムが災害時に大活躍!家に多めに置いておくと安心です。

ポリ袋	ラップ	新聞
<ul style="list-style-type: none"> 水を運搬 両端を切って三角巾 穴をあけてポンチョ など 	<ul style="list-style-type: none"> 食器にかぶせて水を節約 体に巻いて防寒対策 傷口に巻いて応急手当 など 	<ul style="list-style-type: none"> 身体に巻いて防寒対策 下水が使えない時に、吸わせて匂いや水気を吸収 など

※埼玉県「防災マニュアルブック(自宅サイバール編)」より引用

ローリングストック、はじめてますか?

日用品や食料品を多めに買い置きし、食べた分を買い足して補充する方法を「ローリングストック法」と言います。水、缶詰、オートミール、レトルト食品など、食べながら入れ替えるから賞味期限の心配がなく、災害時でも普段から食べられた食材を「非常食」とすることができて安心です。小さなお子さんがいるご家庭は、お子さんが好きなお菓子の備蓄も忘れずにどうぞ。



「イツモ」と「もしも」を近づける生活を

例えばラジオやカセットコンロ。もしもの時のために購入しても、有事の際に使い方が分からなかったり、実際に動くかどうか不安な人もいます。そんな人にお勧めなのが、日常に「もしも」を取り入れる生活です。例えば朝食の時間はラジオを聞く、たまにカセットコンロで鍋をする、そんな習慣を家族で身につけておきましょう。

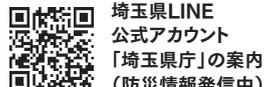


埼玉県がすすめる防災の取り組み

埼玉県では「イツモ防災」を通じて「防災マニュアルブック」を公開。また“自分の命、安全は自分で守る”ための3つの自助の取組を行っています。

家具の転倒防止	地震の際、家具が転倒しないように、普段から家具を固定しましょう。
3日以上の水、食料の備蓄	できれば7日分の水・食料を備蓄しておきましょう。
災害用伝言サービスの体験	非常時の連絡方法は家族内であらかじめ複数決めておき、災害用伝言サービスを体験しておきましょう。

防災に関する各種SNS



災害はいつ来るんだろう?

- 埼玉県は海がなく、また武蔵野台地や大宮台地といった強固な地盤に囲まれているため、一般的に地震に強い地域とされています。しかし同じ理由で大雨の影響を受けやすく、多くの河川が流れているため、増水が発生し水害に繋がりがやすい地域でもあります。災害がいつどんな形で来るかは誰にも分かりませんが、梅雨前線の影響や夏のゲリラ豪雨、秋にかけての台風など、季節にあわせた備えを意識することはできそうです。定期的に国土交通省や各市町村が作成するハザードマップを確認し、自分の生活エリアで起こりうる災害について把握しておきましょう。

受講生募集!

心理カウンセラーによる
サポート重視のたのしい

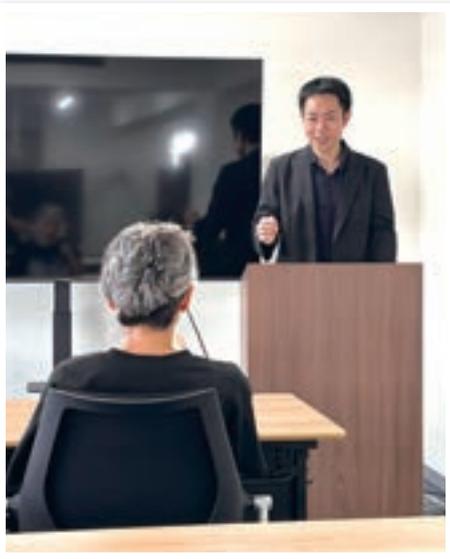
ダイエット講座開講!

【日程】毎週火曜、水曜の午後

【料金】1回**2,200円**(税込)

専門家と歩む、 私らしいダイエットを

巷にあふれるダイエット情報。「一体、何を信じたら良いの?」「試してみたけど、続かなかった…」そんな経験はありませんか? ダイエット成功の鍵、それは「メンタル」です。当講座では、ダイエットの専門知識だけでなく、心の専門家である心理カウンセラーが一人ひとりに優しく寄り添います。あなたの心の声に耳を傾け、モチベーションを維持しながら、ゴールまでしっかりとサポート。正しい知識を学び、同じ目標を持つ仲間と励まし合いながら、「つらい」ではなく「たのしい」ダイエットを始めませんか? みやかかわ講師より



実践×学びを融合!

疑問解決やためになるコトもご提供します。

だから効果が期待できる!

- カロリーは関係ない?
- 健康的に痩せられるのかしら?
- 私に合うダイエットは?
- それ!知りたかった!などなど…

こんな方におすすめ!

そんな方は、今すぐお電話を! ご質問なども大歓迎です。

- 何度もダイエットに挫折した…
- 痩せてもリバウンドしてしまう
- 運動が苦手…続かない…
- 一人じゃ続ける自信がない

●講師:みやかかわ ●趣味:読書・ダイエット ●好きな食べ物:チョコレート

大好評! 開講中!

見学随時受付中(無料)

AI社会に適応した学びの場を提供、 ゼロから始める「プログラミング教室」

小・中学生コース

プログラミング的思考を伸ばすために、お絵かきソフト(Python Turtle)を使って楽しくプログラミングを学びます。

一般コース

高度な処理までこなせるPython言語を基礎から学び、実践を行います。様々な場面で活用できるよう習得していきます。



講師:
伏見 恵文先生
東京大学大学院
理学系研究科修士
博士(保健学)
龍谷大学社会学部
名誉教授

小・中学生コース

全6回

月曜・火曜・木曜(16:00~17:00)
日程選択可

料金 13,200円 持ち物 ノートPC

一般コース(高校生以上)

全12回

毎週火曜・木曜(18:00~19:00)

料金 39,600円 持ち物 ノートPC



ジョルダンスクール Tel.090-9151-9611

お電話の際は、「アリフト見た」とお伝えください



志木市本町5-21-14 JSKビル3F
志木駅東口より徒歩3分
(東横INN志木駅東口隣)

無料ドリンク飲み放題

会員さんはカフェスペースを自由にご利用できます
※表記価格は全て税込です。

お問い合わせやお申込みは、WEBページのお問い合わせフォームからご連絡ください。



★ティータイム英会話教室、韓国語教室も開講中。詳しくはお問い合わせください。
★万能型のレンタルスペースもご用意しています。



力強く、揺るぎなく、
楽しさあふれる、ただひとつのミニバン。

Photo:ID.Buzz Pro
*有償オプションカラー・オプション装着車 写真は欧州仕様車です。日本仕様車とは異なります。



Photo:ID.4
写真は一部実際と異なります。

Photo:ID.Cross
写真は一部実際と異なります。

フォルクスワーゲンの代表車「ワーゲンバス」そのDNAを継いだ ニューモデルをフォルクスワーゲン和光に見に来ませんか?

ID. Buzz Pro 車両本体価格 ¥8,889,000(税込)

◆価格には、広告掲載車に装着されているメーカーオプション(有償オプションカラー:キャンディホワイト/ライムイエローメタリック¥242,000(税込)/アップグレードパッケージ¥700,000(税込))が含まれておりません。

IDBUZZの試乗車がやってくる!!

