ARIFT

中山・センター北南
地域みっちゃく生活情報誌® ／ 114

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
10 10/23

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 045-514-1409
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。







その気づきが
大きな支えに。
迷ったら189へ

ARIFTは「#にっぽんオレンジシンボル運動」を推進しています

本活動は11月に国が行う「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」に合わせ、全国の施設をオレンジ色に彩ることで、街ぐるみで虐待防止を目指しています

児童虐待かもと思ったら
いち はや く
189
子どもも親も悩みごとなら
親子のための相談
LINE

地域情報誌 ARIFT エリアの賛同スポット：神奈川県立かながわアートホール、横浜市庁舎、神奈川県庁 本庁舎、川崎市本庁舎 他

ARIFT GIFT FOR A BETTER LIFE -SINCE 2021- TOKYO SAITAMA YOKOHAMA

ガス給湯器は
10年過ぎたら早めの点検を
給湯器のことなら
安心できる
地元のガス屋さん

service
見積もり・相談無料！工事・撤去・処分・取付すべてコミコミの安心価格。本体・施工保証でアフターフォロー万全。詳細は広告ページをご覧ください

shop data
ガス機器専門店
ソーマコーポレーション株式会社
0120-221-710　受付/月～土曜9:00～19:00
東京ガス株式会社簡易内官施工登録店
（登録番号1-2015-0022）



料金表	平日（フルタイム）	土日祝（5時間）	レンタル料金
大人（中学生以上）	1,200円	1,500円	■大人館内着 440円
子ども（3歳～小学生）	680円	680円	■レンタルタオル（大・小）440円
超過料金（1時間毎）	0円	200円	

※外壁工事のため11月4日～12月2日の期間は露天風呂が一部閉鎖になります。詳しくはHPをご覧ください。

港北天然温泉
ゆったり Coco

都筑区中川中央2-7-1 港北みなも3階
TEL.045-595-0260

営業時間
温泉　10:00~00:00（最終入館/23:00）
リフレ　11:00~23:30（最終受付/23:00）
食事　11:00~23:00（LO/22:30）

休館日：第1水曜日

詳しくはHPにて



特典
平日限定
入館料
900円

※お一人様一回限り、1枚につきグループ様全員適用
※お支払いは現金orクレジットカード
※ゆったりCocoのみ
※他サービス併用不可、コピー不可
有効期限：2026年11月30日（月）まで

試験日
12月13日(日)
申込締切
11月12日(木)

知っている神奈川も、まだ知らない神奈川も

あなたの「神奈川力」を資格にしよう！

第1回 神奈川マイスター検定に挑戦



知っているようで知らない魅力がきっと見つかる！

歴史・地理・産業・文化・観光・暮らしなど、幅広いテーマであなたの「神奈川力」を試す「神奈川マイスター検定」の第1回が開催されます。神奈川の豊かな魅力を再発見しながら、その知識を資格に変える絶好のチャンス。神奈川好きのみなさん！ぜひチャレンジしてみませんか？

本番を想定した問題にチャレンジ！

Q1 神奈川県の産業

神奈川県で盛んに栽培され、全国でも収穫量が上位にある農産物として、誤っているものを以下のアからエまでのうち1つ選びなさい。

ア. ダイコン
イ. ウメ
ウ. コマツナ
エ. サクランボ



解説

2025(令和7)年の調査によれば、ダイコン(三浦市、横須賀市など)、ウメ(小田原市など)、コマツナ(横浜市、川崎市、平塚市、茅ヶ崎市など)はいずれも全国で上位5位以内に入る収穫量であった。サクランボは山形県、北海道、山梨県が主な産地であり、一般に神奈川県を含む温暖地での栽培は難しいとされる。

正解:エ

Q2 横浜の歴史

横浜中華街の成立に関する記述として、正しいものを以下のア・イのうち1つ選びなさい。

ア. 江戸時代から中国人街として栄えていた地域がそのまま発展したものである。
イ. 横浜の開港後、貿易に従事する中国人が外国人居留地の一角に集住するようになった。



解説

横浜中華街は、横浜の開港に伴って形成されたものである。西洋の商人たちとともに来航し、貿易の仲介役として重要な役割を果たしていた中国人たちが、外国人居留地の一角に集まって暮らすようになったことに始まるとされる。

正解:イ

Q3 食・グルメ

三浦市の松輪地区で水揚げされ、特に秋に獲れるものは脂が乗って黄金色になることで知られるブランド水産物の名称として、正しいものを以下のア・イのうち1つ選びなさい。

ア. 松輪カツオ
イ. 松輪サバ



解説

「松輪サバ」は、三浦市の松輪地区で水揚げされるマサバのブランド名である。一本釣りされ、人の手に触れずに出荷直前まで生かされていることで、鮮度が保たれる。秋に獲れるものは特に脂が乗って黄金色となるため、「黄金サバ」とも呼ばれる。

正解:イ

Q4 神奈川県の市町村:横浜市

横浜市港北区にあるフードテーマパークで、昭和30年代の街並みが再現された内装を特徴とする施設として、正しいものを以下のアからエまでのうち1つ選びなさい。

ア. カップヌードル ミュージアム 横浜
イ. 横浜博覧館
ウ. 新横浜ラーメン博物館
エ. 横浜大世界



解説

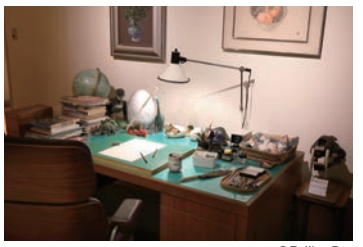
「新横浜ラーメン博物館」は、1994(平成6)年に開館した日本初のラーメンをテーマとするフードテーマパーク。インスタントラーメンの発売がはじまった1958(昭和33年)の街並みが再現され、全国各地のラーメン店が出店している。

正解:ウ

Q5 神奈川県の市町村:川崎市

川崎市多摩区に、その直筆原画を鑑賞できる美術館がある漫画家として、正しいものを以下のア・イのうち1つ選びなさい。

ア. 藤子・F・不二雄
イ. 赤塚不二夫



©Fujiko-Pro

解説

川崎市多摩区には、『ドラえもん』や『パーマン』などで知られる、藤子・F・不二雄の作品世界を体験できる「川崎市 藤子・F・不二雄ミュージアム」がある。藤子・F・不二雄が長年この地に住んでいたことから、川崎市にミュージアムが開設されたといわれる。

正解:ア

Q6 神奈川県の市町村:湘南エリア

「日本三大七夕祭」の一つに数えられ、豪華な七夕飾りで商店街が彩られる祭りが毎年7月初旬に開催される市として、正しいものを以下のアからエまでのうち1つ選びなさい。

ア. 藤沢市
イ. 伊勢原市
ウ. 茅ヶ崎市
エ. 平塚市



解説

平塚市では、「日本三大七夕祭」の一つに数えられる祭り(湘南ひらつか七夕まつり)が毎年7月に開催される。商店街を彩る豪華な七夕飾りが見どころであり、県内外から多くの人が訪れる。

正解:エ

なぜ今、私たちが受けるの？

子どもたちに誇れる地元に

地元の歴史や自然を深く知ることで、子どもたちに誇りを持って「私たちの町」を伝えられるようになります。



地域の魅力発信につながる

隠れた名所や文化を知り、SNSで発信したり、ボランティアガイドに参加したり。あなたの知識が「地域の魅力発信(＝地域貢献)」につながります。



楽しみながら学べて、地域の未来にもつながる——それが神奈川マイスターです！

お申込みいただいた先着2,000名に
テキスト2冊プレゼント！

神奈川マイスター検定
一問一答 合格マスター
ポケットサイズの問題集。気軽に試験対策ができます。



神奈川マイスター検定
合格サポートテキスト
この一冊で神奈川のことが丸わかり！受験に必須のテキストです。



合格者特典
神奈川マイスターの証
を授与します



憧れのキャンパスでチャレンジ！

試験会場に有名大学が選べます

神奈川大学　横浜市立大学
横浜国立大学　国際医療福祉大学
東京大学
県内CBTテストセンター 各所

第1回申込は11/12(木)まで！ お急ぎください！
神奈川マイスター検定受験要綱

第1回試験日	2026年12月13日(日)
申込締切	2026年11月12日(木)
受験料	8,800円(税込)
出題分野	歴史・地理・産業・文化・観光・暮らしなど
試験形式	マークシート方式(二択／四択問題)

※詳細は公式HPをご確認ください。

ARIFT読者限定特典
5%OFF！
受験料
8,800円(税込)から
▶8,360円(税込)に！

お申し込み・詳細はこちら
神奈川マイスター検定
公式HPから簡単にお申し込みできます。
詳細は公式HPをチェック！

問い合わせ
一般財団法人 全日本情報学習振興協会 神奈川マイスター検定事務局
【住所】神奈川県横浜市中区不老町1-6-10苗場ビル404号
【問合せ】0120-992-636(平日9:45～18:00)



DO POSITIVE. DO WELLNESS.

G STYLE

マシン×スタジオ×セミパーソナル

SPORTS SARADA

女性専用だから安心

最大8名までの小人数クラス



G STYLE 70分 グループレッスン

01 ウォーミングアップタイム
ご自身の今日の身体の調子をチェックしていきましょう！

02 反射能力や筋力UPタイム
ゲーム感覚のアイテム、女性に優しいマシンなど、各人の体力に合わせて負荷を変えられる為、きつくない楽しいトレーニング！

03 セミパーソナルタイム
腹筋や体幹を鍛えます。インストラクターがセミパーソナルに対応しますので安心です！



04 脂肪燃焼タイム
有酸素運動やダンス。音楽に合わせてしっかり動きます！
「初めてのひとのための体験クラスです。」



05 クールダウン&リセットタイム
最後は、アロマの香りに癒されストレッチしながらリラックス。頑張った自分を褒めてあげて！

3日間限定！ お悩み別 G-STYLE 体験会

あなたの悩みにぴったりの1日を！



10/29(木) 10:30〜11:40（70分）

気になるお腹まわりをすっきり整える。

お腹ぽっこり解消

お腹の筋肉を目覚めさせる / 体幹を強化する / くびれのあるすっきりボディへ

加齢や運動不足で気になるお腹まわりを、マシンと体幹エクササイズで効率的にアプローチ。無理なく引き締めて、動きやすく軽い身体を目指します。



10/30(金) 10:30〜11:40（70分）

身体を軽やかに！

運動不足解消

筋肉を使う習慣 / 姿勢改善 / 心のリフレッシュ

運動は、未来の自分への貯金。今日の10分、20分の積み重ねが、これからも自分らしく動ける身体につながります♪ 専門インストラクターがサポートします！



10/31(土) 10:30〜11:40（70分）

首・肩まわりがふっと軽くなる。

猫背・巻き肩改善

正しい姿勢に整える / 肩こり・首こりをやわらげる / 見た目も若々しく

デスクワークやスマホで固まった肩まわり・背中を、マシンとストレッチでやさしくほぐし、美しい姿勢へ。呼吸が深まり、気分まで軽くなります。

SPORTS SARADA

ウェアレンタルあり（事前予約制）
セミパーソナル / 駅ナカ
最大8名までの少人数クラス

スポーツサラダでは、美姿勢を意識したヨガ・ピラティス・骨盤調整など20種のプログラムをご用意。お稽古感覚で選べて、日々の運動習慣が身に付きます。

お問い合わせ、体験予約はこちらから

GODAI LIFESTYLE with SPORTS センター南

HP Instagram

TEL 045-949-1233

受付時間 平日 9:30〜19:30 / 土曜 9:30〜17:00 / 日曜 9:30〜13:00

センター南 駅ナカ 横浜市都筑区茅ヶ崎中央1-1 センター南駅1F

アリフトを見てご入会の方 入会金 0円
※継続条件あり
※2026年11月末日まで有効

ARIFT読者特典
アリフト10月号を見て体験後にご入会の方は
月額8,140円が 2027年3月まで
毎月 最大5,500円お得！
1,100円引き！

あなたの「いちばん」に応える。

Google口コミ 4.7の高評価！ ※2026年9月30日現在



タレント・田中律子さん

他社さんで断られたお品物も大歓迎！

日本人形・ドール・キューピー・ペコちゃん・リカちゃんやソフビまで！なんでもご相談ください♪

人形・ぬいぐるみ 5点まで必ず買い取ります！

※ガラスケース買取不可 ※2026年11月末まで

クーポンコード AY10

リカちゃん 株主限定品	ひみつのアッコちゃん ソフビ	帰ってきたウルトラマン マット隊員
買取価格 8,000円	買取価格 15,000円	買取価格 140,000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

掛け軸、絵画・ミシン・未使用食器一緒に出していただければ

さらに!! 買取金額を20%UP！



食器 使用済みでもOK!

