

# 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

1/30

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  
TEL022-792-8101



仙台中央

地域みっちゃん生活情報誌® / 780

宮城・山形の子どもたちに、  
一生モノの“健口”を

## 歯医者さんの想いを 絵本に詰め込んで

蔵カフェ・古民家カフェ  
新春 スクール&おけいこ

仙台  
T'sデンタルオフィス  
長町院  
仙台市太白区

査定無料 古いデザイン、汚れがあっても大歓迎

2月15日限定

買取イベント開催 11:00~16:00  
1階出入り口前特設会場

洋服／靴／服飾品／バッグ／腕時計／貴金属／ブランドアクセサリー  
トレカ・フィギュアおもちゃ／本／DVD・CD・ゲーム・レコードは仙台クリスロード店内で毎日買取中！

BOOK-OFF<sup>®</sup>  
仙台クリスロード店  
TEL.022-716-7015  
仙台市青葉区  
中央2-4-10  
ガリリアクリスロード  
1~4F  
営業時間/  
10:00~21:00

ARIFF読者限定クーポン  
粗品プレゼント

※2月15日11:00~16:00のみ対象  
※洋服・靴・バッグ・腕時計・貴金属・ブランドアクセサリー・  
スポーツ用品をお持ちいただいた方のみ対象  
※お一人様1回限り有効 ※粗品がなくなり次第終了

BOOKOFF仙台クリスロード店入り口  
買取イベント

宮城・山形の子どもたちに、一生モノの“健口”を

# 歯医者さんの想いを 絵本に詰め込んで

## 歯医者さんが作った絵本、 子どもたち自身の気づきに

歯科治療の枠を超え、子どもたちの未来を守る新たなプロジェクトに挑戦したのは山形にあるT'sデンタルオフィスの小児歯科チーム。治療の現場だけでは伝えきれない「お口の健康」への想いを形にしたいという佐々木理事長の発案から始まり、子どもたちが楽しみながら健口の大切さを学べる絵本を作っています。

絵本のテーマは、近年増加している「お口ばかん」。特にコロナ禍のマスク生活の影響で、口の周りの筋肉を使う機会が減り、無意識に口が開いてしまう子どもが増えている現状を危惧したことがきっかけでした。制作にあたっては、4~5歳児が読んで理解できるよう、専門的な内容をいかに簡単な言葉に噛み砕くかという点に最も苦心したといいます。この絵本を通じて、子ども自身が「自分はどうかな?」と自発的に気づき、保護者と一緒に改善に取り組めるような環境づくりを目指しています。この春完成を予定しており、山形の保育園、幼稚園、児童福祉施設などへ寄贈され、その後、仙台市内の施設への配布も検討されています。

## この街でもっと深く寄り添い、 頼られる新しい繋がりを

この取り組みを行っている歯科医院が、新たに仙台長町に誕生します。佐々木理事長にとって仙台は高校時代までを過ごした生地であり、多世代が集まる長町で全世代の健康を支えたいという強い想いがあります。院長を務める木村先生も仙台出身で、患者が緊張せずにリラックスして治療を受けられる「寄り添う医療」を掲げています。

同法人は山形で約18年にわたる確かな実績があり、インプラントや審美治療における豊富な症例数に加え、プロバスケットボールチームやサッカーチームのスポンサーとして、スポーツに取り組む方々の口腔環境を支えるスポーツ歯科の分野にも力を入れてきました。

新しく開院する長町院では、「マイナス1歳から最後のワンスプーンまで」を合言葉に、全年代の幅広い口腔ケアの提供とともにインプラント治療など、自費診療にも力を入れていくこと。山形で培われた確かな技術を長町の地へ繋げ、地域の笑顔を紡ぐ新たな一步を踏み出します。



### » あらすじ

みんなのお口の“健口”を守る主人公の男の子、「たくちゃんまん」。怪獣の出現を察知するレーダーが反応し、向かった先は、とある村。そこは「ぼかんむら」と呼ばれ、住人全員がお口ボケンな村でした。たくちゃんまんは住人の“健口”を守るために、悪い「お口のクセ」を生み出す怪獣たちと戦います!

口呼吸の原因となる「鼻水がえる」、悪い歯並びを作る「くちやキャリン」、そして姿勢を崩す「猫背虫」。たくちゃんまんは、それぞれの怪獣達の悪いところを改善する必殺技をぶつけ、退治します。

村の平和を取り戻すと、悪いクセの塊だった村のボスにも驚きの変化が…! 子どもたちが自分のクセに気づき、「鼻から息を吸ってみよう」「姿勢を正そう」と前向きに“健口”を目指したくなる、楽しく学べる物語です。



子どもたちが自分自身のお口の状態に気づき、予防や改善に前向きに取り組むことは、健やかな成長の第一歩です。  
しかし、「お口ボケン」は子ども自身では気づきにくく、本人の努力だけでは改善することが難しい場合も少なくありません。

この絵本は、子どもが「自分のお口」に興味を持ち、原因や影響を知ることで、気づきへつなげることを目的としています。  
その気づきをきっかけに、周囲の大人がそっと声をかけ、見守り、支えていく。そんな関わりが自然に生まれることを願っています。



絵本担当  
事業推進室  
木村 玲奈

＼私達が作りました！／



制作  
メンバー



院長PROFILE

「マイナス1歳から最後のワンスプーンまで」を合言葉に、全世代の幅広い口腔ケアからインプラント等の高度な自費診療まで注力。丁寧なカウンセリングと精密検査で根本原因を解明し、痛みの少ない治療やお子様への優しい対応で、「通いたくなる医院」を実現します。

仙台T'sデンタルオフィス長町院 院長 木村 峻

[略歴]  
平成23年 宮城県仙台第二高等学校卒業  
令和4年 岩手医科大学歯学部卒業  
令和4年 東北大附属病院入職  
令和5年 医療法人彩優会T'sデンタルオフィス入職



理事長PROFILE

日本ではまだまだ「痛くなってから」受診する方が多いのが現状です。しかし歯は、一生を共にする大切な財産です。まずは検診で現状を知ることから始めましょう。当院は徹底した資料収集と精密な「診査・診断」で、全医師が共通して高いレベルで治療提供すべく日々研鑽を積んでいます。まずは検診から、私たちと一緒に始めてみませんか。

仙台T'sデンタルオフィス長町院 医療法人彩優会 理事長 佐々木 琢哉

[略歴]  
平成5年 仙台第一高等学校卒業  
平成11年 岩手医科大学歯学部卒業  
平成19年 タクヤデンタルクリニック開業  
平成28年 T'sデンタルオフィス開業  
令和8年2月 仙台T'sデンタルオフィス長町院開業  
誕生日/9月25日(0型)  
趣味/自転車・ハリウッド映画・食べる事  
好きな言葉/親孝行  
今年の抱負/日本の技術だけでなく、海外の歯科医療を積極的に勉強、研鑽していきます。

『東北で一番、  
通いたくなる歯科医院』  
佐々木 琢哉 著  
バスクの挫折から歯科  
医院開業へ。院長の歩  
みと仲間の証言から、  
困難を乗り越える「チー  
ム」の力を描きます。全  
業種に通ずる、幸せを  
追求する経営哲学が  
詰まつた一冊。

## 仙台T'sデンタルオフィス 長町院

仙台市太白区泉崎1丁目8-22 / Tel.022-748-4183 ※長町院開院(2/13)以降の開通となります



### 診療科目

- 歯科
- 矯正歯科
- 小児歯科
- 歯科口腔外科

### 診療時間

10:30~19:00

月 火 水 木 金 土 日

● ● ● - ● ● ●

休診日:木曜・祝日

※日曜診療は隔週



仙台ティーズデンタルオフィス長町院 検索

仙台T's DENTAL OFFICE 長町院  
2026年2月13日(金) OPEN



**ユノメ 家具 特別企画**

**YUNOME HOME**

# 家具・インテリア 大バザール

入場無料

特典 01 ご来場のお客様全員  
会場商品表示価格より  
**10% OFF**

※展示現品特価、数量限定特価は対象外。※他の割引との併用はできません。

特典 02 今回の催事のためにメーカーが持ち寄った  
展示現品を特別価格で販売!  
2/21(土)  
初日限定企画 限定展示現品価格からさらに  
**5% OFF**

※展示現品は3/30(月)までの配達となります。

特典 03 LINEクーポン  
**1,000円分**

プレゼント! バーゲルにて合計50,000円(税込)以上のお買い上げでできるクーポンをプレゼントいたします。

特典 04 早得クーポン  
プレゼント!! 開場後30分以内にご来場で先着50組様に期間中会場で使用できる[1,000円クーポン]プレゼント!!

特典 05 配送設置料 無料

5万円(税込)以上お買い上げでお買い上げ商品の配送・設置・組み立てを無料で行います。

特典 06 不要家具引き取り 無料

10万円(税込)以上お買い上げでお買い上げ商品と同等品、同数の不要家具を無料でお引き取りします。

特典 07 6ヶ月間お預かり 無料

ご婚礼、ご新築、お引越しなどでお届けが先の方にも、安心してお選びいただけます。

特典 08 お楽しみ 抽選会!!

3万円(税込)以上お買い上げで1回になります。

特典 09 日専連カード  
3・5・6・10回払いの場合  
金利手数料無料

期間中、日専連カードでのお支払いの場合、10回払いまでの金利手数料0円にてご利用いただけます。

特典 10 ブランド ベッド特別フェア 同時開催!!

