

ARIFT

朝霞・和光

地域みっちゃく生活情報誌® / 217

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

8

8/7

毎月一回発行
TAKE FREE

編集・発行: (株)中広メディアソリューションズ
https://chuco-ms.co.jp/
広告掲載・チラシ折込・誌面内容のお問合せ
TEL 048-767-8238
配布に関するお問合せ
TEL 045-514-1416(10:00~17:00)

●ARIFTは再生紙を利用して作られています。●本誌掲載
記事の無断転載を禁じます。●QRコードは(株)デンソー
ウェブの登録商標です。●掲載情報は変更になる場合が
ございます。ご利用の際は最新の情報をご確認ください。



message

**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



総勢 **126名様** にあたる! /

特別読者 プレゼント

Thank You!

40th YEARS ANNIVERSARY

ポラスの仲介

あなたの家の
『今の価値』
知っていますか?

お客様の声を大切に
95.0点
アンケート満足度

かんたん
WEB査定
ご相談も承ります



※2023年度お客様アンケート実績「ポラスの仲介」中央住宅。

住まい価値創造企業

POLUS
ポラスグループ

住まいのことならなんでも!
ポラスにご相談ください。

相談・査定無料 / 秘密厳守



東武東上線『朝霞台』駅 目の前のビル **4** 階

株式会社中央住宅 ポラス住まいの情報館

朝霞営業所

0120-995-707

〒351-0032 埼玉県朝霞市東井1-5-8 K・ステージ4F
Tel | 048-235-8711 Fax | 048-235-8712
営業時間 | 10:00~19:00【火・水定休】



▼営業所HP▼



お車でお越しの際は近隣のコイン
パーキングにお駐めください。
駐車券をお持ちいただければ駐車
チケットをお渡しいたします。

■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
■(公社)全国宅地建物取引業保証協会会員 ■(公社)東京都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

Thank You!

40th
YEARS
ANNIVERSARY

「ぱど」から ARIFT へ。40年分の「ありがとう」をあなたへ。

特別読者プレゼント

1987年に「ぱど」として誕生してから、まもなく40年。
ARIFTはこの夏、40周年記念イヤーを迎えます。
地域みなさまとともに歩んできた感謝を込めて、
総勢126名様に当たる特別プレゼントをご用意しました。

総勢 **126名**様に
当たる!

2
名様

乾かすだけで感動の仕上がり!
進化した「ナノケア」

ナノケア アルティメイト
EH-NC50-W



パナソニックのドライヤー「ナノケア EH-NC50」をプレゼント!進化した高浸透ナノイヤーを搭載し、史上最高のうるおいと速乾性を実現。髪悩みに合わせた3つのメニューで、なりたい理想の仕上がりへ導きます。

公式オンラインストア参考価格:59,400円(税込)
詳細はこちら <https://panasonic.jp/hair/products/EH-NC50.html>

15
名様

全国のくら寿司・無添蔵で
利用可能

デジタルお食事券
4,000円分



※写真はイメージです

くら
KURA

店内でのご飲食やお持ち帰りに利用できます。アプリに登録するので、お店でのお支払いがお手軽に。当選のご連絡はLINEのDMにて。

※ご利用にはくら寿司アプリが必要です
詳細はこちら <https://www.kurasushi.co.jp/>

40
名様

全国のサーティワン アイスクリーム
で利用できる

デジタルギフト
1,000円分



定番から期間限定まで、お好きなフレーバーを購入できます。当選者にはLINEのDMにてお知らせ。お近くの店舗でご利用ください。

詳細はこちら <https://www.31ice.co.jp/>

20
名様

今年の夏に
プールを大改修

東武動物公園 入園招待券
2枚×10組



東武動物公園内にある東武スーパープールは36年振りの改修で、小さなお子さんより安心して遊べるプールへ生まれ変わりました。家族の思い出作りにぜひ。

※プール利用には入園招待券の他に
プール入場券が必要です。
提供:東武動物公園
<https://www.tobuzoo.com/pool/>

30
名様

日月堂自慢の
「味噌ラーメン」!

味噌ラーメン お食事券
3枚×10組



こだわり抜いた特製ブレンド味噌のコクと深みがあるスープにモチモチ麺が絡む人気メニュー。埼玉県に14店舗を構える大人気店のラーメンをご賞味ください。

※1枚につき1杯分(900円相当)
日月堂全店舗で使用可能
提供:味噌ラーメン専門店 日月堂
https://www.instagram.com/nichigetsudo_official/

10
名様

夏の人気商品を
セットで!

