

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

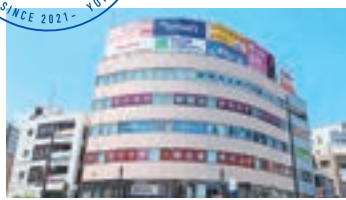
2026

7 7/10

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)デンソーウェーブの登録商標です。●掲載情報は変更になる場合がございます。ご利用の際は最新の情報をご確認ください。



message

東急リバブルが買主となり、お客様の不動産を直接購入します!

「これって売却できるのかな?」「すぐに現金化したい!」「相続したけどどうしたら良いかわからない」などの悩みをお持ちの方へ。まずはご相談ください。サポートいたします。東急リバブルが仲介手数料不要で、お客様所有の不動産を直接購入いたします!簡単WEB査定はQRから。

shop data

つなぐ。答えへ。未来へ。

東急リバブル

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



東急リバブル × ARIFT

埼玉の

夏祭り&花火大会

2026

イベント&ニューオープン
彩り野菜とたんぱく質
夏に食べたいパワーサラダ



BYDの軽EV

BYD RACCO

7月28日Debut!

日本の軽自動車規格に合わせたスライドドア付きのスーパーハイトワゴン
広くて使いやすい軽EVの常識を変える。
EV×両側電動スライドドア×スーパーツール



選べる2種類のバッテリー
航続距離 約200km* (約20kWh) タイプ
航続距離 約300km* (約30kWh) タイプ
*:国土交通省審査前の参考値

ARIFT読者特典

応募フォームからの来場予約でラッコグッズ(缶バッジ)プレゼント



EVデビュー応援!特典
さらに、応募フォームからの来場予約、新車ご成約で継続充電12回分(50kW)進呈
※特典期限 8月末までにご成約いただいた方



毎日の走りを経済的に! 家計にやさしい次世代の軽EV登場!



BYD AUTO さいたま南
048-615-0250
さいたま市南区内谷1丁目4-8
営業時間: 10:00~18:00
定休日: 毎週火曜日、第1・第3水曜日

来場予約フォームはこちら



BYD AUTO さいたま新都心
048-778-8166
さいたま市大宮区吉敷町4丁目254-2
営業時間: 10:00~19:00
定休日: 毎週火曜日、第1・第3水曜日

来場予約フォームはこちら



東急リバブル×ARIFT

埼玉の夏祭り・花火大会

May 2026



地元の街と暮らしに寄り添う東急リバブルが、埼玉の夏イベントをナビゲート。伝統的な夏祭りの熱気や夜空に輝く花火大会、さらにはプール開きや夜の動物園も。一緒に埼玉の夏を満喫しましょう。

1 春日部市

第54回春日部夏まつり



春日部の風物詩。24基の勇壮な御輿が練り歩き、流し踊り・和太鼓競演・よさこいソーラン・沿道に立ち並ぶ露店が会場を盛り上げます。

開催日 7/11(土)・12(日)
場所 春日部駅東口前

2 桶川市

桶川祇園祭



桶川市の伝統的な夏祭り。華麗な装飾の山車が旧中山道を練り歩き神輿も登場。歩行者天国となった通りには多くの露店が並びます。

開催日 7/15(水)・16(木)
場所 旧中山道周辺(桶川駅東口出ですぐ)

3 さいたま市北区

令和8年度さいたま市花火大会 大和田公園会場



さいたま市花火大会の第1発目となる大会。周囲に高い建物がないため見通しが良く、迫力満点の花火がどの方角からも楽しめます。

開催日 7/25(土) ※開催可否は当日の13時に決定 ※荒天中止、順延日なし
場所 大和田公園周辺

4 さいたま市浦和区

浦和まつり 第46回みこし渡御



旧中山道で開かれる「浦和まつり」。伝統的な木やり流しやお囃子が響き渡り、約30基の大人みこしが練り歩きます。

開催日 7/26(日)
場所 旧中山道(新浦和橋下～調神社)

5 朝霞市

第43回朝霞市民まつり 彩夏祭



朝霞市最大の夏祭り。約9000発の迫力ある花火大会と、全国から約100チームが集う「関八州よさこいフェスタ」がメイン。

開催日 7/31(金)～8/2(日)
場所 朝霞中央公園、北朝霞公園など

6 戸田市

市制施行60周年記念 第73回戸田橋花火大会 Sky Fantasia



荒川の対岸で開催される「いたばし花火大会」と合わせて15,000発の花火が目の前に降り注ぐような大迫力のエンターテインメント。

開催日 8/1(土)
場所 国道17号戸田橋上流荒川河川敷

7 さいたま市大宮区

大宮夏まつり 2026中山道まつり



1日目は御輿と山車の練り歩き。メインとなる2日目は、御輿の揃い渡御や阿波おどりなどあちこちで様々な催しが行われます。

開催日 8/1(土)・2(日)
場所 大宮駅東口周辺

8 熊谷市

第74回熊谷花火大会



1948年から続く歴史ある花火大会。約1万発が打ち上げられ、メッセージ花火や華やかな「スターマインコンクール」等も見所。

開催日 8/8(土)
場所 荒川河川敷(荒川大橋下流側)

9 ふじみ野市

第72回上福岡七夕まつり



上福岡駅周辺の商店街、自治会、小・中学校PTAによる趣向を凝らした竹飾りが見所。露店の出店や各種イベントも盛りだくさん。

開催日 8/8(土)・9(日)
場所 上福岡駅周辺商店街ほか

10 越谷市

第40回 南越谷阿波踊り



「日本三大阿波踊り」の一つ。毎年70万人以上を動員する越谷市の代表的な風物詩。道路を練り歩く大迫力の「流し踊り」は必見。

開催日 8/21(金)～23(日) ※21日は前夜祭
場所 南越谷駅・新越谷駅周辺

その他のおすすめ夏イベント

夏の風物詩	【東松山市】ホテル観賞	開催中～7月下旬 松風公園ホテルの里	自由研究	【さいたま市大宮区】夏休み子ども博物館	7/18(土)～8/23(日) さいたま市立博物館
夜の動物園	【南埼玉郡】サマーナイトZOO	開催中～8/30(日)の土日祝および8/12(水)～14(金) 東武動物公園	ホラーイベント	【さいたま市中央区】行方不明展	7/18(土)～9/6(日) GMOアリーナさいたま
夏の風物詩	【川越市】縁むすび風鈴	開催中～9/6(日) 川越氷川神社	夏フェス	【さいたま市緑区】Saisuta Summer fes'26	7/19(日)～26(日) 埼玉スタジアム2002
遊園地	【所沢市】プール営業	開催中～9/23(水・祝) 西武園ゆうえんち	夏の風物詩	【幸手市】ひまわりまつり	7/25(土)～8/9(日) 森田鉄工所 権現堂桜堤 Mirai Park
夏イベント	【川口市】川口本気(ガチ)祭り	7/18(土)～20(月・祝) イオンモール川口前川店	夜の水族館	【羽生市】ナイトアクアリウム	8/8(土)・9(日)・11(火・祝) さいたま水族館

