

ARIFT

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

2026

1

1/23

毎月一回発行
TAKE FREE

編集・発行:
(株)中広メディアソリューションズ
掲載希望や配布のお問い合わせ
TEL045-514-1416(10:00~17:00)



service

使うほど愛着が深まる。
日本の美を感じる無垢材の家具

家具ひとつで、あなたの部屋は驚くほど豊かで
心地よい空間に。飛騨高山の匠の技が息づく無
垢材の手触りと温もりを、横浜ランドマークの
SHOP直営店で実際にご体感いただけます。

shop data

KASHIWA YOKOHAMA(柏木工株式会社)
TEL045-264-4480 横浜市西区みなとみらい
2-2-1ランドマークプラザ4階／11:00~20:00
／第2・第4水曜日定休(祝日は営業)



横浜市場本場 極上グルメ巡り

2026年の美味しい幕開け!

甘酸っぱさにひとめぼれ いちごSweets 3選

イベント&ニューオープン

横浜市中央卸売市場
横浜市神奈川区

車検／点検入庫キャンペーン実施中!
他店舗ご購入のメルセデス・ベンツ車もぜひ、ご利用ください。

2/15(日)まで



サービス工場は土日祝日も営業

車検 点検 銀修理 専用工場完備

新規 車検 ご入庫特典

新規に車検サービス入庫のお客様に
エンジンオイル／フィルター交換を
サービスいたします! ご予約時に
「アリフトを見た」とお伝えください。



あなたの街のメルセデス・ベンツ正規販売店
皆様のご来場を心よりお待ちしております。



ご来場記念プレゼント

本誌「アリフト」をメルセデス・ベンツ横浜中央にお持ち下さい。メルセデス・ベンツオリジナル
グッズをご用意しております。
※数に限りがございます。品切れの際は
ご容赦願います。

LINE

Instagram



公式SNSはこちらから

新車ショールーム ☎045-461-2411

サービス ☎045-461-2401

〈メルセデス・ベンツ オールラインナップ取り扱い〉

Mercedes-Benz



2026年の美味しい幕開け!

プロの目利きが選ぶ

横浜市場 極上グルメ巡り

市場の活気と共に2026年が始動! プロの目利きが選ぶ旬の魚介と市場グルメを堪能し、新年を最高に贅沢な美味しさで彩りませんか?

企画・編集: ARIET 編集部



創業70年の歴史を誇る、「まぐろならここ」と名高い専門店

まぐろを取り扱って39年の「角太商店」。「まぐろの魅力を余すことなく伝えたい」と語る通り、店頭には希少な頭肉から尾の身まで一頭まるごとの部位がずらりと並びます。職人がその日一番の個体を見極めて仕入れる本まぐろやメバチまぐろは、まさに芸術品のような美しさ。一流寿司店や割烹のプロたちからも絶大な信頼を寄せられています。「自慢のまぐろを通じて市場全体を盛り上げていきたい」という熱い想いは接客の端々にも。一般のお客さんにも美味しい解凍方法や部位ごとの味わいを丁寧に伝えてくれます。スーパーでは決して出会えない、プロの目利きが選ぶ本物のまぐろ。その濃厚な旨みと職人の心意気を感じしに足を運んでみては。

角太商店 TEL.045-620-5291

本場



横浜市中央卸売市場 本場

横浜市神奈川区山内町1番地
各線横浜駅より徒歩20分、
京急本線神奈川駅より徒歩15分 ほか
TEL 045-459-3322
※卸売市場は消費税総額表示の義務化対象外のため外税になります。お会計の際に消費税が加算されます。

▶ 市場の一般開放

市場が一般開放され、プロの目利きで選ばれた新鮮な魚介類や関連商品の購入、お食事が楽しめます。

日時:毎週土曜日 8:00~10:00 ※次回は1/24(土)

鮮魚

魚を捌ける職人が常に店にいることが強みの、鮮魚店

旬の鮮魚を中心に、顧客のニーズに合わせた多種多様な仕入れが大きな魅力。市場ならではの鮮度はもちろん、要望に応じたきめ細やかな加工対応はまさにプロの仕事。活気あふれる店頭には、今日も最高の一皿を支えるための確かな目利きと技が光っています。

森滝 TEL.045-441-7217



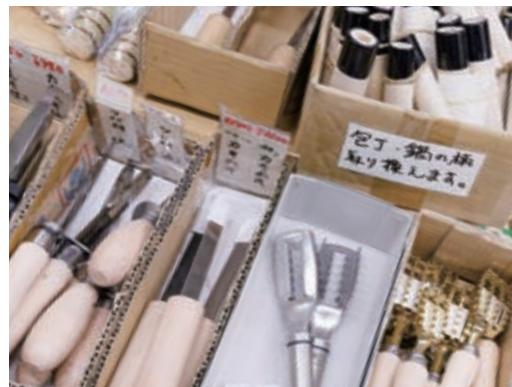
鮮魚と加工品



「ここに来れば何でも揃う」とプロが信頼を寄せるお店

鮮魚から加工品まで4,000点近い品揃えはまさに食のデパートです。タラバガニや数の子など、目利きが選ぶ逸品はどれも一級品。「物価高の今こそ安くて美味しいと喜んでもらいたい」と語る岡村さん。量販店から個人店の少量注文まで、ニーズに合わせた柔軟な対応も強みです。

山本水産 TEL.045-548-5436



料理道具

店主の丁寧な助言を頼りに、一生モノの相棒に出会えます

創業98年、プロの厨房を支え続ける料理道具の専門店。店内には本格的な包丁や業務用の鍋など、常時1,000種類以上の道具が所狭しと並びます。「求められれば何でも仕入れる」をモットーに、市場で働く人々の要望に臨機応変に応え続けてきた歴史は信頼の証。

三河屋商店 TEL.045-779-2858

食事処



伊豆屋

「海老かきあげ丼 & 半そばセット」(1,500円)は、プリプリのブラック海老が主役。創業100年超で、4代目店主夫妻が営む老舗の味を存分に楽しめる人気セットです。

5:00~15:00/日祝・休市日休み/
TEL.045-441-7469



KANESEI

一番人気の「お刺身舟盛定食」(1,800円)は、近海で獲れた鮮度抜群の魚を贅沢に盛り合わせ。その日のおすすめが日替わりで並び、旬の味が堪能できます。

6:00~19:30/日祝・休市日休み/
TEL.045-453-6480



この道25年
次の世代への橋渡し人
鈴木 健士

出張買取／店頭買取

私が買取に伺います
大切にしていたそのカメラ
買取後はわたしたちが大事に修理して、
次のオーナーさんへ橋渡しをいたします。
部品をバラして販売することは
いたしません。



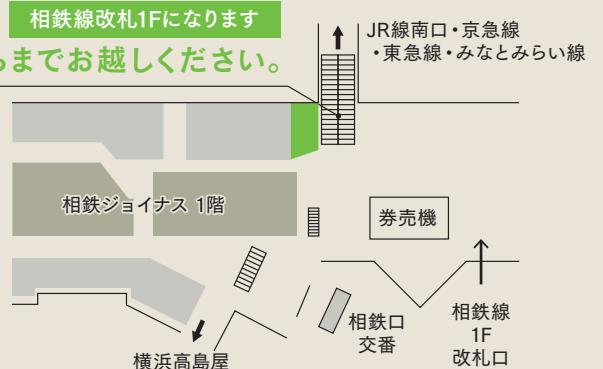
フィルムカメラ、デジタルカメラ、
レンズのみもOKです。

~創業80年~
カメラはスズキ
相鉄ジョイナス店

お問い合わせ TEL.045-323-1162

横浜市西区南幸1-5-1 ジョイナス1階
[営業時間] 9:00~21:00 [定休日] ジョイナスに準ずる

出張
無料



ルームズ大正堂新横浜店 ☎0120-086-741
横浜市港北区大豆戸町648 (無料駐車場完備)
「新横浜駅」より徒歩約7分

Rooms
TAISHODO
ルームズ大正堂

同時開催



2026.1/30金・31土・2/1日 10:30~19:00

3日限り特別企画(1階特設会場にて)

現代の暮らしに溶け込む、光と色彩の芸術
現代ガレ The Spirit of Gallé, Reimagined
ガラスアート販売会2026

ガレの魂を受け継ぐ、珠玉のガラスアートが集結。

後援:ルーマニア大使館

3日限り特別ご優待割引セール!

1/30金・31土・2/1日
3DAYS SALE

特別ご奉仕品など充実の品ぞろえ!



引き取り無料 3DAYSのみ
※購入額39,800円以上で
※同等数、同等品に限り

不要
家具

引き取り 無料!

当社指定エリア内限定

家具・インテリア特別ご優待セール
1月24日~2月28日

**総決算
クリアランスセール**

展示現品

10%~50%OFF!

お取り寄せ商品もご優待割引価格にてご案内

現金**7%OFF**

カード払い or
QR決済で **5%OFF**

※現品は特別ご提供品など一部対象外あります

特撰手織絨毯展
開催期間 2/13金~15日

2階特設会場にアリフトをお持ちください



200点以上
ご用意があります。
是非お店まで
お越しください!





新春スクール&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てみませんか?
地元のスクール情報をご紹介します。

無料体験ができる!

無料体験時にチェック!

- 通いやすさとアクセス
- 施設の清潔感と雰囲気
- 料金システムの透明性

- 先生の指導スタイル
- 子どもの反応と表情
- 安全管理とサポート体制

- 受講生の層と雰囲気
- 予約・キャンセルのしやすさ
- 設備のアメニティ

ARIFT WEBでコラム連載!



