

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

爽やかな初夏、住まいの点検を！ 梅雨への備えもお任せ！

地域みんなのリフォーム店。地域密着の親切対応で、湿気対策や外装など暮らしに合わせた快適な空間づくりを提案します。まずはお見積りから。お電話又はHPよりお気軽にお問合せください。

shop data

アオイリフォーム足立店
TEL03-5856-5038 足立区一ツ家1-20-12
ライスコートG&G1F 8:30~17:00 日祝定休



3年ぶりの夜空に感動！ 足立の花火

& 初夏のテイクアウトグルメ



読者プレゼント5月号
ショッピングフォーメーション

第48回 足立の花火
2026年5月30日(土)
午後7時20分~
※詳細はHPで要確認

あだち街フォトコンテスト2023応募作品 れいお氏

「これって価値になるもの…？」そんなギモンは大歓迎！まずは無料査定へどうぞ

金・プラチナ・ダイヤモンド・ブランド品 モノの価値が上がる今！

買取強化中

女性店長ならではの
安心・丁寧査定！
女性1人のお客様も
お気軽にお越しください

ボクがお店で
待ってるかもワン！
看板店長兼番犬 雷之亮くん
※お休みは不定期です。



高騰中！

今が売りどき
そのまま持っていたら…
金の価値が下がってしまうかも?!

1kgのインゴットが
29,568,000円
になりました!
※2026年1月31日時点

プラチナの相場も
上がっています

切手
テレカ
金券

ブランド
時計

ダイヤ・
宝石

ブランド
バッグ

金貨
記念メダル

ご来店の際は
必ず身分証明書を
お持ちください

おたからや
4号線竹の塚店
03-5851-9796

10:30~18:00 / 水曜定休 / 足立区竹の塚3-10-15
保木間一丁目(北47)バス停留目の前
足立北郵便局・竹の塚警察署からスグ

古物番号: 第306682215170号
酒販番号: 足法第5044号
※相場はお品物の状態により査定額は変動
します。また、一部買取できない商品もござ
いますので詳細はスタッフにお問合せくだ
さい。

R8-4A050

ご来店・査定だけでも
生活用品プレゼント
キッチン用品や
清掃グッズなど、
お楽しみに!

貴金属5点以上 /
ご成約の方に /
現金**12,000円**
プレゼント

※10万円以上成約の場合
※地金・金券・テレカ・切手・印紙など対象外
※詳細はスタッフまでお問合せください。

2026年5月末日迄
おたからや4号線竹の塚店限定

2026年5月末日迄
おたからや4号線竹の塚店限定

1時間に1.3万発が咲く

足立の花火

3年ぶりの夜空に感動!

& 初夏のテイクアウトグルメ

今年も5月に足立の花火が開催決定。3年越しの「足立の花火」の見どころと、周辺で楽しめるテイクアウトグルメをご紹介します。

企画・編集:ARIFT編集部

第48回

足立の花火



5月30日(土) 午後7時20分～8時20分

荒川河川敷(東京メトロ千代田線鉄橋～西新井橋間)

03-3880-0039(お問い合わせコールあだち) ※打上場所は千住側 ※荒天の場合は中止(順延なし)



足立区街フォトコンテスト応募作品 第4回/あお氏



あだち街フォトコンテスト2023応募作品 hibiki氏



あだち街フォトコンテスト2023応募作品 CAMEL氏

東京の大規模花火大会の先陣を切って、5月30日(土)に開催される「足立の花火」。最大の魅力は、わずか1時間の中に凝縮される約13,000発の圧倒的な密度です。河川敷に響き渡る打ち上げ音と、目の前いっぱい広がる光の粒子は、まさに心と体に響く大迫力間違いなし。レーザーや音楽、Wナイアガラが彩る演出で、3年ぶりに夜空へ帰ってくる感動をその目に焼き付けませんか。

おすすめ鑑賞スタイル

迫力重視なら:千住側

打ち上げ場所に近く、お腹に響くほどの重低音と大迫力の花火を間近で体感。全身で花火を浴びたい方に。

演出重視なら:西新井側

河川敷が千住側よりも広く、Wナイアガラや音楽・レーザー等の全体像をゆったりと見渡したい方におすすめ。

会場までの行き方

北千住駅(JR、東武、東京メトロ、TX)から歩いて20分程度、東武線小菅、五反野、西新井駅からは徒歩25分程度で到着。西新井駅からのルートが空いており、比較的スムーズに会場に行けます。

あると便利な花火鑑賞三種の神器

ストール・羽織りもの

夜の河川敷は風が冷え込むことも。ひざ掛けとしても重宝します。

除菌ウェットティッシュ

屋外での飲食には必須。手が洗えない場所でもサッと清潔に。

モバイルバッテリー

感動の瞬間を逃さず記録。SNS投稿や帰りの連絡もこれで安心。

花火のお供に、おうち時間に。心躍るテイクアウトグルメ

こだわりのお米と郷土食材で青森の「美味しい」体験

青森県産のお米と郷土食材を活かしたおにぎり専門店。高級筋子や地元で愛される「スタミナ源タレ」など、青森の食文化が詰まった一品をテイクアウトですぐに味わえます。花火のお供や初夏のピクニックにも最適!