ご成約のお客様にメーカー別に成約記念品をプレゼント!!

特典 11 家具の 修理・再生の 相談を承ります

壊れたいたびれしまったご愛用の家具を、また使いたくなるようにしてみませんか?修理できるかわからない物でもまずはご相談ください。

in 夢メッセみやぎ展示ホールC (仙台市宮城野区港3丁目1-7)

3日間限定! 2/21・22・23 月祝

全日 10:00~17:00

30秒でカンタン!  
来場予約はコチラ

QRコード

3日間のみ!!会場限定特典・企画が盛りだくさん!!

**ベッド** 一流ブランドが断然お得!!お気に入りがきっと見つかります。

**リビング・ダイニング** リビングの主役になる本物の風格、機能、デザインも充実!新作も登場します!

**全品特別価格** 普段お店に置いていない商品も大量展示!! **最大70%OFF** 欲しかったあの商品も大特価!!

※数量限定につき、売り切れの際はご了承ください。

主催 YUNOME HOME 株式会社湯目家具百貨店

本店/仙台市青葉区本町2-7-3 TEL 022-225-8321  
Z福田町店/仙台市宮城野区扇町5-11-5 TEL 022-284-5164

後援 株式会社日専連ライフサービス 河北新報社 東北放送 仙台放送 東日本放送 ミヤギテレビ

出展メーカー一覧

時を閉じ込めた、ほっこり空間

## 蔵カフェ 古民家 カフェ

Instagramでも  
グルメ投稿を発信中!  
詳しくはコチラ

QRコード

企画・編集/ARIFT編集部

ティラミス 700円

築100年超の蔵を移築した店内は、アンティークや本に囲まれタイムスリップしたような静謐な心地よさ。そんな空間で味わいたいのが、国産のマスカルポーネやクリームチーズにミルクシロップを隠し味に加えた特製ティラミス。コク深くまろやかなクリームが、穏やかなティータイムに華を添えてくれます。

Antique&Café TiTi Tel:022-353-9897 / 仙台市宮城野区鉄砲町5-8 / 11:00~19:30(L.O.19:00) / 木曜定休

QRコード

150年の時を繋ぐ旅籠で  
老舗醤油が香るチーズケーキを

みたらしチーズケーキ(単品) 650円

築約150年の歴史を誇る木造3階建て「旧えびや旅館」は、震災の津波被害を乗り越え、職人の意匠が息づくカフェとして再生を遂げました。この趣深い空間で堪能したいのが、地元塩竈の老舗「太田與八郎商店」の木桶仕込み醤油を贅沢に使った「みたらしチーズケーキ」。濃厚な生地に甘じょっぱい餡が調和する深い味わいです。

えびや カフェ はれま  
Tel:090-4557-1671 / 塩竈市本町3-9 / 11月~2月11:00~LO.16:30 / 3月~10月11:00~LO.17:00 / 木曜・木曜定休※そのほか不定休あり

QRコード

築百年の面影に浸り  
京抹茶の余韻を醸すひととき

抹茶フォンデュ 1,400円

※2026年3月11日までの販売  
※ミルクは別料金(80円)

築100年を超える古民家は、すりガラスや鶴居が往時のまま残る情緒あふれる空間。そこで味わう抹茶フォンデュは、京都産抹茶の苦味とホワイトチョコや生クリームの甘みが溶け合い、フルーツやカステラを絡めていただく贊沢な一品。ミルクを追加注文し、食後に抹茶ミルクとしても。ティクアウトの焼き菓子は手土産にぴったり。

cafe hito no wa @cafe\_hito\_no\_wa / 富谷市富谷新町108 / 11:00~17:00(L.O.16:30)  
※抹茶フォンデュ提供時間平日11:00~LO.16:00、土日祝13:30~LO.16:00  
木曜・木曜定休 / ※飲食のご利用は小学生以上

QRコード

**2026 Winter**

**新春スクール&おけいこ**

はじめよう、まなび時間

School special feature starting from winter

2026年、自分史上最高のなりたい自分で  
「躍進」しよう！

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

\*1+4+7+2=12

»仙台市地下鉄南北線「広瀬通駅」徒歩2分

**3・4歳児に眠る好奇心を刺激して表現力を育む！  
カワイ独自のメソッドで未来を奏でる音楽レッスン**

お問い合わせ時にアリフト見たで

**無料体験&こどもピアノコース  
入会金半額！**

※3回有料おためしのピアノチャレンジも受講料が半額になります。正規コース入会時の入会金も半額になります。

※詳細についてはHPをご確認ください。

2026年3月31日迄

体験申込  
はこちら

楽譜を機械的に覚える従来のレッスンとは違うカワイの独自メソッド「サウンドツリー」は子どもたちが自ら音楽を楽しむ心を育みます。絵を音にしたり、歌ったり、自由に音を創り出したり。遊びの中から音楽のメッセージを読み解く力や想像力を養います。その結果、心で感じたことを表現できるその子らしい豊かな演奏ができるようになります。初めての習い事でお子さまの才能を開花させてみませんか。

**カワイ音楽教室仙台事務所**

TEL 022-261-5722

仙台市青葉区一番町4-3-28  
問合せ時間：火～土 10:00～18:00  
インスタグラムも更新中→

»仙台駅から徒歩3分、あおば通駅から徒歩1分

**今年こそは英会話にチャレンジ！  
「超」初心者クラス開講！**お問い合わせ  
はこちら

Hello! バイリンガル講師のAmyです！当校では『超』初心者向けのクラスを新たに開講いたします。英会話に興味はあるけれどなかなか最初の一歩を踏み出す勇気がない…という方も、必要に応じて日本語でアシストしますので安心してレッスンにご参加ください。ネイティブ講師在籍で、全てのレベル・ニーズにお応えします！今年こそは英会話にチャレンジしてみませんか？

**ジェイムズ英会話 仙台本校**

TEL 022-267-4911

仙台市青葉区中央2-2-6 三井住友銀行仙台ビル4F  
火～金 10:00～21:00、土 10:00～19:00／日、月、祝定休  
右側QRよりInstagramも情報更新中！→

»上杉山通小学校徒歩3分／勾当台公園駅徒歩8分

**遊びを通して学ぶ楽しい英会話キッズ教室です！  
今なら無料体験実施中！まずは体験してみませんか？**HPは  
こちら

お問い合わせ時アリフト見たで

**1日体験→無料**

※新規限定

2026年2月28日迄

お問い合わせ時アリフト見たで

**1ヶ月体験(3回)2,000円**

※新規限定

2026年2月28日迄



ネイティブの先生による少人数制でアットホームな雰囲気が魅力の英会話教室。遊びやゲームを盛り込み、五感を使って楽しみながら自然に英語の基礎が作れます。キッズクラス(2～6才)は日常生活で触れる語彙や親しみやすいフレーズを構築。料金は安心の月額制で1回45分～、月4回6,300円。小学生クラスは7,350円(教材費込)。英語が初めてでもご安心ください。少しでも気になった方は右上QRへ。

**ALLランゲージスクール**

TEL 022-393-9546

仙台市青葉区上杉3-3-17 長田(おさだ)ビル4F  
平日10:00～20:00 土曜10:00～15:00  
日・祝定休／コインP有／info@inclace.com

»勾当台公園駅から徒歩10分

**40代から急に痩せにくくなった原因は、あなたのせいではない。40代・50代の女性継続率95%！**HPは  
こちら

ご来店時アリフト持参orご予約時アリフト見たで

**40代からの体质リセット診断  
1回60～90分の無料体験と診断**※動きやすい服装だけ持参すればOK  
※アリフト見た方限定3名様まで

2026年2月28日迄



流行っているから、ではなく。安いから、でもなく。「ここなら続けられそう」そう感じた人が選んでいるジムです。REVIVALTIMEに通っているのは、何度も失敗して、それでももう一度、自分の体を大切にしようと思えた方々です。体を変えることは、生き方を整え直すこと。そんな考え方と共に感した人が、静かに集まっています。仙台上杉の中心で変わろうとしている方をお待ちしております。

**REVIVALTIME仙台店**

TEL 0225-25-7441

仙台市青葉区上杉3-3-32 レーヴテラス上杉301  
月～日9:00～22:00(最終受付21:00まで)／土曜定休  
公式LINEの方、体质リセットとお送りください→

気になる  
チャンネル  
ちょい見せ！

**今月のインスタ  
Check it out!**企画・編集  
ARIET編集部

投稿日:2020.8.30

**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！  
一気に全身瘦せ**

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そうです。綺麗に動くイメージを持つてすると良さそうかも。



投稿日:2024.12.8

**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なるストレッチなど早めのケアが推奨されがち。しっかりとほぐすことで、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！？

maki\_diet\_yoga

Follow me!