11/1(土)~11/9(日)限定でIDBUZZが試乗できる
この機会にぜひお試しください。詳しくは店頭までお電話を。

アリフトの広告持参(切り取りでも可)にて
ご来場で、先着20名様に
トートバッグをプレゼント

※数に限りがございますので在庫がなくなり次第終了



上記車種以外の料金は店舗にお問い合わせください。

●表示価格は、2025年6月24日現在の車両本体価格(消費税込み)です。オプション装着価格、付属品価格、保険料、税金(消費税を除く)、登録に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。販売価格は正規ディーラーが独自に定めておりますので、お問い合わせください。●本価格は予告なく変更する場合があります。●写真は一部実際と異なる場合があります。●欧州仕様車の画像も含まれます。

フォルクスワーゲン正規ディーラー
Volkswagen 和光

埼玉県和光市本町19-12 営業時間/ショールーム:10:00~18:00、サービス受付:10:00~17:00
毎週火曜日・水曜日定休(祝日、夏季、年末年始休暇などを除く) TEL 048-461-9999 FAX 048-461-0081



疲れた身体をじっくりお手入れ 夏の終わりのケアメンテ特集

強い日差しやエアコンによる乾燥、冷え、レジャーでの疲れ…
夏の間には身体は大きなダメージを受けています。
プロのお手入れで疲れた自分をいたわり、リフレッシュしませんか？

➤東武練馬駅南口より徒歩3分

夏の紫外線ダメージ、そのままにいませんか？
放っておくと秋の抜け毛の原因になることも！

LINEからも
ご予約OK



ご予約時or来院時「アrift見た」で

毛髪チェック 無料
カウンセリング

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

2025年10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った！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、今は自信が付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)



強い日差しを浴びた頭皮は想像以上に疲れています。まずは頭皮の状態をチェックしませんか？当院では、頭皮の血行を良くし細胞を元気にすることで、健康な髪が育ちやすい環境を整え、育毛をサポート。薬を使わないから安心と多くの方にご好評です。詳細は右下QRコードよりHPでご確認を。



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



Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マスに埋めましょう。
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。

			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		

92=2+6+6 25

読者限定
初検料無料

土日
営業

有効期限:2025年10月6日(月)まで

ちよじま整体院 火曜定休

TEL.048-497-2157 予約優先



院長 千代島 弘典
CHIYOJIMA HIRONORI

志木市中宗岡1-9-15
志木駅車10分/P有
※スタッフワクチン接種済・感染対策徹底

営業時間	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:00-11:30	●	●	●	●	●	●	●
14:00-19:00	●	●	●	●	●	●	●

残暑の疲れをメンテナンス!

フットケア(40分)+
ゲルマニウム温浴(10分)

3,000円+初検料1,000円

- ・足裏の角質・足裏のザラザラ
 - ・巻爪・足裏のタコ
 - ・魚の目
- ※女性スタッフが施術

フットケアの
施術の流れ

- ①ゲルマニウム温浴10分
- ②魚の目・角質・巻爪の施術
- ③膝下から足裏までオイルで仕上げます

熟練のもみほぐし

10分 980円~

気候変化で体が重い、疲れが取れない方など部分的な疲れやコリを熟練技術でしっかりもみほぐします!

ゲルマ(10分)+
リフレクソロジー(20分)

2,500円~ 初検料は
かかりません

リフレクソロジー
むくみ・冷え・疲れた足に効果抜群!!
膝下からビタミンオイルで筋肉をほぐし血行を良くして足底に溜まった老廃物を押し出します!

首・肩・腰・膝!!

効果的な適用例

- ◆腰が痛い ◆頭痛がする ◆四十肩五十肩
- ◆ヒザが痛い ◆股関節が痛む
- ◆首や肩が凝る ◆寝違い ◆ぎっくり腰
- ◆O脚 ◆産後の骨盤の歪み ◆スポーツ障害

カイロプラクティック

3,900円+初検料1,000円

※カイロプラクティックでは、様々な問診、視診、触診を行い、原因となる骨格を見つけ出し直接、手技又は、特別なベッドを用いてこの背骨のズレ・歪みを正常におこないます。
※腰痛・肩凝りは、放っておくと慢性化し、悪化する一方です。
※根本となる原因を治療することがたいせつです。

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ください。同意の上、ご応募ください。
※賞品当選者のお知らせは発送をもって代えさせていただきます

問:(株)中広メディアソリューションズ
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 ~

先日、お客様から新座の平林寺の紅葉が素敵だと教えて頂きました。雑木林が鮮やかに色づく景色は、エリア外の方にもおすすめです!(新座・志木・朝霞・和光担当:佐伯)

夏の賑やかさから静かに移り変わる秋の気配。ARIFTを片手に、秋の始まりを感じるおでかけを楽しんでいたいただけ嬉しそうです!(編集担当:中村)

練馬版は残念ながら本号をもって休刊となります。3年前に担当になった際、まずお参りしたのが石神井水川神社でした。短い間でしたがお世話になりました。(練馬担当:八倉巻)

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。

夏バテケア特別キャンペーン実施中!
このアリフト見たor持参で
ベーシックボディケアコース
60分 **7,200円** → **2,800円**
初回限定 **5名様限定**
※2025年10月10日迄

こんな症状でお悩みの方

- 自律神経の乱れ
- 手足の冷え
- 五十肩の痛み
- ぎっくり腰
- 長引く腰痛
- 膝の痛み
- 外反母趾の痛み・変形

柔道整復師・登録販売者の女性スタッフも在籍!

～「夏疲れ」溜まっていませんか?～
日中と朝晩の温度差で乱れた自律神経を「FROG治療院」で整えよう!

1 オーダーメイド施術
2 持続的ケアプログラム
3 本格的な回復のために

東洋医学の理論と科学的に実証された最新の手技や運動法を取り入れたオーダーメイドの施術。

痛みなど不調が起きない身体作りのための自宅ケアや運動習慣をつけるプログラムもご用意。

回復後のセルフケア・トレーニングの提案から栄養や生活アドバイスまでサポート。

柔道整復師、鍼灸師 院長：齋藤 勝

ベーシックボディケアコース
40分 4,000円 60分 7,200円
90分 10,800円 120分 14,400円
左上のクーポン利用で **60分 7,200円** → **2,800円**
初回限定 **5名様限定**

漢方オイルの経絡リンパトリートメント
生薬をお客様一人ひとりの体質やその日の体調に合わせて調合。セサミオイルに混ぜて手技にて施術していきます。
60分 **7,200円**

ご相談はLINEからも受付中!
お気軽にお問い合わせください

FROG治療院
048-485-6680

住所: 朝霞市北原1丁目7-12
エリーテ102号室
営業時間: 9:00~12:00/14:00~20:00
定休日: 火曜日、水曜日
駐車場: あり
(第二池田北原駐車場に2台/36と39)

土日・祝祭日も営業中
施術メニューの詳細はこちら

北朝霞駅より徒歩8分

【当店人気No1】**カウンセリング占い・メソッド整体**
アリフト読者限定特典 **45分**
18,000円 → **10,000円**
※ほか割引との併用不可
※有効期限 2025年10月9日迄

【当店人気No1】**カウンセリング占い・整体**
筋力の解放と運動療法で健康。筋膜整体+運動療法+身体の動かし方+セルフケア+カウンセリング
アリフト読者限定特典 **30分**
お試し **2,980円**
※ほか割引との併用不可
※有効期限 2025年10月9日迄

【当店人気No1】**カウンセリング占い**
心・身体の状態をみるためにまずはヒアリングの上、占い、提言を致します。
アリフト読者限定特典 **10分あたり**
1,500円 → **1,000円**
※ほか割引との併用不可
※有効期限 2025年10月9日迄

新たな**整体**
全国の皆様選ばれてきた安心の実績
どこに行っても治らない身体の不調...
"本気"で治したい方におすすめ
実はその原因は**自分自身にある**かもしれません
カウンセリングで一人ひとりの状況を鑑み、提案いたします

心を整え × 身体を解す整体
ヒーリング・整体・カウンセリング・運動療法を融合したワンストップ施術
心と身体をつなぐ独自の手法

夏バテ 足・腰の痛み よくわからない不調

詳しくはQRコードからHPをご覧ください!

