



片付けから解体、解体後の各施工まで一本化！だから安い！だから安心！！

**POINT** 直接依頼が断然お得！

不用になった家財の整理、家財整理後の建物の解体、解体後の土地活用の提案まで

防草シート施工・駐車場作成、砕石敷き均し・外構新設工事、ワンアクセスに

費用と時間を節約できる！！

費用がかかってしまうカラクリとは...

解体費用、解体費用、解体費用

ONE AXIS

TEL 027-289-0633

https://one-axis.com

**4施設で 介護福祉士大募集**

サービス提供責任者経験者優遇

パートさんも大歓迎(男女年齢問いません)

株式会社メディカルサポート 住宅型有料老人ホームサービス併設

**四つ葉のクローバー 浜尻**

高崎市浜尻町942-1

TEL 027-370-5072

**四つ葉のクローバー 中里**

高崎市中里町220-1

TEL 027-373-8810

**四つ葉のクローバー 正観寺**

高崎市正観寺町882番地1

TEL 027-384-3597

**四つ葉のクローバー 西島**

高崎市西島町365番地

TEL 027-384-3684

群馬の絹で作る 伝統工芸士の店

人形の鳥久

鳥久では節飾りもお雛様同様群馬の絹糸使用の姿勢を貫き、古代染色の藍や茜染などの糸を威し糸に用い、甲冑師に依頼して兜を作っています。その高名な甲冑師自身が引退する前に持っている知識の全てを出し尽くして後世に残しておきたいと作られた兜はまさに本物です。ぜひ店内でご覧ください。驚くほど良心的な価格で価値ある品が購入出来ます。(例：節飾り 3万円)

http://www.shimakyu.com

**春の体験会!**

3/26(土) 4/2(土) 4/9(土) 4/16(土)

全日程11:00~12:00開催

NOMA スイミングスクール前橋校

TEL 027-283-7510

あなたのお店を 宣伝しませんか?

毎週発行の広告新聞でお店の情報をいち早くお届け!

掲載広告 募集中!

TEL 027-289-5300

info@koukokushinbun.co.jp

コンパクトな兜が勢揃い!!

うれい楽しい端午の節句

**全品半額**

人形のアトリエ前橋店

前橋市総社町橋野1340 TEL 027-252-3570

家の外観、もっと素敵に...

物語のあるお庭づくり

http://www.ryusei-k.com/

隆盛工業株式会社

伊勢崎市田中町580-3

TEL 080-1291-3577

**美中古住宅 for Sale**

モダンスタイル おしゃれなデザインを実現!

**太田市浜町** 築4年1ヶ月

販売価格 **2,380万円** (税込)

月々返済(例) 月々 **64,717円**

**前橋市荒牧町** 築6年1ヶ月

販売価格 **1,600万円** (税込)

月々返済(例) 月々 **43,507円**

群馬県住宅建設連合会

TEL 0120-12-7436

**配布スタッフ 大募集!!**

ご賞の(広告新聞)を、週1回配布して頂くお仕事です。

TEL 027-289-5301

春休みはふかの衣裳で ワクワク 衣裳選び

新作入荷

ふりそで

大重

中村里砂

2013年~2015年の式典の方、受付中

イロイロお得な早期ご予約受付中

振袖レンタルフルパック **40,000円** (税込44,000円より)

新品振袖 オーダーレンタルパック **120,000円** (税込132,000円より)

写真で残す成人式フォトバック **26,000円** (税込28,600円より)

七五三

和装・洋装・男女衣裳、豊富です!

笑顔がもらえるお店!

ふかの衣裳 前橋店

自由の森

TEL 0120-3591-12

深野衣裳本店

TEL 0120-39-2686

**生徒募集!**

# Enjoy PJK English!

ネイティブイングリッシュ先生募集!

出張OK!

**オンラインレッスンスタート!**

●全く英語が話せない人から、TOEIC・TOEFL・英検などの試験対策まで、英語が学びたいという人はあなたです!

