

練馬・板橋のタウン誌

2022 vol.457

Kacce 2

月刊 かっせ

TAKE
FREE ¥0

読者アンケート

お気に入りの
「スマホアプリ」

切手の世界へようこそ!

切手の博物館 探訪

読者の声
もりだくさん!
読者プレゼントも
あるよ!



ご自由に
お持ちください

地元で楽しいこと探そう!

成増産院

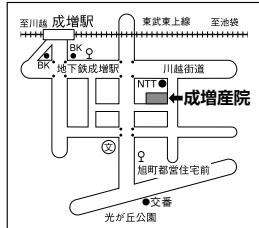
産科・婦人科

院長 田村 彰浩

〒175-0094 板橋区成増1-1-1
川越街道 NTT 成増うら
(駐車場あり13台可)

☎03-3975-1111

診察予約システムを
導入しました



こんにちは赤ちゃん

ゆき
結葵ちゃん
12月22日生まれ
和光市白子
小久保 陽さん・仁美さん
夫妻の三女



お母さんから一言

「3人目だけあって、にぎやかな中でもすやすや寝ています。5才と3才の姉たちは、小さな妹がとても可愛いようで、優しく声をかけたり、お世話をしたり…。夫も協力的なので、ゆったり育児を楽しんでいます。コロナが落ち着いたらみんなで温泉に行きたいな!」

成増産院
ホームページ

<https://www.narimasu.or.jp>



インスタグラム
始めました!

<https://www.instagram.com/narimasu.sanin/?hl=ja>



安尾 信 先生の健康相談コーナー

寒さ増すこの時期は、怖い怖い……

『脳卒中の病気に要注意』

ご心配な方、脳ドックをお受け下さい。

問 脳卒中が多く発症する季節はいつ?
答 暖かい所から寒い所へ移動する機会が多くなるこれからの季節です。

血圧が、急に上昇するのがその理由です。

問 脳卒中とは、どんな病気ですか。
答 脳卒中には、脳の血管が詰まって起きる「脳梗塞」と、血管にできたコブが破裂する「くも膜下出血」、それに脳の中の細い血管が破れる「脳出血」があります。

問 脳卒中の発症で起こる主な障害は?
答 指先にしびれがきたり、舌がもつれお話しが出来なくなったり、記憶に異常がおきたり、半身がマヒして手足を動かせなくなつたりします。脳の中の部分などの程度の障害を受けたかによって、現れる症状が違ってきます。

問 「脳ドック」を受けるよき時は?
答 50歳以上、またはひどい頭痛や手足のしびれ、めまい、ろれつが回らないなどの症状が出た方は、外来を受診し「脳ドック」を受ける事をおすすめします。

問 「脳ドック」とは、磁気共鳴画像診断装置という医療機器で脳の断面図(MRI)と

脳血管像(MRA)を撮影する検査です。クモ膜下出血の原因となる脳動脈のコブや脳腫瘍、脳梗塞等を無症状のうち

に早期発見するもの

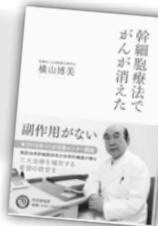
です。



本をプレゼント!

著: 横山宏美
医) 医新会 元 理事長
希望者は右記の問い合わせ先までハガキにてお申し込みください。

<http://www.ishin-kai.or.jp>



お問い合わせは
医療法人 医新会
医新クリニック
板橋区大山町23の1
☎03-5995-5100



医新クリニック
安尾 信 先生

CONTENTS

P.4 切手の世界へようこそ!

P.7 花井さゆりさん「夢」に向かって生きる

P.8 「ガラス工房 SAORI」のオリジナルグラス

P.9 Kacce 法律相談 あるあるトラブル

P.10 読者アンケート
お気に入りの「スマホアプリ」

P.12 散歩ウォッチング
初春

P.13 小耳に軽書

P.16 Kacce くらぶ

P.17 おすすめコメント

P.18 アンテナ(街情報)

P.22 みんなに教え隊!

P.23 読者プレゼント

P.26 Kacce MAP

P.28 風物 PHOTOGRAPH

P.29 編集長の「今月の Kacce」

P.30 STAFF TALK



かつせくん

ボクと同じ
かつせくんを探してね。

読者プレゼントは
ホームページからも応募できます。
<http://www.kacce.co.jp/>



月刊 Kacce の会社は、ホームページも作って
います。お気軽にお問い合わせください。

かつせ Kacceの特集広告

年間予定

各号テーマが異なる企画です

1月号 年賀

3月号 習い事 & 教室

5月号 医療機関

7月号 暑中見舞い

8月号 終活

10月号 習い事 & 教室

11月号 便利ダイヤル

記事広告も
募集中!

(取材・撮影付き)

月刊 Kacce への広告掲載は編集室まで!

かつせ Kacce の由来



「地域活性化」と、野
球の応援の「かつとば
せー!」のかけ声「かつ
せ! かつせ!」をかけ
合わせた造語です。
練馬・板橋のまちを応
援したいという思いを
込めました。



切手の世界へようこそ!

最近、読者ハガキに珍しい切手を貼ってくれる読者が増え、Kacceではちょっとした切手ブームに…。そこで、お隣の豊島区にある「切手の博物館」へ行ってきました!



入り口には漫画家の模図がずお氏デザインのポストが!



豊島区目白駅から徒歩3分ほどの建物の一角にある「切手の博物館」。何がすごって…日本と外国の切手を約35万種も所蔵しているのです! その数は、1960年以降に世界で発行された切手の約80%に当たるといってビックリ! その他にも、切手に関する書籍やカタログ約13,000冊、雑誌類が約2,000タイトルなど…世界でも珍しい切手の専門博物館なんです。

創設者は、世界的に有名な切手収集家の水原明窓(めいそう 1924-1993)氏。郵便切手文化の振興と発展のため、1988年に財団を設立し、資料を収集・保存して一般に公開。1996年、この地に切手の博物館がオープンしました。以後、切手の魅力や面白さを伝えるため、さまざまな企画展やイベント、ワークショップなどが行われています。



日本最初の切手「竜文切手」(1871年)

貴重な切手

日本で初めて切手が発行されたのは、飛脚に代わって国営の郵便制度が始まった1871(明治4)年。額面の単位が「文」で、竜の図を描かれていることから「竜文切手」と呼ばれています。世界最初の切手は、1840年にイギリスで発行された「ペニー・ブラック」。どちらも2階の図書室に展示されています。



