✦ ブラックフライデーを一足早く楽しむ ✦

BLACK FLINGDAY

IMAの週末はおトクがいっぱい!!

11/20(金)限り

ビタミンに補給のお供に
フレッシュダイトー
熊本産他
ミカン
大袋
680円

多用途な根菜です
ARIYAMA
茨城産 レンコン
100g
85円

鍋やフライに最適
魚力
かき
（加熱用）
100g当り
853円の品
637円

歯切れのよい有明海産です
森田園
有明海産
寿司焼のり
板のり
35枚入
2,457円の品
1,780円

甘みとコクのある深むし茶です
森田園
静岡牧之原産
やぶ北
深むし茶初摘
100g
1,080円の品
970円

肉と野菜の旨味が溶け込み調和した上品でマイルドな味わいのミートソースをバターたっぷり練り込んだ特製のプリモ生地で包んだミートパイです
フランシェ浅野屋
万平ホテル監修
特製ミートパイ
1個 594円の品
564円

11/21(土)限り

当店人気商品
千葉県産
白味噌使用
魚力
あじなめろう
1パック 646円の品
540円

脂の乗った銀鮭です
魚力
銀鮭（甘口）
4切 1,177円の品
1,069円

強い甘みとジューシーな果汁が特徴です
フレッシュダイトー
岐阜産他 富有柿
1袋
680円

ARIYAMA
ニュージーランド産
サンゴールドキウイ
1個
138円

※特売品につきカットサービスは承っておりません
ご了承下さい
鶏肉の神田染谷
国産 あべどり
標準 もも肉
100g当り 178円の品
168円

11/22(日)限り

爽やか香りと甘み、パリッとした食感をお楽しみ下さい
フレッシュダイトー
長野産他
シャインマスカット
1パック
980円

当日は試食販売も開催します
あまいけ
米国産
牛ブレードミート
100g
538円

鉄火丼や手巻き寿司にもおすすめ
魚力
まぐろ
（刺身用・切り落とし）
100g当り
430円

本まぐろ中トロ入り
魚力
豊漁にぎり
1パック
2,582円の品
2,149円

秋の行楽弁当におすすめ
魚力
たらこ
（甘口・生食用）
300g
990円

11/23(月)限り

当店人気商品
魚力
辛子明太子
300g 1,177円の品
1,069円

本まぐろ中トロ入り
魚力
刺身盛り合せ（6点盛）
1パック 3,122円の品
2,792円

甘みと酸味のバランスが抜群なりんごです
フレッシュダイトー
青森産他
サンふじ
3コ
480円

水切りして、ごま油かオリーブオイルで焼くと絶品焼き豆腐の完成です
ARIYAMA
高知産他 古根生姜
1袋
182円

三代目 茂蔵
大吟醸木綿
1個
139円の品
10%OFF
125円

1袋8個入りの一口サイズで使い勝手がバツグンのがんもです
三代目 茂蔵
一口がんも
1袋
129円の品
10%OFF
116円

クリスマスケーキ早期予約

合計先着1,200枚限り
4,000円以上のご予約で500円分のIMA商品券プレゼント
商品券 ¥500
※対象店舗の予約状況により、配布枚数に達し次第終了となります。何卒ご了承ください。

GINZA Cozy Corner

販売期間 12/19(土)～12/25(金)
特典 クリスマスケーキ皿プレゼント
対象商品をご予約された方1台につき1枚差し上げます



銀座コージーコーナー
苺サンドショート
（5号）
1ホール
5,000円



銀座コージーコーナー
くまさんのチョコレートケーキ
（4.5号）
1ホール
3,800円

FLO PARIS

販売期間 12/19(土)～12/25(金)
特典 11月30日まで 早期割 5%OFF



フロ プレステージュ
Xmas ニーズ
1ホール（約15cm）
5,832円



フロ プレステージュ
Xmas ショコラ・ア・メール
1ホール
（約15cm）
5,832円

DALLOYAU PARIS

販売期間 12/21(月)～12/25(金)



