ARIFT

蒲田・大森

地域みっちゃく生活情報誌® ／ 122

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
11 11/20

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。

ARIFT 読者限定

クリスマスケーキプレゼント

6店舗6種類 8名様に当たる！



香ばしさに包まれる
くつろぎのベーカリーカフェ
イベント&ニューオープン

クリスマスショートケーキ
ローズホテル横浜
パティスリーミリーラ・フォーレ

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

ワインの基礎を知って、
自分好みのワインに出会える！

ワインスクール 58期生受付中！

about

開校して21年、301名の方が卒業されたワインスクールにて、マナーや歴史などワイン「そのもの」を学びませんか？

shop data

WINE SHOP Kamataya

TEL03-3754-0404 大田区池上7-1-8
10:00～20:00 火曜定休

肌寒い季節になりました。
疲れた身体を癒してみませんか？



プロの熱波師 ロウリュウ

土日/平日毎日！
ロウリュウサービス開催時間
13時・15時・17時・19時
最新の熱波師スケジュールはXで配信中！▶



ご褒美温泉時間。
ニフティ温泉 百名湯に選出！

ゆったりプラン（タオル・館内着付）
最大7時間 平日2,400円～

京急開発グループ
天然温泉 平和島
東京都大田区平和島1-1-1 ビッグファン平和島B館2F
03-3768-9121
岩盤浴やレストランなど詳細はQRから▶

24h 24時間営業（施設により異なる）
手ぶらでOK
平和島・大森からシャトルバス有（帰り道のチケットプレゼント）
P 大型駐車場完備

ARIFT
ゆったりプラン（最大7時間制）から 500円引き
平日 2,400円→1,900円
土日祝 2,900円→2,400円
期限 2027.1.31まで有効
※3名まで使用可
※その他ARIFT以外のクーポンとの併用不可

ARIFT
岩盤浴無料
期限 2027.1.31まで有効
※3名まで使用可
※岩盤浴のみのご利用はできません
※その他ARIFT以外のクーポンとの併用不可
※岩盤浴営業時間10時-22時

ARIFT
小人・幼児入浴無料
期限 2027.1.31まで有効
※3名まで使用可　※その他ARIFT以外のクーポンとの併用不可
※お子様のみの入浴はできません
※120cm以上または7才以上のお子様は混浴できません

6店舗様の
クリスマスケーキを
合計8名様に
プレゼント!
ARIFT読者限定

地元の人気パティスリーの クリスマスケーキ プレゼント

その他、各店舗の
クリスマスケーキの
全ラインナップや
予約方法などは
こちらからチェック!

クリスマスの楽しみといえばやっぱりケーキ! 地元で人気のパティスリー6店から、
とっておきのクリスマスケーキを読者プレゼント。お気に入りの一台をぜひ見つけてください。

A 西区 ザ・カハラ・ホテル&リゾート 横浜 THE KAHALA Lounge

1名様



サパン・ド・ノエル オペラ 約11cm×11cm・12,960円

【店頭受け渡し期間】12月20日(日)～25日(金)11:00～18:00

珈琲の芳醇な香りとショコラのコクが重なるオペラを、クリスマスツリーに見立てて立体的に表現。伝統の重厚な味わいに動きある造形を加えた、特別な一品です。


ペストリー料理長
髙田 一哉さん

おすすめポイント

定番のオペラをツリー形に再構築!クラシックな深い味わいと華やかな姿を楽しめます。

B 中区 水信フルーツパーラー

1名様



※写真はイメージです。過去のケーキを掲載しています。

Mizunobu Christmas Cake 2026 4号(12cm)・6,500円

【店頭受け渡し期間】12月19日(土)～25日(金)13:00～20:00

丁寧にしっとり焼き上げたスポンジに、大粒で瑞々しい苺とリッチなクリームを贅沢にサンド。素材本来の美味しさを引き出した、上品でやさしい味わいのショートケーキです。

おすすめポイント

果物専門店ならではの瑞々しい大粒苺と、口どけなめらかなクリームの調和をご堪能ください。

C 港北区 新横浜グレイスホテル ティーラウンジ「パレグレイス」

1名様



栗とキャラメルムースのブッシュ・ド・ノエル 直径約16cm 5,500円

【店頭受け渡し期間】12月19日(土)～25日(金)11:00～19:00

キャラメルのまろやかなコクと栗の優しい甘みが調和。マロンガナッシュやムース、香ばしいチョコクランチを重ね、やわらかな口どけと深みある味わいに仕上げました。


パティシエ
石垣 沙也加さん

おすすめポイント

濃厚なキャラメルと栗の贅沢なハーモニー。クランチの食感も楽しい冬限定ノエルです。

D 青葉区 RésonEssance(レゾネサンス)

3名様



ノエル シャンティー フレーズ 15cm・6,000円

【店頭受け渡し期間】12月19日(土)～25日(金)11:00～19:00

コクのあるリッチなスポンジに軽やかな生クリームと苺を重ねた王道ケーキ。アルコール不使用なので、小さなお子様から大人まで家族みんなで安心してお楽しみいただけます。


パティシエ
村木さん

おすすめポイント

世代を問わず笑顔になれる、優しい甘さと軽やかな後味の王道ショートです。

E 川崎市 TINY NATURA MARKET

1名様



キャラメルオランジュ 直径12cm・4,644円

【店頭受け渡し期間】12月24日(木)～25日(金)9:00～19:00

なめらかな口どけのキャラメルムースに爽やかなオレンジのブリュレを合わせました。サクサクのクランチが心地よい食感のアクセントを添える、上品な味わい。


パティシエ
山口 真司さん

おすすめポイント

キャラメルのコクとオレンジの爽やかな酸味が絶妙!サクサク食感も楽しい大人のムース。

F 中区 ローズホテル横浜 パティスリーミリーラ・フォーレ

1名様



クリスマスショートケーキ 4号(12cm)4,500円

【店頭受け渡し期間】12月19日(土)～12月25日(金)10:00～20:00

しっとり焼き上げたスポンジに、北海道産の純生クリームと厳選した国産苺を贅沢に重ねました。素材の良さが際立つ、ホテルクオリティの王道ショートケーキです。


スーシェフ
新屋栄弥子さん

おすすめポイント

素材選びから味のバランス、口どけ、余韻までこだわり抜いて仕上げたクリスマスケーキです。

店舗紹介

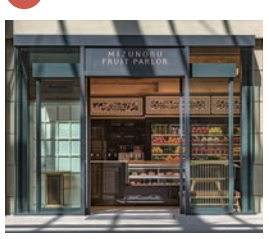
賞品のお渡しは各店頭での受け取りのみとなります。上記受け渡し期間内に来店可能な店舗へご応募ください。

A ザ・カハラ・ホテル&リゾート 横浜 THE KAHALA Lounge



横浜市西区みなとみらい1丁目1-3／みなとみらい線「新高島駅」・「みなとみらい駅」より徒歩約8分／045-522-0077
(レストラン予約10:00～17:00)