展示コーナー



1階の展示室の企画は年に3～4回変わるとのことで、今、開催されているのは「美しき凹版切手の世界」展(3月31日まで)。現在はオフセット印刷が主流ですが、世界で初めて切手が登場した頃は、その多くが銅版画の技法である凹版印刷で印刷されていました。精巧な技術によって印刷された繊細で美しい図柄は、まさに“小さな芸術品”！ルーペやペンライトの貸し出しもあるので、その美しさをじっくりと堪能することができます。

調べる図書コーナー



2階にある図書室は、“切手のことなら何でもわかる場所”。世界の切手雑誌やカタログなど貴重な資料がどっさりそろっています。さらに…実はここ、切手好きの出会いの場でもあるのだとか(笑)。祖父が遺した切手を調べに来た若い人が常連さんにいろいろ教えてもらったり、同じ趣味の切手を探しに来た人同士で会話が盛り上がり…さまざまな交流が生まれているそうです。

スーベニア・コーナー

受付横のスーベニア・コーナーでは、世界各国の郵便グッズやポストカード、外国切手などを買うことができます。切手入りの定規や、ミニサイズの「のり」など、ここでしか買えない博物館オリジナルグッズにも注目！



旧50円切手のメジロをヒントにしたデザインの新ミニサイズののり(20ml 220円)



切手を通して見える世界



学芸員の田辺龍太さんに切手のことを教えていただきました。

時代を映す「鏡」

各国の切手には、国を代表する人物の肖像や歴史や風物が描かれているので、切手を見れば、お国柄や世界の情勢、時代の動きがわかるんです。明治時代の博物学者・南方熊楠は、留学中にいろいろな国の切手を集めて楽しんでいました。切手アルバムに記されていた「音にきく 国ぐにぶりをひとながめ」という句から、他国を知るために切手が役立っていたことがうかがえます。

自分の「好き」を追求

切手収集が大ブームとなった1970年代は、1年間に発行される切手をシートで買っても数千円でしたが、今は種類が増え、約12万円かかるので到底無理。動物や人物、サッカーなど、それぞれ興味のある切手だけを集めて楽しむ人が増えています。欧米ではお気に入りの切手を額縁に入れて飾ることもあるので、ストックブックや引き出しに入れておかない方は、ぜひ参考に！

誰もが楽しめる趣味

欧米では階級や身分に関係なく、皆で平等に語り合える趣味の1つが「切手」なんです。日本では世代を超えて楽しめる趣味と言えますね。

取材も終えて



切手愛にあふれ、知識が豊富な田辺さん



「自画像切手コーナー」ではプリクラのように自分の写真を切手風に印刷できます♪

(1枚200円)



学習院大学に隣接した格調高い建物と立地ながら、ほんわか温かくてアットホームな切手の博物館。「身近な生活の中で皆に切手を楽しんでもらいたい」という田辺さんの思いが随所で感じられました。

ただ集めるだけではない切手の楽しみ方が見えてきたら、久しぶりに手紙を出したくなりました。どんな切手を貼ったら相手が喜んでくれるかな～♪

切手バザールやお手紙フリマ、切手はり絵や、切手デザイナーのトークイベントなど、さまざまな企画が目白押しなので、ホームページをぜひチェックしてみてください。新たな切手の魅力に出会えるかもしれませんよ。

■切手の博物館

豊島区目白1-4-23 10:30～17:00 入館料：大人200円、小中学生100円

休館日：月曜・展示替え時・年末年始

kitte-museum.jp

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、企画やサービスが変更になる場合があります。



「夢」に向かって生きる

～人生に満開の桜を咲かせよう～

長年思い描いてきた夢を叶えるため、3年前に結婚相談所を立ち上げた花井さん。夢の実現に向けた想いや人生観、縁結びの仕事についてお聞きしました。



花井 さゆりさん

「はないさゆりの結婚相談所」代表。
赤塚新町在住。

縁結びは天職!?

花井さんが経営するのは個人の結婚相談所。大手と同じ会員情報のデータベースを利用した、きめ細やかなサポートが強みです。地域では広い人脈を持ち、周囲からは「作る」としたのではなく、人の気持ちに寄り添い接してきた結果の人脈」と評されるほど。人と人をつなぐ仕事は、まさに天職だったといえます。

実は、「支援を必要とする人たちのために何かしたい」という漠然とした思いを抱きながら、何ができるかずっと自問していたそう。5年前、夢の中で結婚相談

という声を聞いて「これだ」とひらめき、進む道が開けたのだそうです。

大切にしていること

「私の人生のテーマは『喜びをもって人生を楽しむこと』。人生いろいろありますが、何よりも楽しむことを大切に、目の前の幸せを数えるようにしています」と花井さん。これは仕事をする上でも大切にしているとのこと。

「そして、『感謝の気持ち』と共に『素直さ』を忘れないこと。人は素直に求めれば、必ず何か得ることができると信じています」

人間力を磨く「婚活」

花井さんの縁結びは、条件に合った相手を探してお見合いを設定するだけではありません。

「相手に求めるばかりでなく、自分を省みることも必要。自分のことが見えなくなってしまうようにいけない時は、厳しいことも言います」

花井さんの助言で人が変わったように魅力が増し、お見合いが増えたという50代の会員さんも！

「婚活は決して簡単なことではありませんが、婚活を通して人間力を磨いていく。そのお手伝いをさせていただけるとは、この仕事の醍醐味ですね」

「いくら婚」の先にある夢

縁を結んだ新たな人生に満開の桜が咲くようにとの思いを込め、花井さんが名付けた「さくら婚」。ここでの成婚から、さらに幸せの輪を広げていくこと。それが目指してきた夢の形です。

「事業が軌道に乗ったら、さまざまな事情を抱えた子どもたちが夢や進学を諦めなくてもいいように、経済的に支援するしくみを作りたいと思っています」

未来ある次世代にも、喜びと希望をもって人生に満開の桜を咲かせてほしいと願いながら、花井さんは幸せのご縁をつなぎ続けていきます。

■ はないさゆりの結婚相談所 ☎ 090-4013-8739 (八ナサク) P.25 参照

本気で「結婚したい」という気持ちがあれば、若い方からシニア世代まで誰でも入会可。

<https://hanaisayuri.com/>





大切な人に贈りませんか？

結婚記念日、誕生日
還暦祝い
バレンタインなど

世界に1つだけのオリジナルグラス

毎日の暮らしを豊かに彩るglass.saoriのグラスは、いつもの1杯を“特別の1杯”に変えてくれます。

glass.saori

サンドブラスト彫刻専門のガラス作家。段彫りやぼかしなどの高度な特殊技術を駆使し、繊細なグラデーションで絵柄を彫り出していきます。

※サンドブラストとは…圧縮した空気を利用して砂(Sand)を勢よく吹き付け(Blast)、表面を削る技法



名前や趣味などの絵柄を入れて特別なギフトに

サンドブラスト技法による
美しいガラス彫刻

板橋区赤塚の工房で作っています



商品の詳細、ご購入はWebサイトから
サンドブラスト ガラス工房 SAORI
ホームページ：<https://shop.glasssaori.info/>
お問い合わせ：glass.saori@gmail.com