大人も子供も2026年は新しい「できる!」に出会おう。

先生の素顔が見えるコラムはこれらから!
現在ARIFTブランドサイトにて、人気の講師たちのコラムを公開中!何かを始めたくなるキッカケに、ぜひ親子で読んで、新しい自分になるイメージづくりを始めてみては。



こども家庭庁認可
放課後等デイサービス

わ わ び 子育て支援・和美 カナガク自立支援学習センター

発達障がい、不登校の小学生を対象に療育と自立学習支援を目指します。

小学生(小1~小6)中・高校生受付中

新小1、新高1(無料コース)エントリー受付中

児童それぞれに合った
5療育分野

学習の到達度を常にチェックし、
学校の課題・宿題のサポートのほか、漢字検定、算数検定、プリント
学習を導入。児童それぞれに合った療育を展開しています。

コグトレの活用

コグトレ(認知予測・作業トレーニング)を活用し、2月実施 県
営訓練校委託訓練、特別支援
学校生早期訓練コース 横浜駅
西口校 受付中

高校進学も安心

広域通信制翔洋学園高校学習
センターを併置。高校進学も安心。サポート校の大成学園では、学習支援コースの方を対象に授業料を無料にします。

自立学習支援

放課後デイサービス12年の後、自立訓練2年。将来の就活
を目指して自立訓練で各種検定をとります。(相模大野・横浜
天王町駅前)

ひらがな・すうじ入門講座
小学生用漢字・計算講座



ひらがなや数字の書き方
から漢字・計算まで講師がわかりやすくサポートします。

創作活動・野外活動療育も実施

入所相談説明会 月・水・金曜日(午後6時より)
2026年新規オープン

和美 高田綱島教室 カナガク元住吉駅前校

横浜市港北区高田東1-42-7 TERAKOYA仁1階

川崎市中原区木月住吉町2-1 ウィンドKビル1階

2月 電話にてお申込みください。TEL0466-54-7779(中村)

進路を考える会

2月14日(土) 15:00~ 和美 高田綱島教室

2月21日(土) 15:00~ 崎陽軒本店6階2号会議室

最新の進路を考える会の詳細が確認いただけます。

神奈川県内37教室で生徒募集中!! 無料体験(2回)受付中!

上大岡 045-349-0013
いずみ中央駅前 045-443-7367
仲町台 045-507-5205
中山 045-507-8100
横浜西口 045-313-0111
南太田 045-308-8867
東白楽駅前1・2 045-594-6277
戸塚駅前 045-438-8988
相模大野モアーズ 042-701-0256
相模大野南口 042-702-9005
川崎新川通 044-589-7177
辻堂駅前校 0466-47-7950
藤沢駅前1・2 0466-54-7779
二俣川駅前 045-459-6360
東京蒲田 03-6715-7876
センター南 045-507-9555
上永谷 045-349-2430

金沢文庫 045-352-8709
横須賀中央 046-826-0087
北久里浜 046-876-6788
鹿島田 044-544-4336
JR相模原 042-711-7318
淵野辺駅前 042-851-3602
港南台 045-835-3450
中田 045-392-3435
小田急相模原駅前 042-705-3107
小田急相模原 042-851-6605
東林間 042-705-7831
平塚駅前 0463-20-8328
横浜西口 045-312-6227
東神奈川 045-577-4671
小田原 0465-20-8688
大成カナワビカレッジ 042-705-5810
相模大野モアーズ校 045-442-4948
大成カナワビカレッジ 042-705-5810
横浜天町校 045-442-4948

入会・お問い合わせは ☎ 0120-313-342

日本教育指導協会

横浜本部 / 横浜市神奈川区鶴屋町3-33-7横浜OSビル3F(横浜駅西口5分) ☎ 045-312-6227

藤沢本部 / 藤沢市南藤沢2-1-3ダイヤモンドビル5F(藤沢駅南北口1分) ☎ 0466-54-7779

相模大野本部 / 相模原市南区相模大野3-9-1岡田屋モアーズ相模大野駅2分) ☎ 042-701-0256

ZERO BASE
GOLF RANGE 本
牧

横浜市中区本郷町2-35
営業時間 / 6:00~24:00

問い合わせ先: sf.niikura@icloud.com

アリフト見たで

入会金15,000円▶無料!
初月会費▶無料!

有効期限2026年2月16日まで

本牧にインドアゴルフ NEW OPEN!

日常に、手ぶらで通える最高の『遊び場』を。
本牧のインドアゴルフで、天候も日焼けも気にせずスコアアップ



無料体験できます

まずはインドアゴルフの魅力を味わってください

初心者歓迎

今通っている会員さん、
初心者の方増えています。

最新クラスの
シュミレーター完備

リアルな弾道解析と臨場感
あふれるラウンド体験を実現。

レッスンコーチ常駐

初心者から中上級者まで
“上手くなるし楽しくなる”
環境をフル装備。

練習場利用OK

プランにより練習場として
毎日通り放題です。

ゴルフスクール会員
も募集中

月4回だから無理なく通えます。

月額8,800円~

あなたの生活スタイルに
合わせたプランをご用意。



ZERO BASE
GOLF RANGE 本
牧

横浜市中区本郷町2-35

営業時間 / 6:00~24:00

問い合わせ先: sf.niikura@icloud.com

HOROSCOPE

2.1 > 2.28

おひつじ座
3.21→4.19

友情運上昇! 交流関係にツキあり!
仕事の場では互いのスキルを活かし
チームワークで目標達成できそう。友
人から良い情報を得られるかも。健
康面は良好ですが暴飲暴食に注意。

Lucky color オレンジ

おうし座
4.20→5.20

チャレンジ運上昇! いつかやってみ
たいと思っていたことに着手出来る
時。多忙期ですが、チャレンジ精神
旺盛に挑みましょう。健康面は喉の
痛みに注意。うかいを心掛けて◎

Lucky color パイオレットブルー

ふたご座
5.21→6.21

行動運上昇! 五感をフル活用し思
い切りよく行動しましょう。出張、転
居、留学、遠征…何でもOK。恐れず
にトライ。ラッキーチャンスを掴みま
しょう。健康面は歯痛に注意。

Lucky color ロイヤルブルー

かに座
6.22→7.22

知的好奇心運上昇! ほっと一息つ
いてる合間に探究心が湧いてきそ
う。興味あることはどんどん掘り下げ
ることが吉。自分の新しい一面を発
見できるかも。健康面は、良好です。

Lucky color ブラック

しし座
7.23→8.22

パートナー運上昇! 出逢いと別れを
経験するかも。非難は気にしないこ
と、貴方を応援する人が沢山います。
金銭的冒険は避けましょう。健康面
は緊張による睡眠不足に注意を。

Lucky color ピンク

おとめ座
8.23→9.22

健康運上昇! 心も体も運気も上昇!
優しい食事、軽い運動で体質改善
が吉。責任ある仕事を任せられたら
誠実さを心掛けましょう。心の揺り
所となる人との出逢いもありそう。

Lucky color オフホワイト

てんびん座
9.23→10.23

人気運上昇! 実績が認められる暗
示あり。表舞台に立つことになったら
思いきり楽しんで吉。悩んだ時は年
長者から助言を授かりましょう。健康
面は規則正しい生活を心掛けて◎

Lucky color ゴールド

さそり座
10.24→11.22

変化運上昇! 友人、家族、住環境…
などに変化があるかも。気持ちの
アップダ운があるても、居場所を
整えることで改善しそう。健康面は
膀胱炎、腎臓疾患に注意です。

Lucky color グリーン

いて座
11.23→12.21

コミュニケーション運上昇! 興味の
あることにフットワーク軽く出掛け、
交流の場を持ちましょう。生活に張
り合いが出てきそう。健康面は不調
気味。お酒の飲み過ぎには注意!

Lucky color スカイブルー

やぎ座
12.22→1.19

運気好調! 活動期です。物事が順調
に進むでしょう。疲れにはブチ旅行
や散歩で気分転換が吉。金銭面の
不安も解消に向かいそう。健康面
は、運動不足による肥満に注意して。

Lucky color レモンイエロー

みずがめ座
1.20→2.18

運気上昇! 新しいことや物にツキあ
り。イメージチェンジで大チャンスが
舞い込みそうな予感。流行よりも自
分の「好き」を大切に選んで吉☆健
康面は循環器系疾患に注意を。

Lucky color レッド

うお座
2.19→3.20

思いやり運上昇! ほっと一息付ける
時期。楽しい、嬉しい、綺麗な事柄で
心を満たしましょう。それが人への
愛情となり、沢山の愛が循環します。
健康面は末端冷え性に注意。

Lucky color ラベンダーブルー



ReON
agma spa studio

体を温め、心を整えるスタジオ リオン ReONみなとみらい

- 快眠
- 美肌
- 腸活
- 血液クレンズ
- 脂肪燃焼
- 更年期

体温 +1°C

スタジオ ReON (リオン)は、ただのホットヨガスタジオではありません。国際特許取得の溶岩プレートが敷き詰められたスタジオで、体温を+1°C上げることで冷えをはじめとする未病にアプローチし、健康的な体づくりをサポートします。心地よく温まるスタジオで、自分を大切にする新しい習慣を始めませんか。

ReON

— 体験レッスン受付中! —

ご予約は公式HPから

QRコード

当日、ARIFTご持参で体験レッスンが無料に!

ReON が人気の理由 ➤ ReONオリジナルのプログラム

マグマ効果と運動の相乗効果を最大限に引き出すためにオリジナルのプログラムを開催しています。ライフスタイルや体調、バイオリズムなどに合わせてお好きなものをお選びいただけます。

ヨーガ系
ヨーガの要素を基本として展開しているプログラム



メンテナンス系
身体機能の整備・維持、お手入れなどの要素が含まれるプログラム



ファンクショナル系
筋肉・関節・神経の連携と動きを強化して身体機能バランスの向上を目指すプログラム



有酸素＆ダンス系
酸素を取り込みながら継続的なリズム運動をすることで脂肪燃焼や心肺機能の向上等を目指すプログラム



＼オープン1周年記念／
新規入会キャンペーン実施中!