まゆころさろん 10:00~20:00 [不定休] 080-2376-3462 東武東上線 志木駅南口から徒歩1分

あさか相生病院連携の**メディカルフィットネス**
De La Sante ドウラサンテ

医療法人が運営する安心安全なプール付きフィットネス。
年代に関係なく「なんとなく不調」を感じている方こそご相談下さい。

体験予約はこちら

お試し体験 ▶ 1回 **1,100円**

プラン	入会金	月会費			ジムエリア		プールエリア	
		1年会員	6ヶ月会員	3ヶ月会員	スタジオレッスン	ジム利用	プールレッスン	プール利用
ジムエリア+プール	11,000円 メディカル会員	9,750円	11,350円	12,950円	○	○	○	○
ジムエリアのみ	13,200円 ウェルネス会員	8,250円	9,350円	10,450円	○	○	×	×
プールのみ	5,500円	6,600円			×	×	○	○

【メディカル会員】病院を問わず医療機関にて治療やケアを受けている方
【ウェルネス会員】現在、医療機関にかかっていない方

お客様の健康診断の数値が気になり始めた50代男性より
健康診断で「メタボ症候群」と言われ焦りました。普通のジムは若い人ばかりだし、膝や腰も痛いので入りづらい...。でもここは医療法人の運営なので、入会し易く安心感が違いました。またストレッチ専門のマシンなどは負荷が軽く今でも続けられています。

Staff 桜井 徹也
理学療法士・健康運動指導士
あなたの身体の健康をトータルにサポート!

ウェルネスプラザアサカ
医療法人山柳会
メディカルフィットネス & アクアエクササイズ
De La Sante
ドウラサンテ

TEL 048-487-9244
ドウラサンテ/ルポ共通

朝霞市溝沼3丁目2-32
営業時間(定休/水・日・祝)
火・木・土 10:00~17:00
月・金 10:00~19:00
※プール利用時間の詳細はHPに記載
HPはこちら

Instagramはこちら

バイト募集中

今だけ
入会特典実施中!
プール体験チケット5枚プレゼント

他にも多数特典をご用意しております。詳しくはお問い合わせ下さい。

特典有効期限: 2025年10月31日まで

ドウラサンテだからできること

- 1 メディカルチェックに基づいたオーダーメイドの運動プログラムを作成
- 2 理学療法士や健康運動指導士などの身体の専門家による運動指導
- 3 プールを利用した水中運動(水中歩行・アクアエクササイズ等)水の浮力により膝、腰など関節の負荷を大幅に軽減

芸術教室ルポ

より豊かな生活を送るための交流と発見のスペース
~ココロの健康を目指して~

- 絵画教室 毎週土曜 14:00~16:00
- オカリナ教室 毎月第2・第4火曜 9:20~10:50/11:00~12:30
- 書道教室 毎月第1・第3木曜 10:00~11:30
- 陶芸教室 今秋開講予定

Let's Begin!

はじめよう、まなび時間

スクールおけいこ

School special feature starting from Now

新しいことにチャレンジしたい！
そんな方は習いごとをはじめませんか？
地元のスクール情報をご紹介します。

朝霞駅 | 学習室



- 料金.....小学生 6,600円～
中学生 9,900円～
※週1回から
- 入会金.....入塾金22,000円
- 体験.....あり
- 主な年齢層.....小学生～高校生

ARIFT読者特典 有効期限:2025年10月10日
入会金が無料に!

個別学習(小学生コース・中学生コース)の他に、そろばん教室とプログラミング教室もご用意。初めてのお子さんでも大丈夫。楽しみながら学ぼう!

わが子の「わからない」を「わかる」に。
個別指導×自立学習 セルモ朝霞教室

テストの点が伸びない、何から手をつけてよいか分からない—そんなお子さまのための個別学習プログラムです。ひとりひとりに合わせた学習プランで「わかる」を増やし、テストで点数を取れる力を育てます。週1回から通え、無料体験で教室の雰囲気を確認できます。

個別学習のセルモ朝霞教室

TEL048-424-4666
埼玉県朝霞市本町1-7-7本橋ビル301(武蔵野銀行前) / 朝霞駅から徒歩8分 / 受付時間: 平日12:00~22:00、土曜14:00~21:00 / 教室の詳細はQRコードから



体験イベント開催!!

アットホームな英語環境で使える英語力を育てます!

子どものための滞在型英語環境

お迎え ご相談ください。

日本人の先生がいるから安心

FEN English Place

ALL English!
英語の楽しさをお届け!

レベル別クラス編成 1クラス平均5.6名

FEN外語学院 Tel 048-235-1373
English Place校 朝霞市浜崎1-5-26 http://www.fen-englishplace.com

ゲームや創作などで楽しく英語にふれあえます!

ららキッズでは、楽しいイベント盛りだくさん!
クリスマスパーティー、ハロウィンパーティーなど親子で楽しみながら、英語に触れ合い、生きた英語を楽しみながら身につけられます!

10月 ハロウィンパーティー
12月 クリスマスパーティー

ダンスやゲーム、クリスマスツリーのクラフト、先生の出し物など盛りだくさんのイベントです!

アリティ読者限定特典
入会金 22,000円▼
0円に!

まずはお電話またはホームページより無料体験をご予約ください。
有効期限2025年10月10日まで

ゼロから学べる
心理学
Psychology

心理カウンセラー養成講座

資格はあるが実務経験のない方へ。
今すぐ使える臨床実技を学べます。

無料体験講座あり・
詳細はお問合せください

ワンコイン
公開講座

「自分を守る心理学」

2025年10月4日(土)
10:00~11:30

このような思いを抱いている方へ

- ・心が折れない自分になるには
- ・不機嫌な人やわがままな人に振り回されたくない
- ・いつも人目を気にしてしまう

講師 認定心理士 中垣 俊子

参加費 500円 (税込) ▶ ARIFT読者限定 0円

女性心理士養成学院
COLNET

TEL.048-474-3402
志木市本町5-19-21

詳しくは
当校HPへ

COLNET 心理学 検索

東武東上線 志木駅

猛暑でも快適!

天候に左右されない
冷暖房完備のインドアコート

雨風の心配なし! 日焼けしない!

ジュニアクラス 一般クラス

テニス&バドミントン
スクール・ノア
和光成増校
048-451-0603

〒351-0101 埼玉県和光市白子2-25-2
HPIはこちらから

体験料
切り抜きorお問い合わせ時にアリティ見たで
1,100円 ▶ 無料

有効期限:2025年10月10日迄

ジュニア 硬式テニス

初心者の方も大歓迎!

単なるテニス技術だけでなく、お子様が楽しみながら礼儀やマナーも覚えていけるレッスンを目指しています。4歳~中高生まで対象。クラスの決定は、レベル・年齢・(小さなクラスは)体格・経験などを考慮し決定します。

受講料(月額/週1回 月4回)
55分 税込 9,350円 (税別 8,500円)

ジュニア ソフトテニス

初めてテニスをする方でも安心です。スポーツが苦手の方でも、大丈夫!

ソフトテニスの基本フォームを学び、応用編では基本フォームを使い、ラリーやゲームの動きを学びます。初心者の方や、部活動とプラスで通われる方まで、様々な生徒が在籍!小4~高3までが対象です。

受講料(月額/週1回 月4回)
60分 税込 9,350円 (税別 8,500円)

一般経験者(初心者に近い方)対象
バドミントン

ラケット 無料レンタルあり 動きやすい服装で気軽に参加

一般・ジュニア共に気軽にバドミントンを楽しみたい方にオススメです!
ジュニアクラスではジュニア1小学3年生まで、J2小学4年生以上でクラス分けをして行います。

クラス編成
月 13:00~14:00(一般) 17:30~18:25(ジュニア)
火 13:00~14:00(一般) 16:30~17:25(ジュニア)
水 16:30~17:25(ジュニア)
日 18:10~19:05(ジュニア)

受講料(月額/週1回 月4回)
ジュニアクラス 税込 9,350円 (税別 8,500円)
一般クラス 9,350円 (税別 8,500円)

今年こそ憧れの着物でお出かけしませんか

彩きもの学院

32年変わらず2か月全8回

信頼と実績の着付け教室

初心者対象入門コース 2ヶ月 | 90分×8回

教材は彩きもの学院オリジナルを使用

◆ 純粹に着付けを学ぶ事ができる、楽しいコース!

※呉服店傘下の教室ではありません。

きもの・帯・長襦袢はレンタルも可能

◆ 初回は開講説明会なので安心。まずは気軽に参加OK!