水出し緑茶&フルーツ麦茶
人気ティーバッグ詰合せ



明治初年創業の日本茶専門店・おづつみ園特製の「水出し緑茶」と「フルーツ麦茶(ぶどう・白桃)」は、暑い季節の水分補給とビタミンCの補給に最適です。

※参考価格:1,944円相当
提供:株式会社 おづつみ園
<https://www.instagram.com/ozutsumi.en/>

5
名様

三井ショッピングパーク
ららテラス川口

ららテラス川口限定
お買物・お食事券



川口市の生活拠点である大型ショッピングモール「ららテラス川口」。家族みんなでお買い物や食事を楽しんで。

※一部ご利用対象外の店舗あり。
詳細は施設ウェブサイトを確認。
提供:三井不動産商業マネジメント株式会社
<https://mitsui-shopping-park.com/lalat-kawaguchi/>

4
名様

大宮璃宮 Caf'e
& Restaurant
四季庭

アフタヌーンティー
ペアご招待券×2組



季節ごとに趣向を凝らしたアフタヌーンティーを開催。結婚式場ならではの洗練された空間で、目も舌も満たされる華やかなスイーツを堪能できます。

※9/15(火)~11/15(日)の期間のアフタヌーン
ティーにご使用いただけます。
提供:大宮璃宮 Caf'e & Restaurant 四季庭
<https://www.bestbridal.co.jp/restaurant/shikitei/>

「ぱど」から ARIFT へ。40年のあゆみ

「ぱど」から「ARIFT」へ。地域とともに歩んだ40年の歴史の中で、変わらず大切にしてきたのは、街の魅力と人の想いを届けること。これからも「ありがとう」のGIFTに変えて、ARIFTがお届けします。



1987

横浜の地で
「ぱど」
創業

1988

発行部数
500万部突破

2004

発行部数
1200万部突破・
ギネス記録認定

2019

筆頭株主の
移動

2020

SuccessHoldersへ
商号変更

2021

「ぱど」から
「ARIFT」へ
ブランドチェンジ

2022

中広メディア
ソリューションズ
創業



右記アドレスまたは
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/fCXB1>

応募締切

2026年9月11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 ARIFT8月号プレゼント係 048-767-8238(平日10時~17時)

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!

ダイエットの専門家が支える

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/
株式会社いる・どり代表
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

仕事をもっとためるWEBマガジン



＼ 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!



BYDの軽EV



BYD RACCO

7月28日 Debut!

point
1

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×スーパートール

point
2

選べる2種類のバッテリー
日常ユースの210km* (22.40kWh)
週末のレジャーの320km* (35.84kWh)

WLTCモード(国土交通省審査値)
*一充電走行距離および交流電力消費率は定められた試験条件での値です。
お客様の使用環境(気象、渋滞等)や運転方法(急発進、エアコン使用等)に応じて燃料消費率は異なります。
*WLTCモード: 市街地、郊外、高速道路の各走行モードを平均的な使用時間配分で構成した国際的な走行モード。



試乗予約受付中!

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

BYD AUTO さいたま南

048-615-0250

さいたま市南区内容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



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・水ようかん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と、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。また夏バテで疲れた体の回復に効果のあると言われている「水ようかん」も期間限定で販売中。販売期間が短いためお声がけ、ご相談ください。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
◆水ようかん 1本520円、半分290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
その他お惣菜あり

だんごの美好

TEL 048-468-1747
和光市丸山台1-11-8
7:00～19:00/月・火曜日定休

肉問屋だからこそ安い！の旨い！



山河カルビ **750円**
(税込825円)



山河ハラミ **890円**
(税込979円)



山河ローズ **750円**
(税込825円)

焼肉 山河
YAKINIKU SANGA

埼玉県朝霞市三原5-11-16 2F **ランチ** 始めました
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)



Instagram



LINE

＼ 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:8/4(火)～9/7(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:8/8(土)～9/6(日)まで



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。

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9月7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9月7日

＼ 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



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



今月のグルメ

素材のおいしさ
そのまま

夏のこだわりジェラート

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



3
種の味が選べる！
手づくりジェラート



ジェラート各種 1カップ600円

枝豆やキャラメルなど常時約10種類から最大3種類まで
選択OK。素材の味を生かした甘さ控えめジェラートで、
日替わりでラインアップは少しずつ変わるそう。

gelateria LIMONE(ジェラテリアリモーネ)
048-458-0206 / 朝霞市朝志ヶ丘1-7-17 メゾン島田102号

店舗情報は▼



農園の完熟いちご
贅沢ジェラート



いちごのジェラート(プレミアムストロベリー・ストロベリー&ミルク)350円
※販売店舗やネット販売で異なる場合あり

観光いちご農園「いちごのバラム」で育てた完熟いちごを
贅沢に使用。自慢の栽培方法で甘みと風味を楽しめます。
シーズンオフはふるさと新座館やネットで購入可。

いちごのバラム(現在はシーズンオフ)
通年販売:新座農産物直売センターふるさと新座館(新座市野火止6-1-48)