B 水信フルーツパーラー



横浜市中区北仲通5丁目57-2
KITANAKA BRICK & WHITE 1F
みなとみらい線「馬車道駅」直結
045-662-9295

C 新横浜グレイスホテル ティーラウンジ「パレグレイス」



横浜市港北区新横浜3-6-15
JR・地下鉄・東急各線「新横浜駅」北口より徒歩約1分
045-474-9511(10:00～18:00)

D RésonEssance(レゾネサンス)



横浜市青葉区美しが丘1-12-59
東急田園都市線「たまプラーザ駅」北口より徒歩7分
045-517-3505

E TINY NATURA MARKET



川崎市中原区新丸子町964-3
東急・JR「武蔵小杉駅」北口より徒歩約3分
044-948-8371

F ローズホテル横浜 パティスリーミリーラ・フォーレ



横浜市中区山下町77
東急MM線「元町・中華街駅」より徒歩約5分
045-681-2916

ご応募はこちらから!▶

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/CnuUD

応募締切
2026年12月6日(日)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「読者プレゼント」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。
※当選された方には12/11(金)までにLINEにて通知いたします。

問:(株)中広メディアソリューションズ　ARIFT11月号プレゼント係
045-514-1409(平日10時～17時)

貯蓄もできる「万一の備え」月々1,000円から始められます！

＼「少しずつ貯金したい！」という方におすすめです！／

あてはまる方は、今眠っているお金の「置き場所」を変えるチャンス！

- ☑ 保障のための支出は「掛け捨て」ではなく「貯蓄」も兼ねたい。
- ☑ 5年後、10年後に「まとまった現金」を使いたい。
- ☑ 医療保障はあるけれど、死亡保障は備えていない。





こくみん共済 coop
公式キャラクター
ピットくん

死亡共済金 100万円 ＋ うれしい 5年に1度の 満期金

せいめい共済

終身生命共済・個人長期生命共済

家計にやさしく、死亡保障と貯蓄を 掛金一律型 3,000円

死亡・重度障がいが残ったとき（交通事故・不慮の事故・病気等）死亡共済金100万円

掛金は、年齢・性別に関係なく同じです。
月掛金は3,000円型の他、1,000円型、2,000円型もご用意しております。

加入年齢は0歳～満70歳、最高満80歳まで継続できます。
※ただし、加入年齢によっては、掛金一律型ではない保障内容となる場合があります。

満期時には、満期金が受け取れます。
ご加入時の年齢によって満期金額が変わります。

共済期間：5年　月掛金：3,000円
5年間の掛金合計
180,000円

5年後に受け取る満期金

満30歳女性の場合	178,023円
満40歳女性の場合	174,953円
満50歳女性の場合	166,973円

満期金はご自由にお使いいただけます。

こくみん共済 coop NEWS
7326M056

家電の買い替えに



ご家族やご友人との旅行費用に



お車の買い替え費用の一部に



リフォーム費用の一部に



そもそも「満期金」って何のこと？

満期金とは、共済期間が満期を迎えた時に、支払われる満期共済金のことです。すなわち、5年後のあなたへの「ご褒美」。毎月の掛金は、掛け捨てではなく、着実に積み立てられています。5年間の共済期間が終わったあと、まとまった現金としてあなたの手元に戻ります。



※ここに記載されている内容は共済商品の概要を説明したものです。
ご契約の際は、リーフレットおよび「ご契約のてびき（契約概要・注意喚起情報）」を必ずお読みください。

たすけあいの輪をむすぶ
こくみん共済 coop
東京労働者共済生活協同組合

「こくみん共済 coop」は営利を目的としない保障の生協として共済事業を営み、相互扶助の精神にもとづき、組合員の皆さまの安心とゆとりある暮らしに貢献することを目的としています。この趣旨に賛同いただき、出資金を払い込んで居住地または勤務地の共済生協の組合員となることで各種共済制度をご利用いただけます。

特典
来店された方に生活用品プレゼント
※本券持参か本券を写真で撮影し受付時にスタッフに提示ください
※他特典との併用不可
※上記特典は蒲田店限定になります
有効期限 2026年12月31日まで

共済ショップ蒲田店

東京都大田区蒲田5-15-8
蒲田月村ビル 2F
●営業時間／窓口営業：9:00～15:00
電話受付：9:00～17:00
●定休日／土曜・日曜・祝日
TEL.03-5703-1124



お店の詳細・来店予約はこちらから

寒くなる季節、お買い物ラクラク！

ライフのネットスーパー



※画像はイメージです

ライフのポイントも貯まる・使える！

ARIFT読者限定！

今ライフネットスーパーをはじめると

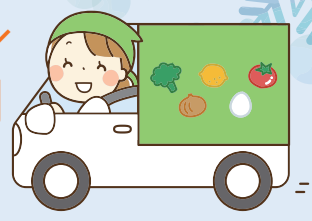
最大1,800円分お得!!

特典その1
COUPON
新規会員用クーポン
500円OFF ×3回
クーポン利用期間：
2026年12月31日配達便まで
※税込4,000円以上（酒類・配送料除く）ご注文時に利用可
クーポンコード 3261102205 を入力

＋

特典その2
COUPON
アリフト読者限定
継続クーポン
300円OFF ×1回
クーポン利用期間：
2026年12月31日配達便まで
※税込6,000円以上（酒類・配送料除く）ご注文時に利用可
クーポンコード 3261130051 を入力

Point1 ＼重い米・鍋の材料も！／ 重いものも玄関までラクラク！



Point2 すきま時間でスマホ注文、最短当日配送！



Point3 いつものライフのポイントが貯まる・使える！





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

まずはアプリをダウンロード！
ライフネットスーパー 検索
App Store からダウンロード
Google Play で手に入れよう

配達エリアはこちらをチェック

※記載内容は2026年11月現在のものとなります

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。

≫JR蒲田駅西口より徒歩3分

旨味あふれる国産和牛ハンバーグ×厳選ワインの贅沢 蒲田の隠れ家で、心潤うひとときを。

Instagram はこちら

ご注文時切抜きお渡しで
お会計から 10%OFF
※本誌持参ください ※お1人様からご利用可能　その他メニュー詳細は右上QRよりご覧ください。※10%OFFクーポンは、お会計合計10,000円(税込)まで適用となります。
2026年12月28日迄

蒲田の喧騒を少し離れた、まさに大人のための隠れ家。入口の可愛いひつじが目印です。一歩中に入れば、外の暑さを忘れる落ち着いたカウンター空間。デートや記念日にもオススメです。シェフこだわりの料理にぴったりのワインが二人の特別な夜を彩ります。もちろん、会社帰りに一人でゆっくり過ごしたい夜にも！心に残る楽しいひとときをどうぞおくつろぎください。



肉汁あふれる国産和牛100%の看板メニュー「大きなハンバーグ300g」と、グラスの縁ギリギリまで注がれるワインの至福。ボリューム満点の逸品をあふれんばかりのサービスとともに。4日間かけて煮込んだ特製デミグラスソースとお肉本来の旨味！贅沢なお味を心ゆくまでどうぞ。



hitsuji kitchen
TEL 03-3736-5602
大田区西蒲田5-19-14／17:30〜24:00(L.O. 23:00)
火曜定休／※感染予防対策済み／HPはこちら→