3ヶ月通い放題
特別価格 500円(税込)

入会金・事務手数料 0円

【適用条件】※キャンペーン適用には、特別価格終了後9ヶ月間の継続が必要です。※お支払い方法は、クレジットカード決済限定となります。※月額500円(税込)は、利用開始月を含む3ヶ月間の特別価格です。※4ヶ月目以降、お好きなコース・オプションに変更可能です。※本キャンペーンは、予告なく変更または終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。

リオン ReONみなとみらい
TEL.045-222-7011
横浜市西区みなとみらい6-3-4
プライムコースト2F

■営業時間
月・火/7:30~21:45 水/7:30~21:30
木/8:00~21:45 金/7:30~20:30
土・日/7:30~18:30

■定休日 不定期



nerii yoga studio

深呼吸、ひとつ。 わたしに還る時間。

港町の雰囲気漂う横浜元町の裏通り。
静かなエリアにある隠れ家ヨガスタジオ、
日常の中のリトリート空間です。

生徒さんの声

少人数で一人ひとりに指導が行き届く

からだが変わる

ここにゆとりが生まれる

2回で
4,400円
/1回70分
産後・マタニティ
クラスも歓迎

レッスンの効果が上がる
ヨガパーソナル
カウンセリング 20分
¥3,300→無料

始める新習慣
楽しく健やかな生活を送るために

料金プランの例
右記料金は全て税込み

・月3回コース 8,910円(1回あたり2,970円)
・月6回コース 14,850円(1回あたり2,475円)

ヨガをもっと知りたい方へ

ワークショップやヨガ資格コースも開催。ホームページをチェック!

QRコード

ネリーヨガスタジオ横浜元町
横浜市中区元町5-209 4F
TEL.080-8244-5777
※レッスン中電話に出られないときもあります

JR石川町駅元町出口より徒歩3分
みなとみらい線元町・中華街駅より徒歩7分

インスタはこちら /

QRコード

nerii yoga studio



ネリーヨガスタジオ横浜元町

小学生のための

放課後学童保育施設

ただ預かるだけじゃない。
放課後の困った、ぜんぶ解決

お預かり時間
8:00~21:00国大附属小・立野小
から多数在籍
※例年学年の3~4人に1人が
通っています(両学校)

国大附属小の方
国大附属小にぴったり
たくさんの附属生がいるから安心です。

- ★学校スケジュール・行事に完全対応
- ★同じ学校の仲間が多数在籍で安心のコミュニティ
- ★学校で不足しがちな学習面をカバー
- ★学校帰りにそのまま寄れるので安心
- ★急な休校時にも対応
- ★学童の中でたくさんの習い事ができる

立野小(公立小)の方
キッズクラブでは物足りないご家庭に
平日にいろいろやってくれると助かる。



- ★学校の宿題サポート
- ★引き取り訓練の代理可能
- ★共働きでも平日に習い事ができるように
- ★長期休暇中はたくさんの遠足やイベント
- ★習い事に合わせてキッズクラブと併用も
- ★立野小からも多数在籍

安心、安全のサービス




日々の連絡はLINEを活用




急な休校時の
お預かり

山手駅への送迎
お惣菜も販売



ヒルトップガーデン
アカデミー

045-319-4164

info@hilltopgardenacademy.com

横浜市中区立野73番地 立野ビル1~4階

受付時間: 平日11:00~19:00

入会説明会開催中



一日の流れなど詳しくはコチラ▶

『山手駅前』がいいね!

小中学生 向け 世の中の中学生の塾、
終わるのが遅くありませんか?

皆実塾の中学生の授業は、20時20分に終わります。皆実塾は厳しい塾ではありません。むしろ「ゆるい」塾です。勉強も遊びも、メリハリを持って取り組んでもらえたらと思っています。

気の合う仲間や先生がいるから塾に通うのが楽しい。楽しいから勉強にも前向きになれる。勉強に前向きになれるから成績も伸びる。そんな連鎖を目指しています。

アリフト読者限定
先着5名様まで!
2週間無料体験授業
通い放題に
ご招待!



皆実塾に通っているお子さんは

- ✓ 公立小に通っていて、公立中に上がった時に備えたい子
- ✓ 中学受験塾に通っていて、サポートが必要な子
- ✓ 私立小に通っていて、内部進学に備えたい子
- ✓ 公立中に通っていて、内申点を伸ばしたい子
- ✓ 私立中に通っていて、個別で苦手科目を克服したい子

※塾で教材の用意はありますが、オーダーメードでお子さんの事情に合わせて学校の教材を使った指導なども可能です。



皆実塾 minami juku

045-272-0183

info@minamijuku.com

横浜市中区立野78番地

山手駅のロータリー目の前!

交番横の青い扉が目印の一軒家です



詳しくはこちラ

YMCA 横浜中央YMCA
ウェルネススポーツクラブ

TEL 045-661-0084

横浜市中区常盤町1-7

受付時間 月~金10:00~18:00/土10:00~17:00/日10:00~16:00

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

詳細、
お申し込みは
こちら



横浜中央YMCA HP

新しい年! 新しいボク・ワタシに出会おう!

幼小
プログラム

体育馆・プールでの年間プログラム受付中!

幼小プログラムは「アリフトを見た」で
無料体験に参加できます

YMCAのプログラムでは、運動能力の向上・技術の向上だけでなく、「思いやり」や「責任感」など成長していく過程で身に付けなければならない大切な価値に注目し、子どもたちに伝えていく運動を展開しています!

水泳
空手

体操
新体操

トランポリン
チアダンス

サッカー
アート

バスケットボール

幼児~高校生まで幅広い年代の方がYMCAに習い事として通っています!

ご参加されたことない方はまずご体験からでも! 詳細はHPをご参照ください。



詳細はこちラから

成人
プログラム

プールプログラム

初心者向け水泳講習会

時 間: 11:15~12:15
日 程: 2月6・13・20・27日、3月6・13・20日 計7回
参加費: ¥9,625(税込)

内容 バタフライの基本動作を分解し、キック・腕・呼吸など段階的に練習します。個人のペースに合わせて無理なく進めるので、初めての方や苦手意識のある方も安心してご参加いただけます。ぜひこの機会にご参加ください。

フリープログラムとは

YMCAのクラブメンバーとしてご利用可能な時間帯でプールやマシンルーム・スタジオのお好きなプログラムへご自由にご参加いただけるプログラムです。

中級者以上向けバタフライ講習会

時 間: 10:00~11:00
日 程: 2月4・18・25日、3月4・11・18日 計6回
(2/11除く毎週水曜日)

参加費: ¥8,250(税込)

内容 水泳がはじめての方も安心。呼吸や姿勢などクロールの基本を、ゆっくり丁寧に練習する初心者向け講習会です。

25歳以下
キャンペーン

2月・3月のうち
どちらか

**3,000円(税込)
フリープログラム
を利用可能**



詳細はこちラから

いちご Sweets 3選

甘酸っぱさに
ひとめぼれ

赤くて丸いかわいらしい姿は、見ているだけで気分UP。
魅力たっぷりいちごスイーツをどうぞ。

Instagramでもグルメ情報を発信中！
1月テーマは
「メロンパン」「チョコレート」

リッチな味わいを独り占め
甘い香り溢れる一皿

いちごのプリンパフェ 2,585円

一番人気の北海道フレッシュクリームプリンに、いちごが華やぐパフェ。いちごのプレザーブやビスコッティ、ボーロ、ホイップを重ね、いちごの甘酸っぱさやプリンの甘さ、カラメルのほろ苦さを一口を感じることができます。4月末までの期間限定メニュー。

マーロウブラザーズコーヒーそごう横浜店

Tel:045-465-2111(そごう横浜店大代表)
横浜市西区高島2-18-1 そごう横浜店B2F／各線横浜駅東口より徒歩3分／10:00～20:00(L.O.19:30)／定休日は施設に準ずる

ベリーピタミン 1,680円

広島県産ストロベリージャムを混ぜ込んだグリークヨーグルトに、ラズベリーとブラックベリー、食物繊維豊富なグラノーラなどをトッピング。後味さっぱりのアカシアハニーをたっぷりかけた、ベリー好きにおすすめの一品。

& Yogurt 横浜店

Tel:045-548-9745
横浜市西区南幸2-14-16 第6浅川ビル1F／各線横浜駅より徒歩5分／平日11:00～20:00・土日祝11:00～21:00／定休日なし

QRコード

Coupon 「アリフト見た」でお好きなドリンク1杯無料
※有効期限 2026年2月28日まで

ベリー好き必食！
罪悪感なしのヘルシースイーツ

ストロベリーグレーズ 360円

電気毛布が生む極上食感
もちもちとろける幸せドーナツ

プランケットドーナツ弘明寺店

横浜市南区六ツ川1-146 太陽ビル103／京急弘明寺駅より徒歩4分／11:00～売り切れ次第終了／月曜定休

QRコード

Coupon 「アリフト見た」でお会計より10%OFF
※箱やレジ袋などを除くドーナツ全品対象
※有効期限 2026年2月28日まで

SHOP

information

地元をもっと楽しく
いま行きたいとっておきのお店をご紹介

掲載情報は変更になる場合がございます。ご利用の際は最新の情報をご確認ください。

»根岸駅よりバス「間門小学校前」下車、徒歩3分
憧れの「電動ロクロ」で私だけの作品が作れる！
一日陶芸体験講座で土の温もりを体感できます



2/11(水祝)開催の一日陶芸体験は、電動ロクロ講座と手びねり講座の2講座です。お申込み開始は1/11(日)朝9時から先着順、人気講座のためお早めにお申込みください。

HPは
こちら



横浜市陶芸センター

TEL 045-623-8904

中区本牧三之谷59-3/9:00～17:00

詳細はHP記載

Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マスを埋めましょう。
A～Cの合計は？

ルール

- ◆9×9のマスに、1から9までの数字を入れていきます。
- ◆タテ列・ヨコ列・3×3ブロックの中では、それぞれ同じ数字を使ってはいけません。

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

»JR関内駅北口から徒歩30秒

コンタクト処方からオルソケラトロジーまで
よく見える健康な目のために尽力

HPは
こちら



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

院長 福永 ひろ美先生
略歴
順天堂大学医学部卒業。複数の病院で勤務医として眼科治療に従事。平成23年院

長就任。医学博士。日本眼科学会眼科専門医。
診療のほか、予防や目のケアのサポートにも力を入れています。



かんない駅前眼科クリニック

TEL 045-662-8680

横浜市中区真砂町3-38-4F
平日10:00～13:00・14:30～17:00
土日10:00～13:00／休診日：火・祝日

漢字
クイズ

テーマ | その他

なんと読むでしょう？

“ 実 ”

[ヒント]
雪と雨が混じって
降ること。
大根おろしにも。

ハニミ 韶正

小麦と発酵時間にこだわりすぎたピザ



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

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

※ピザ生地が売り切れた場合は発酵時間が短くなる場合があります。

PIZZAのお供にご好評の
サイドメニューも取り揃えてお待ちしています



ビスマルク
2,860円

コルレオネーゼ
3,630円

マルゲリータ
2,090円

お好きなピザにぴったりの
ワインを店主がセレクトします!