店舗情報は▼



搾りたてミルクの
贅沢ジェラート



ジェラートダブル 590円

新鮮な牛乳を低温殺菌し、風味を生かして仕上げた榎
本牧場の手作りジェラート。さっぱりコクのある味わい
で、定番に加え日替わりの限定フレーバーも楽しめます。

フォルトウーナ
048-726-1306 / 上尾市大字畔吉736-1 榎本牧場

店舗情報は▼



味噌ラーメン専門店

月日
歩進

日月堂

NICHI-GETSU-DO

朝霞店

真夏の感謝祭

夏バテ防止！
真夏の塩分補給は
日月堂の
味噌ラーメン！

△朝霞店の
情報はこちら

有効期限 2026年9/30(水)まで

特味噌ラーメン

お得!!
200円値引き

1,000円

通常価格1,200円▶

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベントサービスとの併用不可
◆電子版のご利用はいただけません◆食券機の専用ボタンをご利用ください

有効期限 2026年8/31(月)まで

特味噌ラーメン

お得!!
200円値引き

1,000円

通常価格1,200円▶

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベントサービスとの併用不可
◆電子版のご利用はいただけません◆食券機の専用ボタンをご利用ください

有効期限 2026年9/30(水)まで

味噌ラーメン

お得!!
300円値引き

600円

通常価格900円▶

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベントサービスとの併用不可
◆電子版のご利用はいただけません◆食券機の専用ボタンをご利用ください

有効期限 2026年8/31(月)まで

味噌ラーメン

お得!!
300円値引き

600円

通常価格900円▶

◆朝霞店のみ、ご利用いただけます◆1枚で1名様分対応
◆他クーポンとの併用不可 ◆他イベントサービスとの併用不可
◆電子版のご利用はいただけません◆食券機の専用ボタンをご利用ください

ARIFT
Healthy
Recipes
PRESENTS

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. なすと豚肉の梅しゃぶ和え

余計な脂を落としてヘルシーに
香味野菜と梅でさっぱりと

レシピ監修 SAORIさん
管理栄養士として活躍中。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す
食事管理を通して健康的にダイエットする方法を広め
るため積極的に活動を広げている。

材料(2人前)
なす…1本
豚ロース しゃぶしゃぶ用…250g
大葉…5枚〜10枚
みょうが…1本
油…大さじ1
酒(豚しゃぶ用)…大さじ1
★梅だれ
梅…2個
ごま油…大さじ1
醤油…大さじ1/2
酢…大さじ1
いりごま…大さじ1

作り方
① 輪切りにしたなすを油で炒めておく
② 酒を入れたお湯で豚肉を茹でて水で
冷やして水分を切る
③ なすと豚しゃぶを梅だれで和える
④ 千切りにした大葉とみょうがをのせる

02. にらたまスープ

theme
低カロリーでも
スタミナ維持レシピ

ごま油の風味が食欲をそそる
豚肉と相性のよいにらで相乗効果を

材料(2人前)
にら…1/2束
たまご…1個
水…600ml
中華スープのもと…小さじ2
オイスターソース…小さじ1
醤油…小さじ1
片栗粉…大さじ1
ごま油…小さじ2
塩胡椒…少々

作り方
① にらを3cm幅に切る
② 鍋ににら、水、調味料を入れて火にかける
③ 沸騰したら溶き卵を入れる

カロリーを抑えながら食欲増進、疲労回復を

豚しゃぶは余計な脂を落とすことでカロリーカットになります。梅干しやにらは胃腸の働きを促進して食欲
増進に繋がるほか、豚肉に含まれるビタミンB1の吸収を助け疲労回復に役立ちます。また、にらは強い抗
酸化作用もあり一緒に食べるのがおすすめです。

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!

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9月7日①までの

ARIFT読者限定 サマーキャンペーン

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

体験予約はこちら▶

LINEの友達登録はこちら▶

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タイムがおすすめ
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

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
「日本陸上競技連盟公認A級コーチ」
日本スポーツ協会公認スポーツプログラマー

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

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
※体験のみでも適用可

5,500円(税込)▼
今だけ **0円!**

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

あさか相生病院提携 メディカルフィットネス ドゥラサンテ

一人一人にあった続けやすさで夏仕様のカラダへ

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。

お試し体験▶1回1,100円

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	プール利用	プール利用	プール利用
フル会員	11,000円	9,750円	11,350円	○	○	○	○
スタジオ会員	13,200円	8,250円	9,350円	○	○	×	×
プール会員	5,500円	6,600円	6,600円	×	×	○	○

【メディカル会員】病院を問わず医療機関にて治療やケアを受けている方 【ウェルネス会員】現在、医療機関にかかっていない方

理学療法士と学ぶ 日常動作のお悩み講座

内容 猫背編
日時 8月21日(金) 14:00~15:00
講師 桜井徹也(理学療法士)
参加費 無料

参加費 無料 体験レッスン会 開催

プールレッスン 8/28(金) 10:30~11:00

はじめてのアクアウォーキング

ウェルネスプラザアサカ 医療法人山柳会

TEL048-487-9244 ドゥラサンテ/ルポ共通

朝霞市溝沼3丁目2-32
営業時間(定休/水・日・祝)
月・火・木・金 10:00~19:00
土 10:00~17:00
※プール利用時間の詳細はHPに記載

HPはこちら Instagramはこちら

今だけ 入会特典実施中!

