

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

2 2/13

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
https://chuco-ms.co.jp/
広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ
TEL 048-767-8238
配布に関するお問合せ
TEL 045-514-1416(10:00~17:00)

●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。



message

不動産売買についてのご相談や 無料売却査定はQRコードから!

「早急に売却したい方」「相場が分からない」「売却の進め方が分からない」など、お客様一人ひとりの悩みに合わせてサポートいたします。WEBから簡単にできる無料売却査定も受付中です。ぜひ、地元密着!50年の歴史を持つ東急リハブル志木センターへご相談ください。

shop data

つなぐ。答えへ。未来へ。
東急リハブル

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



ひとつぶごとの思いをカタチに

魅惑の チョコレート

Monaural
(モノラル)
川口市南前川

おふろの王様

志木店

岩盤浴エリアを拡大!
蒸SPAとして
生まれ変わりました!

ムスパ
蒸SPA

— 温 活 —
— く っ ろ ぎ —
— と の い —

※別途追加料金がかかります。

天然温泉 ♪ おふろの王様志木店で心ゆくまで癒される一日を!

ゆったり空間で至福の温活イベントも盛りだくさんでお待ちしています!

志木店限定
冬限定
メニュー



1F蒸SPAラウンジ



蒸SPAエリア 岩盤浴



女湯ロウリュサウナ



アボカダタルタルの
グリーンチキン
南蛮膳



豚骨ラーメン



牛すじぽっかけカレー

平日限定 シニア割りSPECIAL

※ご年齢の分かるものをご提示ください

2/27まで

65歳以上の
方は平日限定 600円で入館できます!

おふろの王様 志木店 [志木市上宗岡5-11-6]

小学生未満は無料!

☎0570-01-2603

営業: 10時~25時(最終受付24時)

年中無休

※3/17(火)・3/18(水)は休館します

入浴料金

	大人(中学生以上)	小人	蒸SPA
平日	900円	350円	700円
土日祝	1,000円	※小学生未満は無料	750円

※蒸SPAは小学生以下の方はご利用になれません

おふろの王様志木店限定クーポン①

平日入館料 250円引き

※1枚で2名様まで有効。※他割引サービスとの併用不可。
※切り抜き持参で利用可
※クーポン②との併用は可
※志木店のみでご利用いただけます。

有効 2026年
期限 3月13日迄

おふろの王様志木店限定クーポン②

土日祝入館料 150円引き

※1枚で2名様まで有効。※他割引サービスとの併用不可。
※切り抜き持参で利用可
※クーポン①との併用は可
※志木店のみでご利用いただけます。

有効 2026年
期限 3月15日迄

おふろの王様志木店限定クーポン③

平日蒸SPA 200円引き

※1枚で2名様まで有効。※他割引サービスとの併用不可。
※切り抜き持参で利用可
※クーポン①との併用は可
※志木店のみでご利用いただけます。

有効 2026年
期限 3月13日迄

ひとつぶごとの思いをカタチに

魅惑のチョコレート

今回は、埼玉で美味しいチョコレートを手掛けるお店に注目。
「ここでしか味わえない」特別なチョコレートをご紹介します。

企画・編集:ARIFT編集部



Monaural(モノラル)
048-423-9434 / 川口市南前川2-5-6
栄ビル102 / 10:30~19:00 / 水曜定休

表紙掲載商品
印刷用チョコレート 1パッケージ500円
〜 ガトーショコラ 3,200円(変更の可能性あり)



「足さない贅沢」を極めたチョコレートにぜひ試してみてください。



楽しい作業はチョコレートの温度を調整するテンパリングの工程とのこと。「今だ!」と感じるタイミングがあるんだそう。

川口市にあるモノラルは、カカオ豆をチョコレートにするまでを店内で作る Bean to Bar 専門店。レトロな昭和風のお店には、オーナーの山田さんのこだわりが随所に見られます。チョコレートの特徴は、添加物や香料を一切使わない素材そのままの味であること。通常5〜7種類ある商品の違いは、キューバ共和国やマダガスカルなど産地ごとのカカオ豆のみ。あとはきび砂糖と、ごく少量のカカオバターのみで作られています。食べてみるとそれぞれ味や香りに驚くほどの違いがあり、あえて粗めに潰しているというカカオ豆の食感も魅力的。また、店内ではそんなチョコレートを使用したガトーショコラも販売中。最高級カカオ「オルティノラ」を使用し、小麦粉不使用・無添加で焼き上げており、今後はチョコレートを変えて、複数のガトーショコラを展開予定とのこと。また近くのカフェでは、お店のチョコレートを使ったカフェモカが提供されているそうです。

足さない贅沢がここに
産地を楽しむチョコレート



ビスコッティの販売も。店内製造のチョコレートを加えたものはもちろん、ナッツやフルーツを加えたフレーバーもあり。さくさく軽い食感で、チョコレートや珈琲のお供にもぴったり。



Cousin de Lyon
クッサン・ド・リヨン
10個化粧箱入り
4,104円、
単品1個356円

ガナッシュをアーモンド生地で包んだ、フランスの食の都リヨンの銘菓「クッサンドリヨン」。アーモンドスイツ専門店オーナーである安田さんが、フルーツやリキュール、こだわりの素材を贅沢に使って、ストロベリー×ショコラやあずき×ショコラなど10種類のフレーバーを開発。上生菓子のような繊細な食感で、見た目も組み合わせも全て違う味わいを楽しめます。公式HPより通販も可能。ほか土日限定のポリュミーベールも人気とのこと。

PaPa Pignol(パバピニョル)
048-235-0428 / 和光市新倉1-10-76 /
平日11:00~19:00、土日祝10:00~18:00
/ 月火曜定休(祝日は営業)

新食感のアーモンドショコラ
大人のスイーツ



ショコラギフト
8個入り3,250円
1個350円

厳選されたフランス産素材で
正統派のボンボンショコラ

フランス産チョコレートを惜しみなく使用したほとんど添加物を加えていないボンボンショコラ。パナラ風味のガナッシュやビターチョコレートなどのスタンダードから、ナッツやフルーツを合わせた食感や香りを楽しめるものまで、多い時で約20種類のフレーバーが店頭に並びます。シェフの関本さんいわく、修行時代から学んできた定番の味を展開しているそう。贈り物のほか自分へのちょっとしたご褒美にもおすすめです。

Pâtisserie L'Authentique
パティスリー ロタンティック
048-839-8227 / さいたま市南区文蔵
2-29-19 ksマンション文蔵1F / 月火水金
10:00~18:00、土日祝10:00~17:00 /
木曜定休



🎁 読者プレゼント

Special Readers Present

3種(各1個)×10名様

素材が主役、世界のごちそう

NISHIKIYA KITCHENの人気商品3種

提供:NISHIKIYA KITCHEN <https://nishikiya-shop.com/>

「世界の料理を『カンタン』に。」がコンセプトの、約120種を揃えるごちそうレトルト専門店「NISHIKIYA KITCHEN」。食品添加物に頼らない味づくりを目指し、厳選素材を活かした本格的な味が楽しめます。ガーリックシュリンプカレー、スイートポテトのポタージュ、ごぼうのポタージュ3種をセットにして。



1箱×5名様

ゴクゴク飲める、冬の健康対策

キリンiMUSE ヨーグルトテイスト

提供:キリンビバレッジ株式会社
<https://www.imuse-p.jp/plasma/imuse/product/>

驚くほどすっきりとした甘さと、爽やかなヨーグルト味。喉を通る心地よさにこだわり、毎日飽きずに飲める一杯に仕上げました。この一本にプラズマ乳酸菌を1,000億個配合。健康な人の免疫機能の維持をサポートします。500mlペットボトル24本入りを1箱プレゼント。この爽快感をぜひ体感してください。



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/j14qL>

応募締切

2026年3月13日(金)迄

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。
※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
ARIFT2月号プレゼント係
022-792-8101(平日10時~17時)

志木駅東口(マルイファミリー志木方面/東横INN隣)

無料見学
OK!

「難しそう」を「できた!」に変える体験を お子さまから大人まで、気軽に通えるAIプログラミング教室

「プログラミングって難しそう…」そんな不安も、最新のAIと一緒に学べば「楽しい!」に変わります。当教室では、**Python**と**AI活用法**をセットで習得!無駄を省いたカリキュラムで、お子さまから大人まで、誰でも効率よく質の高いスキルが身につきます。まずは体験レッスンへお越しください。

AIプログラミングでこんなことができます!

日常で活用できる
便利なアプリを
作れる

自分だけの
オリジナルアニメを
作れる

就職や転職に
役立つスキルが
身につく

AIプログラミングコース

全10回 予定 (延長の可能性あり)
全年齢対象となりました!
火曜(15:00~16:00)
ご予約やお問い合わせは、
こちらのLINEからも受付中
料金 30,000円(税込) 持ち物 ノートPC

高度な処理までこなせるPython言語を使い「ChatGPT」によるプログラム・コード作成を実行・実践していきます。機械学習やニューラルネットワークなど高度な分野の体験や習得が可能です。



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

先着3名様モニター募集中

挫折はもう終わり! 心の専門家が支える ダイエット講座開講

「試したけど、続かなかった!」「何を信じたら良いの?」ダイエットの知識だけでなく、心の専門まである心理カウンセラーが寄り添います。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します。

みやかわ講師より

目録 毎週火曜、水曜の午後 料金 1回2,200円(税込)

実践×学びを融合!

疑問解決やためになることもご提供します。

こんな方におすすめ!