新商品
ダロワイヨ
ボノムド ネージュ
1ホール
4,860円



新商品
ダロワイヨ
ショコラ フランボワーズ
1ホール
5,400円

WORLD
はっ水加工
100円引き
プラチナコースは対象外

イマミセ 11/20(金)～11/26(木)の7日間
詳しくはこちらから!
エポスカードのご利用で
ファッション
ファッション雑貨
生活雑貨
10%OFF
※一部対象外商品・サービス・ショップがございます。

動ける身体へ整える。
Personal Stretch
パーソナルストレッチ
新登場
お問合せはこちらから!
SPORTS CLUB NAS

※掲載内容は予告なく変更する場合があります。※数量・期間に限りのある商品もございます。品切れの際はご容赦ください。
※一部対象外の商品・サービスがございます。※価格は税込み価格です。※画像は全てイメージです。
※20歳未満の者の飲酒は法律で禁じられています。

HIKARIGAOKA IMA

光が丘IMA
［ 所在地 ］ 〒179-0072 東京都練馬区光が丘 5-1-1
［ 営業時間 ］ イマミセ 10:00～21:00 ※営業時間は店舗によって異なります。
※イマチカはイマミセの地下1階にございます。
トライアル西友 9:00～23:00（1F）、9:00～21:00（2～6F）
※営業時間の異なる売り場・専門店がございます。※3F～4Fは休業中です。
AEON 9:00～23:00（B1～1F）、9:00～21:00（2～3F）
東 館／南 館 ※店舗によって異なります。

駐車場1,200台
エリアにより駐車料金が異なります。（詳しくは、現地案内板にてご確認ください）
※駐車料金や無料サービス等、詳細については光が丘IMAのホームページをご確認ください。

光が丘IMA HP

ホントのところ
最近の光が丘IMAどう思いますか?
投稿はこちらから
＼投稿すると毎月50名様に／
IMAで使える商品券500円分が当たる!



HIKARIGAOKA

光が丘IMA

イマミセ
イマチカ

2026.11.20.Fri ▶ 11.23.Mon

寒くなってきた今だから、絶品鍋を楽しもう。

背徳鍋

寒い冬は、注目の背徳鍋でガツンと元気に乗り越える!

※写真はイメージです。

こってり脂のついたモツは寒いのに最適です
肉巧房 日南
国産 黒毛和牛
もつ鍋用
1袋（300g）
702円

ガツンと旨さとスタミナをニンニクで鍋が化ける
ARIYAMA
青森産
ニンニク
1個
270円

鶏肉の神田染谷
国産 若どり
なんこつ入り
鶏つみれ（ゆず風味）
100g当り
248円の品
238円

免疫力を高める働きがあるカロテンが豊富です
フレッシュダイトー
北海道産他
人参 1袋
198円

焼くより、潰れさせないスープを吸い尽くす、もちもち生餃子
ぎょうざ屋大盛軒
大盛軒特製生餃子
1パック（10個）
2パック（20個）
3パック（30個）
5パック（50個）
800円
1,400円
2,100円
3,300円

ぎょうざ屋大盛軒
究極の
生ラーメン
2人前
540円

すき焼き

みんなが集まる週末は、ごちそう肉で、すき焼きを。

※写真はイメージです。

今夜はすき焼きに決まり



甘みがやさしい、鍋物に欠かせない野菜です

販売期間 11/22(日)限り
あまいけ
国産 和牛カタ・カタロースうす切り
100g 1,382円の品
1,105円

フレッシュダイトー
長野産他
白菜
1/4カット
98円

寒い夜にしゃぶしゃぶをどうぞ
販売期間 11/20(金)～11/21(土)まで
あまいけ
国産 和牛カタ・カタロース
しゃぶしゃぶ用
100g 1,382円の品
1,105円