にんにく味噌サンド220円



筋子570円

ひき肉源タレ260円

青森おにぎりままけ
090-8770-4918
足立区青井1-1-4



炭火焼きの甘みがとろける初夏のひんやり焼き芋スイーツ

炭火の遠赤外線ですっきり火入れした「冷やし炭火焼きいも」や、焼き芋やおやつポテトなどをトッピングしたソフトクリームなど、暑い季節にもぴったりな「冷やして美味しい焼き芋」と、芋の魅力を楽しめます。

蜜ぼてソフトクリーム
500円



冷やし炭火焼きいも460円

焼き芋のお店さくらゆき
@sakurayukiyakiimo
足立区江北4-2-4



砂糖、氷、香料不使用の濃厚仕上げ素材が主役のバナナジュース専門店

バナナと牛乳or豆乳のみで作る、砂糖、氷、香料不使用のフレッシュドリンク。豆乳への変更は無料でできて、小松菜やシナモンチョコチップなどカスタマイズも豊富。共有休憩スペース「みんなの広場」に併設するお店。



バナナジュース 420円～

ミバショウ北千住マルイ
03-4376-5117
足立区千住3-92 8F



🎁 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)

北千住駅
西口
徒歩4分

おかげさまで3周年

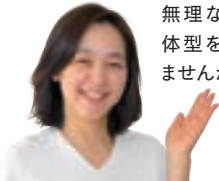
【3名限定】特別ケア付き ダイエットサポート
薄着の季節、もう隠さない私へ



20:00まで
営業なので
仕事帰り
OK

あなたの意志は弱くない。
正しい痩せ方を
知るだけです!

私も以前はダイエットとリバウンドを繰り返し、「本当のダイエット法」を知りませんでした。耳つぼで“痩せるしくみ”を知ってからは、リバウンドもしていません。ダイエットに必要なのは、根性ではなく「整えること」。仕事や家庭も大切にしながら、無理なく理想の体型を叶えてみませんか?



一緒に頑張りましょう!!

中村 美穂子

- 上級食育指導士
- 健康管理士1級
- インナービューティーダイエットアドバイザー

M様 (50代) 5カ月で



体重
73.1kg▼ **-16.1kg**
57.0kg

体脂肪
38.4%▼ **-13.5%**
24.9%

ウエスト
104.0cm▼ **-20.8cm**
83.2cm

フルタイムで働きながら痩せました!

何度もリバウンドを繰り返し、「もう痩せられない」と思っていました。最初は大変だった食事も今では習慣になり、本当に感謝しています。これからの自分が楽しみです。

F様 (50代) 3カ月で



体重
49.9kg▼ **-4.9kg**
45.0kg

体脂肪
24.1%▼ **-6.8%**
17.3%

ウエスト
61.0cm▼ **-5.5cm**
55.5cm

好きな服も水着も、自信が持てる私に

脚が細くなり、好きな服や水着にも自信が持てるようになりました! 食生活が整い、不調も改善。余分な薬やサプリも必要なくなり、体も気持ちも軽くなりました。

耳つぼダイエット4大特長

ダイエットのつぼをしっかりと刺激



運動なし! だからヒザが痛くても安心



1日3食 禁止食材なし



1回20分 週1~2回 サロンへ



今まで痩せられなかった方 必見!

必要な栄養素を摂取しながら痩せやすい食事のアドバイスが受けられる、健康的に痩せていく体質改善プログラムです。だからこそ「リバウンドしにくい健康な身体」を手に入れます。

施術代(1回)3,080円+諸経費
体質や測定結果・生活習慣病等によって価格は異なります。



耳つぼダイエットサロン
Celeste (チェレステ)