8月中に入会でフル会員のみ **1万円OFF**

他にも多数特典をご用意しております。詳しくはお問い合わせ下さい。

特典有効期限 2026年8月末日まで

4歳から 初めてのスポーツ応援!

テニスって楽しいね!

ラケット・シューズ、レンタル無料! 手ぶらでテニスを体験しよう!

ジュニアクラス 対象: 4歳以上のお子さま

- ☆ テニスを通じてスポーツの楽しさ、おもしろさをお伝えします。
- ☆ レッスンの中で礼儀や協調性を重視し、心身の健全な育成に努めます。
- ☆ レベル・年齢・体格・経験などで5つのレベルに分かれていますのでラケットを持った事のないお子さまも安心して楽しめます。
- ☆ 見学スペースも完備。お子さまのテニスをじっくりご覧いただけます。

夏の入会キャンペーン

2026年9/29(火)まで

豪華3大特典

特典① 体験レッスン受講後、即日入会で初月受講料 **半額!**

通常9,350円(税込) ~15,400円(税込)が

特典② キャンペーン特別料金で初期費用 **半額!**

入会金 6,600円 + 年会費 3,300円が

特典③ さらに! 選べるプレゼント (おひとつお選びください)

フェイスタオル (NOAHロゴ入り)

テニスラケット (大人orジュニア)

テニスシューズ (サイズ制限あり)

テニスバック

【特典適用条件】
・2026年9月29日までに新規入会手続きをされ、2026年12月27日まで継続していただく方限定的特典です。
・2ヶ月目以降の受講料は正規料金となります。・大人用プレゼントラケットのガット代および工賃は別途必要です。

ノアのジュニアクラスが選ばれる3つの理由

- 徹底した「UVカット&冷暖房完備」
- 細かいクラス分けで初めてでも安心
- お子さまの楽しい!を引き出す丁寧な指導

テニススクール・ノア 和光成増校

TEL.048-451-0603

手ぶらセット無料貸出中 (ラケット・シューズ・ロッカー)

和光市白子2-25-2(ニトリ裏) 地下鉄「成増駅」徒歩15分 受付時間 月~金曜日:9:00~22:00 土曜日:8:30~21:00 日曜日:7:30~18:30

駐車場完備 シャワー室あり

ニトリ 成増店

地下鉄成増駅

NOAH INDOOR STAGE

インスタはこちら

HPはこちら

朝霞駅前に

NEW
OPEN!

女性専用

暗闇系マシンピラティス

専門スタジオ

大好評につき継続中!

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

2ヶ月目の
会費

体験当日入会限定

半額

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♪
推し曲があったら、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。

ほの暗い空間だからこそ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



周りを気にせず
集中できます。

周りの目が
気にならない



リラックスできる
特別な空間。

音楽に合わせて
楽しく



気づけば夢中!
飽きずに続けやすい。

マシンで
効率的に



正しい動きで
しっかり効果を実感。

初心者
大歓迎



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

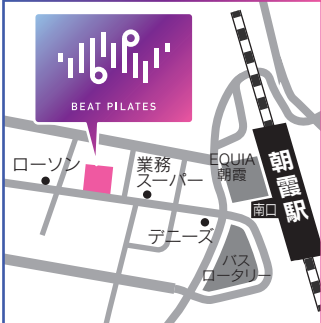
〒351-0011 埼玉県朝霞市本町2-5-35 弘基ビル4F
朝霞駅南口より徒歩2分

【営業時間】平日8:30~21:00/土日祝8:30~18:00
※8/13(木)~15(土)はお盆休みになります。

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♪



ARIFT

ARIFTと読者の皆様をつなぐ3つのメディア。
スマホの中に、いつものARIFTを。お出かけ・グルメ・新店情報

Instagram LINE WEBサイト

※仕様は予告なく変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。

Instagram

ARIFT編集部があつめた
街のグルメ、新店情報

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!



LINE

プレゼント応募が気軽に!
新店情報や街ネタの投稿も

お友達登録してプレゼントに応募しよう!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。みなさんに教え
た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!



ARIFT アリフトWEB

ARIFTを気軽にスマホやPCで
ブランドサイト オープン!

ARIFT(アリフト)に掲載された情報はもちろん、
イベントや新店情報などを随時更新。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!



トップ画面
(PC版)



トップページで神奈川、東京、埼玉、仙台、山形の中から、お住まいの地域を選んで各情報へアクセス!
特集記事やグルメ情報、イベント、新店情報は最新号だけでなく過去の情報も見ることができます。

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 ドイツB/S式

完全予約制

切らずに貼るだけの巻き爪ケア
(B/S式)の4つの特徴

- ①ほとんど痛みなくケアします。
- 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 金 1本あたり
5,500~7,700円

よしだ接骨院

TEL.048-458-6366
朝霞市西井財2-3-23-1F夏バテかな？と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、
痛いところにピンポイ
ントに届いて改善を
即実感できました！
(50代 男性)

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！

柔道整復師、鍼灸師
院長 齋藤 勝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9月7日迄ネット予約やご相談は、
コチラのLINEから！
ここから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)土日・祝祭日も
営業中読者限定
初検料無料土日
営業

有効期限:2026年9月7日(月)まで

ちよじま整体院

TEL.048-497-2157

火曜定休

予約優先

志木市中宗岡1-9-15
志木駅車10分/P有
※感染対策徹底

営業時間	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
9:00-11:30	●	●	●	●	●	●	●
14:00-19:00	●	●	●	●	●	●	●

※8/13・14・15はお盆休み

巻爪・角質 むくみ解消・血行促進!!