グラス作品は3,500円/個～
オリジナルグラス制作は15,000円/個～
おちょこやタンブラー、ワイングラスなど様々な作品を取り揃えております。お気軽にお問い合わせください。

柳家 権太楼
柳家 さん喬

主催公演 IMA ホール落語会
さん喬・権太楼 二人会
3月5日(土) 開場12:30/開演13:00 入場料 3,000円 全席指定
一般販売 1月29日(土) 10:00～ ※未就学児入場不可 定員250名

チケット取り扱い カンフェティ 電話予約 ☎0120-240-540
Web予約 <https://confetti-web.com>

※新型コロナウイルス感染症の影響により公演内容が変更・中止になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

お問い合わせ

IMA HALL 株式会社 新都市ライフホールディングス ☎03-3976-2000 (平日 9:30～17:00)
<https://www.ima-hikarigaoka.jp/imahall/>

Kacce 法律相談 あるあるトラブル

18才が成人になると 何がどう変わる!?



OLC 総合法律事務所の
大平雄介弁護士に
聞きました(P.24 参照)



テレビのニュースで、今年4月から成人年齢が18才に引き下げられると聞きましたが、来年から成人式は18才の人を対象に行われるのでしょうか？ お酒やタバコは18才から可能になるのでしょうか？

報道などで「2022年4月から成人年齢が18才に引き下げられる」と見聞きしたことがある方は多いと思いますが、実はこの情報は正確ではありません。

正確には、民法が改正され、従来成年として扱っていた年齢が20才から18才になりますが、民法が直接規制していない分野の多くについては、依然として20才以上を成人と扱います。

例えば、18才になれば親の同意を得なくともアパートを借りたり、カードローンなどを利用して借金をすることができるようになりますが、公営ギャンブルや飲酒、喫煙については、それぞれを規制する法律によって従来どおり20才未満の者を禁止対象としています。

少年法についても、20才未満が適用対象であることに変わりありません。ただし、今

年の4月からは、18才以上の少年については、成人と同じ刑事裁判となる事件の範囲が拡大され、正式起訴された場合には実名報道も認められるようになります(罰金刑以下の刑を科す略式起訴は除く)。

つまり、今までは多くの事柄についてはほぼ一律に成人年齢を20才としてきましたが、今後はテーマに応じて成人年齢が異なるということになります。今回の民法改正をきっかけに、18才になったら認められる権利や、課される義務・責任について、それぞれ詳しく調べてみてはいかがでしょうか。

今後は「成人」の概念が必ずしも20才以上を意味しないことになるわけですから、成人式が20才を対象に行われるのか、18才を対象に行われるのかは、主催する自治体により対応が異なることが予想されます。

イオンシネマ板橋

東武東上線東武練馬駅北口下車すぐ
全スクリーン 音響スピーカーリニューアル

コロナウイルス感染症予防について

マスク着用・ロビー前での検温をお願いしております。

その他「前後左右空けてのチケット販売」「劇場内の適時換気」「手が触れる場所はすべてアルコール消毒を実施」等、安心してご利用いただけますよう、対策を行っています。
※チケット購入方法、開館時間などは事前にご確認ください。

詳しくは<http://www.aeoncinema.com/>

板橋区徳丸 2-6-1 イオン板橋 5F

自動音声案内：☎ 03-3937-1551

駐車場：920 台完備(有料鑑賞で3時間サービス)

- ◆ 2月4日(金)～
大怪獣のあとしまつ
ゴーストバスターズ/アフターライフ
- ◆ 2月11日(金祝)～
ウエスト・サイド・ストーリー
嘘喰い
- ◆ 2月18日(金)～
牛首村
クッパイ、ドン・グリーズ
- ◆ 2月25日(金)～
シラノ
DEEMO サクラノオト

あなたの奏でた音が、今も響く
*上映作品や上映期間は予告なく変更になる場合がございます。

読者アンケート



お気に入りの「スマホアプリ」

10代から70代までさまざまな回答が寄せられました。今や、スマホアプリは生活の必需品!?

※各アプリのiOS/Android対応は要確認。

歩く

◆ **Coke ON (コークオン)**

歩いたり、飲み物を購入したりするとスタンプがたまり、ドリンクチケットと交換できます。抽選などの企画も多いです。

◆ **Pikinin Bloom (ピクミンブルーム)** 23才 女性

位置情報を使い、ピクミンたちと歩きながら花植えをするゲーム。いろいろな種類のピクミンが集められるので、外出する時はいつも起動しています。

◆ **Miles (マイルズ)** 28才 女性

ポイントがたまり、コンビニのコーヒーなどいろいろな物に引き換えられるので気に入っています。ウォーキングのモチベーションにもつながっています。 33才 女性

◆ **ねりまちてくてくサブリ** 歩きながら、練馬区の魅力を知ることが出来ます。 50才 男性

◆ **radiko (ラジオ)** 好きなラジオを好きな時に聴けるのがうれいです。勉強や散歩、移動の時などによく聴いています。 16才 男性

◆ **Spotify (スポティファイ)** 音楽の登録や再生などが無料の音楽配信サービス。楽曲やアルバム名、アーティスト名で検索でき、呼び出して聴くのも簡単なので気に入っています。 54才 女性

聴く

生活のお役立ち

でレシビがたくさん出てくるので、夕飯の献立を考える時にも頼っています。 29才 女性

◆ **クックパッド** 材料からメニューを検索できて便利。毎日のように検索しています。有料会員になっています。 46才 女性

◆ **Famm (ファミ)** 子どもの写真でカレンダーを作っています。フォルダーの整理もできて写真を印刷する手間も省けるので、気に入っています。 34才 女性