●レッスンの曜日や時間、マンツーマンorグループレッスン、短期など選べます!

講師のご紹介  
コタラス・ビーター先生(PhD)  
長年、高校・大学・会社で英語教授経験があるネイティブスピーカーが教えます。お気軽にお問合せ下さい。

ピー・ジェー・ケー・イングリッシュ  
**P.J.K. ENGLISH**  
前橋市三河町2-5-3  
Mobile: 090-9105-3086  
E-mail: kottaras@gmail.com  
☎027-289-9350

**ずっと動ける体でいたい! 高齢者の体づくり 介護予防運動指導者資格講習会**

▶元気な高齢者にかかせない体づくりと「介護予防運動」の指導者資格取得講習会。  
▶筋トレ、ストレッチ、楽しい音楽を使って安全で効果的なリズムウォーキング、転倒予防運動、ロコモ体操やねころびクスの指導プログラムなど。

期間 月3回(土曜)、3ヶ月 定員 67才位迄  
定員 7名(申込順、定数締切)

詳しくは無料の小冊子「資格取得のご案内」をご請求、またはお電話でお問い合わせください。

(講師) 山本 道代  
運動生理学士/ACSM/EP-C  
公益社団法人日本フィットネス協会養成機関チーフトレーナー

内閣府認定公益社団法人日本フィットネス協会養成機関  
北関東(群馬・栃木・茨城・埼玉)で唯一の養成校  
**山本道代ワークアウトスタジオ**  
☎0495-24-2511  
埼玉県本庄市寿2-6-15 ダンススタジオ山本道代

40代・50代からの  
**10歳若返る**  
ヨガ&ピラティス

新規ご入会キャンペーン  
3月ご入会の方  
入会金 ¥5,500 全て  
体験代 ¥2,500 ▶**無料!**

さらに  
月謝2ヶ月▶**半額!**

《体験談》 45歳 K-H様  
インストラクターが年代で話しやすい所が気に入っています。無理なく続けられ、冷え・肩こり・肌荒れ・たるみが改善され、心も体も軽くなり、何よりも周りから「若く見える」と言われるのがとても嬉しいです。

ヨガ・ピラティス **OJAS**  
前橋市南町2丁目49-2  
時間/9:45~22:00 定休日/日・祝  
Tel.027-257-2690

キックボクシング&パーソナル  
**ワイルドシーサー**

先着100名  
1年間継続コース限定  
コースにより限定人数あり  
1年間会費半額  
キャンペーン

3月1日  
グランドオープン!

《新規入会キャンペーン》  
ご入会時に  
広告新聞持参で  
**グローブプレゼント!**

ワイルドシーサー前橋店  
【営】月~金 10:00~22:00  
土曜日 10:00~19:00  
日・祝 10:00~15:00  
前橋市南町1-11-6  
☎027-289-5592

あなたの芽が出る♪

**ツキカルチャー**

きっと見つかる♪  
あなたに合った習いごと

広告新聞 MAEBASHI

**広告新聞 WEEKLY**  
前橋 2022 3 13  
北毛版 vol.1500  
March

配布地域: 前橋市・玉村町・吉岡町・榛東村  
発行人/株告新聞(広告掲載・チラシ折込のお問合せ)  
〒379-2152 前橋市下大島町24  
TEL 027-289-5300 FAX 027-287-1002  
ADD事業部(配布に関するお問合せ)  
TEL 027-289-5301 FAX 027-287-1003  
https://koukokushinbun.co.jp

**チラシ折り込み承ります**

毎週金曜日、お預かりしたチラシを  
広告新聞に折り込んで配布致します

配布スタッフにより  
一軒一軒手配り、  
丁目単位から配布先を指定  
して頂けます。

お申込み・お問合せは...  
株式会社 広告新聞 ADD事業部 TEL.027-289-5301

3回セットプラン  
だから  
とってもお得!