- ☐ 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!知ってたかった!などなど...
- ☐ 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:みやかわ ●趣味:読書・ダイエット ●好きな食べ物:チョコレート



ご予約や
お問い合わせは、
こちらの
LINEからも
受付中



【大好評!語学スクールも開講中!】無料体験実施中



- ①毎週木曜/お茶を片手に「ティータイム英会話」(ドリンク・お茶菓子付き)
1回(前半45分・後半45分) 3,300円(税込)
11回回数券 33,000円(税込)
- ②毎週木曜/韓流好き必見!「韓国語教室」
1回(60分) 4,400円~ ※マンツーマンレッスンもあり

語学スクールの
詳細はWEBを
ご覧ください。

ジョルダンスクール

お電話の際は、「アリフト見た」とお伝えください

Tel.090-9151-9611

志木市本町5-21-14 JSKビル3F

★万能型のレンタルスペースもご用意しています。

無料ドリンク飲み放題 会員さんはカフェスペース
自由にご利用できます



※表記価格は全て税込です。

会員10万人 新春キャンペーン

突破記念 キャンペーン期間 2026.1.5(月) ▶ 2.28(土)

対象者

キャンペーン期間中、対象店舗に
新規にご入会された方

月会費が
2ヶ月分無料
+
2名様以上の
同時加入で
1ヶ月分無料

※会員数は累計です。
※別途コース料金が必要になります。



¥6,980 (税込 ¥7,678) ~
※別途初期費用がかかります。

初心者歓迎

手ぶらOK

スイング解析機

弾道測定器

ステップゴルフ+ 朝霞店
TEL: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



弾道測定器
全打席に完備!!



当店の最新情報
はこちら!



Study Like a Pro: Secrets of Success.

必読！がんばれ受験生！

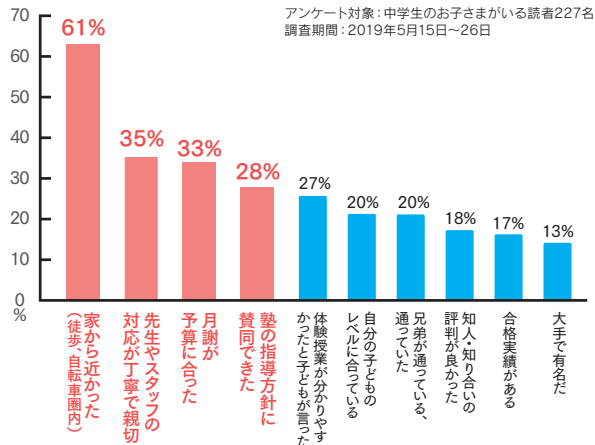
塾講師が実際にやっていた勉強法、教えます！

成績を伸ばし、数々の難関を突破してきた塾講師たち。彼らはかつて、どのように机に向かっていたのでしょうか？
暗記のコツから集中力の維持まで、プロが教える学習メソッドをお教えします。

企画・編集：ARIFT編集部



読者に聞いた！子どもの塾の選び方 その塾に決めたポイントとは？



「家からの近さ」「先生やスタッフの対応が親切で丁寧」が高く、「月謝」は3番目。予算や体験で授業の雰囲気、授業の分かりやすさを確認して入塾している様子が見えます。

※複数選択

塾講師別！勉強法の詳細はWEBで

ここから
チェック！



現在、ARIFTブランドサイトにて、人気講師たちが自身の経験から導き出した「とっておきの勉強法」を公開中。「あと数点」を積み上げるための裏技や、どうしてもやる気が出ない時の切り替え術など、現役講師だからこそ語れるリアルなテクニックが満載で、あなたにぴったりの学習スタイルが必ず見つかるはず。ぜひ親子でチェックして、日々の学習に取り入れてみてください！

こんな質問に
答えて
もらいました！

- ★講師自身の経験談！「学生時代に一番効果があった」と感じる勉強法は？
- ★ノートの取り方、参考書の使い方の「こだわり」を教えてください。
- ★「どうしても覚えられない…」そんな時に実践していた暗記のコツは？
などなど

講師や塾ごとに異なる独自のノウハウが凝縮されたメッセージをお届けします。
各教室の指導方針や、先生方のキャラクターも垣間見えるインタビューをお楽しみください。



朝霞駅近くの明るい教室で、実績50年の指導により「できる」喜びを実感できます。自習室完備で授業がない日も利用可能。卒業後もいつでも帰ってこられるアットホームな塾です。個性を大切にする少人数クラス指導・個別指導で、確かな学力を育みます。

学ぶ楽しさをひとり一人に届ける 朝霞台の【クラス】【個別】【英会話】の総合塾

【生徒の『好き』を『できる』に変える教育】

浜ゼミが掲げるのは、『好き』から『できる』をモットーに、中学受験、高校受験、大学受験、そして英検早期取得を目標とする生徒をサポートしています。指導の核となるのは、少人数クラス制の「浜ゼミ」と、個を大切に育てる「FEN個別指導」のハイブリッドシステムです。少人数クラスで集団での学びの刺激を受けつつ、生徒一人ひとりの個性を尊重した個別指導（生徒：先生＝2：1または1：1形式）を組み合わせることで、学習進度や目標に合わせた最適な学びを提供しています。

【実績50年と朝霞市内の受験情報力】

1975年の開校以来、今年で50年の実績を持つ浜ゼミは、長年のノウハウと信頼に基づいた指導が強みです。塾生だけでなく保護者の方も参加可能な

「高校入試報告会」や「公立私立高校説明会」を自塾主催で開催しています。地元・朝霞高校や和光国際高校、都内県内私立など、約30校の情報を効率的に聞き比べられる機会を提供することで、生徒と保護者の進路選択を力強くサポートしています。

【グローバルな視点で子供たちの可能性を広げる】

中学受験科では、ご家庭と密に連携し、個々の理解度に合わせて無理なく志望校合格へと導きます。また、近年増加する英語利用入試にも対応。ネイティブ講師による指導や英検対策を行い、英検は飛び級合格者2025年145名達成！（3校舎合計）生きた英語で、入試だけではなく、本当の英語力も身に付けられると長年地域の皆様に愛されています。

■2月授業料

小学生	集団指導	1科目～	5,500円～	個別指導	1科目～	9,800円～	中学受験	2科目～	18,200円～
中学1年生	集団指導	1科目～	11,000円～	個別指導	1科目～	15,400円～			
中学2年生	集団指導	1科目～	20,000円～	個別指導	1科目～	15,400円～			
中学3年生	集団指導	5科目	36,300円～	個別指導	1科目～	16,400円～			
高校生	個別指導	1科目～	17,900円～						

※教材費別途

朝霞台本部長

TEL 048-476-6771

【最寄り駅】朝霞台駅南口徒歩2分
朝霞市東弁財1-3-20 サイネヒルズ1F-3F

お近くの校舎に

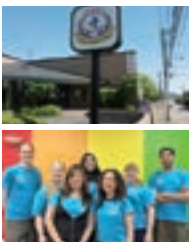
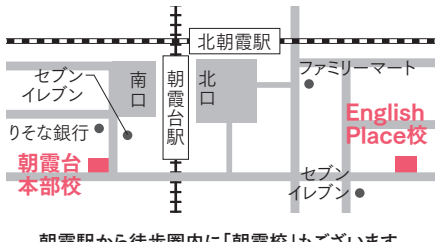
お問い合わせ

ください

English Place校

TEL 048-235-1373

【最寄り駅】朝霞台駅北口徒歩3分
朝霞市浜崎1-5-26



浜ゼミ・FEN個別指導・FEN外語学院

【朝霞台本部長】

TEL 048-476-6771

朝霞市東弁財1-3-20

朝霞台駅南口徒歩2分

14:00～22:00(平日、土曜日)

【English Place校】

TEL 048-235-1373

朝霞市浜崎1-5-26

朝霞台駅北口徒歩3分

11:00～19:30(火～土)

詳しくはこちら



体験授業

1回無料

詳しくはお電話で



右)和光市の皆さん、はじめまして。ネッツ和光校教室長の大山 椋平です。元々勉強嫌いだった私は、通塾中に「解けた喜び」を積み重ねて変わることができました。この楽しさを知らないのはもったいない!子供たちに勉強を好きになってもらうことを目標に、日々指導しています。

“つまずき”を対話でほどくと、算数・数学は得意科目になる。この冬、苦手を得意に変えてみませんか？

【あなたの「もっとできるはず!」という思いに応えます!】

私たち対話式進学塾1対1ネッツは、算数・数学に強い、地域密着型の学習塾です。それぞれの学校の特徴、進度に合わせて、生徒さんの学びを徹底サポートします!「算数が苦手」、「数学が嫌い」という生徒さんは、ぜひ当塾にご相談ください。きっと算数・数学が好きになるはずです!

【小学生のみなさま】

本町小・和光第三小・広沢小・北原小などの小学校が最寄りです。和光校では中学受験を見据えた対策授業が人気です。埼玉県側へも東京側へもアクセスが良いため、選択肢も多く、多様な進路選択ができる和光市の小学生には、進路指導とともに志望校別の対策、テキスト選定を実施し、合格に向け

た万全の態勢を整えております。

【中学生のみなさま】

和光第二中・大和中・第三中などの中学校が最寄りです。ネッツの対話式1対1指導は、学校ごとの進度・特徴に完全対応し、皆様の不安を解決いたします。例えば、和光第二中は、厳しく成績をつけることで有名です。そのため、つきっきり1対1対話式指導での苦手科目の定期テスト対策を実施するだけでなく、演習講座内で学校のワークを持参いただいてのご提出物管理で、徹底的に内申点の底上げをサポートいたします。いつまでに何をすればよいか明確にし、提出物の漏れを防ぐので、ご自宅での「宿題やったの?」の声掛けは不要です。また、自習室も無制限に利用可能です!特にテスト前1週間は毎日自習に来よう呼び掛けています。

■月謝表

小学生	教科書発展コース	週1回	70分	11,880円
	みらいミッテ	週1回	60分	11,500円
中学受験生	私国立中対策コース	週1回	70分	24,860円
中学生(1,2年生)	弱点対策コース	週1回	70分	17,380円
中学生(3年生)	とことん県立コース	週3回	70分	31,570円
高校生(1,2年生)	科目集中対策コース	週1回+α	70分	20,570円
高校生(3年生)	大学受験対策コース	週1回+α	70分	22,550円



和光校 Tel.0120-955-785

和光市本町15-44 1階

和光市駅南口より徒歩7分

受付時間

9:00~22:00 (土日祝日含む)



創業25周年 特別キャンペーン 実施中

←詳しくは左記

当校一番人気!