当店の人気メニューが
楽しめるおすすめコース

PIZZA PAZZA (ピザバカ) コース

歓送迎会・パーティーにおすすめ 4名様から最大20名様までOK

全9品

- 前菜3品
- サラダ(グリーンサラダに削りたてグラナパダーノチーズ)
- 月替わりのパスタ
- デザート

PIZZA 2品

当店人気1位PIZZA

- マルゲリータ
- クワトロフォルマッジ

当店女性人気1位MENU

- 米沢豚肩ロースのトマト煮

\2時間飲み放題付き/
6,600円^(税込)

＼小麦と発酵時間にこだわりすぎたピザバカの店／



ピッツア パッツア
PIZZA PAZZA
横浜市中区新山下2-8 B-1-2
tel:045-319-4388

[平 日] 16:00～22:00
[土 日] 12:00～22:00
[定休日] 月・火・水
※駐車場はありません



ファンクラブ

こちらからご登録ください▼

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

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



大人気



島豚・琉球牛
燐別郎
パイナップルあぐー豚
もずくレタしゃぶコース 1人前7,150円

- ・パイナップルあぐー豚のもずくレタしゃぶ
- ・沖縄県産 海ぶどう
- ・ジーマミーアイス
- ・本日のおすすめ小鉢(3品)
- ・沖縄そば又は雑炊

+2,750円で飲み放題プランもあります!

島豚・琉球牛
燐別郎 横浜山下公園店
045-263-8363

横浜市中区山下町25-14 モナビルディング B1
営業時間:月～土 17:30～23:00(料理L.O.22:00)
定休日:日曜日

希少な沖縄あぐー豚を
しゃぶしゃぶで食べられる!
大阪で「食べログ百名店選出」、
著名人御用達の大人気店が
ついに横浜に上陸!

沖縄原産ブランド豚「あぐー豚」をさらに進化させた“パイナップルあぐー豚”。乾燥パイナップルの粉末を飼料に加えて育てられることで、旨味成分・アミノ酸とともに一般豚を上回る豊かな味わいに。肉質は柔らかく、とろけるような食感です。

当店ではこの希少なパイナップルあぐー豚を、透明な水晶鍋でお楽しみ頂けます。

遠赤外線効果で臭みが抑えられ、素材本来の風味を活かしたしゃぶしゃぶ・すき焼きスタイルで、特別なひとときをご提供。



Instagram

ネット予約は
こちらから



あのプロスポーツ
選手も来店!
フォロー大歓迎!



みなとみらい線「元町・中華街駅」徒歩4分 / 「日本大通り駅」徒歩5分



とろり沖縄ラフテー
黒糖と泡盛で
トロトロになるまで
煮詰めました。
口に入れた途端とろける
柔らかさ。
お酒との相性も抜群です。

4名～8名様用個室も完備。
家族や友人との大切な時間、
お仕事での新年会・忘年会・
接待にも最適です!



ARIFT読者特別クーポン

8名様以上の
コースご予約で **1名様無料!**

*ご予約時に「アリフトを見た」とお伝えください。
※お一人様1回限り ※コースご利用期限定

2026年2月13日迄有効

ARIFT読者特別クーポン

18時までの入店で **無料!**

*ご予約時に「アリフトを見た」とお伝えください。※お一人様1回限り

2026年2月13日迄有効

ARIFT読者特別クーポン

2名様以上
のご利用で **海ぶどう無料!**

*ご予約時に「アリフトを見た」とお伝えください。※お一人様1回限り

2026年2月13日迄有効



国内初 パーソナルカラー×サブスクネイル

※2019~24年8月時点 インターネット調べによる

① 指先が1.2倍 長く見えます
② 肌と同系のカラーを することで、伸びた時に 違和感がありません。
③ 肌色がよく見え、 手先が美しく見えます。

Spring - 春 -	Summer - 夏 -
Autumn - 秋 -	Winter - 冬 -
イエローベース	ブルーベース

シンプルでオシャレ セレブ・ナチュラル コース

1ヶ月し放題! 通常1回 ¥7,000(税込¥7,700)
ワンカラー(1回塗り) 月額 **¥5,000**
※パラジェルコースの場合は ¥7,000(税込¥7,700)

自分でデザインに セレブ・デザイン コース

1ヶ月し放題! 通常1回 ¥10,000(税込¥11,000)
フレンチ/グラデーション ラメ/ワンカラー(2度塗り) 月額 **¥7,000**
マニキュアカラーラインアート等 ¥7,000(税込¥7,700)

※前回施術日から20日以内にご来店の場合、オフ代3,300円を別途頂戴いたします。※ご来店の際は必ずご予約をお願いいたします。

横浜市中区元町1丁目18番地 元町ビューティーガレージ5号室

詳しくは[こちら](#)▶

アリフト読者 限定特典

今だけの特別オファー 初めてのご来店の方、公式LINEお友だち登録で

セレブ・ナチュラルコース (通常1回)¥7,000
¥5,000にサービス

ご予約は[こちら](#)から ▶

QRコード

2026年2月28日まで有効



年度末に向けた『お住替えのこと』、まずは価格を知ることから。
初めてのお住替えは **横浜センター**へお任せください。

ご家族に報告する資料作りに活用ください
PC・スマホ・タブレットで いつでもどこでも 無料査定!

東急リバブル横浜センター (JR横浜タワー14階)

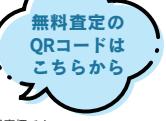
火曜日も 営業しております

横浜駅徒歩1分

事業用不動産 専門チーム有り

売却・賃貸 同時査定可能

携帯からでもOK! 

無料査定の QRコードは こちらから 

※QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。

年間売買仲介取扱件数 32,918件
2024年度※1

売買仲介ネットワーク 228店舗
2025年10月1日時点

年間ホームページ訪問数 4,800万回以上
2024年度※2

※1:当社が売買仲介を行った不動産仲介件数の総計
(個人向け不動産仲介および法人向け仲介を含む取扱件数)
※2:Googleアナリティクスにて自社集計
集計期間:2024年4月1日~2025年3月31日

2年連続 No.1

フリー コール 0120-109-547

無料税務・法律相談開催店舗
横浜市西区南幸1-1-1 JR横浜タワー14階
横浜駅きた西口より徒歩1分(横浜駅直結)
営業時間 10:00~18:00/休日 毎週水曜日



国土交通大臣(12)第2611号 (一社)不動産流通経営協会会員
(一社)不動産協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

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

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

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

お持ちの家いつ売却しますか?

\買取強化中! / \査定無料! /

快適な横浜暮らしから資産運用まで、おまかせ下さい。

「まずは査定額を知りたい」という方は こちらから 

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

5 即日査定
お客様の不動産を即日で査定し、
迅速な対応を心掛けています。

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

人情味あり、新しさあり。横浜の不動産会社

馬車道駅より徒歩2分

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

TEL.045-263-6262

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





相鉄のリースバック 住んだまま買い取り

売却後もご自宅に住み続けられる!

「住んだまま 買い取り」とは?
お客様が所有されているご自宅を当社に売却いただき、その後、お客様と当社との間で定期賃貸借契約を結ぶことにより、売却後もご自宅にそのまま住み続けられるリースバックの仕組みです。

**今的生活を変えることなく
手元の資金がつくれます**

こんな方に喜ばれています

ローンを早く完済したい	老後の生活資金を確保したい	家を売却したことは秘密に
相続の前に遺産を整理したい	事業資金を確保したい	ランニングコストを軽減したい (管理費・固定資産税等)

相鉄不動産販売(株) 横浜店(ジョイナスB1階)

0120-755-151

詳しく述べる▶ [相鉄の住んだまま買い取り](#) [検索](#)



**ご自宅に眠っているお宝
買取致します!**

査定料・手数料は一切頂きません。

開けていない洋酒とか骨董品は重いから出張鑑定をお願いしよう。

ずっと使っていない宝石やブランドバッグ持つて行ってみようかしら。

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

お宝買取えど屋 TEL 045-367-8181

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

当選商品

ARIFT読者プレゼント当選者から
喜びの声が届きました♪

ARIFT2025年10月号
海の幸をふんだんに使用した薄焼せんべい
三陸手提げシリーズ



4種類入って、ボリュームたっぷりで美味しいです!
すごい嬉しいで1週間の疲れが吹き飛びました。
(ちおね)

おめでとうございます!

C×Baroque 神奈川県民ホール presents **大塚直哉が誘うバロックの世界 vol.5**

コンチェルトとソナタ ~バロックの申し子たちの成長とその先

いよいよここに完結!
大人気の全5回シリーズ、
バロック時代からその先へ――

桐山 建志 バロックヴァイオリン
大西 律子 バロックヴァイオリン
廣海 史帆 バロックヴァイオリン、ヴィオラ
西沢 央子 バロックチェロ
栗田 涼子 ヴィオローネ
戸高 美穂 フラウト・トラヴェルソ

3.20(金・祝) 15:00 開演 (14:30 開場) 全席指定 一般:4,000円/U24:2,000円
※未就学児入場不可
チケットかながわ 0570-015-415(10:00~18:00)
<https://www.kanagawa-kenminhall.com/d/baroque5>
横浜みなとみらいホールチケットセンター 045-682-2000
(電話 10:00-17:00/窓口 11:00-18:00/休館日・保守点検日を除く) ほか

大塚 直哉
(本シリーズ音楽監督、チェンバロ) ©Eiji Shinohara

ARIFT

地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ!
Instagram/LINE/WEBサイト OPEN!