※食器の買取は10点までとなります。（ブランド食器は点数制限対象外）



ミシン



掛け軸、絵画

かんたん4ステップ ご利用の流れ



❶問い合わせ ❷訪問 ❸査定 ❹成約・お支払い



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。

詳しくはこちらをチェック！

総合リサイクル いちばん堂

その他、取扱品目多数！お気軽にお問合せを！

0120-755-767

受付時間／10:00〜18:00

AY10 こちらのコードをご予約の際にお伝えください

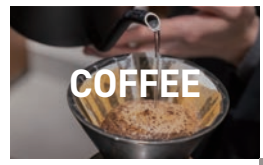
お洋服の買取も強化中！

出張費無料！ Google口コミ多数！

東京都公安委員会 許可 第308841804974号



menu
※一例です



マスターウォール
ブレンド……400円



カフェラテ……500円
ココア(チョコ)ラテ
……500円



熟成バスク
チーズケーキ…600円
アップルパイ…600円

オレンジジュース…200円

★ケーキはドリンクとセットで100円引き

Land of masterwal
ランドオブマスターウォール 横浜
TEL 0120-041-419
横浜市都筑区茅ヶ崎中央6-1 サウスウッド2F



Open / 11:00 - 19:00（カフェ ～18:00）
木曜日定休(祝日営業)／年末年始・他臨時休業有り
提携駐車場あり
施設内 オムツ替え コーナー・授乳室あり

平日限定 ご利用人数× 100円引き
※1枚で4名様まで ※2026年11月末まで

ハマスタから、横浜さんぽ！

横浜DeNAベイスターズゆかりのスポットを、
歩いて、食べて、買って楽しむ。
試合がない日も、横浜の街へ出かけよう！

写真提供：ⓒYDB　企画・編集：ARIFT編集部

ハマスタ周辺を楽しむ！



回遊デッキ
2020年に整備された回遊デッキ。試合がない日は横浜公園内の通路として、誰でも無料で散策できます。ホームからレフト側へ進むと、選手の名前や球団マスコットがあしらわれたレンガも。歩きながらベイスターズを感じられる場所です。



記念レンガ
回遊デッキの一部には、ファンや選手、レジェンドOBの名前が刻印され、球団マスコットがペイントされたレンガを設置。ひとつひとつ眺めながら歩けば、思わぬ名前やマスコットを見つける楽しみも。試合のない日にも、街の中でチームとのつながりを感じられます。



横浜スタジアム周辺
横浜公園内にある横浜スタジアムを中心に、周辺にはベイスターズを感じられるスポットが点在。BALLPARK BURGER &9やBAYSTORE PARKなどもあり、試合のない日はスタジアムの雰囲気を感じながら、ゆったり散策を楽しめます。

2026 BAYSTARS MEMORIES

今シーズン、心に残った3つの瞬間。

03.27 OPENING GAME 牧秀悟
開幕戦初球先頭打者ホームラン。
シーズンの幕開けを飾った、印象的な一発。

06.04 DRAMATIC RUN 三森大貴
同点の2アウト一二塁。相手投手の暴投で二走から三塁を回り、本塁へ生還。相手のタッチをかわしてサヨナラ勝ちにつながった神走塁。

09.15 250 HOMERUN 筒香嘉智
NPB通算250本塁打を達成。さらにハマスタでの通算本塁打数を148本とし、球場最多本塁打記録を更新した一打。

ハマスタから歩いてめぐる！ ベイスターズ聖地めぐりMAP



横浜スタジアム（回遊デッキ）
試合のない日は横浜公園の通路として、街や公園の景色を地上約6mから楽しめる回遊デッキ。

Lifestyle Shop「+B」
日常に野球を＋する、雑貨やアパレルが揃うライフスタイルショップ。

CRAFT BEER DINING &9
オリジナルビールやフードを楽しめるクラフトビアダイニング。

BAYSTORE Flagship YOKOHAMA
ユニフォームからマスコットグッズまで揃うフラッグシップショップ。

横浜DeNAベイスターズ優勝記念モニュメント「煌」
1998年の日本一を記念して設置されたモニュメント。歴史と栄光を感じられます。
住所：横浜市中区常盤町1丁目6

みなとみらい勝利神社（ビクトリー）
勝利や成功を願って絵馬を奉納できる、みなとみらいの"勝利神社"。
住所：横浜市西区みなとみらい3丁目5-5 MARK IS みなとみらい1F

買取大吉 KAITORI DAIKICHI

大切にしてきたお品物の
価値を丁寧に査定します

＼壊れていても古くても大歓迎／











ハイブランドのBAGやジュエリーなど
2点以上ご成約で
買取金額 5,000円UP!!
※一部除外品あり
有効期限2026年11月末日

買取大吉 KAITORI DAIKICHI 川崎東有馬店
川崎市宮前区東有馬5丁目26-10 TEL：044-863-8119
HP　Instagram
営業時間／10:00～19:00
定休日／年中無休
MAIL:kawasaki-higashiarima@kaitoridaikichi.jp
買取時には免許証・マイナンバーカードなど
「ご本人確認書類」を必ずお持ちください。
無料P有り
古物商許可番号：第452560007192号





高価買取を誠実に実現します！

愛車を含めたご家族全員にとって、最適なご提案を行います

「愛車との別れの寂しさ、私も知っています」

「そろそろ乗り換え?」「免許を返納?」など、そんなお車の悩み、ありませんか?
ハッピーカーズ横浜北部店のオーナー・店長の米田です。
私自身、何度も車を乗り継ぎ、売却の苦労や愛車と別れる寂しさを経験しています。
また、親の免許返納、子育てや転居、子供の独立、自分の定年退職(からの開業)など、多くの経験もございます。だからこそ当店は、様々なライフステージのお客様に寄り添い、「地元の車好き」として、「お車を含めたご家族皆様に対して、最適なご提案をする」事をモットーとして活動しております。定年までの前職では、法人のお客様の様々な課題(漠然とした課題も含めて)を解決する事を主体とした営業でしたので、ほわっと「どうしようかな?」という時こそ、ご相談下さい!乗り換え方法、免許返納、相続手続きのご相談等も大歓迎です。お客様のお立場に立って、最適なご提案をさせて頂きます。(今売らない方が良いという事も勿論ございます)詳しくは、公式サイトやクチコミをご確認下さい。お会いできる時を楽しみにしております!

横浜北部店が信頼できる理由

地域密着! / 低コストだから高価買取! / 即日お支払い対応! / 後日の減額なし! / 無料・出張査定! / キャンセル可! / 即決を求めません! / 名義変更も手早く!

Google クチコミ

クルマ高く売るなら!
ハッピーカーズ®
横浜北部店

クルマ高価買取専門店 | 全国約160店舗

横浜市青葉区大場町356-42
神奈川県公安委員会許可番号 第451910010049号
TEL 080-3910-1495

公式サイト

野球のない日も、ベイスターズを楽しもう。

暮らしに、食に、ショッピングに。シーズンオフも楽しめる、
ベイスターズゆかりのスポットへ。

01 Lifestyle Shop「+B」

暮らしに野球を＋しよう!毎日に取り入れたいアイテム

「日常に野球を＋する。」をコンセプトに良質でおしゃれな雑貨や洋服、趣味のグッズに、野球の心を＋するライフスタイルショップ。シーズンオフも、毎日の暮らしで野球を身近に感じられるアイテムが揃います。ボールステッチシリーズは、実際の硬式球に使われる赤糸を使用。野球好きはもちろん、普段使いできるアイテムを探す人にもおすすめです。



PICK UP



ボールステッチ
Tシャツ
4,800円



ボールステッチ
スウェットクルー
7,200円

POINT

実際の硬式球に使用される赤糸を
ステッチに使用したオリジナルアイテム。

詳しくはこちら

DATA:
横浜市中区日本大通34 THE BAYS 1F
11:00～19:00
定休日:年中無休 ※年末年始・臨時休業日を除く

02 CRAFT BEER DINING &9

昼から楽しむ野球の時間を街で味わうこだわりの一杯

日本大通りとTHE BAYSの歴史を感じながら、野球文化を日々の暮らしに取り入れられるクラフトビアダイニング。球団オリジナル醸造ビールをはじめとする10種類以上のクラフトビールを揃え、選手が使用して折れたバットや公式試合球を加工したビアタップも見どころ。ランチは17時まで楽しめ、カフェタイムにも利用OK。天気の良い日は中庭のテラス席も◎。





PICK UP

BAYSTARS LAGER
ハーフ **750円** パイント **1,000円**

温玉とリーフレタスの
タコライスランチ
1,400円

POINT

BAYSTARS LAGERは「インターナショナル・ビアカップ2025」で金賞、球団初のカテゴリーチャンピオンを受賞。
タコライスはスープ・セットドリンク付き。

詳しくはこちら

DATA:
横浜市中区日本大通34 THE BAYS 1F／平日・土曜 11:30～22:00(L.O.21:30)、日曜・連休最終日 11:30～21:00(L.O.20:30)／
定休日:月曜 ※祝日の場合は火曜／TEL.045-663-3161

03 BAYSTORE Flagship YOKOHAMA

お気に入りを見つけよう!シーズンオフも楽しく応援

球団オフィシャルグッズショップ最大の商品数を誇るフラッグシップショップ。ユニフォームやアパレル、マスコットアイテムなど幅広いグッズが揃い、ファンはもちろん、普段使いできるアイテムを探す人にもおすすめです。CUSTOM　CORNERではオリジナルグッズ作りも楽しめます。シーズンオフはゆったり店内を見て回り、お気に入りを探してみて。







PICK UP

オリジナルフェイクレザー
キーホルダー
2,000円

POINT

「BAYSTORE Flagship YOKOHAMA」限定の刻印サービス。アルファベットや数字、⚾・♡などの記号、マスコットのシルエットから、8文字を刻印できます。

詳しくはこちら

DATA:
横浜市中区港町1丁目1番1ほか／BASEGATE横浜関内 内 THE LIVE 2F
通常営業日:11:00～22:00／※主催ナイター開催日は11:00～23:00
定休日:BASEGATE横浜関内のカレンダーに準ずる

※価格は全て税込みです ※デザイン・価格は変更になる可能性がございます



Let's Begin!

はじめよう、まなび時間

スクール&おけいこ

School special feature starting from Now

新しいことにチャレンジしたい！
そんな方は習いごとをはじめてみませんか？
地元のスクール情報をご紹介します。

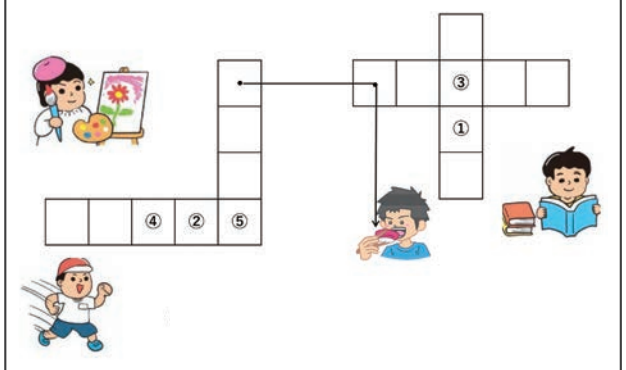
みんなの謎解きタイム

10月の謎解き

イラストをヒントに
①〜⑤があらわす言葉を
かんがえてみましょう。

正解とヒントは
下記QRコードから！

正解はこちらのQRから
「10月の謎」と入力してね





「弾けた！」の感動をあなたにも

きっと見つかるあなたの楽器『弾いてみたい！』を見つけませんか？

選べる特典

ご好評につき延長！11月30日まで

入学金
通常一般 ~~11,000円~~
幼児・小中高生
~~6,600円~~

0円

もしくは

楽器プレゼント！

【プレゼント対象楽器】
クラシックギター・
アコースティックギター（フォークギター）・
エレキギター・エレキベース・ウクレレ

\まずはお気軽に体験へ/

無料体験実施中！

体験予約はこちらから▼

新堀ギター教室では、ギターはもちろん、他にも様々な楽器が学べます。

- ☑ 独学では限界が…
- ☑ 楽譜が読めないけど大丈夫かしら…
- ☑ やっぱりあの楽器やってみたい！

エレキベース ドラム ヴォーカル
ウクレレ バンド
ギターアンサンブル など

学べる楽器の詳細はHPから♪

初めての方も、もう一度始めたい方も大歓迎♪お子さまから大人の方まで、それぞれのペースを大切に、一人ひとりに寄り添ったレッスンを心がけています。一緒に音楽を楽しみませんか？まずはお気軽にお問い合わせください！
主任 大泉未来先生