「つくる・解決する」を楽しく学ぶ



4つの学びで「自分を伸ばすチカラ」を育む教室です。こどもたちの活動が中心の「プロジェクト型学習」で全ての学びの土台となる12の能力を身に付けます。一人ひとりのレベルに合わせた学びが可能です。



先着30名様

創業25周年 特別キャンペーン

特典01

1ヶ月
無料体験

特典02

入会金通常
16,500円↓

無料

特典03

定期テスト対策

無料



城南コベッツは講師1人に生徒2人までの1対2個別指導塾。入塾金0円で、隣に先生がいるから質問しやすく、一人ひとりに合わせた授業で成績向上を目指します。予約不要の自習室は使い放題。定期テスト・受験対策はもちろん、急な振替も可能で、部活や習い事とも両立できます。

全国220教室の安心感と和光・朝霞エリアでの豊富な指導実績! 城南コベッツが地域密着で確かな成績向上へ導きます

城南コベッツは、受験指導で60年以上の指導実績を持つ「株式会社城南進学研究社」の個別指導塾です。全国220教室を展開し、1対2の個別指導で一人ひとりの理解度に合わせた丁寧な指導を実施。教室を支えるのは、明るく熱心な教室長と講師陣。つまずきやすいポイントも見逃さず、「わかる」までしっかりサポートします。

和光・朝霞エリアには「和光・朝霞駅前」の2教室を展開し、これまでに多くの生徒を指導してきました。全国ブランドでありながら、地域に根ざした密着型の運営が特徴です。

近隣中学校ごとの定期テスト傾向を熟知しているため、「テストに出るポイント」を押さえた成果につながる対策が可能です。

学習指導はもちろん、進路相談や勉強方法のアドバイスまで丁寧に対応します。定期テスト対策から英検・漢検などの検定対策、受験対策まで幅広くカバー。2教室とも駅から徒歩3分以内にあり、安心して通える立地です。地域一番塾を目指して、和光・朝霞の子どもたちを全力で応援します。

■月謝表

ジュニア個別指導	60分	講師1名対生徒2名	週1回	小1~小6	12,100円
			週2回		24,200円
			週3回		36,300円
1対2個別指導	80分	講師1名対生徒2名	週1回	中1・中2	17,600円
			週2回		31,900円
			週1回		19,470円
			週2回	中3	34,760円
			週1回		21,340円
			週2回	高1・高2	37,070円
			週1回		23,100円
			週2回		40,480円

※2教室限定の料金です。 ※授業料は税込み価格です

城南コベッツ [受付]月~土(15:30~21:00)

和光教室

Tel.048-485-1760

和光市新倉1丁目11-32

志幸73ペーターベン 2階

詳しくはこちら



朝霞駅前教室

Tel.048-424-4455

朝霞市本町2丁目4-8

武蔵野本町ビル 2階

詳しくはこちら



和光教室:受験生(新中3・新高3)は満席につき受付終了 朝霞駅前教室:受験生は若干名受付中



新年度応援 キャンペーン実施中

各2教室限定 5名まで

アリフト見たで **4コマ無料プレゼント**

テスト前の中高生や、受験生は毎日のように自習でも来校しています

自習利用、大歓迎です。

きめ細やかなサポートで成績アップ、指導合格を全力でサポートします。

春の スクール特集

新しいことにチャレンジ！
自宅の近くで始められる習い事を探してみませんか？

≫和光市駅から徒歩5分

【2/17(火)・2/21(土)・2/26(木)・3/2(月)】
無料体験レッスン開催！ぜひ親子でお越しください

Instagram
はこちら



お申込時にアリフト見たで

入会金が **30%OFF**

※通常5,000円の入会金が3,500円に！

2026年3月13日迄

お子様の可能性を大きく広げます！0歳～3歳対象！本物の音で耳を育む「リトミック」あらゆる発達黄金期。特に1歳半までの早期スタートがおすすめです！本物の楽器で、感性を優しく刺激します。また、音に触れながら親子の絆も深めることができます。心温まる時間を一緒に過ごしませんか？体験レッスンは各曜日10:00～10:45/10:55～11:40♪



生後4ヶ月(首すわり)頃からご入園前のお子様を対象！打楽器奏者・声楽家・ピアニストが奏でるレッスンをぜひ。幼保資格者も常駐する「みるきいらんど」はお子様一人ひとりに寄り添い、個性とペースに合った楽しい学びを実現します。のべ2万人以上が選んだ、安心の実績25周年！

みるきいらんど音楽教室

TEL 048-201-1781

[ザ・クラス本町教室(月・火)]和光市本町11-58 B1
[丸山台教室(木・土)]和光市丸山台2-25-5 1F
10:00～21:00



あさか相生病院提携

メディカルフィットネス

DeLaSante
ドゥラサンテ

朝霞市に誕生
全天候型プール付き
フィットネス

お試し体験▼
1回 **1,100円**

詳細、お申込みは
QRコード、
またはお電話にて
承っております！

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ください。

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



**新春キャンペーン
実施中！**

平日は定休日を除き
19:00まで営業中！

ドゥラサンテだから
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
- 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、腰など関節の負担を大幅に軽減

ウェルネスプラザ アリカ

医療法人山柳会

メディカルフィットネス
ドゥラサンテ
De La Sante

TEL 048-487-9244

ドゥラサンテ/ルポ共通

朝霞市溝沼3丁目2-32

営業時間(定休/水・日・祝)

月・火・木 10:00～19:00

土 10:00～17:00

※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



新春キャンペーン実施中！

先着30名様限定！

入会金 **50%OFF**

特典有効期限 2026年3月10日まで
左記料金表の黄色の金額が対象です※プール会員は除く

手ぶらでOK！
無料体験随時実施中

大人の着付け教室

教室以外でもご自宅に講師が出張します！

お稽古は
年中無休

週1、連日でも
マイペースに
お稽古

お忙しい方も
安心

休日、夜間や
不定期なお稽古も
OK

育休中の方
にもおすすめ

子育てしながら
自宅で資格取得
ができます

まずはLINEで
お気軽に
ご相談ください



＼今ならご予約時ARIFT見たで／

マンツーマン集中レッスン8回

通常 44,000円→ **19,800円**

初めての方でも安心！

＼新作お稽古用／
きもの
プレゼント



HPはこちら

きれいだとうれしい

検索

開校54年 一般社団法人 全日本着装コンサルタント協会 加盟校

美保姿きもの学院 志木校

TEL **0120-029-234**

新座市東北2丁目31-24 第2安部ビル4F

志木駅南口より徒歩4分

きれいだとうれしい

検索



今年こそ憧れの着物女子に 信頼と実績の着付け教室

彩きもの学院



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

彩きもの学院が選ばれる3つの理由

1. 販売会・勧誘なし

2. 講師は全員「元・生徒」

3. 器具を使わない「手結び」

初心者対象入門コース 2ヶ月 | 90分×8回

受講料

通常12,000円が**無料**

(但し教材費6,900円はご負担頂きます。)

春の入門コース開講日

	2月生	3月生	4月生
池袋	2/16(月)	3/19(木)	4/17(金)
新宿	2/17(火)	3/27(金)	4/16(木)
銀座	2/18(水)	3/19(木)	4/17(金)
大宮	2/18(水)	3/16(月)	4/14(火)
横浜	2/19(木)	3/18(水)	4/13(月)
松戸	2/17(火)	3/16(月)	4/16(木)
立川	2/20(金)	3/19(木)	4/13(月)
宇都宮	2/17(火)	3/16(月)	4/17(金)

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)

教材は彩きもの学院オリジナルを使用

きもの・帯・長襦袢はレンタルも可能

ご自宅に眠っている着物での練習も可能

- ◆純粋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。
- ◆初回は開講説明会なので安心。まずは気軽に参加OK!
- ◆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。

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 彩きもの 検索



池袋校 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

全校 駅徒歩5分以内

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

大宮校 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

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

立川校 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 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

今の働き方、自分に合ってる？
ライフスタイルに合った仕事を見つけよう！

求人特集

- ✓ 働くなら自宅から通いやすい方がいい
- ✓ 家事や育児の合間にそろそろ働きたいと思っている
- ✓ 一度定年退職をしたが、また働きたい

1つでも
当てはまったら
CHECK!



☑アルバイト ☑パート ☑正社員
☑嘱託社員 ☑業務委託 ☑派遣スタッフ
☑契約社員 ☑紹介要員

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場合があります。詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

就業場所における
受動喫煙防止のための
取組について



禁煙

一部喫煙

喫煙可

＼屋内の植物栽培施設で活躍する／ 障害者の就労サポートスタッフ 大募集！



平日のみ週3～5勤務で働きやすい！ 土日・祝日 休み 勤務時間は10時～17時（残業なし）

福祉・栽培の仕事に関わったことがなかった方がほとんどで、未経験の方が安心して働ける職場です。

仕事概要 ※一例です。詳細条件は雇用先の各企業様と決定します。

勤務地	IBUKI NIIZA FARM 新座市畑中1-23-35（西武バス「下片山」バス停下車徒歩5分／「新座市役所」バス停下車徒歩15分）
雇用形態	パート・アルバイト・契約社員等 ※ファームを利用している企業様との雇用契約です。
時給	1,300円以上（企業様によって異なります。）
勤務時間	月～金曜日／10:00～17:00（休憩1時間） 土日祝休み
資格	学歴、スキル、経験不問、ブランクのある方、シニアの方、主婦・主夫の方、大歓迎！！

株式会社スタートライン（IBUKI運営会社）

TEL.050-5433-7890 受付時間／平日9:00～18:00（土日祝休業）

お申込みの方は「お仕事説明会（ファーム見学会含む）」にご参加いただいた後に、現在募集中の求人情報をご案内させていただきます。

お仕事説明会
お申込みはコチラ



お仕事内容
公開中！



事前見学受付中！無資格・未経験OK



「子どもが好き！」を仕事にしませんか？

指導補助スタッフ募集

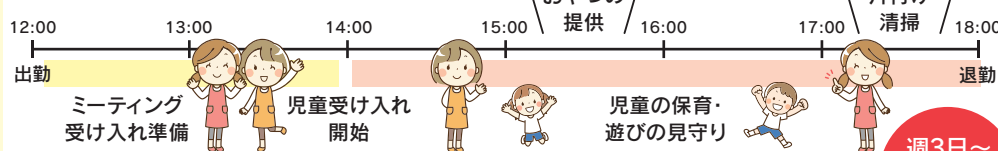


放課後児童クラブ

指導補助スタッフ（臨時職員）

放課後児童クラブにて、小学校に通う児童の「放課後」が安全で楽しい居場所となるよう、児童の保育（遊びの見守りや生活指導の補助など）及び施設管理（お掃除や環境整備など）を行います。