お米の専門店 コスパや 品質自信



なぜこんなに安いのか？

問屋を挟まず、社長自ら産地に足を運び直接買い付けているため、
圧倒的なコスパでお米を提供できます！

国産ブレンド米 5kg		1,944円	税込価格	2,100円
にじのきらめき 5kg	1袋	2,130円	税込価格	2,300円
	2袋	4,167円	税込価格	4,500円
茨城コシヒカリ 5kg	1袋	2,130円	税込価格	2,400円
	2袋	4,167円	税込価格	4,700円

安さの秘密

- 問屋を挟まず直接仕入れ
- 自社便で全国回ることでコストカット
- その分を価格に還元！

おいしいお米を、もっとお得に。

お米の専門店 コスパや 品質自信

東京都大田区大森北 2-17-2　αNEXT 大森海岸 1F

公式LINE
初回登録で100円オフクーポンプレゼント！

Instagram @cosupaya

大森海岸駅から徒歩1分



読者特典
ARIFT持参で、新米1合プレゼント！
※本券1枚につき1回限り有効
※他クーポン併用不可
※12月末日まで有効

そば和食 家族亭

あなたのおそばに家族亭







家族亭アプリでもっとお得に！
特典① ダウンロード特典 5%OFF
特典② お得なクーポンが多数
特典③ 来店スタンプをためてお得をゲット!!
アプリダウンロードはこちら

そば和食 家族亭
アリフト読者限定
家族亭で利用できる 150円引 クーポン
※お会計時にこのクーポンをご提示ください。
※他の値引き券との併用不可
※関東エリアの家族亭・蕎旬・三宝庵・花旬庵・蕎菜で利用可
※QRコードからデジタルクーポンでもご利用いただけます。
有効期限：2026年12月31日まで

アトレ大森5階
☎03-3764-3227
家族亭 大森店
営業時間 11:00〜22:30(ラストオーダー22:00)
住所 大田区大森北1丁目6-16 アトレ大森5階
近隣店舗【家族亭 シアル鶴見店】【花旬庵 大井町店】でもクーポンをご利用いただけます。

ホームページはこちら



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>



今月のグルメ

香ばしさに包まれる くつろぎのベーカリーカフェ

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。
11月は自家焙煎珈琲のお店＆食べ放題ランチ！

お好きなパンと楽しむ20名限定お得セット



ランチセット　1,080円

選べるパン2点にサラダとドリンクが付いたお得なランチセット。11時から先着20名様限定のスペシャルメニュー。焼きたてパンとともに至福の昼下がりを。

店舗情報は▼

トーチドットベーカリー
TEL03-6424-5929 ／大田区西六郷1-2-14

ジューシーなグリルビーフが食べ応え抜群



フィリチーズステーキサンド　1,000円～

フィラデルフィア発祥の名物サンドイッチを、本場の味わいをリスペクトしながら独自にアレンジ。溢れる肉の旨みとコクを堪能する逸品。

店舗情報は▼

HOTDOG CAFESTAND STATION東京
TEL03-6404-9584 ／品川区南大井2-11-4 ライオンズマンション大森第3A

家族で「もぐもぐ」笑顔あふれるベーカリー



moguバーガーランチ　1,408円

加水率110％の空気のように軽い「飲める食パン(moguAir)」を使用。オリジナルの下処理を施した超粗びきパティに自家製ソースがマッチ した至福のバーガー。

店舗情報は▼

Voyage Side mogu
TEL044-400-1699／川崎市中原区今井南町1-16

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 11.28 SAT . 29 SUN

武蔵小杉のスキが集まる！「街スキフェスタ」でグルメと体験を満喫

地元で人気の飲食店やスイーツ、ワークショップなど23店舗が集結！初登場の街スキガチャや体験型コンテンツも充実し、地域の魅力に触れながら武蔵小杉をもっと好きになれる2日間。



会場：こすぎコアパーク(川崎市中原区小杉町3-1302外)
各線「武蔵小杉」駅 南口すぐ
日時：11月28日(土)・29日(日) 10:00～16:30
※雨天決行・荒天中止

11/16 OPEN 何気ない時間を「日常の中の上質」へ

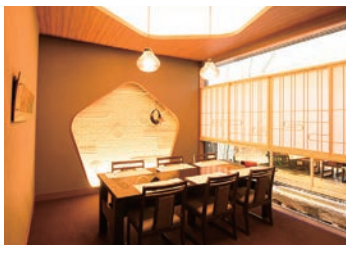


バリスタが淹れる本格コーヒーと旬の具材を挟んだサンドイッチ。季節のショートケーキや焼き菓子が、何気ないひとときを贅沢に彩ります。訪れる人の暮らしにそっと寄り添う、心地よい空間に出会えるお店です。



イー・エー・グラン グランツリー武蔵小杉店
TEL 044-948-7890
川崎市中原区新丸子東3-1135-1　グランツリー武蔵小杉1F／「武蔵小杉駅」より徒歩4分／10:00～21:00／定休日は施設に準ずる

湯葉と豆腐の店 梅の花 UMENOHANA 蒲田店



個室も完備。
お祝いや記念日などの
ハレの日にも
ゆっくりお過ごしいただけます。

☎03-5713-7271

大田区蒲田5丁目37-1 ニッセイアロマプラザ 2F

平　日　11:00～15:30(L.O.14:30)
　　／17:00～21:30(L.O.20:30)
土日祝　11:00～16:00(L.O.15:00)
　　／17:00～22:00(L.O.21:00)

店舗・通常メニュー詳細はこちらから

※写真はすべてイメージです。※金額はすべて税込価格です。

ご予約はこちらから

梅の花グループ うめのあぶり

ARIFT読者限定
珈琲サービス
香り豊かな珈琲タイムをお楽しみください。
有効期限：12月31日(木)迄
※ご来店時にARIFT見たとお伝えください。
※6名様までご利用いただけます。
※他クーポンとの併用もできます。

忘新年会メニュー



宴 ―うたげ― 飲み放題付コース
2名様より 8,800円
嶺岡豆腐・とろ湯葉 小柱の刻み山葵(わさび)和え
鮪の湯葉とろろ掛け・茶碗蒸し・ふぐのお造り・
かにしゅうまい・ふぐの唐揚げ・銀だらの西京焼き
黒毛和牛と湯葉のしゃぶしゃぶ・湯葉吸物・
季節の炊き込み御飯・香の物・デザート