加熱することで甘みが増し、トロリとした食感になります
フレッシュダイトー
岩手産他
長ネギ
1束
158円

ヘルシー鍋

からだを労わりたいときは、野菜ときのこで体にやさしく。

※写真はイメージです。

煮込んでもくずれないしっかりした固さが特徴のお豆腐です
三代目 茂蔵
むかしの豆腐
1パック
388円

みずみずしい歯ごたえで鍋・おめ物にぴったり
ARIYAMA
茨城産他
ミズナ
1袋
171円

香りがよく風味が豊かです
ARIYAMA
青森産他
新ごぼう
1袋
268円

うま味成分が出ます
ARIYAMA
埼玉産他
シイタケ
1パック
214円

昆布仕込みだから鍋物に最適
魚力
北海道産
真たら（甘口）
3切
961円

鍋物に最適
魚力
海鮮つみれ
100g当り
171円の品
150円

新商品
鹿児島
さつま鍋つゆ
鶏肉の神田染谷
鹿児島
さつま鍋
つゆ
1個
320円

温めるだけで手軽に楽しめる旨みたっぷりの冷凍スープです
コクジャンスープ
海鮮スンドゥブ
韓美膳
冷凍スープ・スンドゥブ・ユッケジャン・コムタン
各1個
881円の品
793円

おでん

家でゆっくり過ごす日は、だしのしみたおでんでほっとひと息。

※写真はイメージです。

11種類/6品目 スープ付



だしの旨み、具材にぎゅっと
手打ちうどん
宮原製製
おでん
1個
600円

紀ノ国屋の焼きあごだしを加えたオリジナルスープが具材に染み込んだ自慢のおでんです
Daily Table KINOKUNIYA
紀ノ国屋
おでん
400g
703円

販売期間 11/20(金)限り
魚力
懐石おでん
1パック
1,069円の品
961円

煮ることで味が染みて柔らかい甘みがです
フレッシュダイトー
千葉産他 大根
1本
158円

実は焼かなくても美味しく食べられます
お麩の出汁を吸ってふっくらジューシーに仕上がります
三代目 茂蔵
焼いて食べる生麩
1パック（2個入）
161円

ぐつぐつ煮込んで鍋焼きうどんのしめまでおいしい
手打ちうどん 宮原製製
鍋焼き
海老天ぷら
1個
750円

※掲載内容は予告なく変更する場合があります。※数量・期間に限りのある商品もございます。品切れの際はご容赦ください。※一部対象外の商品・サービスがございます。※価格は税込み価格です。※画像は全てイメージです。※20歳未満の者の飲酒は法律で禁じられています。

頑張った自分に ご褒美を 大切な人に ありがとうを

大切な人に、ありがとうを贈る



さくさく、かろやかなリーフパイ
季節限定の2種のチョコがけをご用意しました
ロクメイカン
リーフパイ
コレクション 11枚入 1,404円



フィリングを閉じ込めたチョコレートにサクサクのサブレを合わせました
ロクメイカン
ショコラランラング
6枚入 1,404円



雪に見立てた粉糖をふんわりとまぶした薄焼きせんべいにやさしい甘さのミルククリームを挟みました
新商品
満果堂
ふわ雪さんど
5個入 972円



いよかんとはっさくの果肉を、温州みかん果汁入りのゼリーにとじ込めました
菓匠 清閑院
柑香露 1個
864円



上品な味わいに仕上げた小豆あんとクリームチーズをミルフィーユ仕立てにし、バター風味のしっとりした生地でサンド
嵜陽軒
三文治 8個入
1,300円



濃厚なパインジャムを黒糖やバターを練り込んだ生地で包み焼きとげた、嵜陽軒オリジナルの横濱パイナップルケーキ
嵜陽軒
横濱
パイナップルケーキ
黒糖 6個入 1,290円



季節の彩りをプラスしたマカロンの詰め合わせ
ダロワイヨ
季節のマカロン入り
詰め合わせ
12個入 3,348円



1F ドリップコーヒー4種類が4個ずつ入ったギフトセットです
カルディコーヒーファーム
カフェカルディ
ドリップコーヒー
ギフト 16個
3,240円



なめらかな口どけで一粒入気の「リンドール」の様々なフレーバーを一度に楽しめます
1F
リンツ ショコラ ブティック
リンドール
ギフトボックス
8個 1,980円
20個 3,980円
31個 5,980円
54個 9,980円
80個 14,400円