放課後児童クラブの1日スケジュール（例）



給与 時給1,210円

※保育士・幼稚園教諭の資格をお持ちの方は 時給1,230円

勤務

シフト制※日曜日・祝日は休み、年末年始休暇あり
平日12:00～19:00
（学校休業日は8:00～19:00）
1日5h～OK
日曜を除く週5日勤務
※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（年2回（計2.5カ月分））・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

週3日～でもOK！
※別途条件あり

充実の福利厚生！

ボーナス支給あり！

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

01

福利厚生が充実しています！

02

無資格・未経験でも大丈夫
子どもと触れ合うのが好きな方大歓迎

03

残業ほぼナシ！
プライベートとの両立が可能です！

児童館 指導補助スタッフ（臨時職員）

児童館で子供たちの見守りや子供たちと一緒に遊んだり、絵本の読み聞かせを行います。また、イベントの企画実施準備等もお願いいたします。



給与

時給1,210円

時給1,230円

保育士・幼稚園教諭の資格をお持ちの方は

週3日～でもOK！
※別途条件あり

勤務

9:15～17:45
※ほんちょう児童館のみ11:45～20:15までの勤務もあり
お休みは休館日及びそれ以外の4週につき4日、祝日・年末年始はお休み
※休館日はそれぞれの館によって異なる

待遇

社保完、規定の範囲により 交通費・ボーナス支給（年2回（計2.5カ月分））・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

朝霞市児童館（市内6児童館のいずれかに配属されます）

ご応募またはお問い合わせは、お電話にてお待ちしております！



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！



TEL 048-486-2487

児童福祉係（平日8:30～17:15） 朝霞市大字浜崎51-1

【敷地内禁煙】

スタッフ大募集!

無資格・未経験の方も大歓迎!

事前見学OK♪ 職場の雰囲気を見た上での応募也大歓迎です

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

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

送迎ドライバー

パート

内容 デイケア利用者の送迎

給与 時給 **1,200円**～

時間 7:30～16:30
年間休日
107日+有休

資格

普通自動車運転免許を有する方
★日頃から運転されている方、
30～50代の方大歓迎!

待遇

昇給年1回、賞与年2回、
交通費支給(月3万円まで)、
制服貸与



事務スタッフ

正職員

内容 受付・事務全般

給与 月給 **18万4,000円**～
※一律手当含む

時間 8:30～17:30 4週8休制
年間休日107日+有給

資格 無資格・未経験の方大歓迎です!
※介護系の資格をお持ちの方優遇

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)



入浴介助

パート

内容 主に入浴介助(入浴、退浴、洗髪、洗体)を行います。機械浴もあるので負担少なめです! **20～50代の方、活躍中!** 体を動かすのが好きな方、大歓迎。

給与 時給 **1,160円**～
(介護福祉士資格をお持ちの方)
※経験・能力に応じて優遇します ※無資格の方もOK

時間 8:30～16:30の間で
1日3時間～、週2日～勤務OK!
※土曜、祝日出勤の場合は優遇あり

待遇

社会保険完備・有給休暇・
交通費規定内支給・
正社員登用有・健康診断・
制服貸与・処遇改善金



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



街の魅力を掘り起こして
地域経済の活性化をしませんか?
第2創業期を盛り上げてくれる
メンバーを大募集します!

37年の歴史を承継した創業

1987年に横浜の地で創刊した地域メディア「ぽど」や付随する広告事業を承継し、新たに誕生した会社です。創業時に掲げた「地域および地域経済の活性化」という理念においては、現在でもブレることはなく私たちの使命として今後も展開していきます。地域メディアを通して地域を豊かに楽しく、地域ビジネス支援を通して地域経済を活性化。地域から日本を元気にしてまいります!

今回の募集職種は、地域密着メディア「ARIFT」の提案および全ての広告・プロモーションの支援を行う営業職。お客様の広告・集客課題をヒアリングし、集客計画やご予算に応じたプランをご提案するものです。メディアと広告のチカラで街を盛り上げましょう!



月給25万円～45万円、完全週休2日制、
年間休日120日以上、未経験者歓迎

【仕事内容】地域密着メディア「ARIFT」の提案および全ての広告・プロモーションの支援

【勤務時間】9:00～18:00(実働8時間)

【雇用形態】正社員

【休日・休暇】年間休日120日(完全週休2日制/土日)・祝日
年末年始・GW・慶弔・産前産後休暇・特別休暇

【給与】月給25万円～45万円※経験や能力を考慮して決定します。

【諸手当】交通費支給、時間外勤務手当(みなし時間超過分)、役職手当

【福利厚生】社会保険完備、慶弔金制度、定期健康診断、インフルエンザ予防接種

【勤務地】横浜オフィス・埼玉オフィス・仙台オフィス・山形オフィスのいずれか
※配属先は希望を考慮して決定します。

応募はコチラ



株式会社中広メディアソリューションズ
045-514-1409(採用担当)

[屋内禁煙]



SHOP information

地元をもっと楽しく
いま行きたいとおきのお店をご紹介します

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

≫和光市駅南口より徒歩3分

あんことイチゴが絶妙にマッチする人気の味
「イチゴ大福」が発売【メシドラで紹介されました！】

出前館は
こちらから



毎年大人気の「イチゴ大福」が今年も販売スタート！
地元・和光で採れたイチゴのジューシーさと酸味が、
あんこの甘さを引き立てるファンの多い一品。期間限
定のこの味をぜひ一度ご賞味ください。
だんごの美好は、今年で創業31周年を迎えました。素
材と品質にこだわり、一つ一つ心を込めて手作りをし
ています。甘味はもちろん、惣菜や太巻きなども充実。
出前館・Uber Eatsからも注文を受付中です！

だんごの美好お薦めの逸品 ◆イチゴ大福 1個320円 (こしあん・ミルクあん) ◆玉子サラダ巻き 550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1-11-18
7:00~19:00/月・火曜日定休

「おめでとう」の春！
美味しいお肉を食べて
みんなで乾杯！

3月のご予約はお早めに！

個室・お座敷完備なので、3世代の利用も安心！ 卸問屋直営の高品質なお肉を心ゆくまで堪能ください。	コースメニューはこちら！
3,500円コース 手軽に焼肉を食べたい方向けのコース	平日限定
5,500円コース 焼肉と名物カツサンの欲張りコース	
8,000円コース 贅沢に食べたい方はこちらのコース +1,500円で2時間飲み放題も付けられます！	

各種コースをご注文のお客様へ
飲み放題追加で**個室料が無料！**

※飲み放題は2時間1,500円
※ご予約限定特典(予約時に「アリフト見た」とお伝え下さい。
当日は切り抜きを持参ください。)
※1組1枚限定 ※クーポンの併用可
※アリフト読者限定
※イベント時の使用不可
有効期限:2026年3月9日まで

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
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
営業時間
【月~金】11:00~15:00,
17:30~21:30
【土、日、祝日】11:00~21:30

スタッフ募集 10:00~15:00のランチタイムでは、
現在主婦さんが活躍中！ 社割あり
※勤務時間はご相談ください。詳しくは店舗まで。 食肉をお安く買えます！

受験生応援キャンペーン！
受験生ご本人様または受験生のご家族様へ
カツサンドをテイクアウトしていただいた方に、
ポテトをプレゼント！
※1組1枚限定 ※テイクアウト限定
※アリフト読者限定。ご注文時にお知らせ
ください。(切り抜きを持参ください。)
有効期限:2026年3月9日まで

味噌らーめん 蔵出し味噌 門左衛門 専門店

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？

2/1~2/15限定
**えびワンタン
味噌ラーメン
950円**(税込 1,045円)
2/16~ 1,155円(税込) ※無くなり次第終了 ※一部店舗(西浦和店)を除く

祝
200店舗
達成記念！

新座店 朝霞台店 西浦和店 富士見店

各店の情報は
ホームページを
ご覧ください▶

ARIFT読者限定
2/10(火)~3/9(月)
トッピング
**えびワンタン
2個サービス**
※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
2/10(火)~3/9(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(肉ねぎ・バターコーン)
※1回のお食事につきお一人様1枚まで

ARIFT読者限定
2/10(火)~2/27(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

地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ！

Instagram/WEBサイト/LINE

じもと、
もっと、
楽しく。

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>

ぜひフォロー/お願ひします▶

アリフトWEB

ARIFT(アリフト)に掲載された情報をより詳しく。イベントや新店情報は誌面に掲載されていない情報も！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>

LINE

お友達登録して、毎月変わるプレゼントに応募しよう！そのほかにもご自身の希望する地域のイベント情報や新店の情報をLINEにお届けします。みなさんに教えた街の情報の投稿もお待ちしております。

いますぐお友達登録>

肉問屋直営店の焼肉屋！
肉問屋だからこそ
安い!!のに旨い!!!

焼肉山河
YAKINIKU SANGA

初めてご来店の方もこれを食べれば
「山河」の魅力
分かっていただけるはず！

一品料理から麺類等まで
豊富にご用意。

店内は2人席～団体席まで
幅広くご用意。

お肉の旨味を最大限に
引き出す自家製タレは絶品

山河カルビ 750円 (税込825円)
山河ハラミ 850円 (税込935円)
山河ロース 750円 (税込825円)

朝霞店	成増店	保谷店
埼玉県朝霞市三原5丁目 11-16 2F tel.048-423-2989	東京都板橋区成増2丁目17-15 Landmark2F tel.03-6909-9629	東京都西東京市東町3-5-4 比留間ビル1F tel.042-439-8929
平日 17:00～23:00 (L.O.22:30) / 土日祝 16:00～23:00 (L.O.22:30)		

Instagram LINE

朝霞店・成増店・保谷店 限定 /
平日限定
お会計5,000円以上で
1,000円引き!

※1組1枚限定
※他券併用不可
有効期限：2/10(火)～3/9(月)まで

朝霞店・成増店・保谷店 限定 /
土日祝限定
お会計5,000円以上で
500円引き!

