

求人情報
読者プレゼント5月号

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

5

5/1

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。



service
【アリフト見たで、2,000円OFF!】
ノーリツ「給湯器」工事費等全て込み
119,800円(税込)

20号オートタイプ/GT-2070SAW BL
リモコン RC-B001 「10年に1度が買い替え時!」

shop data
K's Frontier
ケースフロンティア株式会社

TEL0120-425-414
越谷市川柳町5-336 ライゼ02号
9:00~19:00 月曜定休



家族でも、一人でも

初夏のおでかけガイド

越谷レイクサイドバーベキュー
越谷市レイクタウン



サクラ テラウンジ カフェ
草加市金明町



首都圏外郭放水路
春日部市上金崎

2026年5月 OPEN! 見学会・相談会受付中



- ▼はばたきの特徴▲
- 学校の学習サポートに加え、自己理解やコミュニケーション力など、IQやテストの点数では測れない力を育てるプログラムを行っています。
 - 関東でわずか3校の教育コーチング認定校として、子どもたちの「心」に寄り添う関わりを大切にしています。
 - フリースクール・通信制サポート高校「つばさ高等学院」、学習塾「ナカジユク」との連携により、お子さまの状況に応じた多様な学びの選択肢をご提案させていただきます。
 - 保護者の方のお悩みにも丁寧に寄り添い、将来を見据えた進路や就職に関するご相談にも対応しています。
 - 「できた!」を積み重ね、一人ひとりの個性や強みを大切に、可能性を最大限に引き出します。

見学会・相談会

5月6日(水)祝

5月7日(木)・5月8日(金)

本開校

5月11日(日)

GW中のお申込・お問い合わせはHPのお問い合わせフォームよりご対応をお願いします

◆放課後等デイサービス(就学児)

障害のある、または発達に気になる就学中のお子さま(小学生・中学生・高校生)を対象に、将来の自立した生活や社会参加を見据えた支援を行う通所型のサービスです。

◆児童発達支援(未就学/0~6歳)

発達に不安のある未就学のお子さまが、遊びや日々の関わりを通して、生活に必要な力や集団で過ごす力を少しずつ身につけていく通所型の支援です。

学習塾ナカジユク・つばさ高等学院グループ
児童発達支援・放課後等デイサービス **はばたき吉川**

TEL.048-983-5125

受付時間 平日10:00~15:00

吉川市きよみ野2-25-1 きよみ野ビル2F
最寄駅: JR武蔵野線「吉川」駅徒歩35分程度、自転車20分程度
バス: 「吉川」駅北口より、東武バス[吉川きよみ野行]約10分、「吉川団地北」下車 徒歩1分

HPはこちらへ



家族でも、一人でも。

初夏おでかけガイド

新緑がまぶしいこの時期にぴったり。屋根付きで楽しめるBBQから博物館、オープンテラスが人気のカフェなど、地元・埼玉の「気軽に行けるちょっと特別なスポット」をご紹介します。

企画・編集/アリフト編集部



PLAN1 越谷レイクサイドバーベキュー

駅徒歩5分。きらめく湖畔で手ぶら&開放的な水辺BBQ

越谷レイクタウン駅からすぐ、広大な水辺を眺めながら本格的なバーベキューを楽しみませんか?火起こしから片付けまでスタッフにお任せの「完全手ぶらスタイル」なら、ふらりと身軽に立ち寄ってアウトドアが楽しめます。行き帰りには隣接するイオンレイクタウンでお買い物も楽しんで。今の季節は、夕方からゆっくり夜になる幻想的な「レイクサイド・ナイト」も人気とのこと。

お楽しみポイント

水上カヤック等のアクティビティも。湖畔の夕景は感動の美しさ!



屋根付きエリアでのんびりバーベキュー。初めての方や手軽さ重視の方は、まずはスタンダードセット(4,800円)がおすすめ。

家族と楽しく!

イオンレイクタウンで、いつもより豪華なお肉や新鮮な海鮮を購入して持ち込むと、イベント感満載でおすすめ。

一人でも最高!

あえて屋の熱気が和らぐ「夜の部」を。ライトアップされた幻想的な湖面を眺めながら、夜の気配を満喫して。

090-6286-0498/越谷市レイクタウン4-1-4

※熱中症対策の準備をしてご利用ください。

【取材協力】越谷レイクサイドBBQ 店長 生井澤 浩介さん



PLAN2 首都圏外郭放水路

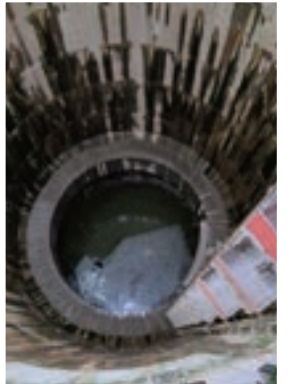
地下22mに広がる巨大神殿。世界最大級の放水路を体感!

お楽しみポイント

夏の時期は、地上との気温差で、霧がかかる神秘的な神殿が見られることも



洪水を防ぐために建設された、世界最大級の地下放水路「首都圏外郭放水路」。地下22mまで116段の階段を降り立てば、巨大な柱が整然と並ぶ“地下神殿”の壮大な景色が広がります。ガイドの解説で治水の役割を深く学べる見学会は全7コース(予約制)。初めての方は、神秘的な造形美を気軽に楽しめる「地下神殿コース」がおすすめです。



見学時にはステッカーやパンフレットがもらえます。お土産に地下神殿せんべいやTシャツなども。



家族と楽しく!

地下神殿の迫力ある空間を背景に、家族や友人と「映える」記念撮影を。神秘的な世界での体験は一生の思い出です。

一人でも最高!

定員が少なくガイドの案内もより充実した「長いコース」が好評。自分のペースで知的好奇心を満たす贅沢な時間を。

048-747-0281/春日部市上金崎720

【取材協力】首都圏外郭放水路見学会事務局



PLAN3 サクラ テ ラウンジ カフェ

心と身体を潤す、川沿いの特等席。季節の花と緑豊かなテラスカフェ

綾瀬川の穏やかな流れを目の前に、身体に優しく心に美味しい料理を楽しめる別荘カフェ。車の通りがない静かなお散歩道に面したテラス席は、桜の時期だけでなく、初夏の風と四季折々の花々を愛でられる特等席です。テラス席はペットOKなので、わんちゃんとお散歩ついでにゆっくり過ごす方も多いそう。夏は越谷花火大会の花火も見られます。

お楽しみポイント

喧騒を離れて、新緑とお花に囲まれた癒やしの水辺ランチをゆったりと



お箸で切れるほど柔らかい「スペアリブ」のほろほろグリエ(1,480円)が人気。春の桜の時期にも訪れたいお店。

家族と楽しく!

キッズスペース完備で、お子様連れからシニア世代まで安心して過ごせるお店です。貸切パーティー等の利用も人気。

一人でも最高!

自分を慈しむ静かなリフレッシュタイムに。綾瀬川の穏やかな流れを眺めながら、心ほどける読書や思索のひとつとき。

080-3583-8112/草加市金明町1265-1

【取材協力】サクラテラウンジカフェ オーナー 河東さん



🎁 読者プレゼント Special Readers Present



鉄道の街・大宮で話題のサウナ体験を。リトデポサウナご招待チケット(2時間/平日・休日利用可)

10名様(2組×5名)

提供/リトデポ URL/https://www.jreast.co.jp/lrd/

JR東日本が手がける複合アウトドア施設「リトデポ」。サウナスペースには、趣の異なる7棟のサウナ小屋があります。目玉はここだけにしかない「SL SAUNA」。外からは本物の蒸気機関車のように煙が立ち上り、車内(サウナ室)には電車の座席を模した椅子やSLの走行音が流れるこだわりぶり。鉄道の街で贅沢な非日常感を楽しんで。

※延長及びレンタル品の利用は別途料金がかかります。中学生未満、酒気を帯びている方、タトゥー・刺青の有る方、医師にサウナを禁じられている方は利用不可。その他ご招待チケットに記載の「ご利用上の注意」を確認。



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/E3S7P

応募締切

2026年6月12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
ARIFT5月号プレゼント係
048-767-8238(平日10時~17時)



後悔しない家づくり。
ゴールデンウィーク、
理想の住まいを
体感しよう。

ポラスの総合住宅展示場

体感すまいパーク吉川美南

理想を超える「ワクワク」が、ここに。
探せる・試せる「家づくりのぜんぶ」。

デザインや工法の異なる、ポラスの注文住宅
3ブランド4棟のモデルハウスをリアルサイズで体感できます。



PO HAUS
ARZILL

「光溢れる、中庭のある家」
開放感たっぷり!家を一番の自慢にしたい方に



PO HAUS
和光苑

「心落ち着く、和モダンの家」
木の温もりと、落ち着いた暮らしを大切にしたい方に



北辰工務店

「納得価格の、ひのきの家」
予算も質も妥協したくない欲張り派に



HaS casa

「憧れ叶う、ホテルライクな家」
冬でも温かく快適。インテリア好きのママに

4/29(金)～5/6(金) GW限定! 特別イベント情報

4/29(金)～5/6(金)
わくわくいっぱい!
こども線日



4/29(金)～5/6(金)
わくわくチャレンジ!
お菓子詰め放題



5/5(日)
釣って焼いて食べよう!
帆立釣り体験



5月は楽しいイベント盛りだくさん!

イベントの参加は
予約がおすすめ
スマホで簡単予約!