毎年人気の季節限定のフレーバーに新フレーバー「シナモンロール」「ダークピスタチオ」が登場
1F
リンツ ショコラ ブティック
PICK&MIX(量り売り)
100g当り 1,440円



ミルクチョコレートとマロン風味のフィナンシェのとろけるような相性をお楽しみいただけます
1F
リンツ ショコラ ブティック
リンツ ショコラ
フィナンシェ
マロン 1個 400円
※なくなり次第終了

寒い季節のおやつ時間は チョコレートが食べたい



2種のチョコをブレンドした味わい深いチョコカスタード
銀座コージーコーナー
ジャンボシュークリーム
(チョコ) 1個 216円



くまのぬいぐるみをイメージ
やさしいミルクチョコレート味
銀座コージーコーナー
もふもふベアのチョコレートケーキ
(5号) 1ホール 3,240円



ふんわりくちどけのよい食感の生地にチョコレートをコーティング
ミスタードーナツ
チョコリング
1個 194円



しっとりくちどけよくミルクチョコの濃厚な風味を感じられる生地にグレーズをコーティング
ミスタードーナツ
チョコレット
1個 183円



チョコクリームやコーヒークリーム
チョコレート生地などを6層に仕上げたオペラ
ダロワイヨ
オペラトーキョー
4個入 1,728円



カカオの風味豊かなチョコムースをビスキーショコラアメールでサンドちょっぴりビターな味わい
フロ プレステージュ
ショコラ・ア・メール
カット 1個 700円



ダークチョコチップとココア入りカスタードを巻き込んだ生地にチャンクチョコとクランブルをトッピングして焼き上げました
ブランジェ浅野屋
チョコレート
パブカ 1個 410円

仕事を頑張った日は 甘いスイーツでひと休み



なめらかなチーズ入りのブリュレ生地にシャインマスカットをふんだんに盛りつけました
フロ プレステージュ
FLOのプレミアムタルト
～シャインマスカット～ 1ホール(約14cm) 3,769円

しっとりとしたスポンジに苺をサンドし、北海道産生クリームをブレンドしたシャンティクリームで仕上げました
その時期一番おいしい苺をトッピングしたショートケーキです
フロ プレステージュ
FLOプレミアムショートケーキ
1ホール(約15cm) 5,605円



キャラメルとりんごがマッチ ほどよい甘みと酸味の二重奏
銀座コージーコーナー
キャラメル
りんごケーキ
1個 572円

こだわりの2度焼き製法 りんごはシャキシャキ&香ばしいパイ
銀座コージーコーナー
ごろっと林檎の
アップルパイ
1個 572円

ほっくりお芋、バターでコクうま
新商品
ビアードパパ
おさつバターシュー
1個 360円

アーモンドプードルが練りこまれたリッチな生地パリ生まれのおしゃれなリングシューです
ビアードパパ
パリブレスト
1個 270円



甘さ控えめな自家製カスタードにごろごろりんごをのせました マミーズ自慢のアップルパイです
販売期間 11/13(金)～11/22(日)
コトイチ
国産 アップルパイ カット 1個 925円



ココア生地にクラッシュアーモンドを練り込んだクッキーです
フロ プレステージュ
クッキーココア
1箱 637円



代表商品の「カスタードあんまき」は、ジャパンフードセレクション金賞を受賞
販売期間 11/23(月)～12/3(木)
コトイチ
カスタードあんまき 1本 370円



2026年アップルパイリレー第2弾
甘みも酸味もしっかり感じるりんごに、はちみつを使用したダマンドでコクと深みを引き立てます
ブランジェ浅野屋
信州産食べごろりんごの
アップルパイ(秋映) 1個 594円

