

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

3 3/6

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。

読者プレゼント3月号
春のスクール特集

期間限定

桜スイーツ

& 読者が選んだ お花見スポット



カヌレと焼き菓子のお店 Mizoca Sucre. (ミゾカ シュクレ)
さいたま市西区三橋



フリーズ・デ・ボワ
さいたま市西区宮前町



菓匠 幹栄 × CafeLatte57°C
桶川市朝日

GIFT FOR A BETTER LIFE

SERVICE COUPON

〈有効期限 2026年4月30日迄〉

エアコンクリーニング
2台以上で1台
7,300円

SINCE MAY 01 2021 TOKYO YOKOHAMA SAITAMA MIYAGI YAMAGATA



かんたん、きがるに、ハウスクリーニング
キラリおそうじ社

1台の場合 8,000円
お掃除機能付きエアコン洗浄 13,200円
TEL0120-970-398
さいたま市南区別所5-15-2
9:00~20:00 年中無休



自分発見

新しいを
はじめよう!

ファインは

いまどき 教習

安心・安全は当たり前!
「みんなにやさしい」それが、いまどき!

おすすめコース /

🚗 ハイスピードコース 期間限定の特別教習。とにかく短期間で卒業されたい方におすすめのコースです。

fine ひと、まち、クルマ。Happyな明日へ、
motor school **ファインモータースクール**

上尾 ☎ 0120-45-7112 〒362-0011 上尾市平塚596-5
西大宮 ☎ 0120-05-6553 〒331-0071 さいたま市西区高木1635

www.fine-motorschool.co.jp



**桜餡・苺・カスタードを求肥で包んだ
和菓子のような春のケーキ**

販売時期
販売中～4月末まで
(材料がなくなり次第終了)

さくら 650円

甘酸っぱい苺と滑らかな生クリーム、ふわふわのスポンジとココのあるカスタード、そしてほんのりとした甘さの桜餡を、やわふわな求肥で包んで桜の葉を巻きました。色々な素材のハーモニーを楽しめます。何度訪れてもワクワクするような瞬間を届けてくれるケーキ屋さんで、3月はホワイトデー用のチョコレート商品も並ぶそう。

ラ・リーヴ洋菓子店
[宮原店]048-651-6579/さいたま市北区宮原町3-559/10:00～19:00/年中無休
[内野本郷店]048-624-5129/さいたま市西区内野本郷543-2/11:00～19:00/月火曜定休
[別所店]048-612-5703/さいたま市北区別所町66-5/10:00～19:00/水木曜定休



販売時期
3/20～4/20ごろまで
(早まる可能性あり)

**カヌレと焼き菓子のお店
Mizoca Sucre.(ミゾカ シュクレ)**
さいたま市西区三橋5-2124-5/
平日11:00～18:00、土日祝11:00～17:00/不定休(基本的に月木曜休み)



販売時期
販売中～4月上旬まで

**桜餡とゼリーが重なる贅沢ムース
器も楽しめる春の限定スイーツ**

さくらのムースケーキ 540円

さくら餡と桜ゼリーを重ねた、味も食感も一緒に楽しめる贅沢なムース。程よくさっぱりとした味わいで、罪悪感なく何個でも食べられそう。毎年人気のさくら柄の陶器は小鉢や花入れにもおすすめ(柄が変更する場合あり)。幅広い年代に愛される人気店で、3月はホワイトデーのイベントや、お祝い用の焼き菓子や詰め合わせも。

ケーキ工房ぼけっと
048-688-2258/さいたま市見沼区東宮下490-2/月～土曜10:00～20:00、日祝9:30～19:00/火曜定休(不定期で月曜休みあり)

桜の香りといちごピューレ
春限定の特別なラテ

ストロベリー桜ラテ 700円

桜の優しい香りと、果肉たっぷりの自家製いちごピューレがふんわり溶け合う、今しか飲めない特別メニュー。上品で華やかな桜の香りと、苺のフレッシュな甘酸っぱさが重なり心解ける魅惑のラテです。カヌレと一緒に楽しむのもおすすめです。お店は猫好き店主が営む焼き菓子店。カヌレやカフェ系ドリンクが大人気です。

桜スイーツ & お花見スポット

期間限定 読者が選んだ

春の季節がはじまりますね!この時期にだけ味わえる「桜スイーツ」と、ARIFT読者に聞いた花見スポットをご紹介します。埼玉の“春の匂”を一緒に楽しみましょう。

**圧倒的な香りと風味
春を贅沢に味わうマドレーヌ**



販売時期
販売中～3月末まで

桜マドレーヌ 324円
プレミアム桜チョコマドレーヌ 410円

人気商品「マドレーヌしほり」を、この季節だけ桜色に染めました。しっとり濃厚なバター生地が香るマドレーヌに、桜の塩漬けをあしらったプレミアムな一品で、噛むほどに桜の香りが広がります。さらにはほんのりピンクのホワイトチョコでコーティングしたチョコマドレーヌも。店の隣にはイタリア厨房ポワ・トスカーナを併設。

フリーズ・デ・ボワ
048-625-1072/さいたま市西区宮前町500-1/11:00～21:30/年中無休

**西伊豆産の桜葉が香る
甘味と塩味のもっちり桜餅**



販売時期
販売中～3月末まで

さくら餅 250円

西伊豆産の桜葉塩漬けを使用。もっちりな食感とこし餡の甘味に桜葉の塩味が相性バツグンで、ほのかな塩味と風味を楽しめる関東風の長命寺桜餅です。3月には春のお彼岸もあり、おはぎなどの予約も受け付け中。3兄妹の職人が和菓子・洋菓子・コーヒーをそれぞれ担当する地元で大人気のお菓子カフェ。

菓匠 幹栄×CafeLatte57°C
048-782-9199/橘川市朝日1-26-10/
10:00～17:00/10:00～17:00/火水曜定休(祝日の場合変更あり)

読者が選んだ! お花見スポット

ARIFT1月号で読者の皆さんにおうかがいした「お気に入りのお花見スポット」から、人気の場所をおすすめコメントと合わせて紹介します。開花時期は3月下旬～4月上旬のこと。楽しみに待ちましょう。