マキ－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



記念日を彩るテーブル miyagiホテル

# 最旬 Topics

食べる

【ホールケーキ付】ステンドグラス輝く空間で、心に刻む最上の記念日



## ホテルモントレ仙台

フランス料理「エスカーレ」で祝う【Anniversary（11,000円）】コースのご紹介。ステンドグラス輝く非日常の空間で、地産地消の彩りも添えた季節のフレンチをご堪能いただけます。食後はメッセージ付ホールケーキで感動のサプライズ。肩肘張らずに楽しめるのも魅力です。大切な日を心に残る思い出に。コース内容詳細はQRコードからご覧ください。

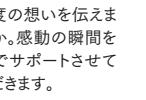
tel.022-265-5502

仙台市青葉区中央4丁目1番8号  
JR仙台駅より徒歩3分  
営業時間11:30~14:30(L.O.14:00)  
17:00~21:00(L.O.20:00)/定休日水曜日



### INFORMATION

【要チェック】チャペル貸切。一生記憶に残る最高プロポーズを。  
ホテルモントレ仙台のチャペルを貸切で行うプロポーズプラン。一度に一度の想いを伝えませんか。感動の瞬間を全力でサポートさせていただきます。



泊まる

仙台駅の見えるラウンジで贅沢なひと時を



◆ダブルのお部屋は153cm幅のベッドで、2名利用でもお寛ぎいただける広さ♪

## リッチモンドホテルプレミア仙台駅前

仙台駅すぐの好立地◎大人気の朝食ビュッフェでは、はらこ飯や牛タンカレー・山形風芋煮など東北の彩りメニューを楽しめます。バレンタイン期間には生チョコトリュフもご用意♪夜は、プレミアラウンジで仙台の美しい夜景を一望しながら厳選されたドリンクをご堪能いただけます。大切な方と贅沢なひとときをお過ごしください。（※ウェルカムドリンクは宿泊者様限定）

tel.022-716-2855

仙台市青葉区中央2-1-1 仙台東宝ビル5F/JR仙台駅より徒歩3分・JR仙石線あおば通駅徒歩1分/営業時間 朝食ビュッフェ利用6:30~10:00・ランジ12:00~23:00/ご予約はお電話or右HPから！



### INFORMATION

ウェルカムドリンク一杯無料！  
●ご宿泊のお客様にはカクテルやワイン、地ビールといったウェルカムドリンクをご用意しております。【ご提供時間18:00-22:00】  
※一滞在につきひとり一杯無料

季節限定のお食事や宿泊プラン、イベント情報など、注目のトピックスを毎月ご紹介。憧れのホテルステイがもっと特別になる、最新情報を届けします。

January  
1

食べる

大切な人と過ごす、美食時間。



(上)中国料理 桃李  
(左)日本料理・鉄板焼 はや瀬  
(下)レストラン「セレニティ」

## ホテルメトロポリタン仙台

特別な日は、ホテルメトロポリタン仙台で極上の美食時間を。和・洋・中それぞれの洗練された空間でこだわりのコースをお届けいたします。旬を昇華させたフレンチ「セレニティ」、伝統と革新の中国料理「桃李」。そして日本料理「はや瀬」の鉄板で焼き上げる仙台牛の音や香りは、特別な席をドラマティックに彩ります。大切な方と、優雅なひとときをご堪能ください。

ご予約・お問い合わせはHPから！

仙台市青葉区中央1丁目1-1/JR仙台駅より徒歩約1分/営業時間、お問い合わせ先は店舗により異なります。詳細はHP(右側QR)からご確認ください



### INFORMATION

記念日を彩るアニバーサリープラン  
■レストラン セレニティ 2ドリンク・ケーキ付コース 8,000円/10,000円/13,000円  
■中国料理「桃李」 ベアコース 35,000円～  
※詳細はHPにて

## 秋保風雅

夜を彩る大人の宿をコンセプトとする秋保風雅では、全24室大人限定宿の落ち着いた雰囲気の中でお過ごし頂けます。記念日プランではデザートプレートとグラスシャンパンのワンドリンクサービスをご用意しております。（ノンアルコール変更可能）

大切な方の誕生日はもちろん、大事な記念日やちょっとしたお祝いなど様々なシーンにぜひご活用ください。

tel.0570-016-801 (9:00~18:00)

仙台市太白区秋保町湯元薬師40-2/JR仙台駅よりお車にて約30分／駐車場あり／ご宿泊のご予約はお電話または右の二次元コードから（公式HPからのご予約で5%off!）



### INFORMATION

背徳感溢れる極上の「メバフェ」  
バー「夢寐 mubi」にてご夕食後に「メバフェ」をご用意。目の前で仕上げられるオリジナルカクテルとご一緒にお愉しみください。



# 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。

運動なし、3ヶ月で-8kg！朝起きるのが楽、だるさが  
なくなってパフォーマンスが上がったなどの声多数！

ご予約時アリフト見たで  
**個別カウンセリング（90分）**  
通常10,000円→無料

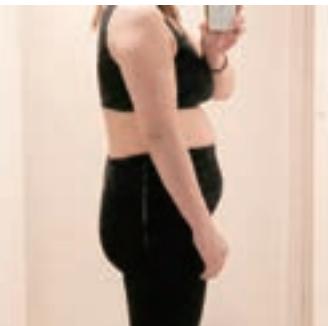
※他券併用不可  
※ご予約時LINEメッセージにて「アリフト見た」と返信ください

2026年2月28日迄

ご予約は  
こちら



40~60代必見！個別カウンセリング内容  
・食事改善って？・なぜ太るの？なぜ痩せないの？  
・パーソナル食事アドバイス  
指導はスーパーで売ってる食材のみ！販売商品はありません。さらに個別指導を受けたい方だけの有料講座もあります○  
◆食べ痩せレシピBOOKプレゼント



【女性限定】運動なしで痩せられる食事法を知りたい方必見！毎日食べている食事だけで解決できるダイエットです。更年期世代は食事を改善しなきゃ痩せない、健康になれないと実感。リバウンドしないダイエット法で、私だけでなく家族全員が健康になれました。（仙台市在住50代女性）

食べて痩せる専門講師 立花いづみ

仙台市青葉区国分町2-7-2TONEYAビル2F YUENカフェ内／公式LINEにて24時間予約受付中！ZOOMなどのオンラインでの対応も可能／インスタグラムでは衝撃のビフォーアフターやお客様の声を更新中→



»アーケード内BEAMS・藤崎から徒歩1分

日替わりランチは3種類のカレーからお選び頂けます。  
サラダ・ドリンク付きで圧倒的コスパ◎

Instagram  
も更新中♪



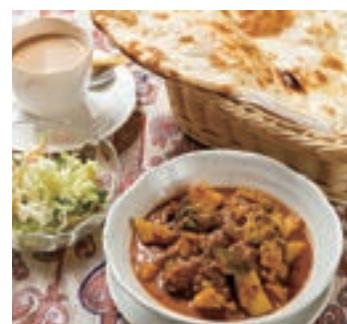
ご来店時アリフト見た&切り抜き提示で  
**おかわりナン 1回無料！**

※他サービス併用不可  
※グループ利用可  
※2月11日(水)営業します！12日(木)休業です。

2026年2月28日迄

日替わりランチ1,030円(税込)！

★日替わりランチはボリュームも満点でこの価格！  
→カレー、ナン、ライス、サラダ、ドリンク付き  
◎迷ったらこちらもオススメ！  
★Aランチ ..... 1,130円(税込)  
(3種のカレーからお2つお選びください！)  
カレー2種、ナン、ライス、サラダ、ドリンク付き



便利なアーケード内なのに見逃していませんか？インド人シェフが作る本場のインドカレーと窯焼きのもちもちナンは絶品！日替わりランチとAランチがリピート続出!!ボリュームが自慢で、手軽に本格的な味が楽しめます。  
+200円で、当店大人気のチーズナンに変更できます。

杜のインド料理 アシルワード  
TEL 022-399-9216

仙台市青葉区一番町3-1-16 PARM-CITY131ビル 3F  
月～日11:00～16:00(L.O. 15:00)、18:00～23:00  
(L.O. 21:30)／水曜定休／他メニューは食べログから！



»仙台市地下鉄南北線「五橋駅」北3出口より徒歩2分

立ち昇る炭の香り、弾ける音。五感を揺さぶるライブキッチン  
三陸の海と仙台の恵み、東北の地酒に酔う彩旬の夜

ご予約時アリフト見たで  
・三陸茶漬け・アパ社長カレー  
・シャーベット いずれか1品サービス

※他券・他サービス併用不可

2026年2月28日迄

ご予約時アリフト見たで  
宴会コースのご利用で  
飲み放題「30分」延長

※他券・他サービス併用不可  
※飲み放題を含むいずれのコースも対象  
※ただし単品飲み放題での利用は適用外

2026年2月28日迄



立ち昇る炭の香り、弾ける音が五感を刺激するライブキッチン。熟練の料理人が目の前で、とろけるような仙台牛や三陸の新鮮な海の幸を巧みに焼き上げます。宮城の恵みを一皿から堪能できる単品メニューもあり。サクッと飲みも気軽にご利用下さい。周りを気にせず寛げる半個室や完全個室もご用意。特別な夜を記憶に残る美食とともににお楽しみください。

◇青葉コース（飲み放題120分付）

お1人様6,600円（税込）  
仙台名物牛タンや三陸の幸など、東北の味覚を「卓盛り」スタイルで気軽に楽しめるプランです。  
◇彩旬コース（飲み放題120分付）お1人様8,800円（税込）／仙台牛や旬の海鮮を贅沢に使用。「個人盛り」で、接待や大切なお集まりにも最適。