※取材当時の情報です。最新の情報は公式HPなどで必ずご確認ください。

つなぐ。答えへ。未来へ。



川口センター 0120-965-109
浦和センター 0120-283-109
武蔵浦和センター 0800-170-1092

さいたま新都心センター 0120-95-1093
大宮センター 0120-445-109
上尾センター 0120-938-109

志木センター 0120-809-109
川越センター 0120-153-109

国土交通大臣(12)第2611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

地域の憩いの場、楽しさが生む 地域交流の拠点へ

「学び」と「つながり」で、人生がもっと豊かになる場所。
ジョルダンスクールは、地域の皆さまの笑顔があふれる交流の場をめざしています。

3つの教室であなたの「やってみたい!」を応援します

志木駅東口(マルイファミリー志木方面/東横INN隣)

AI×プログラミングで 未来を動かす一歩

無料見学OK!

～小学生から大人まで、夢中になれるプログラミング教室～

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



講師:伏見 恵文先生

申し込み殺到中! モニター募集中です!

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

日程 毎週火曜、
水曜の午後

料金 1回2,200円(税込)

講師:みやかわ



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

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) 11回回数券
3,300円(税込) 33,000円(税込)

語学スクールの詳細はWEBをご覧ください。



講師:Rob先生

経験豊富な講師陣
がサポート!

各教室の無料体験
も受付中!

ジョルダンスペース/
株式会社いっぴり代表
大和田 直義

元モーニング娘。
石黒 彩



経営者インタビュー

地域の憩いの場になるレンタルスペース運営を

私たちは、学びや健康を通じて、地域の皆さまが気軽に集い、つながり、笑顔になれる場所をつくりたいと考えています。教室の枠を超えて、イベントや交流会も積極的に開催し、世代を超えたつながりが生まれる場所へ。志木の街に、もっと笑顔と元気を広げていきます。

インタビューの内容はこちらをチェック



B-plus

成長を止めることのない空間

まずはお気軽に!
無料体験レッスン・見学受付中!

お申込み・
お問合せは
こちら

Tel.090-9151-9611

受付時間/10:00～18:00 定休日/不定休



WEBからの
お申込みはこちら

ジョルダンスクール

志木駅東口より
徒歩3分

志木市本町5-21-14
JSKビル3F



学びとつながりで、あなたの毎日をもっと豊かに。皆さまのご来校を心よりお待ちしております!

通い放題

インドアゴルフスクール

¥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

24H
OPEN

1度のチェックで
スコアが変わる! 無料体験受付中!

読者限定特典

ステップゴルフプラス朝霞店の
Instagramアカウント
(@stepgolf_asaka0)を
フォローして
入会いただくと...



- ① 初期費用11,000円OFF
- ② 月会費最大2ヶ月無料
- ③ グローブプレゼント

ステップゴルフ PLUS 朝霞店
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 <コーチ定休日>火・水曜日

わくわく
体験!

夏の お出かけ特集

ARIFTの
ブランドサイトでも
紹介中!
ぜひCheck!



夏に行きたい魅力的なスポットやイベントが大集合!
家族や友達と一緒に、忘れられない夏の思い出を作りましょう。

7/28まで
極楽湯
和光店は

22周年!

感謝の気持ちを込めて、各種イベントを開催!

① 7/12(土)
極楽ビンゴ大会

外れなし!
15時~
参加料:550円

② 7/28(火) 周年当日!

- 入館スタンプ+2ポイント
- 熱波師アフターイベント
- オリジナルタオル配布(先着:700名様)
- レモンサワー、ハイボール、枝豆が**220円**に値引き!

他にもイベント盛りだくさん!
9時(土日祝は7時)~26時まで営業!

極楽湯 和光店 ☎048-451-4126
和光市白子1-7-6 **無料送迎バス運行中!**

天然温泉
極楽湯
和光店



天然温泉で
心も体もどどろろ!

極楽湯和光店 入館クーポン
入館料 **100円引き**
(本券1枚で大人・小人あわせて、5名様まで有効)
※シーズン料金期間中は割引増し価格からのお値引きとなります。
※他券、キャンペーンとの併用不可 ※極楽湯和光店のみ有効

有効期限 2026年8月3日(月)まで

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けません。

01=9+8+1 ≧5★

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

第2弾開催!

6周年記念イベント

7/15(水)~7/20(日) 限定

武州和牛フェアの他、各種イベントをご用意!お楽しみに!

お肉屋さん『君に、焼いて揚げる。』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

048-465-8411 朝霞市溝沼2-1-45 営業時間【月~金】11:00~15:00,17:30~21:30
店内禁煙 【土、日、祝日】11:00~21:30

7/29(水)は肉の日!!

ステーキ各種
半額

7/16(日)ジャズの日
ジャズコースの
ご予約承り中です

7/29(水)
マジックショー
開催!

7月生まれの方限定
1ドリンクサービス!

ドリンクバー・グラスビール・
レモンサワーより1つお選びください。
※証明するものをお持ちください。
※1枚でお一人様限定 ※店内でご飲食の方のみ
※他クーポンとの併用不可
※ARIFT読者限定(切り抜きを持参ください)

有効期限 2026年7月31日まで

[平日] デイナー限定
**現金で
お支払いの方のみ
10%OFF**

※1組1枚限定、店内でご飲食の方のみ
※コース除く ※現金でお支払いの方のみ
※クーポンの併用可 ※イベント時の使用不可
※ARIFT読者限定(切り抜きを持参ください)

有効期限 2026年8月3日まで

肉問屋直営店の焼肉屋!
肉問屋だからこそ
安い!!のに旨い!!!