WEBからの来場予約で全員に
Amazonギフトカードプレゼント!
(土日祝4,000円 平日6,000円分)
※はじめてポラスの住宅展示場・体感すまい
パークへ来場される方が対象です。
※ご本人様確認書類(運転免許証・健康保険証など)をご提示いただきます。
※本フェアはポラスグループによる提供です。本フェアについてのお問い合わせは
Amazonではお受けしていません。ポラスグループ・アマゾン事務局
Email: marketing@polus.co.jp までお問い合わせください。Amazon、Amazon.co.jp
およびそれらのロゴはAmazon.com, Inc. またはその関連会社の商標です。



体感すまいパーク
Yoshikawaminami
吉川市大字高久822 ポラステクノシティ内 ☎0120-907-685

営業時間 9:30～18:00
定休日 水曜定休
アクセス
〈お車でご来場の場合〉駐車場完備
●野田・松伏方面から: 県道67号(さくら通り)から武蔵野線高架手前の交差点を左折し、道なりに1.8km先左側。
●三郷方面から: 県道67号(さくら通り)から武蔵野線高架直後の交差点を右折し、道なりに1.8km先左側。
●県道52号(越谷流山線)からの右折入場はできません。カーナビをご利用の際は「吉川市大字高久813」とご入力ください。
〈電車でご来場の場合〉
JR武蔵野線「吉川美南駅」東口より徒歩13分

詳しくはこちら
レイクタウンから車約25分!
ららぽーと新三郷から車約7分!



ご来場プレゼント引き換えチケット
「POLUS×浦和レッズ」オリジナルキャンパスバッグ
※お一人様1点限りです。
※先着順でなくなり次第終了となります。
※プレゼントは予告なく変更になる場合がございます。予めご了承ください。
【お渡し期限】2026年5月31日
【プレゼントお渡し場所】ウッドボックス総合受付

進学教室 勉強クラブ

EDUCATIONAL SUPPORT TO STEP UP HIGHER

公立中から
『一流をめざす』
キミを強力に
バックアップします!

おかげさまで
創立51周年
無料体験受付中!

難関校への実績で勉強クラブは域内トップクラス!

2026年 進学実績 難関トップ校への進学で、勉クラの先輩たちは本当に頑張ってくれました! 歴代の進学実績は全てHPからご覧いただけます!	公立高校 大宮高校(普通) 1名	公立高校 東葛飾高校 1名	公立高校 浦和第一女子 1名	公立高校 春日部 3名
	公立高校 小金高校 1名	公立高校 越谷北高校(普通) 5名	私立高校 江戸川学園取手(医科) 1名	私立高校 中央大附属 2名

勉強クラブの3つの特徴!

① 正社員講師による高品質な指導

“先生”とよばれるにふさわしい技術の習得(鍛錬)は、“大切なお子さま”をお預かりするという強い責任意識から生じるものです。勉強クラブでは集団授業を正社員講師が中心となって懇切丁寧な指導に努めており、先生の顔がはっきり見える塾です!

② 技ありの熱血集団授業 + 独自のオリジナル教材

当塾の教務運営は、先生の技量が問われる“集団授業方式”です。勉強クラブでは、[教師研修]に時間とコストをかけ、プロフェッショナルな職人気質の先生の育成に努めております。高品質な授業の実現のために独自のカリキュラムと[オリジナル教材の開発]に力をいれています。年間数百ページにおよぶ教材改訂を、生徒たちの熱い息づかいを直に感じながら51年にわたって継続してきました。現場の教師によって丹念に丹念に作りあげてきた教材群は、私たちの大きな誇りです。

③ 細かな能力 クラス編成

一流校をめざすお子さまから部活動にも頑張りがちな志望校に合格したいというお子さままで、きめ細かな[能力別クラス編成]によりそれぞれのニーズに対応した指導に心がけております。各クラスの内容や進度、テストの難易度も変えて対応しています。

専用受付電話
0120-7-37415 平日の15時～
●お月謝等、詳細はHP 勉強クラブ でご検索



本校 **048-953-4768**
〒341-0028 埼玉県三郷市南蓮沼715番地
国道298号線信号「三郷IC入口(西)」から東に約1km
南教室 **048-948-0030**
〒341-0044 埼玉県三郷市戸ヶ崎1-322-12
県道54号線信号「戸ヶ崎交番北」から鷹野方向に120m

ARIFT読者限定 有効期限: 2026年6月30日迄
創立51周年記念
無料体験受講で『勉クラ』ロゴ入り応援シャーププレゼント!

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。

≫JR武蔵野線三郷駅北口より徒歩約5分

鮮度抜群の和牛をお手頃価格で！
コスパ◎の絶品焼肉を是非どうぞ！

Instagram
はこちら



ご注文時切抜きお渡しで

①和牛食べ比べランチ(ソフトドリンク1杯付)2,000円→1,650円

他券等併用不可 1グループ1枚のみ
ジョッキソフトドリンクは対象外となります

2026年6月4日迄

ご注文時切抜きお渡しで

②平日ディナー 2,000円OFF
お会計より

他券等併用不可 1グループ1枚のみ
8,000円以上でご利用可
月～金曜日のみ(祝日はご利用不可となります)

2026年6月4日迄



牛っぽならではの独自の仕入れルートにより、厳選された新鮮な和牛をリーズナブルな価格でご提供！日ごろのプチ贅沢に上質な和牛をお楽しみください。お得なランチメニューやサイドメニューも充実♪自家製半熟卵のプリンなどデザートも人気です。お席はテーブル席や掘りごたつなど、様々なタイプをご用意。ご家族やご友人、同僚の方など皆様でお越しくださいませ！40名様～貸切もOKです。

焼肉問屋 牛っぽ

TEL 048-907-1502

三郷市早稲田2-3-14 2F

11:30～15:00(LO 14:00)、17:00～23:00(LO 22:00)

水曜定休/駐車場サービスございます



ひとくちで、心までほどける。私をご機嫌にする、幸せシフォン。



無添加なので体にも優しい♪
※一部を除く

レギュラーメニュー▼
バニラ・紅茶・チョコ・レモン等

期間限定メニューも登場!!
詳細お問い合わせ下さい。

帰省の手土産にも是非!

数量限定 溶けないアイスクズバー
今年も登場!

併設工房で、毎日手作り!

ホール(7号) 2,300円
1/4カット 600円
1/8カット 350円

数量限定 お得に買えます!
わけありシフォン
(アウトレット商品)
1個200円 ※詳細は店頭にて

※写真はイメージです

厳選素材で焼き上げる、シフォンケーキ専門店
5月下旬(予定)リニューアル!

シフォンケーキ 吉川市平沼1-10-6
10:00～17:00
(木曜のみ10:00～14:00)
吉川店 月曜定休

お電話でのご予約もOK /
048-940-3011

シフォンケーキ販売店も募集中!



「中野尻」バス停目の前!!
業務拡大につき、スタッフ大募集!!
詳細はInstagramにてご確認ください。



合計500円以上お買い上げで

お会計より 10% OFF

※切り抜き持参or「アフィリエイトを見た」とお会計時お伝えください ※シフォンケーキ、各種スープ、チョコスポンジ対象 ※他特典併用不可 ※有効期限:2026年5月31日まで

合計500円以上お買い上げで

お会計より 10% OFF

※切り抜き持参or「アフィリエイトを見た」とお会計時お伝えください ※シフォンケーキ、各種スープ、チョコスポンジ対象 ※他特典併用不可 ※有効期限:2026年5月31日まで

トマト&オニオンです。

熱々で提供する自慢の料理、
お腹いっぱいまで楽しんでいただける
豊富なメニュー、アメリカのホームパーティーを
イメージした非日常的な内装、そして、
創業より受け継いできた「想い」と「こだわり」を持って
皆さまをお迎えいたします。

TOMATO
&
ONION

弾丸ハンバーグ

牛肉
100%!!

トマオニ
名物

特別クーポン 10% OFF

●上欄岡店・八潮店・新所沢店でご利用いただけます。●店内での飲食時のみご利用いただけます。●テーブル決済ではご利用いただけません。●店頭でお会計時にクーポンをお渡しください。●税込合計金額から割引させていただきます。●1回のご来店で1グループにつき1回までご利用いただけます。●オーナー様割引券、家族優待券、%割引券、金額割引券との併用はできません。

有効期限:2026年6月30日(火)



特別クーポン 10% OFF

●上欄岡店・八潮店・新所沢店でご利用いただけます。●店内での飲食時のみご利用いただけます。●テーブル決済ではご利用いただけません。●店頭でお会計時にクーポンをお渡しください。●税込合計金額から割引させていただきます。●1回のご来店で1グループにつき1回までご利用いただけます。●オーナー様割引券、家族優待券、%割引券、金額割引券との併用はできません。

有効期限:2026年6月30日(火)



詳細はこちら



詳細はこちら



近隣店舗の
情報はここ



ARIFT Instagram/WEBサイト/LINE

地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ!