※1組1枚限定
※他券併用不可
有効期限：2/11(水・祝)～3/8(日)まで

味噌ラーメン専門店
日月堂
NICHU-GETSU-DO
朝霞店

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

スーパーライオン
サイクルペース
朝霞駅南口
朝霞店

人気商品
特味噌ラーメン

基本の味噌ラーメン
300円
値引きクーポン券

毎月2日、12日、22日は
「日月堂の日」

特味噌ラーメン
お得!!
200円値引き
通常価格 1,190円 ⇒ **990円**

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベント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 ◆食券機の専用ボタンをご利用ください
有効期限 2026年3/31(火)まで

味噌ラーメン
お得!!
300円値引き
通常価格 890円 ⇒ **590円**

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベント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 ◆食券機の専用ボタンをご利用ください
有効期限 2026年3/31(火)まで

**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。

黒毛和牛

最高等級
A4・A5

特選焼肉

黒毛和牛カルビ
780円(税込858円)

A5
A4
A3
A2・A1

全てのランチについている/
スープ ライス 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)

ランチ
スープ

国産 特A
コシヒカリ

黒毛和牛
自家製カレー

営業時間 11:30～22:30 (平日15:00～17:00クローズ)

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 2026年3月9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 2026年3月9日

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

北朝霞店
志木駅
朝霞台駅
志木南口店
幸町店

東武練馬駅南口より徒歩3分

冬の「溜め込み」、春に向けてリセットしませんか？
15日間で-5kg目指せるファスティングダイエット！

LINEからも
ご予約OK



ご予約時orご来院時「アリフト見た」で

ダイエット初回
カウンセリング 5,500円→無料

あなたに合ったダイエットプランをご提案いたします
※初回限定
※ご予約はお電話、LINEにて承ります

2026年3月31日迄

15日で-7kg！体も心もスッキリ健康に

先生の指導のもと15日間のファスティングプログラムに挑戦！不安もありましたが、体調も落ち着いていて仕事にも影響ありませんでした。なかなか減らなかった体重は-7kg(66→59kg)、お腹周りがスッキリし、血圧も正常に！食習慣を見直すきっかけとなりました。体がきれいになったのを実感しています！(50代女性)



痩せにくくなった、肌のたるみや衰えが気になる…そんな大人世代のためのダイエット。加齢で太りやすくなるのは、脂肪を燃やし若々しさを保つ細胞が減るからです。まずは必要な栄養素を補う食事指導を実施。正しい食生活で細胞を元気にすることで痩せやすい体質へ改善、リバウンドしない体を目指します。HPでダイエットの詳しい内容やお客様の体験談を公開中！右下QRコードよりご確認ください

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



歩くたびにズキッとする痛み我慢していませんか？

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



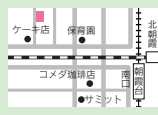
こんな爪もほとんど
痛みなく改善

料金
1本あたり
5,500~7,700円

よしだ接骨院

TEL.048-458-6366

朝霞市西弁財2-23-23-1F



こちらから！



当院の
ホームページは
こちらから！



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



心浮き立つ
春カラー

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・R8.3/31迄

カット+白髪染め
選べるトリートメント
(シャンプー・ブロー込) (全体染め+¥500)

通常割引価格 ¥7,300より
¥800お得!!

通常価格 ¥12,000

税抜 ¥5,910

税込 ¥6,500 (メンズ ¥7,300)

7アッシュマニキュア +¥1,000 オーガニック +¥300

[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.3/31迄

カット+アロマヘッドスパ
選べるトリートメント
(シャンプー・ブロー込)

通常割引価格 ¥6,500より
¥1,000お得!!

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・R8.3/31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)

※高校生以下 ¥2,000

[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.3/31迄

シルクパーマ 酵素ケア付
(カット・シャンプー・ブロー付)

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・R8.3/31迄

プチ矯正 酵素ケア付
(カット・シャンプー・ブロー付)

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・R8.3/31迄

縮毛矯正 酵素ケア付
(カット・シャンプー・ブロー付)

通常価格 ¥12,000

税抜 ¥9,819

税込 ¥10,800 (メンズ ¥12,000)

※高校生以下 ¥8,800

[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.3/31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(束) +¥500

[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.3/31迄

髪質改善トリートメント

ハホニコ (シャンプー)

セラミド・ケラチンで髪を補修し広がりが改善

通常価格 ¥4,500

税抜 ¥1,819

税込 ¥2,000

他メニュー利用で

[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.3/31迄

限定各
6名・入場無料！

土曜日

【この日限定】
姿勢のプロから学ぶ！

足形で
分かる！

足を組むのが癖になっていませんか…？ その原因を解明！

身体バランス改善体験会

2/28 14:00~15:30
19:00~20:30

会場：根岸台市民センター「岡三丁目」バス停より徒歩3分



《講師》 やすこうち 安河内 明美先生
徒手療法師

私が大切にしているのは、健康で心地よい毎日は、「姿勢(体)」という土台から生まれるということです。姿勢調整を通じて、変化を実感し良くなっていく姿を見るのがやがいです。一人でも多くの方に「姿勢の大切さ」を知っていただきたいと思います。活動しています。解剖実習、国際セミナー修了

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JFCF内 全国姿勢調整師会認定資格

体験会内容
①足と姿勢の関係性
②今の足形&身体バランスチェック
③良い姿勢を保つには？

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

安河内

TEL.070-2151-8827

店舗

TEL.048-400-2690



特別
講習

今まで、立つのも座るのも大変で靴下が履けませんでした。しかし、姿勢について学び、体の変化を実感しました。靴下が履けるようになりました！(40代・男性)

姿勢が悪く、悩んでいたのですが、周りから姿勢が変わったと言われ、胸を張って歩ける喜びを感じました！(40代・女性)

KCSセンター
姿勢専門

～朝霞駅前～

お店のHPは
こちら▶



朝霞駅から徒歩2分

朝霞開催の
各イベントにも
出店しています！



首こりや肩こりなど冷えから来る不調に
筋膜リリースで根本にアプローチ！

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！

1
オーダー
メイド施術

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



2
持続的
ケアプログラム

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。



3
本格的な
回復のために

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。



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

右下のクーポン利用で
初回限定 5名様限定

60分 7,200円

5,000円



柔道整復師、鍼灸師
院長：齋藤 勝



施術メニューの
詳細はこちらから



FROG
治療院



048-485-6680

朝霞市北原1丁目7-12 エリーテ102号
室/9:00~12:00、14:00~20:00営業/火・水曜日定休/駐車場あり(第二池田北原駐車場に2台/36と39)

北朝霞駅より徒歩8分

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▶



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

※2026年3月13日迄
初回限定 5名様限定
特別
キャンペーン
実施中！ 60分 7,200円 5,000円

読者限定
初検料無料

土日
営業

有効期限：2026年3月9日(月)まで

ちよじま整体院

TEL.048-497-2157

火曜定休

予約優先



志木市中宗岡1-9-15
志木駅車10分/P有
※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	●	—	●	●	●	●	●

首・肩・腰・膝!! 冷えからくる肩こりや腰痛を和らげる!

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 女性スタッフ在籍!

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・歪みを正常にいたします。
※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。

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!

全国の皆様に
選ばれてきた
安心の実績

身体も心も芯から動かすことで改善

動かし整体

ほぐし+運動療法+身体の正しい使い方

筋膜の解放と運動療法で健康を取り戻すコースです。

お客様の
声



カウンセリング

こんなお悩みありませんか?

食欲がない...
人間関係が
うまくいかない
仕事がつらい...

お客様の
声



まゆころさろん

完全予約制

東武東上線
志木駅南口から徒歩1分
※駐車場、駐輪場なし

営業時間

10:00~20:00[不定休]

連絡先 お電話でも予約受付中!!

080-2376-3462

詳しくは
QRコードから
HPを
ご覧ください!



施術中は電話に出られません。また、迷惑電話が非常に多い為、留守番電話にお名前と電話番号を残していただいた方に、折り返しこちらからお電話しております。

アリフト読者限定特典

波動整体 +
カウンセリング 45分

18,000円⇒ 8,800円

※他割引との併用不可
※有効期限2026年2月28日迄

動かし整体 30分

12,000円⇒ 1,980円

※他割引との併用不可
※有効期限2026年2月28日迄

カウンセリング 30分

16,500円⇒ 1,980円

※他割引との併用不可
※有効期限2026年2月28日迄

NEW OPEN!

和光市駅から
徒歩7分

完全予約制なので待ち時間ゼロ!

我慢してませんか?

慢性腰痛専門

こんなこと、解決したいと
思っている方はぜひご連絡を!

❑ 冷えて体が固まっている...

❑ 座りっぱなしで体がガチガチ...

運動療法で痛みが改善されている方も多数!

湿布や痛み止めが
手放せない

3件以上の治療院に
行ったが、改善しない

重度腰痛

背柱管
狭窄症

坐骨
神経痛



お客様の声

首痛・肩痛持ちの40代女性
仕事で右手を酷使したことが原因で、**右首・肩に痛みと違和感**が生じ、身体のアンバランスに悩んでいました。一時は仕事を諦めかけましたが、**施術と、身体の使い方・セルフケアのアドバイス**を受けたことで**症状が劇的に改善**しました。今では不調を気にせず、安心して仕事を続けられるようになりました!

(受付時間 9:00~20:00)

080-1886-4128

事例など
詳細は
HPにて



LINEからも
お問い合わせ
可能です



「アリフトを見て
予約したい」と
お電話ください

施術中は電話に出られません。留守番電話にお名前とご連絡先をお願いします。折り返し連絡致します。

先生ご紹介 院長 大平裕子
スポーツクラブや出張リラクゼーションなど、20年以上の運動指導経験と延べ1万人以上を指導・施術。運動療法にたどり着き、一人ひとりに向き合うため、独立し開業いたしました。



整え処
ねこの手

和光市本町14-19 バインヒルズ101

駐車場なし/不定休

完全予約制

※お車で越しの方は、
お電話にてお問い合わせください。



お電話いただいた方限定!

通常価格10,000円

初回 1,980円 (税込)

有効期限：2026年3月9日迄

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

アリフト読者
限定特典

ご依頼料金から

5%割引!

こんな方はまずはお電話を!