フットケア(40分)+
ゲルマニウム温浴(10分)

3,000円+初検料1,000円

- ・足裏の角質・足裏のザラザラ
 - ・巻爪・足裏のタコ
 - ・魚の目
- ※女性の先生在籍

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・巻爪の施術
- ③膝下から足裏までオイルで仕上げます



熟練のもみほぐし

10分 980円~

気候変化で体が重い、疲
れが取れない方など部分
的な疲れやコリを熟練技術
でしっかりもみほぐします！

※女性の先生在籍

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 ◆寝違い ◆ぎっくり腰
- ◆O脚 ◆産後の骨盤の歪み ◆スポーツ障害

カイロプラクティック 女性の先生在籍！

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。

完全予約制なので待ち時間ゼロ！

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

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

痺れる

歩けない

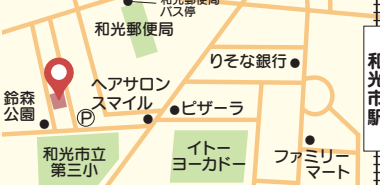
痛い

お客様の声 エステティシャン 40代・さん
仕事柄、右手の酷使による首肩の不調や体の
アンバランスさに悩み、仕事を諦めてしま
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！先生ご紹介 院長 大平裕子
スポーツクラブや出張リラクゼーションな
ど、20年以上の運動指導経験と延べ1万人
以上を指導・施術、運動療法にたどり着き、
一人ひとりに向き合うため、独立し開業い
たしました。整え処
ねこの手

和光市本町14-19 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。

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8月31日迄

「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)

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

実例など
詳細は
HPにてLINEからも
お問い合わせ
可能です

美容室 **TBK**
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

2階 TBK
至川越 至池袋
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・R8.9/30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・R8.9/30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・R8.9/30迄

カット
(ブロー付) (シャンプー+¥500)
通常価格 ¥3,500
税抜 **¥2,273**
税込 **¥2,500** (メンズ ¥2,800)
※高校生以下 ¥2,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.9/30迄

シルクパーマ
(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・R8.9/30迄

プチ矯正
(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・R8.9/30迄

縮毛矯正
(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**
※高校生以下 ¥10,000
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.9/30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 メッシュ(1束) +¥500
[TBK志木] 受付・精算時提示・R8.9/30迄

髪質改善トリートメント

ハホニコ (シャンプー) ケラフェクト (シャンプー)

コラーゲン・セラミド・
ケラチンで髪を補修
し広がり改善

ハホニコ 又は
ケラフェクト
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・R8.9/30迄

≫池袋駅西口(北)20a出口より徒歩5分

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



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

佐藤和基税理士事務所

TEL 03-6914-2640

豊島区池袋2-51-15
第3ハルタビル502号室
10:00～20:00(土日祝は10:00～12:00)

HPは
こちら



≫北朝霞駅より徒歩9分／朝霞台駅より徒歩9分

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！日曜日も診察を行っております



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

HPは
こちら



漢字クイズ

テーマ | その他

なんと読むでしょう？

“ 団扇 ”

ヒント／涼をとったり調理で使ったり。浴衣に似合うアイテムです。

© 2026 朝霞

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

アフィリエイト
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



お見積り・出張費無料！

こんな方はまずはお電話を！

- ☒ エアコン付けて窓を開め切る夏だからこそ、障子や襖を修理したい！
- ☒ 暑さで動けないのでプロにお願いしたい！
- ☒ 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？

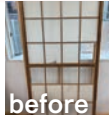


穴の開いた
ふすまが…



直った！

こんな状態の
障子は
ありませんか？



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

ORC

ボロボロ、ぐらぐらの歯、
1日できれいにしませんか？

安藤 歯科
インプラント

自由診療 1本46万～

医療法人社団 新正会 理事長 安藤琢真

東京
渋谷院

東京
高島平院

埼玉
朝霞院

静岡
伊豆院



千年に一度の
お風呂の年

おふろ
2026
千年に
一度の夏は
極楽湯へ

天然温泉
極楽湯
和光店

① 8/23(日)
**氷の
早食い選手権**
桶盛りの氷を早く
食べきれるのはだれか!
優勝者には招待券進呈

② 8/10(月)~12(水)
17:00~22:00
極楽縁日
射的・輪投げ・アヒルすくいなど
フロントでゲームチケット販売
他にもイベント盛りだくさん!

回数券特売 8/8(土)~16(日)回数券10枚綴り
通常価格9,300円→**9,000円!!**

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!**

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9月7日(月)まで

女性専用サウナに
オートロウリュ設備設置!