さいたま市 大宮区 大宮公園



おすすめコメント
園内どこを歩いても桜が満開!屋台の賑やかな雰囲気も大好きで、毎年友人たちと集まってそぞろ歩きを楽しんでいます。(さいたま市・さくらもちさん)

さいたま市大宮区高鼻町4/JR大宮駅より徒歩20分

さいたま市 岩槻区 岩槻城址公園



おすすめコメント
菖蒲池に架かる朱色の八ツ橋と、周囲を彩る桜のコントラストが見事。カメラ片手に、静かな水辺をゆっくり散策がおすすめ。(さいたま市・写楽じいさん)

さいたま市岩槻区太田3-1-1/東武アーバンパークライン岩槻駅東口より徒歩約25分

上尾市 上尾丸山公園



おすすめコメント
芝生広場にレジャーシートを広げてお弁当を食べることも。遊具で子供を遊ばせつつ、親ものんびりお花見を満喫できます(上尾市・やんちゃママさん)

上尾市大字平方3326/JR上尾駅西口よりバスあり

北本・桶川・上尾・さいたま・蓮田 地域密着

春のお困りごとコモプラスが まるごと引き受けます!

LINEで ▶
簡単見積もり!

「どこに頼めばいいの?」という
小さな工事こそ私たちの出番です。
地域密着だから、すぐ駆けつけます



職人直営のメリット
ここにあり!

選ばれる理由



理由その1

だから現場に強い

経験豊富な職人と営業スタッフが連携し、提案から施工まで一貫して対応。施工品質にブレがないのは、現場を知る職人の声が届く仕組みがあるからです。



理由その2

だからムダがない

「職人直営」だから、同じご予算でもより良い素材・丁寧な施工にコストをかけることができます。「安かろう悪かろう」ではなく、「納得の価格で満足の商品」を実現します。



理由その3

だからずっと頼れる

工事後の点検やトラブル対応もスピーディー。暮らしに寄り添い、何かあればすぐに頼れる“住まいのかかりつけ業者”として長くお付き合いできる信頼関係を大切にしています。

台数限定価格!

2025年最新モデルエアコン

■三菱ルームエアコン 霧ヶ峰
MSZ-AXV2225



メーカー希望小売価格
341,000円(税込)

特別価格 **99,800円** (税込)

台数限定価格!

■ノーリツ ガスふろ給湯器
GT-C72シリーズ
GT-C2072SAW BL+RC-J101E



壁掛・PS標準設置型 | 20号 |
オート | エコジョーズ

メーカー希望小売価格
416,130円(税込)

特別価格 **129,800円** (税込)

台数限定価格!

■TOTO
ピュアレスト
+TCF2223



※写真はイメージです。実際の便座が異なる
場合が御座いますので、予めご了承ください。

特別価格 **99,800円** (税込)

■パナソニック
ビルトイン
食器洗い乾燥機
NP-45MS9S



メーカー希望小売価格
215,600円(税込)

工事費
込み **140,000円** (税込)

詳しくはお問い合わせください!



株式会社コモプラス ☎0120-720-122

〒363-0027 埼玉県桶川市大字川田谷 6208-1 TEL048-778-8517

営業時間 09:00~18:00 定休日 日曜日・祝日 対応エリア 埼玉県全般、近郊地域

建設業許可:埼玉県知事許可(般-4)第75486号

一緒に働いてくれる
職人募集中! 詳しくはHPへ!



HP



Instagram

施工事例
掲載中

上尾天然温泉

日々喜の湯

埼玉県上尾市中分2-180-1
TEL.048-780-0026

3/7は
サウナの
日!!

男女露天の壺風呂を
水風呂へ変更します!!

サウナ飯

ねぎラー茶漬け



カレーまぜそば



フチ揚げパン(ココア)

日々喜の湯
オリジナルサウナグッズ
販売中!



HIBIKIのゆ サウナハット



音喜 サウナハット

他にもサウナグッズ販売中!
詳しくはフロントまでお問い合わせください。

特売 3/6(金)~3/15(日)
入浴回数券 10枚綴り
通常 8,000円 → **7,500円**

入浴料 [平日] 大人(中学生以上) 930円 小人(3歳以上中学生未満) 500円
[土日祝] 大人(中学生以上) 1,030円 小人(3歳以上中学生未満) 550円
岩盤浴着・大判タオルセット(平日・土日祝 ともに) 600円

入浴回数券(10枚綴り)全日利用可能 **8,000円**

全日 営業時間/10:00~25:00(最終受付24:30)
食事処/11:00~22:30(LO22:00)
3月4日(水)・5日(木)は休館日です。

[アクセス]
■車の場合...圏央道桶川北本インターチェンジから5km。上尾道路を南に4km進み左折。突き当たりを右折し1つ目の信号を左折。大石北部集落農業センター前の交差点を右折し道なりに進めば右手に建物が見えてきます。※無料駐車場200台
■バスの場合...上尾駅西口より市内循環バス「平方丸山公園線」に乗り、「中分2丁目」で下車。または、上尾駅西口より市内循環バス「大石領家北上尾線」に乗り、「中分」で下車。



日々喜の湯でのみ利用可能
—入浴料—
800円
クーポン

大人(中学生以上)
平日930円 土日1,030円が**800円**に!

※クーポン券1枚で大人2名様まで利用可能
※コピー・他券との併用不可
※受付にてクーポン券をお出ください

2026年3月16日~3月31日

日々喜の湯でのみ利用可能
—入浴料—
800円
クーポン

大人(中学生以上)
平日930円 土日1,030円が**800円**に!