ランチ
始めました!

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!

一品料理から種類等まで
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 **890円** (税込979円)
山河ロース **750円** (税込825円)

朝霞店・成増店 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:7/7(火)~8/3(月)まで

朝霞店・成増店 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:7/11(土)~8/2(日)まで

埼玉県朝霞市三原5-11-16 2F tel.048-423-2989
平日/17:00~23:00(L.O.22:30)
土日祝/12:00~23:00(L.O.22:30)

東京都板橋区成増2-17-15 Landmark2F tel.03-6909-9629
平日/17:00~23:00(L.O.22:30)
土日祝/16:00~23:00(L.O.22:30)

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

冷涼な和菓子で清々しく
水まんじゅう・葛桜が期間限定で販売中！

出前館は
こちらから



見た目も口当たりも、蒸し暑い夏を涼しく感じさせてくれる涼菓の水まんじゅう。ほんのり甘さをたたえたあんこ、口当たりのよい冷たくつるんとした生地がさっぱり味わえる逸品。また、塩漬けにした桜の葉でくずまんじゅうをくるんだ夏の菓子「葛桜」は、とろけるような柔らかさと甘すぎないあんこが絶妙です。創業32周年！素材と品質にこだわり、手作りしています。出前館・Uber Eatsからも注文受付中です！

だんごの美好お薦めの逸品
◆葛桜 1個160円
◆水まんじゅう 1個160円
◆玉子サラダ巻き 550円

◆だんご
みたらし・焼き 1本100円
磯部・ずんだ・あま・
ごま・つぶあん 1本110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

今月のグルメ

彩り野菜とたんぱく質 夏に食べたい パワーサラダ

企画・編集: ARIFT編集部
※掲載商品の内容・形・価格等は
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。

Instagramでも
グルメ情報を発信中。
詳しくはコチラ



チキンとアボカドの
ごちそうサラダ



アボカドと Grill チキンのメキシカンサラダ ~ケイジャンスパイスドレッシング~
レギュラーサイズ1,782円、ハーフサイズ 940円

自社農園野菜をベースに、ケイジャン風味の Grill チキン
と濃厚なアボカド、彩り豊かな野菜やキヌアをトッピング。
色鮮やかな食材をバランス良く味わえる満足の一皿。

GONNA DAYS マルイファミリー 志木店

info@gonnadays.com / 志木市本町5丁目26-1 マルイファミリー志木 1F まるい食遊館内

店舗情報は▼



地元・川口野菜を
たっぷり味わうサラダ



サラダプレート 1,200円

地産地消にこだわり、川口野菜を中心に自家製鶏ハムや
ナッツ、チーズなどを盛り込んだボリューム満点のサラダ。
旬の食材も取り入れ栄養バランスに配慮しています。

食堂 Nurture(ナーチュア)

048-229-4450 / 川口市東領家2-8-19 1F

店舗情報は▼



スパイス香る
キーマカレーのサラダ



キーマカレーサラダ 1,400円

スパイス香る自家製キーマカレーと、新鮮野菜をたっぷり
盛り合わせた人気メニュー。キーマカレーの旨みと野菜
のおいしさを楽しめる、食べ応え抜群の一皿です。

Green salad factory 和光店

https://share.google/Bq3XNcdRkTtDGsRkV / 和光市下新倉4-15-74

店舗情報は▼



黒毛和牛カルビ
880円(税込968円)



特選焼肉

黒毛和牛



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。



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 1,180円～(税込1,298円)

※志木南口店はドリンク付き1,380円(税込1,518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



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8月3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8月3日



営業時間 11:30~22:30 (平日15:00~17:00クローズ)



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





フル会員は1万円OFF実施中!
変えるカラダ メディカルフィットネス
DeLaSante
ドゥラサンテ

体験予約はQRかお電話で

おかげさまで1周年!
 健康な方はもちろん、持病のある方も安心して通っていただけます。

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	スタジオ レッスン	ジム 利用	プール レッスン	プール 利用
フル会員	11,000円 <small>メディカル会員</small>	9,750円	11,350円	○	○	○	○
スタジオ会員	13,200円 <small>ウェルネス会員</small>	8,250円	9,350円	○	○	×	×
プール会員	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

お客様の声
 立ち上がる動作が楽しく、週に1回を目標に水中運動に通っております。続けているうちに、椅子から立ち上がる動作がかなりスムーズになり、効果を実感できています。

スタッフ 桜井 徹也
 理学療法士・健康運動指導士
 あなたの身体の健康をトータルにサポート!

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を作成
- 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、腰など関節の負荷を大幅に軽減

7.8月 体験レッスン会 開催

プールレッスン 参加費無料

7/24(金)、8/28(金)
 10:30~11:00
 はじめてのアクアウォーキング
 8/1(土) 10:30~11:00
 脂肪燃焼&体力づくりアクア

キッズダンス 参加費各500円

7/31(金)、8/7(金)
 16:00~16:45
 夏休みキッズダンス
 対象:4歳~小1



芸術教室ルポ

より豊かな生活を送るための交流と発見のスペース
 ~ココロの健康を目指して~

- 絵画教室 毎週土曜 14:00~16:00
- オカリナ教室 毎月第2・第4火曜 9:20~10:50/11:00~12:30
- 書道教室 毎月第1・第3木曜 10:00~11:30
- 陶芸教室 第1~第3金曜 14:00~16:00



QRコード

ウェルネスプラザアサカ
 医療法人山柳会 **ドゥラサンテ**
メディカルフィットネス 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 平日 10:00~19:00
 土 10:00~17:00

定休 水・日・祝

※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



非会員向け(1人1枚まで) 体験スタンプカード販売中
ご家族やお友達へのプレゼントにも

- ◎ジム体験×2回
- ◎理学療法士相談(15分)
- ◎レッスン(プールorジム)×3回

通常5,500円
約65% OFF 2,000円

有効期限:2026年8月31日まで

6.12 FRI
朝霞駅前 NEW OPEN!
 女性専用 暗闇系マシンピラティス 専門スタジオ

音楽に合わせて♡ 楽しくボディメイク♪

OPEN記念キャンペーン第二弾!