- ❑ 隙間風が寒くて暖房が効かない...
- ❑ 3月の法事や来客の前にキレイにしたい...
- ❑ どこに頼んだらいいのかわからない...まずは相談したい!

自宅に
こんなふすま
ありませんか?

before

after

穴の開いた
ふすまが...

直った!

こんな状態の
障子は
ありませんか?

before

after

破れてしまった
障子が...

ピカピカに!

朝霞・新座店

☎ 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・和光店もございます。



大サイズ

[縦約180cm・横約90cm]

1枚 1,500円~

税込 1,650円

お見積り・出張費無料!



≫池袋駅西口(北)20a出口より徒歩5分

相続税専門で18年以上！安心の実績多数！
豊富な知識と経験で相続のお困り事を解決します



土地の評価を得意としています。
地主の方の相続税申告や生前の
節税対策を専門にして18年が経
ちます。5年10カ月以内に納め
た相続税の還付請求も数十件の
実績があり！まずご相談を。

佐藤和基税理士事務所

TEL 03-6914-2640
豊島区池袋2-51-15
第3ハルタビル502号室
10:00～20:00(土日は10:00～12:00)

HPは
こちら



≫北朝霞駅より徒歩9分／朝霞台駅より徒歩9分

2/22は猫の日！一般診療から全国的に数少ない
猫伝染腹膜炎(FIP)治療まで！



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。
HPから診療予約受付中！

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 祝午前診療のみ
火曜・日曜定休

HPは
こちら



Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マス
を埋めましょう。
A～Cの合計は？

ルール

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

21=1+2+3+4+5+6+7+8+9

	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	

朝霞の漢方薬局！



※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！

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。

H P に体
験談も
たくさん
掲載中
!!
下記 Q R
から !!



こんな悩み
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。

- ダイエット・肌の乾燥
- ヘバーデン結節・不登校
- 膝関節痛・便秘・心身症
- 腰痛・めまい・耳鳴り
- 物忘れ・頭がぼーっとする
- 眠りが悪い・流動性食道炎
- 40代以降の不妊
- PMS・肩こり

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

除菌グッズをプレゼント

昭和薬局

有効期限:2026年2月28日迄

あなたの一步を応援します

介護のお仕事

就職・個別相談会

介護職・介護補助職(洗濯・清掃・調理・送迎など)

入退場・服装
自由

年齢不問

参加無料

事前予約で
スムーズに相談！



エコバッグ
プレゼント！



和光市・朝霞市・志木市・新座市内の介護事業所が集結！

令和
8年

3月6日金

13:30
15:30

和光市民文化センターサンアゼリア
1階 小ホール(和光市広沢1-5)



学ぶ・相談する・
見つかる！



彩の国
埼玉県

主催 埼玉県福祉部高齢者福祉課

ご予約・お問合せ先 (平日9:00～17:00)

埼玉県介護人材確保総合推進事業事務局

0120-121-767



埼玉県の介護のお仕事応援ポータルサイト

▲公式サイト

SAITAMA KAIGO NEX

おいしく作って心と体をととのえる

彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部



01. レバニラ炒め



火を通し過ぎないやわらかレバーと

シャキシャキ野菜の食感と香りを楽しむ

材料(2人前)
レバー(豚).....150g
牛乳.....30cc
ニラ.....1束
もやし.....100g
ニンニク・生姜.....各1片
サラダ油.....大さじ3
塩・こしょう.....各少々
片栗粉.....適量
(A)
水.....大さじ3
しょうゆ.....大さじ2
料理酒.....大さじ1
砂糖.....大さじ1
オイスターソース.....大さじ1
鶏ガラスープの素.....小さじ1/2
片栗粉.....小さじ1/2

作り方

- ① レバーは臭み抜きのために牛乳に30分ほどつけ流水でよく洗い流す
- ② ニラは5センチ位に切る。ニンニクと生姜はすり下ろす。
- ③ Aを合わせておく
- ④ キッチンペーパーで水気を切った①に片栗粉をまぶし、フライパンにサラダ油を入れ、両面を1分程揚げ焼きにして取り出す。
- ⑤ フライパンを中火で熱しにんにく、生姜を炒め、香りが立ったらもやしを入れ炒め合わせる。
- ⑥ ニラを加え炒めたらレバーを戻し入れ炒め合せ、③を入れ炒め合わせて完成

02. かきたま汁

卵は最後に弱火で細く回し入れて

ふんわりきれいなかきたま汁に

theme

貧血防止レシピ



材料(2人前)

溶き卵.....2個分
細ねぎ.....適量
水.....600cc
和風だしの素.....小さじ1
しょうゆ.....小さじ1
みりん.....小さじ1
塩.....小さじ1/3
水溶き片栗粉
片栗粉.....大さじ1/2
水.....大さじ1/2

作り方

- ① 細ねぎは小口切りにする。
- ② 鍋に水、和風だしの素、しょうゆ、みりん、塩を入れて中火で熱し、沸騰したら水溶き片栗粉を加えて、混ぜながら再沸騰させる。
- ③ 鍋に溶き卵を回し入れ、ゆっくりと混ぜる。
- ④ 細ねぎを加えて混ぜる。

栄養吸収効果を高め、赤血球の材料補給を

レバーは鉄とビタミンAが豊富で貧血予防に有効で、牛乳で臭みを取ると食べやすくなります。温かい汁物は胃腸の働きを助け、ニラのビタミンCとあわせて栄養吸収効率を高めます。卵のタンパク質も赤血球の材料補給に。



レシピ監修 りなさん
フリーランス栄養士。ダイエット、美容と健康には食事栄養が大切と知り料理と栄養に興味を持つようになった。自分らしく働く女性が増えてきた中で、忙しい中でも健康美を維持するための食事習慣やレシピを伝えていきたいと活動中。



パパ・ママ応援ショップ優待カード

優待カードを協賛店で提示するとお得な特典や割引などのサービスを受けられます！

協賛店は下記から検索！



サービスは、協賛店のご厚意により提供されています。



埼玉県マスコット「コバトン」

埼玉県LINE公式アカウント「埼玉県庁」を友だち追加してアプリ版の優待カードをGETしよう！
パパ・ママ応援ショップ優待カードは、全国の協賛店でも利用できます。

お問い合わせ先 | 埼玉県福祉部こども政策課 TEL.048-830-3343

漢字クイズ

テーマ | スポーツ

なんと読むでしょう？

蹴球

ヒント／1チーム11人で対戦。今年6月・7月にはワールドカップが。

— 464 — 朝霞

屋内型テーマパーク めんたいパーク群馬へ

GO! 入場無料

見学無料 予約不要

タラピヨ在入 めんたいクッキー (2枚×7袋) 1,380円(税込)

キッズランドも大人気!

デジタルアートを 楽しめる

直売の鮮度をそのままお届け。 オンラインでもめんたいギフト

辛子明太子／たらこ 冷凍

めんたいパーク群馬の公式オンラインショップ。

オンラインショップ 限定特典

2月末までにオンラインでご購入の方全員に、商品のお届け先へ「明太フランスラスク」「明太子コーンスナック」をプレゼント!

※本特典はご注文者様ではなく、商品のお届け先へお送りします。

▲オンラインはコチラ

入場無料の屋内テーマパーク

おもしろいものいっぱい!

明太子 クランチ チョコレート (8個入り) 880円(税込)

めんたいクッキー (2枚×7袋) 880円(税込)

甘さ×ピリ辛 バレンタインギフトにも

明太子のテーマパーク

入場無料 予約不要

甘楽スマートIC より約6分

無休

甘楽郡甘楽町金井676-2 ☎0274-67-7415

土・日・祝 9:00～18:00 (フードコーナー 9:30～17:30)
平 日 9:30～17:30 (フードコーナー 9:30～17:00)

Instagram WEB

最新情報は QRをチェック

【ARIFT読者限定】 クーポン持参で 明太ラスク1袋 プレゼント

※状況により商品が変わる場合がございます ※1枚につき1袋まで ※クーポンは複数枚での利用不可 ※他サービスとの併用不可 期限26.3.31 めんたいパーク群馬

ボロボロな歯 グラグラな歯

入れ歯のお悩み1日で改善できます

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

医療法人社団新正会理事長 安藤琢真

入れ歯のこんなお悩みの方へ

- 違和感や異物感に慣れない...
- 作り直しの費用が心配
- 食べるとき痛む
- はずれそうで気になる
- 硬いものが食べられない
- やっぱり見た目が気になる

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

【オールオンフォー】 即日インプラント All-on-4

最少4本のインプラントの埋め込みで 手術時間も短く当日に白い歯が入ります 月々29,000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

入れ歯で満足ですか？ オールオンフォーなら1日で取り外しのいらぬ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”の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～

まずは1度カウンセリングにご来院ください

見た目の美しさ、自分の歯で噛む感覚をぜひ手に入れましょう

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



安藤 歯科

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 | 渋谷

Tel.0120-941-801

安藤歯科WEBサイト <http://ando-implant.jp/>

公式Instagramも 随時更新中!

LINEでお問合せ を受付中!



orc_implants_ando

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：糸川公之(くめかわこうし) 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る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)

☎03-3921-3981

電話受付 月曜～土曜10:00～18:00
(水・土は10:00～14:00)

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)

面談は
平日
土日も可

初回
相談無料

着手金
0円

代行費用
後払い

賞味期限切れやパッケージ変更等
食品ロス削減ショップ
エコイト新座店



店内にはお買い得な商品がいっぱい。目玉商品も!! 限りのある商品もございます。早めにチェックを!

お客様からのご要望に応え
冷蔵・冷凍商品も
取り揃えています!

秋田県産の新米も販売中



介護用品・中古福祉用具販売



中古の車椅子・
中古のシルバーカー・
中古の介護ベッド等々
介護福祉用品を
幅広く取り扱っております。
中古なのでお買い得!



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:2026年3月13日まで

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:2026年3月13日まで



ひと、モノショップ。新座市堀ノ内3-7-31

TEL 048-482-0021

営業時間 10:00～17:00
日曜祝日定休

お店の様子は
HPより



漢方相談 年間3万3,000人の実績

漢方療法、体質改善、高貴薬、中国薬

一心堂に良薬あり。

大好評!アクセス抜群の新宿店はJR新宿駅・新南口より徒歩2分

相談スペースにて漢方・健康相談承ります!!