新堀ギター音楽院
中山教室
アリフトを見たとご連絡ください
TEL:045-931-8338
横浜市緑区中山1丁目1-16
新堀ギタービル2F



JR 中山駅 徒歩3分

Instagram

個性を活かす指導で
御三家・難関校から
上位中堅校まで対応

プロ講師による完全少人数定員制
中学受験専門 鉄能会

集団指導 × 個別指導

鉄能会は御三家・難関上位校、
鉄能会NEOは上位中堅校をターゲットとした「専任講師による中学受験専門塾」です。



[鉄能会 自由が丘校]
TEL.03-6421-4431
世田谷区奥沢5-27-5
魚菜エステートビル 2F

[鉄能会 鷺沼校]
TEL.044-862-7102
川崎市宮前区鷺沼3-1-24
鷺沼吉野ビル 4F

[鉄能会 青葉台校]
TEL.045-530-9771
横浜市青葉区榎が丘1-9
青葉台由樹ビル 4F

[鉄能会NEO たまプラーザ校]
TEL.045-905-4621
横浜市青葉区美しが丘5-2-14
たまセンター第2ビル 2F

ARIFT

SNSやウェブサイトでも地元情報をより広く、早く、多くの方にお知らせ！

Instagram LINE ARIFT WEBサイト

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>



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>



アリフトWEB

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>



SHOP information

地元をもっと楽しく
いま行きたいとっておきのお店をご紹介

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。

≫センター南駅から徒歩5分

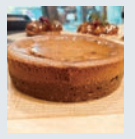
焼き立ての香りに包まれる季節がやってきた!!
秋本番！窯出しアップルパイ 860円 13時～数量限定

Instagram はこちら



ポーモデアーモのアップルパイを一口食べたその瞬間、白雪姫もびっくり！その美味しさに、まるで魔法のりんごを口にしたかのように、幸せな笑顔が自然とこぼれます。サクサクの生地に包まれたジューシーなリンゴと甘さ控えめの香ばしい風味が、あなたの午後をちょっと特別にしてくれるでしょう。
1ホール（2～3名様用）860円。なくなり次第終了。
ご予約不可、現金のみのお取り扱いになります。

『ベイクドチーズ』1,600円（税込）
10/30・31の2日間13時～数量限定 ！
じっくり香ばしく焼き上げた濃厚な『ベイクドチーズ』数量限定、ご予約不可になります。



アップルパイの店 ポーモ デ アーモ
TEL 045-941-0450
都筑区茅ケ崎中央13-3／営業日：火・水・金・土
13:00～17:00／現金のみ／ビニール15円、紙袋35円、
※エコバックご持参、簡易包装ご協力歓迎。

早くも 忘年会
ランチから深夜まで！
食べたい人も飲みたい人も楽しめる
お得なコースをご用意しました。

お得な料理5品～と3時間飲み放題で
4,200円(税込) 4,500円(税込) 5,000円(税込)
個室あります | テラス席あり ペット可です | ご予算に応じてご用意OK



ランチ 1,100円(税込)
【パスタランチ】サラダ・パン・ソフトドリンク・デザート付
【カチャトーラ】サラダ・パンorライス・ソフトドリンク・デザート付
【タコス】ソフトドリンク・デザート付



Bim Bum Bam
RESTAURANT&BAR
TEL 045-944-4660
横浜市都筑区茅ケ崎中央13-16
11:30～翌朝4:00まで
※変更の可能性あり
詳しくはこちら▶
年中無休 駐車場2台
アルバイト大募集
ビンブンバン センター南



センター南駅1番出口 徒歩3分



ランチ 定価1,100円▼ 100円引き
※本券持参に限り有効※他券併用不可※1回のご来店につき1枚まで※1枚で4名様まで有効※予約不可※現金でのお支払いに限る※コピー不可※ランチメニューにのみ利用可
2026年11月19日まで

ディナー 5,000円以上のご利用で 10%OFF
※本券持参に限り有効※他券併用不可※1回のご来店につき1枚まで※予約不可※現金でのお支払いに限る※コピー不可※コースメニュー不可
2026年11月19日まで

今月のグルメ

新米の季節到来！こだわり"おにぎり"

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でも情報発信中。
10月は栗スイーツ！

こだわり溢れる究極の手づくりツナマヨ



自家製ツナマヨ 378円（イートイン385円）
お米は山形県の契約農家の「はえぬき」、ツナはお刺身でも食べられるマグロを使用。海苔は注文後に巻いて提供され、本物の味を届けたいという思いが込められたおにぎり。
おにぎりとおわん
TEL045-620-9661／横浜市港北区日吉7丁目13-21
店舗情報は▼

極上の味わい！こだわり国産うなぎのおにぎり



静岡県産うなぎ 390円
農家さんから直接仕入れる特別栽培米などのこだわりのお米に、柔らかな静岡県産うなぎを使用。秘伝のタレご飯と海苔が旨みを引き立てる、発売以来愛される人気の一品。
農家産直米すえひろトレッサ横浜店
045-834-7852／横浜市港北区師岡町700番地 トレッサ横浜南棟1F
店舗情報は▼

多彩な美味が勢揃い！心込めて握るおにぎり



梅しそちりめん 259円
大葉香る梅しそちりめんや注文後に握るしおむすび、煮卵まるごと1つを入れた品など心躍る品揃え。いろいろな味を少しずつ楽しめる詰め合わせ「彩り小手毬」もおすすめ。
おにぎり わ 本店
TEL045-482-7876／横浜市青葉区あざみ野2-12-1 丸善ビル1階
店舗情報は▼

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 10.24 SAT

初の秋開催！『第37回 あざみ野祭り』

あざみ野の風物詩が今年は10月に開催。地元自治会や人気店による豊富な模擬店と、ステージで繰り広げられる多彩なパフォーマンスを秋空のもとで楽しむ特別な一日。



会場：小学校予定地(あざみ野1-15)／交通：東急田園都市線「あざみ野駅」徒歩5分ほか／日時：10月24日(土)13:00～19:00 ※荒天中止。

10/15 OPEN 「スガキヤ」が約20年ぶりに関東へ出店



創業80年を迎えた名古屋発の「スガキヤ」が約20年ぶりに関東へ再進出。名物のラーメンのお得なセットやスナックメニュー、新商品のコロッケなどサイドメニューも充実のラインアップ



スガキヤ カエデウォーク長津田店
カエデウォーク長津田店 2階フードコート内／横浜市緑区長津田みなみ台4丁目7－1／営業時間、定休日は施設に準ずる。

≫センター北駅より3分 1番出口ピンクのビル5F
五十肩・腰痛・肩こり・首肩痛
健康堂におまかせください

詳しくは こちら

ご予約時アリフト見たで
60分 4,800円→ **3,100円**
※初回限定価格
2026年11月末迄

ご予約時アリフト見たで
80分 7,700円→ **5,200円**
※初回限定価格
整体(リンパ+気功)+ハンド+ヘッド+足裏
2026年11月末迄



ツボ・経絡・血管・リンパに働きかけ、日々の疲れなどから身体に溜まった老廃物の排出を促して、不調を改善します。手や肘を使用し身体のツボや経絡に作用させ、筋肉のコリをほぐして脊椎の歪みを正します。血行の循環を改善させることで人間本来の自然治癒力UPを促します。



中国気功整体院 健康堂
TEL 045-912-9968
都筑区中川中央1-22-17-5F
11:00〜21:00

住家被害5,000棟超 **人的被害約60人**
※2026年9月千葉県の発表に基づく被害状況

千葉にエールを

全国の地域メディアから、千葉へ

千葉豪雨災害
義援金プロジェクト

2026年8月、記録的な豪雨が千葉県を襲いました。被災した各地域では、道路などインフラの復旧をはじめ、被災された方々の生活再建に向けた支援が急務です。全国のフリーペーパーなどが連携し、千葉県への義援金をクラウドファンディングで募集します。

手数料などを控除した義援金の全額を千葉県へ届けます。

お問合せ先：株式会社地域新聞社 TEL0120-152-337
千葉県八千代市勝田台北1-11-16 VH勝田台ビル5F
千葉県を中心にフリーペーパー『ちいき新聞』を発行・配布している会社です

地域をつなぐ支援や応援コメントはこちらから
※ご寄付に対して税制上の優遇措置は受けられません。

読者プレゼント Special Readers Present

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/27zE5
応募締切
2026年11月13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♪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いただき、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
ARIFT10月号プレゼント係
022-792-8101(平日10時〜17時)

1本×2名様
氷温熟成日本酒 °Ondo
003Re. Vintage Sake
0°C 2023
The Silent Rebirth
純米大吟醸

提供：株式会社イズミセ https://ondosake.com/
税込み17,600円

酒米「雪女神」を40%まで磨き、贅沢な「斗瓶取り」で抽出した酒を0℃で氷温熟成。雑味がなくクリアで繊細な旨みと凛とした香りが際立つ、数量限定の純米大吟醸です。

※20歳未満の飲酒は法律で禁止されています



1箱(6ケ入り)×3名様
素材の香りを愉しむ
贅沢ショコラ
Yasushi SASAKI
エレガント6A

提供：株式会社アール
https://www.yasushisasaki.jp/
税込み4,104円

素材の香りと味わいを引き立てた「Yasushi SASAKI」のショコラ「エレガント6A」。こだわりが詰まった6種の風味をお届けいたします。

※当選者へのお届けは26年12月末以降となります



賞品は、メーカーから直接お届けします。予めご了承ください。





地域情報誌アリフトは
「#にっぽんオレンジシンボル運動」を推進しています

11月に国が行う「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」に合わせ、HAPPY MEDIAでは全国のお城やタワー・ビルなどをオレンジ色に彩る、「#にっぽんオレンジシンボル運動」を各地で展開します。
街ぐるみで児童虐待への関心を高め、子どもを守るために、児童相談所虐待対応ダイヤル「189番」を広めることが目的です。異変を感じたら迷わず189番しましょう。周りの人にも教えてあげてください。

地域情報誌ARIFT エリアの賛同スポット
- 神奈川県立 かながわアートホール
- 横浜市庁舎
- 神奈川県庁 本庁舎
- 川崎市本庁舎 他

CHŪCO group 児童虐待防止運動
- 地域みっちゃく生活情報誌®による189番啓発活動
- #にっぽんオレンジシンボル運動
- 小学生向け189番周知プロモーション

活動内容は特設サイト、Instagramでご確認ください
Instagram
特設サイト

主催 CHŪCO group 後援 文部科学省 こども家庭庁
協力 (一社)日本地域広告会社協会 地域みっちゃく生活情報誌®VC加盟社



≫川和町駅より徒歩4分/バス停寺家町下車徒歩2分

お庭が家族の時間を心地よくする　食べられる庭（エディブルガーデン）でお庭が暮らしの一部にも

HPは こちら



今回ご紹介するお庭は、明るめのタイルを選び広々とすっきした仕上がりに。スコップでは「食べられる庭」＝エディブルガーデンをおすすめしています。ハーブや野菜を植えて、宅配ピザにお庭で摘んだバジルをのせるだけで、びっくりするほど美味しくなります。水栓は鉛筆型の立水栓で遊び心をプラス。完成したお庭とご家族をプロのカメラマンが撮影してデータでプレゼントするサービスも始めました。

ご相談からプラン・設計・施工・アフターサービスまでプランナーが責任を持って承ります。
[施工までの流れ] ご相談→現地調査→プランお見積→ご契約/工事→確認/完成
思い描くお庭のイメージをお伝えください。お見積は無料です。





ガーデン工事専門店 スコップ

TEL 0120-354-815

[川和店] 都筑区川和町1835-5 [寺家店] 青葉区寺家町243-2／10:00～18:00／水・祝定休※ショールームは事前予約制。HPから当店のリーフレットをDL可能。