体験予約受付中!
 体験レッスン45分 **1,000円**

入会金 通常 11,000円(税込) **0円** (今だけお得!)

2ヶ月目の会費 体験当日入会限定 **半額**

新曲が4パターン追加! 流行りのJ-POPやK-POP、洋楽など音楽に合わせて、楽しく身体を整えましょう♪ 押し曲があったら、より頑張れるかも…!

WEB予約 24時間受付中! スマホから簡単予約

まずは気軽に体験レッスンへ! 体験予約はこちら



※キャンペーンの適用には条件がございます。※詳しくは体験時にご案内いたします。

ピラティスで身体を整える。

暗闇空間だから周りの目が気にならない。
 音楽に合わせて楽しく動ける。
 初心者の方でも始めやすい、
 新感覚のマシンピラティスです。

朝霞駅 南口 徒歩 2分!

- 女性専用スタジオ
- 暗闇空間
- 音楽に合わせて楽しく
- マシンで効率的に
- 初心者大歓迎

周りを気にせず集中できます。 リラックスできる特別な空間。 気づけば夢中! 飽きずに続けやすい。 正しい動きでしっかり効果を実感。 運動が苦手な方も安心のサポート。

こんな方におすすめ!

- ☑運動不足が気になる
- ☑姿勢を整えたい
- ☑お腹まわりが気になる
- ☑ジムが続かなかった
- ☑自分磨きを始めたい

BEAT PILATES 朝霞店

女性専用 完全予約制

〒351-0011 埼玉県朝霞市本町2-5-35 弘基ビル4F
 朝霞駅南口より徒歩2分
 【営業時間】平日8:30~21:00/土日祝8:30~18:00



公式ホームページはこちら! 詳しい内容はこちらをご覧ください



公式Instagramも更新中! スタジオの雰囲気やレッスンの様子をぜひチェックしてください!



夏バテかな?とを感じるその重だるさに 筋膜リリースで根本にアプローチ!

お客様の声
筋膜リリースは、普通のマッサージより**楽さの持続時間が驚くほど長く**、痛いとこにピンポイントに届いて改善を即実感できました!

当院の施術でできること
① 科学的根拠に基づいたオーダーメイド施術
② 再発しないための持続的ケアプログラム
③ 回復のためのアドバイスやサポートまで!

夏の特別キャンペーン
ARIFT 読者限定 **ベーシックボディケアコース**
初回限定 7,200円 → **5,000円**
※お電話にて、アリフト見たとお伝え下さい
※有効期限:2026年8月3日迄

柔道整復師、鍼灸師 院長 齋藤 勝

ネット予約やご相談は、コチラのLINEから!
こちらHPもご覧いただけます。

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

朝霞市・志木市・新座市・和光市で巻き爪に悩む皆様へ

歩くたびにズキッとする痛み我慢していませんか?

巻き爪ケアドイッ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 ほとんど痛みなくケアします。
- 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

お客様の声 **靴を選ばなくても自由に履けるようになりました!**

料 1本あたり **5,500~7,700円**
男性にもおすすめ!

よしだ接骨院
TEL.048-458-6366
朝霞市西弁財2-3-23-1F

平日 9:00~12:30
15:00~20:00
土曜 9:00~13:00
定休 日曜・祝日

読者限定 初検料無料

有効期限:2026年8月3日(月)まで

首・肩・腰・膝!!

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 ◆ 寝違え ◆ 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 女性の先生在籍!
3,900円 + 初検料 1,000円

※カイロプラクティックでは、詳しくお話を聞き、状態を確認することで、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・歪みを正常に整えます。
※腰痛・肩凝りは、放っておくと慢性化する可能性があるため、早めの対処が必要です。
※根本となる原因に対し施術することが大切です。

痛みの原因を根本から改善! 骨格の歪みから整えます!

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!

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
- ・巻き爪・足裏のタコ
- ・魚の目

※女性の先生在籍

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・巻き爪の施術
- ③膝下から足裏までオイルで仕上げます

院長 千代島 弘典
CHIYOJIMA HIRONORI
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
9:00-11:30
14:00-19:00

子育てによる姿勢の歪みや 身体の痛み到我慢はNG!

姿勢からアップデート

こんなお悩みありませんか?

- 子どもを抱っこして、姿勢が歪んでいる
- 重い荷物を持つことが多く、肩こりがひどい
- 座りっぱなしが多く、腰が痛い
- 痛みが日常化している
- どこに行けば良いかわからない

頭痛・肩こり
お腹ぼっこり
腰痛の可能性大
姿勢美
スッキリ

「講師」
姿勢調整士 **安河内先生**
安河内 先生
施設: 生活面・栄養面など、その方に合った健康アドバイザーとして活動しております!
他とは違う「姿勢が変わる感動」を、ぜひ一度体験してください!

・お客様一人ひとりに合わせた施術を。
・運動法「施術」+「エクササイズ」を取り入れています!

ARIFT 読者限定 **夏の初回体験キャンペーン**
お電話でご予約ください
8,800円 → **1,980円に!**
※初回限定 有効期限:2026年8月3日(月)迄
※お電話にて、アリフトを見たお伝え下さい。

KCSセンター 姿勢専科
~朝霞駅前~
〒351-0011
埼玉県朝霞市本町2-4-26 サジェス21 3F

朝霞駅 徒歩2分
お店のHPはこちら

店舗
TEL.048-400-2690
安河内先生
TEL.070-2151-8827

火: 9:30~19:00
水: 14:00~21:00
金: 9:30~21:00
土: 15:00~21:00

NEW OPEN!

和光市駅から徒歩7分

我慢してませんか?

慢性腰痛専門 **こんなこと、解決したいと思っっている方はぜひご連絡を!**

- 腰・肩の痛み
- 根本的に治したい方
- 長く歩くと痛みで辛い方

痺れる
歩けない
痛い

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

先生の紹介 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。

お客様の声 エステティシャン 40代・Iさん
仕事柄、右手の酷使による**首肩の不調や体のアンバランス**に悩み、仕事を諦めかけていました。しかし**施術で痛みや違和感が改善し、セルフケアも学んだ**おかげで、今では不調も気にならず安心して仕事を続けられています!