◆ **明日から本気出す** やることリストのメモ機能がお気に入りです。使い方がシンプルなのと、脱力系のネーミングが好きです！ 34才 女性

料理time

◆ **クラシル** 食材を入力するだ

◆ **Pass Manager (パスマネ)** IDやパスワードを一括管理

◆ **Shufoo! (シュフー)** スーパーやドラッグストアなど、無料



買い物

◆ **授乳ノート** 子どもの睡眠やおむつ替えなどの記録ができるので、毎日お世話になっていきます。 40才 女性

◆ **Time Tree (タイムツリー)** 家族の予定を共有できるので、スケジュール管理が楽になりました。色分けもできて使いやすいです。 45才 男性

◆ **GO (ゴー)** タクシーをすぐ呼べます。行き先も登録しておくとも楽チンです。 45才 男性

◆ **サークルスクエア** 習い事の出入り連絡が簡単にできます。 45才 女性

◆ **ONE (ワン)** レシートを買い取ってくれます。とてもお得感があります！ 39才 女性

で見放題のチラシが楽しみ。ポイントもたまります。41才 女性

◆ Zain (ザイン) スマホでシートを撮るだけで家計簿の管理ができます。手書きの家計簿は長続きしませんでした。このアプリで長続きしています。簡単で気に入っています。48才 女性

健康管理

◆ シンプル・ダイエット コロナ禍のひきこもり生活で太ってしまい、ダイエット真っただ中。毎日の体重がサクッと記録でき、折れ線グラフで表示されるのでわかりやすいです。42才 女性

◆ ゆるっふる 活動実績と体重管理を記録でき、その記録を友人と共有できる点が気に入っています。44才 女性



り。処方箋の送信ができるので愛用しています。44才 女性

◆ 頭痛ーる 気圧予報により、頭痛や体調変化の対策に役立っています。47才 女性

◆ あすけん 食べた物を記録し、体重管理をしています。足りない栄養素などを確認したり、栄養士がアドバイスをしてくれたりします。50才 女性

お楽しみ

◆ Google Earth (グーグルアース) 観光地をナビゲートする機能で、疑似海外旅行ができます。20才 男性

◆ じゃんトーク ネコ的气氛ちがわかるアプリ。意外と当たっていて面白い！31才 女性

◆ しまぐらし 人には言えないことやグチなど、何でもつぶやけるところが気に入っています。他の住人の考えていることなども

見られるのが楽しいです。交流をしなくてもいいところが良いです。51才 女性

◆ 大江戸今昔めぐり 江戸時代の古地図の完全描き起こしマップ。散歩しながら、「ここは昔……」って空想しています。57才 女性

◆ SNOW (スノー) 自撮りしていろいろなメイクを楽しんでいる。めっちゃ若返れるので、テンションが上がります。50%以上盛っているけど、誰にも迷惑かけていないのでいいかな(笑)。58才 女性

ゲーム・脳トレ

◆ プロ野球スピリッツA いつでもどこでも野球の試合ができるので気に入っています。32才 男性

◆ 数独 ハマってしまい、2040種類の問題を解きました。頭の体操にもなります。記録を更新していきたいです。

◆ 懸賞ランド ゲームなどでポイントをため、欲しい賞品に応募。コインをためて商品券もゲットできます。何度か当選しました！57才 女性

◆ 漢字力診断 時間を潰したい時、頭の体操に使っています。61才 女性

◆ ねこあつめ コロナ自粛中に娘が教えてくれたゲーム。まるで家で飼っているかのように登場するネコがかわいくて夢中です。63才 女性

その他

◆ 息子が便利だからといういろいろなアプリを入れてくれますが、なかなか使う機会がありません。本当に必要なものは人によって違うなと思います。63才 女性

◆ スマホ難民です。アプリとは何ぞや？ Kacceeの記事を参考に、勇気を出して使ってみようかな。56才 女性

散歩ウオッチング



森野かずみ

初春

「ついたち」の語源は“月立ち”。新月の日で月が見えないため、三日月からさかのぼって数えたことから「朔」と書きます。朔は、地球から見て月と太陽が同じ方向に並ぶ時刻のことで、朔を含む日が「朔日(ついたち)」です。今年の2月1日は旧元日で新月、3日は節分ですが、日没後の西の空にわずかな時間だけ見えるかなり細い月が三日月です。



露の臺

今月あたりから見られる山菜のフキノトウは、フキ(キク科フキ属)の若い花茎。フキは地下茎を伸ばして増える多年草で雌雄異株。早春に、葉より先に花茎を伸ばして散房状に頭花を付けます。花茎には平行脈が目立つ多数の苞(ほう)を付け、雄株は高さ20cm前後で黄色っぽい両性の筒状花を多数付けますが、結実しません。



ウメとメジロ

雌株の頭花は時間をかけて高さ45cm前後まで伸び、白っぽい糸状の多数の雌花の中に雄花と同じ形の両性花が数個混じります。花粉はできません。フキは散歩中に見ることも多いと思いますので、雄花、雌花を探してみてください。東北地方で見かける巨大なフキはフキの変種で、アキタブキと呼ばれます。栽培品種の多くはアキタブキの改良品種のようです。

今月はウメの花も目にしますが、ウメの花に来る鳥はウグイスではなくメジロです。中国の漢詩に由来する“良い取り合わせ”のたとえで、よく「梅に鶯」と言われますが、ウグイスは藪(やぶ)で生活し、虫を食べます。虫の多くはまだ越冬中ですし、ウグイスは警戒心が強いいため、滅多に人前には現れません。ウメは鳥媒花で同じ木の花粉では実りが少ないため、ウメにとって花粉を運ぶメジロはお友達です。

春の息吹を感じながら、散歩をお続けください。

※Kaceeのスタッフブログでもご覧いただけます。



会社(個人事業主含む)の

- ・顧問契約・労務管理・確定申告
- ・破産・債務整理

その他経営上のお悩みなどご相談に応じます。

☎03-5998-5503

10時~20時 土日祝のご相談もOK
※P.24もご参照ください。olc-law.com/



弁護士・税理士
大平 雄介

OLC総合法律事務所

板橋区成増3-1-13
ヴェルデユーラ201

小児科・内科・循環器科

浜野小児科・内科クリニック

小児科医師 浜野 真理・浜野 翔
内科・循環器科医師 浜野 昌平 ☎3926-2635

予防接種：随時 乳児健診：予約制(栄養相談あり)

小児科：乳児湿疹/アトピー性皮膚炎

食物アレルギー

小児喘息/舌下免疫療法

診療時間 9:00~12:30
15:30~18:00

休診日：木曜・土曜午後・日曜・祝日

練馬区田柄5-14-19(光が丘駅より徒歩4分) 駐車場完備





小耳に軽書ン

「小耳に軽書ン」は、読者の皆さまからのお便りコーナーです。

先月号のあなたへ

表紙の絵が「干支のトラ」と「フーテンの寅さん」のコラボ！懐かしくなり、レンタルDVDで「男はつらいよ」を数枚借りてきて、夫と2人で楽しい時間を過ごしました。

板・徳丸 79才 女性

☆

干支のトラの特集を読んで思いました、アメリカ人の

妻とトラの色について話していた時、アメリカではオレンジ色と黒色、日本では黄色と黒色だとケンカになりました。でもテレビで、シカがオレンジ色と緑色が見分けられないのでトラの餌食になると知り、「オレンジと黒の方が理にかなっている」ということで、つい最近決着が着きました。確かに本物のトラを見るとオレンジ色と黒色ですよ