五感が呼び覚ます、  
美食の臨場感



熟練の料理人が魅せるライブキッチンが目の前で展開。目の前で仕上がる一皿と東北の地酒と共に大人な女子会はいかが。

炭火焼きと三陸海の幸  
仙台彩旬

TEL 022-266-4911

仙台市若林区五橋3-1-1アパホテル仙台駅五橋2F／17:00～23:00(L.O. 22:45)  
[月曜・火曜定休] ビール＆ハイボール半額！

»県庁裏、勾当台公園から徒歩3分

寒い季節にはこの一杯！  
程よい辛さ「ピリ辛ごま味噌担々麺」

ご注文時切抜きお渡しで

**①六三四 麺類 100円引き**

ぜひ切り取ってお財布に!  
※ご注文時にご提示ください。  
※①と②は一緒に使えません。

2026年2月28日迄

ご注文時切抜きお渡しで

**②六三四【晩酌セット】**  
中瓶ビール+メンマと煮卵500円

※1枚で1名様のみ利用可  
※ランチ・ディナーともに利用可※ビールの代わりに日本酒2杯も可 ※①と②は一緒に使えません。

2026年2月28日迄



ごま香る濃厚なスープ、もちもちの自家製麺、シャキシャキ野菜の相性が抜群！程よい辛さのスープが麺によく絡んで後を引く美味しさです♪肌寒いこの季節、ピリ辛の担々麺で冷えた体を温めましょう！やみつき間違なしの「ピリ辛ごま味噌担々麺」（900円）は当店オススメの一品です！割引券を切り取ってお財布に！是非一度ご賞味ください！

ラーメン六三四(むさし)

TEL 022-213-3967

仙台市青葉区上杉1-3-23  
11:00～20:30 日祝～19:30 ※16:00～17:00は準備中  
※状況により変更あり／土曜定休

»勾当台公園駅より徒歩1分

歴史を継ぎ足す秘伝のタレが香るレトロな空間で誰もが驚く衝撃価格「え、こんなに食べてこの値段!?」

Instagram  
はこちら



ご来店時切抜き持参で

**90分飲み放題1,980円→999円**

※その他サービスとの併用不可  
※タイガーショップでのみ有効  
※写真・コピー不可

2026年2月28日迄

「お通し・席料0円」

一杯、一串から、お気軽にどうぞ！

賑やかに家族で、ゆっくり夫婦二人で。お財布を気にせず、それが食べたい串焼き一本、飲みたい一杯だけを注文できる！浮いたお通し代で「味が選べる鉄板焼きそば」を追加してシェアするのも◎この「0円」が、みんなの楽しい時間に、彩りを添えてくれます。



おでん・やきとりは1本90円～！レトロな雰囲気とお財布に優しい価格でなんだかホッとするお店です。仕事終わりにふらっと寄るもよし！会社や友人との集まりに使うもよし！コースは、8品2h飲み放題付で3,500円と9品3h飲み放題付4,500円の2種類をご用意。右下QRの食べログからも予約可！



大衆酒場 タイガーショップ

TEL 022-393-9449

仙台市青葉区一番町4-5-26 1が4ビルB1F／月～木17:00～翌1:00、金17:00～翌3:00、土祝前日14:00～翌3:00、日祝14:00～翌1:00／昼飲み歓迎／インボイス対応店／喫煙可



»地下鉄青葉通一番町駅より徒歩5分 電力ビル裏ちかく

11/29一番町にOPEN！仕事帰りに癒やしの一杯を。  
お一人様もグループも歓迎。夫婦で営むビストロ

WEB予約  
はこちら



お会計時切抜き持参で

**お会計より 10%OFF**

※他券・他サービス併用不可  
※グループ利用可能

2026年2月28日迄

・グラスワイン常時20種以上(700円～)

・その他ノンアルコール、ビール、ソフトドリンク有  
・東北食材を使用した洋風料理やおつまみ(500円～)  
・お一人様用「ちょっとサイズ」もご用意(550円～)  
※その他人数やご要望に応じてコースもご用意  
※各種カード、電子マネー決済も利用可能



東北の旬食材を使った逸品とワインを常時20種以上ご用意。季節ごとの限定メニューとのペアリングも愉しめる。3日漬け込みじっくり煮込んだ「和牛の赤ワイン煮込み～ブルゴーニュ風(1,850円)」。濃厚な旨味はワインと相性抜群でおすすめの一品。ちょっとサイズもご用意。



Le blanc (ル ブラン)

TEL 070-2348-8577

仙台市青葉区一番町3-8-1 ラベルヴィビル3F  
平日17:30～、土日16:00～(L022:00)  
月曜・第2、4日曜定休／食べログより予約可



»仙台市地下鉄南北線「五橋駅」北3出口より徒歩2分

立ち昇る炭の香り、弾ける音。五感を揺さぶるライブキッチン

三陸の海と仙台の恵み、東北の地酒に酔う彩旬の夜

ご予約は  
こちら



ご予約時アリフト見たで

・三陸茶漬け・アパ社長カレー

・シャーベット いずれか1品サービス

※他券・他サービス併用不可

2026年2月28日迄

ご予約時アリフト見たで  
宴会コースのご利用で  
飲み放題「30分」延長

※他券・他サービス併用不可  
※飲み放題を含むいずれのコースも対象  
※ただし単品飲み放題での利用は適用外

2026年2月28日迄



立ち昇る炭の香り、弾ける音が五感を刺激するライブキッチン。熟練の料理人が目の前で、とろけるような仙台牛や三陸の新鮮な海の幸を巧みに焼き上げます。宮城の恵みを一皿から堪能できる単品メニューもあり。サクッと飲みも気軽にご利用下さい。周りを気にせず寛げる半個室や完全個室もご用意。特別な夜を記憶に残る美食とともににお楽しみください。



五感が呼び覚ます、  
美食の臨場感



熟練の料理人が魅せるライブキッチンが目の前で展開。目の前で仕上がる一皿と東北の地酒と共に大人な女子会はいかが。

炭火焼きと三陸海の幸  
仙台彩旬

TEL 022-266-4911

仙台市若林区五橋3-1-1アパホテル仙台駅五橋2F／17:00～23:00(L.O. 22:45)  
[月曜・火曜定休] ビール＆ハイボール半額！

**Vegip** 野菜で包む専門店

本格シュラスコを季節の野菜で包んで食べる『新感覚サムギョプサル』

組み合わせは自由自在!

シュラスコとは、大きな肉の塊を鉄の串に刺してじっくり焼き上げ、焼けた部分を目の前で切り分けるブラジル発祥のBBQ料理!

## 学生さん大歓迎!女子会にも!新感覚サムギョプサル!

# 食べ放題コース 2名様~OK

- アルコール飲み放題付プラン 4,000円~
- ノンアルコール飲み放題付プラン 3,800円~

ノンアル50種類以上ご用意!

冬でも  
夜でもOK  
みんなで一緒に乾杯!

大人数でのご利用も大歓迎!

野菜で包む専門店ベジップ 仙台店

地下鉄青葉通一番町駅 南1出口から徒歩3分

仙台市青葉区一番町2-7-9 DK一番町ビル3F

月~日・祝日・祝前日

- 11:30~15:00 (料理L.O.14:30 ドリンクL.O.14:30)
- 16:30~23:00 (料理L.O.22:30 ドリンクL.O.22:30)

TEL 022-398-9483

ご予約は こちらから こちらから

ロイヤルブレンド 990円

アイスコーヒー 990円

サンドイッチセット 1,650円

※すべて税込価格

### \50年の感謝をこめて/ 心をほどく至福の珈琲

その他のメニュー等は HP・Instagramへ

HP Instagram

やや固めの新作レトロプリン  
クリームやフルーツと口いっぱいの幸せを  
シフォンケーキ  
プランナーの香りとナツの食感が  
口いっぱいに満たされます

口当たりも味わいもふんわり  
創業以来定番のケーキ  
レアチーズケーキ  
もちっとした滑らかな口触り  
50年以上人気なメニュー

ホシヤマ珈琲店

TEL.022-263-5560

仙台市青葉区一番町4-9-1  
かき徳・玉澤ビル3階  
営業時間 10:00~19:00  
店休日 月曜日

市役所・  
定禅寺通り 東  
三越 番  
ゼットアリ  
通り

ご注文時切抜きお渡しで  
ドリンク1杯目 2杯目無料

※ホシヤマ珈琲店本店のみ有効  
※他券・サービスとの併用不可  
※1枚あたりグループ4名様まで利用可能

2026年2月28日迄

ご注文時切抜きお渡しで  
ドリンクご注文で 4種のケーキから 1つ無料

※ホシヤマ珈琲店本店のみ有効  
※他券・サービスとの併用不可  
※1枚あたりグループ4名様まで利用可能

2026年2月28日迄

人気No.1  
特製煮干そば 1,220円

うちに来い  
本物を食べたいなら

柏木本店

■ 仙台市青葉区柏木2丁目6-28  
■ 営業時間 11:30~14:30 / 18:00~22:30  
■ 定休日 なし  
■ 営業時間は Xでご確認ください

LINE公式アカウント 友だち追加でお得なクーポンや最新情報をGET!