ご自宅に眠っている着物での練習も可能

◆ 講師は当学院の元生徒。優しく丁寧にサポートいたします。

受講料

通常12,000円が**無料**

(但し教材費6,900円要)

秋の入門コース開講日

	9月生	10月生
池袋	9/26(金)	10/14(火)
大宮	9/30(火)	10/20(月)
新宿	9/26(金)	10/14(火)
銀座	9/25(木)	10/15(水)
横浜	9/25(木)	10/15(水)
松戸	9/25(木)	10/20(月)
立川	9/26(金)	10/16(木)
宇都宮	9/24(水)	10/20(月)

定員 各5名

応募者には、開講日の一週間位前に受講券を送付いたします。

時間 A～Cの中から選べます

A 10:30～12:00 / B 14:00～15:30

C 19:00～20:30

カリキュラム(1講習90分)

第1週 開講説明会、学院の紹介、着付けの基礎知識

第2週 ゆかたの着方、半幅帯の結び方

第3週 下着のつけ方と補整の作り方、長襦袢の着方・たたみ方

第4週 ふだん着の着方、きもの名称とたたみ方

第5週 手結びの名古屋帯お太鼓

第6週 きもの着方と帯結び、礼法

第7週 フォーマルの着方

第8週 手結びの袋帯二重太鼓

ゆかたの着方と半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、

フォーマルの着方、袋帯の二重太鼓結び(すべて手結びで行います。)

※着物・長襦袢・帯の貸し出し有り(全8回3,500円)



定期的にお出掛け会も開催!

きもの仲間と一緒に楽しめます



お電話にて「アリフト見た」とご予約ください。

彩きもの学院

☎0120-07-3005

受付時間 平日9:00～20:30
土曜9:00～17:30詳しくは 

池袋校

〒171-0014 東京都豊島区池袋2-40-12
西池袋第一生命ビル3F / TEL 03-5951-8651

大宮校

〒330-0802 埼玉県さいたま市大宮区宮町2-65-3
小山第一ビル5F <2F 事務局> / TEL 048-643-7300

新宿校

〒160-0023 東京都新宿区西新宿7-8-12
昇立西新宿ビル3F / TEL 03-5348-0213

銀座校

〒104-0061 東京都中央区銀座5-1-15
第一御幸ビル9F / TEL 03-6280-6654

横浜校

〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1-11-11
NMF横浜西口ビル2F / TEL 045-322-9711

松戸校

〒271-0092 千葉県松戸市松戸1281-29
松戸東洋ビル5F / TEL 047-368-4711

立川校

〒190-0023 東京都立川市柴崎町2-12-24
MK立川南ビル4F / TEL 042-548-9778

宇都宮校

〒320-0026 宇都宮市馬場通り2丁目1-1
メットライフ宇都宮スクエア3F / TEL 028-610-0577

初心者にも安心!

自分に合ったメニューで無理なく健康的な体作りをしましょう!

中高生にはお得な割引も!?

全国23店舗
※2025年6月現在 Googleクチコミ260件以上 全店評価4.9以上
※2025年4月現在

朝霞溝沼店 NEW OPEN!

手ぶらでOK! レンタル全て無料!

ウェア シューズ タオル ドリンク プロテイン



TOKIELが選ばれる理由

- 初心者も安心なパーソナルジム
- 幅広いプログラム
- 完全オーダーメイドメニュー

短期集中プラン SUPREMACY (完全フルサポートプラン)
50分/16回 **220,000円**
完全マンツーマン指導、結婚式や期限が決まっている方など短期で集中したい方にピッタリ!

回数券プラン **4回28,160円**から細かく選べるプラン (1回40分)
まずは気軽にトレーニングに触れてみたい方にピッタリ!

通い放題プラン **全日9:00~22:00通い放題**
パーソナルトレーニング30分/日 月額 **52,800円**
週2回以上通える方はフリータイムがおすすめ

平日9:00~18:00通い放題
パーソナルトレーニング30分/日 月額 **41,800円**
週2回以上決まった時間に通える方はデイトムがおすすめ

完全予約制・完全会員制 パーソナルトレーニングジム
トキエル
TOKIEL朝霞溝沼店
朝霞市溝沼5-17-12 営業時間:9:00~22:00 (不定休)
090-2310-9230

東武東上線「朝霞駅」徒歩16分
東武東上線「朝霞台駅」徒歩16分
朝霞台駅南口よりバスで4分
(朝霞駅東口行→溝沼火の見下停留所)

駐車場有り

詳しくはこちら

LINEで簡単! 体験予約はこちら

「ARIFTを見た」と予約で

初月のみ全てのプランが 翌月からは

入会金 通常22,000円 **0円** + **30% OFF** + **20% OFF**
体験料 通常5,500円

【体験内容: カウンセリング+ストレッチ+トレーニング (所要時間90分)】
※TOKIEL朝霞溝沼店で利用可 ※期限:2025年10月9日まで

埼玉で見つけた

からだ想いのパン屋さんめぐり

数量限定! 天然酵母で焼き上げた、お値打ち価格のもっちりライ麦パン

ライ麦フルーツ 390円
天然酵母、小麦粉、ライ麦、塩でこねたパン生地に、レーズン、オレンジピール、クランベリーを混ぜたもちもちパン。商品はすべてお手頃価格で、砂糖と塩の割合を少なめに配合し、柔らかさや風味を大切にしているそう。予約OK。

天然酵母MOKO
Tel.048-269-4337 / 川口市柳崎4-28-23 / 10:00~18:00
※売り切れ次第閉店 / 日木定休

「大切な人に、やさしいものを」
シンプルな材料でつくる米粉食パン

米粉食パン 1,200円
国産米粉に甜菜糖、太白胡麻油、沖縄の海洋深層水の天然塩を合わせた体に優しいパン。酒種酵母と白神こだま酵母を使用して、甘味のあるしっとりした仕上がりに。愛情たっぷり、おいしさや満足感を追求する米粉のパン屋。

はなひよ工房
連絡先は公式LINE (https://line.me/R/ti/p/@211iyps2?oat_content=url) / さいたま市浦和区北浦和3-13-12 / 11:00~16:00 ※営業は土のみ / 火水木日祝定休

レーズンとクルミ、はちみつ風味のクリームチーズのパン

レーズンクリームチーズ 260円
上品な甘さと爽やかな酸味のあるゴールデンレーズンとクルミを生地に練り込み、ハチミツ風味のクリームチーズを包みました。カルピスバター、国産小麦、天然酵母を使用し、マーガリン・ショートニングは使わないのがこだわり。

ばん日和
Tel.048-708-2488 / さいたま市南区曲本1-6-10 / 11:00~15:30 / 日木曜定休

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。

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
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。

▶北朝霞駅より徒歩9分/朝霞台駅より徒歩9分

一般診療から猫伝染性腹膜炎(FIP)治療まで
ネット・ホームページから診療予約受付中!



犬や猫の他エキゾチックアニマル(ウサギ, モルモット, フェレット, チンチラ, デグー, ハムスター, モモンガ, ハリネズミ, フェネック等)も診察しています。獣医師、動物看護師も募集中。

くさか動物病院

TEL 048-203-6168
朝霞市北原2-12-22/9:00~12:00
16:00~18:30 日・祝午前診療のみ
火曜定休

HPは
こちら



▶和光市駅南口より徒歩3分

冷涼な和菓子で清々しく
葛桜・水まんじゅうが期間限定で販売中!

出前館は
こちらから



塩漬にした桜の葉で、くずまんじゅうをくるんだ夏の菓子「葛桜」は、とろけるような柔らかさと甘すぎないあんこが絶妙です。また、見た目も口当たりも、蒸し暑い夏を涼しく感じさせてくれる涼菓の「水まんじゅう」は、ほんのり甘さをたたえたあんこ、口当たりのよい冷たくつるとした生地がさっぱり味わえる逸品。創業31周年!素材と品質にこだわり、手作りしています。出前館・Uber Eatsからも注文受付中!