じもと、
もっと、
楽しく。

※画面は一部開発中となります。※仕様は予告なく変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

Instagram

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

いますぐアクセス>

LINE

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。みなさんに教えたいたい街の情報の投稿もお待ちしております。

いますぐお友達登録>

アリフトWEB

ARIFT(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>

読者プレゼント

Special Readers Present

木箱入り3セット×7名様

野菜嫌いなお子さまも笑顔に

**京のお野菜じゃむ
さつまいも・とまと・だいす**

株式会社シーエープラント
<https://caplant.com/>

「第16回調味料選手権2025」で総合第1位に輝いた話題作。素材の旨みを凝縮した新感覚のジャム3種。そのままはもちろん、パンやヨーグルト、料理のソースとしてなど味わい方のバリエーションも豊富。

1本×5名様

栗本来の香りが立ち、ほくほくの食感が楽しめる

栗のテリーヌ

提供/株式会社 足立音衛門 <https://www.otoemon.com/>

京都・丹波の重要な文化財に本店を構え、リノベした地元小学校で製造を行っています。総重量650グラムのうち400グラムが栗。3種の栗が奥行きのある味わいを生む、まさに栗尽くしの逸品。

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/Wmllo>

応募締切
2026年2月13日(金)迄

スマートのアプリ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♪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
ARIFT1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、横浜DeNAベイスターズ2026年シーズン新入団選手発表会へ行きました!今後活躍が期待される若手選手に胸が躍り、シーズン開幕が楽しみです!(横浜エリア担当:安元)

都筑区の杉山神社に初詣に行きました。今年もみんなにとって実り多き年になるよう地域の情報をお届けしています♪(横浜エリア担当:大竹)

新しい年の運気アップに開運祈願はいかがですか?ARIFT公式インスタでは、ご利益スポットや御守りをご紹介中です♪(編集担当:藤林)

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・誌面内容のお問い合わせ 045-514-1409
配布に関するお問い合わせ 045-514-1416

●ARIFTは再生紙を利用して作られています。●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。

インプラントなら ORCインプラントクリニック渋谷

インプラントができないと
言われて諦めていた方も
ご相談ください

2024年、東京渋谷に開院したORCインプラントクリニック渋谷は、
まったく新しいコンセプトのインプラント専門クリニックです。
従来「インプラントはできない」といわれていた症例でも、
ORCインプラントクリニック渋谷が行う“ザイゴマ・インプラント”によって、
迅速で確実な治療を実現できます。

理事長コラム 医療法人社団新正会理事長の安藤琢真と申します。先代である父が1984年に開院した安藤歯科は、多くの患者さんに支えられここまでやってきました。(当院の強みは歯のことで悩んでいる患者さんを全力で助けようとする気持ちの強さと、そのための技術を磨き続ける仲間と設備を供えている事です。)
私たちが提供するのはスピーディに明確な結果を得られる歯科医療、そしてフェアな選択肢です。治療のゴールを明確に提示し、医療者側から与えられる情報をしっかりと共有、患者さんの意志を尊重する治療計画の立案。医療者として当たり前のことをしてしっかりと行う事を最も大切にしています。
家族にも相談できないような歯の悩みを抱える方はとても多いのが現状です。私たちがあなたの悩みに寄り添い、お力になれる事を願っております。



理事長 安藤琢真

ORC 医療法人社団
ORCインプラントクリニック渋谷

東京 渋谷院 | 東京 高島平医院 | 埼玉 朝霞医院 | 神奈川 大磯医院 | 静岡 伊豆高原医院

1日で
噛める

ぐらぐらの歯や気になる口臭よ、さようなら

即日インプラント

[オールオンフォー] **All-on-4**
月々17,002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
生まれ変われる

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

オールオンフォーなら1日で取り外しのいらない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。

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”的治療計画をご提供させていただきます。

【治療費用】2,200,000円~

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。



施術後

まずは1度カウンセリングにご来院ください

Tel.0120-941-801
<http://ando-implant.jp/>

詳しくは下記QRから
ホームページをご覧下さい
随時更新中!



orc_implants_ando

横浜の動物たちの不安に寄り添って20年以上。
犬・ネコの病気やケガ

夜間救急

DVMsどうぶつ医療センター横浜
西口病院

救急診療
受付時間
20:00~3:00
年中無休



動物看護のスキルを短期間で習得できます
DVMsどうぶつ医療学院



2026年4月
入学生募集中



HP

愛するペットの具合が悪い…こんなときは慌てずに

まずは当院にお電話ください

- ぐったりしている
- 異物や薬品などを飲み込んでしまった
- 痛がっている
- 苦しそうにしているけど理由が分からない

詳細は
コチラ
から▶



受診のステップ

STEP
1

必ず事前にお電話にてご連絡ください
TEL 045-320-9099

電話で、現在の状況を教えてください。
スムーズな診療・治療のための準備が可能になります。

STEP
2

横浜駅方面を目指して、
気を付けてお越しください

来院時に必ず必要なもの

- ・身分を証明できるもの(免許証など)
- ・現金またはクレジットカード

できればご持参いただきたいもの

- ・現在飲ませているお薬
- ・最近行った血液検査、尿検査などの検査結果
- ・便、尿、吐物など診療の一助に成り得るもの
- ・異物や薬品などを飲み込んでしまった場合、同じ物
- ・動物保険の保険証書・保険書類

横浜駅西口すぐ



地図詳細

愛犬と一緒に参加だからこそできる
**“うちの子”ケアレッスン
グルーミングセミナー**

愛犬の毛質や性格を見ながら、正しい道具の使い方
やその子に合ったお手入れ方法を学んでいきます!

開催日時 2026年2月22日(日)
10時~16時

参加費 7,700円/名
※1グループ3名まで
(犬2匹まで)

定員 2グループ



保存版



DVMs どうぶつ医療センター横浜
西口病院

救急医療のスペシャリスト。夜間の不安を解消する目的で、
有志の獣医師達により2004年1月に開設しました。



今月のインスタ Check it out!

今年は一念発起、ダイエット!
なのに早速お正月明けに…

子どもの卒・入園(学)までに体形を整えたい!今年こそ目標を叶えたい!そんなダイエットも自宅でこつそり理想に近づけたら嬉しいですよね。

企画・編集 ARIET編集部



投稿日:2025.8.30

1日たった30秒 お腹凹む

動画でポイントや意識する部分を分かりやすく紹介しているので一緒にできます。「自己流でやってみたけれど、運動しても効いてない」がなく効果が期待できそう!

投稿日:2025.10.10

コスパ最高! 一気に全身痩せ

忙しい毎日だからこそ少しの運動であちこち引き締められたら最高!動きがゆっくりだからこそ全身に効いているのが感じられます。綺麗に動くイメージを持ってすると良さそうかも。



maki_diet_yoga

マキー 25kgさん

産前よりキレイになるヨガ

ヨガ

投稿/127件 フォロワー/2.4万人

Follow me!



投稿日:2024.12.24

やらないと損/3分♪ 股関節ほぐし

股関節は年齢を重ねるほど固まりやすくストレッチなど早めのケアが推奨されがち。しっかりほぐすことで、脚・お尻痩せのほか、むくみ解消や代謝アップも期待できるそう。これはやるしかない!?



投稿日:2025.8.6

スッキリ腰回り

大敵・腰肉を退治したい!座ったままできるので、動きとポイントを覚えたらドラマを見ながらバタバタ、CMでねじつて…も良さそう。腰と下腹に余裕ができればすつきりシルエットに♪



投稿日:2025.9.22

老廃物ドバドバ 脚痩せ

ポイントはやはり股関節!股関節が硬いと血流やリンパが滞りやすくなり、老廃物がたまりやすくなるそう。しっかりほぐして身体がリラックスすればよく眠れそうです。下半身をスッキリさせて颯爽と歩くかっこいい女性に!

**2026
新春
特別企画**

ご相談・
お見積り
無料

日頃のご愛顧に感謝を込めて
**水まわりリフォーム
新春特別企画**

2月28日までの
お見積りご依頼で
**最大7%
割引率UP**

他メーカーも取り揃えております

**TOTO
ザ・クラッソ**

美しく使いやすいデザイン。タッチレスの『きれい除菌水』で、キッチンを清潔に保ちます。

壁付I型 おすすめプラン
間口255cm
メーカー希望小売価格
1,165,450円(税込)~

698,500円~

浴室

工事目安
3~5日

58% OFF 本体価格
65% OFF

**Panasonic
オフローラ**

心地よさと、美しさが長く続く、お手入れのしやすさを極めたスタンダードタイプ。

戸建て用サイズ1616
ベースプラン
メーカー希望小売価格
1,273,250円(税込)~

445,500円~

洗面化粧台

工事目安
1~2日

35% OFF 本体価格
40% OFF

**LIXIL
ルミシス
ボウル一体タイプ**

ボウルとカウンターのつなぎ目がなく、お掃除がとても簡単です。

写真プラン:
幅1230cm 4面鏡
メーカー希望小売価格
804,100円(税込)

481,800円~

トイレ

工事目安
1日

41% OFF 本体価格
46% OFF

**LIXIL
プレアス LS**

流線的なデザインでトイレ空間を演出。キレイ機能も搭載。

CLR4A 手洗い器別
メーカー希望小売価格
312,290円(税込)~

168,300円~

※他のキャンペーンや割引とは併用できません。※価格は税込み本体価格で、別途工事費・諸経費がかかります。メーカー等の都合により予告なく価格が変更となる場合がございます。画像はイメージで一部オプション品を含んでいます。オプション品は割引率が異なる場合がございます。

まずはお電話でお気軽にお問い合わせください

相鉄リフォーム株式会社

横浜市泉区緑園3-2-8 アーカス1階 営業時間/10:00~17:00(水曜日定休)

0120-12-7158

ご相談・お見積り無料

ホームページ

Instagram
相鉄リフォーム【公式】

Instagram
Ryokuen LIVE BASE

相鉄線
「緑園都市駅」
より徒歩1分

クローゼットの不用品が
ちょっとしたお小遣いに♪

着なくなったお洋服 まとめて お買い取り

衣類・洋服ポリ袋45L
1袋 1,000円で
買い取ります!!