女性疾患に良薬あり!

心身不安症に良薬あり!

以下のような疾患でお悩みの方、ぜひご相談ください。

- 生理痛 ●子宮筋腫 ●脱肛 ●低血圧
- 不正出血 ●不妊症 ●便秘 ●肩こり
- 膀胱炎 ●更年期障害 ●むくみ ●ダイエット
- 卵巣のう腫 ●にきび・シミ ●精神不安 など
- 妊娠中毒 ●冷え ●貧血

以下のような疾患でお悩みの方、ぜひご相談ください。

- 不安感が常にあり、いてもたってもいられない方
- 憂鬱な気分が2週間以上も続いている方
- 無気力・無感動で集中力が低下している方
- 疲労感が強く、体が鉛のように重く感じる方など

荻先生の漢方
健康相談会開催中!
毎週土・日・月(10:00～17:30)
場所 一心堂薬局
新宿店
※要予約



《英語・中国語・フランス語の多言語対応》
海外の方もお気軽にご相談ください。

このような病気・症状でお悩みの方、是非ご相談ください

- 6大生活習慣病…高血圧、糖尿病、心臓病、肝臓病、腎臓病、痛風
- 6大現代病…鼻炎、喘息、アトピー、胃腸病、肥満症、自律神経失調症
- 8大慢性性…耳鳴り、便秘、神経痛、ひざの痛み、腰痛、リウマチ、痔、冷え症
- その他…膀胱炎、更年期、生理痛、子宮筋腫、精力減退、白内障、前立腺肥大、虚弱体質、動悸、肩こり

一心堂薬局漢方
相談報告書
(2025年実績)

- 1位 自律神経
- 2位 耳なり
- 3位 不眠
- 4位 うつ
- 5位 更年期障害
- 6位 糖尿、皮膚疾患



花粉症トラブルに、お家でケアしませんか?

花粉で荒れがちな肌のお悩みに

花粉の時期は肌トラブルが多くなります。そんな方には、ハバイスカス配合した美肌茶がオススメです。ニキビや肌荒れといった肌の悩みに応えるため、薬局が独自に開発した健康茶です。くぐり、よもぎ、ヨクイニン(ハトムギの種子)など、肌に良いとされる7種類の薬草やハーブを配合しており、お子様からご年配の方まで、幅広い年齢層の方にお飲みいただけるよう仕上げています。

美肌茶 2,484円

こんな方に「シジウム茶」がおすすめ!!

- ①「薬の副作用」を避けたい方
●仕事中や運転中に眠くなる方
●妊娠中・授乳中、できるだけ薬を控えたい方
●お子様に、自然なもので対策してあげたい方
- ②体質からじっくり見直したい「自然派」の方
●毎年、花粉の時期が来るのが憂鬱な方
●化学的な成分よりも、植物の力を信じたい方
●「飲むだけ」の簡単な習慣で対策を続けたい方
- ③ムズムズだけでなく「肌」の悩みもある方
●季節の変わり目に肌に敏感になりやすい方
●乾燥によるムズムズが気になる方
- ④健康と美容を同時にケアしたい方
●糖質や数値が気になり始めた方(糖質ケアサポート剤がサポートします)
●夜寝る前にも安心してお茶を飲みたい方
●ついでにダイエットサポートも期待したい方

シジウム茶
3,024円

漢方専門 一心堂薬局

☎0120-73-1410

お忙しい方や遠方の方にはお手紙やお電話、FAXなどのご相談もお受けします。地方発送も致します。

川口店 048-223-2432

立川店 042-540-1432

好評放映中!

荻秀幸の
テレビ埼玉 漢方納得相談
「マチコミ」 毎週木曜午後5時10分より

HPは
こちら



Instagram
はこちら





彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部

おいしく作って心と体をととのえる

01. こく旨バターチキンカレー



素材の旨味を引き出した
コクのある美味しさ

材料(2人前)

鶏もも肉200g
ほうれん草100g
サラダ油小さじ1
トマトピューレ100g
牛乳200ml
無塩バター20g
塩3g
ガラムマサラ2g
ご飯360g
※お好みで生クリーム少々
—A(下味)—
すりおろし生姜小さじ2
すりおろしにんにく小さじ2
トマトケチャップ小さじ2
カレー粉小さじ1

作り方

- 鶏肉は一口大に切り、Aを加えて袋に入れ、よく揉み込む。ほうれん草は下ゆでし、3cm長さに切る
- フライパンにサラダ油を引き①の鶏肉を入れて両面を各2分焼く。トマトピューレを加えて弱火で2分煮る。
- ②に牛乳とバターを入れ、3分ほど煮たら塩とガラムマサラで味と香りを整える。
- 器にご飯を盛り、②をかける。ほうれん草とお好みで生クリームをトッピングして完成。

02. 白菜とリンゴのサラダ

さっぱりした口当たりと
甘みが全体のバランスに



材料(2人前)

白菜200g
りんご100g
—ドレッシング—
オリーブオイル大さじ2
レモン汁大さじ1
はちみつ小さじ1
こしょう少々

作り方

- 白菜は一口大に切り、耐熱容器に入れてふんわりラップをかけ500Wで2分加熱し、しっかり水気を切る。
- りんごは薄いイチョウ切りにする。
- ドレッシングを混ぜて①と②を和える。

theme

ストレスフリーな減塩レシピ

減塩でも旨みと加熱が満足感に

煮詰めて旨みを引き出すことで塩分控えめでも満足感のある味わいに。ガラムマサラの香りが食欲をそそり、牛乳に含まれるカルシウムとトリプトファンは気持ちを落ち着かせ、りんごの甘みが食事全体のバランスを整えます。

ONLINE
DELIVERYmaruetsu
マルエツ

コタツから出ずにお買物

スマホで注文 ご自宅お届け!

ここが
オススメ!

はじめてのネットスーパーならマルエツのオンラインデリバリー

年会費・入会金無料

ご注文から最短3時間でお届け

冷蔵・冷凍食品もお届け

商品掲載数

8000アイテム以上!

一の市 中の市

チラシ掲載商品も買える!



WAON POINT

がたまる! 使える!

2月1日(日)

2月28日(土)

配送分まで

1回のお買物
5,000円(税抜)以上で

配送料無料

通常配送料 | 220円(税込み)

※ご注文時の金額が5,000円(税抜)未満の場合は対象外となりますが、店舗都合による品切れ等により5,000円(税抜)未満となった場合は送料無料となります。※一部店舗にて実施している即時配送は対象外です。

さらに!
1月の
ご利用回数に
応じてクーポン
プレゼント!

ご利用1回以上
配送料
無料
2回
クーポン

ご利用3回以上
point
イグニカ
ポイント
2倍
WAON
POINT
4倍
クーポン

ご利用5回以上
point
イグニカ
ポイント
5倍
WAON
POINT
10倍
クーポン

クーポンの配信予定日
翌月10日頃

毎月1日～月末までのご利用回数に応じてクーポンを配付いたします。クーポンは配信から30日間ご利用いただけます。クーポンを表示する、またはポイント受け取りのためには、ポイント付与の設定をイグニカポイントまたはWAON POINTにする必要があります。

まずはダウンロード

または マルエツネットスーパー

Google Play
で手に入れようApp Store
からダウンロード

配送エリア、お買い物の
流れ、ご利用に
あたっての注意点
はこちらから



🏠 朝霞市 🏠 和光市 🏠 志木市 🏠 新座市

不動産の売却買取は

地域密着の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！

地域に精通した私達のご案内します！
地元に詳しいからこそ適正な査定額のご提示とその証拠をご説明できます！



やまざき けいすけ
山崎 恵祐 課長

仲介・分譲・注文の全ての経験から最良のご提案をさせていただきます。住宅ローンや税金の事も含めて何でもご相談下さい。



むらお だいすけ
村尾 大介 係長

お客様が一番喜んで頂ける、お住まい探しをご提案します。



うちの ゆうすけ
内野 裕介 主任

さわやかな笑顔と丁寧な接客を武器にお客様の夢とマイホームの実現をサポートしていきたいと思ひます。



はぎわら せいや
萩原 静哉

東上線、池袋線、武蔵野線エリアのご相談はお任せください！正直不動産のように真つ直ぐにご提案いたします！

放置されている空家、ありませんか？

🏠 放置空き家のリスク 🏠



空き家

十分に管理が行き届いている状態

固定資産税は減額されたまま



管理不全空家

窓や壁が破損しているなど、管理が不十分な状態

固定資産税が最大6倍に！



特定空家

そのまま放置すると、倒壊等のおそれがある危険な状態



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



0120-829-577



【営業時間】9:30～18:00
【定休日】火曜日・水曜日

TEL: 048-450-1128
FAX: 048-450-1129

ポラテック株式会社

※携帯・スマホOK/リモートでのご利用も承ります

〒351-0015 埼玉県朝霞市幸町3-11-9 ©宅建業国土交通大臣(5)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会員 ©(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

年齢・経験不問
直行直帰OK!