「アリフトを見て予約したい」とお電話ください
080-1886-4128
(受付時間 9:00~20:00)

事例など詳細はHPにて
LINEからもお問い合わせ可能です

お電話いただいた方限定!
通常価格10,000円
初回 **2,980円** (税込)
有効期限:2026年7月31日迄

和光市 整え処ねこの手
和光市本町14-19 パインヒルズ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。

和光市立第三小
和光郵便局
和光郵便局バス停
りそな銀行
ヘアサロン スマイル
ピザラ
イトーヨーカドー
ファミマート

美容室 TBK
Family Hair care Beauty Salon

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

志木市本町5-24-3 2F

QRコード 電子マネー カード決済可

安心の技術保障
ご来店から10日間は無料でお直しいたします。

透明感のある 大人の最旬カラー

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。

白髪染め
(ブロー・スタイリング付)
全体染め+¥500

通常価格 ¥4,500
税抜 ¥2,910
税込 ¥3,200 (メンズ¥3,700)

マニキュア +¥1,000 オーガニック +¥300
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29迄

カット + 白髪染め
(ブロー込)
通常割引価格 ¥5,700より
¥200お得!!

通常価格 ¥8,000
税抜 ¥5,000
税込 ¥5,500 (メンズ¥6,300)

(全体染め+¥500) オーガニック +¥300
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29迄

カット + ファッションカラー
(ブロー込)
通常割引価格 ¥6,900より
¥200お得!!

通常価格 ¥9,000
税抜 ¥6,091
税込 ¥6,700 (メンズ¥7,500)

(全体染め+¥500) オーガニック +¥300
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29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)

学習 高校生以下 ¥2,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29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 ¥8,000
税抜 ¥6,364
税込 ¥7,000 (メンズ¥8,000)

大豆レシチン配合
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29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 ¥10,000
税抜 ¥8,182
税込 ¥9,000

前髪・フロントの矯正
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29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 ¥14,000
税抜 ¥10,910
税込 ¥12,000

学習 高校生以下 ¥10,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29迄

ファッションカラー
(ブロー付) (全体染め+¥1,000)
通常価格 ¥5,500
税抜 ¥4,000
税込 ¥4,400 (メンズ¥4,900)

オーガニック+¥300 メンズ(1束)+¥500
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29迄

髪質改善トリートメント

ハホニコ (シャンプー)

カラーゲン・セラミド・ケラチンで髪を補修し広がり改善

ケラフェクト (洗髪剤)

特許製法で抽出したヘアケア原料を熱で浸透させ健康でしなやかな髪へ

ハホニコ 又は ケラフェクト 通常価格 税抜
通常料金 他メニュー利用で ¥4,500 ▶ ¥1,819
税込 ¥2,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.8/29迄

ARIFT | EVENT & NEW OPEN

今知りたい街のイベントや新しいお店をご紹介します

企画・編集: ARIFT編集部

ARIFTのブランドサイトでは
もっとたくさんのイベント情報を発信中!
詳しくはコチラ



EVENT 7.18 SAT » 20 MON

市民参加型の地域密着型フェス 『川口本気(ガチ)祭り』



音楽ステージや、クラフトビール、ハンドメイド、マルシェなど多数にわたるエンターテインメントを届ける人気イベント。今回はショッピングモールが丸ごと会場に。



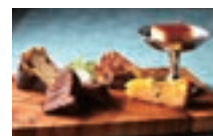
[時] 10:00~20:00
[会] イオンモール川口前川(川口市前川1-1-11)
[交] JR蕨駅、西川口駅、東浦和駅よりバスあり
[問] 川口本気(ガチ)祭り実行委員会

7/17 OPEN

本格イタリア料理店



本格イタリア料理を寛ぎの空間で提供するレストランです。60種類以上の豊富なドリンクバーとワンプレートスタイルのランチ「ピアット・ウニコ」で上質で華やかなランチタイムを。



チェントペルチェント 浦和芝原店

TEL 048-810-6261 (オープン日より利用可能)
さいたま市緑区芝原3-1-1/JR東浦和駅よりバスあり/10:30~22:00/定休日なし



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. ポキ丼



レモン汁で味が締まり爽やかな味わい
良質な脂質で内側から潤いを

材料(2人前)
白米.....400g
サーモン.....200g
アボカド.....1個
★ごま油.....大さじ1
★しょうゆ.....大さじ2
★にんにく.....ひとかけ
★レモン汁.....小さじ1
白炒りごま.....お好きな量

作り方
① ボールに、★を計量して入れる
② サーモンとアボカドを角切りにして①に入れ、よく混ぜる
③ ②を白米の上に盛り付ける
④ ごまをお好みで振りかける
※冷蔵庫で10分ほど漬けておくと味が染み込んで美味しくなります

02. ひじきと卵のオイスター炒め

ごま油のkokと香ばしさに
卵のまろやかさが相性抜群



theme
艶髪を叶えるレシピ

材料(2人前)
乾燥ひじき.....大さじ2
にんじん.....中1/2本
卵.....1個
しょうゆ.....大さじ1/2
塩.....少々
ごま油.....小さじ1
オイスターソース.....小さじ1

作り方
① 乾燥ひじきを水で戻し、しっかり水気を切る
② にんじんは細切りにする
③ フライパンにごま油を熱し、にんじんとひじきを炒める
④ オイスターソース、しょうゆ、塩を加えて全体を混ぜる
⑤ 溶き卵を回し入れ、ふんわりと炒め合わせる

頭皮に栄養が行き届く土台をつかって栄養素を摂取

サーモンのEPA・DHAと、アボカドのオレイン酸で良質な脂質をしっかり摂って、内側から潤いのある艶髪へ導きます。ひじきのミネラル(鉄・亜鉛など)が頭皮環境を整えて栄養が行き届く土台をつくり、にんじんのβカロテンが抗酸化作用で紫外線ダメージから守ってツヤをキープします。



レシピ監修 稲川美樹さん

保育園栄養士、調理代行として10年のキャリアをもつ「食べた物で身体が作られる」ということの重要さを感じたのをきっかけに、栄養学に興味を持つ。食を通して、楽しさや幸福感を味わってみたいと鋭意活動中。



▶北朝霞駅より徒歩9分/朝霞台駅より徒歩9分

一般診療から全国的に数少ない猫伝染性腹膜炎 (FIP) 治療まで! 7月より日曜の診療を再開します!

HPは
こちら



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。獣医師も募集中です。

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
火曜定休

朝霞の漢方薬局!