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
お願いします

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。みなさんに教えてい街の情報の投稿もお待ちしております。

いますぐ
お友達登録>





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. ガーリック香るミニトマトパスタ



栄養価が高く色鮮やかなミニトマトでおいしくシミ・しわ予防

材料(2人前)
ミニトマト.....1パック
えび.....5尾
バジル.....5枚
ニンニク.....1片
パスタ.....100g
水.....250ml
塩.....小さじ1
コンソメ.....1個
オリーブオイル.....大さじ2
コショウ.....お好みで

作り方
① ミニトマト・ニンニクをオリーブオイルで弱火で炒める
② トマトが柔らかくなってきたら水とコンソメを入れて沸騰させる
③ 沸騰したらパスタを入れて表記時間通りに煮る
④ えびとバジルを加えて火が通ったらオリーブオイルとコショウで味を整える

02. キャロットラペ

簡単なひと手間で抗酸化作用のあるカロテンの吸収率UP



材料(2人前)
人参.....1本
塩.....小さじ1/3
★ハチミツ.....小さじ1/2
★りんご酢.....大さじ2
★コショウ.....少々
★オリーブオイル.....大さじ2

作り方
① 人参をスライサーでむいて塩を入れて揉み込み10分ほど置く
② ボールに★を全て入れてよくかき混ぜる
③ 人参の水分を絞って★と和える

theme
美白・透明感アップ

バリア機能のβ-カロテンとダメージ軽減のリコピン

普通のトマトよりも栄養価が高いミニトマトを加熱することで細胞が壊れ、紫外線によるダメージを軽減するリコピンが体内で吸収されやすくなります。βカロテンは脂溶性ビタミンのためオリーブオイルを使うことでβカロテンの吸収率が大幅アップ。しみ、シワ、くすみを抑え、乾燥や外部刺激から守り美肌が期待できます。

おいしく作って心と体をととのえる



レシピ監修 SAORI-san
管理栄養士。料理や栄養について詳しく知りたいと思っ
たのをきっかけに管理栄養士を目指した。食事管理を通
して健康的にダイエットする方法を広めるために精力的
に活動中。



イオンタウン吉川美南で金沢の旬を食す

職人が目の前で握る、
目でも舌でも楽しめる、
まいもん(美味しいもの)が揃う、
本格グルメ寿司



金沢の旬がもてなす、
一皿の粋

GWアフターセブendays スペシャル特典!

5/11(日)~5/17(日)

海鮮宝箱軍艦 (638円)をサービス!

※右記特典を持参ください。



寿司屋の醍醐味

カウンター



テーブル席

小さなお子様連れも大歓迎!家族みんなで笑顔のひとときを。

うどんやお子様向けメニューもございます。三世代でのお食事や、ハレの日のお祝いにもぜひご利用ください。



お子様歓迎

※写真はイメージです

5月号 アリフト読者限定特典

特典① GWアフターセブendaysスペシャル特典!

5/11(月)~5/17(日)

海鮮宝箱軍艦 (638円)をサービス!

【店内飲食の方限定/本特典のみの利用不可】
※他特典との併用不可
※金沢まいもん寿司吉川美南店のみ有効
※ご注文時、スタッフへご提示ください

特典② ディナー限定特典!

550円(税込)までのお好きな一皿 サービス!

【店内飲食の方対象/本特典のみの利用不可】
※対象期間内、平日・土日祝いつでも使用可能 ※他特典との併用不可 ※本券1枚につき、550円(税込)までの一皿サービス ※金沢まいもん寿司吉川美南店のみ有効 ※ご注文時、スタッフへご提示ください。《有効期限》2026年5月31日迄

特典③ 平日ディナー限定特典!

乾杯ドリンク♪ 一杯サービス!

グラスビール・ハイボール・サワー類 ノンアルコール・ソフトドリンクいずれか一杯

【店内飲食の方対象/本特典のみの利用不可】
※平日のディナータイム利用可能 ※他特典との併用不可 ※1グループ5名様まで適用 ※金沢まいもん寿司吉川美南店のみ有効 ※ご注文時、スタッフへご提示ください。《有効期限》2026年5月31日迄

金沢まいもん寿司 吉川美南

吉川市美南3-25-1
イオンタウン吉川美南 東街区2階
※JR武蔵野線吉川美南駅西口すぐ

TEL048-982-1144



平日はウェブでお席のご予約ができます

東街区2階
アクアイグニス
武蔵野温泉さん 2階
西街区からなら
バーガーキングさん
真っ直ぐ奥です!



吉川駅南口より徒歩10分

アリフトご持参でカット【2,080円！】
リーズナブルだから、いつでもキレイが持続



ご来店時切抜きお渡しで

白髪根元染め 2cm迄
+カット 5,225円

■小学生以下のカット1,100円

2026年6月15日迄

美容室101
(いちまるいち)

TEL 048-983-0923

吉川市高富1-27-9酒井101 / 9:00~
18:00 ※変更の場合有 / 火曜定休・他
日有 / 予約優先(当日予約可) / P完備

武蔵野線新三郷駅より徒歩8分※MEGAドン・キホーテ三郷店1F

ドン・キホーテ1階！高技術×低価格が大人世代に好評
ベーシックカラー3,630円～。予約不要で買物ついでに

詳細は
こちら



お会計時切抜き持参&撮影画面提示

カット+「髪質改善Trストレート or
縮毛矯正」+ 艶コートTr【14,080円】

※右記QRコードからご予約も可能
※他特典との併用不可

2026年5月31日迄

お会計時切抜き持参&撮影画面提示

3STEPトリートメント サービス！

※複合メニューご注文の方限定
※アリフト読者限定特典

2026年5月31日迄



ICH・GO新三郷店は大人世代に愛される美容室。歴25年以上の経験豊富なスタイリストが、厳選オーガニックカラーやヘナで繰り返す白髪染めも優しくケア。スタッフ増員でよりスムーズなご案内が可能に！ドン・キホーテ1階で予約不要(予約可)、お買い物ついでに髪の悩みも解消。ぜひご来店を。

ICH・GO新三郷店

TEL 048-957-3322

三郷市さつき平1-1-1MEGAドン・キホーテ1F
平日9:30~17:30、日曜・祝日9:30~17:30
年中無休(年末年始を除く) / カット3,630円～

漢字クイズ
テーマ|花

なんと読むでしょう？

“杜若”

[ヒント]

5~6月に咲く紫色の花。アヤメと似ています。

ふじのきり 樹王

オープンキャンパス

「未来の私に会いに行こう」

歯科衛生士体験や先輩との交流、学校説明会など、楽しいプログラムが盛りだくさん。

キャンパスライフや授業の様子を体験できる!

開催日 6/14(日)・8/7(金)

時間 10:00~14:00
(受付 10:00~13:30)

- 内容
- ワークショップ
 - 学校説明会
 - 個別相談
 - 在校生との交流

歯科衛生士にご興味のある方は、ぜひご参加ください!

北原学院
歯科衛生専門学校

TEL.047-341-8115

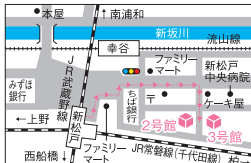
松戸市新松戸1丁目348-2

JR常磐線各駅停車 東京メトロ千代田線直通 / JR武蔵野線「新松戸駅」徒歩2分 流鉄流山線「幸谷駅」徒歩3分

事前申し込みは
二次元コードから
受付中!



昨年の様子は、学校WEBサイト
またはInstagramでご覧いただけます



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のマスの、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けません。

	6	5	4		7			
				6	5		7	
3					A			6
		1			6			
5								9
	B		1			5		
	2							3
	4		9	1		C		
			3		4	9	1	

01=9+8+1 ≧ 19

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. 抹茶と豆乳のコクうま冷やしそば

コクと旨味のがれが
冷たいそばを引き立てる



- 材料(2人前)
- そば.....200g
 - ゆで卵.....4つ
 - ミニトマト.....6つ
 - 大葉.....8枚
 - 〈つけだれ〉
 - 豆乳.....400ml
 - 抹茶パウダー.....小さじ半分
 - 青のり.....小さじ1杯
 - 干しエビ.....小さじ1杯
 - ナッツ.....小さじ1杯
 - 味噌.....大さじ1杯

作り方

- そばを茹でて、冷水でしめておく
- そばの上に、大葉、ミニトマト、ゆで卵をトッピングする
- つけだれを作る(味噌を溶けやすくするため、豆乳と一緒に温める)
- 干しエビ、青のり、ナッツを好みの量つけだれに入れて、ソバを付けて食べる

02. ふわとろ黒ごまミルク

theme

ストレス解消レシピ



お手軽シェイクで作る
大人のひんやりほろ苦デザート

材料(2人分)

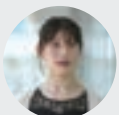
- 〈下のゼリー部分〉
- 牛乳.....400ml
 - 粉ゼラチン.....10g
(大さじ4杯の水でふやかす)
 - はちみつ.....大さじ2杯
- 〈上のホイップ部分〉
- Aインスタントコーヒー.....大さじ1杯
 - A水.....大さじ2杯
 - A黒糖.....大さじ2杯
 - 黒すりごま.....適量

作り方

- 〈下のゼリー部分〉
- 牛乳を、レンジか鍋で人肌に温めて、はちみつを溶かす。
 - ①の中に、ふやかしたゼラチンを入れよく混ぜる
 - 器に盛って、粗熱が取れたら冷蔵庫で2時間程度冷やし固める。
- 〈上のホイップ部分〉
- Aを500mlの空のペットボトルに入れて蓋をしっかりと閉め、泡立つまでシェイクする。
 - ペットボトルを逆さにしても落ちて来ない位になったら、冷やしたゼリーの上に開けて、黒ごまを適量トッピングする。

自律神経を整え、落ち着いた気持ちで睡眠を

そばはルチン(ポリフェノール)の抗酸化力とGABA(アミノ酸)が自律神経を整え、ストレスホルモンを抑えて疲労回復に。牛乳や黒ごま、ゼラチンのカルシウム・マグネシウムなどがイライラを落ち着け眠りを助けます。自然な甘さが疲れた心にやさしく働きかけます。