朝霞の漢方薬局!

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 ●生理痛
- 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 ●お肌のトラブル

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

H Pに体験談も
たくさん掲載中!
下記QR
コードから!!

※店長夫妻とお客のお子様の写真です

**46歳の方が
無事に産まれました**
たくさんの喜びの声を掲載中!

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8月31日迄

できる限り自由に自立した生活を
自由度が高い外出可能の住宅型有料老人ホーム

**施設見学可
予約制**
お気軽に
お問合せください

- 完全個室トランクルーム標準装備(トイレ・バス・洗面所つき)
- フロントサービス(インフォメーション、宅配・留守宅管理他)
- 24時間介護職員常駐
- 訪問看護・訪問診療・デイサービス利用可
- 令和8年1月 入浴設備・新設
ナースコールもリニューアルしました

**ご夫婦に
オススメ
広々なお部屋
ございます**

●広いバルコニー

外出気分を味わっていただける
屋上庭園

**住宅型有料老人ホーム
めいと新座志木**
新座市野火止5-18-21
TEL:0120-223-553

立教大学キャンパス近く
**めいと
新座志木**

志木駅
新座志木
中央病院
立教大
生鮮館世界市
新座駅
トイザらス
R246

駅からお越しの場合
■JR武蔵野線「新座」駅より徒歩約15分
■東武東上線「志木」駅より徒歩約19分、
またはバスで約5分
(バス停「北野入口」下車徒歩約1分)

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. ひじきと枝豆のサラダ

02. 牛肉と小松菜の甘辛炒め

theme
貧血防止レシピ

材料(2人前)
ひじき(水戻し).....80g
枝豆.....70g
コーン缶.....100g
マヨネーズ.....25g
しょうゆ.....10g

作り方
① 水戻しひじき、皮剥き枝豆、コーンをポールに入れる
② ①をマヨネーズ、しょうゆで和えて完成

火を使わず和えるだけの簡単調理
彩りが良く、作り置きにもおすすめ

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
しきや幸福感を味わってみたいと読書活動中。

材料(2人前)
牛肉(赤身).....150g
小松菜.....1束
にんじん.....1/2本
ごま油.....小さじ1
★醤油.....大さじ1
★砂糖.....大さじ1
★オイスターソース.....大さじ1

作り方
① 牛肉をごま油で炒める
② ①に火が通ったら小松菜、にんじんを入れ
て炒める
③ ★を全て入れて完成

貧血予防の鉄分とあわせてたんぱく質も摂取
ひじき・小松菜に含まれる鉄分をしっかり補給して貧血予防をサポート。さらに、枝豆や牛肉(赤身)のたん
ぱく質、小松菜のカリウムも同時に摂れて栄養面もアップします。ひじきや枝豆は食物繊維も豊富なので
腸活にも期待。鉄分とたんぱく質と一緒に摂れる貧血対策メニューです。

漢字クイズ

テーマ | 食べ物

なんと読むでしょう？

“曹達”

ヒント／冷たくして飲みたいシュワシュワする飲み物

出典：朝霞市

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いけません。

答え 8+4+5=17

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



涼しくネットで注文ご自宅へお届け!

はじめての
ネットスーパーなら
マルエツの
オンラインデリバリー!

暑い夏も
配送料無料

0円



8/31月
配送まで

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!



お買い物金額 5,000円(税別)以上で 配送料無料!

通常配送料
220円(税込)

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



買取専門

売るナビ

全国200店舗突破!

貴金属・色石

テレカ(50度数)

金券



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。

※汚れていても可、破れなどの使用困難なものは対象外。

※汚れていても可、破れなどの使用困難なものは対象外。
※JCB・JTBギフトカードの5,000円券は買取不可。

※本価格は、2026年8月相場を踏まえた買取保証価格です。※適用基準日:2026年8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、売るナビ 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。
※相場の変動等により、翌月以降価格が変更と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



古銭



外国銭

掲載されていないお品も
もちろん大歓迎です!

売るナビ
イメージキャラクター 出川 哲朗



買取専門 売るナビ 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

年中無休(年末年始・臨時休業は除く)



048-423-4396



東京都公安委員会許可 第308891806745号

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
数字を入れます。
◆タテ列・ヨコ列・3×3プロッ
クの中では、それぞれ同じ
数字を使っちゃダメです。

01=9+8+1 ㊦

			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			

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

ARIFT 朝霞・和光

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

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 開催中 » 8.26 WED ※8.10(月)は休館

TOMUSHIのカブクワすごいぞ!!
in けやきひろば

世界の貴重なカブクワと
触れ合える夏イベント。
豪華生体が当たるくじや
限定カード配布、自由研
究に役立つSDGsパネル
展示など、親子で楽しめ
る体験が満載です。