※クーポン券1枚で大人2名様まで利用可能
※コピー・他券との併用不可
※受付にてクーポン券をお出ください

2026年3月6日~3月15日

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

- 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。

就業場所における
受動喫煙防止のための
取組について

勤務地 | 東京外環自動車道のいずれかの料金所

高速道路の料金所スタッフ

月収例244,000円(月給220,000円+深夜勤務38h+時間外勤務7hの場合)

安定基盤のNEXCO東日本グループで長く働ける！複数地域で大募集！

内容 料金所での料金収受業務・ETC対応・監視等
時間 毎月1日を起算日とする1ヶ月単位の變形労働時間制。9:00~翌朝9:00(実働16h・休憩4h・仮眠4h)、一部料金所は8:30~翌朝9:00(実働15.5h・休憩5h・仮眠4h) ※勤務回数:月11回程度。
休日 年間休日104~106日程度(就業場所による)
待遇 社会保険完備、交通費規定内支給、制服貸与、扶養手当、有給休暇、屋内禁煙、研修期間(2ヵ月程度)は時給:1,200~1,250円
応募 当社HPからの応募または下記宛に履歴書(写真貼付)の郵送をお願いします。
〒163-0434 新宿区西新宿2-1-1 新宿三井ビル34F 新宿三井ビル内郵便局私書箱255号 株式会社ネクスコ・トール関東 採用事務局 三郷係



- 【おすすめポイント】
- 賞与あり(契約社員採用後2回目~)
 - 契約社員のほぼ100%が入社2年以内に正社員登用
 - シニアや未経験の方でも働きやすい環境

株式会社ネクスコ・トール関東 三郷事業部
Tel.03-6632-9260 担当/採用担当
三郷市番匠2-101-1



介護職員募集中!

未経験でも blanks があっても大丈夫!先輩スタッフが親身になってお教えします♪子育て中の方も正職員として活躍中!夜勤をしない働き方もあります♪

介護職 介護福祉士・初任者研修・実務者研修など

月給 **265,500円** ~ **417,000円**

(夜勤5回分含む 1回11,000円追加別途支給)
※無資格・未経験可 ※夜勤できる方歓迎 ※日勤のみ可

時間/ 8:50~17:30(実働7.5h)・7:00~15:40(実働7.5h)・11:00~19:40(実働7.5h)・16:30~翌9:30(実働15h)

休日 月9日、有給休暇

待遇 昇給年1回、賞与年2回、制服貸与、残業手当別途支給、社会保険完備、交通費支給(マイカー通勤可)、法人病院医療費還付制度、法人介護施設介護費還付制度、社員食堂食事代補助、退職金制度、慶弔休暇、慶弔金など

介護支援専門員

月給 **350,000円** ~ **391,600円**

※年俸制

時間/ 8:50~17:30(実働7.5h)

正看護師・准看護師

月給 **278,200円** ~ **414,200円**

(夜勤5回分含む 1回14,000円追加別途支給)

時間/ 8:50~17:30(実働7.5h)・16:30~翌9:30(実働15h)

送迎ドライバー

時給 **1,150円**

※要普免(AT限定可) 週2日~朝のみ午後のみ可
※介護職員が同乗します

時間/ 8:00~10:00、15:20~17:20

どんな施設かな? 事前見学も歓迎!
パート職希望の方もご相談ください!
未経験の方も◎ 事業所負担で資格取得出来ます!

医療法人財団 聖蹟会
介護老人保健施設 ハートランド大宮
さいたま市北区奈良町120-2

HPはこちら

お問合せ、ご質問、ご応募はメールまたはお電話で♪事前見学も歓迎です!
heartland-oomiya@seiseikikai.com
TEL.048-662-7777
担当/多門(たもん)

instagram

※紹介業者・スカウトメール経由の方は対象外となります。

介護・看護スタッフ大募集!

資格経験不問・blanks あっても大丈夫!働き方の相談もOK!風通しの良い職場です。

介護職(正職員)

食事や入浴の介助、リハビリ補助、レクリエーションの企画・実施など。

給与 **月給205,200円~255,300円**

(住宅手当・処遇手当含む)
・その他手当あり(通勤手当、夜勤手当8,000円/回、扶養手当、正月手当等)
・固定残業代なし。試用期間3ヶ月(条件変更なし)
・賞与:あり/年2回3.75ヵ月分(前年度実績)
・昇給:あり/1.50%~2.00%(前年度実績)

時間 1ヵ月単位の變形労働制
①7:30~16:30 ②8:30~17:30
③10:00~19:00 ④17:00~翌10:00(夜勤)

休日 4週8休 夏季、冬季休暇あり(年休114日)
6ヵ月後の有給発生10日

介護職(パート)

食事や入浴の介助、リハビリ補助、レクリエーションの企画・実施など。

給与 無資格 時給 **1,220円**
初任者研修/実務者研修 時給 **1,240円**
介護福祉士 時給 **1,270円**

・その他手当あり、試用期間3ヶ月(同条件)

時間 7:30~19:00の間で1日5時間~、勤務時間相談。
★夜勤専属も歓迎いたします。
★子育てママ、パパにやさしい職場です。

ケアサポーター(介護補助)[パート]

特別養護老人ホーム内における介護補助業務を担当して頂きます。具体的には、食事の配膳、お掃除、車椅子でのご利用者誘導・簡単な介護補助、ご利用者とのコミュニケーションをお願いします。
※未経験者歓迎します。
※シフトの融通がききます。

給与 時給 **1,160円**

・その他手当あり、試用期間3ヶ月(同条件)

時間 7:30~19:00の間で1日5時間~、勤務時間相談。
休日 週所定労働日数:週2日~週5日

★子育てママ、パパにやさしい職場です。

待遇

- 社会保険完備、賞与あり、退職金共済制度(勤続1年以上)、再雇用制度あり。
- 通勤支援:車通勤可能、送迎バスあり。
- その他:制服貸与、食事補助あり、研修制度充実、資格取得支援制度あり。

勤務 埼玉県さいたま市西区宝来86-1 JR川越線「指扇駅」よりバス「峰岸団地」から徒歩5分【駐車場完備!マイカー通勤OK】

子育て世代のママ・パパに優しい職場です!

60歳以上も歓迎!