響 ―ひびき― 飲み放題付コース
2名様より 9,900円



一番人気 扇 四人で囲む、祝いの味豊かな二段重 29,200円

梅の花が贈る、新年のおもてなし
おせち

ご好評につき、
4種類のおせちをご用意しました。

おせち詳細はこちら
もしくは【梅の花 おせち】で検索を



初扇 「扇」に惣菜6品が付いた豪華三段重のおせち 39,800円



初夢 和洋を少しずつ、二人で愉しむ贅沢二段 25,800円



夢 伝統の祝い料理を詰めた、二人前一段重 15,200円

≫穴守稲荷駅徒歩7分／京急バス六間堀バス停徒歩4分／羽田小学校から徒歩2分

元小学校教諭が、お子様の「分かった!」を大切に理解度に合わせて丁寧に指導！秋の無料体験受付中です♪

無料体験受付中！

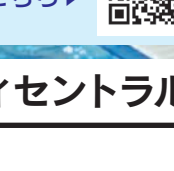


少人数制で一人ひとりに目が行き届き、分からないまま進まず着実に理解を深めます。答えを覚えるのではなく、「なぜ？」と考える力を大切にし、自分で考え、理解する本当の学力を身につけます。
理解度に合わせて基礎からステップアップし、「できる」自信へ。「分かった」「できた」という成功体験を重ね、学ぶことが楽しいと感じられる教室づくりを心がけています。※アリフトをご覧の方限定特典あり

対象：年少～小学6年生
［国語・算数］
火・金：15:00～18:00
土：10:00～14:00
［英語］
火・金：15:00～18:00

会費：入会金　5,500円
1教科（国語または算数）
..... 7,700円（税込）
2教科（国語と算数）
..... 14,300円（税込）
英語 ..... 8,800円（税込）





ガウディア羽田教室

大田区羽田3-8-16／10:00～19:00
MAIL:haneda_gaudia@yahoo.co.jp
（体験申込み24時間受付中）　ホームページはこちら→



学研アカデミー

保育士養成コース

2027年度 昼 夜 学生募集

国家試験免除
2年間で卒業＆保育士資格取得
オンライン授業＆対面授業

昼間コース 週4日（火水木金）
1日3時間×4日間の授業（オンライン2日／対面2日）
1年次：火・木 オンライン授業 水・金 対面授業
2年次：火・木 対面授業 水・金 オンライン授業

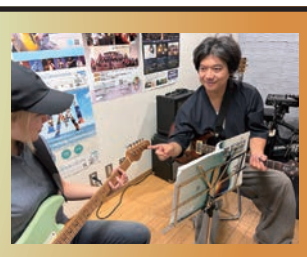
夜間主コース 週3日（火木土）
1日3時間×2日間の授業
1日（午前・午後）対面授業（オンライン2日／対面1日）
2年間：火・木 オンライン授業 土（午前・午後）対面授業

OPEN CAMPUS | オープンキャンパス開催！
11月28日(土) 12月5日(土) 12日(土) 時間／13:00～14:30
その他、毎週水曜日18:00～19:00 個別相談会開催中

予約・お問い合わせ
学研アカデミー 保育士養成コース
東京都大田区蒲田5-40-16 蒲燃第3ビル
0120-512-558
◀ホームページはこちら！
JR蒲田駅東口から徒歩2分 駅近

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？

新堀ギター教室では、お子さまからご年配の方まで多くの生徒さんが楽器の演奏を楽しんでいます。
約9割の方がまったくの初心者！
楽譜が読めなくても大丈夫です♪





まずは無料で体験へ！ 申込はこちら▶

蒲田教室に通う生徒さん達による発表会
ニューイヤーコンサート2027 開催！

1月17日(日) 13:30開演予定
※時間は変更の可能性あり。
大田文化の森ホール
（バス停 大田文化の森より徒歩1分）
無料
ぜひお気軽にご来場ください♪

新規開講！
ボイストレーニング
ボーカルの個人レッスンもやっています！



いろいろな楽器が学べます！
人気な楽器
ギター（クラシック、エレキ、弾き語り）
ウクレレ　ボーカル

新堀ギター音楽院 蒲田教室

TEL:03-3739-8337
大田区西蒲田7丁目49-11
新堀ギタービル5階
HPはこちら▶
新堀ギター 蒲田　検索





ラヴィセントラルフィットネスクラブ蒲田　☎03-3733-3911　〒144-0056 東京都大田区西六郷1丁目3-15

こども家庭庁認可
放課後等デイサービス

子育て支援・和美（わび） カナガク自立支援学習センター

学 習 療 育

発達障がい、不登校の小学生を対象に療育と自立学習支援を目指します。

小学生（小1～小6）中・高校生受付中
新小1、新高1（無料コース）エントリー受付中

児童それぞれに合った5療育分野
学習の到達度を常にチェックし、学校の課題・宿題のサポートのほか、漢字検定、算数検定、プリント学習を導入。児童それぞれに合った療育を展開しています。

コグトレの活用
コグトレ（認知予測・作業トレーニング）を活用し、2月実施　県営訓練校委託訓練、特別支援学校生早期訓練コース 横浜駅西口校　受付中

高校進学も安心
広域通信制翔洋学園高校学習センターを併置。高校進学も安心。サポート校の大成学園では、学習支援コースの方を対象に授業料を無料にします。

自立学習支援
放課後デイサービス12年の後、自立訓練2年。将来の就活を目指して自立訓練で各種検定をとります。（相模大野・横浜天王町開校）

ひらがな・すうじ入門講座
小学生用漢字・計算講座



ひらがなや数字の書き方から漢字・計算までを講師がわかりやすくサポートします。

創作活動・野外活動療育も実施

新規オープン

カナガク 東京蒲田駅前校
東京都大田区蒲田5-6-7
月村マンションNo.23 201号室

カナガク 元住吉駅前校
川崎市中原区木月住吉町2-1
ウィンドKビル1階
3月OPEN

進路を考える会
12月12日(土) 15:00～
パシフィコ横浜 E-26
最寄駅:みなとみらい駅
12月26日(土) 15:00～
都筑公会堂 第二会議室
最寄駅:センター南駅

電話にてお申込みください。TEL0466-54-7779（受付担当宛）　進路を考える会 | 検索　最新の進路を考える会の詳細が確認いただけます。

神奈川県内41教室で生徒募集中!!　無料体験（2回）受付中!

カナガク
上大岡 ☎045-349-0013
いずみ中央駅前 ☎045-443-7367
仲町台 ☎045-507-5205
中　山 ☎045-507-8100
横浜西口 ☎045-313-0111
南太田 ☎045-308-8867
東白楽駅前1・2 ☎045-594-6277
戸塚駅前 ☎045-438-8988
相模大野モアーズ ☎042-701-0256
相模大野南口 ☎042-702-9005
川崎新川通 ☎044-589-7177
辻堂駅前校 ☎0466-47-7950
藤沢駅前1・2 ☎0466-54-7779
二俣川駅前 ☎045-459-6360
東京蒲田 ☎03-6715-7876
センター南 ☎045-507-9555
上永谷 ☎045-349-2430
新 元住吉駅前校 ☎044-948-9190
新 (京都)河原町今出川校 ☎075-255-5220