≫中山駅北口より徒歩2分

相続、遺言等の生前対策　お気軽にご相談ください「頭の保険」任意後見も対応可能です

HPは こちら



緑区・都筑区を中心に地域の皆さまに頼れる法律事務の専門家として、不動産登記・商業登記・相続・相続放棄・遺言を中心にご相談を承っております。認知症などの判断能力低下に備えあらかじめ契約を締結して後見人を選任する「任意後見」や、相続時のトラブルを防ぐための「遺言書作成」など、将来の不安に備えて早めに情報収集や準備をすることでご提示できる解決策は広がります。「とりあえず相談」も大歓迎です。

相続登記をせずに放置している不動産はありませんか。2024年4月1日から相続登記が義務化されました。正当な理由なしに相続登記を怠った場合10万円以下の過料に処されます。登記が難しい場合は過料を回避する方法もありますので、専門職である司法書士にご相談を。

司法書士いしばし事務所

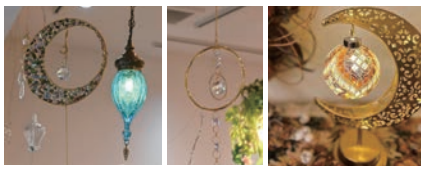
TEL 045-482-4179

横浜市緑区中山1-6-17-204号／9:00～18:00／土・日・祝日定休（事前予約で時間外対応可）／お問合せはQR（ホームページ）からも受け付けております

ランタン秋のワークショップに、よつばランプ先生の「月のランプ」登場！

ご予約は、QRコードより

定番のリースやキャンドル、サンキャッチャーなど様々なジャンル、講師のワークショップをお楽しみいただけます♪



ランタン店舗に
葛飾北斎特集始まりました！
浮世絵や北斎ゆかりの
アイテムが揃います





10.7（水）～12.8（火）

— POP UP SPACE —

横浜ディスプレイミュージアムで
ランタンオーナー
作品展示

蒼ノトキキャンドル いよいよ販売開始

照明デザイナーの颯季です。オリジナル照明や雑貨を制作しています。Lanternでは「～ときめきをお部屋に閉じ込める～」をコンセプトに、老舗ブランドから個人クリエイターの作品まで、選りすぐりの心躍るアイテムを取り揃えています。



lantern 照明＆雑貨 ランタン

照明と雑貨のお店 ランタン

都筑区中川中央1-36-5



センター北駅からモザイクモールとプレミアヨコハマ間の道をまっすぐ徒歩3分

お問合せは Instagramから お気軽にどうぞ

甲状腺　糖尿病

日吉八木医院

内分泌内科・糖尿病内科



〒223-0062
横浜市港北区
日吉本町1丁目1-6

八木医院 日吉

東急東横線・目黒線・市営地下鉄
日吉駅（西口）徒歩1分

	月	火	水	木	金	土	日	祝
9:00～11:30	—	○	○	—	○	※	—	—
14:00～16:30	—	○	—	—	○	—	—	—

△は一般内科のみ　※土曜は9:00～13:30

045-561-2095

BROOK'S

通販限定　1家族様1セット1回限り※1　初回送料無料※2 ・1家族様1回限り ・1,980円以上のご注文で

広告コード 86263

毎日楽しめるたっぷり40袋！

特別価格で！

この価格でのチャンスは一度だけ！

購入者 満足度アンケート

いろんなコーヒーを飲めるブルックスは魅力的♪（40代 女性）

「また飲みたい」99.1%*

（イメージ）



10gコーヒーお試しセット



コーヒー豆10g たっぷり だからおいしい

商品コード 28-1851

通常価格 ~~3,810円~~

48% OFF!!

1,980円 税込

10銘柄　合計40袋

モカ／ヨーロピアンブレンド 各12袋
マイルドブレンド／モカブレンド／ロイヤルブレンド／ブラジル／
グアテマラ／キリマンジャロ／魅惑のインド／
楽園のブルマンブレンド 各2袋 合計40袋

さらに1,000円プラスで ブルマンブレンド12袋（2,844円）が付いてお得！

商品コード 28-1853

10gコーヒーお試しセット＋ 楽園のブルマンブレンド 12袋

通常価格 ~~6,654円~~

合計52袋

2,980円 税込　55% OFF!!

※1 2026年10月1日以降、既に『10gコーヒーお試しセット』『10gコーヒーお試しセット+楽園のブルマンブレンド』をご注文された方は、1家族様1セット1回限りのため、同一商品の2回目のご注文はできかねます。リピート注文の方は通常価格商品「10gコーヒーお試しセット（商品コード28-1850）」3,810円、「10gコーヒーお試しセット+楽園のブルマンブレンド（商品コード28-1852）」6,654円での販売となります。ご了承ください。　※2 ブルックスを初めてご利用になる方。
*「10gコーヒーお試しセット」（購入者アンケート結果：2026年5月19日時点、840名回答、自社調べ）

ご注文はこちらから！ 広告コード 86263

電話 通話料無料 0120-349-100

受付時間 9:00AM～6:00PM 月～土（祝日を除く）

WEB注文がおトク!! 下の二次元コードからのご注文限定！ スマホのカメラをかざすだけ！／簡単♪

モカ3袋プレゼント♪ 期間：2026年10月1日～2027年3月31日 ストレートコーヒー人気No.1!

ブルックスのおためし 検索

www.brooks.co.jp

WEBならカード払いOK!

お支払い ❶後払い：ゆうちょ銀行・郵便局 またはコンビニエンスストアから。払込手数料はお客様ご負担となります。（66円～220円）
●商品到着後、同梱の払込取扱票に記載の期限までにお支払いください。
❷代金引換（手数料330円はお客様ご負担でお願いします）
下記の場合は代金引換となります。
●初回ご注文で6,000円以上お買上げの方。
●2回目以降で当社ご利用限度額以上お買上げの方。
お支払い方法は他にもあります。詳しくは当社WEBサイトでご確認ください。

お届け 通常ご注文受付後4日（日祝除く）前後で発送

送料 通常送料590円（注文合計7,000円以上で送料無料）

年末年始の営業について ●年内：12月26日（土）まで ●新年：1月4日（月）から
【年内の発送】WEBサイト・電話は12月21日（月）ご注文分まで。これ以降のご注文は、休業明けより順次発送となる場合がございます。

●返品：商品に不備等がございましたら、商品到着後8日以内にご連絡ください。ただし、お客様のご都合によるご返品はお受けできません。【連絡先】カスタマーセンター［045-902-0990］●個人情報（お名前・ご住所・電話番号等）は商品のお届け・ご案内・アンケート・ご連絡等当社及びグループ会社の業務のみに利用いたします。詳しくは当社WEBサイトをご覧ください。●商品の価格・仕様及び各種サービスにつきましては、予告なく変更または中止する場合があります。あらかじめご了承ください。●ブルックスでは、不測の事態（天災地変・テロ・感染症等）が発生した場合、やむを得ず事前の予告なしに事業の一時的な自粛を行う場合があります。

(株)ブルックス
〒225-8739
横浜市青葉区美しが丘4-54-6

JADMA 公益社団法人日本通信販売協会会員
広告有効期限／2027年1月末日

参加無料 女性限定

「貯金だけ」はもう卒業！

基礎から始めるマネー講座



「銀行預金ではお金が増えない」「ネットで運用について調べても、何から始めればよいか分からない」「運用したいが、リスクがあるから怖い」「iDeCo・NISAってどこで始めればよいの？」など、いつでも、お金の悩みというのは尽きないもの。この講座では、「教育資金」「住宅購入」「老後資金」「iDeCo・NISA」など、家計の改善から資産運用まで、幅広いお金の基礎知識について、今大人気のファイナンシャルプランナーが、徹底的に解説してくれます。参加は無料。完全予約制。「お金の悩みを解決したい！」という方は、この機会に参加してみては？

日程：①11月15日(日)・②11月19日(木)
※①・②のいずれかをお選びください
時間：9:30～11:30(受付9:15～)
場所：都筑公会堂(都筑区総合庁舎内)
最寄駅：「センター南駅」より徒歩6分
住所：都筑区茅ヶ崎中央32-1
定員：15名(先着順・参加費無料)
講師：ファイナンシャルプランナー 山邉 徳厳
(きらくFP事務所代表)

お問合せ先(8時～20時)
専用ダイヤル：090-1706-3502(ヤマベ)
主催：きらくFP事務所 ☎045-719-0108
〒220-0004 神奈川県横浜市西区北幸1-11-1 水信ビル7階

お申し込みはコチラのQRコードから！

Let's 脳活!

ナンプレ

「ルール」をもとに白マスを埋めましょう。
A～Cの合計は？

ルール

◆9×9のマスに、1から9までの数字を入れていきます。
◆タテ列・ヨコ列・3×3ブロックの中では、それぞれ同じ数字を使ってはいけません。

答え 8+8+4=20

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

他のお掃除 見積り無料

まずは1台お安く プロの掃除体験どちらか1か所

1台ご体験キャンペーン!

※2回目以降の方は、お問い合わせください。





掃除のプロが分解して徹底洗浄

リピーターやご紹介多数！
延べ65,000件のお宅にご利用いただいております

2026年11月14日 申込締切

エアコン(抗菌コート込み) 初回限定
普通タイプ 5,500円(税込)
※2台目以降は通常価格10,780円(税込)(抗菌コート込み)

エアコン(抗菌コート込み) 初回限定
お掃除機能付きタイプ 7,000円(税込)
※2台目以降は通常価格16,500円(税込)(抗菌コート込み)

カンキセン 初回限定
7,000円(税込)

お申込み・お問合せ
エアコンクリーニング実績 60,000件
真心サービス フリーダイヤル 0800-123-4649
横浜市中区本町1-5 西田ビル6F(県庁隣)
営8:30～16:30 休日曜日
掃除は心磨き 真心サービス

横浜の動物たちの不安に寄り添って20年以上。
犬・ネコの病気やケガ

夜間救急

横浜駅西口すぐ 年中無休
DVMsどうぶつ医療センター横浜西口病院
救急診療受付時間 20:00～3:00
かかりつけ医の休診日には日中も対応できます。
お困りの際はご連絡ください。(9:00～19:00)





愛するペットの具合が悪い…こんなときは慌てずに
まずは当院にお電話ください

☑ぐったりしている ☑異物や薬品などを飲み込んでしまった
☑痛がっている ☑苦しそうにしているけど理由が分からない

いざという時の為に、スマホに保存！
詳細はこちらから▶

言葉を持たない動物の一番の理解者になりたいあなたへ
DVMsどうぶつ医療学院
プロを目指す方から、ペットと一緒に過ごす為の知識、救命、ワンちゃんと一緒に参加できるセミナーなどを開講中！



HP

一緒に働いてみませんか！
正社員 パート
獣医師・愛玩動物看護師 募集中！
求人詳細はQRをご覧ください



受診のステップ

STEP 1 必ず事前にお電話にてご連絡ください
TEL045-320-9099
電話で、現在の状況を教えてください。
スムーズな診療・治療のための準備が可能になります。

STEP 2 横浜駅方面を目指して、気を付けてお越しください

来院時に必ず必要なもの
・身分を証明できるもの(免許証など)
・現金またはクレジットカード

できればご持参いただきたいもの
・現在飲ませているお薬
・最近行った血液検査、尿検査などの検査結果
・便、尿、吐物など診療の一助に成り得るもの
・異物や薬品などを飲み込んでしまった場合、同じ物
・動物保険の保険証書・保険書類

保存版

横浜駅西口すぐ
※お車でお越しの際は、近隣のコインパーキングをご利用ください
横浜市神奈川区沢渡2-2



地図詳細





DVMs YOKOHAMA DVMsどうぶつ医療センター横浜西口病院

救急医療のスペシャリスト。夜間の不安を解消する目的で、有志の獣医師達により2004年1月に開設しました。

maruetsu マルエツ

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!

ONLINE DELIVERY



在宅確認後の置き配OK!
冷蔵・冷凍食品もお届け!
入会金・年会費無料!
ご注文当日から6日先までお好みのお届け日を選べる!

新規会員募集中!

1回のお買物 8,000円(税抜)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)

WAON POINT がたまる!使える!

さらに! 毎月のご利用回数に応じて クーポンプレゼント!