※店長夫妻とお客様のお子様の写真です

漢方効果で生まれたお子さんです!!
店内に生まれたおさんたちの写真を掲載しています。

HPに体験談もたくさん掲載中! 下記QRから!!



こんなお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。
- 気象病 ● 更年期
- 40代以降の不妊
- 眠っても疲れがぬけない
- 耳鳴り ● 便秘
- 最近疲れやすい
- 腰痛 ● 膝痛 ● めまい
- 物忘れ ● 片頭痛
- 自律神経の乱れ
- ホットフラッシュ
- うつ

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円以上お買い上げで
クールタオルをプレゼント
昭和薬局 有効期限: 2026年7月31日迄

漢字クイズ
テーマ | 生き物

なんと読むでしょう?

“甲虫”

[ヒント]
夏に出てくる子どもたちに人気の角がある虫

6/10/24 朝霞

はじめてのネットスーパー マルエツのオンラインデリバリー!

最短3時間でご自宅お届け!

スマホ・PCで注文

冷蔵・冷凍食品もお届け!

ご注文当日から6日先までお好みのお届け日を選べる!

さらに! 毎月のご利用回数に応じて

在宅確認後の置き配OK!

クーポンプレゼント!

1か月のご利用回数

1回以上	送料無料でクーポン2回分
3回以上	イグニカポイント2倍 または WAON POINT 5倍
5回以上	イグニカポイント4倍 または WAON POINT 10倍

クーポンの配信予定日 翌月10日頃

※クーポンは配信から30日間ご利用いただけます。クーポン表示、またはポイント受取りのためには、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。

1回のお買物 8,000円以上で 配送料無料

※店舗都合による品切れで8,000円(税抜)未満となった場合も配送料無料。
※一部対象外商品あり。

通常配送料 220円(税込み)

まずはダウンロードまたは「マルエツネットスーパー」で検索!

Google Play / App Store

新規会員募集中! WAON POINT がたまる! 使える!

クロゼットの不用品が ちゃっとしたお小遣い♪

タレント 田中律子さん

着なくなったお洋服

まとめてお買い取り

秋冬もの 買取強化中!
着ていない服、売らな今! です

衣類・洋服ポリ袋45L 1袋 1,000円 で 買い取ります!!

クーポンコード A07 ※2026年8月末まで ※一家族様1回限り1袋まで

QRからアクセスでアウトドア用品・スポーツ用品が 30%UP!

Wilson テニスラケット 買取価格 15,000円 今なら 30%UPで 19,500円	XXIO ドライバー 買取価格 25,000円 今なら 30%UPで 32,500円	Coleman キャンプ用イス 買取価格 3,000円 今なら 30%UPで 3,900円
--	--	---

※買取価格は商品の状態・相場などによって変動する場合がございます。

お家のお片付けキャンペーン! 買取強化中!

お洋服以外の商品も買取強化! ぜひこの機会にご相談ください!

香水・コスメ

ミシン

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

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	Yves Saint Laurent (イブサンローラン) ブーツ 買取価格 5,000円
--------------------------------	---------------------------	-----------------------------	--

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

いちばん堂 0120-773-7888

Google口コミ多数!

出張費無料!

受付時間 / 10:00~18:00

こちらのコードをご予約の際にお伝えください

A07

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

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!

大人気 遮熱・防犯窓フィルム
夏の暑さと泥棒は窓から入ってくる!

安心の仕上がり
完全後払い

アリフト読者限定特典
ご依頼ご料金から
5%割引!

ふすま障子網戸畳の張替専門店&リフォーム

業界店舗数 No.1
※ビジネスオンラインFC加盟店ランキング2023年度

こんな方はまずはお電話を!

- ☑ 網戸が破れており、窓を開けられない...
- ☑ お盆の来客の前に、襖や障子を直したい
- ☑ 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すか?
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



2026年5月 NEW OPEN

PHOTONICA STUDIO

5つの世界観を楽しめる貸切フォトスタジオ

テーマが異なる5つのお部屋をご用意。楽しみながら、大切な「今」を残します。

ベーシックプラン ¥23,000~
撮影20カット 衣装レンタル1着 1ブース撮影

スタンダードプラン ¥36,000~
撮影80カット 衣装レンタル2着 3ブース撮影

PHOTONICA フォトニカスタジオ 朝霞駅東口徒歩3分
朝霞市仲町2-3-3 藤川ビル2F 9:00~17:00 (不定休)

先着50組様限定
5,400円相当のフォトパネルプレゼント
有効期限:2026年8月末まで

ご予約はHPから 撮影風景紹介中!

ARIFT Healthy Recipes PRESENTS

彩食健美 recipe

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. 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
豆乳と塩麹でやさしい味わい

theme
むくみ解消レシピ

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
塩麹.....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麹と味噌を入れる。

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
塩麹.....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。

ちょっとの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にそのままが◎です。また香りや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。

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

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。



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>



ぜひフォローをお願いします



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>



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。みなさんに教えてほし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>



買取専門
卖的ナビ

全国 **200店舗** 突破!

貴金属・色石

100円銀貨

10万円金貨



ご自宅に眠っているものなどございましたら、ぜひお持ちください。

買取保証 **600円** 買取保証 **55万円** 買取保証 **37万円**

* 福・鳳凰・昭和39年東京オリンピック100円銀貨が対象
* 本価格は、2026年7月相場を踏まえた買取保証価格です。* 適用基準日:2026年7月1日～31日(催事を実施する場合は期間中適用対象外となります。)
* 掲載の買取価格は、卖的ナビ イトーヨーカドー和光店で実施している内容です。他店舗では買取価格が異なる場合があります。

査定は無料! お気軽にご相談ください

買取品目



ブランド品



テレカ



メッキアクセサリ など

掲載されていないお品ももちろん大歓迎です!