☎ 0120-15-3387 完全予約制

※お問い合わせ時、「ARIFTを見た」とお伝えください

足立区千住4-20-13 織畑ビル301
営業10:00~20:00/不定休

※自転車でお越しの方...
無料駐輪場完備しております。
※お車でお越しの方...
近隣コインPをご利用ください。



ご興味ある方、
まずはHPを
ご覧ください

Instagramで
成功実績公開中



3周年キャンペーン

先着3名様限定
お試し施術後、
ダイエット
スタートの方
ドライヘッドスパ
(15分)2回分
無料チケットプレゼント
有効期限 2026年5月末日

新規の方も
卒業生の方も対象
16,500円→
13,200円



※初めての方はダイエットコース
同時申込が条件となります
有効期限 2026年5月末日

おいしく作る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



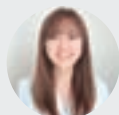
theme
美白・透明感アップ

- 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

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。



レシピ監修 SAORIさん
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伝えるために精力的
に活動中。



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。

≫北千住駅東口より徒歩5分

北千住で21年！とろける雌牛の甘み×炭火の香ばしさ
昼飲み・ランチも大歓迎！春のお集まりにぜひ！

ご予約は
こちら



ご注文時切抜お渡し又はアリフト見たで

- ①ランチ限定！ワンドリンクサービス
- ②カルビorロース 1,100円→無料

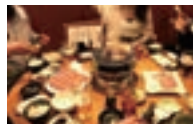
※①②どちらかお選びください。※②は2名様～可。
※グルメサイト特典との併用可。
WEB予約の際、備考欄に「アリフト」とご入力ください。
2026年5月31日迄

当店おすすめメニューの一部をご紹介します！

- ミノ…990円 ●カルビ…1,100円 ●ロース…1,100円
 - ゲタカルビ…1,150円 ●ハラミ…1,215円 他
 - 希少部位のヒレ(タレ・塩・にんにく醤油)1,706円
 - 焼肉の定番！厚切り上タン塩…100g 2,127円
- 【お得】当店自慢の和牛最高ランクの上カルビ入り！
人気の10品を提供！ひばちコース…5,500円(要予約)



心地よい風が吹く季節となりました。当社がこだわり続けるのは雌牛の和牛ならではのきめ細やかなサシと、口の中でふわっととろけるような甘み。炭火で焼くからこそその香ばしさとともに、心ゆくまで堪能ください。GWや母の日のお祝いなど、5月の特別な集まりにぜひご利用ください。



炭火焼肉ひばち。

TEL 03-3882-4129
足立区千住旭町23-3 ひばちビル1F
11:30～22:00 (L.O. 21:30)
火曜定休



北千住駅
徒歩2分

「本格派」の美味しさをカジュアルに。 生まれ変わった自慢のランチをどうぞ。



渡り蟹のトマトクリームパスタ

男前ランチコース
1,700円～
(税込1,870円～)

「目の前で巨大チーズを削る!」

- ① ローストビーフサラダ
- ② パン
- ③ お好みのパスタ
(下記より選べます)
- ④ お好みのドリンク

11:30～L.O.14:00
※土日祝は11:00～



パスタメニュー

- 渡り蟹のトマトクリームパスタ
 - サルニッチャ(ソーセージ)と野菜のアラビアータ
 - 小海老とブロッコリーのペペロンチーノ
 - 明太しらすカルボナーラ +300円(税込330円)
 - チーズリゾット +500円(税込550円)
- ※パスタの大盛り出来ます+200円(税込220円)

ランチタイム限定

飲み放題

お一人様(60分)
999円 (税込1,098円)

更に! +599円(税込658円)で
生ビール&ワインをランクアップできます。

北千住 ビストロ男前
TEL 03-5284-9234

足立区千住1-33-8
営業時間
平日 11:30～23:00(ランチL.O.14:00)
土日祝 11:00～23:00(ランチL.O.14:00)



HP



Instagram

アリフト読者限定

デザートが
無料!

※特典1枚で4名様まで適用

有効期限:2026年6月30日まで



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>

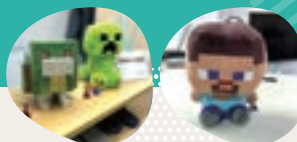


新学期、「ゲームばかり…」の毎日が「将来の強み」に変わります!

マイクラで育む“子どもの未来を創るチカラ”

プログラミング教室

お試し体験
1回無料



10分で納得!
プログラミング教育の正解

公式ブログ「エドモンドマガジン」では、後悔しない教室選びをプロが徹底解説! 図解や比較表で他校との違いも一目瞭然です。人気YouTuber「よるずや」ともコラボ中!



なぜ今、プログラミングが必要なのか?

大学入試に「情報」が必修化 この「プログラミング的思考」が入試の合否を分ける時代に。

一生モノの「思考力」 物事を順序立てて考える「論理的思考力」は、将来どんな職業でも役立つ最強の武器になります。

習得は「外国語」と同じ 小さな頃から触れることで、お子さまの可能性は圧倒的に広がります。

対象 小学生・中学生
初級・中級コース、親子での受講も可能なコースもご用意しております。

エドモンド 3つの強み!