レシピ監修 三井しえさん

管理栄養士・ハーフインストラクター。心不全療養指導士。病態栄養専門管理栄養士。多国籍料理を作る事が趣味。様々な病態の患者様の栄養管理をした経験から予防医療の活動を始め、食を通して人を健康にすることに力を注ぐ。

悪化しても痛みが無い！ 放っておくと恐ろしい腎臓病

たんぱく尿・クレアチニン・eGFRの数値はとても重要です。腎機能の衰えは、気づかぬうちにジワジワと進行します。

CKD (慢性腎臓病) 危険度チェック

こんな症状・習慣ありませんか？

- ☑ 血圧が高い
- ☑ コレステロール値が高い
- ☑ 最近、睡眠不足や過労ぎみ
- ☑ 腰痛が辛い
- ☑ 貧血になりやすい
- ☑ むくみ
- ☑ だるさ

要注意です！
eGFR値 90未満の方

五味 博之 (国際中医専門員)

あなたの腎臓、お元気ですか？
症状が出る前の早めのケアが大切です。当店では腎臓を助ける漢方をご用意しています。

ご予約・ご相談はこちら

漢方の詳しい情報はこちら

048-951-4800

三郷市早稲田7-1-5
日商ビル101(駐車場あり)
営業時間: 火~金 9:00~19:00
土 9:00~18:00
定休日: 日曜日、月曜日、祝日

おもてなしは美しく明るい和室から！地域密着修理のプロにおまかせ！
新しい網戸で虫をシャットアウトして、爽やかな風をお部屋に取り入れましょう！

網戸の張り替え・新調 お見積り無料

1枚 2,000円~

(税込2,200円~)

引き取り、取付、配送料込みの安心明朗会計！
現地にてお見積りをし、
ご納得いただいた後の作業です

お部屋のリフォームも受付中！住まいのお困りごとをスッキリ解決します。

0120-200-859

Ouchi工房 功晃屋

三郷市戸ヶ崎2103-4 営業時間/9:00~18:00

トイレ専門クリーニング!

コンビニエンスなトイレ掃除♪

before after

トイレ1ヶ所 4,400円

※追加料金ナシ ※ご家庭用トイレ限定

さらに!! シニア割 65歳以上の方 10%割引!

トイレだけ屋 担当者直通 TEL.080-5438-0038

吉川市高久1-39-11 出張対応エリア 吉川市 三郷市 八潮市

お庭清掃専門隊

0120-978-102 受付時間9:00~18:00 年中無休・日祝も営業

お庭も心もスッキリと!

家族が笑顔になるお庭へ。お庭・庭木のお悩みをスッキリ解決!

- ・大きくなりすぎた木の伐採
- ・お隣にはみ出た枝の剪定
- ・抜いてもキリがない庭の除草

ARIFT 読者限定 10% OFF

株式会社YUWA 〒340-0046 埼玉県草加市小山 1-16-29

博豊会脊椎病院

知って得する脊椎脊髄のお話

コラム③〇 “正しい姿勢”ってどんな姿勢? 医師が解説します

「猫背を直したいけど、どうすれば?」「正しい姿勢って具体的にどういうもの?」——そんな疑問をよくいただきます。正しい姿勢とは、耳、肩、股関節、くるぶしが一直線に並ぶ状態で、背骨が自然なS字カーブを描いていることが理想です。猫背や反り腰など、姿勢の乱れは筋肉や関節に過度な負担をかけ、慢性的な腰痛や肩こり、さらには脊椎疾患の悪化を招く可能性があります。実際、日本の高齢者の約60%に姿勢不良がみられ、その多くが筋力低下や関節拘縮に起因しています。正しい姿勢を維持するには、体幹の筋力と柔軟性が必要であり、リハビリや日常生活の工夫が効果的です。当院では、姿勢分析や筋力評価を行い、理学療法士による個別リハビリプログラムを提供しています。MRI、CT、レントゲン、骨密度測定などを駆使し、姿勢不良の原因となる隠れた疾患の精査も可能です。重度の場合は、O-armナビゲーションや顕微鏡を用いた手術的矯正も対応可能です。脊椎の専門医師があなたの姿勢と向き合い、日常生活の質の向上を目指します。ご相談はお気軽に。当院は予約不要で受診いただけます。

博豊会脊椎病院「側弯症(そくわんしょう) 外来」のご案内

背骨の曲がり、姿勢のゆがみ 世代を問わず、専門医にご相談ください。

「学校の検診で指摘された」「最近、背中や腰が曲がってきた気がする」
側弯症は、お子様から高齢の方まで、どの年代でも起こる可能性があります。当院では、側弯症の専門医が一人ひとりの年齢や症状に合わせた最適な治療をご提案します。

お子様・思春期の方へ

- ☑ 学校の検診(モアレ検査など)で指摘を受けた
- ☑ まっすぐ立った時、肩の高さやウエストのくびれに左右差がある
- ☑ お辞儀をした時、背中や腰の片側がぼっこりと盛り上がる

成長期は進行しやすいため、早めの受診が大切です

中高年・シニア世代の方へ

- ☑ 年々、背中や腰が曲がってきた気がする
- ☑ 長時間歩いたり、キッチンに立っていたりすると腰や背中が痛む
- ☑ まっすぐ前を向いて歩くのがしんどい

加齢による変形かもしれませんが「年のせい」と我慢せずご相談を

2026年4月1日より開設 毎週土曜日の外来診察にて

受付窓口またはお電話口にて「側弯症外来 希望です」とお伝えください。担当医師の診察へご案内いたします

診療案内 ※お電話にてご予約お受けしております。 休診日: 日曜、祝日 駐車場有り

外来	月	火	水	木	金	土
9:00~11:30	●	●	●	●	●	●
14:30~17:00	●	●	●	●	●	●
手術	●	●	●	●	●	—

TEL:03-5856-7536 東京都足立区一ツ家1-1-1

●お車をご利用の場合 首都高速6号三郷線 加平インターより4分
●バスをご利用の場合
・北千住駅より…都営バス[足立清掃工場、竹ノ塚駅行]「小右衛門町」下車徒歩7分
・綾瀬駅より…東武バス[花畑団地行]「一ツ家3丁目」下車徒歩3分

博豊会脊椎病院

そのお悩み、春のうちに解決! 最短即日のスピード対応でスッキリ!

遺品整理・空き家片付け

終活にともなう

まずはお電話でご相談を **03-5856-1178**

家族の想いに寄り添う片付け。春の節目に、プロと一緒に始めませんか? 当社では資格者が大切な遺品をきちんと整理・買取します。

- 亡くなった家族の遺品をどうして良いかわからない
- 自分が亡くなった後、人に迷惑をかけないよう、整理しておきたい
- 忙しくて整理する時間がない

こんなに散らかったお部屋も skipなら丸ごとキレイすっきり!

家中丸ごとお片付け!

365日 24時間対応!! 当日の依頼もOK!

出張見積り + 出張買取 無料!!

女性スタッフも在籍

粗大ごみ・不用品 乗せ放題パック

軽トラック乗せ放題 2tトラック乗せ放題

29,800円 99,800円

株式会社 skip

綾瀬駅徒歩7分 (武道館すぐ近く)

足立区綾瀬5-14-16

営業/10:00~21:00 (土日祝17:00)

年中無休

詳細はHPにて

骨董品やダイヤモンド、切手など高価買取中!

アリフト読者限定 生活用品プレゼント

ご予約の際に「アリフト見た」とお伝え下さい。

2026年5月末日まで

6月の混雑前に! 梅雨のニオイ・カビは5月の掃除で先手必勝

丁寧な作業と接客でお客様の安心・満足を目指します

ご家庭から店舗・オフィスまでお任せください

お見積り無料

エアコンクリーニング 早割りキャンペーン

6/30迄

暑さはすぐやってくる! 早めのクリーニングでお得にキレイ!

1台 **9,900円**

8,800円!!

2台目より更に 1,100円OFFの1台 **7,700円!**

お掃除機能付きエアコン

1台18,000円▶ **16,500円**

2台目より1台 **15,400円**

お風呂場+風呂釜クリーニング

追い焚き配管法でヨゴれごっそり!

1台 **18,700円** 風呂釜洗浄 **19,800円**

セット **16,800円**

八潮・三郷・吉川の方限定

ARIFT読者特典 当社ハウスクリーニング

1,100円引き!

3ヶ所 3,300円引き

5ヶ所 5,500円引き

2026年6月30日迄

おそうじのことは お気軽にご相談ください

0120-056-995

五反野駅徒歩3分

住所 / 足立区弘道1丁目3-25

営業時間 / 7:00~20:00

定休日 / 不定休

Instagramはこちら

YouTubeはこちら

いつものお買い物を 簡単に専用アプリから!

ライフのネットスーパー

※画像はイメージです

ライフのポイントも貯まる・使える!

ARIFT読者限定! 今ライフネットスーパーをはじめると

最大 800円分お得!!

特典その1

COUPON

新規会員登録で

500円OFF

※税込3,500円(酒類・配送料除く)ご注文時に利用可
※詳しくはライフネットスーパーアプリ・サイトをご確認ください。

特典その2

COUPON

アリフト読者限定

300円OFF

クーポン利用期間:
2026年6月15日配達便まで
※税込5,500円(酒類・配送料除く)ご注文時に利用可
クーポンコード **3260400103** を入力

Point1 いつものライフのポイントが貯まる・使える!