チーズクリームに果肉感たっぷりのいちごピューレを入れました 甘酸っぱくてフルーティー
横浜くりこ庵
ストロベリー
チーズクリーム
1匹 250円

勤労感謝の日は、体を想う



DHAやEPAが豊富で健康維持に役立つと言われています
焼魚専門店 二代目 魚旦出
みなみまぐろ
かま塩焼
100g当り 420円の品 398円



魚旦出自慢の一品
焼魚専門店 二代目 魚旦出
からすがれい西京焼
1個
本体表示価格から50円引



玉子、かんぴょう、おぼろ、きゅうり、煮穴のおつはものがたっぷり入ったヘルシーな太巻です
古市庵・おこわ村案山子
高菜太巻
1本 756円の品 700円



栗甘露煮とさつまいも、レンコン、小松菜等の彩り野菜が入った秋限定の白和えです
デリサラ
栗とさつまいもの
秋色白和え
100g 497円



咲菜で人気のバランス弁当ですぜひご賞味下さい
健康咲かせる手づくり惣菜 咲菜
健康咲かせる弁当 1パック 1,015円



老舗納豆屋さんの協力のもと、製法にこだわりました 臭いが少ない小粒納豆です
三代目 茂蔵
手作り納豆 40g×4個入 161円



食前に一杯飲むだけで毎日の食生活を手軽にサポートします
三代目 茂蔵
無調整
濃厚豆乳
1袋(1リットル) 182円



生食でも加熱しても美味しい万能野菜です
フレッシュダイト
熊本産他
トマト
大パック 480円



ビタミンCや食物繊維など、健康維持に役立つ栄養素が豊富です
特に薄皮(袋のつぅ)、白いスジは栄養素が豊富です
ARIYAMA
和歌山産他
ミカン 1袋
429円



今が旬!優しい甘さが特徴です
フレッシュダイト
千葉産他
さつま芋
1本 198円



やぶ北品種100%甘みと水色とコクがあります
森田園
静岡牧之原産
品評会出品茶 誉
70g
1,512円の品
1,080円

歯切れよくうま味とふんわり口どけの良い海苔です
森田園
有明産
高級手巻のり
2つ切 50枚入
2,160円の品
1,880円

なめらかな口どけで一粒入気の「リンドール」の様々なフレーバーを一度に楽しめます
1F
リンツ ショコラ ブティック
リンドール
ギフトボックス
8個 1,980円
20個 3,980円
31個 5,980円
54個 9,980円
80個 14,400円

毎年人気の季節限定のフレーバーに新フレーバー「シナモンロール」「ダークピスタチオ」が登場
1F
リンツ ショコラ ブティック
PICK&MIX(量り売り)
100g当り 1,440円

ミルクチョコレートとマロン風味のフィナンシェのとろけるような相性をお楽しみいただけます
1F
リンツ ショコラ ブティック
リンツ ショコラ
フィナンシェ
マロン 1個 400円
※なくなり次第終了

チョコクリームやコーヒークリーム
チョコレート生地などを6層に仕上げたオペラ
ダロワイヨ
オペラトーキョー
4個入 1,728円

カカオの風味豊かなチョコムースをビスキーショコラアメールでサンドちょっぴりビターな味わい
フロ プレステージュ
ショコラ・ア・メール
カット 1個 700円

ダークチョコチップとココア入りカスタードを巻き込んだ生地にチャンクチョコとクランブルをトッピングして焼き上げました
ブランジェ浅野屋
チョコレート
パブカ 1個 410円

なめらかなチーズ入りのブリュレ生地にシャインマスカットをふんだんに盛りつけました
フロ プレステージュ
FLOのプレミアムタルト
～シャインマスカット～ 1ホール(約14cm) 3,769円

しっとりとしたスポンジに苺をサンドし、北海道産生クリームをブレンドしたシャンティクリームで仕上げました
その時期一番おいしい苺をトッピングしたショートケーキです
フロ プレステージュ
FLOプレミアムショートケーキ
1ホール(約15cm) 5,605円