卖的ナビ
イメージキャラクター
出川 哲朗

買取専門 **卖的ナビ イトーヨーカドー和光店**

〒351-0112 埼玉県和光市丸山台1-9-3 イトーヨーカドー和光2階

営業時間 **10:00~20:00** ☎ **048-423-4396**

年中無休(年末年始・臨時休業は除く)



🎁 読者プレゼント Special Readers Present

5名様
 こびりつきにくい
アーネストパンプレミアム
26cm ブラック

提供:アーネスト株式会社 <http://www.ar-nest.co.jp>



ファインスクラッチ加工のダイヤモンドエンボスで、こびりつきにくく耐久性UP!ガス火・IHなどに対応。短いハンドルで省スペース収納。(9,460円相当)

5名様
 備えて安心
お米の12食セット

提供:アルファー食品株式会社
<https://www.alpha-come.co.jp>



発災当日+3日間の計4日分を想定したアレルギー配慮の長期保存食セット。調理不要レトルトとお湯や水を注ぐだけのご飯計12食。(5,994円相当)

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/ZGx1B>

応募締切

2026年8月7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
 ARIFT 7月号プレゼント係
 022-792-8101(平日10時~17時)

majicaアプリで もっとお得に!!

アプリ会員限定特典
 とってもお得な3つのポイント

- point 01** アプリ会員様限定価格のお買い得商品が毎月多数!
- point 02** 購入金額の最大1%のポイントがつく
- point 03** 10位の端数は5円または0円に割引する円満快計

アプリのダウンロードはこちらから!

majica払いクーポン

有効期限 2026 7/7(火) ~ 7/19(日) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込3,000円以上**で

300円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

有効期限 2026 7/20(月) ~ 8/3(月) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込3,000円以上**で

300円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

有効期限 2026 7/7(火) ~ 7/19(日) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込5,000円以上**で

500円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

有効期限 2026 7/20(月) ~ 8/3(月) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込5,000円以上**で

500円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

有効期限 2026 7/7(火) ~ 7/19(日) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込10,000円以上**で

1,000円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

有効期限 2026 7/20(月) ~ 8/3(月) 限定

1回のお買い上げ金額が**税込10,000円以上**で

1,000円引き

※会計時にmajicaをご提示ください。※携帯電話等の画面提示は対象外。※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。※他特典との併用不可。※お酒・タバコ・POSカード・指定ごみ袋は割引対象外です。※コピーしてのご利用不可。※切り抜きを持参ください。

ドン・キホーテ 新座野火止店限定 majica払い クーポン

アプリ会員様限定特典
 とってもお得な3つのポイント

point 01 アプリ会員様限定価格のお買い得商品が毎月多数!

point 02 購入金額の最大1%のポイントがつく

point 03 10位の端数は5円または0円に割引する円満快計

ドン・キホーテ 新座野火止店

☎0570-017-911 新座市野火止4-1-77
 営業時間 9:00~翌3:00 定休日 なし

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!

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!



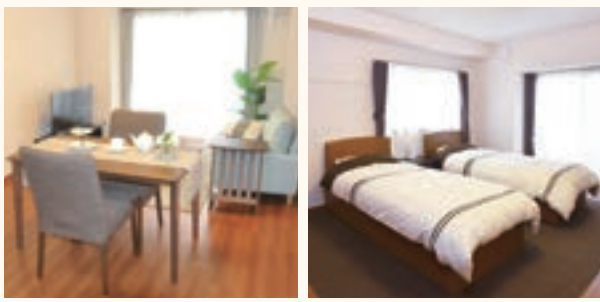
和光市駅より
徒歩9分
サービス付き
高齢者向け住宅

リーシェガーデン和光/南館
見学随時受付中

**リーシェガーデン
和光南館の魅力**

<p>美味しいお食事のご提供 ※画像はうなぎ御膳</p>	<p>敷地内に無料で利用できるジムがあります!</p>	<p>若手演奏家によるクラシックライブを堪能しました!</p>
<p>麻雀初心者練習会も開催!</p>	<p>レクリエーションで囲碁もやります!</p>	<p>12月はクリスマス会! とても盛り上がります</p>

高額な入居金不要
1LDK (49㎡)
家賃 **14万円**~



特典 ARIFTを見て見学された方に
ランチ無料試食会へご招待!
「ARIFTを見た」とご連絡ください。
【要事前予約】

リーシェガーデン和光/南館
☎ 048-423-3541
和光市丸山台2-11-25
「和光市」駅より徒歩 約9分
詳細はHPをご覧ください

住まい・情報創造企業 **POLUS**
ポラスグループ

🏠 **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!

**相続した実家や空き地、
どうしていいかわからず
放置していませんか?**

所有している不動産の相場がわからない...

早めに売却したい...

相続したが活用できていない...

解体不要!そのまま現況買取します。

まずは、WEBで簡単!!
無料査定はこちらから

放置空き家のリスク

<p>空き家 十分に管理が行き届いている状態</p>	<p>固定資産税は減額されたまま</p>	
<p>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</p>	<p>↑</p>	
<p>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</p>	<p>↓</p> <p>固定資産税が最大6倍に!</p>	

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

「体感すまいパーク朝霞」の地図はコチラから

【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

〒351-0015 埼玉県朝霞市幸町3-11-9 ©宅建業国土交通大臣(吉)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-6)第14631号 ©(公社)全国宅地建物取引業保証協会 ©(公社)埼玉宅地建物取引業保証協会 ©(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

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

- △ 敷地内禁煙、又は屋内禁煙
- △ 敷地内禁煙、又は屋内禁煙(屋外、又は屋内に喫煙所有)
- 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^ア

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
Tel.045-514-1409 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



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

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。

完全週休2日制、年間休日120日以上、経験者大歓迎

【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28万円～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・西埼玉オフィス・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。



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]

応募は
コチラ



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も大歓迎です

病院母体 だから、安心して 長く働ける環境 です

介護スタッフ

正職員

パート

内容 入所者様に対する介護業務

給与 正職員 ※一律手当含む

月給 19万9,000円～

パート 時給 1,160円～

(介護福祉士資格お持ちの方)

※経験・能力に応じて優遇します。

※無資格の方もOK

時間 7:00～16:00、8:30～17:30、

16:30～翌9:00

※交替制 4週8休制(シフト制)

年間休日118日+有休

資格 介護福祉士資格を有する方優遇

待遇

【正・パ共通】

昇給年1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、

【正社員のみ】

賞与年2回、

退職金制度(勤続5年以上)



ケアマネージャー

正職員

内容 入所者様のケア計画の作成・管理

給与 月給 26万1,960円～

※一律手当含む

時間 8:30～17:30

年間休日118日+有休

資格 介護支援員の資格をお持ちの方

待遇

昇給年1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、

賞与年2回、退職金制度(勤続5年以上)

事務

パート

内容 受付・事務全般

給与 時給 1,200円～

時間 8:20～17:30

4週8休制

年間休日118日+有休

資格

無資格・未経験の方も大歓迎です！

※介護系の資格をお持ちの方優遇

待遇

昇給年1回、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



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、年間休日118日+有休

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



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



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!!