※2026年2月末まで ※一家族様1回限り1袋まで

クーポンコード
A01

お品物が良ければ、一着でも高額査定します
過去にお値段がついた一例を紹介

Burberry セットアップ 販取価格 4,500円	DSQUARED2 革ジャン 販取価格 10,000円	GIANNI VERSACE コート 販取価格 5,000円	HERNO コート 販取価格 15,000円
---	---	--	-------------------------------------

おうちのお片付けキャンペーン中!
さらに!! 全体の買取額を20%UP!

香水・コスメ バッグ イミテーションアクセサリー

安心・納得のアフターフォローワー一体制

お買取後には弊社コールセンターより、買取内容に問題がないか確認のお電話を入れさせていただきます。

かんたん4ステップご利用の流れ

①問い合わせ ②訪問 ③査定 ④成約・お支払い

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

0120-773-788

受付時間／10:00～18:00 出張費無料! Google口コミ多数!

東京都公安委員会許可 第308841804974号

A01 こちらのコードをご予約の際にお伝えください

詳しくはHPをチェック! LINEからも出張依頼OK

積水ハウスグループの
高齢者向け
賃貸住宅

[サービス付き高齢者向け住宅]

入居者募集中／見学時完全予約制

グランドマストが選ばれる理由

- 1 制限のない自由な暮らし
- 2 手作りの温かい食事サービス(選択制・有料)
- 3 ゆったりとした広いお部屋
- 4 リビングアテンダー(受付)のいる安心感
受付時間:9:00～18:00
- 5 入居一時金・礼金・更新料不要
- 6 外部の在宅介護サービスを利用可能

内覧会実施中

事前予約制 月～金 ご希望日で承ります

1部 10:30～ 2部 14:00～ 各回2組様限定

※内覧ご希望の方は、お電話または資料請求・見学予約フォームからお問い合わせください。

GRAND MAST

高齢期、街中に住む選択肢。

B type (6F)

1K (30.69m²)

- 緊急通報ボタン
- ◆カラーモニター付インターホン
- 人感センサー検知装置

グランドマスト 新丸子

賃料 118,000円 共益費 23,000円 生活支援サービス費 33,000円
※1人入居の場合 グランドプラン保証料 2,610円 月額合計費用 176,610円

※Btype(6F)の賃料一例 ※2026年1月8日時点

※前面と現況が異なる場合は現況を優先します。※お部屋には家具・家電は付いておりません。

地図

ご利用者様の声はこちらからご覧いただけます ▶

●物件名称/グランドマスト新丸子 ●所在地/〒211-0001 神奈川県川崎市中原区上丸子八幡町1494-11 ●交通/東急東横線「新丸子」駅まで徒歩7分、JR南武線「武蔵小杉」駅まで徒歩14分 ●建物用途/サービス付高齢者向け住宅 ●登録番号/川23(2)010 ●構造及び階数/鉄筋コンクリート造・地上10階建て ●総戸数/38戸 ●専有面積/30.69m²(B)～37.18m²(A) ●間取り/1K(B)～1DK(A) ●建物完成/2012年2月7日 ●月額賃料/115,000円～133,000円 ●月額共益費/23,000円 ●月額生活支援サービス費/ご入居者1名様につき、月額33,000円(税込) ※お2人ご入居の場合は、2名分として月額44,000円(税込)です。 ●敷金/月額賃料の1ヶ月分 ●契約形態/普通賃貸借 ●入居可能時期/相談 ●取引形態/賃主・設計・施工/積水ハウス株式会社 ●賃主/積水ハウスシャーメゾンPM東京株式会社 グランドマスト事業部 宅地建物取引業者免許 国土交通大臣(13)第2250号、賃貸住宅管理業者登録 国土交通大臣(2)第1005号 ●募集(仲介会社)・株式会社イチイシニア事業部 東京都知事免許(12)第39368号 ※仲介会社が関与する場合は仲介手数料として月額賃料の1.1ヶ月分(税込)が必要となります。

SEKISUI HOUSE GROUP

積水ハウスシャーメゾンPM東京株式会社
グランドマスト事業部

〒151-0053 東京都渋谷区代々木2-1-1
新宿マイinzタワー 営業時間/9:00～18:00
定休日/土・日・祝日

平日 0120-815-823 担当:名頃(なごろ)まで

宅地建物取引業者免許 国土交通大臣(13)第2250号 (公財)日本賃貸住宅管理協会

横浜の未来をつくる 学びのつながり

SMART
LIFE® AO

みなとみらい校
新横浜校

完全
予約制

受付は開始10分前まで

写真 整理講座

こんな
お悩み
ありませんか?

写真整理協会のプロ講師による
体験・アドバイス講座です!
お家に眠っている現像した
紙焼き写真をデータ化します

お申し込みは
電話又は
QRコードで



読者の方
限定!

「ARIETを見た」で
1回無料で
体験いただけます

通常料金5,500円(税込)

*パソコン・スマホ・タブレットいずれかを
お持ちください。
*18歳未満の方は保護者の方と一緒に
ご参加ください。

現像した写真が
そのまま

実家を出る時
持って来た
アルバムがそのまま

紙焼き写真が
色褪せちゃう
のが悲しい

同窓会に
クラス写真を
持っていきたい

Windows10 2025年10月14日



変なメール
きていませんか?

起動しない
パソコンのデータを
救出したい

ウイルスに感染
していないか
点検してほしい

スパイウェア感染や個人情報漏えいリスクが心配な方

会場は こちら

SMART LIFE[®]
MC
Members Club

各日
10
名様

SMART LIFE[®] AO みなとみらい校

[ピーシーデポスマートライフみなとみらいBASE内]

2026
2/14土・3/14土
13:00～15:00

ご予約はこちらまでお気軽に! /

TEL **045-650-5221**

受付時間 10:30～18:00(水曜日を除く)

あけと
担当 明戸



横浜市西区
高島一丁目2番5号
横濱ゲートタワー1階
[有料駐車場あり]
[事前予約制]

各日
10
名様

SMART LIFE[®] AO 新横浜校

[ピーシーデポスマートライフ新横浜BASE内]

2026
2/7土・3/6金
13:00～15:00

ご予約はこちらまでお気軽に! /

TEL **045-439-2100**

受付時間 10:30～19:00(水曜日を除く)

いながき
担当 稲垣



横浜市港北区
大豆戸町534-1
[無料駐車場 54台]

講座内容

紙焼き写真をデータ化

持ち物: 紙焼き写真を5枚程度

2/7土 新横浜校

2/14土 みなとみらい校

お持ちいただいた写真を「スキャンスナップ」というお手軽スキャナーでスキャンして、スマホやパソコンで見られるようにします。
「いつかやらなくちゃ…」と気にされている方も多いと思います。この機会と一緒に整理してスッキリしましょう!

お気に入り写真で フォトブック作成

3/6金 新横浜校

3/14土 みなとみらい校

写真を楽しく選びながら、フォトブックと一緒に作ります。写真整理の目的の一つは、「大切な写真をこれからもずっと残すこと」。
それには、データだけではなく紙でできたフォトブックを作ることをおススメします。

マイクロソフトサポート 終了

万が一そのまま
お使いの場合、

至急

ご相談
ください!

スマートライフ[®]
字ぼう!

輝け!
日本の大學生
選手權

清泉大学
長岡嵩徳大学
青山学院大学
岐阜女子大学
東京大学

入賞

地域の皆さまの応援、ありがとうございました。
「大学生たちの熱戦、最大1千万円をかけて全国を席巻!」
全国30校が一次予選を突破し、意地と誇りをかけた真剣勝負
見事、5校のチームが入賞の栄誉に輝きました!

おめでとうございます!



決勝戦の模様は
こちらの
選手権ページより
閲覧できます

高価買取 おたからや

今売らなきゃ、 今買へば! 金相場大高騰!!

高価買取 おたからやへ 金 1gあたり、 **24,000円** 突破!!

参考買取価格
メイブル リーフ金貨 1オンス **775,500円**
金のリング おまとめ(K24-73.2g) **1,810,700円**

参考買取価格
当時流行った 喜平のブレスレット等 (K24-31.1g/K18-249.9g) **5,436,700円**

参考買取価格
金のインゴット 1kg ≈2025年12月29日時点 **24,936,000円**

参考買取価格
Pt900/6面/ダブル 喜平ネックレス(125.4g) **1,522,100円**
銀の杯(Ag1000-488.7g) **206,600円**

このようなお品も大歓迎です!

石がとれた/ ゆがんでいる
OK

パートのみ
OK

ロレックス デイトナ 126500LN **5,580,000円**
参考買取価格

シャネル レディース プルミエールM **1,263,000円**
参考買取価格

高価買取
ブランドバッグ
破れ・シミがあつても大歓迎!!

参考買取価格
ルイ・ヴィトン スピード バンドリエール20 **287,000円**
参考買取価格

シャネル ショルダーバッグ **1,031,000円**
参考買取価格

この広告面をご提示ください
キャンペーン期間 2月28日(土)まで
おたからや
キャンペーン!!

5,000円以上で成約で!
抽選で10名様にプレゼント!!

**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 126500LN **5,580,000円**
参考買取価格

シャネル レディース プルミエールM **1,263,000円**
参考買取価格

**高価買取
ブランドバッグ
破れ・シミがあつても大歓迎!!**

ルイ・ヴィトン スピード バンドリエール20 **287,000円**
参考買取価格

シャネル ショルダーバッグ **1,031,000円**
参考買取価格

■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!