- 教材は「マインクラフト」 夢中になれるから「なぜ?」「どうすれば?」を自発的に考える力がつきます。
- 先生は「現役エンジニア」 「プログラミングが進むと何が大事か」を知っているプロが直接伝授します。
- 「ブラインドタッチ」も習得 「思考の速さ」を落とさない正しいPC操作が身につきます。



お試し無料体験のお申込みはこちら

※土日以外の体験希望もご相談いただけます。Googleフォーム▶



全国120教室で大人気!



エドモンド 足立区綾瀬校

足立区綾瀬5-20-3 OKAZAKIビル2階
開校日: 土日9:30~18:00
※土日のみの開校ですが「平日も通わせたい」というお声を多数いただいています。ご希望の方は、無料体験フォームからお問い合わせください。

料金やカリキュラムの詳細はこちら



アリフト読者さま限定特典! ※2026年5月末日迄

体験後のご入会で /
入会金 無料 + 2ヶ月月謝 無料

やりがいある仕事をこの先も。これまでのご経験を活かしていただけます。



KUMONのサポート制度なら、安心してはじめられます

充実した研修体制
指導経験
資格不要

開設時の教室備品・PR費用を援助

10年間
会場費を援助

スタッフ
育成費を援助
※条件あり

説明会	日時	会場
5月 9日(土)	9:00~10:15	WEB説明会
5月13日(水)	10:00~11:30	北千住シアター1010
5月15日(金)	18:00~19:15	WEB説明会
5月20日(水)	10:00~11:30	亀有地区センター
5月25日(月)	12:00~13:15	WEB説明会
6月 6日(土)	10:00~11:30	公文式東綾瀬教室★

その他にも各地で多数説明会を開催中!
★は現役指導者の体験談付き説明会です。前日正午までにご予約ください。

特典 5/18~6/30に説明会ご参加の方に、もれなく Amazonギフトカード1,000円分プレゼント!

※株式会社公文教育研究会主催キャンペーンです。※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。

まずは、お気軽に説明会にご参加ください

- プライベートと両立できるお仕事です
- ご自身のお子さまは公文式学習無料です
- 55歳までの方を募集しております

詳細は下のQRコードをご覧ください



お問い合わせはフリーダイヤル
0120-834-414

受付時間: 9:30~17:30
公文教育研究会 リクルートチーム 千代田区丸の内1-6-1丸の内センタービル18F

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

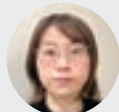
01. サケの具沢山豆乳スープ



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ざり、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、コーンを投入して煮る。
 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



レシピ監修 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が食事や生活習慣を整える栄養士に興味を持ち、高年齢施設勤務で現職歴8年。保育施設での経験をいかし、子育て中の食事に関する手助けや子ども食堂での食育等をしたと考えている。

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、さいの目ざりに。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。

パソコン操作を覚えたい求職者の方へ!

Word、Excel、PowerPointを習得して就職につなげませんか?

ハロートレーニングは、仕事を探している方向けの**無料**(テキスト代などは自己負担)の職業訓練制度です。キャリアアップや希望する就職の実現に必要なスキルや知識を習得できます。

2026年9月16日開講予定 **【office入門科】受講者募集!**

4か月コース 募集期間 7/24(金)~8/25(水)予定

講師はインストラクター歴20年以上! 初心者の方にも分かりやすく丁寧な指導!

8階駅から徒歩1分なので通いやすい
軽やかな手厚い指導で、安心して学べる
就職支援サポートも充実

無料体験のハロートレーニングスクール

ミュージックPCスクール tel 048-954-8571 受付時間 平日 9:00~17:00

〒126-0001 東京都足立区北千住1-1-101

muse.pc.school@gmail.com

Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マスに埋めましょう。
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。

	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 ㊦

～お陰様で地元で15年～

地域の皆さまの**健康と笑顔のために**
痛みの少ない治療をめざしております

明るく広々とした待合室

子育てママさんも**“見える託児室”**で安心治療♪

ママが治療している間はスタッフがお子さんをしっかり見えています。その様子が治療台から見えるので安心して治療を受けられます。

五月の連休明け、お口の「SOS」を見逃さないで!