採用に関してのお申し込み・お問い合わせはこちらから

特別養護老人ホーム 敬寿園宝来ホーム
048-620-0600
お問い合わせ時「ARIFTを見た」とお伝えください

施設紹介はこちら リクルートサイトはこちら

地域メディアを発行している総合広告代理店の営業を募集します

完全週休2日制、年間休日120日以上、未経験者歓迎

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年の歴史を承継して創業! 日本一の地域メディア会社を目指します

株式会社中広メディアソリューションズは、1987年に横浜の地で創刊した地域メディア「ぼど」や付随する広告事業を承継し、新たに誕生した会社です。新ブランド「ARIFT」という地域メディアの発行のほか、地域ビジネスの広告・プロモーション支援を通して地域経済を活性化し、日本を元気にしていくことが理念です。

【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。

じもと、もっと、楽しく。

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]

さいたま市 介護・医療求人 大特集

求人例 ががやきデイサービス 東浦和

 JR武蔵野線 東浦和駅下車 徒歩10分

 **時給 1,300~1,420円**
 60代まで幅広く活躍! 無資格・未経験でもOK!
 デイサービス内での日常生活における一般的な介護業務

この求人の特長はココ!

- 介護度平均2.2 (利用者平均32名/日)
- 無資格・未経験でも相談OK!
- 男性3割、女性7割! 女性も活躍できる環境

さいたま市の
求人情報は**1,317件!**

※2026年2月時点

※応募あり次第、掲載終了している場合があります。

さいたま市の新着求人がたくさん!

 介護求人ナビ **さいたま市**

 正社員だけでなく、パート含め
 働き方に合わせて探せます


 1日1時間~等、勤務条件は
 応募後の面談等で交渉できます


 サイト内では
 ベネッセスタイルケアの
 求人情報も豊富!

**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

配布員さんの声

70代女性

配布する情報誌を毎回自宅まで無料で届けてもらえるので助かります。配布地域も自宅から近く、自分の持てる量だけ持って配りに行き、終わったらすぐ自宅に取りに戻れるので効率もよく、私でも無理なく続けられます。

60代男性

定年後も何かしら仕事はしていたかったのと健康維持を目的に始めました。通勤がなくなり運動不足になることが心配でしたが、アリフトの配布はちょうどいい運動になっています。配布料で孫へお小遣いもあげられ一石二鳥です。

50代女性

10年以上続けています。毎回同じ家に配るので、おうちの方ともすっかり顔なじみになり「いつもありがとう」と言ってもらえるのが嬉しく、やりがいがあります。

40代女性

子供も大きくなり、自分のために使える時間も増えてきたのでお小遣い稼ぎに始めました。家事の合間の時間に手軽にできる仕事なので助かっています。貯めたお金で自分へのご褒美を買う瞬間が一番の楽しみです。

30代女性

小さい子供がいるので働きに出ることができず、自宅の近くでできるこの仕事は自分にピッタリです。慣れてきたので配布する地域を増やしてもらいましたが、歩く距離が増えたのでダイエット効果のおまけもついてきました♪

お仕事開始前の説明会はZoomで参加OK!

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?

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

21=1+2+3+...+9

新しい季節。新しい自分。わくわくランドでスタート!

成人向け水泳教室

水泳教室(クロール、はじめてスイム)、フィットネスの予約はコチラ

クロール(中級向け)
3/3・10(火) 11:00~11:50
内容: クロールの呼吸やクロールのレベルUPを目指します。
定員: 各10名 参加費: 各教室1回につき、600円(別途入館料)

はじめてスイム
3/5・12(木) 13:00~13:50
内容: 初めて泳ぎの練習をする方や、クロールの基礎の習得を目指します
定員: 各10名 参加費: 各教室1回につき、600円(別途入館料)

当日予約 | 水中ウォーキング 3/2・9・16(月) 11:00~11:30
内容: 水の浮力と水圧を利用して膝や腰への負担を軽減しながら、しっかりカロリー消費ができる運動です。
定員: 20名(先着順) 参加費: 無料(要別途入館料)

持ち物: 水着・スイミングキャップ・タオル・飲み物
予約: 当日、教室開始30分前からプール監視室前にてお申し込み

注意事項 ※16歳以上が対象です。※講師の都合により、日程が変更になることがあります。予めご了承ください。
※教室開催途中での、返金、次回教室への振り替えは出来ません。※運動前の健康チェックは各自で行ってください。
また、体調がすぐれない場合は、無理をしないようにお願いいたします。教室中の事故に関しては自己責任となります。

気軽にできるフィットネス

月曜	火曜	木曜
サルセッション 10:45~11:45 音楽のジャンルにとらわれず、いろいろなダンススタイルが混合されています。	すっきりヨガ 10:30~11:30 呼吸に合わせて身体を動かし、緊張から解放されます。	ピラティス 10:30~11:30 ヨガやピラティスの動きを混ぜながら身体のバランスや筋肉を整えます。
セルフコンディショニング 12:00~13:00 ストレッチを楽しみます。	ベリーダンス 11:45~12:45 楽しく身体を動かし代謝アップを目指します。	ストレッチ&骨盤メンテナンス 11:45~12:45 心地よいストレッチと下肢を中心とした体操をします。

教室のみの利用 1教室 600円 内施設、設備等利用の場合は別途入館料が発生します。
※各クラスは事前予約が必要です。※急遽日程と時間に変更になる場合がございますので予めご了承ください。
※教室参加は16歳以上

上尾市健康プラザ わくわくランド

~水と緑のとけあう空間~
☎048-783-1126

上尾市大字西貝塚17-1
休館日: 水曜日

詳しい情報は▶

春から始める! 西楽園で運動を!