**ツキカルチャー**  
に  
広告出しませんか?

新しい習い事を始めたい読者に向けて  
あなたの教室や講座をPRしませんか?  
月1回の広告を3回連続で掲載できる  
お得なセットプランです

週に1~2回☆サッカーで元気な体作り!!  
☆2022年度新規募集☆

広告新聞見た!!で「シャツ&ボール」をプレゼント  
※限定5名様に贈る

体力がつくと体も強くなり、  
風邪もひきにくくなりますよ!  
「**無料体験随時可能!**」  
☆ドリブルスクール:対象1-3年  
☆ゲームスクール:対象1-6年  
☆選手コース:対象1-6年 年中、年長スクール

キックス高崎  
(高崎IC近く)で活動中!!  
今すぐお電話か  
メールでお申し込み  
ください!!!

ホワイトスター  
サッカースクール  
高崎市島野町1091-1  
【メール】ws2007soccer@yahoo.co.jp  
【担当】夫馬(ふま)  
☎027-333-2750

前橋市少人数制ヨガスタジオ  
ヨガで健康習慣始めませんか。

**春の入会キャンペーン**

体験レッスン後の  
当日入会で  
体験レッスン料**無料!**  
入会手数料**0円**&  
初月会費半額  
※期間中入会でもお得な特典あり!

**ヨガ体験 1000円**

さらにもれなく  
セルフ脱毛無料チケット  
差し上げます。

期間: 3/28(月)~5/31(火)迄

ヨガスタジオハーツ  
【営】平日10:00~21:00  
水曜・土曜10:00~12:30  
【休】祝祭日・日曜  
前橋市湯気町255  
☎027-226-5664

株、FX、ビットコイン  
投資の事なら何でもお教えします!

**群馬トレーダースクラブGTC**

投資は難しそう...とあきらめていませんか?  
資産形成、資産運用は決して難しくありません!

春の無料体験キャンペーン開催  
開催日 第一・第三金曜日  
時間 20:00~22:00  
この機会にぜひ、教室の雰囲気を感じてください!

生徒さんの声  
興味を有る程度でも経験に添えてくださる先生でとても楽しく通っています。(40代 男性)  
投資は怖そうだと感じていたが、楽しく続けられている。(30代 男性)

体験割引コード  
20220225

投資家育成教室GTC  
前橋市上京町1291-1  
fxde10-gtc@yahoo.co.jp  
https://ks-classroom.com/  
(カルチャー教室のホームページ)  
詳しくは右のお申し込みフォームまで

お申し込みフォーム

群馬の銘店や県産食材を使った逸品を紹介  
**WE LOVE GUNMA** vol.172

高崎市剣崎町  
**Koyomi**  
こよみ

コールドプレスジュース 200ml ¥540~  
群馬県内の契約農家で栽培する、オーガニック野菜を使用して作る「コールドプレスジュース」。コールドプレスとは、生のままの新鮮な野菜や果物に強い圧力をかけて水分を絞り出す製法で、酵素やビタミンなど、熱に弱い栄養素を損なうことなく抽出することができます。「koyomi」では、水分や甘味などを一切添加せず、野菜や果物のみを使用。また、食物繊維を分離しているため、サラサラとして飲みやすく、効率的に野菜や果物の栄養を取り入れられる。

快適に楽しく歳を重ねられたら  
「ウェルカムエイジング」をコンセプトに、2021年12月にオープンした、コールドプレスジュースとヨガの店「koyomi」。代表の岡田さんは、自身が体調を崩した際、ヨガとオーガニック野菜で元気を取り戻した経験から、オーガニック野菜を手軽に取り入れられるコールドプレスジュースに注目。県内でオーガニック野菜を育てる農家と直接契約し「koyomi」をオープンした。「時の流れに逆らわず、楽しく・快適に歳を重ねることができたらどんなに素敵だろう」と岡田さん。ヨガで心を鎮め、コールドプレスジュースで体を元気にしてもらいたいとの思いを話してくれた。