ね…。

練・田柄

45才 男性

☆

最近、まちがい探しにハマっている5才の娘と「まちがい探しクイズ」に挑戦しました

が、娘は4つしか見つけられず涙していました。いつもはのんびりマイペースな娘が「悔しい」と泣く姿に成長を感じました。

板・赤塚 40才 女性

☆

まちがい探しクイズのイラストは、「妖怪大戦争 ガーディアンズ」の絵コンテを手掛ける相馬宏充さんですね。最後の1個が見つからず難しかったですが、何とか達成できました！

練・中村北 63才 女性

☆



まちがい探しクイズがむずかしくて、家族で何日もかけて挑戦しました。最後のひとつを見つけたときは、とびはねてよろこびました！

練・高松

7才 女子

☆

富士見台の89才の方のひ孫さんとお散歩のお話、失礼ながら声を出して笑ってしまいました。おばあちゃん思いのひ孫さん。このまま優しく、すくすく

と育てていただきたいですね。

練・光が丘 53才 女性

☆

「みんなに教え隊」で紹介されていたお店に行ってみました。

練・田柄 39才 男性

お正月料理

今年のお正月は初めておせち料理に挑戦しました。といっても伊達巻きと松風焼きの2品ですが、それなりの形にでき上がり、味も悪くなかったので、これからは毎年1品ずつ増やして10年後にはお重を埋め尽くしたいです。あつ、ヤツガシラも煮たので3品でした。

練・豊玉北 51才 女性

☆

お正月におけることを作りました。お餅の数は、夫5個、娘4個、私2個。普通は2個くらいだと思うのですが、皆さんはどうでしょう？

板・成増 46才 女性

☆
1月4日にスーパードに行ったら、かまぼこや伊達巻きなどが、なんと9割引き。家にまだあるのに買ってしまいました。

練・桜台 63才 女性

自然を身近に

私は毎朝自宅の近くの穴場で日の出を拝んでいます。太陽が出てくる時は光を放ち、とてもパワーが感じられます。元日の初日の出もとても素晴らしく、1年の始めにふさわしい幕開けでした。

練・田柄 61才 女性



練・光が丘 60才 女性

光が丘公園の枯れ葉が積もった地面を歩くと、フカフカ柔らかくて気持ちがいいです。木々の枝を観察しながら、ポットに入れて家から持ってきたコーヒーを飲むのも楽しみです。

庭木の小さなカゴに、半分にしたミカンを入れると、メジロが

次々と来てきれいに食べていきます。両親は、その様子を見て毎日癒やされているようです。

練・豊玉北 39才 女性

家族を思う

4月から長男が高校生になります。電車通学になるのですが、いろいろなニュースを見るたび心配になってしまいます。

板・大門 55才 男性

板・徳丸 49才 女性

☆
昨年暮れに主人とけんかをして1週間口も利かなかつたが、Broccのまちがい探しの8か所を見つけたことができず、最後は主人に手伝わしてもらうことに。脳トレしながら楽しい時間を過ごし、おかげで答えが見つかって、いつの間にかけんかを忘れていました。今年仲良く健康に気を付けて過ごそうと誓いました。

練・旭町 72才 女性

☆
今年こそと関西に帰省を予定していましたが、見送りました。年末年始に体調を崩したら、病院を探すのに苦労しそうですから。春には帰りたいです。

練・光が丘 44才 男性

☆
学校の宿題になかなか取りかからない小4の息子にイライラする私。怒られながらも、何と

か国語の百人一首の音読を済ませた息子。次の宿題をさせようとガミガミ言う私に、「うるさいなあ、うるさいうるさいうるさいなあ」という意図しない返答に拍子抜け。思わず吹き出してしまいました。百人一首のリズムで私のヒステリックをうまくかわしてくれました。ああ、ユーモラスな息子よ、ごめんね(涙)。

板・赤塚 42才 女性

☆
孫のことが掲載されたBroccを娘が送ってきてくれました。コロナ禍で孫たちに会うことができなかつたので、本当にうれしい宝物です。誌面からは板橋の様子も伝わってきて身近に感じています。ありがとうございます。

長野県松本市 71才 女性

☆
わが家は一人っ子ですが、習い事を10個やっています。習い事選びは苦労しましたが、子ども

もに合うものを探して、こなし
ています。一生に一度の人生と
子育て。悔いが残らないように、
子どもと頑張っています。

練・光が丘 41才 女性

銭湯 LOVE

板橋・練馬には昔からのジブ
い銭湯がたくさん残っている。
慣れないと入りにくいかもしれ
ないけど、心身共に整うので皆
におススメしたいと思う。スタン
プラリーなどの楽しいイベントも
やつてるし。流行るといいナ、銭
湯楽しいから。

練・氷川台 56才 女性

☆

2年ぶりに帰省し、家族で桜
台の久松湯に行きました。母の
背中を洗ってあげたら、何だか
小さくなった感じがしました。
私の記憶では、最後に母と銭湯
に行ったのは小学生の頃。母が
小さくなったのではなく、私が
大きくなったんだなあ実感し

ました。心も身体も温まって、
今年も仕事頑張ります！

館山市 27才 女性

☆

最近、銭湯にハマって

います。レトロな宮
造り建築の、のれ
んをくぐると昭和
にタイムスリップ。
「45℃の熱湯に浸
かって水を浴びる」
を20分も繰り返す
と、体の芯までホッカホ
カ。入浴後はコートも不要で
す。寒い冬をホットに過ごす私
の楽しみの一つです。



練・上石神井 52才 男性

冬を満喫♪

子どもとスキーに行きたいと
思うも行けず、家の中でそりを
出して遊んでいます。緩衝材を
雪の代わりにしています。

練・旭町 37才 男性

☆

久々の雪に子どもたちは大興
奮。コロナで旅行にも行けないの
で、ここぞとばかりに近所のス
ポーツ用品店で雪用のブーツを

買って、光が丘公園で飽きるま
で遊びましたが、飽きる
までの長いこと…。親は
筋肉痛。でも良い思い
出ができました。

☆

年末も北風ヒューヒュー

でとても寒かったです。年明
けの大雪にはびつくり！でも、
まっ白な景色もなんだか新鮮
で、遠くに旅行に行ったような
気分でした。

練・中台 63才 女性

☆

先日、雪が降った日のこと。

どこからか「雪よ、もっと降
れ」と子どもの声が。雨乞いな
らぬ雪乞い。暗い話が多いこの
ご時世、笑顔になっしまいました。
練・光が丘 34才 女性

Kacce スタッフトーク 動画で配信中!!