0120-023-047

親切・丁寧に
ご対応いたします
りおな店長(丸りおな)
※女優・タレント

[受付時間] 9:00~19:00

※この広告に記載している買取価格は参考です。実際の買取価格を保証するものではありません。※相場やお品物の状態などによって査定額は変動いたします。また、一部買取できないお品物もございますので、詳しくはスタッフまでお問い合わせください。

※参考買取価格は過去の自社販売実績より算出しています。※掲載しているお品物の画像はイメージとなります。※時計の参考買取価格は箱、ギャランティー(保証書)、付属品が揃ったお品物の金額です。※バッグ、ブランドジュエリーの参考買取価格はギャランティー(保証書)、付属品が揃ったお品物の金額です。

※ダイヤ、宝石の参考買取価格は鑑定書または鑑別書があるお品物の金額です。※参考買取価格は全て税込金額です。

広告掲載品以外も大歓迎! | 年中無休 (年末年始除く) | タクシー代・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差し出してください。領収書の原本と引き換えてご精算させていただきます。また、車でお越しのお客さまは、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。

横浜本店



通常営業中
各線横浜駅
西口より
徒歩5分

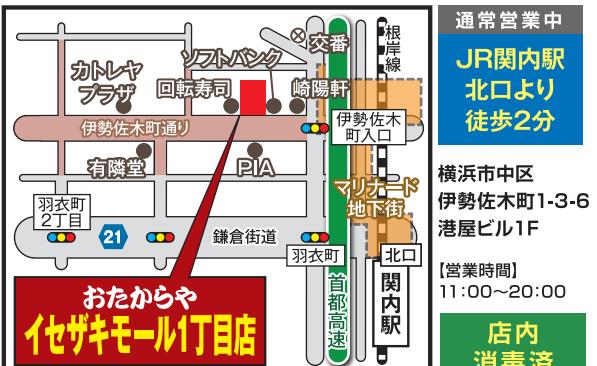
横浜市神奈川区
鶴屋町3-33-7
若葉ビル1F
【営業時間】
10:00~19:00
店内消毒済

横浜西口店/相鉄横浜駅前店



みなみ西口より
徒歩2分
横浜ビブレ前
横浜市西区南幸
2-7-8
銀座屋ビル3F
【営業時間】
10:00~19:00
相鉄線
1階改札すぐ
横浜市西区南幸
1-5-1
新相鉄ビル1F
【営業時間】
10:00~19:00

イセザキモール1丁目店



通常営業中
JR関内駅
北口より
徒歩2分
横浜市中区
伊勢佐木町1-3-6
港屋ビル1F
【営業時間】
11:00~20:00
店内消毒済

ARIFT | EVENT & NEW OPEN

今知りたい街のイベントや新しいお店を紹介

企画・編集: ARIFT編集部

EVENT 開催中 » 2.28 SAT

粒より苺を使用した“苺スイーツ”勢ぞろい
ホテルニューグランド「苺フェア」

毎年心待ちにするファンも多い人気のフェア。真っ赤に輝く苺のガトーや趣向を凝らしたパフェが楽しめます。華やかな苺色に彩られたティータイムに心躍る贅沢なひととき。



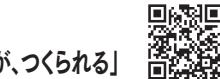
10:00~21:00/ホテルニューグランド本館1階コーヒーハウスザ・カフェ(横浜市中区山下町10)/みなとみらい線元町・中華街駅1番出口より徒歩1分/メニュー詳細は公式HPにて/ホテルニューグランド代表 045-681-1841

EVENT 開催中 » 3.22 SUN

横浜美術館コレクション展
「子どもも、おとなも! つくるわたしが、つくられる」

「つくる」楽しさに触れられるコレクション展。多彩な表現の名作を通して、アートの面白さを発見。鑑賞後は、自分でも何かをつくりたくなるような刺激に満ちています。

10:00~18:00(17:30最終入館)/木曜休館/横浜美術館(横浜市西区みなとみらい3-4-1)/みなとみらい線みなとみらい駅より徒歩3~5分ほか/一般500円ほか※毎週土曜日は高校生以下無料(学生証提示)/045-221-0300



西野正裕《New Generations》2006年
変色現像方式印刷、ラミネート加工
300.0×220.0cm、寄託作品
撮影:甲野善一郎

11/27 OPEN

横浜中華街の老舗広東料理店手がけるカフェシノワズリを取り入れた気品ある空間で、老舗の味を気軽に楽しめます。名物の点心セットを味わった後は、併設のショップでお洒落なギフト探し。優雅なティータイムと買い物を一度に楽しめる、訪れる人の心を満たしてくれる一軒です。



萬珍樓茶房

Tel 045-465-2111(そごう横浜店大代表)
横浜市西区高島2-18-1 そごう横浜店B2F 食品売場/JR・京急線横浜駅より徒歩約3分ほか/10:00~20:00(L.O.19:00)※営業時間と定休日は、施設に準ずる



EVENT 1.21 WED » 2.14 SAT

至福のショコラ時間

「タカシマヤ アムール・デュ・ショコラ 2026」

ショコラティエの技と感性が生み出す本格派の味わいや、個性あふれるショコラが集結。会場を巡るだけで幸せ気分に。選ぶ楽しさと深い味わいの満足感に包まれます。



写真:VESTRI「アンティーカ・ジャンドウニア」

10:00~20:00※1/21(水)は15:00より/横浜高島屋8F 特設会場(横浜市西区南幸1-6-31)/各線横浜駅より徒歩1分ほか/入場無料/横浜高島屋大代表 045-311-5111

EVENT 2.3 TUE

お三の宮日枝神社
「節分祭追儺式(豆撒き)」

「お三の宮」と親しまれるお社で、節分祭が執り行われます。奉仕者による豆撒きの後は幼稚園児たちも参加し、境内は和やかな雰囲気に。地域で春を呼び込む心温まる恒例行事。



節分祭(祭典)11:00~、追儺式(豆撒き)11:30~/~お三の宮日枝神社(横浜市南区山王町5-32)/市営地下鉄吉野町駅より徒歩3分ほか/参加無料/045-261-6902

12/5 OPEN

ヘルシーで目に美しいスコーン専門店

素材本来の味を大切にした華やかなスコーンが並びます。外はサクッ、中はしっとりした食感が特徴。月替わりで5種が登場し、自分好みの味を探すワクワク感も。駅直結で立ち寄りやすく、洗練されたパッケージは大切な方へのギフト選びにも最適です。



スコーン専門店iro YOKOHAMA

Tel 045-577-4114
横浜市西区南幸1-1-1 JR横浜タワーCIAL横浜 B1F/JR横浜駅直結/10:00~21:00/定休日は施設に準ずる



ふれあいグループ

病院 [外来・入院・透析センター] + 介護付 有料老人ホーム

24時間365日 安心の毎日 シニアホテル東戸塚

介護付き有料老人ホーム
イーストウイング6F~9F



住宅型有料老人ホーム
サウスウイング



1F~5F併設病院

ふれあい東戸塚ホスピタル



\ その人にあったケアがきっと見つかる /

見学相談会同時開催

体験入居|試食キャンペーン実施中

資料請求・
ご見学予約・入居相談は
お気軽に
お問い合わせください。

介護付き有料老人ホーム
イーストウイング
横浜市戸塚区上品濃16-8
Tel.045-827-2707



住宅型有料老人ホーム
サウスウイング
横浜市戸塚区上品濃16-15
Tel.045-820-2240



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 曜=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。

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



自分の
タイミングで
配布できる

直行直帰
OK!

Zoomでのお仕事説明もOK

- 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お仕事です
※業務委託
- ・アリフトはご自宅に配達されます
- 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

情報誌アリフト配布員応募受付

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 横浜コネクスクエア11F

0120-856-046
(平日10:00~17:00)

ブランクOK

未経験OK

週1日3時間からOK

安心のYMCAで働きませんか？

保育士・事務・保育補助さん募集中!!

保育園 保育士

給与 時給1,350円~※資格あり
※キャリアアップ受講者はさらに時給UP!

時間 8:00~19:00の間で3時間からOK!(応相談)
週1日~OK

保育園 事務

給与 時給1,250円
時間 14:30~19:30の間で3時間からOK!
(応相談) 週1日~OK

学童 保育補助(資格不要)

給与 保育士 時給1,225円
時間 13:30~19:30の間で3時間からOK!(応相談)
週1日~OK

待遇 | 交通費:実費支給・残業なし
交通 | 京急本線 京急東神奈川駅から徒歩で12分
京急本線 神奈川駅から徒歩で14分
JR横浜線 東神奈川駅から徒歩で13分

YMCA 東かながわ保育園

神奈川県横浜市神奈川区
橋本町2丁目5-3

お気軽にお電話ください
[アリフトを見たとご連絡ください]

TEL 045-440-3763

働き方や実際の
雰囲気はInstagram
をチェック!

園長インタビュー掲載中!

未経験の方歓迎!

手厚い研修制度で安心!

家事や育児と両立できる

幅広い年代が活躍する活気ある職場です！

あなたの優しさが、誰かの助けになります

定期巡回 訪問介護 ホームヘルパー

ご利用者様のお宅での身体介護・生活援助サービスの提供

◆週1h~フルタイムOK ◆資格取得支援制度

①正職員(定期巡回・随時対応サービス) ②パート職員(訪問介護)
③パート職員(定期巡回・随時対応サービス) ④登録ヘルパー

給与 ①月給**283,250円~** (夜勤5回分含む)、昇給年1回、
別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)

②基本時給**1,441円~** +活動手当300円1時間別途支給

③時給**1,355円~1,443円**

④時給**1,691円~** (身体介護)
1時間 / 時給**1,391円~** (生活援助)
1時間

※①②③処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士の資格をお持ちの方、②③④介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)以上の資格をお持ちの方、①③自動車運転免許必須

勤務時間 ①24時間の三交代勤務(1日8時間勤務/週40時間)②週1回(4時間)~でOK!
③週1(4時間)~週5日(フルタイム)24時間のうちのお好きな時間帯
④ご希望の時間帯(月に1回、1件からでもOK!)