和美
金沢文庫 ☎045-352-8709
横須賀中央 ☎046-826-0087
北久里浜 ☎046-876-6788
鹿島田 ☎044-544-4336
JR相模原 ☎042-711-7318
淵野辺駅前 ☎042-851-3602
港南台 ☎045-835-3450
中　田 ☎045-392-3435
小田急相模原駅前 ☎042-705-3107
小田急相模原 ☎042-851-6605
東林間 ☎042-705-7831
平塚駅前 ☎0463-20-8328
横浜西口 ☎045-312-6227
東神奈川 ☎045-577-4671
小田原 ☎0465-20-8688
新 高田綱島 ☎045-630-4400
新 横浜西口鶴屋町 ☎045-312-6227
自立 新 大成カナヴビカレッジ相模大野モアーズ校 ☎042-705-5810
自立 新 大成カナヴビカレッジ横浜天王町校 ☎045-442-4948

入会・お問い合わせは ▶▶▶ 0120-313-342
日本教育指導協会
横浜本部／横浜市神奈川区鶴屋町3-33-7横浜OSビル3F（横浜駅西口５分）☎045-312-6227
藤沢本部／藤沢市南藤沢2-1-3ダイヤモンドビル5F（藤沢駅南口１分）☎0466-54-7779
相模大野本部／相模原市南区相模大野3-9-1 岡田屋モアーズ相模大野5F（相模大野駅2分）☎042-701-0256



自己流ダイエットに限界を感じている、40代・50代のあなたへ

本気で痩せたい その気持ち、私に預けてみませんか

☑運動したくない ☑何をしても痩せられない ☑リバウンドばかり…

そんなお悩みを耳つぼダイエットで解決！

鈴木 望 痩身カウンセラー

産後人生最大体重に…。食事を気をつけようと思っても3日坊主だった。そんな私が、子育てしながらでも無理なく継続できたダイエット！自身も成功したオーナーが寄り添います。

体重 59.9kg▶ 52.0kg −7.9kg

ウエスト 92.8cm▶ 86.5cm−6.3cm

50代 女性 N様 3ヶ月で！



無理なく食事改善ができ、食事量や食生活が整いました。身体が軽くなり、これからスポーツにも挑戦したいです♪

耳つぼダイエットサロン Sperare スペラーレ

東京都 大田区中央3-7-6
営業時間 9:00～19:00
日、祝日 定休日
時間外対応あり



0120-842-057

「アリフトを見た」とお伝えください

予約はこちらから

年末までの限定クーポン！
初回カウンセリング・耳つぼ体験
ARIFT読者限定 通常4,980円▶無料
ARIFT見た方はご持参ください
有効期限：2026年12月末日

住まいと暮らしに関する「安心」の「無料」相談窓口です 東急

買う 無理のない予算・物件は？
売る いくらで売れるの？
建てる 私に合う会社はどこ？
リフォーム 依頼先はどこがいい？
暮らし 暮らしのご相談もOK！
空き家 どのような活用方法が？

経験豊富なコンシェルジュが対応します！
中立・公正な立場で、会社選びをサポート！
直接営業なしでゆっくり安心、選択＆決断
提携会社は250社以上！

戸建て&マンション 中古を買ってリフォーム 相談会開催

毎週 土日

時間
1 10:00～
2 13:00～
3 15:00～

予約制 相談無料





池上線・東急多摩川線 券売機横

住まいと暮らしのコンシェルジュ

ご相談はこちら▶

東急株式会社
住まいと暮らしのコンシェルジュ
蒲田店 東京都大田区西蒲田7丁目69-1
0120-097-109

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

ARIFT Healthy Recipes PRESENTS



レシピ監修 SAORIさん

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

theme お腹快腸レシピ

01. 具だくさん豚汁

色々な食材を一度に食べられる
オリジナルアレンジもおすすめ



材料(2人前)

豚バラ	120g
大根	100g
人参	50g
ごぼう	1/3本
こんにゃく	1/2
しめじ	1/4房
油揚げ	1枚
長ネギ	1/2本
だし	500ml
味噌	大さじ2
ごま油	小1

作り方

❶大根とにんじんはいちょうぎり、ごぼうは斜め薄切りにして水にさらす。油揚げとこんにゃくは短冊切り、豚肉は食べやすい大きさに切る。

❷鍋にごま油を入れて豚肉を炒める。
豚肉に火が通ったら野菜・こんにゃくを加えて炒め、出汁を加えて野菜が柔らかくなるまで煮る

❸味噌を溶き入れて油揚げを加えて最後にネギをのせて完成

02. のせるだけ！カンタン腸活丼



のせるだけの簡単調理
ネバネバ食品追加もOK

材料(2人前)

ごはん	お茶碗2杯
納豆	2パック
アボカド	1個
キムチ	お好みで
塩昆布	ふたつまみ
卵黄	2個

作り方

❶納豆はタレと混ぜておき、アボカドはひとくちの大きさに切る

❷ごはんの上に納豆、アボカド、キムチをのせる。
卵黄と塩昆布を散らして完成

Wの食物繊維と発酵食品で善玉菌を増やす

根菜類やきのこ、野菜、アボカドに含まれる水溶性と不溶性の食物繊維がお通じを良くし、腸内の善玉菌の餌になります。さらに味噌や納豆、キムチといった発酵食品が善玉菌を増やして腸内環境を整え、納豆の良質なたんぱく質も摂れます。めかぶやオクラなどネバネバ食品追加のアレンジもおすすめ。

20th Anniversary Since 2006

1年頑張った自分へのご褒美に!冬の美肌ケア

蒲田・大森にお住まいの皆さまへ

その他メニューはこちら



サリチル酸(BHA)ピーリング(全顔) 8,000円

Q-YAGレーザー(シミ取り) 通常1cm以内 9,000円

CO2レーザー(ホクロ除去・イボ除去) 通常5mm以内 9,000円

医療脱毛(部位:脇) ※剃毛代別 3,250円

※本施術は自由診療(保険適用外)となります。

美肌への信頼。

スキンコスメクリニック

完全予約制／10:00〜19:00／不定休

HPはこちら

川崎院 0120-63-4112 川崎市川崎区駅前本町11-1 パシフィックマークス川崎4F

戸塚院 0120-28-4112 横浜市戸塚区戸塚町16-6 中村ビル 4F

二子玉川院 0120-71-4112 世田谷区玉川3丁目10-10 フェリトイア B1F



うえの内科外科医院

いつでも、どなたでも。
地元のかかりつけ医。

内科・外科／訪問診療対応

〒146-0081
東京都大田区仲池上1丁目10-3 ラシーヌ201

TEL03-5748-7144
https://www.ueno-naikageka.com/

院長 うえの かつひと 上野 克仁

WEBサイトはこちら

あなたの大切な品に正しい価値を

幅広い買取品目 ブランド類、アクセサリー、古銭、雑貨品、なんでも買います!

今が売り時! 金券・テレカ・QUOカード 100%買取 キャンペーン実施中!