1か月のご利用回数	特典内容
1回以上	送料無料クーポン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

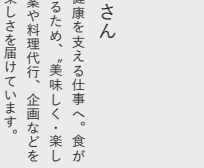
※クーポンは配信から30日間ご利用いただけます。クーポン表示、またはポイント受取りのためには、ポイント付与の設定をイグニカポイントまたはWAON POINTにする必要があります。

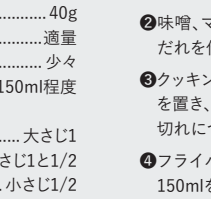
まずはダウンロード
または「マルエツ ネットスーパー」で検索
Google Play で手に入れよう
App Store からダウンロード

ご希望の場所まで お届け 引取り

宅レン横浜 港北インター店
詳しくはこちら
☎045-642-3080

1日800円~乗れる♪ 長期契約がお得!


HV1N
法人 長期1ヶ月 45,980円
個人 長期1ヶ月 49,980円


K1
法人 長期1ヶ月 23,980円
個人 長期1ヶ月 27,500円

料金表 消費税込の会員料金です。 ※繁忙期は、ハイシーズン割増料金となります。あらかじめご了承ください。

軽自動車

6時間まで 550円~
24時間まで 1,980円~
法人長期月額 23,980円~

コンパクトカー

6時間まで 1,870円~
24時間まで 2,970円~
法人長期月額 34,100円~

ハイブリッドカー

6時間まで 3,190円~
24時間まで 4,730円~
法人長期月額 51,700円~

ワンボックス

6時間まで 3,520円~
24時間まで 4,180円~
法人長期月額 52,800円~

軽トラ・軽バン

6時間まで 2,970円~
24時間まで 3,960円~
法人長期月額 39,930円~

バン

6時間まで 2,200円~
24時間まで 3,300円~
法人長期月額 35,200円~

宅レン

水曜日定休(コールセンターは受付しております)
来店貸渡・返却/ 9:30~19:00
宅配貸渡・返却/ 10:30~18:30
電話受付/ 9:30~18:30
宅配レンタカー横浜港北インター店

●初めてのお客様の必要書類
会員様料金 ❶免許証 ❷クレジットカード ❸郵便物(検針表)
一般様料金 ❶免許証 ❷健康保険証 ❸郵便物(検針表)

※本誌面の掲載料金は税込となります。※オプションでナビ・ジュニアシート・チャイルドシート・三角表示板等もあります。※宅配・引取場所までの距離1kmあたり220円頂きます。※営業時間・料金は時期により変更となる場合がございます。※免許をお持ちの73歳未満の方へ貸出し致します。(高校生不可)

詳しくは 宅レン横浜 で検索!

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



レシピ監修 徳永 千恵さん

「食べることが好き」から健康を支える仕事へ。食が体と心を整える魅力を伝えるため、〝美味しく・楽しく〟をモットーにレシピ提案や料理代行、企画などを通して、体がよろこぶ食の楽しさを届けています。

01. 鮭とかぼちゃの味噌マヨ蒸し焼き

theme 目を労わるレシピ

蒸し焼きで旨味を逃がさず
ふっくらした仕上りに



材料(2人前)
- 生鮭……2切れ
- かぼちゃ……100g
- 玉ねぎ……1/4個
- しめじ……40g
- 小ネギ……適量
- 塩・こしょう……少々
- 蒸し焼き用水……150ml程度

〈味噌マヨだれ〉
- 味噌……大さじ1
- マヨネーズ……大さじ1と1/2
- みりん……小さじ1/2

作り方
❶かぼちゃは5mm程度の薄切り、玉ねぎは薄切り、しめじはほぐす。鮭は水気を拭き、軽く塩・こしょうをする。
❷味噌、マヨネーズ、みりんを混ぜて味噌マヨだれを作る。
❸クッキングシートにかぼちゃ、玉ねぎ、しめじを置き、その上に鮭をのせ、味噌マヨだれを1切れにつき大さじ1弱~1杯ほどかけて包む。
❹フライパンに包みを並べ、包みの外側に水150mlを加えてふたをし、弱めの中火で12~15分蒸し焼きにする。鮭とかぼちゃに火が通ったら最後に小ネギをのせたら完成。

※鮭以外の魚でも美味しく作れます。

02. ブロッコリーとふわふわ卵のレモン醤油サラダ



大きく混ぜてふんわり仕上げ
野菜と優しく和えて

材料(2人前)
- ブロッコリー……150g
- にんじん……30~40g
- 卵……2個
- 牛乳……小さじ2
- ★レモン汁……小さじ2
- ★しょうゆ……小さじ1
- ★砂糖……小さじ1/2
- ★オリーブ油……小さじ1
- 塩こしょう……少々

作り方
❶ブロッコリーは小房に分け、にんじんは細切りにする。耐熱容器に入れ、ふんわりラップをして600Wで2分半~3分ほど加熱する。
❷耐熱容器に卵と牛乳、塩こしょうを入れて混ぜ、600Wで40秒加熱する。一度大きく混ぜ、さらに20秒ずつ様子を見ながら加熱し、少し半熟が残るくらいで止めて余熱で仕上げる。大きめにほぐす。
❸★を混ぜてドレッシングを作る。
❹ブロッコリー、にんじん、ふわふわ卵を3のドレッシングで和える。

多角的に目の健康維持に役立つ栄養でサポート

かぼちゃや人参のβ-カロテンは体内でビタミンAに変わり暗い場所で見る働きをサポート。鮭のアスタキサンチンとブロッコリーのビタミンCは高い抗酸化作用をもち、卵のルテインやゼアキサンチンは光のダメージから目を守る働きに関わります。

こどもの権利を守ろう!

体罰等によらない子育てを広げましょう!

子育ての不安・悩みに 寄りそう横浜 STOP! こども虐待

子育ては、毎日が発見と成長の連続。
でも、時にはどうしようもなくイライラして
しまうこともありますよね。
「言うことを聞かない」「何度言ってもわからない」
ついどなったり、たたきそうになるかもしれません。
そんなときは、ゆっくり6秒数えたり、
深呼吸などをしてみましょう。



毎年11月は
オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン



横浜市では、毎年11月に「オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン」を実施し、家庭や学校、地域等の社会全般にわたり、児童虐待問題に対する深い関心と理解を得ることができるよう、児童虐待防止のための広報・啓発活動に集中的に取り組んでいます。

オレンジリボンは児童虐待防止のシンボルです。

たたかない・どならない子育ての工夫例

体罰・暴言は、こどもの脳の発達に深刻な影響を及ぼします。

1 触られたくないものは
手の届かない場所へ
叱らないでよい
環境を



2 「いい子にして」や「ちゃんとして」では伝わらない
肯定文でなにを
するかを具体的に



子育てに悩んだ時は一人で抱えず、地域の相談窓口を利用してみませんか?

かながわこども家庭110番相談LINE

こども家庭相談
こども本人からの相談、子育てに関する相談はこちら

よこはまこども虐待ホットライン 0120-805-240(はまっこ) 24時間(24じかん)／365日
横浜市こども青少年局 こどもの権利擁護課

公社の賃貸

子育て世帯・高齢者にもおすすめの 横浜若葉台団地



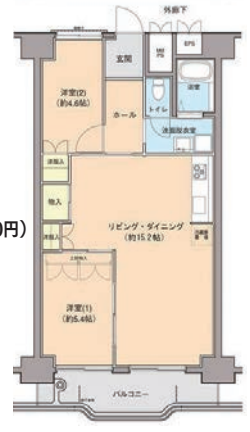
\ バス利用で /
【3路線利用可能】JR横浜線 十日市場駅／東急田園都市線 青葉台駅／相鉄線 三ツ境駅

今なら秋の住み替えキャンペーン実施中!!
最大3ヶ月 12/20まで 家賃不要!
期間中にお申込いただいた方が対象です。
各特典はそれぞれ適用条件があります。詳細はお問合せください。

仲介手数料なし | 更新料なし | 礼金なし

初期費用をおさえてお得にお住み替え

物件概要
- 間取り:1LDK～3DK(2～14階)
- 面積:46.62～77.83㎡
- 家賃:71,300～109,000円(別途共益費:6,500円)
- リニューアル住戸あり(エアコン1台付き、ビルトインコンロ等)
- 所在地:旭区若葉台3-2他 若葉台中央バス停下車1～9分!
- その他:単身からファミリー、高齢者も可。連帯保証人不要プラン有り(手数料有)。
- 方位:南向き、西向き、南西向き(住戸により異なります)



若葉台のおすすめポイント!
- 低層階に商店街とスーパー
- 公園と緑道が点在、家の近くで森林浴
- 園・学校は徒歩圏、安心の通学ルート

横浜を代表するマンモス団地「横浜若葉台」は、豊富な生活利便施設が身近で便利、車道と歩道が分かれてお子様も安心です。

※リニューアル住戸(2LDK)の間取り例です



【共通物件概要】●所在地:旭区若葉台3-2他●交通:若葉台中央バス停下車1～9分●規模:7棟790戸●家賃:71,300～109,000円(※)●共益費:月額6,500円●敷金:家賃の3ヶ月分(上記キャンペーン利用で家賃の1ヶ月分に減額)●構造・規模:鉄骨鉄筋コンクリート造地上14階建●間取り:1LDK～3DK(2～14階)(※)●専有面積:46.62～77.83㎡(※)●竣工年月:昭和58年2月～昭和62年7月●連帯保証人が必要、または家賃等立替払い制度で保証人不要(取扱手数料有り)●法人契約可●契約期間1年(自動更新)●仲介手数料なし／更新料なし／礼金なし●貸主・事業主:神奈川県住宅供給公社●取引態様(媒介):方位については住戸により異なりますので、詳しくは係員にお尋ねください。●広告有効期限:2026年12月20日まで
※一部、家賃・間取り・専有面積が異なる住戸がございます。
※図面と異なる場合は、現況を優先させていただきます。

お申し込みは原則先着順受付となります

問合せ先 一般財団法人 若葉台まちづくりセンター 0120-1531-85
〒241-0801 横浜市旭区若葉台三丁目5番2号 TEL.045-921-3361
■営業時間8:30～17:30(定休日:水曜・祝日・年末年始)
＜貸主＞ 神奈川県住宅供給公社
神奈川県知事(11)第13302号 (公社)神奈川県宅地建物取引協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟



一生の健康はゼロ歳のお口から
都筑・相模原 キッズデンタルランド
Tsuzuki&Sagamihara Kids Dental Land



ゼロ歳からの口腔育成



歯並びや虫歯は、
生まれつき
決まるものでは
ありません。

「食べる・飲む・呼吸する」といった日常の機能の発達が、
アゴの成長や舌の位置を決定します。
0歳からの正しいアプローチで未来の歯並びと健康をプレゼント。

「虫歯を作らない、歯並びを育てる」を根本サポート



食べる機能と発達を促す 食育サポート

お子さまの正しい成長を促す鍵は、
毎日の食事にあります。

重要なポイント
- 離乳食の進め方
- スプーンの使い方
- コップ飲みの練習

専門家が発達に合わせた食育指導を実施。
マンツーマンで、食べ方、おやつの選び方、
歯みがき・フロスの方法まで丁寧に
サポートし、ご家庭での実践を
応援します。

専門家による 個別検診と継続サポート

お子さまの正しい成長を促す鍵は、
毎日の食事にあります。

- 専門的なお口の機能発達評価
- 虫歯リスクチェック
- 継続的な成長記録

小児歯科専門スタッフが常駐。子育て中の
親御さんに寄り添う温かい環境で、
継続的にサポートいたします。

都筑院
☎045-912-1181
横浜市都筑区中川1-19-23 大久保第5ビル1F



相模原院
☎042-776-8201
相模原市中央区清新3-7-1



愛車の査定をもっと気軽に。直販だから出来るWECARSの高価買取！

WECARS 公式HP・LINE限定！

愛車査定キャンペーン

2026年10月1日(木)～12月27日(日)