3月 開催当日参加できる教室のご案内

参加費 各教室1回600円+入館料
開催日当日の朝9時より受付(申込は先着順)

火	水	木	金	土	日
フラ教室 10:30~11:30	誰でも簡単エアロビクス 12:30~13:30	夜ヨガ 18:30~19:30	アクアウォーキング 11:00~12:00	チェアエクササイズ 11:30~12:30	ゆらぎのヨガ 13:30~14:30
ソードフィットネス 10:30~11:20	シンプルアクア 11:00~12:00	金曜ヨガ 11:30~12:30	ピラティス 13:00~14:00	サルセッション 18:00~19:00	初心者向けHiphop 16:30~17:30
ボクシングフィットネス 10:00~11:00					

4月からスタート キッズ水泳

申込期間 3/3(水)~3/19(木)

詳しくは西楽園へお気軽にお問い合わせ下さい。

初級クラス 4/8~6/24の毎週水曜日
16:00~17:00 (4/29祝・5/6祝を除く全10回)

幼児級クラス 4/7~6/16の毎週火曜日
16:00~17:00 (5/5祝を除く全10回)

中級クラス 4/7~6/16の毎週火曜日
(5/5祝を除く全10回)

上級クラス 中級クラス/17:00~18:00
上級クラス 18:00~19:00

対象: 初級・中級・上級...小学生対象 幼児級...4歳以上の未就学児
人数: 各10名(先着順) 料金: 15,000円(10回)

料金表

区分	市内	市外
60歳以上	100円	200円
一般	740円	830円
小・中学生	310円	310円

障がい者 障害者手帳をお持ちの方とその付き添いの方(1名まで)利用料の額の2分の1に相当する額

さいたま市健康福祉センター **西楽園**

TEL.048-624-0486 FAX.048-624-4757

〒331-0074 埼玉県さいたま市西区宝来60-1

開館時間: 9:00~21:00(最終入館20:00) プール 9:00~20:20/お風呂 9:00~20:30
休館日: 毎週月曜日(ただし、月曜日が祝日に当たる時は、その直後の平日が休館日となります) 年末年始(12月29日~1月3日)
※その他、施設点検等のため、臨時に休館することがあります

この春は新しい好きに出会うチャンス!

3月のスタートはここから。

初回無料 手ぶらでOK!プロコーチが指導!

体験レッスン 毎日実施中

定員6名 60分

春キャンペーンも実施中

体験レッスンは**初回無料**、2回目は**1,100円**で2回まで体験いただけます。お申し込みは電話で受け付けております。

時間や体験の流れはこちら

スクワッシュってどういスポーツ?

スクワッシュとは4面に壁に囲まれた空間で、2人で交互にボールを打ち合うイギリス発祥のスポーツです。お子様から大人の方まで、誰もが楽しめます。更に、インドアスポーツなので天候に左右されることなく快適にお楽しみ頂けます。

Greetings

Greetings Squash Saitama

さいたま市北区日進町2丁目1916-8 ista1日進 3F
平日(火~金)10:00~23:00、土日祝日10:00~19:00
[定休日]月曜日

TEL.048-669-8700

グリーティンクススクワッシュさいたま

SHOP information

地元をもっと楽しく
いま行きたいって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。

漢字クイズ

テーマ | 食べ物

なんと読むでしょう？

“曹達”

ヒント/冷たくして飲みたいシュワシュワする飲み物

宮原 善王

バス停「自衛隊入口」そば/自衛隊入口交差点近く

櫛引出身店主が地元で作り上げる“ふっわふわとろとろ”たこ焼き！ビールと一緒にご賞味あれ！

Instagram
で最新情報を



お会計時切り抜き持参で

ぼるぼのたこ焼き 8個入り **100円引き**

※1枚で2個まで利用可能
※テイクアウト、イトインどちらかで利用可能

2026年3月31日迄

- ・ぼるぼのたこ焼き 6個入り 720円
 - ・8個入り 900円
 - ・12個入り(イトインのみ) 1,250円
 - ・ハインケン生ビール 770円
 - ・サワー 550円～
 - ・おつまみ 390円～
- ※すべて税込み価格

バス停「自衛隊入口」そば/自衛隊入口交差点近く

小麦を使わない、身体が喜ぶもちもち食感。毎朝手作りの米粉パンと自家焙煎珈琲で、幸せなひととき

Instagram
で最新情報を



お会計時切り抜き持参or撮影画面提示で

パンメニュー **10%OFF**

※1枚で3個までご利用可

2026年3月31日迄

米粉パンの主なラインナップ！

- ・プレーンベーグル 280円
- ・チョコベーグル 330円
- ・塩バターロール(プレーン) 270円
- ・塩バターロール(大葉めんたい) 330円
- ・おこめバナナマフィン 320円
- ・玄米キャロットマフィン 320円～



地元で愛されるたこ焼きバル「ぼるぼ」。銅板で焼く名物たこ焼きは、中はふっわふわでとろとろ！キンキンに冷えたハインケン生ビールとの相性も抜群です。たこ焼き以外のおつまみメニューも充実。大型モニターで野球やサッカー観戦もでき、地域の方が気軽に集える一軒です。

たこ焼きバル ぼるぼ

TEL 070-5077-0715

さいたま市北区櫛引町2-359 2F/17:00～24:00
火曜定休&不定休/キャッシュレス決済可
電子タバコのみ喫煙可/右のQRで動画もご覧ください！



小麦を一切使用しないグルテンフリーの米粉パンは、身体にやさしく驚くほどのもちもち食感。毎日手作りの日替わりパンや米粉のおやつと、店主こだわりの自家焙煎コーヒーをご用意しました。テイクアウトも大歓迎です。毎日の朝食やランチ、お散歩ついでの休憩にぜひお立ち寄りください。

コーヒーとお米のパンとおやつ ヤマナカ商店

TEL 080-5270-8904

さいたま市北区櫛引町2-359/11:00～平日18:00、土・祝17:00(詳細はInstagramにて)/日・月曜定休(祝日に
より変動)/キャッシュレス決済可/テイクアウト可



リトデポ
Little Retreat Depot

都会にいなながら、手軽にアウトドア体験！

3/7日 新登場!! SL SAUNA

PICK UP



大宮の線路跡地に、SLボディのサウナが登場！煙突から立ち昇る煙は、まさに蒸気機関車そのもの。近くを走る本物の列車の走行音と共に、SLに乗車したような気分、サウナと鉄道体験をダブルで楽しんでください。

水風呂
電車の“点検溝”の上!?さらに見上げれば新幹線が...!