Point2 重いものも玄関までラクラク!

Point3 すきま時間でスマホ注文、最短当日配送!

※クーポンご利用条件・キャンペーンについて、詳しくはライフネットスーパーアプリ・サイトよりご確認ください。
※ネットスーパーサービスをご利用いただけない地域もございます。ライフネットスーパーアプリ・サイトより、お届け先郵便番号を入力いただき配送地域をご確認ください。

まずはアプリをダウンロード!

ライフネットスーパー

配達エリアはこちらをチェック

App Store からダウンロード

Google Play でダウンロード

※記載内容は2026年5月現在のものととなります。

Amazonのお買い物に慣れた方はこちら!

Amazon上のライフ ネットスーパーでお買い物

Point1 最短 2時間でお届け

Point2 Amazonアカウントで すぐにお買い物

Amazonでショッピングするのと同じ感覚!

欲しい商品が見つかったらカートに追加

最後に注文確定のページにてクーポンを入力

注文から最短2時間*1で商品をお届け

※1ご注文が集中した場合や、交通事情・天候などのやむを得ない事情により発送やお届けが遅延する場合がございます。※実際の在庫状況、価格情報についてはAmazon.co.jpのWebサイトやショッピングアプリにてご確認ください。

Amazon上のライフネットスーパーで使える! / 初回限定 **10%OFF** クーポンプレゼント

※クーポンはライフの店頭およびライフネットスーパーではご利用いただけませんのでご注意ください
※Amazon上のライフネットスーパーで商品をご購入の際にご利用いただけます。

クーポンのご利用方法: レジに進んで支払い方法の選択画面、もしくは注文確認画面で割引が適用されていることを確認の上、注文を確定してください。/ クーポンのご利用条件: Amazon上のライフネットスーパーを初めてご利用のお客様に限り、お一人様1回、ライフが販売する商品(アルコール商品は除く)を4,000円以上ご注文いただく際にご利用いただけます。/ 配送料: 8,000円以上のご注文の場合は通常配送料無料。
※注文確定時に、表示価格の合計金額から割引が行われます。※詳細は特典ページでご確認ください。※上記金額は全て税込価格です。
※プロモーションは予告なく変更、終了する場合があります。

当社の車検実績はおかげさまで200,000台を突破!!

国家資格保有整備士による

安心のオブリ車検

ディーラーさんと
同じ技術と設備

24ヶ月点検付

お車の種類	軽自動車 660cc以下 ムーヴ、MRワゴン、ライフ クラス	小型乗用車 1t以下 マーチ、フィット、ヴィッツ クラス	中型乗用車 1.5t以下 マークII、アコード、レガシー クラス	大型乗用車 2t以下 クラウン、セルシオ、セドリック クラス
値引き前合計	48,240円	58,150円	66,450円	74,650円
最大割引 他割引との併用はできません	アリフトご持参で最大5,000円引き!			
	割引その1 早期割引 半年前 5,000円 引き! 3ヶ月前 2,000円 引き! 2ヶ月前 1,000円 引き! 割引その2 リピート割引 又は新車初回割引 2,000円 引き!			
合計	43,240円	53,150円	61,450円	69,650円

ご予約は6ヶ月前からOK!

車検は**早期予約が断然お得!!**

▶ 車検整備代金を各種カード払い・QRお支払いOK!
▶ 追加修理、部品交換等必要な場合には、別途見積・請求させていただきます。

※外車・ダブルタイヤ車は基本料金+16,500円追加です。一部対応できない車種がございます。※外車・1・8ナンバーは対応できない車種があります。※低排出ガス認定かつ燃費率を向上した車両は、重量税が軽減になる場合がございます。※次世代自動車(電気自動車、プラグインハイブリッド自動車、クリーンディーゼル自動車、天然ガス自動車)は、重量税が免税となる場合がございます。※初年度登録から13年以上の経年車は重量税が異なります。※記載の自賠責保険料は、2023年4月以降の24ヶ月分の価格です。貨物車は12ヶ月分の価格です。※部品交換が必要な場合は、部品代・交換工賃等が別途料金となります。※違法改造車および一部受けできない車種もございます。

給油キャンペーン 開催中!

5月1日金～20日水

アリフト持参・20L以上の給油で

高級カシミア ティッシュ(1箱)をプレゼント!

※数量限定のため、なくなり次第終了。
※レシートと本券をスタッフにお渡しください。



三愛リテールサービス株式会社

オプリステーション 吉川美南

☎048-999-6083

吉川市美南4-4-3

営業時間 4:00～27:00

詳しくはこちら▶




埼玉県と国の補助金

内窓・二重窓で窓断熱

補助金を使っておトクに設置!

地域に優しい **サッシ屋さん**

☎0120-150-304

株式会社 **アルロ**

埼玉県八潮市 緑加市瀬崎6-3-36

両方使えます!

掃き出し窓サイズ



通常価格 126,000円～

腰窓サイズ



通常価格 71,000円～

※工事費用は一度お支払い頂きます。工事後、各自治体より補助金の受給となります。※国と県の補助金の合算 ※2026年3月11日時点 ※埼玉県補助金は国の補助金の1/2以内 ※上記はシミュレーション例となります。

料金についてや補助金のご相談はコチラ

見積依頼も無料で受付中!



購読者特典

プレゼント

引当金あり

※本誌オリジナルグッズ(ワランラップ他)

2026年5月31日 まで

彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集: ARIFT編集部



01. サケの具沢山豆乳スープ



サケの旨味が溶け込んで
具材の食感も楽しめる満足感

材料(2人前)

- 鮭.....1枚(60グラム)
- スナップエンドウ.....6個(30～40グラム)
- たまねぎ.....1/2玉
- コーン.....50グラム
- しめじ.....1/2パック
- 水.....300ml
- 豆乳.....100ml
- 中華だし.....小さじ3
- 塩.....少々

作り方

- ① 鮭は一口大、スナップエンドウは斜めぎり、たまねぎは薄切りにする
- ② 鍋に水を入れ、切った玉ねぎを入れ煮立たせる。玉ねぎが柔らかくなったら、鮭、しめじ、スナップエンドウ、コーンを入れて煮る。
- ③ 材料に火が通ったら、塩と中華だしを入れる。最後に豆乳を入れ、沸騰しないように温める

02. トマトのチーズサラダ



甘酸っぱいにんじんがアクセント
食卓に手軽なもう一品

材料(2人前)

- トマト.....1個
- プロセスチーズ2個(約25グラム)
- にんじん.....1/3本(40グラム)
- 砂糖.....小さじ1
- 酢.....大さじ3
- ニンニクチューブ.....0.5センチ
- オリーブオイル.....小さじ2
- 塩.....少々
- こしょう.....少々

作り方

- ① トマトとチーズは、さいの目ぎりに。にんじんは、千切りに切る。
- ② 砂糖、酢、オリーブオイル、ニンニクチューブ、塩、こしょうを混ぜ合わせ、そこににんじんを入れ、5分ほど漬けておく。
- ③ さらに切ったトマトとチーズを盛り付けて、上から②のにんじんと混ぜ合わせた調味料をかける。

うるおい美肌には紫外線ダメージのケアと守りを

鮭に含まれるアスタキサンチンは紫外線ダメージをケアし、豆乳のイソフラボンがハリと潤いをサポート。紫外線ダメージから肌を守るリコピンたっぷりのトマトと、肌のターンオーバーを促進するビタミンB2が豊富なチーズは美肌に嬉しい組み合わせです。

おいしく作って心と体をととのえる

レシビ監修 西田彩花子さん

高校時代のダイエットや家族の体調不良から食事や生活習慣を整える栄養士興味を持つ。高齢者施設勤務で現職歴8年。保育施設での経験をいし、子育て中の食事に携わる手助けや子ども食堂での食育等をしたいと考える中。

親子で楽しめる♪

看護の日 5/9

11:00~15:00(予定)

IKEA新三郷1階エントランス



身体測定
相談コーナー

来場者には
エコバッグ
プレゼント!
(先着順)



看護師・消防士の制服を
着て写真撮影しよう!



IMS(イムス)グループ 医療法人 三愛会

三愛会総合病院

三郷市彦成2-342

048-958-3111(代)

健康セミナー

一度のカメラが一生の安心に! ~胃カメラとピロリ菌のおはなし~

日時 5月21日(木)15:30~16:30(受付14:30~)

場所 みさと団地中央集会所 大ホール
(〒341-0003 三郷市彦成3-7-10)
協力:株式会社URコミュニティ

持ち物 お薬手帳 講師 消化器内科医師
ご予約はHP、お電話、総合受付から

胃がんは、自覚症状が出た時には進行していることが多い病気です。
でも、原因の「ピロリ菌」を30~50代のうちに消せば、リスクは激減します。
健康セミナーに参加して、**ドクターの話**を聞いてみませんか?