リフォームのモットー
エービーシーホーム 川口店

最大 80% OFF

特別プライス 99.9万円 キャンペーン 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ば今がチャンスです!!
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120回払いまで
お支払いは便利な分割払いで!

5.05%

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。

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。

ユニットバス (税込価格) ※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 716,650円 250,828円	LIXIL BW1216 65%OFF メーカー希望価格 638,600円 241,010円	LIXIL リデア1616 67%OFF メーカー希望価格 1,069,200円 352,836円
LIXIL リノビオV1216 67%OFF メーカー希望価格 1,123,100円 370,623円	TOTO サザナ1216 67%OFF メーカー希望価格 895,400円 295,482円	TOTO リモデル WY1418 ぽつからり床 67%OFF メーカー希望価格 1,336,500円 441,045円

システムキッチン (税込価格) ※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 シェラS W1950 標準プラン 70%OFF メーカー希望価格 678,700円 203,610円	クリナップ ラクエラW1800 65%OFF メーカー希望価格 562,540円 196,889円	Panasonic Vスタイル W2250 70%OFF メーカー希望価格 894,190円 268,257円
LIXIL ノックW2100 65%OFF メーカー希望価格 1,081,300円 378,455円	TOTO ミツ W2550 60%OFF メーカー希望価格 989,230円 395,692円	LIXIL リシタルW2550 44%OFF メーカー希望価格 953,700円 534,072円

トイレ洗面プラン (税込価格) ※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 139,150円 61,226円	LIXIL Jフィット 45%OFF メーカー希望価格 312,950円 171,123円
クレヴィ 55%OFF メーカー希望価格 702,900円 316,305円	LIXIL ルミシ W1230 45%OFF メーカー希望価格 773,300円 425,315円

今月の目玉商品
Panasonic レンジフード **55,176円**
INAX オフト600 洗面化粧台 **41,888円**
LIXIL シャワートイレ **24,031円**
ノーリツファミ ガラストップ **76,230円**
KVK オールインワン 浄水栓 **30,613円**
リンナイ 給湯器20号 **82,500円**
リンナイ 給湯専用 便器セット **36,410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日!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!!
空き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 ~

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

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

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
Tel.048-250-6866 Fax.048-250-6867

川口市並木2丁目9番22号

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

お客様のご来店はごちからマ

川口 エービーシーホーム

墨田店 木曜定休日
東京墨田店

お車でお越しの場合
墨田区東向島1-35-12
0120-916-241
Tel.03-6661-8104 Fax.03-6661-8105

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的な体作りをしましょう!

朝霞溝沼店

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!

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

完全予約制・完全会員制 パーソナルトレーニングジム
トキエル
TOKIEL朝霞溝沼店
朝霞市溝沼5-17-12 営業時間:9:00~22:00(不定休)

090-2310-9230

詳しくはこちら

東武東上線「朝霞駅」徒歩16分
東武東上線「朝霞台駅」徒歩16分
朝霞台駅南口よりバスで4分
(朝霞駅東口行→溝沼火の見下停留所)

TOKIEL体験キャンペーン
5,500円(税込)▼
今だけ**0円!**
※体験のみでも適用可

【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!
※詳しくはお問い合わせください。

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

トレーニング × 美容整体 × 姿勢改善
機能改善 × ストレッチ

2026年8月3日(日)までの
ARIFT読者限定 オープン1周年 特別入会キャンペーン

体験予約は▼こちら▼
LINEの友達登録は▼こちら▼

1 体験後の入会金と体験料が **0円**
通常入会金22,000円 通常体験料5,500円
【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)】

2 初月から全てのプランが **10%OFF**

回数券プラン
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!
4回**28,160円**から細かく選べるプラン(1回40分) ▶ **25,344円に!**

通い放題プラン
全日9:00~22:00通い放題
週2回以上通える方はフリータイムがおすすめ
パーソナルトレーニング(30分/日)月額**52,800円** ▶ **47,520円に!**
平日9:00~18:00通い放題
週2回以上決まった時間に通える方はデイトムがおすすめ
パーソナルトレーニング(30分/日)月額**41,800円** ▶ **37,620円に!**

※TOKIEL朝霞溝沼店で利用可 ※ご新規様限定

全国に**30店舗** ※出店待ち含む
Googleクチコミ260件以上
全店評価**4.9以上** ※2025年9月現在

厚生労働省委託 高齢者活躍人材確保育成事業

シルバー人材センターで働くための
技能講習 受講者募集!
地域で活躍する**第一歩**を。

受講料**無料**

講習	会場	日程	申込締切	定員	内容
調理サポート業務	所沢まちづくりセンター	8/26(水) 8/27(木)	8/5(水)	20名	衛生管理をはじめとし、介護食や乳幼児食の調理、栄養などについて学びます。
放課後児童クラブ補助業務	志木市民会館	9/14(月) 9/15(火)	8/24(月)	30名	児童との関わり方や安全対策など、施設職員が本来の業務を行いやすいようサポートする業務について学びます。

お申し込みは ①または②

① WEB (ホームページまたは2次元コードから)

② 受講申込書を下記へ郵送またはFAX

受講申込書の設置場所
ハローワーク、シルバー人材センター、市町村の窓口、図書館、公民館、県民活動総合センターなど

※いずれも申込締切日必着、申込数が定員を超えた場合は選考

時間 10:00~15:30(予定)
対象 いずれの講習も全2日間参加可能で、以下(1)または(2)の方
(1) 埼玉県在住で60歳以上、かつシルバー人材センターに入会を希望する方
(2) 現在センター会員で、未就業もしくは講習の職種を未経験の方

申込み 問合せ

埼玉県シルバー人材センター連合(公益財団法人いきいき埼玉)
〒362-0812 北足立郡伊奈町内宿台6-26
埼玉県県民活動総合センター内
TEL.048-728-7841(平日/8:30~17:00) FAX.048-728-2130

詳しくはこちら