パレットストーブサウナ
燃える炎を見ながら、遠赤外線効果で体の芯から暖まります。開放感のある大きな窓も特徴です！

全国から7つのサウナ小屋が集結！

予約不要 サウナは直接ご来店ください

手ぶらで 焚火&BBQ

食材等のお持ち込みは自由です。

3/27日 19～21時

キッチンカーも登場！

焚火イベント開催! 予約不要

ワンドリンク おつまみ付 3,000円



予約はこちらから



デイキャンプ
入場料

大人 2,200円
小学生 1,100円
未就学児 550円

BBQ
入場料

大人 3,300円
小学生 1,650円
未就学児 550円

焚火
入場料

550円/人

サウナ

平日(2時間) 2,500円
土日祝(2時間) 3,300円

デイキャンプ11:00～17:00/BBQ11:00～21:00/焚火18:00～21:00/サウナ11:00～21:00 ※レンタル品は別途料金がかかります。

デイキャンプ・焚火・BBQ

施設利用料

10%OFF

※有効期限2026年4月末迄
※切り抜きをご持参ください。

サウナ

利用料

300円OFF

※有効期限2026年4月末迄
※切り抜きをご持参ください。

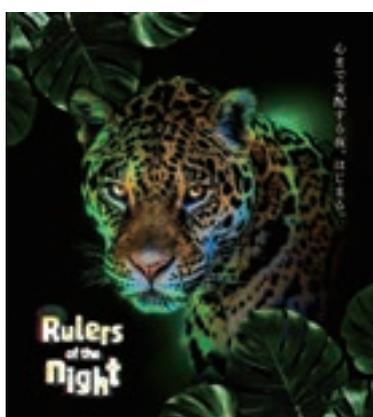


さいたま市中央区上落合9-7-3
大宮駅西口より徒歩7分

TEL.070-1300-8487

読者プレゼント

Special Readers Present



迫力の新エリア誕生！

埼玉屈指の人気施設・東武動物公園ペア入園券

5組×10名様

提供/東武動物公園 URL/https://www.tobuzoo.com/

遊園地と動物園が融合した、埼玉が誇るハイブリッド・レジャーランド。3/20(金・祝)にジャガー&アムールヒョウ展示場がリニューアルオープン！展示場は2階建てになり、木登りなどの野生本来の動きを、ガラスビューでより間近に動物たちの観察が可能になります。生まれ変わった迫力の展示と、春のレジャーを一日中楽しみませんか？



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/FhE9k

応募締切

2026年4月10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。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
ARIFT3月号プレゼント係
048-767-8238(平日10時～17時)



くつ修理 ・カカト、靴底の修理
・中敷き張替え等

かばん修理 ・ファスナー
・金具交換等

合カギ作製 ・家 ロッカー
・特殊キー等

キャスター(車輪)交換

時計電池交換
お取扱いが出来ない時計がございます。詳しくはお問合せ下さい
お問合せ大歓迎! 価格など詳細は、店頭までお気軽にどうぞ!

お会計時、切抜持参
または撮影画像のご提示で

**くつ修理
かばん修理 10%OFF**

ハロースミス 大宮DOM店/武蔵浦和マール店にて
ご利用頂けます。※他のサービスとの併用不可

2026年8月31日まで有効

before



after



【くつ底 はがれ修理】

ハロースミス 大宮DOM店

大宮DOMショッピングセンター2階

営業時間 10:00~20:00
休憩時間 13:00~14:00
電話 048-645-2668



ハロースミス武蔵浦和マール店

MARE 武蔵浦和マール1階 店外

営業時間 10:00~20:00
休憩時間 13:00~14:00
電話 048-866-9361



漢字クイズ

テーマ | 植物

なんと読むでしょう?

“ 縦 ”

ヒント/マツ科の常緑樹。クリスマスツリーに使われます。

ミキ 謙江

デイサービス・
訪問介護併設

ご家族・ご友人の来訪
制限なし

外出・お散歩
自由

イオン大宮店
から徒歩2分

次が待ち遠しくなる「デイサービス」が、安心の「住まい」と同じ屋根の下に

サービス付き
高齢者向け
住宅

ケアを必要とする方のための高齢者住宅



和気ハウス大宮には、デイサービス「ジョイ大宮」が併設されています。体操や趣向を凝らしたレクリエーションが自慢です。入居者の皆さんにとっての「我が家の中の社交場」でもあります。「活気」と「安心」がある暮らしを体験できる特別見学会を実施します。ぜひお気軽にご参加ください。

入居者募集中

和気ハウス 大宮

資料請求・
お問い合わせ  **0120-169-160**

〒331-0823 埼玉県さいたま市北区日進町2丁目1-1 / 受付時間 10:00~17:00



ちよっとしたお小遣いに♪



Google
口コミ
4.7の
高評価!

※2026年2月28日現在

着なくなった**お洋服**
まとめてお買い取り

30%UP

毛皮の
買取額

30%UP

衣類・洋服ポリ袋45L

1袋 1,000円

で

買い取ります!!

※2026年4月末まで ※一家族様1回限り1袋まで

春夏物の
買取強化中!

着ていない服、
売らな今!です

タレント・
田中律子さん

A03

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ご紹介します

<p>Burberry セットアップ</p>  <p style="font-weight: bold; color: red;">買取価格 4,500円</p>	<p>HERNO コート</p>  <p style="font-weight: bold; color: red;">買取価格 15,000円</p>	<p>ニナリッチ 毛皮コート</p>  <p style="font-weight: bold; color: red;">買取価格 15,800円 今なら 30%UPで 20,540円</p>	<p>Yves Saint Laurent (イブサン ローラン) ブーツ</p>  <p style="font-weight: bold; color: red;">買取価格 5,000円</p>
---	--	---	--

おうちのお片付けキャンペーン中!

お洋服と一緒にこちらの商品をお出しただけで

さらに!! 全体の買取額を20%UP!

<p>香水・コスメ</p> 	<p>バッグ</p> 	<p>イミテーション アクセサリー</p> 
---	--	---

安心・納得の
アフターフォロー体制

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
お電話を入れて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



総合リサイクル
いちばん堂

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

0120-773-7888

A03

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



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

あなたの一歩を応援します

介護のお仕事
就職・個別相談会

参加無料 入退場・服装自由 年齢不問

☑ 介護職
☑ 介護補助職
(洗濯・清掃・調理・送迎など)

介護事業所に直接聞けるチャンス!
未経験でも働ける?
勤務時間や曜日は相談できる?
職場の雰囲気や年齢層は?
ブランクがあっても大丈夫?

さいたま市内の介護事業所が集結!