- だんごの美好お薦めの逸品
- ◆葛桜 1個140円
 - ◆水まんじゅう 1個140円
 - ◆水ようかん 1本500円、半分270円

- ◆だんご
みたらし・焼き 1本90円
磯部・ずんだ・あま・ごま・つぶあん 1本100円
その他惣菜あり

だんごの美好

TEL 048-468-1747
和光市丸山台1-11-8
7:00~19:00/月・火曜日定休

味噌らーめん 専門店 門左衛門

全国各地に伝承される蔵出し味噌を使った本格味噌らーめん専門店。栄養豊富な味噌を使ったらーめんを一人でも多くの方に召し上がって頂きたいという思いを込めて一杯一杯作っています。大切な人と食べに来ませんか?

当店一番人気!

ARIFT読者限定
9/9(火)~9/26(金)

炙りチャーシュー
1枚サービス

※他券との併用不可
※1回のお食事につきお一人様1枚まで

ARIFT読者限定
9/27(土)~10/6(月)

好きなトッピング
1品サービス

※一部トッピングを除く
※1回のお食事につきお一人様1枚まで

ARIFT読者限定
9/9(火)~10/6(月)

小ライス付き!
餃子3個セットまたは
からあげ2個セットサービス

※他券との併用不可
※1回のお食事につきお一人様1枚まで

おしながき

- ◆北海道味噌らーめん 913円(税込)
- ◆北海道味噌肉ネギらーめん 1,111円(税込)
- ◆北海道味噌辛味噌らーめん 1,023円(税込)

新座店

西浦和店

朝霞台店

富士見店

各店の情報は
ホームページを
ご覧ください▶

黒毛和牛カルビ

780円(税込858円)

最高等級 A4・A5

肉屋直営! 厳選黒毛和牛を 驚きのお値打ち価格で!

お肉も野菜もお米も
こだわりの国産品を使用。
落ち着いた店内で心ゆくまで
お食事をお楽しみください。

すべてのランチについている

スープ

ランチ
スープ

ライス

国産 特A
コシヒカリ

カレー

黒毛和牛
自家製カレー

おかわり自由 お得ランチメニュー

価格 980円~(税込1,078円)

※志木南口店はドリンク付き1,180円(税込1,298円)

営業時間 11:30~22:30 (平日15:00~17:00クローズ)

幸町店 048-474-3182
志木市幸町1-17-23

北朝霞店 048-474-3982
朝霞市西原1-5-6

志木南口店 048-474-9682
新座市東北2-37-17-2F

ディナー限定

1,000円引

1組様10,000円(税抜)以上の店内ご飲食でご利用頂けます。他の割引券、ハガキ、金券、LINEとの併用、サンアイデーはご利用できません。

有効期限 2025年10月6日

ランチ限定

200円引

1組様2,000円(税抜)以上の店内ご飲食でご利用頂けます。他の割引券、ハガキ、金券、LINEとの併用、サンアイデーはご利用できません。

有効期限 2025年10月6日

お肉屋さんが『君に、焼いて揚げる。』

卸直営だから実現できた、
圧倒的な肉質と価格をご覧ください

5,500円コース
焼肉と名物カツサンドの欲張りコース!

8,000円コース
贅沢に食べたい方はこちらのコース!

平日限定 **3,500円コース**
お手軽に食べたい方は
こちらのコース!

※+1,500円で2時間飲み放題もつけられます!
※+2,000円で10名様までご利用いただける個室をご用意
しております!

要予約 10/16 ジャズ演奏会開催 特別コースのご用意がございます。

お肉屋さんが『君に、焼いて揚げる。』

048-465-8411 朝霞市溝沼 2-1-45 年中無休 店内禁煙

東武東上線朝霞駅南口より徒歩約13分 ※駐車場がございます

【月～金】
11:00～15:00
(料理L.O./14:15、
ドリンクL.O./14:15)
17:30～21:30
(料理L.O./21:00、
ドリンクL.O./21:00)

【土、日、祝日】
11:00～21:30
(料理L.O./21:00、
ドリンクL.O./21:00)

Instagram
ご予約はこちらからも

パート募集中
社割あり。食肉をお安く買えます!
詳しくは店舗までご連絡ください

Coupon
100円引き
※他の割引券・クーポンとの併用不可
※イベント時併用不可
※精肉・テイクアウトは使用不可
有効期限:2025年10月9日まで

日月堂 NICHI-GETSU-DO

味噌ラーメン専門店

朝霞店
昼/11:00～15:00 (L.O.14:45)
夜/17:00～23:00 (L.O.22:30)
年中無休
埼玉県朝霞市仲町2-3-3
TEL 048-487-7375

期間限定商品
背脂スタミナ味噌ラーメン
1100円(税込)

感謝祭クーポン券
味噌ラーメン 500円
通常価格 890円

特味味噌ラーメン
通常価格 1190円 ⇒ **1000円**

特味味噌ラーメン
通常価格 1190円 ⇒ **1000円**

味噌ラーメン
通常価格 890円 ⇒ **500円**

オススメ
特味味噌ラーメン

◆朝霞店のみご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンサービスとの併用不可◆電子版のご利用はいただけません
◆金券機の専用ボタンをご利用ください◆有効期限 2025年10/5(日)まで

美容室 TBK

受付時間 AM9:00～PM5:30 予約不要
パーマ・カラーの受付はPM5:00まで/縮毛矯正PM4:00まで
状況により時間前に受付を終了する場合がございます。
定休日 日曜 月曜
TEL.048-474-1177

志木市本町5-24-3 2F

ツヤ感あふれる
若見え秋カラー

ロング料金なし 女性スタッフのみ

オーガニック薬剤推奨サロン
植物由来のオーガニック薬剤を豊富に取り揃えております。髪へのダメージを最小限に抑え、皆様のキレイをサポートいたします。

白髪根元染め (ブロー・スタイリング付)
全体染め+¥500
通常価格 ¥4,000 ↓
税抜 ¥2,546
税込 ¥2,800 (メンズ¥3,300)
マニキュア +¥1,000 オーガニック +¥300
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

カット+白髪染め
お徳セット
通常のトリートメント(シャンプー・ブロー)
全体染め+¥500
通常価格 ¥12,000 ↓
税抜 ¥5,910
税込 ¥6,500 (メンズ¥7,300)
マニキュア +¥1,000 オーガニック +¥300
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

カット+アロマヘッドスパ
通常のトリートメント(シャンプー・ブロー)
通常価格 ¥6,500 より
¥1,000お徳!!
通常価格 ¥12,500 ↓
税抜 ¥5,000
税込 ¥5,500 (メンズ¥5,800)
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

髪質改善トリートメント

ハホニコ (シャンプー) 通常価格 税抜 ¥4,500 ⇒ ¥1,819
N.ケラリアフィン (シャンプー) 通常価格 税抜 ¥2,000

カラーゲン・セラミド・ケラチンで髪を補修し広がり改善
カラーの発色と色もちアップ乾かすだけでツヤが出ます

ハホニコ 又は N.ケラリアフィン 通常価格 税抜 ¥4,500 ⇒ ¥1,819
通常料金 他メニュー利用で 税込 ¥2,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

カット (ブロー付) シャンプー+¥500
通常価格 ¥3,500 ↓
税抜 ¥2,273
税込 ¥2,500 (メンズ¥2,800)
学割 高校生以下¥2,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

シルクパーマ (カット・シャンプー・ブロー付) 酵素ケア付
通常価格 ¥7,500 ↓
税抜 ¥5,910
税込 ¥6,500 (メンズ¥7,000)
大豆レシチン配合
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

プチ矯正 (カット・シャンプー・ブロー付) 酵素ケア付
通常価格 ¥8,000 ↓
税抜 ¥7,091
税込 ¥7,800 (メンズ¥8,500)
前髪・フロントの矯正
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

縮毛矯正 (カット・シャンプー・ブロー付) 酵素ケア付
通常価格 ¥12,000 ↓
税抜 ¥9,819
税込 ¥10,800 (メンズ¥12,000)
学割 高校生以下¥8,800
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

ファッションカラー (ブロー付) 全体染め+¥1,000
通常価格 ¥5,000 ↓
税抜 ¥3,637
税込 ¥4,000 (メンズ¥4,500)
オーガニック+¥300 メッシュ(付)+¥500
[TBK志木] 受付・精算時提示・R7.10/31迄

食が美味しい「秋」が来る前に!