連休や新生活の疲れが出やすいこの時期、「歯ぐきが腫れる」「浮いた感じがする」といったトラブルが増える傾向にあります。不規則な食生活や、知らず知らずに溜まった疲れは、お口の免疫力を低下させてしまいます。「少し違和感があるけれど、まだ大丈夫」と我慢せず、プロのクリーニングで一度リフレッシュしませんか?元気に美味しく食べられるお口と一緒に守っていきましょう。

ご来院お待ちしております。

一般歯科 小児歯科 矯正歯科

一ツ家公園前歯科 HITOTSUYA KOENMAE DENTAL CLINIC

ご予約・お問合せ TEL.03-5851-9330

診療時間
●午前/ 9:00~13:00
●午後/ 14:30~19:00(土曜日~18:00)

休診日
毎週木曜日・日曜日、祝日

足立区 一ツ家2-21-18

加平小学校・六町駅 A1出口
ロソン・広場
当院
一ツ家第三公園(どんぐり公園)
都営住宅
バス停
CoCo 香香屋

WEBはこちら

博豊会脊椎病院

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「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**

受診・ご予約のステップ 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

至西新井駅 至梅島駅

島根 一ツ家 一ツ家三丁目 二丁目 MEGA ドンキホーテ 環七通り 東栗原町 栗島公園 栗島小学校 博豊会脊椎病院 足立区役所

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(くめかわこうじ) 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た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)

面談は平日夜土日も可

初回相談無料

着手金0円

代行費用後払い

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**

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に、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!



遺品査定士

遺品整理士

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 (武蔵館すぐ近く)

足立区綾瀬5-14-16
営業/10:00~21:00 (土日祝17:00)

年中無休



骨董品やダイヤモンド、切手など高価買取中!

アギフト読者限定 生活用品プレゼント

ご予約の際に「アギフト見た」とお伝え下さい。2026年5月末日まで

対応エリア:東京23区・埼玉県(さいたま市・東部地域・南部地域)・千葉県(市川市・松戸市・柏市) その他の地域もお気軽にご相談ください!