令和8年 **3月12日** 木 13:30~15:30
浦和コミュニティセンター
9階 第15集会室 (浦和区東高砂町11-1)

事前予約でスムーズに相談!

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

学ぶ・相談する・見つかる!
埼玉県の介護のお仕事応援ポータルサイト
SAITAMA KAIGO NEXT

質 金・プラチナ・ブランド品 高価買取

安心と信頼で、地元で40年以上親しまれている老舗質店です。
質屋ならではの独自ルートで高価査定を実現。
ご年配の方に加えて最近は若い方、女性のご来店も増えてきています!

特典
【金買取価格】※2026年2月11日現在 ※相場は変動します
K24 **27,200円**~ ◆交通費500円サービス! ※10,000円以上成約
【プラチナ買取価格】 ◆来店時「アリフト見た」で高価買取を致します。
PT1,000 **11,000円**~ 有効期限 2026年4月2日迄

かんたん便利 / 出費がきつい方へ! —
ご存知ですか? 売らずにお金を借りられる **質預かり**
質預かりとは、時計やバッグなどのお品物をお預かりして、その価値に応じたお金をお貸しする仕組みです。返済後には、お品物はそのままお返しします。売らずに済むから安心! 金利も安いのでお気軽にご利用ください。

小海商会 ☎048-623-9000
駐車場完備! お車でもお越し頂けます。
住所 さいたま市西区宝来2210-10 交通 指扇駅より徒歩2分
営業 9:00~19:00 休み 毎月7日・17日・27日 第2・4日曜日

おうちでイオン
イオンネットスーパー 新規会員募集中!

最短即日お届け!

イオンネットスーパー 新規ご入会 特典 **WAON POINT 200 プレゼント!**
※ポイント付与は初回ご入会から翌月末までの初回購入が条件となります。
※特典は状況により予告なしに変更または中止させていただく場合がございます。

お得なキャンペーン実施中♪ ネットスーパーをはじめるなら **今!**

イオンネットスーパー 新生活応援 キャンペーン
最大条件達成で **2,500円分**の特典進呈!!

期間 2026 **3/1日** ▶ **5/31日**

進呈条件・特典

新規会員登録で (税抜300円×5回分)
1,500円分 配送料値引きクーポンプレゼント!
※商品合計金額3,000円(税込)以上のご注文で1回ご利用いただけます。
※配送料がクーポンの値引額を下回っている場合には、配送料金分の値引きとなります。

登録後、翌月末までに商品合計金額 税込3,000円以上ご利用で
当月2回以上ご利用で **500 WAON POINT 進呈**
翌月さらに1回以上ご利用で **500 WAON POINT 進呈**

母子手帳のご登録で
イオンネットスーパーの1回のご注文 税込4,000円以上でご利用できる
期間中 何度でもつかえます!

配送料 **300円引き** クーポンプレゼント!
期間 2026年 **3月1日** ▶ 2026年 **8月31日** 月 お受取り完了分 ※クーポンコードは毎月変わります。

期間中 **PickUp!** (店舗受取り) をご利用かつ商品合計金額税込2,000円以上ご購入で **100 WAON POINT プレゼント!** お1人さま 毎月3回まで

〈お問い合わせ先〉イオンネットスーパーカスタマーサポートセンター ☎0120-586-610 [受付時間 9:00~21:00] イオンネットスーパー 検索



おいしく作って心と体をととのえる 彩食健美 recipe

sai shoku ken bi

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、④を入れ炒め合せて完成

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



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動きを助け、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。

theme

貧血防止レシピ



レシピ監修 リナさん
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り、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。



「今週末、どこ行く？」とお悩みのパパ・ママへ!

こども免許証を作って、ピカピカのキッズパークで遊ぼう!

特典1

お菓子が当たる! ドキドキの「千本引き」

免許証を作ってくれたお友達は、ハズレなしのくじ引きができるよ!何が当たるかはお楽しみ♪



特典2

リニューアルした「巨大キッズスペース」が無料で使い放題!

雨の日も、寒い日も、天気心配なし!充実の遊具で思いっきり体を動かして遊べます。

大切な記念に

パパ・ママへの一生の思い出を。

今しか撮れない、お子様の「はじめての免許証」。成長の記録として、大切な記念の1枚になります。



キッズルーム
リニューアル!



こども免許証 プレゼント!

参加無料

「キミも今日から運転手!」
つくって、あそんで、また来なくなる魔法の免許証!

イベントに参加する際は、店舗スタッフに情報誌アリフトの記事かスクショや写メをご提示ください。



※上記の免許証はイメージです

日時

3月3日(木)~3月31日(木)迄
11:00~18:00

対象

3歳~
小学校低学年まで

「この広告を見た!」と伝えてね



さいたま市西区三橋6-725-1
営業時間/10:00~20:00 定休日/無休

フリーコール 0120-957-190



高価買取 おたからや 金インゴット1gあたりの価格

相場 参考買取価格 **30,000円** ※2026年1月29日時点

超えたなんて...?!

聞いてないよオ!!

高価買取 **おたからや** **に今すぐお任せください!!**

買取品目 1点からOK ダイヤモンド・宝石 時計 バッグ ブランドジュエリー カメラ

現金10万円 有効期限 3/31まで

抽選で10名様にプレゼント!!

即日現金買取 査定料無料 手数料無料 出張料無料 通話無料

高価買取 おたからや **0120-023-047**

※この広告に掲載している買取価格は参考です。実際の買取価格を保障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。参考買取価格は全て税込金額です。

古物営業法に基づき、身分証明書のご提示が必要です。ご来店の際は右記のいずれかを必ずお持ちください。【運転免許証/マイナンバーカード/健康保険資格確認書/在留カード/年金手帳等】株式会社いーふらん 古物商 神奈川県公安委員会許可 第451380001308号

おたからや店舗案内

大宮本店

埼玉県さいたま市大宮区大門町 3-37-1

【営業時間】 10:00~19:00

通常営業中 店内消毒済

大宮駅東口(中央)より徒歩3分・大宮区役所(北)交差点そば

大宮マルイ店

埼玉県さいたま市大宮区桜木町 2丁目3 大宮マルイ2階

【営業時間】 10:30~20:00

大宮マルイ 2F ・ミスタードーナツ隣り ・JR「大宮駅」西口より徒歩約2分

タクシー代・駐車場代 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持参ください。領収書の原本と引き換えにご精算させていただきます。また、車でお越しのお客様は、駐車券をご提示ください。当店でコーヒーをとらせていただいた後、ご精算させていただきます。

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。

駅直結!!雨の日でも通いやすいSOGO大宮店2階も大好評!!