ARIFT読者限定クーポン

淡麗盛り付け シンプルver 590円

シンプル煮干そば 590円

ガツツリ淡麗 1,130円→800円

かけ中濃 830円→590円

## 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**

株式会社シーエーブラント  
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。

スマートフォンのアプリ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)

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。  
QRコード: https://x.gd/Wmllo  
応募締切: 2026年2月13日(金)迄

Editor's Note ~編集後記~

正月休みは友人と飲んで食べて…増えた体重、リセットできましたか?私はこれからです。今年は自分のペースで運動を始めてみます!(中央エリア担当:熊谷)

2026になりましたね!今年もみなさまに嬉しい情報を発信できるように頑張りますので、毎月お楽しみにしてください!JR(富谷・泉エリア担当 齋藤)

寒い毎日ですが長町エリアには温まる美味しいご飯が沢山!2026年も役立つ地域情報をお届けできるよう頑張ります!(長町エリア担当 梅山)

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 022-792-8101  
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。●本誌掲載記事の無断転載を禁じています。●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。

»地下鉄富沢駅より徒歩10分

「腰痛、背部痛、肩痛・肩こり、疲れ」の軽減  
一般向けツボ講座(50分/1,100円)も行っています

ご予約時アリフト見たで  
【アリフト読者限定】  
⇒初回施術4,000円

※「アリフト見た」で有効

※他券併用不可

2026年2月28日迄

ホームページ  
はこちら

ホームページで健康になるための、  
耳よりな情報を発信中！

上記のQRコードからホームページに入っていただき、「NEWS」に健康に関するコラムを掲載しております。気になる方はぜひご覧ください。

私はワクチンを接種せず、コロナ危機を乗り越えます。当院のシアバタークリームは解毒作用の高いアロマオイルを加え作成しています。足に塗ると手がポカポカになり夜ぐっすり眠ることが期待できます。他に保湿効果も抜群です。5g、880円です。お問い合わせください。



庄子治療院

TEL 022-743-2327

仙台市太白区泉崎1-32-20プレミア泉崎202  
木・土13:00~17:00(祝日は休みになります)  
P1台有



»仙台駅徒歩15分 仙台宮町郵便局2F

妊娠中も産後も安心！産後の腰痛、体型の変化に悩むママさんたち、宮町鍼灸整骨院にご相談ください♪

詳しくは  
こちら

産後の腰痛・体型の変化などのお悩みがある方必見！4ヶ月でしっかり効果を実感できる、高い技術力の産後骨盤矯正が大人気◎ご紹介も多数！ベビーベッド・キッズスペース完備でお子様連れも大歓迎◎妊娠中のお悩み相談やマタニティメニューもおすすめ♪



妊娠中・産後の腰痛や体型の変化に悩む、頑張るママを応援します。自分ことはついつい後回し…になってしまいかね？国家資格保

有者が一人ひとりに寄り添い、全力でサポートします♪その不調、もう我慢しないで大丈夫です。お気軽にご相談ください。

宮町鍼灸整骨院

TEL 022-268-0855

仙台市青葉区宮町2-1-47 阿部幸ビル2F  
平日9:00~20:00(昼休み有)／土曜・祝日9:00~18:00／日曜定休／店舗インスタグラムも更新中



»勾当台公園から徒歩6分

国家資格者があなた専属でマンツーマンサポート！  
国分町で叶える理想のボディメイク

WEB割引  
特典あり

国分町で国家資格を持つ体のプロがマンツーマン指導するパーソナルトレーニング！痛みの原因を見極め、治療後のリハビリから体質改善、理想のボディメイクまで徹底サポート。経験豊富なトレーナーが個別メニューにより効率的に改善。平日は夜21時まで対応。



「長年の腰痛で諦めていましたが、プロの指導で痛みが改善して、体も引き締まりました！整骨院併設だから、安心してトレーニング

できます。私だけのメニューで無理なく続けられ、姿勢も改善できたので通って本当によかったです！」

パーソナルトレーニングベース仙台

TEL 022-711-8232

仙台市青葉区国分町3-11-6レジデンス27番館  
1F(やさしい整骨院併設)／平日11:00~21:00(昼休み有)／土曜・祝日10:00~18:00／日曜定休



## ARIFT読者プレゼント当選者から 喜びの声が届きました♪

当選商品

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！

**新理容 もとつぐ 一胤**

お客様の声

●カット、顔剃り、シャンプー全てが丁寧でヘアスタイルの要望も細かく応えていただけます  
●カット後、髪が伸びても違和感がない仕上がりに満足しています  
●マンツーマンなので他人を気にすることもなく、ゆったり気楽にお話できて楽しく過ごせました

北目町通り(仙台駅徒歩5分)

乾かすだけで決まる“髪型”  
男性の肌に優しい“顔剃り”をご提供します

MENU

ヘアカット 6,600円

[シャンプー、シェービング、眉カット、スタイリング込]

シェービングのみ 3,300円

(※眉カット、うぶ毛剃り)

白髪染め 11,000円 白髪ぼかし 8,800円



ジャズの流れる個室空間

ホットペッパー  
口コミ  
**4.79!**

ご予約方法

ホットペッパー  
通常メニュー(¥6,600)にてご予約いただき、ご来店時、ARIFT読者限定クーポンの切り抜きをご持参ください。

電話

お電話にて「アリフト見た」とご連絡いただき、ご来店時、ARIFT読者限定クーポンの切り抜きをご持参ください。

HotPepper



Google

新理容 もとつぐ Q

仙台市青葉区中央

4-8-16

大泉ビル1F

9:00~18:00／無休

TEL.022-724-7989

Instagram



アリフト読者限定  
**Coupon**

ヘアカット

通常6,600円 ↓ 2,100円 /  
**4,500円**

ご新規様も！  
2回目以降の方も！

2026/2/28まで有効

新理容 もとつぐ

# 40代からの痩せない悩みは酵素SPAで解決!!

酵素SPAはこんな方にオススメ 冷え性・むくみ・肩こり・肌荒れ・デトックス・ダイエット・妊活etc...

一体、酵素って何!?代謝低下の原因は?

体内酵素は年齢とともに減少!消化にばかり酵素を使われると、脂肪燃焼(代謝)が後回しに…。

ARIFT  
読者限定!

WEB予約よりお得!

\手ぶらでOK!/ 酵素SPA+選べるフェイシャルパック付きコース

※本クーポンの切り抜きをご来店時にお持ちください。※他券・サービス併用不可

※酵素着レンタル付き♪ クレンジング、洗顔、シャワー完備! ※シャンプー・トリートメントは550円で貸し出し可

▶そこで、酵素SPAで外から補給!

380種以上の自然発酵熱で大量発汗&デトックス。代謝アップ&痩せ体质へ♪

通常5,720円→

2026年2月28日迄有効

☑体感温度は40度前後で  
サウナが苦手な方でも安心♡

☑疲れやすい、身体が重い、  
眠りの質が悪い方にお勧め♡

免疫力  
アップにも!

HPはこちら

ホットペッパー  
ピューター

10:00~21:00(最終受付19:30)土日のみ  
お電話にてご予約を承っております。

お車でお越しの方は近隣のコインパーキングをご利用ください

19時以降をご希望される方はお気軽にお電話でご相談ください!

TEL 022-222-3733

酵素SPA オアシス&セラビション

仙台市青葉区一番町4-5-7 シエロー一番町4丁目ビル4F

**無料説明会 開催中!!**

# ドライヘッズパセラピストスクール

「手に職」を、もっと身边に。誰かを癒やし、あなた自身を輝かせる。



東北No.1のスクール数  
卒業後の豊富な進路

未経験からプロになる  
△子育てママ多数!/  
自由に選べるスケジュール

最短5日で資格取得  
△低コスト/  
独立開業・副業スタートにも

**こんな方におすすめ**

- ✓ ご家族やお友達など身近な人を自分の手で癒やしたい
- ✓ 未経験から企業・個人サロン開業をしたい
- ✓ 子育て・家庭と両立できる仕事がしたい

**協会認定の本格技術を習得**

無料説明会  
ご予約・スクール詳細は  
こちら

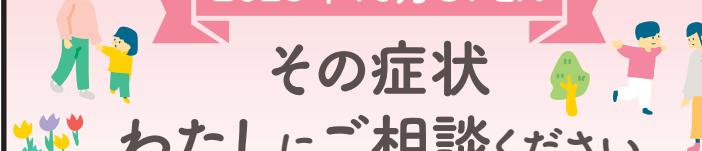
QRコード

仙台市青葉区一番町2-7-5  
一番町第一ビル2F  
市営地下鉄東西線青葉通一番町駅から  
アーケード内徒歩2分♪

Tel.022-707-5814  
メール info@happiness-creation.com

2025年10月OPEN

## その症状 わたしにご相談ください



院長 安部悠子  
東海大学医学部卒業

医師として12年近く、呼吸器疾患や生活習慣病など幅広い内科診療に携わってきました。とくに「咳が止まらない」「息苦しい」「眠れない」など、呼吸器と睡眠に関する悩みに対応してきました。女性医師だからこそ、些細なお悩みや不安も話しやすいこともあるかもしれません。クリニックに来て良かったと感じていただけたら嬉しいです。

いびき、日中の眠気でお悩みの方へ

- ⌚ 2週間以上、咳や痰が続いている
- ⌚ 季節の変わり目や、冷たい空気を吸った時に咳が出やすい

お昼休みもお仕事帰りも通える診療時間

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~14:30	●	●	●	●	●	▲	休
16:00~19:00	●	●	●	●	●	休	休

▲…9:00~13:00 土曜日午後、日曜日、祝日、年末年始  
※受付時間は、診療時間終了の30分前までとなります。

青葉通一番町 ゆうこ内科・呼吸器内科クリニック

TEL.022-226-8372  
仙台市青葉区一番町3丁目8-11  
アクアセカンドビル 2F  
青葉通一番町駅の北1出口より  
徒歩約1~3分

HP・診療予約は  
こちら

QRコード



**丸森歯科医院**



院長 丸森 亮太朗  
RYOTARO MARUMORI

日本顎咬合学会 かみ合わせ認定医  
宮城県仙台第二高等学校卒業/東京歯科大学卒業  
東北大学歯学部歯学研究科博士課程修了  
2008年~2015年 東北大学歯学部歯学研究科  
非常勤講師

## 新生活に備える2月、かかりつけ歯科を見つけて継続ケアしませんか?

落ち着いた雰囲気の待合室  
歯医者特有の緊張感を少しでも和らげ、リラックスして診療をお待ちいただける明るく清潔な待合室。

国内唯一の認可された歯周病治療器を導入  
※2025年8月1日時点  
青色光・超音波振動・過酸化水素を組み合わせ、歯周病の原因菌を効果的に殺菌・除去。特に高齢者や体調に不安がある方、痛みに敏感な方には負担が少なく治療を進めやすい方法です。

丸ちゃん先生に聞いてみよう!