胃もたれ・便秘でお悩みの方へ!
胃や腸の位置を整えることで防ぎ、解消。

姿勢から見直そう講座

参加無料

9/27(土) 14:00～15:30
会場:根岸台市民センター「岡三丁目」バス停より徒歩3分

9/29(月) 10:00～11:30
会場:仲町市民センター 東武東上線・朝霞駅から徒歩5分

講師:やすこうち 安河内 明美先生
徒手療法師
私は銀行員・ヤクルトレディーを経て、今は訪問介護をやりながら姿勢の専門家として活動しています。解剖実習、国際セミナー終了

講座内容
①胃もたれや便秘の原因は「姿勢」?!
②背骨の歪みが体の不調に影響している
③ポイントは「骨の位置」

お申し込み
QRコードまたはお電話にてお申し込みください

TEL.070-2151-8827(安河内)
TEL.048-400-2690(店舗)

姿勢の調整は姿勢調整師®が専門です。[姿勢調整師]厚生労働大臣認可JFCP内 全国姿勢調整師会認定資格

姿勢専門 KCSセンター 朝霞駅前
048-400-2690
朝霞市本町2-4-26 サジェス21-3F
■開院時間 火曜/9:30～19:00
水曜/14:00～21:00
金曜/9:30～21:00
土曜/15:00～21:00

お店のHPはこちら

セブンイレブン・スターバックス・コーヒエ・すき家

巻き爪ケア ドイツB/S式

完全予約制

切らずに貼るだけの巻き爪ケア (B/S式) の4つの特徴

- ① ほとんど痛みなく改善します。
- ② 爪や周囲の皮ふを傷付けません。(手術不要)
- ③ 日常生活に支障がありません。
- ④ 半透明に仕上がる為目立ちません。(ネイルカラーOK)

お気軽にご相談ください!
院長 吉田 剛太

こんな爪も ほとんど痛みなく改善
料金 1本あたり 5,500~7,700円

出張フットケア 始めました!

よしだ接骨院
TEL.048-458-6366
朝霞市西弁財2-3-23-1F

平日 9:00~12:30
15:00~20:00
土曜 9:00~13:00
定休 日曜・祝日

当院のホームページはこちらから!

おかげ様で創業20年 キッズリユース専門のパイオニア店
当店の商品は徹底的な検品とメンテナンスで安心安全です

秋の買取20%UPキャンペーン

9/6~10/5まで

こんな方は是非お売り下さい

- ・フリマアプリで売るのは面倒・苦手
- ・愛着ある品を大切に扱ってほしい

強買化取品

- チャイルドシート (ISOFIX対応)
- ジュニアシート
- ベビーカー ●歩行器
- 電動ハイ&ローチェア
- ゲート ●三輪車
- ストライダー ●ハイチェア

おもちゃ

- プラレール
- トミカ (ミニカー)
- レゴブロック
- リカちゃん
- メルちゃん
- シルバニアファミリー

秋冬物 ベビー~130cmまで

- ノースフェイス
- コロンビア
- パタゴニア
- ファミリア
- ミキハウス

買取査定額 キャンペーンからさらに10%UP
30%UP
2025年10月5日迄有効

店内商品 全品 **10%OFF**
2025年10月31日迄有効

ARIFT 読者特典

きつず★えんじえる 朝霞店
営業 10:00~17:30 / 毎週月・火定休
朝霞市本町1-32-8/P4台あり
048-466-3537
インスタグラム

朝霞の漢方薬局!

こんなお悩みご相談ください

筋肉と脂肪のバランスを専門機械で測定します。

- 40代以降の不妊 ●生理不順
- 不登校 ●更年期のトラブル ●痔
- 膝関節痛 ●逆流性食道炎
- 蓄膿 ●アトピー ●便秘
- 不眠症 ●心身症

漢方効果で生まれたお子さんです!!
店内に生まれたお子さんたちの写真を掲載しています。

※店長夫妻とお客様のお子様の写真です

46歳の方が無事に出産されました
たくさんの喜びの声を掲載中!

昭和薬局 朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106
定休日:木・日・祝
TEL.048-473-7830
営業時間 9:00~19:00

特典 相談後ご購入の方 ※3,000円以上お買い上げて
バッグインバッグをプレゼント
昭和薬局 有効期限:2025年9月30日迄

家具は村内八王子 年に1度の大バーゲン!

吉例第48回 チャリティバーゲンSALE

超お買得品をたっぷりご用意致しました!

9月13日(土) ▶▶ 23日(火)

9/13(土)は あさ10時オープン!

12大特典

お得な特典をご用意
特典の詳細はスタッフにお尋ねください。

村内は社会福祉事業のお役にたちたいと願って48年。
これまで 総額 **2億5,600万円** の寄付ができました。

詳しくはこちら ▶

村内ファニチャーアクセス 八王子本店
042-691-1211 / 10:30~18:30

食品ロス削減ショップ エコイト新座店

2周年 セール開催!!

9月13日(土)~16日(火)

元々お買い得品ばかりの店内商品をさらに お安くご提供しちゃいます!
目玉商品は売り切れの可能性あり! お早めにどうぞ!

次回使える **10%OFFクーポン** + **ポイント5倍**
※右側のクーポンは期間中ご利用いただけません。

ひと、モノショップ。
TEL 048-482-0021
新座市堀内3-7-31 営業時間 10:00~17:00 年中無休(年末年始のみお休み)

介護用品・中古福祉用具販売

ケアプラザ 彩ふく

中古の車椅子・シルバーカー・介護ベッド等々 介護福祉用品を幅広く取り扱っています

ARIFT 読者限定 税別500円以上のお買い上げで **全品10%OFF**
※他の割引クーポンとの併用不可 ※一部対象外商品あり
※セール期間中不可 有効期限:2025年10月10日(金)

ARIFT 読者限定 税別500円以上のお買い上げで **全品10%OFF**
※他の割引クーポンとの併用不可 ※一部対象外商品あり
※セール期間中不可 有効期限:2025年10月10日(金)

バス停から徒歩約6分

新座市立第六中学校

新座市児童センター前

朝霞台

水道道路

交番

朝霞台

新座市児童センター前

堀天

静風荘病院

福祉センター入口

関越自動車道

20歳以上65歳未満の方が原則として対象となる公的年金です

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

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

代表: 桑川公之(くめかわこうじ) 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)
電話受付 月曜~土曜10:00~18:00 (水・土は10:00~14:00) 面談は平日夜 土日可
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)

初回 相談無料 着手金 0円 代行費用 後払い

20歳以上65歳未満の方が原則として対象となる公的年金です

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

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

代表: 桑川公之(くめかわこうじ) 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)
電話受付 月曜~土曜10:00~18:00 (水・土は10:00~14:00) 面談は平日夜 土日可
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)

初回 相談無料 着手金 0円 代行費用 後払い

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 9.14 SUN

今年で開催10周年! 「大江戸新座まつり」



新座市の風物詩である「新座阿波踊り」をはじめ、ステージイベントや各種パフォーマンス、屋台村など、大人から子どもまで市民が中心となって盛り上げるお祭り。



[時]11:00~18:30
[会]ふるさと新座館(新座市野火止6-1-48)周辺
[交]JR新座駅より徒歩10分
[問]大江戸新座祭り実行委員会 事務局 048-478-5555

8/1 OPEN 手作りにとことんこだわったビーフカレー専門店



吉野家の「牛丼」に使用する牛肉と玉ねぎを使った「ビーフ」「スパイシービーフ」「バタービーフ」の3種類のルーを展開。ビーフカレーには12種類のトッピングカレーあり。カレーを注文すると副菜2種類がサービスのとのこと。



しあわせのビーフカレー もう〜とりこエキア志木店

TEL 048-424-4029

新座市東北2-38-10 EQUIA志木 2階
東武東上線志木駅直結/11:00~23:00(LO22:30)/定休日無し ※変更の可能性あり



朝霞市・志木市・新座市・和光市にお住まいの方へ

地元密着!張替ならお任せください!