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

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大慢性病…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	4位 うつ
2位 耳なり	5位 更年期障害
3位 不眠	6位 糖尿、皮膚疾患

ピーク到来! つら〜花粉症トラブルに

こんな方に「シジュウム茶」がおすすめ!!

シジュウム茶 3,024円

花粉で荒れがちな肌のお悩みには **美肌茶 2,484円**

- ①「薬の副作用」を避けたい方
 - 仕事や運転中に眠ると困る方
 - 妊娠中・授乳中で、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が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 (グアバ葉ポリフェノールがサポートします)
 - 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

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ています。地方発送も致します。

立川店 042-540-1432 **所沢店** 04-2922-1410

大宮店 048-648-2014 **浦和店** 048-814-1414

SOGO大宮店(2F) 048-658-9800 **川口店** 048-223-2432

新宿店 03-3225-1410

好評放映中! **荻秀幸のテレビ埼玉 漢方納得相談「マチコミ」** 毎週木曜日午後5時10分より

HPはこちら Instagramはこちら

CARNIVAL クルマわくわくカーニバル

スズキ車 39.8万円 (税込)

最新未使用車 29.1万円以上お得!

最新お買得車 27.7万円以上お得!

最新未使用車 28.5万円以上お得!

最新未使用車 26.4万円以上お得!

最新未使用車 30.4万円以上お得!

最新未使用車 27.3万円以上お得!

今ならコミットご成約で! ナビ バックカメラ ETC 前後ドラレコ

15万円相当プレゼント!

下取りのりかえ割 どんどん高く下取りします!

どんな古い車でもOK! 最大10万円UP!

安心価格 月々定額1万円 頭金・ボーナス0円 新車メーカー保証付 節約するなら!

最新未使用車 29.1万円以上お得!

令和7年式 11月登録済

ALTO 4点セット

14,000円

39.8万円

最新未使用車 26.4万円以上お得!

令和7年式 11月登録済

SPACIA 4点セット

16,000円

48.8万円

最新お買得車 27.7万円以上お得!

令和8年式 1月登録済

WAGONR 4点セット

15,000円

44.8万円

最新未使用車 30.4万円以上お得!

令和7年式 9月登録済

EVERY 4点セット

18,000円

57.8万円

最新未使用車 28.5万円以上お得!

令和8年式 1月登録済

HUSTLER 4点セット

16,000円

46.8万円

最新未使用車 27.3万円以上お得!

令和7年式 11月登録済

スペースアカスタム 4点セット

19,000円

58.8万円

中古車の予算で新車をget! コミット

コミットワン 3年後 3つのプランから選べます

1回払い

3年分1回払い! 月々のお支払いはなし!

↑ 選べます!

コミットセブン 7年後 3つのプランから選べます

月々定額支払い

選べます 3年プラン 5年プラン 7年プラン 10年プラン

国産全メーカー取扱OK! ローン中のお乗り替えも手続きカンタン 月々の出費を見直したい方におすすめ!

CARNIVAL カーニバル 上尾店

営業時間 10:00~19:00 水曜定休

〒362-0045 上尾市向山1-13-13

048-780-3311

CARNIVAL 上尾店

川越上尾線大谷本郷交差点近く

セブンイレブン

上尾運動公園

カーニバル 久喜インター店

0480-53-5050

カーニバル 春日部店

048-745-5678

カーニバル 岩槻店

048-749-7700

スタッフ募集

お店ではさまざまな年代・職種の方が活躍されています。自分らしく活躍できる会社/ぜひ、カーニバルでわくわくしませんか?

10時スタート 年休120日

車購入補助金 毎月1万円支給!

リクルートサイト

今が買い時!! ローン相談会開催中

住宅購入者の3大?

①自己資金ゼロでも買えるかな? ②勤続年数が短くて平気かな? ③他社で断られたけどローン組めるかな?

GO 55HOUSING が?を解決!

岩槻 3,098万円	桶川 1,200万円	桶川 1,798万円	東大宮 1,990万円	東大宮 2,247万円	北本 2,299万円	東大宮 3,399万円
上尾 2,399万円	桶川 2,490万円	西大宮 2,499万円	蓮田 2,499万円	上尾 2,499万円	蓮田 2,590万円	上尾 2,680万円
蓮田 2,590万円	上尾 2,680万円	宮原 2,599万円	日進 2,599万円	上尾 2,680万円	吉野 2,699万円	桶川 2,699万円
大宮 2,699万円	東大宮 2,699万円	東大宮 2,699万円	東大宮 2,980万円	上尾 2,999万円	指扇 3,180万円	沼南 3,190万円
宮原 4,180万円	蓮田 3,199万円	西大宮 3,300万円	七里 3,330万円	東大宮 3,690万円	西大宮 5,199万円	土呂 5,490万円
西大宮 3,300万円	大和田 3,990万円	大和田 3,999万円	大和田 3,999万円	土呂 5,490万円		

クオカード 3,000円分プレゼント

売却物件募集中!

GO 55HOUSING 飛び込み来店大歓迎!

048-663-3955

さいたま 55 検索 キッズスペースあり

※予定利回り(年)=年間予定賃料収入/取得対価×100(年間予定賃料収入は満室時におけるものです)※予定利回りは公租課税その他諸費用を維持するために必要な費用の控除後のものです※当社は年間予定賃料収入が確定に得られることを保証するものではありません

〒337-0051 埼玉県さいたま市見沼区東大宮4丁目8-1 埼玉県知事(2)第22945号(媒介) (公社)埼玉県宅地建物取引業協会会員 (公社)全国宅地建物取引業協会会員 首都圏不動産公正取引協議会会員