Q. 寒いと歯がしみるのですが、なぜですか?

A. 歯の内側が刺激に敏感になっている可能性があります

寒い時期に「冷たい空気が当たると歯がキーンとする」という相談はとても多くなります。主な原因は知覚過敏です。歯の表面を覆っているエナメル質がすり減ったり、歯周病などで歯ぐきが下がったりすると、歯の内側が外からの刺激を受けやすくなります。その状態で冷たい空気や飲み物に触れると、しみる症状が出やすくなるのです。また、歯ぎしりや食いしばり・初期のむし歯・歯周病の進行などが原因になっていることもあります。「一時的だから大丈夫」と思って放置すると、症状が悪化することもあります。しみる症状が続く場合は、早めにチェックを受けましょう。原因に合わせたケアを行うことで、症状が楽になるケースも多いですよ!

訪問歯科診療を行っています

※院より半径16km以内の訪問になります

寝たきりで… 入院先で…  
歯が痛い 口臭が気になる  
入れ歯が合わなくなってきた

歯やお口でお悩みの方はお気軽にご相談ください!

お気軽にお電話ください  
**022-223-1221**

〒980-0802 宮城県仙台市青葉区二日町9-23  
プラウドタワー仙台晩翠通セントラル2階

ご予約はこちらから  
H P 予約ページ

QRコード

診療時間 月 火 水 木 金 土 日／祝  
9:00-12:30 ● ● ● ● ● ● /  
14:00-18:30 ● ● ● ● ● ▲ /  
▲土曜午後 14:00~17:30 【休診日】日曜日、祝日

地下鉄南北線 北四番丁駅から  
徒歩7分  
木町通 小学校 ● 31 北出口2  
ローソン ● 南出口1  
イオン仙台 晩翠通店 館内2階  
晩翠通 提携駐車場あり  
北四番丁通り

**看護職 復職支援研修会**

再就職・スキルアップを応援します！

参加無料  
お気軽にご参加ください

2.21(土) 9:30~11:30  
エル・ソーラ仙台  
研修室 (AER28階)  
〒980-6128 仙台市青葉区中央1丁目3-1

3.28(土) 9:30~11:30  
中小企業活性化センター  
セミナールーム (1)B (AER6階)  
〒980-6105 仙台市青葉区中央1丁目3-1

看護師・准看護師の資格を有する方対象  
職場復帰に向けた不安や悩みを少しでも解決するための研修会です。  
プランクや年齢に関係なく、お気軽にご参加ください♪  
※当施設への入職は問いません。

個別相談会あります  
事前予約の場合は前日までにお願いします！

西仙台病院 TEL 022-394-5721

IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会 お申込み・お問合せ

平日 9:00~17:00 / 土曜日 9:00~12:30  
[担当] 総務課：細川(ほそかわ)・中山(なかやま)

病院HP QRコード

**今日は TOKYO interior へ行こう！**

新1年生応援！

学習机コーナー  
ランセルコーナー

憧れの2段ベッドデビュー!  
キッズベッドコーナー  
全部まとめたベッドセット!

働くママ応援!  
キッズ食器や時短調理グッズも多数

KIDS LAND

室内で天候を気にせず遊ぼう♪スタッフが常駐していますので、安心してお買い物をお楽しみいただけます。  
※小学3年生まで(低年齢のお子様には保護者の付き添いが必要) ※有料、規定人数有り 10:30~16:30の中で90分毎3席入替制となります。

MOA cafe モアカフェ

お買い物の休憩はMoacafeでひと息♪併設カフェでは、お食事やドリンクが楽しめます。お買い物のかごのひと息にお立ち寄りください♪もちろんカフェのみのご利用もお気軽にどうぞ！

泉中央駅より車で11分  
旭ヶ丘駅より車で9分  
4号バイパス沿い

**東京インテリア家具  
仙台泉店**

駐車場あり カフェ併設 キッズスペース併設  
TEL.022-778-0111

仙台市泉区松森坂下38  
10:30~19:00 年中無休/駐車場有  
モア カフェ  
10:30~18:30(LO17:30)

HP Instagram

5,000円以上(税込)のお買い上げで  
**500円引き**  
※他サービス併用不可  
※一部対象外もございます  
※切抜持参  
2026年 2月28日まで有効

3,000円以上(税込)のお買い上げで  
**300円引き**  
※他サービス併用不可  
※一部対象外もございます  
※切抜持参  
2026年 2月28日まで有効

MOA cafe ドリンクチケット  
プレゼント

※切抜持参  
※1枚につき2名様まで適用  
※他サービス併用不可  
2026年 2月28日まで有効

MOA cafe ドリンクチケット  
プレゼント

※切抜持参  
※1枚につき2名様まで適用  
※他サービス併用不可  
2026年 2月28日まで有効

KIDS LAND

90分無料  
※切抜持参  
※1枚につき1名様まで適用  
※他サービス併用不可  
2026年 2月28日まで有効

**地域密着！** メガネの新調に！ 学生さんにも！ 老眼鏡にも！

名取駅東口から徒歩1分 | 図書館の向かい | メガネのセレクト

**Sale 開催！**

フレーム レンズ メガネ拭き ケース

メガネセットがスペシャル破格！

—「アリフトを見た」方はどなたでも割引—

通常8,800円(税込) ▶ **6,800円(税込)**

通常5,500円(税込) ▶ **3,900円(税込)**

**2026年2月末日まで！**  
アリフト読者限定クーポン  
ご来店の際にこちらのクーポンの切抜きを持参、または「アリフト見た」と一言。  
※1枚で1組有効

**SELECT** - セレクト -  
名取市増田2丁目4-45クレール.S-1F  
営業時間 | 10:00~18:00※土曜は17:00まで  
駐車場あり／日・月・祝定休  
TEL 022-398-3228

腕時計の電池交換も承ります  
**880円～(税込)**



通常8,800円(税込)セット **6,800円(税込)**  
通常5,500円(税込)セット **3,900円(税込)**

# 不動産を活用して、暮らしをラクにしませんか？

「最近、こんなお悩みが増えてます」

不動産を  
すぐに現金化  
したい

不動産を  
売らずに現金化  
したい

収入が  
減って困った

老後の  
生活費が不安

とにかく  
話を聞いて  
欲しい

「どこに何を相談したらいいか分からず」でのご相談がほとんどです

「問題解決の糸口を一緒に探しましょう！」

経験豊かな担当者が、弁護士・司法書士・税理士と連携を図り、問題解決のお手伝いをいたします。解決実績多数、お気軽にご相談ください！

秘密厳守・相談無料

不動産と家計問題の相談所

有限会社 グッドプランナー  
宅地建物取引業 宮城県知事免許(3) 第6044号



困ったときは、まずお電話を！  
022-776-2125

〒981-3112 宮城県仙台市泉区八乙女4丁目9-8 2F

営業時間 10:00 ~ 18:00

夜間対応可能



格安価格!!

給湯器の買い替えなら

## シマツがオトク！

Rinnai  
ガス風呂給湯器  
20号オートタイプ壁掛

施工保証10年無料  
本体 + リモコンセット +  
工事費 + 撤去・処分費

※ノーリツ、パロマも取り扱いあります。

115,800円 (税込)  
格安！

Paloma  
エコジョーズ  
20号オートタイプ壁掛

施工保証10年無料  
本体 + リモコンセット +  
工事費 + 撤去・処分費

※リンナイ、ノーリツも取り扱いあります。

148,000円 (税込)  
格安！

CHOFU  
石油給湯器  
据置タイプ

施工保証10年無料  
本体 + リモコンセット +  
工事費 + 撤去・処分費

※ノーリツ、コロナも取り扱いあります。

218,000円 (税込)  
格安！

シマツ株式会社

山形本店：山形県山形市鉄砲町二丁目4番1号  
仙台店：仙台市青葉区小松島2-23-23  
仙台鶴ヶ谷店：仙台市宮城野区鶴ヶ谷1-36-17  
仙台五橋店：仙台市青葉区五橋2-10-25  
山形鶴岡店：山形県鶴岡市布目字宮田21-3

HPは  
こちら

お問い合わせ  
0120-841-910

シマツ 給湯器 仙台 検索

スタッフ  
募集中！

アリフトを見たで掲載機種をご成約いただいた方に  
クオカード3,000円分  
プレゼント

※リンナイガス風呂給湯器は  
対象外です

有効期限 2026年2月28日まで

宅レンの  
格安  
レンタカー

●仙台駅東口●陸前高砂駅  
●仙台港フェリーの乗り場  
●八乙女駅  
●長町駅東口への

宅配  
無料¥0!