ふすま・障子・網戸・畳の張替専門店&リフォーム

安心の仕上がり
完全後払い

業界店舗数
No.1
※ビジネスチャンス
FC加盟店ランキング
2015調べ

アrift読者
限定特典
ご依頼ご料金から
5%割引!

こんな方はまずはお電話を!

- ふすまがもうかなり古くて、シミもあるから気になる...
- 障子がやぶれているけど、そのままにしちゃっている...
- どこに頼んだらいいかわからなくて~まずは相談したい

自宅に
こんなふすま
ありませんか?

before

穴の開いた
ふすまが...

after

直った!

こんな状態の
障子は
ありませんか?

before

破れてしまった
障子が...

after

ピカピカに!

朝霞根岸台店
☎ 0120-586-817

営業時間 9:00~18:00 土曜・日曜・祝日も受付
朝霞市根岸台3-13-19 姉妹店の戸田店もございます。

大サイズ
[縦約180cm・横約90cm]

1枚 **1,500円**~
税込 1,650円

タイヤセール
特價 3割引

え?!このお店、
タイヤの値段、高!
でも安全のために
必要だよな。

うちの車のタイヤも
交換してないから
買い替えないと
不安だわ...

次のニュースです/
スリップ
事故多発!

ちよつと待つで!
タイヤはネットで
安く買えるんですよ!

古い
タイヤは
どうしたら
いいの?

自分じゃ
タイヤの
交換は
できないし

でも...

プリジストン・ヨコハマ・ダンロップ
タイヤが8割引

へー、ネットでも
量販店と
同じ新品タイヤが
こんなに安く
買えるのね!

お届け先を
タイヤマルシェに
していただければ
当店で取付け、
廃タイヤ処分も
致します。

心配ご無用!

それなら安心だわ。
タイヤはネットで
安く買って、
タイヤマルシェで
交換で
決まりだね。

※タイヤの店頭販売もしております

**超
お得
格安で
タイヤ
交換
ができる技!**

~タイヤはネットで
安く買って
お店で交換の巻~

Tire MARCHE
タイヤマルシェ

持込タイヤ
交換専門店 **タイヤマルシェ**
「アrift見た!」と
お伝えください! TEL048-229-8695

詳細はこちら▼

戸田市新管南3-7-11
◆営業時間/9:00~18:00
◆定休日/日・祝、第1・3木曜

検索

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。

勤務地 | 南浦和駅より徒歩3分

お客様フォロースタッフ

時給1,300円～

事業拡大に伴い、スタッフ募集！
営業経験のある方大歓迎！未経験でも可

内容 アリフトにご掲載いただいている広告主様のフォローをお願いします。原稿提案や制作、掲載後の反響分析等を通して、地域の中小企業や個人事業主のビジネスを成功に導くお仕事です。

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4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

勤務 ㈱中広メディアソリューションズ埼玉オフィス

さいたま市南区南浦和2-39-16 第5大雄ビル3F

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。



こんな方、ぜひ一緒に働きませんか？
・人と話すのが好き、人の役に立ちたい
・メディアづくりに興味がある
・地域貢献できる仕事が好き
・営業経験や知識を活かしたい

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

週休3日制・年間休日156日

2025年4月より、株式会社バッファロー(東証スタンダード上場)では全社員を対象に「完全週休3日制」を導入しました。オンもオフも大切に、働く方のワークライフバランスを私たちは一番に考えています。

【募集職種】

接客販売スタッフ・ピットスタッフ

【基本給】

・専門卒 月給217,200円

・大卒 月給231,200円

試用期間3ヶ月も同条件・

残業代別途全額支給

【勤務時間】

9:30～20:50(実働10時間)

1ヶ月単位の変形労働時間制(1週40時間)

【勤務地】

本人の希望、通勤時間を考慮して決定

【諸手当】

交通費全額支給(社内規定あり)、

家族手当、資格手当、残業手当

【昇給・賞与】

昇給:年1回(4月)・賞与:年2回(計3ヶ月)

※業績により決算賞与あり

正社員
募集中です！



その他、充実の福利厚生や教育・研修制度について詳しくは
エントリーもこちらから▶▶▶

株式会社バッファロー

☎048-227-8860(人事課)



スーパーオートバックスTODA
戸田市笹目6-23-2



オートバックス254朝霞店
朝霞市藤折町2-13-55



オートバックス練馬店
練馬区高松6-35-1

事前見学受付中！
無資格・
未経験OK



職場の魅力は何ですか？

子どもの未来を支える朝霞市社会福祉協議会の魅力をご紹介します

Interviewer 01

資格を持ってなかった！でも子どもと触れ合う
仕事をしたかった！そんな私にはぴったりでした！

私は子供が大好きで、子供に関わる仕事をしたいとずっと思っていました。ただ保育資格を持っていなかったため、あまり良い職場を見つけれませんでした。その中で放課後児童クラブの募集を見つけて、無資格でも、経験がなくても大丈夫とのことだったので、応募しました。子供に関わる仕事に就けて、良かったです。

Interviewer 02

働きやすい勤務日数で
柔軟に対応！

子供がまだ小さいため、週5日で働くことが難しかったのですが、勤務日数を柔軟に調整してもらえ、週3日で働くことができ、とても感謝しています。

魅力ポイント!!

週3日～
勤務OK

安心安定の社会福祉協議会で
一緒に働いてくれる方
大募集！

放課後児童クラブ

●指導補助スタッフ(臨時職員)

給与 時給1,140円～

※保育士・幼稚園教諭の資格を

お持ちの方は 時給1,160円～

時間 シフト制※日曜日、祝日、年末年始休暇

平日12:00～19:00 ※週3日～OK

(学校休業日は8:00～19:00)1日5h～OK

※シフトにより土曜出勤あり

待遇 社保完、規定の範囲により

交通費・ボーナス支給・有給有り

資格 無資格・未経験OK(ただし保育士、

幼稚園教諭等あればなお可)

勤務地 朝霞市内全10施設

(第一小学校～第十小学校)の

いずれか【敷地内禁煙】

充実の福利厚生！
ボーナス支給あり！

急募

児童館指導補助
スタッフ大募集!(臨時職員)

児童館

児童館で子供たちの見守り、子供たちと一緒に遊んだり、絵本の読み聞かせをしたり、イベントの企画実施準備などをお願いします。

給与 時給1,140円～

※保育士・幼稚園教諭の資格を

お持ちの方は 時給1,160円～

時間 9:15～17:45

ほんちよう児童館のみ11:45～20:15

までの勤務もあり、週3日～勤務OK



休日 休館日及びそれ以外の4週につき

4日※休館日はそれぞれの館で

異なります。祝日、年末年始

待遇 社保完、規定の範囲により

交通費・ボーナス支給・有給有り

資格 無資格・未経験OK

(ただし保育士、教諭等あればなお可)

勤務地 朝霞市児童館(市内6児童館の

いずれかに配属されます)



社会福祉法人
朝霞市社会福祉協議会

施設の情報は
こちら!



TEL048-486-2487

児童福祉係(平日8:30～17:15) 朝霞市大字浜崎51-1

スタッフ大募集! **事前見学OK**♪ 職場の雰囲気を見た上での応募も大歓迎です。
病院母体だから安心して**長く働ける環境**です

訪問介護 **パート**

管理栄養士 **正職員**

訪問介護

内容 ご利用者様のご自宅に訪問し、日常生活のお手伝いや身体介護をお願いします。未経験者の方でも同行指導行いますのでご安心ください!

給与 生活介助：時給 **1,200円**~
 身体介助：時給 **1,600円**~

時間 8:30~16:00の間で
1日3時間~、**週2日**~勤務OK!
勤務日数応相談

資格 旧ヘルパー2級以上 ★ブランクのある方もOK!
 ★子育て中の方も多数活躍中

待遇 処遇改善金 支給あり

無資格・未経験の方も大歓迎!