誌面で伝えきれない情報や裏話が満載!



チャンネル登録
お願いします!



YouTube

ネリマベース (P.25) から配信!!

その痛み・つらさ我慢しないで!
神経痛・目まい・胃腸障害・花粉など

光が丘 げんき堂

治療院

☎03-5241-0513

予約制 出張可

接骨院

☎03-3926-8263

交通事故・労災・各種保険取扱

診療時間: 10時~13時 / 16時~19時
休診日: 水曜、土曜午後、日曜、祝日

P.24もご参照
ください。

練馬区田柄 5-27-8 (光が丘警察署向かい側) harichiryoo.com



歯科医院

一般歯科・小児歯科・矯正歯科・インプラント
高梨歯科クリニック
 練・光が丘3-7-1 光が丘駅南側駐輪場裏
 (B-7) ☎ 5998-8211 歯科助手募集中

光が丘公園
 練馬 光が丘病院
 光が丘区民センター
 清瀬工場 IMA
 光が丘四季の香小学校
 地区町長館
 練・光が丘5-5-6
 (A-5) ☎ 3976-7788

鶴見歯科
 *入れ歯がどうも合わない
 *顎がガクガクする、痛い
 *物がよく噛めない 等々
 歯に関する悩みにお
 答えいたします。

歯科(各種保険取り扱い)

Kacce
くらぶ
 ★広告随時募集中!
 月刊Kacceが無料で配布できるのは、広告
 のおかげです。掲載されている医院やお店の
 感想を巻末ハガキやプレゼント応募フォーム
 でお寄せください。
 医院やお店の場所は、(A-1) ~ (H-8) を、
 P.26 ~ のマップで確認してください。
 *月ごとにカテゴリーの掲載順が変わります。

診療時間 休診=木・日・祝日
 月・火・金 10:00 ~ 13:00 15:00 ~ 19:00
 水 10:00 ~ 13:00 15:00 ~ 22:00
 土 10:00 ~ 13:00
 ※歯に関する悩み、お気軽にご相談ください。

矯正歯科専門
すずき矯正歯科
 板・成増1-14-13 池田ビル3F ☎ 5997-1188
 (B-2) <http://www.s-ortho.com>

IMA
 ホテルカデンツァ 大江戸線 光が丘駅
 夏の雲公園
 谷原三丁目
 練・光が丘7-6-20
 (A-8) <https://www.kiyokawadc.com/>
 ☎ 6915-6769

きよかわ歯科クリニック
 地帯に密着した医療を提供
 明るくアットホーム
 な歯科医院です。
 キッズスペース・
 駐車場完備
 《急患随時受付》

地域に密着した医療を提供

周辺地域(練馬、板橋、中
 野、杉並等)では初めての
 専門医に認定されました。
 日本矯正歯科学会認定
 歯科矯正専門医...堀 正裕
 (E-6) 練・中村北3-22-14
 ☎ 10:00~19:30 土9:00~18:00 木・日・祝
 ☎ 0120-08-4588

矯正専門
なかむらびデンタルクリニック

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~12:00 | ○ | ○ | — | ○ | ○ | △ |
| 14:30~18:30 | ○ | ○ | — | ○ | ○ | — |

休診/水・土午後・日・祝 △=土曜~13:00

歯科・小児歯科
やもと歯科医院
 練・田柄5-27-11 ハートビル2F
 (B-7) ☎ 3999-8818 <http://www.kouetsu-kai.com>

小児・矯正・義歯・インプ
 ラント・審美・根管治療。
 子どもから大人まで専門性
 の高い治療が受けられる総
 合歯科。個室診療です。
 (F-5) 練・練馬415-21F(コナテッド・シネマ横)
 ☎ 9時半~13時 14時半~20時15分 ☎ 日祝
 ☎ 6767-2825

総合歯科診療
中村デンタルクリニック

一般・小児歯科・歯科矯正
佐藤歯科医院
 春日町6-16-11 (スポーツジム上)
 (B-8) ☎ 3998-6414 <http://www.dr-kazu.com/>

歯科・小児歯科
山田歯科医院
 練・光が丘2-4-11-101 光が丘公園駐車場前
 (B-5) ☎ 3930-8211



ひとくち
メッセージ

約3年ぶりに帰省しました。父親のハゲっぷりにびっくり！父も私の白髪にびっくり！大笑いの再会でした。

54才 女性

しのぶ歯科クリニック

夏の間公園
光が丘
田柄梅林公園
信号
光が丘南大通り
春日町→

練・田柄 5-5-21
休診/木・土午後・日・祝
☎ 3825-0414

一般歯科・小児歯科
しのぶ歯科クリニック

《お知らせ》しばらくの間、下記の通り診療時間を変更いたします。院長もスタッフも全員女性の優しいクリニックです。(Pあり)

火・金午後の診療は17時まで △=14時~17時

| 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|---|---|---|---|---|---|
| 9:30~12:30 | ○ | ○ | ○ | - | ○ | ○ |
| 14:30~18:30 | ○ | △ | ○ | - | △ | - |

IMA
光が丘警察署
光が丘消防署
光が丘秋の陽小
バス停
洋館の青山
小児科クリニック
さくま歯科医院
ISO9001取得

http://www.sakuma-dc.com/
練・田柄 5-20-19
各種保険取扱 日・祝
☎ 5241-6480

一般歯科・小児歯科
(医) さくま歯科医院

月・土曜
9時半~14時
15時~20時半
★スタッフ募集中
駐車場11台分完備

歯科用レーザーやインプラント、歯の漂白などの最先端歯科治療サービスもご提供しております。治療の有無に関わらず歯の悩みや、歯のクリーニング等、お気軽にお越し下さい。やさしい先生と親切なスタッフがお待ちしております。

成増
下赤塚
東武東上線 池袋→
川越街道
三菱東京UFJ
薬局
木村歯科医院
地下鉄赤塚4番出口
豊島園通り
JA 第七出張所 バス停

練・田柄 2-31-6(豊島園通り沿)
駐車場2台有
☎ 5997-4644

一般歯科 矯正歯科 小児歯科
木村歯科医院

水日祝/休診
月火木金/9時半~18時半
土/10時半~18時半

B-7
練・田柄 5-16-5 Cクリニック光が丘4F
☎水・祝 *診療時間はQRで要確認
☎ 5933-9950

一般歯科・矯正歯科
光が丘エトワール歯科

虫歯や歯周病治療、予防・クリーニング、入れ歯、矯正(第1木曜午後)
★小児歯科対応。
★土・日も診療

あまり外出できず、家の中にいる時間が長くなるとストレスが溜まります。そうすると、幸福感が増すと言われている“甘い物”を食べる機会が多くなると思います。食べたらず歯みがき、よろしく願いますね。