詳しくはホームページでチェック！

料金表 消費税込の会員料金です。

掲載以外の車両もご用意しております！

※繁忙期は、ハイシーズン割増料金となります。あらかじめご了承ください。

軽自動車

6時間まで

550円～

24時間まで

1,980円～

法人長期月額

19,800円～

コンパクト  
カー

6時間まで

1,870円～

24時間まで

2,970円～

法人長期月額

32,450円～

ハイブリット  
カー

6時間まで

3,190円～

24時間まで

4,730円～

法人長期月額

49,500円～

ワンボックス

6時間まで

3,520円～

24時間まで

4,290円～

法人長期月額

48,400円～

軽トラ・軽バン

6時間まで

2,970円～

24時間まで

3,960円～

法人長期月額

36,300円～

バン

6時間まで

2,145円～

24時間まで

3,300円～

法人長期月額

32,780円～

※ハイシーズンは割増料金となります。あらかじめご了承ください。※写真はイメージです。

宅レンの  
格安車検

激安車検 鋼金塗装

事故車、故障車の  
引取修理

車の事なら何でもおまかせ

- 車検/法定点検/一般整備
- ガラス修理/交換
- 修理車両の  
引き取り納車、無料代車
- 鋼金塗装
- 事故車/故障車のレッカー/修理

ご希望の場所まで  
引取・納車いたします！

※地域により有料になります

見積無料

■車検料金例(基本コミコミ料金)  
[車検・無料代車は予約制となります]

ワゴンR・ムーブ (軽自動車)	44,590円 <sub>税込</sub>
ヴィッツ・フィット等	57,250円 <sub>税込</sub>
プロボックス・ ADバン等	42,650円 <sub>税込</sub>
プリウス・アクア等	55,950円 <sub>税込</sub>
ヴォクシー・ ステップワゴン等	73,750円 <sub>税込</sub>

※車種の年式によって重量税が異なります※外車は料金別途となります  
※不具合や交換部品、お客様のご要望により料金が変動します

大好評!  
高価出張  
買取

「こんなものも売れるの？」  
と思ったらまずはご相談を！

- 車検切れ
- 事故車
- バン
- トラック

何でもご相談ください！

車のことなら  
何でもお任せ!!

宅レン

022-352-6400

詳しく述べ  
宅レン  
で検索！

※オプションでナビ・ジュニアシート・チャイルドシート・三角表示板等もあります。※宅配・引取場所までの距離1kmあたり132円頂きます。※営業時間・料金は時期により変更となる場合がございます。※免許をお持ちの73歳未満の方へ貸し出し致します。(高校生不可)

仙台店 宮城野区岡字北高屋敷 29

仙台北店(水曜定休) 青葉区鷺ヶ森 1-3-10

六丁目の駅前店 仙台市若林区六丁目の西町 3-48

来店販渡・返却／ 9:30~19:00

宅配販渡・返却／ 10:30~18:30

※水曜日は電話受付9:30~18:30

初めてのお客様の必要書類

会員様料金 ① 免許証 ② クレジットカード ③ 郵便物(検針表)

一般様料金 ① 免許証 ② 健康保険証 ③ 郵便物(検針表)

住まいのプロが無料で一括査定！

# あなたの不動産、売ったらいくら？



一戸建て



マンション



土地

「相続した不動産をできるだけ高く売りたい」「古い家だけど売却できるの？」  
「空地を処分したい」など、無料査定あなたの不動産の価格が分かります！  
いますぐの売却を考えていない方でも、今後に備えまずは相場を知ることから  
始めてみませんか。

企画・編集：ARIET編集部 仙台支局

お陰様で地域密着30年！地域を  
知り、地域に根ざした会社です。



不動産歴の長いベテランスタッフが、土地、戸建、マンションなど業界と地域に精通した知識で、仙台市内はもちろん郊外エリアまで、最後までお客様に寄り添った接客をいたします！



有限会社エルシード

0120-371-005／仙台市泉区松森字陣ヶ原31-42-101／南光台東一丁目バス停より徒歩8分／9:00～18:00／宮城県知事(6)第4503号（社）全日本不動産協会会員 不動産公正取引協議会加盟

土地・中古戸建ての売却は飯田  
産業へ無料査定・相談実施中



当社の買取査定では、飯田産業が買主となり、お客様の土地、古家を直接購入いたします。直接の売買となり情報が他社に公開されることもありませんので安心です。ぜひご相談を。



株式会社飯田産業 仙台支店

022-742-2688／仙台市宮城野区宮城野1-11-1／JR榴岡駅徒歩6分／10:00～19:00／水曜定休／国土交通大臣免許(10)第3306号 建設業許可：国土交通大臣 許可(特-28)第24082号

売却を任せるなら39年連続全国  
売買仲介取扱件数No.1の当社へ



当グループは‘86年度～‘24年度の39年連続全国売買仲介取扱件数No.1です。無償の建物・設備調査や360°サポートなどの引渡し後も安心して頂く為のサービスも充実しております。

三井のリハウス



三井不動産リアルティ東北株式会社 仙台上杉センター

0078-60616-4659（通話料無料）／仙台市青葉区木町通2-6-53 あきはビルF 10:00～18:00／火曜、水曜定休／宅建業免許：宮城県知事(8)第3998号

丁寧・素早く安心なご売却なら  
サポート充実の東急リバブルへ



当センターでは、宮城野区、若林区を中心に不動産売買に関するご相談を承っております。相続、買い替え、リースバック、当社直接の買取など幅広いニーズにお応え致します。

東急リバブル



東急リバブル株式会社 仙台東口センター

0120-992-355／仙台市宮城野区榴岡2-1-12 KIビル4階／仙台駅東口徒歩2分／10:00～18:00営業／毎週火・水定休／駅スグ／宅建業免許：国土交通大臣(12)第2611号

グループの総合力ネットワークを  
活かした地域密着総合不動産！



不動産・新築・リフォーム・建売販売を全国101拠点に展開する土屋ホールディングスのグループ力で、様々な声にお応えできる総合力があります。大切な資産をどんな風に活用したいかご相談下さい。

土屋ホーム不動産



土屋ホーム不動産 仙台支店

022-253-6150／仙台市宮城野区宮城野1-20-10／JR宮城野原駅徒歩8分／10:00～19:00／水曜定休／駐車場有／宅地建物取引業者国土交通大臣(4)第7766号

宮城県内12店舗のネットワーク  
地域に精通したプロがサポート



宮城県で成約件数16,108戸(2012年～2024年販売数)の実績によるノウハウと県内最多店舗数(当社調べ)のネットワークで、お客様のご売却・ご購入を成功に導きます！お客様とのご縁をお待ちしております。

仙台、宮城に住もう。  
EIDAI HOUSE



株式会社 永大ハウス工業

0120-18-4646／仙台市若林区荒町211／10:00～18:00  
宅建業免許：宮城県知事(5)第4831号

※店舗へ直接のご連絡の際は、各店舗のホームページなどで営業時間や詳細をご確認ください

パソコンまたはスマートフォンからご応募ください

※携帯電話、FAXからは応募できません。

応募に関するお問合せ

ARIET編集部 TEL.022-792-8101

パソコンから

<https://forms.gle/EuDr2cwQNRwDWqrP6>

スマートフォンから



[応募締切]

2/24(火)

※具体的な査定・回答のため、各社より問合せが入る場合がございます。※物件によってはお取り扱いできないことがあります。※本応募について、契約や費用が発生することはありません。

一括査定にお申し込みされた方全員

QUOカード

2,000円分  
プレゼント！

[応募は1物件につき、お一人様1回限り]



2/24(火)

※宮城県内にお住まいの方限定。※締め切り後、後日発送させていただきます。  
※チェック項目全て回答いただいた方に限ります。  
※弊社を介さず、直接店舗へ来店・ご相談された場合は無効となります。