足立区内に **5** 店舗展開

足立区で家を売るなら、足立区を知っている会社へ。

ポラスの仲介

何よりも地元に強い会社です

ポラスは地域密着、創業より55年以上。お客様にとって最適なお提案をさせていただきます。

おかげさまで **創業より55** 年以上

不動産売買仲介取扱件数 **3,141**件*

足立区取扱件数 **258**件 ※2025年度

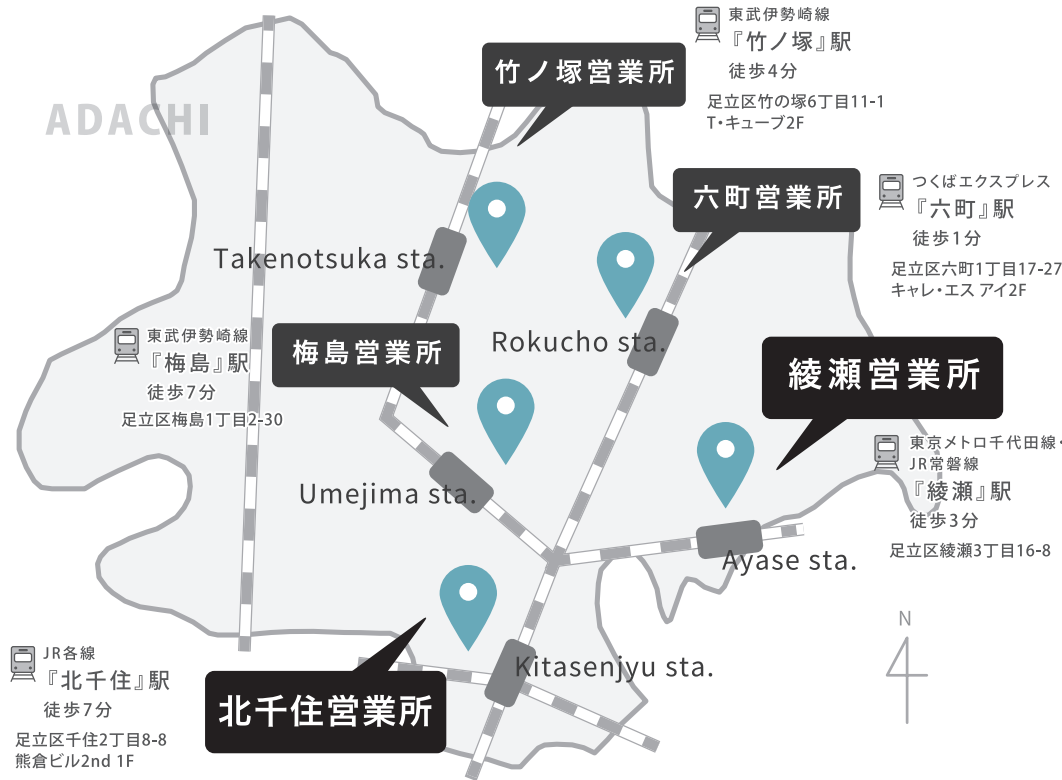
足立エリア営業スタッフ **28**名

売主様の売却満足度 **95.0**点 ※2024年度実績

まずは価格を確認! **査定は無料**です

お電話又は下記QRコードよりお問い合わせください。

- 買取強化中
- 査定・相談無料
- 秘密厳守



住まい価値創造企業 **POLUS** ポラスグループ 株式会社中央住宅

ポラス住まいの情報館 北千住営業所

☎0120-988-743

[営業時間/10:00-19:00 定休日/火曜・水曜] 東京都足立区千住2丁目8-8 熊倉ビル2nd 1F Tel.03-5284-9277 Fax.03-5284-9278

▼店舗情報▼ WEB相談はこちら



ポラス住まいの情報館 綾瀬営業所

☎0120-305-011

[営業時間/10:00-19:00 定休日/火曜・水曜] 東京都足立区綾瀬3-16-8 Tel.03-5697-5011 Fax.03-5697-5961

▼店舗情報▼ WEB相談はこちら





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**

私にお任せください
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



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 

エアコンクリーニング 6/30迄

早割りキャンペーン

暑さはすぐやっけて来ます! 早めのクリーニングでお得にキレイ!

1台 **9,900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レごっそり!



1台 **18,700円** 風呂釜洗浄 **19,800円**
セット **16,800円**

足立区限定

ARIFT読者特典

当社ハウス
クリーニング

全メニュー **1,100円**引き!

例 3ヶ所 3,300円引き
5ヶ所 5,500円引き
2026年6月30日迄

サービス付き高齢者向け住宅 「もしも」の不安に備える、医療体制重視の住まいを提供

住み慣れた街であなたらしいセカンドライフを

「あやせコミュニティパーク」3つの安心!

もしもの時も安心!
医療機関が隣接

日々の健康相談から、万が一の時もすぐに対応できる環境が整っています。

初期費用を抑えて入居!
入居一時金0円

まとまった費用は必要ありません。月々のお支払いで、新しい生活をスタートできます。

ライフスタイルで選べる!
1人部屋・2人部屋

お一人でゆったりと、またはご夫婦やご兄弟と。ご希望に合わせたお部屋をご用意。

現在、即入居も可能です!

「みんなが笑顔になる♪」
ご利用者が楽しく過ごせるよう季節のイベントも開催しております!

料金

1人部屋 月額 **130,000円**~
2人部屋 月額 **246,000円**~

※2人部屋はお一人でのご利用も可。※2人入居の場合、お1人が60歳以上であればご入居可。

初夏の訪れとともに、心穏やかな毎日を。自分らしく安心して過ごせるよう、私たちが真心込めて寄り添います。ご家族様はもちろん、ご本人様からでも、お気軽にご相談ください。まずは見学からでも大歓迎です!(施設長より)




▲Instagram

社会福祉法人長寿村

グループリビング **あやせ**

TEL.03-5613-5501

足立区谷中1-17-7



LINEからのお問い合わせも大歓迎! 資料請求やご相談はこちらからどうぞ 

今話題の
樹木葬墓地

日慶寺墓苑の一角に完成しました。

日慶寺

JR
常磐線

東京メトロ
日比谷線

つくば
エクスプレス

南千住駅より
徒歩 **5分**

限定区画につき完売必至! (先着順となります)

一区画 4霊(4名様で) 追加料金なし、同一価格でご利用いただけます。

33 (税込) 万円より

石碑代・家名彫刻代 別途16.5万円

護持費

ご購入時30年一括払い

50,000円

石板見本



伊藤家

黒の石板



3霊納骨の図

4霊(4名様)まで埋葬可能
(散骨ではなく個別の専用骨壺で)

契約から30年間は契約区画にて埋葬

永代
供養

後継者
不要

宗教
不問

- ◆希望区画は先着順で
- ◆30年後は合祀供養・延長可
- ◆途中、代が絶えても30年継続
- ◆お彼岸・お盆時の合同供養無料
- ◆現在遺骨がなくても申込み可
- ◆独身者・後継者がいない方も可
- ◆宗旨・宗派不問
- ◆個別の供養・年忌法要はご希望により、日慶寺がお受けいたします。
- ◆管理は日慶寺がしますので安心です。