首都圏で
500人以上
活躍中

自分のタイミングで
配布できる



情報誌アリフト 配布員応募受付
0120-856-046
受付: 平日10:00～17:00

地域を巡って健康維持にちょうどいいお仕事始めよう！

ポスティングで運動不足を解消

副業・Wワーク、健康維持、ダイエット、地域貢献など目的はさまざま。まずはお気軽にお電話ください！

ご近所を徒歩または自転車で情報誌ARIFTを配布するお仕事です

報酬 ・配布部数による出来高制(月収例)2,000～10,000円程度
内容 ・情報誌アリフトをご家庭のポストに配布していただく業務委託のお仕事です。
・アリフトはご自宅に配達されるので出社不要です。
・配布していただく地域はご自宅周辺なので安心して配ることが出来ます。

資格 ・月1回、火～土にお仕事できる方。
・携帯電話をお持ちの方。
※学生の方は不可です。
勤務 ・ご自宅から徒歩圏内の地域。
※別の方が先に担当している場合、ご希望の地域をお選びいただけない場合もあります。

〈ご希望の地区の空き状況はお問い合わせください〉

株式会社 中広メディアソリューションズ 横浜市西区みなとみらい3-3-3 横浜コネクトスクエア11F

アリフト配布Q&A

Q. ポスティング未経験でも大丈夫？

A. 大丈夫です。お仕事を開始される方の大半がポスティング未経験です。お仕事開始前の説明会で、仕事内容だけでなく配布のコツなどもお伝えするのでご安心ください。

Q. 配布する情報誌は会社まで取りに行くの？

A. ご自宅まで無料でお届けします。また初回の説明会以外は会社に出社していただくことも基本的にありませんので、通勤時間などのロスなくお仕事をいただけます。

Q. 急遽配れなくなった場合のペナルティはある？

A. もし「急遽配れない」事情ができた場合はできるだけ早く会社に連絡をしていただければペナルティはありません。体調不良などやむを得ない場合は会社で代わりに配る方を手配しますのでご安心ください。

Q. 配布する部数のノルマはある？

A. 各地区で配布する部数が決まっています(平均600部)。その部数を期間内に配り終えていただければ大丈夫です。配布期間は5日間(一部地域は4日間)あるので余裕をもって配布できます。また無理のないように最初は1地区から始めていただきます。慣れてきたら配布する地区を追加していただくことも可能です。

Q. WワークでもOK？

A. OKです。期間内に配布を終えていただければ大丈夫です。

Q. 配布する時間は決まっている？

A. 配布期間内であれば特に決まりはありません。夏は日中の暑さを避け、早朝や日が落ちてからの配布もOKです。※一部条件あり

お仕事開始前の説明会はZoomで参加OK！

創業26年目に突入!!

川口市でリフォームのショールームを運営させていただいております。

雨漏り 無料0円点検実施中! 耐震診断/シロアリ診断/屋根外壁診断/雨漏り診断/水廻り診断
※耐震・屋根診断もご対応いたします。※基本的に止まらない雨漏りはありません!!

リフォームのことなら エービーシーホーム 川口店

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

住設備器トータル売り上げでも 関東No.1



好評展示中



川口ショールーム

他社で契約されたお客様でも、当社設計士による工事の監修・見積り、仕様のチェックなどもご相談に応じます。
他社の見積りと比べてください。価格ご相談に応じます。

リフォームするのなら今がチャンスです!!

5% リフォームローンキャンペーン

大好評につき エービーシーの商材に限り
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!

3.80%



お見積り・ご相談は無料、ご安心ください。お電話ください! 即日お伺い致します!
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。

最大 80% OFF

特別プライス キャンペーン 99.9万円パック

※サイズ等により金額あり

LIXIL 水廻り4点セット

解体費用・残材処分費 標準施工費込み

安心の保証!各メーカー10年保証も可能です。お気軽にご相談ください。



ユニットバス システムキッチン 洗面化粧台 トイレ

ユニットバス

※商品代のみとなります。サイズ・カラー、他にご用意しています。お問い合わせください!

【工期】マンション:1~2日間、戸建:2~4日間

リノビオフィット1116	LIXIL BW1216	LIXIL リデア1616
65%OFF メーカー希望価格 632,000円 221,200円	65%OFF メーカー希望価格 612,000円 214,200円	67%OFF メーカー希望価格 968,000円 319,440円
LIXIL リノビオV1216	TOTO サザナ 1216	TOTO リモデル WY1418 ぽつからリ床
67%OFF メーカー希望価格 999,000円 329,670円	67%OFF メーカー希望価格 814,000円 268,620円	67%OFF メーカー希望価格 1,215,000円 400,950円

システムキッチン

※商品代のみとなります。サイズ・カラー・I型・L型・対面式。お家に合わせてお選び下さい。

【工期】2日間

LIXIL シェアS型 W1950 標準プラン	クリナップ ラクエラW1800	Panasonic Vスタイル W2250
70%OFF メーカー希望価格 593,500円 178,050円	65%OFF メーカー希望価格 511,400円 178,990円	70%OFF メーカー希望価格 812,900円 243,870円
LIXIL ノックW2100	TOTO ミツ W2550	LIXIL リシエルW2550
65%OFF メーカー希望価格 885,000円 309,750円	60%OFF メーカー希望価格 914,200円 365,680円	44%OFF メーカー希望価格 851,000円 476,560円

トイレ洗面プラン

※商品代のみとなります。写真はイメージです。

LIXIL アメージュ	LIXIL リフィット
56%OFF メーカー希望価格 121,500円 53,460円	45%OFF メーカー希望価格 297,500円 163,625円
クレヴィ	LIXIL ルミシス W1230
55%OFF メーカー希望価格 607,000円 273,150円	45%OFF メーカー希望価格 660,000円 363,000円

今月の目玉商品

Panasonic レンジフード 50,160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
リンナイ 給湯専用 便器セット 33,100円	ノーリツアミ ガラストップ 69,300円
	KVK オールインワン 浄水栓 27,830円

おかげさまで令和6年度リピート率87.2%

施工、仕上がり、アフターに一番力を入れています!!

耐震診断、補強、施工も自社の職人がします

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



代表取締役 配島敏雄

いつもエービーシーホームをご利用頂き誠にありがとうございます。当社は自社の職人が中心で施工、アフターをしていますので、確かに価格も協力をできます。しかし、それ以上に他社の下職にまかせるのと違い、職人にも徹底した指導・管理・スピードアフターなど、妥協しない素晴らしい満足度を実現する事が出来ます。皆様により安く・大きな安心をモットーに大工、電気、内装、設備、塗装の職人さんが自社の社員でいます。納得いくまで触れていただけるよう170㎡ショールームも併設しております。今後も皆様に喜んで頂き、社会に貢献できるよう、社員一同努めてまいりますので何卒エービーシーホームをよろしくお願いいたします。



400㎡の膨大な
自社作業場及び倉庫

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

増改築 坪29.7万~ ●和室をLDKに!
下見 プラン制作 見積り無料 絶対満足頂ける仕上り 自信あります **総額152万円**

リフォームで二世帯住宅 なんでも相談にのります!

埼玉県・東京都・神奈川県・千葉県・茨城県・長野県・群馬県 営業中です
不動産・中古マンション購入時にも対応可!!

空き家のリフォームならさらに安くなります。

空家	ない	荷物が 入るまで 入るまで 入るまで	入るまで 入るまで 入るまで	入るまで 入るまで 入るまで	入るまで 入るまで 入るまで
----	----	-----------------------------	----------------------	----------------------	----------------------

工費が
20% OFF

お知り合いでエービーシーホームで
工事をした方がいらっしゃったら
ぜひ聞いてください!
見積もりはあくまで入口!
工事がすべて
終わってからの満足度が
一番の信頼です

「長期優良住宅化リフォーム推進事業」開始

工事実施後の住宅性能に応じて
最大300万円/戸の補助を受けることができます!

●住宅の劣化対策 ●耐震性アップ ●省エネ対策 ●高齢者対策 など
今がチャンス!ぜひ一度ご相談のお電話を

外壁塗装 超特価



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
-------	-------	------	----	-----	-----	-----	------	-------

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~

マンション

標準グレードバック

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

マンションリフォームを得意とする職人さんがいます。
お気軽にご相談下さい。



川口市 青木 様邸
北区 赤羽 M様
板橋区 常盤台 T様邸

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~



蕨市 塚越 N様邸 川口市 青木 H様邸

建設業許可/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

川口店ショールーム 0120-666-408

川口市並木2丁目9番22号

Tel.048-250-6866

Fax.048-250-6867



車でのお越しの方は、お店のすぐらに
駐車場がございます。※他に15台Pあり

電話受付時間 9:00~19:00

土日祝祭日 営業 木曜定休日

ブログもやっています
www.abc-home.co.jp

お問い合わせ
info@abc-home.co.jp

お客様の口コミは
こちらから

川口 エービーシーホーム



お車でのお越しの場合
お店の近くに
駐車場がございます。

朝霞市へお住まいの方へ!

自分に合った
メニューで
無理なく健康な
体作りをしましょう!

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

お客様の声

(40代・女性)

「何をしたら良いかわからない人」や「忙しい人」に最適! 自分に必要なメニューを提示してくれるため、迷うことなく効率的です。また、その日の体の調子に合わせてプログラムを調整してもらえるので、自分のペースで無理なく安心して運動を続けられます!



【パーソナルジム】
× 【美容整体】で

歪みを整えながら
キレイに痩せる!

NASM-CPT
(全米スポーツ医学協会認定パーソナルトレーナー)
健康運動指導士
日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ3
日本スポーツ協会公認スポーツプログラマー



※詳しくはお問い合わせください。

トレーニング

×

美容整体

×

姿勢改善

機能改善

×

ストレッチ

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imeがおすすめ

★その他短期集中プランもあります★

「通いはじめて1ヶ月経ちましたが、腰痛がかなり改善されました。トレーナーの穏やかな人柄もあり、初心者で筋トレが苦手だった私も毎回楽しく通っています。自分の求める結果が必ず出ると信じて通い続けられます!!」



ARIFT読者限定! 体験後の入会でお得に!

入会金
通常22,000円
体験料
通常5,500円

0円 + 初月から
全ての
プランが

10%
OFF

【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: 2026年3月5日まで

LINEで簡単!
体験予約は
▼こちら▼

25,000円を
突破!

出張買取 宅配買取 受付中!

もちろん査定は
無料です!!



金相場 過去最高値!!
25,015円

2025年12月24日現在

24金
1グラム

金アクセサリー

壊れているもの、使えないものも
「金」なら高価買取いたします!

高価買取中!!

クーポン持参でさらにお得!!

仏具・金工芸品

おりんや仏像、金杯など
金でできた仏具、大歓迎です!

高価買取中!!

クーポン持参でさらにお得!!

金歯

他店では買取が難しい金歯でも
今が売りのチャンスです!!

高価買取中!!

クーポン持参でさらにお得!!

特典①

金製品査定額

20%
アップ

たんすの肥やしを
一気に現金化!

2026年3月末日まで
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。

特典②

金製品査定額

2,000円
アップ

1つでもお気軽に
お持ちください!

2026年3月末日まで
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。

特典③

未使用テレホンカード

50度 300円買取
105度 600円買取

2026年3月末日まで
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。

ジュエリー・ブランド買取専門店 ジュエルカフェ

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・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