一般・小児・矯正・口腔外科
ジェイシティ歯科 吉積(よじつみ)
ホテルカデンツァ光が丘正面玄関右側1F(P有)
☎ 5372-4444 http://www.jcity-dental.com

読者のおすすめコメント

Kacceの広告主と設置店を利用した感想の中から一部を掲載しています。(12月投稿分)

P.○……広告掲載ページ
○・○……巻末のマップの位置

成増産院 P.2
施設が明るくきれい。先生やスタッフさんが親しみやすく、安心して利用できます。
48才 女性

IMAホール P.8
母のお供で IMA 寄席に行きまし

た。楽しかった！ 39才 女性
なかむらばしデンタルクリニック P.16
歯医者が苦手な息子がすんなり通院できる所に初めて出会えました。46才 女性
中村デンタルクリニック P.16
子どもの矯正で通院しています。親切でいいです。

47才 女性
高梨歯科クリニック P.16
半年に1度、衛生士の方によるクリーニングをお願いしております。65才 男性
きよかわ歯科クリニック P.16
スタッフの皆さんが優しくて

いいです。60才 女性
さくま歯科医院 P.17
先生がたくさんいらっしゃるので予約が取りやすく、便利です。40才 女性
光が丘エトワール歯科 P.17
先生もスタッフの方も全員優しくて気に入っています。

61才 男性
ウィスタリア歯科クリニック P.20
子どもの矯正と自身のクリーニングで通院しています。矯正の状態をわかりやすく教えてくれます。47才 男性

2月

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | | | | | | |



アンテナ

地元の情報

*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントが中止・変更になる場合がありますので、事前にご確認ください。

Pick up

板橋バル

2月11日(金祝)～2月27日(日)

板橋区内にある5商店街を食歩き飲み歩き♪
各バル共通で使える500円4枚綴り(2,000円)の
バルチケットを購入し、いろいろなお店を「はしご」
して地元の味を堪能しよう。

●11日(金祝)～20日(日)

上板橋北口商店街 上板橋口銀座商店街

●14日(月)～24日(木)

中板橋商店街

●18日(金)～27日(日)

ハッピーロード大山商店街
遊座大山商店街

問/ <https://itabashi-bar.wixsite.com/info>



開催中～4日3日(日) 【ミニ企画展】江戸手描友
禪 寺澤森秋～優美な染と技～ 郷土資料館(赤塚
5) 江戸手描友禪の模様絵師の寺澤森秋氏の優美な
友禪染を展示し、その卓越した技術を紹介

問/ ☎5998-0081

開催中～3月13日(日) 生誕100年記念「作
家・庄野潤三展 日常という特別」

石神井公園ふるさと文化館(石神井町5) 観覧料 一
般300円 他 庄野潤三の練馬区居住期を中心に原
稿・書簡・書籍・写真資料を展示 ▶27日(日) 14
時～ 講演会「庄野家の人たち」 抽選72名 申込8
日まで(往復ハガキ・メール) 問/ ☎3996-4060

2月1日(火)～28日(月) パネル展「家庭ででき
る省エネ・節電・行動/誤解の多い省エネ術」

板橋区立りサイクルプラザ(舟渡4) 家庭における省
エネ/節電指針をかわいいイラストのクイズ形式で
掲示 問/ ☎3558-5374

2月1日(火)～27日(日) 企画展示「猫沢八郎
Pieceful World」 熱帯環境植物館(高島平8)

入館料 大人260円 他 ※土日は小中学生無料 独
創的な世界観を持つ白線画家・猫沢八郎の絵画や立体
作品、映像作品など幅広く展示 フォトスポット
グッズ販売 他 問/ ☎5920-1131

2月1日(火)～27日(日) 予約制プラネタリウ
ム 一般向け投影 15時30分～ 教育科学館(常盤
台4) 観覧料 一般350円 他 「冬の星空でめぐる
星の一生」 小5以上対象 各日申込順78名 詳細は
HP参照 www.itbs-sem.jp/ 申・問/ ☎3559-6561

2月1日(火)～27日(日) 予約制プラネタリウ
ム 一般向け投影 15時30分～ 教育科学館(常盤
台4) 観覧料 一般350円 他 「冬の星空でめぐる
星の一生」 小5以上対象 各日申込順78名 詳細は
HP参照 www.itbs-sem.jp/ 申・問/ ☎3559-6561

2月2日(水) 節分祭

15時～ 子易神社(板橋2) 式典 ※コロナ感染拡
大防止につき豆まき中止

2月5日(土) 環境破壊と新興感染症～環境問
題とパンデミックとの関連を解き明かす～

14時～ 石神井公園区民交流センター(石神井町2) 環境
ジャーナリストが新型コロナウイルスと密接に関わる
環境破壊について紹介 申込順100名 申込4日まで
(メール・ハガキ・FAX) 問/環境課 ☎5984-4702

2月5日(土) 演奏家協会レクチャーコンサート

「作曲家と希望～モーツァルトとベートーヴェン」
15時～ 練馬文化センター(練馬1) 全席指定1,000

円 モーツァルトとベートーヴェンが想い描いた「希
望」の曲をわかりやすいレクチャーと共に演奏する
問/文化振興協会 ☎3993-3311

2月6日(日) パラスポーツ in 光が丘

10時～ 光が丘区民センター(光が丘2) ペガール
ボール・ポッチャ・ふうせんバレーボールなどが体験でき
る 問/ペガールボール協会・原田 ☎090-3234-5584

2月6日(日) ユースフォーラム「平和をめざす君
に」 13時～ まなぼーと成増(成増1) 「世代をこ
えて考える平和」をテーマに参加者同士で意見交換を
行う 中学生以上対象 申込順30名

申・問/ ☎3975-9706

2月11日(金祝)・13日(日) 田遊び

▶11日 18時～ 北野神社(徳丸6) ▶13日(日)
諏訪神社(大門11) 旧正月にその年の五穀豊穡と子
孫繁栄を祈願し神に奉納する伝統行事 国の重要無
形民俗文化財

問/生涯学習課文化財係 ☎3579-2636

2月12日(土)・13日(日) 板橋区吹奏楽団

ポピュラーコンサート 15時30分～ 板橋区立文
化会館(大山東町51) 全席自由1,500円 他 ※2
才以下膝上無料 ドリルステージをはじめ様々な趣
向を凝らしたステージを開催