セミナーの
お申し込み
はこちら



完全
予約制
枠埋まり次第
終了

参加費
無料



		受付時間	診療時間
平日	午前	8:00~12:00	9:00~
	午後	13:00~16:30	14:00~
土曜	午前	8:00~12:00	9:00~

Instagram
はこちら



TikTok
はこちら



みさと団地中央集会所

4月オープン 越谷市に誕生する、民間運営の児童発達支援センター

安心の保育×プロの療育

お子様の「できた!」を1日通して支えます。

- 1日お預かり可能
- 送迎バスで送り迎え
- 食育を兼ねた、自園提供の給食

社会的自立を目指し、個々に合わせた支援「療育」と基本的な生活習慣の習得「保育」をかけあわせた支援。集団型の活動を通し、社会生活へとつなげます。

特徴 \ 実際どんなところ? /

1. 預かり型療育

基本的な生活習慣 お着替えやトイレなど身辺自立を中心に、色々な自立支援を進めながら、集団で過ごす際の困り感の軽減に繋がっていきます。

社会性の基盤 小集団での生活を通して、お友だちとの関わり方、気持ちの切り替えなど、集団の中での過ごし方を身につけていきます。社会性の基盤づくり、お子様にあった関わり方を見つけ、保育園や幼稚園の集団の中で過ごしていけるよう移行に向けた支援を行います。

2. 専門職による支援

児童指導員・保育士と、理学療法士などの専門職が密に連携を行い、お子さまの様子や保護者様のお悩みに合わせて、きめ細やかにサポートします。

3. 放課後等デイサービスを併設

同建物内に放課後等デイサービス(小1~3対象)を併設。慣れた環境のままスムーズに就学期へ移行し、継続したサポートが受けられます。



児童発達支援センター
スター★プラウド



グッドスターキッズハウス株式会社

放課後等デイサービス
スター★レオーネ



お問い合わせはこちらへ
お気軽にご相談ください

TEL 048-940-9963

越谷市相模町5-407-3 月曜~金曜 8:30~17:30 土日祝休み



ワークショップ

プロの職人さんに教えてもらいながら 特別な思い出を作ろう!

大工さんと一緒に作る

流しそうめん台・器・箸

完成後
みんなで流しそうめんを
いただきます♪

参加無料

ご予約は
こちらから



日時

6.20

雨天
決行

10:30~12:00

場所

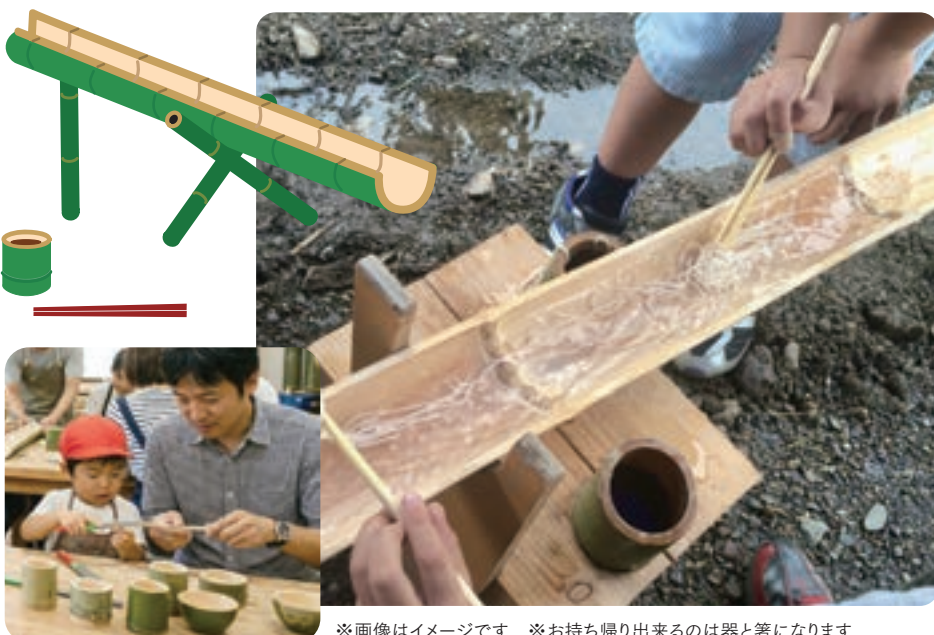
トヨタ建設1階studio

内容

創造力や集中力も養え
自然の温もりに
触れられます
普段はなかなか
出来ない体験です♪

10名前後

※お子様1名に対して
大人1名でのご参加



※画像はイメージです ※お持ち帰り出来るのは器と箸になります



地域密着 三郷で52年



TEL.0120-50-7660

住所:三郷市早稲田2-25-3 営業:8:30~17:30 休日:土曜・日曜・祝日
ご質問や資料請求など、お気軽にお問い合わせください



Google
マップは
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。

47=8+8+8 ㊦

	5	8						
3				6		A		
	2			8	7			
		4	B	5		3		
		9	7	3	2			
	1		2		8			
C		5		3			4	
			9					1
							9	5

漢字クイズ

テーマ | その他

なんと読むでしょう?

“自鳴琴”

ヒント/ゼンマイ仕掛け。アンティークで可愛い音色

11-114 岩王

家計のピンチをドン・キホーテが救います!

ドン・キホーテ アプリ会員様限定

新生活の **買い忘れはない?**
「あれ欲しかった」が全部揃う!

値上げに負けない! 地域最安値に挑戦中!

マジ価格

会員登録はこちらから! 当日入会OK!

MEGAドン・キホーテ三郷店

TEL.0570-035-711 [営]9:00~23:00 [住]三郷市さつき平1-1-1

アフィリエイト特典 他のもどこにも載っていないプレミアムクーポン

MEGAドン・キホーテ三郷店限定

[majica会員限定]
1回のお買い上げ金額税込5,500円以上で

500円引き

2 913525 005000

※1回のお会計につき1枚のご利用とさせていただきます。※他クーポンなどの併用不可。※お酒・タバコ・POSAカード・指定ごみ袋・ハガキは割引対象外です。※ゲーム機・ソフト、その他割引対象商品は適用不可です。※PDF版は使用できません。紙クーポンのみご利用いただけます。

2026年4月30日~5月31日

MEGAドン・キホーテ三郷店限定

[majica会員限定]
1回のお買い上げ金額税込5,500円以上で

500円引き

2 913525 005000

※1回のお会計につき1枚のご利用とさせていただきます。※他クーポンなどの併用不可。※お酒・タバコ・POSAカード・指定ごみ袋・ハガキは割引対象外です。※ゲーム機・ソフト、その他割引対象商品は適用不可です。※PDF版は使用できません。紙クーポンのみご利用いただけます。

2026年4月30日~5月31日

MEGAドン・キホーテ三郷店限定

[majica会員限定]
1回のお買い上げ金額税込5,500円以上で

500円引き

2 913525 005000

※1回のお会計につき1枚のご利用とさせていただきます。※他クーポンなどの併用不可。※お酒・タバコ・POSAカード・指定ごみ袋・ハガキは割引対象外です。※ゲーム機・ソフト、その他割引対象商品は適用不可です。※PDF版は使用できません。紙クーポンのみご利用いただけます。

2026年4月30日~5月31日

クロゼットの不用品が
ちょっとしたお小遣いに♪

Google
口コミ
4.7
の高評価!
※2026年4月30日現在

着なくなったお洋服 まとめてお買い取り

毛皮の買取額 **30%UP**

衣類・洋服ポリ袋45L
1袋 **1,000円**で 秋冬もの買取強化中!
買い取ります!!
※2026年6月末まで ※一家族様1回限り1袋まで

クーポンコード **A05**

タレント: 田中律子さん

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

Burberry セットアップ 買取価格 4,500円	HERNO コート 買取価格 15,000円	ニナリッチ 毛皮コート 買取価格 15,800円 今なら 30%UP で 20,540円	Yves Saint Laurent (イブサン ローラン) ブーツ 買取価格 5,000円
---	---	---	--

おうちのお片付けキャンペーン中!

さらに!!
お洋服と一緒にこちらの商品をお出しただけなら
全体の買取額を **20%UP!**

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

安心・納得の アフターフォロー体制
お買取後には弊社コールセンターより、買取内容に問題がないか確認のお電話を入れさせていただきます。

かんたん4ステップ ご利用の流れ

- 1 問い合わせ
- 2 訪問
- 3 査定
- 4 成約・お支払い

総合リサイクル **いちばん堂** **0120-773-7888**

受付時間 / 10:00~18:00 **出張費無料!** **Google口コミ多数!**

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

A05 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**

東京都公安委員会許可 第308841804974号



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

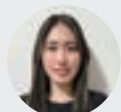
01. 丸ごとにんじんの豆乳スープ

カリウム豊富な皮ごと使用
豆乳と塩麴でやさしい味わい



材料(2人前)
にんじん.....2本(200g)皮付き
玉ねぎ.....1/2個
オリーブオイル.....大1
無調整豆乳.....200ml
塩麴.....大1
味噌.....13g

作り方
① 皮付きのにんじんと玉ねぎをみじん切りにする。
② 鍋にオリーブオイルをひき、①を入れて5分ほど炒める。
③ ひたひたまで水を入れて具材が柔らかくなるまで煮たら、無調整豆乳を加える。
④ 沸騰しない程度に加熱したら塩麴と味噌を入れる。



レシピ監修 篠木 彩菜さん
栄養士の資格を取得後、病院に勤務。出産を機に退職し、その頃から体質や心の変化を感じる。それらの経験から、心身ともに健康でいられるようなシンプルな調味料で体も心も満足できるレシピを研究している。

02. 豚肉とれんこんのヨーグルトサラダ



シャキシャキ歯ざわりがアクセント
トマトで彩りを添えて

材料(2人分)
豚こま肉.....100g
れんこん.....100g
きゅうり.....1/2本
玉ねぎ.....1/4個
アボカド.....1/2個
ミニトマト.....5個
ひじき.....1g(乾燥)
(A)
ヨーグルト.....大2
塩麴.....大1~1.5
オリーブオイル.....大1/2
にんにく.....適量
すりごま.....大1

作り方
① 野菜は全て食べやすい大きさに切る。
② ひじきを水につけて戻しておく。
③ れんこんは3分ほど茹でる。残り1分になったら豚こま肉もいれ、茹で上がったら冷ましておく。
④ 具材の水気をよく切り、(A)と和える。

theme
むくみ解消レシピ

ちょっとした工夫で美味しく減塩&むくみ防止に

にんじんなど根菜やきゅうり等には余分な塩分の排出を促すカリウムが豊富。皮にも含まれているので剥かずそのままが◎です。また香りと味を引き立ててくれる香味野菜やオリーブオイルを使うことで、塩分を抑えても美味しく頂けます。

住まい価値創造企業
POLUS
ポラスグループ

ポラスは分譲住宅だけじゃない!
不動産の
総合窓口です!