管理栄養士

内容 入所様とデイ利用者様の栄養管理業務全般

給与 月給 **26万円**~ ※一律手当含む

時間 8:30~17:30
 4週8休制(シフト制)
年間休日107日+有休

資格 管理栄養士資格を有する方

待遇 昇給年1回、賞与年2回、交通費支給(月3万円まで)、
 社会保険完備、制服貸与、資格取得制度あり、
 退職金制度(勤続5年以上)

身体を動かすことが好きな方、大歓迎!
介護職員も同時募集
 (委細面談)

介護老人保健施設 ケアライフ朝霞

TEL.048-467-1711

朝霞市溝沼2-4-10 **施設内禁煙**

朝霞駅より 徒歩12分 | 車・バイクでの 通勤OK

詳細はこちら



現役ドライバーに聞く \新富運輸ドライバーのお仕事/ **「社員思いの会社」と** 言われる理由は?!

Q 前職は何をされてましたか?

A 前職もトラックドライバーでした。管理職だったので収入で悩んでいた時にここに勤めていた知人からお話をもらったのがキッカケです。

Q 前職と比べて収入は変わりましたか?

A はっきり言ってとても良くなりました。給料の額が明らかに違うのが分かります!

Q 基本夜行便がないと聞きましたが本当ですか?

A はい! 配送先の99%が首都圏なので夜行便はありません。たまに遅くまでの配送になっても無理のないスケジュールに調整してもらえます。またパレット積みパレット下ろしがメインなので体の負担も少ないです。

Q この会社の良いところは何ですか?

A まず給料が良いところと(笑)大型・中型免許の取得支援をしてもらえます。そして隔週土曜日と日曜祝日がお休みというのも嬉しいですね。また頑張った分はしっかりお給料で評価してもらえるのもモチベーションにつながっています!



新富運輸 スポット ドライバー募集!!

正社員

給与 月給 **25万~50万円**

内容 各企業様より依頼を受けた配送を担当するドライバー業務です。

勤務時間 5:00~14:00
 7:00~15:00
 8:00~18:00
 ※実働8~10時間(休憩・残業含む)

休日 日曜日・祝日・隔週土曜日

待遇 社会保険完備・交通費支給・制服貸与・車通勤可・閑散期/繁忙期手当(R6年実績5回支給)・資格取得支援制度(大型・中型免許取得費用全額会社負担)・社員寮完備

資格 準中型免許以上をお持ちの方
 ※入社後に中型・大型免許取得可能(費用当社負担)

勤務地 新座ロジセンター・川越車庫・練馬本社
 ※希望の勤務地考慮します

新富運輸株式会社

新座市馬場4-13-5
新座ロジセンター ☎048-487-8106

本社:東京都練馬区西大泉5-23-7



お申込みは
 お電話が当社求人サイト
 又はメールでもOK!

office@shintomi-unyu.com/

求人サイト



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!!

リフォームの専門店 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

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



リフォームするならば今がチャンスです!!

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! **2.60%**

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。

お見積り・ご相談は無料、ご安心ください。お電話ください!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 65%OFF メーカー希望価格 632,000円 221,200円	LIXIL BW1216 65%OFF メーカー希望価格 612,000円 214,200円	LIXIL リデア1616 67%OFF メーカー希望価格 968,000円 319,440円
LIXIL リノビオV1216 67%OFF メーカー希望価格 999,000円 329,670円	TOTO ササナWB1216 67%OFF メーカー希望価格 794,000円 262,020円	TOTO リモデル WY1418 ぽつからり床 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 W1950 標準プラン 70%OFF メーカー希望価格 693,500円 178,050円	クリナップ ラクエラW1800 65%OFF メーカー希望価格 511,400円 178,990円	Panasonic Vスタイル W2250 70%OFF メーカー希望価格 812,900円 243,870円
LIXIL ノックW2100 65%OFF メーカー希望価格 685,000円 309,750円	TOTO ミッチ W2550 60%OFF メーカー希望価格 762,500円 305,000円	LIXIL リシエルW2550 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 56%OFF メーカー希望価格 121,500円 53,460円	LIXIL Jフィット 45%OFF メーカー希望価格 297,500円 163,625円
クレヴィ 55%OFF メーカー希望価格 607,000円 273,150円	LIXIL ルミス W1230 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 **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しながら	お客様の予定さえあれば即日対応!土日もOK!夕方18時以降もOK!



いつもエービーシーホームをご利用頂き誠にありがとうございます。当社は自社の職人が中心で施工、アフターをしていますので、確かに価格も協力をできます。しかし、それ以上に他社の下職にまかせるのと違い、職人にも徹底した指導・管理・スピードアフターなど、妥協しない素晴らしい満足度を実現する事が出来ます。皆様により安く・大きな安心をモットーに大工、電気、内装、設備、塗装の職人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卒エービーシーホームをよろしくお願いたします。



リフォームから家具照明、カーテンまでトータルコーディネート
一級建築士と専属コーディネーターにお任せください!!

増改築 坪29.7万円~ ●和室をLDKに!
総額 **152万円**
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

リフォームで二世帯住宅 なんでも相談にのります!

埼玉県・東京都・神奈川県・千葉県・茨城県・長野県・群馬県 営業中です
不動産・中古マンション購入時にも対応可!!
空き家のリフォームならさらに安くなります。 **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~

近所へ挨拶
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

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・ジョイント・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~**

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~

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) **1,980円~** 工事費込み

金属屋根(フラットタイプ) (1㎡あたり) **5,775円~** 工事費込み

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
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!
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

東京墨田店
川口店 ショールーム
車でお越しの方は、お店のすぐらに駐車場がございます。
※他に15台Pあり
武蔵野銀行 駅前通り
GOLD ON
東武ストア(西川口店)
西川口駅
エービーシーホーム ショールーム 徒歩5分
川口市並木2-9-22 19時閉店(水曜定休日)
TEL.048-250-6866 FAX.048-250-6867

通い放題

インドアゴルフスクール

¥6,980~
(税込¥7,678~)

初心者歓迎

手ぶらOK

スイング解析機

弾道測定器



24H
OPEN

※別途初期費用がかかります。

読者限定特典

ステップゴルフプラス朝霞店の
Instagramアカウント
(@stepgolf_asaka0)を
フォローして
入会いただくと...



- ① 初期費用11,000円OFF
- ② 月会費最大2ヶ月無料
- ③ グローブプレゼント

1度のチェックでスコアが変わる! **無料体験受付中!**

ステップゴルフ PLUS 朝霞店
048-423-2119



〒351-0006 埼玉県朝霞市仲町2-2-44 パールウィング8F <受付時間>平日 14:00~22:00 土日祝 9:00~19:00 <コース定休日>火・水曜日

金・ジュエリー・ブランド品 気軽に!高く!売りませんか?

査定だけでも
食器用洗剤
プレゼント

受付時に本広告をご提示いただいた場合のみ有効。一部対象外商品あり。

買取査定金額アップクーポン!

2025年10月末まで
本広告を査定時にご提示ください

金買取 少なくとも大歓迎!!

査定金額 **20%増額**

ブランドバッグ・小物 使い古しのボロでもOK!

査定金額 **20%増額**

宝石・ジュエリー 小さなものも想像以上の金額に!

査定金額 **20%増額**

未使用テレホンカード テレカの買取は最後のチャンス!?

50度**300円**買取
105度**600円**買取

お片付けで見つけた使わないものが驚きの買取価格に!他にも高価買取商品が多数ございます

ロレックス腕時計
壊れていても点検してなくても

査定金額 **2万円増額**

ブランドコスメ
未開封はもちろん
使いかけでもOK

高価買取

高級洋酒
飲まないままの
ウイスキー・ワイン
・ブランデー等

高価買取

出張買取 宅配買取
受付中!
もちろん査定は
無料です!

ジュエリー・ブランド買取専門店 **ジュエルカフェ** 🔍検索
ジュエルカフェ | マルエツ朝霞店
しまむらさんとめがね屋さん近く

朝霞市本町1-12-10 マルエツ朝霞店2F

TEL **048-450-3040**

古物商番号/東京都公安委員会許可 第302210708825号
(免許証・保険証・マイナンバーカードなど「ご本人確認書類」を必ずお持ちください!)

詳しくはこちら



業界
最大級の
300店舗

独自の
商品ルートで
高価買取
を実現

ショッピング
センターの
中で安心