金券 テレカ QUOカード

※キャンペーン価格は1世帯10枚まで

買取九十九堂

東京都大田区大森北1-12-11-1F
10:00〜19:00／定休日なし
許可番号:第302192615568号

TEL.03-6824-5399



みんなの謎解きタイム

11月の謎解き

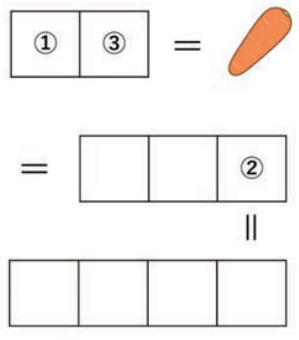
イラストをヒントに①②③があらわす答えの下の3文字をかんがえてみましょう。

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「11月の謎」と入力してね

答えは何になる?





答えは①②③の下だよ。

Google口コミ 4.7の高評価! ※2026年10月31日現在



タレント・田中律子さん

いらない服が片付いてちょっとしたお小遣いに

45Lポリ袋1袋 1,500円で買い取ります



まとめて袋に入れるだけ!!

着なくなった洋服

お洋服の買取強化中!

クーポンコード AY11

※1家族様につき1袋まで(ご利用は1回限り) ※2026年12月28日まで

他社さんで断られたお品物も大歓迎!

5点まで必ず 人形・ぬいぐるみ 買取保証



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♪

壊れていてもOK

使わなくなった ミシン 買取保証



※一部対象外商品もございます。

かんたん4ステップ ご利用の流れ





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。

総合リサイクル いちばん堂

0120-755-767

受付時間／10:00〜18:00

出張費無料! その他取扱品目多数

AY11 こちらのコードをご予約の際にお伝えください

LINEからも出張依頼OK

東京都公安委員会 許可 第308841804974号

まだ、売ると決めなくて大丈夫です。

「今、売るべきか？」
一緒に考えます。

車を売るとき、
本当に難しいのは
「いくらで売るか」だけ
ではありません。

- ☑ 今売った方がいい？
- ☑ もう少し待った方がいい？
- ☑ 他社の査定額は妥当？
- ☑ セカンドオピニオン
だけでもいい？

売らないという結論でも大丈夫です。

こんなご相談でも大丈夫です

「まだ売るか決めていません。自分の車について相談するだけでも大丈夫ですか？」

ご相談内容を「車売却診断書」に整理してお渡しします。

もちろん大丈夫です。
相場・車の状態・
売却時期などを見ながら、
「今売る」「待つ」を一緒に
整理します。



代表
吉田秀次

「後悔しない車の売り方」note公開中！

車を売る前に知っておきたい判断基準をまとめました。
無料記事も公開しています。

有限会社
ソーシャルキャピタル

後悔しない車の売り方 運営

東京都大田区田園調布1-55-16 浅間ビル203
営業時間／10:00～18:00　定休日／なし

お気軽にご相談ください！

☎03-6459-7115

売るか
迷っている方へ
無料相談はこちら



創業明治二十年　節句人形問屋
福田屋人形店
一流メーカー品と安心をお届けする店
日本人形協会正会員／全日本人形専門店チェーン正会員

藤沢総本店 ●営業時間10時～18時 ●駐車場完備
TEL.0466-23-3131(代表)

町田店 ●営業時間10時～18時
TEL.042-728-1161(代表)

横浜店 ●営業時間10時～18時
TEL.045-321-6663(代表)

マルイファミリー溝口店
2027年1月4日(月)OPEN!

無料カタログ
スマホからでも
ご覧いただけます▶

ネットストア

ARIFT Healthy Recipes PRESENTS

彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部

おいしく作って心と体をととのえる



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。

theme

目を労わるレシピ

01. 鮭とかぼちゃの味噌マヨ蒸し焼き

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。

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

ARIFT Healthy Recipes PRESENTS

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
1. 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。
2. 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。
3. カットほうれん草は600W2分レンジ加熱し、水気を絞る。
4. 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
1. 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)
2. 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)
3. 加熱したミニトマトとじゃがいもを②と合わせる
4. 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。

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)

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。

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!

d払い PayPay

●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

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

大田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！

地域密着

安心できる地元のガス屋さん

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

本体保証10年　施工保証10年

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）

20号 オートタイプ

本体保証10年　施工保証10年

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

すべてコミコミ 工事費込 税込

185,000円

安心保証付

ガス給湯器　毎月15台限定

Rinnai（リンナイ）

20号 オートタイプ

本体保証10年　施工保証10年

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

すべてコミコミ 工事費込 税込

168,000円

安心保証付

ガス給湯器　毎月15台限定

Rinnai（リンナイ）

20号 オートタイプ

本体保証10年　施工保証10年

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

すべてコミコミ 工事費込 税込

195,000円

安心保証付

ガス給湯器　毎月15台限定

Paloma（パロマ）

20号 オートタイプ

本体保証10年　施工保証10年

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

すべてコミコミ 工事費込 税込

175,000円

安心保証付

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12月末

(川崎南センター)川崎市幸区下平間270-2　(鶴見センター)横浜市鶴見区潮田町1-22-5　(横浜南センター)横浜市南区山王町2-12-3　(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　(本社)横浜市青葉区鴨志田町53番地

彩食健美 recipe

saishokukenbi

企画・編集:ARIFT編集部

おいしく作って心と体をととのえる



レシピ監修 りなさん

フリーランス栄養士。ダイエット、美容と健康には食事栄養が大切と知り料理と栄養に興味を持つように。自分らしく働く女性が増えてきた中で、忙しい中でも健康美を維持するための食事習慣やレシピを伝えて行きたいと活動中。

01. アクアパッツァ



魚介の風味が食欲そそる
華やかなパーティー料理

材料(2人前)
白身魚……2切れ
あさり……1パック
ミニトマト……5個
ブロッコリー……お好みで
オリーブオイル……小さじ2
白ワイン……小さじ2
コンソメ……小さじ1
チューブのにんにく……4cm
塩・胡椒……お好みで

作り方
1. あさりは砂抜きをしておく。ミニトマトのへたを取り、魚はキッチンペーパーで水気をとる。
2. フライパンにオリーブオイルを入れ、にんにくを香りが立つまで加熱する。鯛はうすく焼き色が付くまで焼く
3. ワインを加えてアルコールを飛ばし、水、ミニトマト、茹でたブロッコリーを加える。
4. 煮立ったらふたをして魚に火が通るまで弱火で5〜6分、あさりを加えて口が開くまで4〜5分煮る。塩、胡椒で味を調える。

theme ヘルシーごちそうレシピ

02. トマトソースのチキンソテー

低カロリーな鶏ももを
ひと手間加えたトマトソースで



材料(2人前)
鶏もも肉…2枚
玉ねぎ…1/2個
おろしニンニク…1cm
塩、胡椒…各適量
片栗粉・シナモン… 少々(お好みで)
オリーブオイル…適量
-A-
トマト缶…1缶(400g)
ウスターソース、砂糖…各大さじ2
コンソメキューブ…1個(約5g)
塩、胡椒…各適量

作り方
1. フライパンにオリーブオイルを入れ、玉ねぎとニンニクをしんなりするまで炒める。
2. Aの材料を加え、汁気がなくなり、もたっとするまで加熱する。
3. 上と別にオリーブオイルで、片栗粉、塩胡椒をまぶした鶏もも肉を皮目を下にして表面がカリッとするまで焼く
4. 返したら中火で4〜5分を目安に蒸し焼きにし、盛り付けて2を上からかける。お好みでパセリを散らす。

高タンパク&リコピンで抗酸化

白身魚・鶏肉の高タンパクとトマトのリコピン、オリーブ油の良質脂、またカリウムなどを一度に摂れ、身体に優しく抗酸化・血流改善にも役立ち、代謝維持にも役立つバランスの良いメニューになります。

首都圏で
500人以上
活躍中

年齢・経験不問
直行直帰OK!