SINCE 1969
POLUS is community-based.

創業より五十年以上。
地域に根差し、この街を熟知する
「ポラスだからこそ」できるご提案があります。

売買仲介
中古戸建 / マンション
土地 / 収益不動産

不動産買取

住宅ローン
相続 / 空家

注文住宅

リフォーム

本社営業一課

0120-153-866

【本社営業課】
埼玉県越谷市南越谷1丁目21-2
ポラスビル1F
TEL | 048-989-9100
FAX | 048-989-9105



東武伊勢崎線「新越谷」駅東口徒歩3分
JR武蔵野線「南越谷」駅南口徒歩3分

三郷中央営業所

0120-996-511

埼玉県三郷市中央1丁目13-14
EVISSAN三郷中央1F
TEL | 048-952-0191
FAX | 048-952-0192



八潮営業所

0120-933-576

埼玉県八潮市大瀬1丁目2-11
カーサヴェルデ八潮1F
TEL | 048-994-1177
FAX | 048-994-1178



つくばEX「八潮」駅北口徒歩3分

株式会社中央住宅

■宅建業 国土交通大臣(13)第2401号 ■建設業 国土交通大臣許可(特-3)第8156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協会会員 ■(一社)全国住宅産業協会会員 ■(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟



春の断捨離を応援!

驚きの高価買取!

金・プラチナ・宝飾品・ブランドバッグ・ブランドジュエリー・時計・お酒・切手・古銭・カメラ・金券等

眠ったお品物が
お金に変わる?!



安心・安全目の前査定!

ご来店が大変でしたら
私たちを呼んでください!!

出張買取

その場で現金お支払い
査定は玄関先でOK!!
レポート急増!!

出張料 **0**円 査定料 **0**円

金・プラチナ・シルバー・宝飾品

どんな物でもお持ちください!

- 切れたネックレス ・片方だけのピアス
- 石が外れた指輪 ・金歯、歯科材 ・壊れた眼鏡 等

「これ金なのかな?」ご相談大歓迎!

金相場高騰中!

相場が下がる前に是非ご来店を!!



金歯等も
買取しております!

銀杯・メッキ等も
買取しております!
古い物、箱無しでもOK!



天皇陛下御在位60年記念
10万円金貨

参考買取価格 ※2026年3月3日現在

523,000円



いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定

高価買取保証

各種高価買取中!!

いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定

高価買取保証

- 取っ手の黒ずみ
- 破れている
- 内側のカビ・キズ

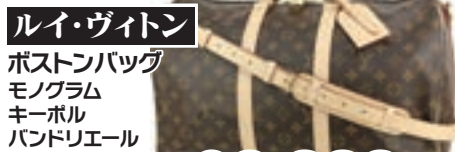
OK!!

ブランドバッグ



シャネル
ショルダーバッグ

どんな状態でも
130,000円
以上でお買取致します。



ルイ・ヴィトン
ポストンバッグ
モノグラム
キーホル
バンドリエール

どんな状態でも
20,000円
以上でお買取致します。



上記以外の
ブランドバッグも
是非!

旧100円硬貨

稲穂・鳳凰・オリンピック

どんな状態でも
1枚300円でお買取致します。



いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定

ダイヤモンド・色石

鑑定書なくてもその場で査定、
高額買取いたします



いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定

ブランド時計

- ガラス面割れ
- パーツだけ
- 変色・サビ
- 壊れている

OK!!

ロレックス ヴィンテージ



どんな状態でも
高額買取いたします



文字盤にヒビが入っている
ベルトが切れている

ロレックス以外の
ブランド時計も
是非!

いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定

古銭・金貨等



どんな状態でも
高額買取いたします

おたからや

いちよう通り店
048-972-6756

10:00~19:00
(日曜のみ~18:00)
年中無休
吉川市平沼1-15-7
JR武蔵野線吉川駅より徒歩10分 /
バス停中野尻より徒歩1分
㊤あり店舗の前



おたからや

ベルクス南越谷店
048-989-0100

10:00~19:00
(日曜のみ~18:00)
年中無休
越谷市新越谷1-42-5
東武スカイツリーライン
新越谷駅より徒歩6分
㊤あり
ベルクス南越谷店
北側駐車場内



ご来店の際は必ず
古物営業法に基づき、
身分証明書のご提示が必要です。

運転免許証

パスポート

マイナンバーカード

在留カード等

※古物営業法で定められた本人確認資料として使用させていただきます。ご本人の許可なく第三者に個人情報を開示または提供することは原則的に致しません。

アrift読者限定特典

査定のための来店でもOK!!

日用品 プレゼント

※ご来店時に本券切替をご持参ください
※他特典との併用可能

いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定
2026年5月31日まで

アrift読者限定特典

ジュエリー・
ハンドバッグ・時計

買取金額 **5,000円** UP!

※3点以上・5万円以上のご成約が対象となります
※一部対象外商品もあり

いちよう通り店・ベルクス南越谷店 2店舗限定
2026年5月31日まで

JOB 求人情報 information

ア=アルバイト パ=パート 正=正社員 契=契約社員 嘱=嘱託社員
委=業務委託 派=派遣スタッフ 紹=紹介要員

就業場所における受動喫煙防止のための取組について
 ① 敷地内禁煙、又は屋内禁煙
 ② 敷地内禁煙、又は屋内禁煙(屋外、又は屋内に喫煙所)
 ③ 屋内喫煙可

掲載の求人情報は男女を募集対象としていますが、募集条件として男性・女性を限定しているものは、男女雇用機会均等法適用除外職種等の募集です。誌面の都合上、すべての情報を掲載できないケースがあります。詳細な労働条件は、掲載企業へお問い合わせください。

勤務地 | 南浦和駅より徒歩3分

お客様フォロースタッフ 

時給1,300円～

事業拡大に伴い、スタッフ募集！
営業経験のある方大歓迎！未経験でも可

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

資格 簡単なPC操作ができる方(文字打ちなど)

時間 9:00～18:00(休憩60分) ※週4日～、1日6h～可
◎フルタイムできる方、大歓迎！

休日 土・日・祝、GW、年末年始

待遇 交通費全額支給、有給休暇、各種社会保険完備


勤務 ㈱中広メディアソリューションズ埼玉オフィス

さいたま市南区南浦和2-39-16 第5大雄ビル3F

応募 右記QRコードを読み取り、ご応募ください。
採用担当よりご連絡します。



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

株式会社中広メディアソリューションズ
 TEL045-514-1409 担当/採用担当
 横浜市西区みなとみらい3-3-3
 横浜コネクタスクエア11F 

5月下旬(予定)リニューアル！
シフォンケーキ専門店
スタッフ募集
事業拡大につき大募集！
※試用期間1ヶ月(同条件)
未経験の方歓迎



ここが当店のポイント！

【家庭優先OK】
お子様の行事や急な体調不良も、スタッフ同士でフォローし合える環境です。

【17時定時】
お買い物をして帰っても、夕食の準備に間に合います！
1日4h～勤務可！

【近所が嬉しい】
自転車・バイク通勤OK。
地元で長く働きたい方にぴったりです。

応募先・勤務地

fuari
シフォンケーキ
吉川店

吉川市平沼1-10-6
安河内ビル

採用担当直通: 木村(こくれ)迄 /
090-2638-6634
ご連絡後、履歴書(写貼)をご持参ください。
質問のみもOK! お電話、お待ちしております。

当店のInstagramはこちら 

※受動喫煙防止の施策: 屋内禁煙

①  **製造スタッフ**
時給 **1,150円**～+技術手当あり
お菓子作りの経験を活かせる！
未経験でも意欲があればOK。
①②ともに日曜・祝日は時給+100円UP↑

②  **販売スタッフ**
時給 **1,150円**～
お客様への接客・レジ・ラッピングなど。
笑顔でお迎えできればOK!
※「お客様の行事」や「ご家庭の都合」など、柔軟に対応いたします。
※勤務時間・曜日等、まずはご相談ください。

時間: 【9:00～17:00】の中で**1日4h～/週3日～OK!**
休日: シフト制
待遇: 交通費支給、自転車・バイク通勤可、制服貸与
資格: 年齢・資格不問。未経験者歓迎、経験者は即戦力として大歓迎！

5月から始める在宅ワーク! スキマ時間で賢く稼ぐ♪
内職さん大募集♪

在宅ワークで、
月々プラス
3万円♪

1日
3～4時間
の作業時間

お仕事の流れ
お問合せ → 説明会へ参加 → お仕事のご案内 → 商材のお渡し → お家でお仕事 → 納品・検品 → 口座へお振込み

あなたのやる気次第で! [業務委託] 出来高制 報酬例 **20,000円～100,000円/月**

株式会社ワイエスライン
天神事業所
三郷市天神1-152
(越谷事業所) 越谷市花田2-1-10 ゾンドベル1F
ご質問ご応募はお電話で♪
TEL 048-951-2056
担当: たまり
【受付】月～金10:00～18:00
※説明会の場所や日程などの詳細をお伝えいたします。



おすすめポイント!
サンプルと一緒に専用の道具もお渡ししています。
未経験の方も安心してスタートOK!