締め切り

眠らせている土地や相続した土地の活用にお困りの方へ

# 土地 空き家の 買取査定

狹い土地

中古戸建

お気軽に  
ご相談ください。

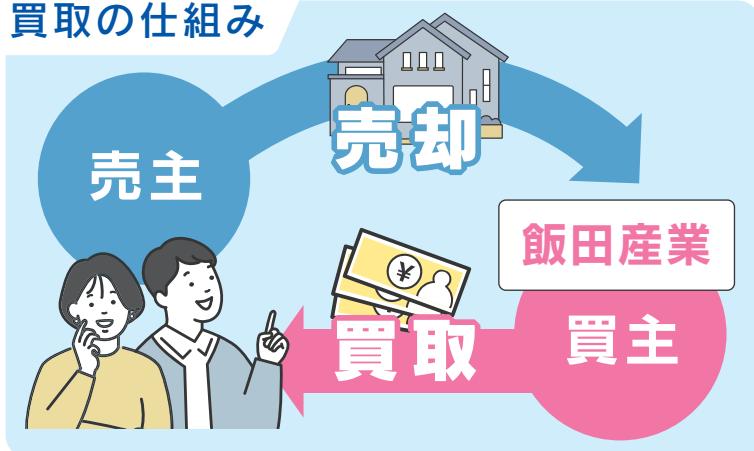
現在お住まいのお家

飯田産業が買主となり  
お客様の不動産を  
直接購入  
いたします



※買取は仙台市近郊の物件が対象です。※売却条件等により買取ができない場合があります。

買取の仕組み



## 飯田産業 買取のメリット

早急に  
現金化できる

仲介手数料が  
不要

住み替え時も  
安心

秘密厳守

購入者を探す手間を省き、  
当社が買取るので、  
早期の現金化が可能です。

当社が直接買い取らせて  
頂く場合、仲介業者への  
お支払いは発生しません。

ライフスタイルに  
合わせた住み替えを  
サポートします。

お客様からご要望のない限り、  
他社への仲介・媒介などで  
情報公開いたしません。

いいだのすみかえ

新居さがしもお任せください

お客様のご要望に合わせた物件をお探しします

飯田グループホールディングス  
株式会社 飯田産業

仙台泉店

宮城県仙台市泉区泉中央1-13-6  
赤間総業泉中央ビル1階

＼無料査定実施中!買取査定申込み・ご相談は／  
TEL 022-772-5388 ✉ izumi@iidasangyo.co.jp

ご希望・ご予算に応じて選べる!

家族葬 プラ

タクセル  
最安プラン

7.6 万円~

[税込83,600円]

※上記プランの金額に火葬料は含まれておりません。

家族葬のタクセル  
東仙台  
仙台市宮城野区東仙台3-13-48

家族葬のタクセル  
仙台国見ヶ丘  
仙台市青葉区国見ヶ丘2-1-1

家族葬のタクセル  
仙台北根黒松  
仙台市青葉区北根黒松1-15

家族葬のタクセル  
仙台中江  
仙台市青葉区中江2-1-10

家族葬のタクセル  
仙台一本杉町  
仙台市若林区一本杉町7-15

家族葬のタクセル  
仙台泉中央  
仙台市泉区泉中央3-34-3

家族葬のタクセル  
仙台富沢  
仙台市太白区富沢2-3-10

家族葬のタクセル

365日  
24時間

深夜・早朝でもご対応、事前のご相談もお伺いします。

0120-273-912

携帯電話・スマートフォン・パソコンからは【家族葬のタクセル】

# ARIET | 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:ARIET編集部

EVENT 2.14 SAT

## 無料検診会を開催 甲状腺エコー検査 in しおがま

2011年3月の福島原発事故による健康影響を心配される親子を対象とした無料検診会。震災当時18歳以下の子どもで検査を希望される方(付添い者も可)を募集。要予約。

[会]ふれあいエスプ塩竈  
[時]10:00~13:00  
[料]無料  
[問]放射能問題支援対策室いづみ  
022-796-5272  
(平日10:00~16:00)



EVENT 2.14 SAT

## 地域の鼓動、伝統の演舞 第38回民俗芸能のつどい

秋保の田植踊や榊流青麻神楽など、仙台市内外から魅力あふれる4団体がつどいます。地域で大切に継承されてきた、迫力ある演舞が披露されます。

[会]日立システムズホール仙台  
シアターホール  
[時]開演13:30(開場13:00)  
[料]入場無料  
(事前申込不要、自由席)  
[問]仙台市教育委員会 文化財課  
022-214-8892



EVENT 2.14 SAT. 15 SUN

## 県内のパン屋さんが集結 パンマルシェ

多賀城駅前の蔦屋書店内におしゃれでおいしいマルシェを開催。おいしいパンとお菓子と雑貨を販売。思わずにはしゃぎ、お腹も心も満足するお店が大集結。

[会]多賀城駅前の蔦屋書店  
[時]10:00~17:00  
[料]入場無料  
[問]よつぱBakery  
090-7065-0428



EVENT 3.1 SUN

## 音楽と朗読でおくる 「白鳥の湖」

前半はクラシックやディズニーメドレーなど名曲を。後半は弦楽四重奏と朗読が紡ぐ「白鳥の湖」の世界に浸れる親子で楽しめるコンサートです。

[会]日立システムズホール仙台  
シアターホール  
[時]15:00開演(14:30開場)  
[料]一般2,000円、小学生以下1,000円※0歳から入場可。膝上鑑賞は無料。  
[問]仙台市市民文化事業団 舞台芸術振興課022-301-7405(平日9:00~17:00)



高価買取 おたからや

相場 大高騰↑**24,000円** 突破

※2025年12月22日時点 金インゴット1gあたりの価格

おたからや  
金  
貴金属  
プラチナ

買取  
おたか

から



# 初めての英語も 楽しむから始まる

子どもの好奇心を刺激し、グローバルな未来を拓く場所

「英語を学ぶ」より「英語で過ごす」。Kids Duoは長時間の多文化環境だから、英会話力だけでなく社会性や自信も育ちます。お子さまの新しい可能性を、ここから。

読者モデルの千桜ちゃんも体験してきました！



今回体験したのは/  
読者モデルの佐藤さん親子

教えてくれたのは/  
Tim(ティム)先生

キッズデュオは“  
Play in English! Learn in English!”  
(英語で遊ぶ！英語で学ぶ！)が  
モットー。教科書の英語ではなく、  
場面や状況に合った英語を  
身に付けることができます。  
一緒に楽しみながら英語を  
身に付けましょう！

オーストラリア出身。3歳の女の子を持つパパ。母国で  
シェフに指導する仕事をしており、イタリアン、フレンチ、お  
菓子、クラフトも得意。生徒思いの熱心な先生。



体験を終えて

はじめての英語は  
難しかったけど、  
楽しかったよ。  
お絵描きが  
一番楽しかった！



英語が一切しゃべれないの  
で楽しめるか不安でしたが、  
とても楽しそうで安心しました。  
話すだけでなくダンスや筆記、  
お絵描きなど幅が広く、いろんなことが学べ  
るのがいいと思いました！

英語が一切しゃべれないの  
で楽しめるか不安でしたが、  
とても楽しそうで安心しました。  
話すだけでなくダンスや筆記、  
お絵描きなど幅が広く、いろんなことが学べ  
るのがいいと思いました！

今回体験した千桜ちゃんも、初めは  
緊張気味でしたが、周りを真似て  
「天気の歌」を全力で歌い踊る姿が  
印象的でした。頑張りを可視化する  
「スター・システム」で認められる喜び  
を知ることで、子どもたちの「やっ  
てみたい！」という意欲は自然に引  
き出されていきます。

安な子も、バイリンガル講師のサ  
ポートや大きなジェスチャー、仲間  
の歓迎で自然と輪に溶け込みます。

Kids Duoが大切にしているのは、子  
どもたちが「毎日通いたい」と思え  
る環境作りです。校舎に一歩足を踏  
み入れれば、季節の装飾やクラフトト  
が好奇心を刺激する英語圏の空間  
が広がります。スタッフが笑顔で迎  
える「ウエルカムキッズ」は、緊張を  
解き「第2の家」のような安心感を  
生む魔法の習慣。初めての英語に不  
安な子も、バイリンガル講師のサ  
ポートや大きなジェスチャー、仲間  
の歓迎で自然と輪に溶け込みます。

週1回のレッスンとは異なり、学童  
保育として長い時間を共に過ごすこ  
とで、英会話力だけでなく「社会性」  
も飛躍的に育ちます。1年生から6年  
生が混ざり合う無学年環境では、他  
者との関わりを通じて自信をつけ、  
泣いていた子が自分から英語で冗談  
を言えるようになるほどの変化も見  
られます。ご家庭で英語を好きにな  
るコツは、発音を気にせず、アニメや  
絵本を保護者様と一緒に楽しむこ  
と。大好きな家族の興味に、子ども  
は自然と惹かれるものです。私たち  
は、英語をツールに多様な文化を理  
解し、将来の選択肢を広げられるグ  
ローバル人材の育成を目指しています。この春、Kids Duoで一生モノの自  
信と国際感覚を育んでみませんか。

「第2の家」で英語が大好きに！  
安心感から生まれる主体性

長時間過ごすからこそ育つ  
「社会性」と、未来を拓く  
グローバルな視点



## お近くのスクールで無料体験実施中！

問い合わせは  
フリーダイヤル

**0800-100-6936**



**Kids Duo 上杉**  
仙台市青葉区上杉2-1-8 上杉第3平野ビル1F  
**022-224-2016** [受付時間 11:00~19:00]  
※日祝を除く  
営業時間:月~金 10:30~20:30

**Kids Duo 榴岡**

仙台市宮城野区榴岡4-12-7 テイエヌビル2F  
**022-257-2016** [受付時間 11:00~19:00]  
※日祝を除く  
営業時間:月~金 11:00~20:00

**Kids Duo 長町**

仙台市太白区長町南1-9-22 プラザS-1ビル1F  
**022-246-2016** [受付時間 11:00~19:00]  
※日祝を除く  
営業時間:月~金 11:00~19:30

対象  
幼児(3歳から)  
・小学1~6年生