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

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

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!



いよいよラストチャンス！
この機会をお見逃しなく!!

カマタでカイテキ インドアテニス

初めてでも大丈夫！安心して始められます

まずは気軽にテニス体験！
無料体験レッスン実施中！
※予約は前日までとなります。

6階コートリニューアル！

秋の入会キャンペーン 11/30㈰まで

＼＼今だけ限定特典!!／／

入会金＆初月月謝
半額

さらに

はじめて・初級クラス／こどもコース（キンダー・J1・J2）
ご入会の方に
ラケット プレゼント



※キャンペーンは3か月継続が条件

こどもコース

キミの可能性は無限大!!
入会金・初月謝
50%off



月会費料金表【3才より、小学生、中・高校生のコースです。】（2026年2月期改定）

コース	レッスン	月謝	内容
キンダークラス	1ヶ月4回 50分	¥8,800	3～6歳のクラス
J1クラス	1ヶ月4回 50分	¥8,800	小学校低学年
J2～J5クラス	1ヶ月4回 80分	¥10,450	小学校高学年～高校生
JSクラス	1ヶ月4回 80分	¥10,450	中学生・高校生

はじめてコース

すべての時間帯のはじめてクラス4回/月(60分)
まったくできなくても大丈夫！体力に自信がなくても安心

入会金：5,500円
初月謝：11,550円
▶ **50%off**

平日コース（平日昼間）

平日昼間(月～金)/ 15:50までのレッスン
4回/月（80分）

入会金：5,500円
初月謝：12,650円
▶ **50%off**

スマッシュヒッツ蒲田が選ばれる理由！

- 蒲田駅 徒歩3分
- 冷暖房完備 インドア
- ラケット 無料
- シューズ 無料
- 手ぶらで OK
- 初心者 大歓迎
- 家族割 あり
- 振替制度 あり
- 駐車場 3時間無料

はじめての方も安心して通えます！

インドアテニススクール
スマッシュヒッツ 蒲田

●お問い合せ直通ダイヤル
☎03-3735-8465
http://www.smash-kamata.com 蒲田　テニス 検索

詳しくはこちら



蒲田駅から 徒歩3分!

高価買取 おたからや

その 金 貴金属・プラチナ 査定してみませんか?

高価買取なら、おたからヤー!!

ダチョウ倶楽部 寺門ジモン / ダチョウ倶楽部 肥後克広

高価買取 おたからや 高価買取クーポン

特典1 買取金額 35%UP ご成約で! 期間限定 12/30(水)まで

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 髙橋健一がリーガルチェックしました。(キリトリ)

特典がいっぱい! おたからヤー!!

特典2 タクシー代・駐車場代負担いたします!!

5万円以上のご成約で 最大5,000円 プレゼントいたします!

※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!

※ノベルティは変更になる場合がございます。

特典4 今なら査定だけで 純烈 ノベルティグッズ 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2万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 髙橋健一がリーガルチェックしました。



海外製インゴット 査定だけでも大歓迎!



海外製 金のインゴット1kg 参考買取価格 29,568,000円

アクセサリー しまったままのアクセサリー、査定してみませんか?



父からもらった印台リング(K24・37.4g) 参考買取価格 1,103,600円



金のブレスレット(K18・31.4g) 参考買取価格 695,300円



金のネックレス(K24・13.5g) 参考買取価格 398,300円

このようなお品物も1点から大歓迎!



片方なくした ピアス(K22・4.6g) 参考買取価格 124,500円



ねじれている ペンダントトップ(K18・3g) 参考買取価格 66,400円



日付が入っている 指輪(K14・3.1g) 参考買取価格 53,500円



エメラルドリング(2.07ct)&アクセサリーおまとめ(K18・90.1g) 参考買取価格 2,265,200円

メッキだと思っていたら金でした!…なんてことも?

プラチナ・銀・パラジウム 金以外も大歓迎です♪



プラチナ プラチナリングおまとめ(Pt950・18.6g) 参考買取価格 268,400円 ※2026年1月26日時点



銀 銀の杯(Sv1000・488.7g) 参考買取価格 303,300円 ※2026年1月30日時点

※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。

嬉しい♪「おたからや」の 買取保証サービス



※1 [ロレックス] デイトジャスト 16233G どのような状態でも 60万円での買取を保証します!!



※1 [ロレックス] デイトジャスト 69173G どのような状態でも 40万円での買取を保証します!!



※2 [ルイ・ヴィトン] キーポルバンドリエール55 どのような状態でも 10万円での買取を保証します!!

【買取保証の対象について】※1:箱・ギャランティ付属、10Pダイヤの台座八角形、シャンパン文字盤に限ります。※1:16233Gは夜光塗料がルミノバであることが条件です。※2:モノグラム(サイズ55)、バンドリエール付属、かつ2000年以降製造のモデルに限ります。※お品物の状態(傷、汚れなど)は一切問いません。

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!