日本墓地紹介センター株式会社

濃い良い供養

0120-514-194

(現地事務所直通電話) 03-6806-6943

〒120-0034
東京都足立区千住5-7-9

受付時間
9:00~17:00



商標登録

墓地を求めると寺院、双方に喜ばれる仲人をめざしています。



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

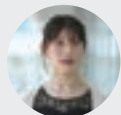
01. 抹茶と豆乳のコクうま冷やしそば

コクと旨味のたれが
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
 ① そばを茹でて、冷水でしめておく
 ② そばの上に、大葉、ミニトマト、ゆで卵をトッピングする
 ③ 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)
 ④ 干しエビ、青のり、ナッツを好みの量つけだれに入れて、そばを付けて食べる



レシピ監修 三井しえさん
 管理栄養士・パーソナルトレーナー・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。

02. ふわとろ黒ごまミルク



お手軽シェイクで作る
 大人のひんやりほろ苦デザート

theme
ストレス解消レシピ

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)
 ① 牛乳を、レンジか鍋で人肌に温めて、はちみつを溶かす。
 ② ①の中に、ふやかしたゼラチンを入れよく混ぜる
 ③ 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)
 ④ 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。
 ⑤ 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面に開けて、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。

年齢・経験不問
 直行直帰OK!

首都圏で
 500人以上
 活躍中

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!

自分のタイミングで
 配布できる

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rift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rift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。

情報誌アrift 配布員応募受付

0120-856-046

受付:平日10:00~17:00

〈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 横浜コネクストスクエア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rift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!

創業26年目に突入!!

墨田区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!!

リフォームの心と情 株式会社 エービーシーホーム 墨田店

最大 80% OFF

特別プライス キャンペーン 109万円パック
※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

創業26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 関東No.1
住設機器トータル売り上げでも

リフォームするなら今がチャンスです!!

3.55%

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 提携ローンの商材に限り
お支払い金額20万円~2000万円
最長180回払いまで
お支払いは便利な分割払いで!

好評展示中

墨田ショールーム

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。

お見積り・ご相談は無料、ご安心ください。お電話ください!即日お問い合わせ致します!

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。

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 65%OFF メーカー希望価格 651,500円 228,025円	LIXIL BW1216 65%OFF メーカー希望価格 628,000円 219,100円	LIXIL リデア1616 67%OFF メーカー希望価格 972,000円 320,760円
LIXIL リノビオV1216 67%OFF メーカー希望価格 1,021,000円 336,930円	TOTO サザナ1216 67%OFF メーカー希望価格 814,000円 268,620円	TOTO リモテール WY1418 ぽつからり床 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 W1950 標準プラン 70%OFF メーカー希望価格 617,000円 185,100円	クリナップ ラクエラW1800 65%OFF メーカー希望価格 511,400円 178,990円	Panasonic Vスタイル W2250 70%OFF メーカー希望価格 812,900円 243,870円
LIXIL ノックW2100 65%OFF メーカー希望価格 983,000円 344,050円	TOTO ミツ W2550 60%OFF メーカー希望価格 914,200円 365,680円	LIXIL リシエルW2550 44%OFF メーカー希望価格 867,000円 485,520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 56%OFF メーカー希望価格 126,500円 55,660円	LIXIL Jフィット 45%OFF メーカー希望価格 284,500円 156,475円
クレヴィ 55%OFF メーカー希望価格 639,000円 287,550円	LIXIL ルミス W1230 45%OFF メーカー希望価格 703,000円 386,650円

今月の目玉商品 ※商品代のみとなります。

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**

ノーリツファミ ガラストップ **69,300円**

リンナイ 給湯専用 便器セット **33,100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れば即対応!土日も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に、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たします。

400㎡の膨大な自作作業場及び倉庫

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29.7万円~ ●和室をLDKに!
総額 **152万円**

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

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!!

空家家のリフォームならさらに安くなります。 **工事が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

シリコン系塗料
期待耐年数8~12年
428,000円~

ラジカル制御型塗料
期待耐年数12~15年
591,800円~

無機系塗料
期待耐年数15~20年
750,000円~

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

マンション マンションリフォームを得意とする職人がいます。お気軽にご相談下さい。

標準グレードパック **1,718,000円~**

- 天井・壁・クロス工事
- 床・フロア・ジュタン・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

川口市 青木 H様邸
北区 赤羽 M様邸
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、生活スタイルに合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 456万円~ (延床面積20坪の場合)
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

199万円~

蕨市 塚越 N様邸
川口市 青木 H様邸

屋根葺き替えパック (施工面積に応じて) 明瞭見積致します

ストレート葺き替え **コロニアル屋根(フラットタイプ)**
(1㎡あたり) **1,980円~**
工事費込み

金属屋根(フラットタイプ)
(1㎡あたり) **5,775円~**
工事費込み

リフォームのことならエービーシーホーム

墨田店ショールーム

0120-916-241

電話受付時間 9:00~19:00

土日祝祭日 営業 木曜定休日

Tel.03-6661-8104
abc-home@agate.plala.or.jp

エービーシーホーム www.abc-home.co.jp

墨田区東向島1-35-12

FAX見積り無料サービス FAX.03-6661-8105

お名前・ご住所・電話番号・FAX番号・リフォーム内容をFAXでお送りください。概算見積りを即返信いたします。24時間受付中!