キャラメルとりんごがマッチ ほどよい甘みと酸味の二重奏
銀座コージーコーナー
キャラメル
りんごケーキ
1個 572円

こだわりの2度焼き製法 りんごはシャキシャキ&香ばしいパイ
銀座コージーコーナー
ごろっと林檎の
アップルパイ
1個 572円

ほっくりお芋、バターでコクうま
新商品
ビアードパパ
おさつバターシュー
1個 360円

アーモンドプードルが練りこまれたリッチな生地パリ生まれのおしゃれなリングシューです
ビアードパパ
パリブレスト
1個 270円

甘さ控えめな自家製カスタードにごろごろりんごをのせました マミーズ自慢のアップルパイです
販売期間 11/13(金)～11/22(日)
コトイチ
国産 アップルパイ カット 1個 925円

ココア生地にクラッシュアーモンドを練り込んだクッキーです
フロ プレステージュ
クッキーココア
1箱 637円

代表商品の「カスタードあんまき」は、ジャパンフードセレクション金賞を受賞
販売期間 11/23(月)～12/3(木)
コトイチ
カスタードあんまき 1本 370円

2026年アップルパイリレー第2弾
甘みも酸味もしっかり感じるりんごに、はちみつを使用したダマンドでコクと深みを引き立てます
ブランジェ浅野屋
信州産食べごろりんごの
アップルパイ(秋映) 1個 594円

チーズクリームに果肉感たっぷりのいちごピューレを入れました 甘酸っぱくてフルーティー
横浜くりこ庵
ストロベリー
チーズクリーム
1匹 250円

週末は、みんなでごちそうを囲む 大切な人に感謝を伝える

国産鶏を使用した旨味たっぷりのもも焼き
はまけい
国産
若鶏もも
1本 590円

栄養豊富な広島湾で育った牡蠣は身が大きくぷりっとしていて濃厚な味わいが特長
かきフライ3個につきタルタルソース1個つきます
とんかつ和幸
広島県産
かきフライ
1ヶ 200円
3ヶ 600円

ジューシーに弾ける香ばしテリヤキ
グリュック
テリヤキチキン
1枚 537円

彩り豊かなシャキシャキサラダです
グリュック
ロースハムと
玉ねぎの
イタリアン
サラダ
100g 378円

ジューシーなあらびきフランク・ポテトサラダ・チーズで食べごたえ抜群
デリフランス
あらびき
ジャーマン
フランク
1個 420円

おかずの星、ここに参上 みんな笑顔の焼き餃子
ぎょうざ屋大盛軒
大盛軒特製焼餃子
1パック 500円
3パック 1,100円

組挽きの干帆立貝柱と豚肉の旨みが詰まった、大粒で濃厚・ジューシーな味わいのシウマイ
崎陽軒
特製シウマイ
12個入 1,600円

今夜はこれが主役
本格派を極めた、贅沢麻婆豆腐
ぎょうざ屋大盛軒
四川麻婆豆腐飯の具
1個 700円

見た目はシウマイ?一口サイズの崎陽軒のギヨウザ
崎陽軒
ギヨウザ 6個入
350円

※写真はイメージです。
後味にまろやかさが残る辛口スパークリングワインです
Daily Table KINOKUNIYA
ヴァルフォルモサ
ムッサ ブリュット
750ml 1,848円

※写真はイメージです。
クリーミーな泡が芳醇な果実の香りを引き立て、豊かな酸味が広がります
1F 白 辛口 発泡
カルディコーヒーファーム
スペイン/
ペレ・ベントゥーラ・
カバ トレゾール
ブリュット グラン・
レセルバ 750ml
2,893円

※掲載内容は予告なく変更する場合があります。※数量・期間に限りのある商品もございます。品切れの際はご容赦ください。※一部対象外の商品・サービスがございます。※価格は税込み価格です。※画像は全てイメージです。※20歳未満の者の飲酒は法律で禁じられています。