可愛いアクセサリ・キーホルダー・缶バッジの製作

自転車や運べるお仕事いっぱい!

大きいもの、重いものは弊社が配達!

場内作業スタッフも随時募集中!
検品・JANシール貼り等のセット作業。ご応募お待ちしております。

※20代～50代の主婦の方が活躍中です!
※ご自宅で、空いた時間を有効活用しませんか?

未経験からスタートOK

三郷中央駅への往復送迎バスあり

衣類の仕分け・仕上げ・包装作業などのお仕事です。
お客様対応やレジ対応はございません。

入社から2ヶ月間はプレミアム時給

時給 **300円UP!**
【期間終了後】時給1,141円

ポニー クリーニングの
短期工場作業スタッフ募集

〈7月までの短期募集〉勤務時間 9:00～17:00

1日3時間～、週2日～勤務可!
フルタイム勤務の方も大歓迎。
シフトは自己申告制。扶養内勤務も可。
お子さんの急な発熱などシフトの変更もOK!

◎土日勤務可能な方.....週2日～OK!
◎平日のみの勤務の方...週3日～OK!

◆車・バイク・自転車通勤OK(無料駐車場あり)
◆交通費規定内支給、社会保険加入可
◆制服貸与
(長ズボンとスニーカーはご持参ください)
◆クリーニングの社員割引あり

託児所完備
満2歳～小学校3年生(1時間100円)
1日5時間勤務の場合
こども1人500円/日
週3日勤務で、月額保育料**6,000円**

ご応募はお電話または右記QRから
TEL.048-949-7411

ポニー クリーニング
三郷事業所
穂高株式会社
1949年創業の企業です。安定的にしっかりと働いていただけます。

スタッフのインタビュー動画
託児所完備&シフト調整OK♪
「お互いさま」で助け合える職場です!



交通アクセス
●新三郷駅西口からバス(埼玉観光線)
→「彦川戸一丁目東」下車→目の前
●三郷駅南口からバス(埼玉観光線)
→「彦川戸一丁目東」下車→目の前

未経験でも
笑顔とやる気があれば
大歓迎!

JR武蔵野線
三郷駅より
徒歩15分

「ありがとう」がやりがいに。地元で働こう!

特別養護老人ホームスタッフ募集

生活支援サポーター同時募集! ※詳細は
お問い合わせください

“家庭優先OK”
の職場、
ここにありませ!

介護スタッフ 正 兼 兼

身体介助や生活援助を含む介護業務全般。(入浴介助、食事介助、排泄介助、環境整備など)

給与 月給 **243,800円~345,000円**
時給 **1,141円~1,600円**

時間 シフト制
7:00~16:00/8:30~17:30/
11:00~20:00/16:00~翌9:00
(休憩60分) ほぼ残業なし
上記の中で1日4h~応相談可。
(休憩60分・6h未満の場合はなし)

休日 シフト制(月10日休み)

資格 介護職員初任者研修
(旧ヘルパー2級)以上必須

待遇 家族医療費支給/各種保険・手当完備/
定年70歳まで/無資格の方、研修制度有/
認知症介護基礎研修受講支援/
職員Lunch(お昼)無料 等 退職金有

管理栄養士 正

利用者様の栄養管理・ケア計画作成。調理業務なし。

給与 月給 **237,100円~
345,000円**

時間 変形労働時間制。8:30~17:30(応相談)。
残業ほぼなし。

休日 月10日休み(2月のみ8日間)年間休日118日

資格 管理栄養士

待遇 家族医療費支給/保育料半額支給(満3歳まで)
各種手当充実/退職金有/定年70歳まで

看護スタッフ 正 兼 兼

入居者の健康管理・衛生指導・薬の管理処置。
(介助業務なし)

給与 月給 **283,500円~**
時給 **1,700円~**

時間 8:30~17:30(休憩60分) 休日 シフト制(月10日休み)

資格 正看護師 兼 看護師または准看護師

待遇 資格支援・研修有/定年70歳まで再雇用/
職員Lunch(お昼)無料 等 退職金有

社会福祉法人あかね会 特別養護老人ホーム

ガジュマルの郷

入居者も募集中!お気軽に電話にてお問い合わせください

三郷市南運沼330-1

TEL 048-953-8300

担当:採用係まで

車通勤可能

スタッフ専用駐車場完備

施設の様子は
こちら▶

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

**Zoomでの
お仕事説明もOK**

CHUGO MEDIA SOLUTIONS

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!

地域メディアを
発行している
総合広告代理店の
営業募集です

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「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。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!

1987.10.1

2023.5.12

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]



女性専用 ファディー

パーソナルジム

MEGAドン・キホーテ三郷店

最先端の AI 使用をした トレーニングジム

1年で一番お得!

お得なキャンペーン開催中

5.31迄



AI トレーナー

利用者様

事務手数料

通常 5,500円

0円

月会費 2ヶ月目&3ヶ月目が!!

500円/月



※ファディーに初めて入会の方
※無料体験後、そのままご入会いただいた方対象

詳細は、お気軽にお電話にてお問い合わせください

朝9時～夜23時まで営業!

運動が久しぶり・初めてという方が **9割!!**

15分のエクササイズと 15分の有酸素運動を組み合わせ

オリジナルメニューを作成します

AIとプロのトレーナーのダブルサポートで 初心者の方も安心!



月会費 **8,778円**～
予約なしで通い放題!

入会金不要! まずは無料体験へ! お電話・webから承ります

女性専用AIパーソナルトレーニング
FURDI ファディー MEGAドン・キホーテ三郷店
三郷市さつき平1丁目1-1 (MEGAドン・キホーテ三郷店 1階)
JR新三郷駅西口より徒歩12分 一街区バス停より徒歩1分 TEL:048-934-7020

営業時間 9:00～23:00
[平日]10:00～19:00
[土曜] 9:00～18:00
[日曜/祝日]無人営業
スタッフ対応
駐車場・駐輪場有

会員様の成果が見れます!!



まずは無料体験から!

体験予約はこちらから
お電話でも承ります



CT画像とスキャナーで撮った歯型のデータが一体化して、より精密な診断が可能です。また、矯正中の予防もとても大切な事です。矯正だけでなく予防にも力を入れ、健康な口腔環境を目指します。



コミュニケーションを大切に、むし歯、歯周病の治療や予防、歯並びの矯正、インプラント、審美歯科などの高度な治療まで、幅広く対応しております。

患者様の明るい未来を願って

矯正治療はアフターフォローも重要! 当院の「安心歯並び保証」

矯正治療が終わった患者さまのアフターフォローに万全を尽くします。

歯並び保証

再治療の検査・診断料/再治療の契約料(再診料を除く) 次の条件を満たした患者さまに歯並びの保証適用。

- 当院で推奨した期間で定期検診にご来院いただいている方
- ご自身で歯ブラシなどのセルフケアをきちんとされている方
- 中学生以上の仕上げの矯正(2期治療)まで終了している方
- 矯正治療中に1年以上の中断がなかった方

「はじめまして」に自信。春の矯正カウンセリング

キレイな歯並びは一生の宝物になります。新学期が始まったばかりのこの時期は、生活リズムを整えながら矯正をスタートする絶好のタイミング。「まだ間に合うかな?」「費用は?」など、皆様の不安に丁寧にお答えします。

矯正治療は『予防歯科』の一つです

矯正治療は見た目や機能性の改善だけでなく、予防歯科にもつながります。定期的な健診や矯正治療で綺麗な歯並びになり、噛む力の向上やお口のトラブルなどを防ぎます。

いいはしデンタルクリニック



いいはしまさやす 院長 飯箸 真康

患者様に寄り添い将来を見据えた治療に定評あり。子どもから大人の矯正治療も。

当院の飯箸院長は矯正専門歯科医院で習得した技術と知識に加え世界的権威の歯科医師に師事しさらなる研鑽を積んでまいりました。特にマウスピース矯正ではその医師が主催のマウスピース矯正学会の指針に基づき根拠あるデジタル矯正治療を実施し、一人ひとりに最適な治療プランをご提案しています。

また、院内には「誰もが安心して通える歯医者さん」を目指し医師という立場ではない「トリートメントアドバイザー」(治療の相談窓口)が常駐。治療内容はもちろん、費用やご不明なこと、ご不安なことなど、どんな事でも、いつでもご質問、ご要望を受け付けております。

東日本大震災の年に開院した当クリニック、昨年リニューアルし、キッズスペースも設置。待ち時間も治療中もお子様を楽しみながら過ごせると好評です。

基本的な治療方針は患者様に寄り添いながらその場しのぎの治療ではなく、長期的な歯の健康を考えた治療を行っております。



ダイソー三郷鷹野店近く
いいはしデンタルクリニック
☎048-955-1184

三郷市鷹野5-378
平日 9:00～13:00 15:00～19:00
土曜 9:00～13:00 14:00～17:00
火曜・日曜・祝日休診
駐車場あり/予約優先
[診療] 歯科・一般歯科・矯正歯科・小児歯科・口腔外科

ホームページをリニューアルいたしました!