東京墨田店

川口店 ショールーム

車でお越しの方は、お店のすぐらに駐車場がございます。

※他に15台Pあり

武蔵野銀行 駅前通り

山手線 西川口駅

東武東上線 西川口駅

エービーシーホーム ショールーム 徒歩5分

フリーダイヤル0120-666-408
川口市並木2-9-22 19時閉店(水曜定休日)
TEL.048-250-6866 FAX.048-250-6867

■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

足立区、荒川区、
葛飾区に
お住まいの方へ

GW家族で話そう/ これからの住まいのこと



大型連休、ご家族が集まるこの時期に将来の暮らしについて話してみませんか。
手狭、相続した実家、住み替え時など売買のことまで長谷工がトータルサポートします！

南千住を拠点に足立区全域、近隣地域の最新情報をカバー。
査定無料、秘密厳守、地域密着スタッフが最適なプランをご提案。5月からの新スタートを応援します。



この春、不動産売却をお急ぎの方へ！

Point ①

急な転勤や
住み替えにも
即対応！



ご近所に知られずスピーディー
に売却可能です。

Point ②

忙しい春…
お片付けは
不要です！



現状のままでOK。残置物や家
具などはそのまま買取ります。

Point ③

新生活の
資金増に！



ご相談の上でスピーディーな現金
化も可！仲介手数料も不要です。

これから売却を検討している方へ

「春は資産見直しの季節！あなたの不動産、今いくら？」ご来店不要！スマホから右下QRを読み込みの上、こっそり査定できます。

今がトレンド！相続問題

相続のこと、後回しにしていますか？ ～所有していると損をする場合も…～

相続したご実家やマンションなど不動産を放置していると、固定資産税や維持費の負担が増すだけでなく、将来の売却時にも損をする可能性があります。特に、**空き家に係る譲渡所得の3,000万円特別控除は、適用のLIMITがあります。** 税制優遇を受けるためにも、お早めにご相談ください。

将来の相続に向けた価値確認だけでも大歓迎！
専属の税理士への直接相談は無料です。
詳しくはお問合せください。



ご売却をご検討の方は
今すぐお電話を



マンション・戸建て・土地

まずは【かんたん無料査定】で価値を確かめてみませんか？

WEBからのお問い合わせ増えてます！

無料査定は
こちらの
QRから



長谷工リアルエステート 南千住駅前店

荒川区南千住7-1-1 アクレスティ南千住1階 営業時間/9:30~18:00 休業日/火曜日・水曜日
国土交通大臣(4)8026号 (一社)不動産流通経営協会会員(一社)不動産協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

☎ 0120-875-154

安い
早い
丁寧

ファミリー引越
センターの

引越にお任せ！

シングルプラン(学生さん・独身者向き)

23,100(税込)
円より

カップルプラン(小家族向き)

31,900(税込)
円より

ファミリープラン(大家族向き)

62,700(税込)
円より

(上記は参考割引料金です。内容により異なります。)

お引越時の不用品の
お引取も可能

相談・見積 無料

丁寧な仕事はもちろん
価格でも勝負いたします。

TVCM放映中!!



価格満足度が
高いと思う引越し会社No.1
リピート満足度が
高いと思う引越し会社No.1
スタッフ対応満足度が
高いと思う引越し会社No.1
日本マーケティングリサーチ機構調べ 調査概要:2019年11月期_ブランドのイメージ調査



ファミリー引越センターはJリーグの浦和レッズオフィシャルパートナーです。

ファミリー引越センター



通話無料のフリーダイヤル

0120-50-5555

受付時間/8:30~20:30 年中無休・日祝も営業 各種カード可 5555



ARIFT 読者限定 最大 30% OFF

ファミリー引越センター | 特典①

処分品サービス
3,000円割引!!

有効期限 2026年9月30日迄

ファミリー引越センター | 特典②

テレビ・ビデオ配線
又は洗濯機取付
上記どちらか無料

有効期限 2026年9月30日迄

ファミリー引越センター | 特典③

ハンガーBOX6個
布団袋3枚まで
無料レンタル

有効期限 2026年9月30日迄

ファミリー引越センター | 特典④

ダンボール
最大70個サービス

※送料は別途
有効期限 2026年9月30日迄