公式HP・LINE からのお申込み・ご予約で査定を実施いただいたお客様全員へ

ファミリーマート等で使える！

3,000円相当 ファミマポイントプレゼント！

スキマ時間に画像撮影・送信で査定完了！スマホで WE 査定もキャンペーン対象になります！

STEP1 公式HP・LINEから申し込み・ご予約

STEP2 査定実施 ▼その後 当月内に、WECARS の LINE 公式アカウントから所定フォームにて応募

STEP3 査定翌々月上旬に LINEでギフトコードがもらえる！

今すぐ無料査定

24時間受付中！

WECARS LINE 公式アカウント

友だち追加はこちらから▶▶

販売 在庫 約20,000台

買取 全国 約240店舗

WECARS（ウィーカーズ）横浜青葉店

所在地／神奈川県横浜市青葉区もえぎ野1番地4

TEL.045-979-2500

Google マップ



※本キャンペーンは、2026 年 10 月 1 日～ 12 月 27 日の期間中に、WECARS 公式 HP または WECARS 公式 LINE から査定をお申込みいただき、かつ同期間中に査定を実施されたお客様が対象です。※12 月 27 日（日）は定休日の店舗がございます。※特典の適用は、お一人様につき 1 回限りです。※原則として、ご本人名義の車両でのお申込みをお願いいたします。※特典の受け取りには、WECARS 公式 LINE アカウントの友だち登録および FamiPay アプリのダウンロードが必要です。特典配信時点で WECARS 公式 LINE アカウントをブロックされている場合、特典をお受け取りいただけません。※ファミマポイント 3,000 円相当のギフトコードは、キャンペーン応募の翌々月上旬を目途に、WECARS 公式 LINE より配信予定です。※同業他社およびその関係者の方からのお申込みはご遠慮ください。※本キャンペーンは、予告なく内容を変更または終了する場合があります。

彩食健美 recipe

saishokukenbi

おいしく作って心と体をととのえる

企画・編集:ARIFT編集部

01. 豚ひき肉とほうれん草のそぼろ丼

時短なのに消化吸収率UP

肌の代謝アップにも期待



材料(2人前)

- 豚ひき肉……150g
- 刻み玉ねぎ……50g
- カットほうれん草……30g
- 卵……1個
- ごはん……150g
- 醤油……大さじ1
- みりん……大さじ1
- 酒……大さじ1
- 生姜チューブ……1cm

作り方

❶冷たい状態のフライパンに、豚ひき肉、刻み玉ねぎを入れます。中火でひき肉がバラバラになるまで炒めます。

❷全体に火が通ったら調味料を回し入れます。強火でサッと炒め合わせ、全体にタレが馴染んで汁気が少し飛んだら火を止めます。

❸カットほうれん草は600W2分レンジ加熱し、水気を絞る。

❹ごはんの上にそぼろとほうれん草、卵を盛り付けて完成

theme

デトックス・代謝促進レシピ

02. 電子レンジで簡単！ツナとトマトのスープ



お手軽なのに旨味の相乗効果

トマトの酸味でさっぱりと

材料(2人前)

- ツナ缶……1缶(約100g)
- ミニトマト……16個
- じゃがいも……2個
- 水……200ml
- コンソメ顆粒……小さじ2
- オリーブオイル……小さじ1

作り方

❶ミニトマトをレンジ加熱(600W2分)じゃがいもをレンジ加熱(600W4分)

❷器にツナ、水、コンソメ顆粒を入れ混ぜる。ふんわりとラップをかけ、レンジ加熱(600W2分)

❸加熱したミニトマトとじゃがいもを②と合わせる

❹レンジから取り出し、仕上げにオリーブオイルをタラーッと回しかけて軽く混ぜます。

効率よく栄養吸収で巡りを整え、全身の代謝を高める

冷凍野菜やオイルを合わせたトマトで栄養の吸収率が向上。リコピンや卵黄のルテインが紫外線ダメージを防ぎます。豚肉のビタミンB1と玉ねぎのカリウムが糖質代謝と体内の巡りを整え、ほうれん草やツナの栄養が肌のターンオーバーと新しい細胞作りを助け、全身の代謝を高めます。



レシピ監修 日向 葵さん

母の病気をきっかけに栄養学を学び管理栄養士へ。医食同源に基づき、健康な時からの食習慣づくりを大切にする。特に働くママへ、子どもと一緒に写真に映りたくなる「時短でできる食事美肌術」を伝えている。

Vitabrid
［東証グロース上場企業］

「太ったね」って言われた方探してます。

TVCM放映中!

売上3年連続日本一

※2022～2024年販売高 出典:富士経済『H・Bフーズマーケティング便覧 2024～2026 No.1 機能志向食品編』<ダイエット総市場・トータル・ブランド>



肥満気味な方のお腹の脂肪や体重減少を助けてくれる

12週間後には、肥満気味な方の体重とおなかの脂肪の減少を助けることを臨床試験で確認。食後の血糖値や中性脂肪の上昇を抑えることで、話題になっているのが「ターミナリアベリリカ由来没食子酸」という成分です。

いくつになっても、血糖値やおなかの脂肪を気にせず、美味しい食事を楽しみたいという方に。

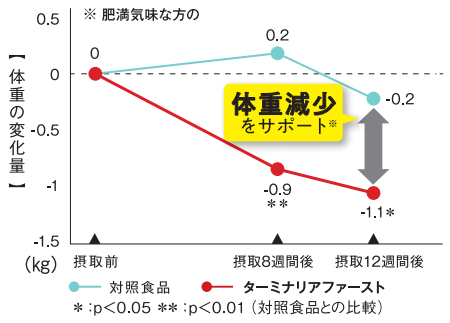
芸能人も愛用し、すでに累計1,000万袋※1を突破した「ターミナリアファースト」。

お得な今のうちに、始めてみませんか？

※1　2019年11月～2025年1月のターミナリアファースト累計販売袋数

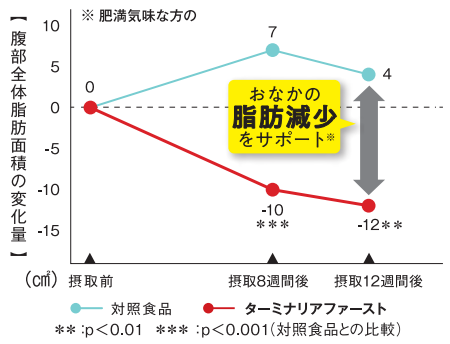
ターミナリアファーストの試験結果

12週間後の体重減少を助ける※ことを確認!



＊:p<0.05 ＊＊:p<0.01（対照食品との比較）

12週間後のおなかの脂肪減少を助ける※ことを確認!



＊＊:p<0.01　＊＊＊:p<0.001（対照食品との比較）

【試験概要】試験デザイン:プラセボ対照ランダム化二重盲検並行群間試験　摂取期間:12週間　摂取タイミング:食事とともに試験食品を摂取（1日2回）　BMI23以上30未満、20歳以上65歳未満の健常成人男女　被験者数:被験食品［アクティブ］41名、対照食品［プラセボ］42名　試験開始前と同様の生活を送ること、多量のアルコール摂取をしないこと、夕食後2時間以内に就寝しないこと、22時以降間食を含む食事の摂取をしないこと、各食事の間隔を3時間以上あけることなどを、試験期間を通じての注意事項として被験者に説明した。　被験食品［アクティブ］:ターミナリアファーストプロフェッショナル5　対照食品［プラセボ］:被験食品中のターミナリアベリリカ抽出物をカラメルに置き換え　出典:眞志喜ら,薬理と治療,49(2),305-312,2021

ヒト試験を実施し9つの項目について評価済み!

1 おなかの脂肪*1	2 内臓脂肪*1（おなかの脂肪）	3 皮下脂肪*1（おなかの脂肪）
4 体重*1	5 BMI*1	6 食後の血糖値*2
7 食後の中性脂肪*2	8 食後の尿酸値*3	9 便通改善*2

＊1 肥満気味な方の　＊2 ターミナリアベリリカ由来没食子酸の機能
＊3 尿酸値が高めの方

300名様限定

定期価格 3,672円（税込）▶ おどろきの73%OFF お得な定期便初回限定 **980円**（税込）

※継続回数のお約束なしで、お得にお求めいただけます。

初回送料無料

2回目以降もずっとお得な 20%OFF ※単品通常価格4,590円（税込）

サプリケースプレゼント ※2回目以降はついておりません※デザインは変更になる場合がございます

キャンペーン期間 2026/11/30まで

さらに! お得な3大特典

特典1	特典2	特典3
初回全国送料 無料 ※2回目以降は110円（税込）※初回送料は弊社負担	2回目以降もずっとお得な 20%OFF ※単品通常価格4,590円(税込)	サプリケース プレゼント! ※2回目以降は付いておりません

お得な定期便は継続回数のお約束なし!

※次回お届け日の10日前までにお電話ください。※お得な定期便お申込みの場合、2回目以降の価格は3,672円（税込）送料110円（税込）です。購入回数に縛りはありません。●1回摂取目安量4粒[1日あたり1～3回]



●120粒入り／約30回分

●食事前など1回4粒（目安）

ダイエット総市場 日本一※2

1,000万袋突破※1

日本製

お喜びの声が続々と!

※個人の感想であり、効果効能を保証するものではございません。
※運動や食事制限を併用することによる。

- あんなに悩んでいた体重が! もっと早く飲めば良かったです。※PR — 64歳女性
- もう今なら 気軽に食事を楽しめます。※PR — 72歳女性
- ジムの先生におなかの脂肪減った? と驚かれた♪※PR — 61歳女性

人気商品なのでお電話がスムーズです。

※1　2019年11月～2025年1月のターミナリアファースト累計販売袋数　※2　2022～2024年販売高　出典:富士経済『H・Bフーズマーケティング便覧 2024～2026 No.1 機能志向食品編』<ダイエット総市場・トータル・ブランド>

お電話お申込番号 TP001 とお知らせください。

※注文後のお問い合わせは、左記番号では受付できませんので、すべてお客様窓口 0120-987-861にて承ります。

通話料無料 24時間受付 年中無休 **0120-866-999**

●スマートフォン・携帯電話からもご利用いただけます。
●初めてご購入の方、1世帯1個まで

■スマートフォン 1分で簡単お申込み!

■FAX 24時間受付（年中無休） 0120-201-659
■右記のハガキにご記入の上、送信ください。

【商品のお届け】通常、お申し込みから5～10日前後（離島を除く）、2回目以降は30日間隔でお届けいたします。【送料】本広告で定期購入お申込みの場合、初回無料、定期2回目以降は割引送料の110円（税込）。【お支払い】代金引換または後払い決済（TELの場合、クレジットカード払い可）※後払いは、商品に同梱されている請求書で期日（請求書発行日から14日以内）までにお支払いください。**※後払いの与信審査結果により、代金引換でのお届けになる場合がございますのでご了承ください。**2回目以降は3,672円（税込）、送料110円（税込）※代金引換の場合のみ、手数料330円（税込）が別途かかります。【返品】未開封に限り、商品到着日から7日以内にお客様窓口までご連絡ください。万一、破損、汚損、あるいはお申込みの商品と異なるといった場合には、送料は弊社負担で交換または返品をお受けいたします。※お客様都合による返品送料はお客様負担となります。【お得な定期便】お得な定期便は、解約のご連絡を頂くまで「自動更新」となります。仮に1年間継続（定期12回継続）の場合は支払総額42,582円（税・送料込）となり、購入回数の縛りはありません。【定期お届け変更・解約】お届け日の10日前までにお客様窓口（0120-987-861）までご連絡ください。お届け日の10日前を過ぎた場合、当月分はそのままのお届けとなり、翌月お届け予定分より変更・解約となります。【個人情報に関するお取り扱い】株式会社ビタブリッドジャパンはお客様から頂いた名前、住所、電話番号、その他お客様個人に関わる情報を、ご注文いただいた商品の発送、代金決済、弊社からのご案内のほか、個人を特定しない統計情報として利用させていただきます。【記載のご注意】ハガキやFAXの必須事項に記載漏れがあった場合、商品の手配ができない可能性がありますのでご注意ください。【商品が届かない場合】ご注文より10日以内に弊社までご連絡ください。10日を経過した連絡の場合、配送に関する紛失・破損の対応が難しい場合がございます。【本社所在地】東京都港区赤坂5丁目3-1 株式会社ビタブリッドジャパン●初回限定キャンペーン商品は、1世帯様1回限りです。複数のお申込みと判断した場合は、初回キャンペーンを適用できず、キャンセルとなってしまう場合がございますのでご了承ください。○本品は「豚肉」「ジンジル」が含まれます。食物アレルギーのある方はご確認の上、お召し上がりください。◎本品は、特定保健用食品と異なり、機能性及び安全性について国による評価を受けたものではありません。届け出られた科学的根拠等の情報は消費者庁のウェブサイトで確認できます。◎本品は、医薬品ではなく、疾病の診断、治療、予防を目的としたものではありません。●食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。

機能性表示食品	届出番号 J1489	【機能性表示】本品にはターミナリアベリリカ由来没食子酸が含まれます。本品は、肥満気味な方のお腹の脂肪（内臓脂肪と皮下脂肪）を減らし、体重の減少を助け、高めのBMIが低下するのを助ける機能があります。ターミナリアベリリカ由来没食子酸には、食事の糖や脂肪の吸収を抑え、食後の血糖値や中性脂肪の上昇を抑える機能、尿酸値が高めの方の食事のプリン体による食後の尿酸値の上昇を抑える機能、便通を改善する機能が報告されています。

医薬部外品原料工場 GMP

※本製品は、GMP認定工場（認定番号21113.26919.11105.20212.15508）で製造されました。ただし、GMP製品マークの個別審査を受けたものではありません。

公益社団法人日本通信販売協会会員

たっぷり本商品約30回分! お申込みはこちらから

※必要事項をご記入の上、切り取って必ずハガキサイズの台紙（横9cm×縦14cmの厚紙）に貼って、ご投函ください。

※貼付しないと、破損する場合があります。

キリトリ線

料金受取人郵便
渋谷局承認
9413
差出有効期間 2027年4月30日まで
切手不要

郵便はがき
150-8790

〈受取人〉 200
東京都渋谷区渋谷3-12-18
渋谷南東急ビル
株式会社博報堂コンタクト&ロジスティクス内
ビタブリッドジャパンお客様センター 行

お申込番号 TP001

●下記の必要事項をご記入下さい。（1世帯1個まで）

ターミナリアファースト	お得な定期便 120粒分	初回特別 980円（税込） 送料無料	1袋

人気商品のためお電話がスムーズです!