[時]10:00〜16:00※7月31日(金)〜8月2日(日)は17:00〜
20:00あり[会]けやきひろば2階 特設会場(さいたま市中央区新
都心10番地)[交]JRさいたま新都心駅より徒歩3分[料]平日800
円、特定日900円、※2歳以下無料、詳しくは公式サイトを要確認
[問]株式会社さいたまアリーナ(10:00〜18:00)048-601-1122

6/12 OPEN

パンと焼き菓子の店

志木市で15年愛される人
気のパン屋が、古民家へ
移転して新装開店!イト
インに加え、レンタルス
ペースを備えた複合施設
となり、人が集う地域の
新たな交流拠点として注
目です。

おうちcafeパン工房

Tel 048-424-3066

志木市本町2-5-46 やまかく館1F/東
武東上線志木駅東口より徒歩約15分
/11:00〜18:00/日休 定休 他不
定休あり

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

POST

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

地域を巡って健康維持にちょうどいいお仕事始めよう!

ポスティングで運動不足を解消

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

ご近所を徒歩または自転車で情報誌ARIFTを配布するお仕事です

報酬

・配布部数による出来高制(月収例)2,000〜10,000円程度

内容

・情報誌アリフトをご家庭のポストに配布していただく
業務委託のお仕事です。
・アリフトはご自宅に配達されるので出社不要です。
・配布していただく地域はご自宅周辺なので安心して配ることが出来ます。

資格

・月1回、火〜土にお仕事できる方。
・携帯電話をお持ちの方。
※学生の方は不可です。

勤務

・ご自宅から徒歩圏内の地域。
※別の方が先に担当している場合、
ご希望の地域をお選びいただけない
場合もあります。

〈ご希望の地区の空き状況はお問い合わせください〉
株式会社 中広メディアソリューションズ 横浜市西区みなとみらい3-3-3 横浜コネクトスクエア11F

アリフト配布Q&A

Q. ポスティング未経験でも大丈夫?

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

Q. 配布する情報誌は会社まで取りに行くの?

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

Q. 急遽配れなくなった場合のペナルティはある?

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

Q. 配布する部数のノルマはある?

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

Q. WワークでもOK?

A. OKです。期間内に配布を終えていただければ大丈夫です。

Q. 配布する時間は決まっている?

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

クローゼットの不用品が
ちょっとしたお小遣いになる

タレント・
田中律子さん

Google
口コミ
4.7の
高評価!
※2026年6月30日現在

着なくなった
お洋服
まとめて
お買い取り

衣類・洋服ポリ袋45L

クーポン
コード
A08

1袋 **1,000円**で **買い取ります!!**

※2026年9月未まで ※一家族様1回限り1袋まで

秋冬もの
買取強化中!
着ていない服、
売らなう!です

香水・
コスメ

汚れていても、
使いかけでもOK

イミテーション
アクセサリ

壊れていても
OK!

ミシン

古くても、
壊れていてもOK

※一部対象外商品もございます。

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

受付時間 / 10:00~18:00

出張費無料!

Google口コミ多数!

東京都公安委員会 許可
第308841804974号

その他、取扱品目多数! お気軽にお問合せを!

0120-773-788

A08
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

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

空き家
十分に管理が
行き届いている状態

管理不全空き家
窓や壁が破損しているなど、
管理が不十分な状態

特定空き家
そのまま放置すると、倒壊等
のおそれがある危険な状態

固定
資産税は
減額された
まま

固定
資産税が
最大6倍に!

土地も住まいも欲しい!が見つかる
発見とちいえプラザ

ポラテック株式会社 木造建築事業部 埼玉西部事業支店

お問い合わせ
資料請求は

発見とちいえプラザ 朝霞オフィス

0120-829-577

[営業時間] 9:00~18:00
[定休日] 火曜日・水曜日

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

ポラテック株式会社

※携帯・スマホOK / リモート
でのご利用も承ります

〒351-0015 埼玉県朝霞市幸町3-11-9 ◎宅建業国土交通大臣(5)第
7081号 ◎建設業 国土交通大臣許可(特-6)第14631号 ◎(公社)全国宅
地建物取引業保証協会会員 ◎(公社)埼玉県宅地建物取引業保証協会
会員 ◎(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

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 

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をしたい
・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
横浜コネクストスクエア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「ばど」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也大歓迎です

病院母体 だから、安心して 長く働ける環境 です

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)



看護師

パート

内 容 デイケア利用者様の健康及び服薬
管理等の看護師業務

給 与 看護師 時給 **1,650円～**

准看護師 時給 **1,550円～**

時 間 8:30～17:30
※勤務日数・時間は応相談
年間休日118日+有休

資 格 看護師又は准看護師資格を有する方

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

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!!

リフォームのことなら エービーシーホーム 川口店

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

住設備メーカー売上上げでも



好評展示中



川口ショールーム

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

リフォームするのなら今がチャンスです!!

5% リフォームローンキャンペーン

大好評につき エービーシーの商材に限り
お支払い金額20万円~2000万円
最長120回払いまで
お支払いは便利な分割払いで!