【住】高崎市剣崎町1222-1 ☎027-368-1990 【営業】10:00~16:00 【休】水曜日 @koyomi\_life\_

手づくりの品と作家さんをご紹介  
**iina- イイナ-** vol.86

陶芸  
**ポーチカ**  
ぼーちか

幾何学模様の中に描く身近な自然  
幼い頃から土遊びが大好きだったちかこさん。大学で陶芸を学んだものの自信を持つ事ができず作家活動を断念。出産後に通っていたヨガ教室で自分の心と向き合ううちに自信と勇気が湧き、再び作陶を開始。イベント出店を続けて来たが、コロナの影響もありオンラインショップに切り替えた。

作り手としては土の肌触りや釉薬をたくさん試したい。使い手の主婦の立場では使いやすいものが良い。遊び過ぎては使いづらい、実用的過ぎては味気ない...このバランスの匙加減が面白いと言う。ブロンズ調の釉薬と顔料を使った軸下彩は特徴的。幾何学模様のモチーフには花や草・小さな虫など、身近にある自然をフリーハンドで描いている。

天使ともみの木(径20cm皿) 2,500円

【オンラインショップ】https://pochika.thebase.in  
※細かなお知らせはインスタグラムで→@fudaochikako

体を楽にするエクササイズをご紹介  
**しなやか Body Lesson** vol.111

脚と腰のつながりを感じるレッスン④  
あしとこしのつながりかんじれるっすん④

① 椅子に座り、ゆっくりと両手を両足の間の床に近づけて戻します。  
② 右手で右膝の外側に触り、右足を床から持ち上げて戻します※足を持ち上げることで手が腰の外側をさするようになります。

動きを7、8回繰り返した後で仰向けで少し休めます。休憩の後、反対の手と脚で同じ動きを試します。少し休憩をとった後で、①の動きを試しましょう。手を床に近づけやすくなったでしょうか?

ゆっくりと動く事で、筋肉から脳へと新しい情報を送り、脳に伝えている動きを楽にするエクササイズです。ゆっくりと、やさしく、ストレスを感じない程度に動きましょう。呼吸を止めないように動き、各動作の間には30秒程度の休みを入れてください。

レッスンを受けた方はこちらへ...  
監修: Little Bird代表 吉田圭佑 (Aus tab認定フェルデンクライスプラクティショナー/管理栄養士)  
前橋市元総社町151-5 コーポ大洲5階502号室 ☎080-1354-5871 (完全予約制)  
Blog: http://ameblo.jp/kskysd0630 Facebook: https://ja-jp.facebook.com/LittleBird0630

753 Premium Fair

2022 3/19(土)~5/30(日)

2022年753新作衣裳がどよりも早く大入荷!  
最新衣裳での753前撮りをいよいよ受付スタート!  
1年で最もお得なこの期間にぜひ来店ください!

スタジオ華写 2022 プレミアム フェア

展示会期間中だけのSpecial限定特典!!

1 第1回 新作衣裳展示会 3月19日~3月31日

1 Special 展示会割引 最大5万円OFF

2 Special 贈り物にも! ミニアルバムプレゼント

2 II プレミアムフェア特典 フェア期間中ご成約の方対象

1 兄弟姉妹衣裳 無料

2 パパママ着物 無料

3 W主役割引

4 即決割引

5 お楽しみくじ

III フォトグッズプレゼント 5種類からお好きな商品を選べる!

1 キャンパスパネル

2 2Lフォトフレーム(両面付)

3 A4プリント

4 キーホルダー(大) (9.5cm×7cm)

5 L判3枚

感謝をこめて! 感謝状を添えてお送りします!

よろこび写真へ! 初めて撮影で撮影される方限定! 初めて割引

マタニティフォトいつでも無料!!

平日 円 (土日祝日5,500円) 2Lプリント付!!

記念写真 無料撮影会開催中!