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

訪問介護 サービス提供責任者

訪問介護計画作成などの
訪問介護におけるサービス提供業務

◆日勤帯のみ
◆在宅支援の実務経験が積める

①正職員 ②準職員(パート)

給与 ①月給**267,000円~**
別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)、昇給年1回

②時給**1,470円~**

※①②処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士実務者研修修了以上(経験による)
②介護福祉士実務者研修修了以上

勤務時間 ①8:30~17:30(休憩60分)
②8:30~17:30(休憩60分)週3日以上

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

介護未経験で入職しました。
最初は不安でしたが、先輩の皆様に指導してもらったり、空いている時間に苦手な分野の練習に付き合っていただき、今では沢山の方を任せてもらえるまで成長できました。介護経験のある方、未経験の方でも安心して働けます！

社会福祉法人 秀峰会 横浜の大樹 ケア24 採用担当/Tel 045-534-4186

くぬぎ
くぬぎ
くぬぎ
くぬぎ

HPは
こちら

受動喫煙防止の施策:施設内禁煙

未経験の方
歓迎!

手厚い
研修制度で
安心!

家事や
育児と両立
できる

＼幅広い年代が活躍する活気ある職場です／

あなたの優しさが、誰かの助けになります

定期巡回 訪問介護 ホームヘルパー

ご利用者様のお宅での身体介護・生活援助サービスの提供

- ◆週1h～フルタイムOK ◆資格取得支援制度
- ①正職員(定期巡回・随時対応サービス) ②パート職員(訪問介護)
- ③パート職員(定期巡回・随時対応サービス) ④登録ヘルパー

給与 ①月給 **283,250円～** (夜勤5回分含む)、昇給年1回、別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)

②基本時給 **1,441円～** +活動手当300円1時間別途支給

③時給 **1,355円～1,443円**

④時給 **1,691円～** (身体介護)
1時間 / 時給 **1,391円～** (生活援助)
1時間

※①②③処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士の資格をお持ちの方、②③④介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)以上の資格をお持ちの方、①③自動車運転免許必須

勤務時間 ①24時間の三交代勤務(1日8時間勤務/週40時間)②週1回(4時間)～でOK!
③週1(4時間)～週5日(フルタイム)24時間のうちのお好きな時間帯
④ご希望の時間帯(月に1回、1件からでもOK!)

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

訪問介護 サービス提供責任者

訪問介護計画作成などの
訪問介護におけるサービス提供業務

- ◆日勤帯のみ
- ◆在宅支援の実務経験が積める
- ①正職員 ②準職員(パート)

給与 ①月給 **267,000円～** 別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)、昇給年1回

②時給 **1,470円～**

※①②処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士実務者研修修了以上(経験による)
②介護福祉士実務者研修修了以上

勤務時間 ①8:30～17:30(休憩60分)
②8:30～17:30(休憩60分)週3日以上

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

働きやすい環境♪

職場の雰囲気は、大勢の人がいますがリラックスできる環境だと思います。一人ひとり、いろんな視点からのアドバイスをいただけて活動しやすいと思います。





受動喫煙防止の施策:施設内禁煙

お問い合わせ・ご応募は各勤務地まで

社会福祉法人
秀峰会 **磯風の謡 ケア24 磯風の謡 ヘルパーステーション**

横浜市磯子区磯子3-8-20 サムティレジデンス横濱磯子1階
(JR磯子駅より徒歩約9分) 営業時間:8:30～17:30

採用担当/Tel 045-534-4186

HPは
こちら

QRコード

未経験の方
歓迎!

手厚い
研修制度で
安心!

家事や
育児と両立
できる

＼幅広い年代が活躍する活気ある職場です／

あなたの優しさが、誰かの助けになります

定期巡回 訪問介護 ホームヘルパー

ご利用者様のお宅での身体介護・生活援助サービスの提供

- ◆週1h～フルタイムOK ◆資格取得支援制度
- ①正職員(定期巡回・随時対応サービス) ②パート職員(訪問介護)
- ③パート職員(定期巡回・随時対応サービス) ④登録ヘルパー

給与 ①月給 **283,250円～** (夜勤5回分含む)、昇給年1回、別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)

②基本時給 **1,441円～** +活動手当300円1時間別途支給

③時給 **1,355円～1,443円**

④時給 **1,691円～** (身体介護)
1時間 / 時給 **1,391円～** (生活援助)
1時間

※①②③処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士の資格をお持ちの方、②③④介護職員初任者研修(旧ホームヘルパー2級)以上の資格をお持ちの方、①③自動車運転免許必須

勤務時間 ①24時間の三交代勤務(1日8時間勤務/週40時間)②週1回(4時間)～でOK!
③週1(4時間)～週5日(フルタイム)24時間のうちのお好きな時間帯
④ご希望の時間帯(月に1回、1件からでもOK!)

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

訪問介護 サービス提供責任者

訪問介護計画作成などの
訪問介護におけるサービス提供業務

- ◆日勤帯のみ
- ◆在宅支援の実務経験が積める
- ①正職員 ②準職員(パート)

給与 ①月給 **267,000円～** 別途賞与年2回(昨年実績年4ヶ月)、昇給年1回

②時給 **1,470円～**

※①②処遇改善手当込、交通費全額支給、試用期間3か月(給与・待遇は本採用時と同じ)

応募資格 ①介護福祉士実務者研修修了以上(経験による)
②介護福祉士実務者研修修了以上

勤務時間 ①8:30～17:30(休憩60分)
②8:30～17:30(休憩60分)週3日以上

休日 ①年間公休日数114日、年次有給休暇、特別有給休暇、特別休暇

働きやすい環境♪

あがり症の私でも、先輩スタッフと一緒に活動してくださり緊張をほぐしてくださいます! 気さくに相談にのってくれるスタッフばかりです。ぜひとも、いっしょに働いてみませんか♪




受動喫煙防止の施策:施設内禁煙

お問い合わせ・ご応募は各勤務地まで

社会福祉法人
秀峰会 **いちょう 銀杏の大樹 ケア24 銀杏の大樹 ヘルパーステーション**

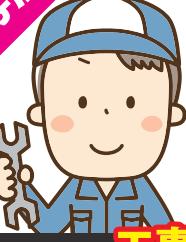
横浜市中区山下町252 グランベル横浜ビル3階EF
(JR関内駅より徒歩約4分) 営業時間:8:30～17:30

採用担当/Tel 045-534-4186

HPは
こちら

QRコード

保存版



SOMA GAS

あれ？ 温度が不安定かも… お湯になるまで時間がかかる

壊れてからでは遅いです!!

NORITZ Rinnai Paloma P-PURPOSE

正規販売店

中区周辺にお住まいの方

ガス給湯器は購入後10年過ぎたら早めの点検を！

安心できる地元のガス屋さん

東京ガス株式会社簡易内管施工登録店 登録店番号 1-2015-0022

地域密着

お見積り無料

ご相談無料

工事費には撤去・処分・取付も全てコミコミ！ すべて税込み価格！+安心安全施工 アフターフォロー万全

ガス給湯器	毎月15台限定	ガス給湯器	毎月15台限定	ガス給湯器	毎月15台限定	ガス給湯器	毎月15台限定		
NORITZ (ノーリツ) 20号 オートタイプ	本体 GT-2070SAW-1BL リモコン RC-J101E ・本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン 定価431,750円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 138,000円 安心保証付	Rinnai (リンナイ) 20号 オートタイプ	本体 GT-C2072SAW-1BL リモコン RC-J101Eマルチセット ・本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン 定価445,720円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 165,000円 安心保証付	Rinnai (リンナイ) 20号 オートタイプ	本体 RUF-A2005SAW(C) ・本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン 定価419,210円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 145,000円 安心保証付	Rinnai (リンナイ) 20号 オートタイプ	本体 RUF-E200FSAW ・本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン 定価463,100円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 165,000円 安心保証付	Paloma (パロマ) 20号 オートタイプ	本体 FH-E2022SAWL ・本体・工事費・台所リモコン・施工保証・浴室リモコン 定価475,310円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 155,000円 安心保証付

ビルトインガスコンロ	5台限定	ビルトインガスコンロ NEW	5台限定	レンジフード	トイレ TOTO (TOTO)	
Poloma repla (パロマ) PD-509WS-60CV 色:ティアラシルバー アリフト読者特別価格 定価173,470円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 95,000円 税込		Poloma WITHNA (パロマ) PD-829WS-U60GH アリフト読者特別価格 定価232,980円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 115,000円 税込		NORITZ (ノーリツ) 更にご成約で ラ・クック グランセット 11,990円(税込) + 炊飯専用鍋(1~5合炊き)PRN-52 6,490円(税込) プレゼント アリフト読者特別価格 定価106,370円(税込) ↓ すべてコミコミ工事費込税込 95,000円 税込		TOTO (TOTO) 便器 CS232B タンク SH233BA ウェシレット TCF2223E アリフト読者特別価格 定価135,630円(税込)+オープン価格 すべてコミコミ工事費込税込 129,800円 税込

ガス機器専門店

ソーマコーポレーション株式会社

(ノーリツ/リンナイ/パロマ/パーパス 正規販売店) 即日修理も可能

神奈川・東京・埼玉・千葉エリア対応

0120-221-710

月~土曜 9:00~19:00受付 アリフト見たとお伝えください
<http://soma-corp.com/>

**ご成約で
1,000円分
クオ・カード
プレゼント!**

有効期限:2026年2月末

安い

早い

丁寧

ファミリー引越しセンターの

引越しにお任せ！

シングルプラン(学生さん・独身者向き)	カップルプラン(小家族向き)	ファミリープラン(大家族向き)
23,100 (税込) 円より	31,900 (税込) 円より	62,700 (税込) 円より

(上記は参考割引料金です。内容により異なります。)



ARIIFT 読者限定

最大30% OFF

お引越し時の不用品の
お引取も可能

相談・見積 無料
丁寧な仕事はもちろん
価格でも勝負いたします。

TVCM放映中!!



ファミリー引越しセンターはJリーグの浦和レッズオフィシャルパートナーです。

電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

通話無料のPHS OK

QRコード

ファミリー引越しセンター 特典①	ファミリー引越しセンター 特典②	ファミリー引越しセンター 特典③	ファミリー引越しセンター 特典④
処分品サービス 3,000円分割引!! 有効期限 2026年3月末迄	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 2026年3月末迄	ハンガーBOX6個 布団袋3枚まで 無料レンタル 有効期限 2026年3月末迄	ダンボール 最大70個サービス ※送料は別途 有効期限 2026年3月末迄