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。

最大
80%
OFF

特別プライス
キャンペーン 99.9万円
パック

※サイズ等により金額あり

LIXIL 水廻り4点セット

解体費用・残材処分費 標準施工費込み

安心の保証! 各メーカー10年保証も可能です。お気軽にご相談ください。



ユニットバス システムキッチン 洗面化粧台 トイレ

ユニットバス (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	LIXIL BW1216	LIXIL リデア1616
65%OFF メーカー希望価格 716,650円 250,828円	65%OFF メーカー希望価格 688,600円 241,010円	67%OFF メーカー希望価格 1,069,200円 352,836円
LIXIL リノビオV1216	TOTO サザナ1216	TOTO リモデル WY1418 ほつかり床
67%OFF メーカー希望価格 1,123,100円 370,623円	67%OFF メーカー希望価格 895,400円 295,482円	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 シェアS型 W1950 標準プラン	クリナップ ラクエラW1800	Panasonic Vスタイル W2250
70%OFF メーカー希望価格 678,700円 203,610円	65%OFF メーカー希望価格 562,540円 196,889円	70%OFF メーカー希望価格 894,190円 268,257円
LIXIL ノットW2100	TOTO ミッチェ W2550	LIXIL リシエルW2550
65%OFF メーカー希望価格 1,081,300円 378,455円	60%OFF メーカー希望価格 989,230円 395,692円	44%OFF メーカー希望価格 953,700円 534,072円

※LIXIL 水廻り商品は8月発売分より値上げとなります。

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	LIXIL Jフィット
56%OFF メーカー希望価格 139,150円 61,226円	45%OFF メーカー希望価格 312,950円 171,123円
クレヴィ	LIXIL ルミシス W1230
55%OFF メーカー希望価格 702,900円 316,305円	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	INAX オフト600 洗面化粧台
55,176円	41,888円
リンナイ 給湯器20号	LIXIL シャワートイレ
82,500円	24,031円
ノーリツファミ ガラストップ	KVK オール インワン 浄水栓
76,230円	30,613円
リンナイ 給湯専用 便器セット	
36,410円	36,724円

おかげさまで令和6年度リピート率87.2%

施工、仕上がり、アフターに一番力を入れています!!

耐震診断、補強、施工も自社の職人がします

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



代表取締役 配島敏雄

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



400㎡の膨大な
自作作業場及び倉庫

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

リフォームで二世帯住宅 なんでも相談にのります!

埼玉県・東京都・神奈川県・千葉県・茨城県・長野県・群馬県 営業中です

不動産・中古マンション購入時にも対応可!!

空き家のリフォームならさらに安くなります。

空家	荷物が ない	入居者が いる	職人が 入居	工事が スムーズ	工事が 下がる

工事が
20%
OFF

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

「長期優良住宅化リフォーム推進事業」開始

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

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

外壁塗装 超特価



シリコン系塗料	ラジカル制御型塗料	無機系塗料
期待耐候年数8~12年 428,000円~	期待耐候年数12~15年 591,800円~	期待耐候年数15~20年 750,000円~

シリコン系塗料

期待耐候年数8~12年
428,000円~

ラジカル制御型塗料

期待耐候年数12~15年
591,800円~

無機系塗料

期待耐候年数15~20年
750,000円~

マンション

標準グレードバック

1,718,000円~

- 天井・壁・クロス工事
- 床・フロア・ジュエーション・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

マンションリフォームを得意とする職人さんがいます。
お気軽にご相談下さい。



北沢 赤羽 M様

板橋区 常盤台 T様邸

フルリノベーション

既存の間取りにとらわれず、生活スタイルにあわせて
間取りを自由に変更することが可能です。

1㎡あたり 47,080円~



戸建内装フルリフォーム

負担・工期半分で、新築同様の仕上り

・外装工事・内装工事・水廻り工事
・間取り工事・二世帯工事

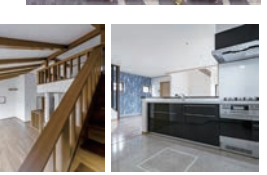
特別価格 (延床面積20坪の場合)
456万円~

工期は半分
住みながらの
工事が可能
耐震補強で安心

内装を新築のように
戸建て内装フルリフォーム

・システムキッチン・ユニットバス
・トイレ・洗面台・クロス・フローリング

199万円~



蕨市 塚越 N様邸

川口市 青木 H様邸

建設業許可/国土交通大臣許可(般-30)第27242号 ■財団法人 住宅保証機構 登録番号 21018598

川口店ショールーム 0120-666-408

川口市並木2丁目9番22号 Tel.048-250-6866 Fax.048-250-6867



電話受付時間 9:00~19:00

土日祝祭日 営業 木曜定休日

ブログもやっています
www.abc-home.co.jp

お問い合わせ
info@abc-home.co.jp

お客様の口コミは
こちらから

川口 エービーシーホーム

墨田店 木曜定休日

東京墨田店

墨田区東向島1-35-12

0120-916-241

Tel.03-6661-8104 Fax.03-6661-8105

お車で越しの場合
お店の近くに
駐車場がございます。