お電話 **0120-866-999**
24時間受付（年中無休） 通話料無料

キリトリ線

ご希望のお支払い方法にチェックしてください。▶
□ 後払い（コンビニ・郵便局・銀行）手数料無料
□ 代金引換（現金のみ）手数料初回無料

※お支払い方法の選択がない場合、後払い決済エラーとなった際には代金引換とさせて頂きます。

フリガナ	
お名前 ※必須	
ご住所 ※必須	〒
電話番号 ※必須	（　　）　－
生年月日	年　月　日

※太枠内は必須項目

お申込みの場合、記載の約款内容をご確認の上、同意頂いたものとします。

キャンペーン期間:2026/11/30まで

保存版



SOMA GAS

あれ？温度が不安定かも…　お湯になるまで時間がかかる

壊れてからでは遅いです!!

NORITZ　Rinnai　Paloma　PURPOSE

正規販売店

都筑区周辺にお住まいの方

ガス給湯器は購入後10年過ぎたら早めの点検を！

安心できる地元のガス屋さん

地域密着

東京ガス株式会社簡易内管施工登録店　登録店番号 1-2015-0022

お見積り無料

ご相談無料

工事費には撤去・処分・取付も全てコミコミ！ すべて税込み価格！＋安心安全施工　アフターフォロー万全

ガス給湯器 毎月15台限定

NORITZ（ノーリツ）

20号 オートタイプ

本体 GT-2070SAW-1BL
リモコン RC-J101E

・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン





定価479,160円(税込)⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格

すべてコミコミ 工事費込 税込

158,000円

安心保証付

ガス給湯器 毎月15台限定

NORITZ（ノーリツ）

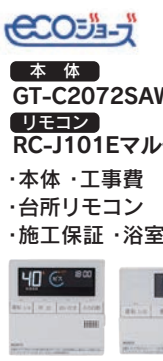
本体保証7年
施工保証10年

20号 オートタイプ

ecoジョーズ

本体 GT-C2072SAW-1BL
リモコン RC-J101Eマルチセット

・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証・浴室リモコン





定価488,290円(税込)⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格

安心保証付

すべてコミコミ 工事費込 税込

185,000円

ガス給湯器 毎月15台限定

Rinnai（リンナイ）

本体保証7年
施工保証10年

20号 オートタイプ

本体 RUF-A2005SAW(C)
リモコン MBC-240V(A) マルチセット

・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン





定価482,900円(税込)⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格

安心保証付

すべてコミコミ 工事費込 税込

168,000円

ガス給湯器 毎月15台限定

Rinnai（リンナイ） ecoジョーズ

本体保証7年
施工保証10年

20号 オートタイプ

本体 RUF-E200FSAW
リモコン MBC-240V(A) マルチセット

・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン





定価463,100円(税込)⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格

安心保証付

すべてコミコミ 工事費込 税込

195,000円

ガス給湯器 毎月15台限定

Paloma（パロマ） ecoジョーズ

本体保証10年
施工保証10年

20号 オートタイプ

本体 FH-EH2022SAWL
リモコン MFC-E226V マルチセット

・本体・工事費
・台所リモコン
・施工保証
・浴室リモコン

節水型シャワーヘッド PTT-002 プレゼント





定価494,890円(税込)⇓
お支払い費用総額 安心・安全 税込価格

安心保証付

すべてコミコミ 工事費込 税込

175,000円

ビルトインガスコンロ

Paloma（パロマ） repla リプラ

PD-509WS-60CV
色：ティアラシルバー

5台限定



アリフト読者特別価格
定価173,470円(税込)⇓

すべてコミコミ 工事費込 税込

95,000円 税込

ビルトインガスコンロ

Paloma（パロマ） WITHNA ウィズナ

PD-829WS-U60GH

5台限定

NEW



アリフト読者特別価格
定価232,980円(税込)⇓

すべてコミコミ 工事費込 税込

115,000円 税込

更にご成約で
ラ・クックグランセット
11,990円(税込)



＋

炊飯専用鍋
(1～5合炊き)PRN-52
6,490円(税込)



プレゼント

レンジフード

NFG6S20MSI
NORITZ（ノーリツ）



アリフト読者特別価格
定価106,370円(税込)⇓

すべてコミコミ 工事費込・税込

95,000円 税込

トイレ

TOTO（TOTO）

便器 CS232B 定価57,640円(税込)
タンク SH233BA 定価77,990円(税込)
ウオシュレット TCF2223E オープン価格



アリフト読者特別価格
定価135,630円(税込)＋オープン価格⇓

すべてコミコミ 工事費込・税込

135,000円 税込

SOHMA CORPORATION

ガス機器専門店

ソーマコーポレーション株式会社

ノーリツ／リンナイ／パロマ／パーパス 正規販売店　即日修理も可能

神奈川・東京・埼玉・千葉エリア対応

0120-221-710

月～土曜 9:00～19:00受付　アリフト見たとお伝えください

http://soma-corp.com/

ご成約で 1,000円分クオ・カードプレゼント!
有効期限：2026年11月末

(本社)横浜市青葉区鴨志田町53番地　(横浜南センター)横浜市南区山王町2-12-3　(鶴見センター)横浜市鶴見区潮田町1-22-5　(川崎南センター)川崎市幸区下平間270-2　(戸塚センター)横浜市戸塚区上倉田町1909-1　(金沢センター)横浜市金沢区六浦5-3-26
(大和センター)大和市代官3-9-5　(座間センター)座間市相武台4-13　(藤沢センター)藤沢市湘南台6-33-11　(茅ヶ崎センター)茅ヶ崎市元町9-27　(府中センター)東京都府中市武蔵台1-27-7　(葛飾センター)東京都葛飾区新小岩2-21-3　(松戸センター)千葉県松戸市下矢切145-1-1F

スマートライフ・デザインが学べる新しい学校

SMART LIFE® AO

港北校
十日市場校

AI共生・デジタ

6つの学びの力

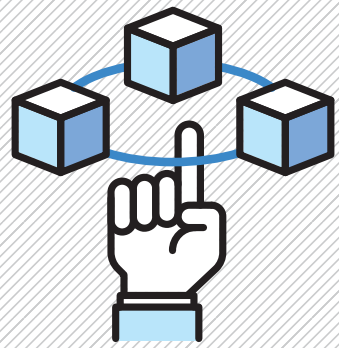


考える力
自ら問い、考え抜く力



伝える力
自分の考えを表現する力

現代の読み



こんなこと ありませんか？

- ☑ AIを使ってみたいけど何から始めればいいかわからない
- ☑ 子どもが安全に使うにはどうしたらいい
- ☑ ChatGPTなど、仕事で使っていい範囲がわからない
- ☑ 個人情報やお客様情報を入力していいのか迷う
- ☑ 資料作成・文章作成・業務などにAIを活用してみたい

AI

SLD
Smart Life Design Studies

2035年に向けた
生活者の安全課題を、
やさしく、実践的に
学ぶ講習です。

国際基準接続
※「国際基準」はOECDやUNESCO、SDGsが提唱しているそれぞれ学びの枠組みの事を指します。

ご家族様向け

11/22(日)
14:00～

SMART LIFE® AO 港北校

TEL045-943-9555

営業時間 10:30～19:00
横浜市都筑区茅ヶ崎東3-1-1
ピーシーデポ スマートライフ港北BASE内

受付時間 11:00～18:00
担当：山内(やまうち)・小俣(おまた)

SMART LIFE® AO 十日市場校

TEL045-989-5700

営業時間 10:30～19:00
横浜市緑区十日市場町846-1
ピーシーデポスマートライフ 十日市場BASE内

受付時間 11:00～18:00
担当：辻(つじ)・近藤(こんどう)

Instagram

ル化社会の学び



協働する力
他者と協力し取り組む力

創造する力
新しい価値を生み出す力

情報活用力
情報を見極め活用する力

自己管理力
自分をコントロールしやり抜く力

み書きそろばん



2035年の社会に向けたくらしのスキル

安全活用体験会

「ARIFTを見た」で
ご招待
限定10組様（各回10組様迄）

※パソコン・スマホ・タブレットいずれかをお持ちください。
※18歳未満の方は保護者の方と一緒にご参加ください。

お申込はお電話から

ビジネスパーソン向け

11/28土
14:00～



地域の企業をバックアップする
個人事業主DXオープン！

DX
専任のデジタルライフプランナーが、デジタルやAIなどを活用し、企業様一人ひとりの課題解決に向けて、暮らしの中だけでなくお仕事面においてもデジタルコンサルティングを行います。

Webサイト制作
いつもの顔、いつもの声の専任担当が、WEB制作チームと共に想いをカタチにするお手伝いをします。

我が社のデジタル担当
企業に「デジタル担当」が誕生することは、単なる社内のデジタル化を進めることだけではなく、企業と地域社会の双方に新しい価値をもたらす大きな一歩となります。

スマートライフを学ぼう

返上！デジタルデバイド日本
輝け！日本の大学生選手権2026

社会がデジタル化しても〝若者は大丈夫〟から〝若者がいるからみんな大丈夫！〟な社会に

詳しくはこちらより

高価買取 おたからや



片方だけのピアスも！



アツアツ!! 大歓迎!

金 貴金属・プラチナ 高価買取

1点からでも

特典1 高価買取おたからや 高価買取クーポン

ご成約で！

買取金額 35%アップ!

期間限定 11/30(月)まで

（キリトリ）

必ずこちらのクーポンをお持ちください

※買取金額の35%(上限1万円・税込)を景品表示法その他法令の範囲内で増額します。※弊社買取価格から増額されます。適用外商品はありません。※他の買取金額UPキャンペーンとの併用はできません。※通常査定額は、当クーポンの適用有無にかかわらず、品目、状態、付属品、当日の市場相場その他の当社統一査定基準に基づいて算定します。※当クーポンは予告なく終了する場合がございます。※一部、特典対象外の店舗がございます。※ご不明点は査定員またはお電話でお問い合わせください。※弁護士法人法の里 弁護士 高橋 健一 がリーガルチェックしました。

特典2 タクシー代 駐車場代 負担いたします!

ご成約5万円以上で 最大5,000円 プレゼント!

※ご成約5万円以上で最大5,000円。ご来店の際に利用されたタクシーの領収書を、ご成約時にお渡しください。領収書の原本と引き換えに、ご清算させていただきます。また、お車でお越しのお客様は、駐車券をご提示ください。当店でコピーを取らせていただいた後、ご清算させていただきます。※他キャンペーン等と併用可能ですが、増額の合計上限は税込1万円となります。※当特典は予告なく終了する場合がございます。※一部対象外となる店舗がございます。

特典3 査定だけでも必ず全員へ!

生活雑貨 プレゼント!



※ノベルティは変更となる場合がございます。

特典4 今なら査定だけで!

純烈 オリジナルノベルティ プレゼント!



※画像はイメージです。※期間によってノベルティは変更されます。
※数に限りがあるため、無くなり次第終了となります。
※一部対象外店舗がございます。詳細は店舗でご確認ください。

特典5 事前電話予約特典

ご成約で! 買取金額 1万円UP!