ニューボーン お宮参り 入籍・入学

基本料金 【平日】円

スタジオ華写 TEL 027-386-2345 www.kasha-g.com

フランス菓子とケーキ Louis d'or (ルイドル)

ころんと可愛いカラフルなマカロン

単品1個 220円

苺やピスタチオ、玄米茶や竹炭豆乳など、カラフルな12種類のマカロン。5個、8個、12個などご希望に合わせてギフトとしてご用意いたします。ホワイトデーギフトや誕生日プレゼントなどにもおすすめです。(賞味期限2週間)

【営】火~土10:00~19:00 日・祝10:00~18:00

【休】月曜日

【住】前橋市元総社町2-28-1 101

☎027-255-5126

粕漬・味噌漬処 紅伊屋

土日限定特製手作り弁当 500円(税込)

LINE友達登録で 定番お弁当 30円引き

【営】10:00~22:00

【休】年中無休

【住】前橋市城東町4丁目4-8

https://akaiya.jp/ ☎0120-232-555

南国食堂 ちむどんどん

本場沖縄料理 沖縄そば:825円

旅行できないけど、沖縄の南国ムードを味わいたい!! そんな方にぴったりのお店。

●アルバイト募集中● 詳しくはお電話にてお気軽にお問合せ下さい。

【営】11:30~15:00(Lo.閉店30分前) 17:00~23:00(Lo.閉店1時間前) ※金土祝日前は24時迄

【休】月・第3火【住】前橋市六供町931

☎027-220-4848

チーズケーキファーム ベイシア前橋みなみモール店

シナモンアップルパイ 約15cm ¥1800(税込)

【営】10:00~20:00

【休】年中無休

【住】前橋市新堀町893

☎027-265-0350

MAEBASHI Vol.9

おすすめ 美味しいお店

今回掲載のお店のオススメメニュー!

フランス菓子とケーキ Louis d'or ルイドル

カラフルな9種のエクレア 単品360円(ギフトセット対応可)(税込)

粕漬・味噌漬処 紅伊屋

茶色いBOX弁当 醤油唐揚げ540円、味噌唐揚げ640円、合盛り600円(税込)

南国食堂 ちむどんどん

石垣牛のもつ鍋 1人前1,760円(税込)

チーズケーキファーム ベイシア前橋みなみモール店

ロンパトンギフト10本入り 2,500円(税込)

2022 群馬交響楽団 春休みコンサート

はるやすみコンサート

オーケストラといっしょ! ~0歳からのコンサート~

【指揮】角田鋼亮 ゲスト:横山だいすけ

【開催日】3月26日(土)14時30分(開場13時45分)

【会場】美喜仁桐生文化会館シルクホール(桐生市織姫町2-5)

【チケット】全席指定 S席3,500円(1階席)・A席2,500円(2階席)・子ども(高校生以下/S席A席とも)1,000円 ※0・1歳児はひざ上無料

群馬交響楽団 【住】高崎市栄町9-1 高崎芸術劇場3階 ☎027-322-4316

【Web】http://www.gunkyo.com (チケット専用電話 ☎027-322-4944)

おいしい群馬産の農産物をご紹介します vol.102

甘くてみずみずしい群馬生まれのフルーツトマト

「チームひまわり」として地元を盛り上げる活動をする

【取扱】【取扱店】コナリエ <チームひまわり>@himawari\_fujioka

定番から珍しいレシピまでご紹介 vol.80

今週のレシピ レシピ提供 くらぶちや

1 蛸烏賊の目と軟骨とくちばしを取る

2 トマトを湯むきして、角切りにしておく

3 茄子を切り、塩コショウと片栗粉をまぶしておく

4 3を180℃くらいの油で揚げ、塩をまぶしておく

5 フライパンでにんにくとごま油を温め、蛸烏賊を中火で炒める

6 5に2と砂糖と紹興酒を入れ水分を飛ばすように炒める

蛸烏賊と茄子のトマト炒め 難易度 ★★☆☆☆ (20分)

はるいかにとすのとまいため

トマトのうまみをぎゅっと閉じ込めるイメージで煮詰めましょう