大森駅ビルラ店



通常営業中

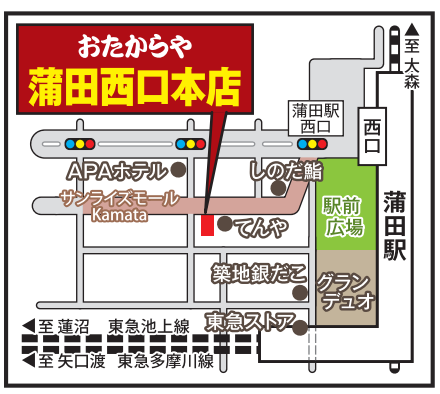
大森駅ビルララ店内1階

東京都大田区山王2-1-5 1階

【営業時間】10:00~19:00

店内消毒済

蒲田西口本店



通常営業中

・JR蒲田駅西口より徒歩3分
・サンライズモール中ほど

東京都大田区西蒲田 7-65-1

【営業時間】10:00~19:00

店内消毒済

マルエツ新糀谷店



通常営業中

京浜急行空港線「糀谷駅」から徒歩10分 マルエツ新糀谷店1階

東京都大田区萩中2-12-5

【営業時間】10:00~19:00

店内消毒済

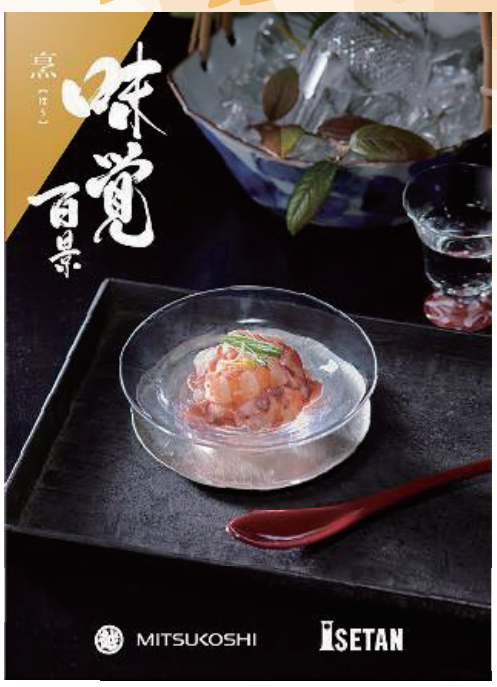
古物商 神奈川県公安委員会 許可 第451380001308号 古物営業法に基づき本人確認書類のご提示が必要となります。ご来店の際は【】内のいずれかをお持ちください。【運転免許証 / マイナンバーカード / 健康保険資格確認書 / 在留カード / 年金手帳 等】

創業40周年キャンペーン

ANNIVERSARY 40th

～不動産売却応援企画～ AUTUMN

対象期間
2026年
10月1日(木)▸11月30日(月)



特典1

対象期間中に専任または専属専任媒介契約※を
新規に締結された媒介価格 1,500万円以上(税別)
※期間3ヶ月

個人のお客さま**全員**に
三越伊勢丹のカタログギフト
「味覚百景」をプレゼント



特典2

さらに媒介価格に応じて抽選で
JCB ギフトカードをプレゼント

媒介価格1億円以上(税別)
5名の方に **10万円分**

媒介価格5,000万円以上(税別)
35名の方に **5万円分**





対象となるお客さまには、詳細について担当者よりご説明いたします。

[キャンペーンについての注意事項]
■カタログギフトの対象となる媒介契約 □対象期間中に締結 □不動産売却についての専任媒介契約、専属専任媒介契約(期間3ヶ月・媒介価格1,500万円 (税別) 以上) □個人名義の不動産
■商品券抽選の対象となる媒介契約 □カタログギフト送付対象者 □10万円分:媒介価格1億円 (税別) 以上 □5万円分:媒介価格5,000万円 (税別) 以上
■その他 □共有名義でのご依頼の場合、代表者1名に進呈させていただきます。□過去の当社キャンペーン等にて同じ物件で景品を受領された方は対象外となります。□既に媒介契約を締結済みで、キャンペーン期間中に、別の種類の媒介契約に切り替えられた方、媒介契約期間中に解約、または契約条件の変更等(媒介契約期間短縮、一般媒介契約へ変更等)をされた方は、対象から除外となる場合があります。□ご相談内容によってはお取り扱いできない場合がございます。□対象となるお客さまは日本国内にお住まいの方に限らせていただきます。□個人情報のお取り扱いについては、弊社ホームページ (https://smtrc.jp/) をご参照ください。□取引態様/仲介 □カタログギフトは同等品に変更される場合があります。□カタログギフト・商品券発送時期:2027年1月予定 □商品券の当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。□当キャンペーンは景品表示法にかかわる制限の対象となります。

個別相談会開催中

相談無料 事前予約制

大森センターの所長または担当スタッフが
豊富な知識と経験でお答えいたします。

三井住友トラストグループ
三井住友トラスト不動産株式会社

大森センター

■土曜・日曜も営業(水曜・祝日定休)
■営業時間／9:30～17:30

〒143-0023 東京都大田区山王2丁目5番9号 山手ビル4階

通話無料 **0120-06-3161**

TEL:03-5742-3161 FAX:03-5742-2533
https://smtrc.jp/ [E-mail]omori@smtrc.jp

国土交通大臣(10)第3397号
(一社)不動産協会会員
(一社)不動産流通経営協会会員
(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

まずはネットか
お電話で
相談ご予約ください



Room's TAISHODO ルームズ大正堂

家具インテリア特別ご優待セール開催

BLACK FRIDAY Sale

地域最大級

2026年11月20日（金）～12月6日（日）まで

お取り寄せ商品はクーポンでお得に！

50,000円以上お買上げで 3,000円OFF	100,000円以上お買上げで 6,000円OFF
150,000円以上お買上げで 9,000円OFF	200,000円以上お買上げで 12,000円OFF
250,000円以上お買上げで 15,000円OFF	300,000円以上お買上げで 18,000円OFF
350,000円以上お買上げで 21,000円OFF	400,000円以上お買上げで 24,000円OFF
450,000円以上お買上げで 27,000円OFF	500,000円以上お買上げで 30,000円OFF



クリアランス展示商品同時開催！

店頭表示価格より

10～50%OFF

特典1

店頭でアンケートに答えて

配送料 1,000円OFF クーポンGET!

特典2

不要家具引取り

お買い上げ商品1点につき同等品1点

50%OFF

当社指定エリア内に限らせていただきます。お引取りはお買い上げ商品のお届けの時のみとなります。お引取りした家具はお戻しできません。商品によって保証内容が異なります。詳しくは販売員にお尋ねください。

Vポイント 貯まる・使える

POINT

Tカードや保有ポイントは変更なくそのままご利用いただけます

ARIFTがお届きの方は届いたその日から **特別ご優待！**

ぜひ店頭にてお待ちしております。

Room's TAISHODO ルームズ大正堂

ルームズ大正堂 新横浜店 横浜市港北区大豆戸町648

☎0120-086-741

地域最大級

無料駐車場完備

詳しくはこちら



「新横浜駅」より徒歩約7分 横浜アリーナ前

駅からの道のりと店内の動画をチェック!

WASH SERVICE

EXCEL プレミアム手洗い洗車



手洗い洗車 ＋ 撥水コート ＋ 艶仕上げ

「手洗いの品質」と「撥水・艶」をぜひお試しください！

SSサイズ	Sサイズ	Mサイズ
9,150円(税込)	9,670円(税込)	10,400円(税込)
Lサイズ	**LLサイズ**	**XLサイズ**
11,000円(税込)	12,300円(税込)	14,300円(税込)

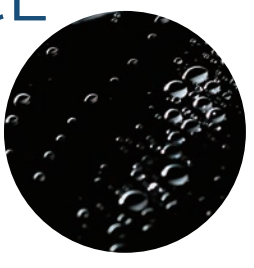




COATING SERVICE

12月末までの予約で 特別料金

GYEOX コーティング商品とレビューはこちら



軽自動車	小型車	中型車
44,000円(税込)～	47,300円(税込)～	49,500円(税込)～
大型車	**1BOX**	
55,000円(税込)～	71,500円(税込)～	

東邦自動車

ご予約はこちら

☎03-3744-5321

東邦自動車 株式会社／東京都大田区南蒲田2-4-15

Insta-gram

ARIFTを見た方限定！

サイドミラーガラス系コーティングお試し施工

通常の洗車にプラスして、サイドミラーをガラス系コーティングで仕上げます。