※上限・条件がございます。
下記に記載の詳細を必ずご確認ください。

※当特典は事前のお電話予約と、税込5万円以上の買取成立で適用されます。同一または実質的に同一のお取引、取引を分割した場合、その他当特典の趣旨に反する利用と当社が合理的に判断した場合は適用対象外となる場合がございます。※他キャンペーン等と併用可能ですが、増額の合計上限は1万円(税込)です。※通常査定額は、当特典の適用有無にかかわらず、品目、状態、付属品、当日の市場相場その他の当社統一査定基準に基づいて算定します。※当特典は予告なく終了する場合がございます。※一部、特典対象外の店舗がございます。※ご不明点は査定員またはお電話でお問い合わせください。※弁護士法人法の里 弁護士 高橋健一がリーガルチェックしました。

マダムたちの アクセサリー買取強化中!!



日付入りの指輪 大歓迎!



参考買取価格 ※K14・3.1g 53,500円



光っていたら金かも!?

高額査定続出中!?

マダムたちの コレクション買取強化中!!



天皇陛下御即位記念10万円金貨 1枚のみでも 大歓迎!

参考買取価格 900,000円

※掲載価格は2026年1月29日時点の過去最高参考買取価格です。現在の買取価格ではありません。参考買取価格は、国内外の相場、市場流通価格および当社取引実績をもとに算出した目安価格です。実際の買取価格を保証するものではなく、査定時の相場変動、お品物の状態により変動します。

高価買取 ROLEX &ブランド時計 壊れて動かなくても大歓迎!!



参考買取価格 デイトジャスト 16238 2,890,000円 ※2026年5月時点



参考買取価格 プルミエールL H0003 1,251,000円 ※2025年11月時点

高価買取 ブランドバッグ 破れ・シミがあっても大歓迎!!



参考買取価格 ショルダーバッグ 1,300,000円 ※2026年7月時点



参考買取価格 スピーディ バンドリエール20 287,000円 ※2025年3月3日時点

■お問い合わせ先 通話無料 0120-023-047

査定無料 手数料無料

便利な出張買取もおすすめ!

コールセンターにて親切・丁寧に対応いたします



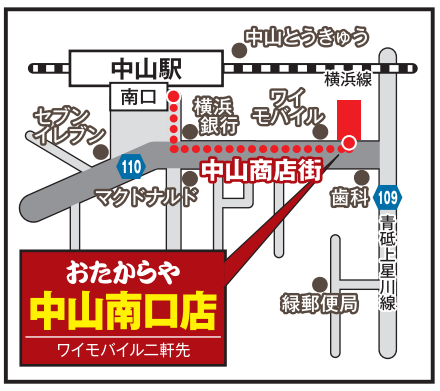
りおな店長(丸 りおな)※女優・タレント

【受付時間】9:00～19:00

※この広告に記載している買取価格は参考です。また、一部買取できないお品物もございますので、詳しくはスタッフまでお問い合わせください。※参考買取価格は、国内外の相場、市場流通価格および当社取引実績をもとに算出した目安価格です。実際の買取価格を保証するものではなく、査定時の相場変動、お品物の状態により変動します。※掲載しているお品物の画像はイメージとなります。※時計の参考買取価格は、最新の保証書(現行モデルの場合は日付が3か月以内)であり、付属品が全て揃っており、当社規定で未使用と判断できる状態のお品物の金額です。※バッグ、ブランドジュエリーの参考買取価格はギャランティー(保証書)、付属品が揃ったお品物の金額です。※ダイヤ、宝石の参考買取価格は鑑定書または鑑別書があるお品物の金額です。※参考買取価格は全て税込金額です。

年中無休（年末年始除く） | 買取品目 ダイヤ・宝石 ブランドジュエリー カメラ 金貨・銀貨・メダル/ブランド服 等 その他広告掲載以外のお品物も大歓迎!

中山南口店



通常営業中
・JR横浜線 中山駅 南口より 徒歩2分
・市営地下鉄 中山駅 第2出入口より 徒歩2分

横浜市緑区 中山四丁目 31番6号

【営業時間】10:00～19:00

店内消毒済

横浜本店



通常営業中
各線横浜駅 西口より 徒歩5分

横浜市神奈川区 鶴屋町3-33-7 若葉ビル1F

【営業時間】10:00～19:00

店内消毒済

横浜西口店/相鉄横浜駅前店



・みなみ西口より 徒歩2分
・横浜ビブレ前

横浜市西区南幸 2-7-8 銀座座ビル3F

【営業時間】10:00～19:00

相鉄線 1階改札すぐ

横浜市西区南幸 1-5-1 新相鉄ビル1F

【営業時間】10:00～19:00

古物商 神奈川県公安委員会 許可 第451380001308号 古物営業法に基づき本人確認書類のご提示が必要となります。ご来店の際は【】内のいずれかをお持ちください。【運転免許証 / マイナンバーカード / 健康保険資格確認書 / 在留カード / 年金手帳 等】

JOB information 求人情報

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｜みなとみらい駅徒歩4分／桜木町駅徒歩7分

お客様フォロースタッフ[パア]

時給1,350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
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。
ＰＲ　移転したばかりのキレイなオフィスで一緒に働きませんか？一から丁寧にお教えしますので、営業や広告業界未経験の方も大歓迎です！



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

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

こども達の未来の笑顔のために



ブランクがある方、未経験の方も安心して働ける環境
★正社員は借上住宅手当(最大82,000円)あり！

正職員（保育教諭・幼稚園教諭・保育士）

●仕事内容：　こども園担任業務
●給与:　月給260,000円　※交通費別途支給 ※賞与:年３回
※昇給:年１回 ※宿舎借上げ手当利用可能
●福利厚生:　健康保険、厚生年金、雇用保険、労災保険、退職金
●勤務時間:　7:30～18:30（実働8時間・休憩60分）
※変形労働時間による３シフト制
●休日・休暇:　基本完全週休２日製（土・日・祝日）
有給休暇、産・育休、その他休暇 ※年間130日以上
●必要資格:　幼稚園教諭免許or保育士資格

パート（保育教諭・幼稚園教諭・保育士）

●仕事内容:　こども園補助業務
●給与:　時給1,400円～ ※交通費別途支給
※ご勤務時間帯や仕事内容に
より加算があります
●勤務時間:　7:30～18:30
※1日3時間・週１日以上 ※休憩時間は法定通り
●休日・休暇:　完全週休２日制（土・日・祝日）
●必要資格:　幼稚園教諭免許or保育士資格
※取得見込みの場合でもご相談ください

認定こども園 新羽幼稚園
〒223－0057　横浜市港北区新羽町2876
横浜市営地下鉄ブルーライン「新羽駅」徒歩11分
東急東横線「大倉山駅」バス20分

応募や職場見学はお気軽にお問い合わせください。
HPはこちら
045-531-2348(採用担当)



37年の歴史を承継した創業

1987年に横浜の地で創刊した地域メディア「ぱど」や付随する広告事業を承継し、新たに誕生した会社です。創業時に掲げた「地域および地域経済の活性化」という理念においては、現在でもブレることはなく私たちの使命として今後も展開していきます。地域メディアを通して地域を豊かに楽しく。地域ビジネス支援を通して地域経済を活性化。地域から日本を元気にしてまいります！
今回の募集職種は、地域密着メディア「ARIFT」の提案および全ての広告・プロモーションの支援を行う営業職。お客様の広告・集客課題をヒアリングし、集客計画やご予算に応じたプランをご提案するものです。メディアと広告のチカラで街を盛り上げましょう！

1987.10.1



2023.5.12



月給28万円～45万円、完全週休2日制、
年間休日120日以上、営業経験者大歓迎

【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（実動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・埼玉西オフィス・仙台オフィス・山形オフィスのいずれか※配属先は希望を考慮して決定します。

応募はコチラ

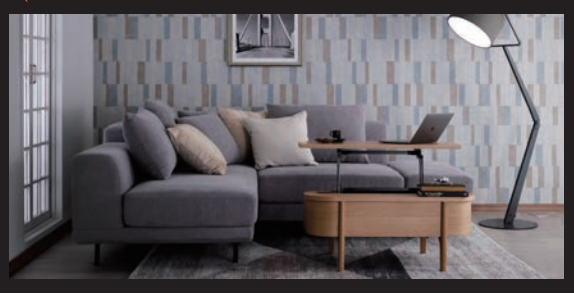
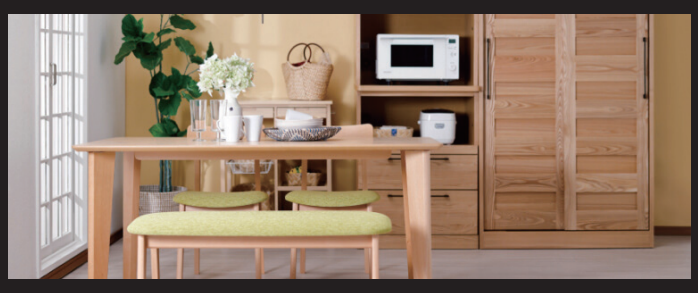
CMS CHUCO MEDIA SOLUTIONS
株式会社中広メディアソリューションズ
045-514-1409（採用担当）
［屋内禁煙］

店頭価格からご優待割引！ 秋の11DAYS SALE

欲しかったあの家具・インテリアがお得！

セール期間 10/24(土)▼11/3(祝)

POINT 貯まる！使える！Vポイント


※写真はイメージです

この記事をご持参ください
ARIFT読者は、今日からこの特典が使えます!!

店舗詳細 ホームページはこちらから

POINT 貯まる！使える！Vポイント

当社エリア内限定 ＼ここが違う！／ **大正堂の安心配送**
大正堂では、ご購入いただいた家具の配送を自社グループの配送スタッフが安心・安全にお届けいたします。
店頭でアンケートに答えて配送料1,000円OFFクーポンGET!

当社エリア内限定 ＼ここが違う！／
お買上げ家具39,800円(税込)以上のお届け時に
ご不要家具 引取り **特別価格**(通常価格の半額)
※ご購入品と同等品かつ同じ点数まで。※お引き取りの家具はお戻しできません。※お引き取りはご購入された家具の配送時のみ。

Room's TAISHODO ルームズ大正堂

ルームズ大正堂

無料駐車場完備

新横浜店 地域最大級 横浜市港北区大豆戸町648
☎0120-086-741
駅からの道のりと店内の動画をチェック!
「新横浜駅」より徒歩約7分・横浜アリーナ前

あざみ野店 横浜市青葉区あざみ野1-2-1
☎0120-076-551
駅からの道のりと店内の動画をチェック!
「あざみ野駅」より徒歩約1分

木風心風堂 木カフェ Ko-Cafe

リニューアルオープン!

こだわりの逸品を愉しみながら、木風心風堂が作り出す木と人の温かい空間でくつろぎのひと時をお過ごしください。

秋の大満足スイーツ&カフェメニュー


奈良産リンゴとサツマイモの米粉のケーキ～栗の渋皮煮～ほうじ茶プリンいちぢくジャムのっけ


奈良産サツマイモのチーズケーキ～ブルーベリーソース～ぷるぷる梅ゼリー付き


り☆カレー


いちごみるく


抹茶あずき～米粉だんごのっけ～

木カフェメニュー、他にもドリンク、ケーキセット、軽食、カレー等も取り揃えております。

引き続きかき氷も提供中！

木風心風堂 木カフェ Ko-Cafe
都筑区中川5丁目40-29(センター北駅から徒歩15分)
定休日 月曜・木曜日 営業時間 平日 11時～17時 土日祝10時～17時
☎045-507-3226




リニューアル記念特別クーポン
カフェメニュー 150円引き


※写真はイメージです

※クーポン1枚につき1名様のみ有効です。
※本クーポンを現金に換金することはできません。
※他の割引サービスとは併用できません。
有効期限 2026年11月末日まで

な な陶芸教室




電動ロクロで作ってみよう！お子さんも是非！

開催日 毎週月曜日 日曜も開催(応相談)
時 間 10時～12時
場 所 木風心風堂
参加費 3,900円＋材料費別途(土台として1g1円)

要予約 1日定員3名
日曜日も開講しておりますが日程は要相談お願いします。

予約は下記のライン公式アカウントから！
友達追加をして「陶芸教室を予約」と送ってください！

詳細はLINEを追加して見てね！

LINE公式アカウント 友だち募集中

インスタでも情報配信中