●●● アンテナプレゼント ●●●

2月10日(木)10時より電話にて先着順受付
編集室に取りに来られる方対象
月刊Kacce ☎3975-7143



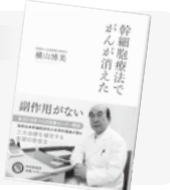
生誕110年 香月泰男展 5組10名

2月6日(日)~3月27日(日)
練馬区立美術館(貫井1) 一般
1,000円 他 太平洋戦争とシベリア抑留の体験を描いたシベリア・シリーズによって戦後美術史に大きな足跡を残した香月泰男の画業の全容をたどる。

《復員(クラップ)》
1967年 油彩・方解末・木炭、カンヴァス 山口県立美術館蔵

本のプレゼント

「幹細胞療法でがんが消えた」
医療法人医新会
元 理事長 横山宏美 著
詳しくは P.2



2月19日(土)~4月3日(日) 古民家年中行事
ヒナまつり 郷土資料館(赤塚5) 幕末・明治期の内裏雛(だいらびな)や昭和時代の雛段など昔ながらの雛人形を飾る
問/☎5998-0081

2月20日(日) 練馬産業見本市 ねりま EXPO
10時~ ココネリ(練馬1) 区内事業者による商品やサービスの展示・販売 他
問/事務局 ☎3423-3602

2月20日(日) ねりま漬物産展
10時~ ココネリ(練馬1) 練馬大根のたくあんや区内漬物事業者の自慢の漬物を販売 ※期間中オンライン販売もあり <https://neritsuke.com/>
問/経済課 ☎5984-1483

2月21日(月)・22日(火)・24日(木)・25日(金)
ねりいち 11時~ ココネリ(練馬1) 区内障害者施設利用者の手作り品を販売 ▶21日・22日 マフィン・ケーキ等 ▶24日・25日 手焼きせんべい
問/就労支援係 ☎5984-1387

2月23日(水祝)【募集】石神井池キショウブ駆除
10時~ 石神井公園(石神井台1) 参加費30円(保険料) 石神井池畔に生育する「カキツバタ」などの在来種を守るため、外来種の「キショウブ」の駆除を行う 小学生以上対象 先着30名 ※作業手袋持参・汚れてもよい服装で参加 ※荒天中止
問/生態工房 ☎0422-27-5634

問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

2月12日(土) メディアリテラシー どう身につける
バーチャルと現実の世界のはざまを読み解く力
13時~ まなぼーと大原(大原町5) テレビ制作現場に詳しい講師が「半沢直樹」や「愛の不時着」などのヒットの理由やメディアリテラシーについて紹介
申込順20名 申込11日まで 申・問/☎3969-0401

2月13日(日)~5月中旬 ヒキガエル展
光が丘バードサンクチュアリ(光が丘4) ヒキガエルの生態について詳しく紹介
問/生態工房 ☎0422-27-5634

2月13日(日) 作って遊ぼう! 願い風(たこ)と
ブンブン独楽(ごま) 10時~ サンライフ練馬(貫井1) 参加費50円(材料費等) 小学生対象 申込順20名 申込1日から
申・問/山本 ☎6760-3378(19時~21時)

2月13日(日) 親子かけっこ&タグラグビー教室
13時~ 中村南スポーツ交流センター(中村南1)
講師:陸上元日本代表・井原直樹 小1~3年と保護者対象 申込順15名 申・問/☎3970-9651

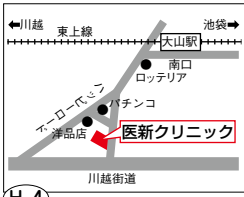
2月13日(日) 如月大泉寄席
13時~ 大泉図書館(大泉学園町2) 大泉落語研究会による公演 小学生以上対象 申込順20名
申・問/☎3921-0991

2月15日(火) IMAホール上映会「ルーム」
11時~(吹替)/14時~(字幕) IMAホール(光が丘5) 入場料500円(未就学児無料)
問/☎3976-2000(平日9:30~17:00)

2月16日(水) ロビーコンサート
12時20分~ 成増アクトホール(成増3) ジャズのエッセンスを加えたアルゼンチンタンゴをバンドネオンとピアノで演奏 曲目:リベルタンゴ 他
問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

2月18日(金) IMA寄席
18時30分~ IMAホール(光が丘5) 春風亭正朝と愉快な仲間たちによる落語会 木戸銭100円以上
問/☎3976-2000(平日9:30~17:00)

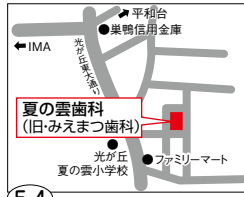
2月19日(土) 飛び出す読み聞かせ ジップ&キャンディ~ロボットたちのクリスマス~ 14時~ 関区民ホール(関町北1) 小中学生と保護者対象 申込順100名 申込18日まで
申・問/宮下 ☎090-4421-4761(10時~18時)



H-4
 板・大町 23-1 (大山駅徒歩 3分)
 ☎ 9時~12時半(土14時半) 15時~18時半(火木16時半)
 ☎ 5995-5100

◆各種ドックのご案内◆
 本誌をご持参の方は、
 脳ドック10%割引。予約時
 にお申し出ください。
 休診/日曜・祝日

整形外科・胃腸科・訪問看護
医新会 医新クリニック



E-4
 練・田柄 5-14-12
 ☎ 木曜午後・日・祝
 ☎ 3825-3468

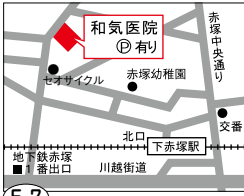
夏月の雲歯科
 月・土 10時~19時
 (昼休みあり)
 ※木は午前のみ
 駐車場あり
<https://natsunokumo.com>

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科

切らずに治す《内痔核 硬化療法》健康保険適用
 内痔核の根元部分に「消痔霊」を注射。内痔核が
 繊維化し血流が減少するので出血を防ぎます。
 小さな内痔核は小さくなります。ご質問・ご相談は
 お気軽にお電話を。 <http://www.ishin-kai.or.jp>



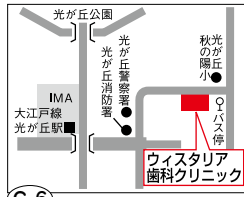
あなたの便りが頼りです。
 小耳に軽書 (P13~) は読者から
 寄せられたお便りを掲載しています。
 あなたの便りが掲載されるかも…



E-7
 板・赤塚 2-7-12 (下赤塚駅北口徒歩 3分)
 ☎ 8:30~18:30 ☎ 12:30~19:00 日・祝
 ☎ 3977-2611

内科・小児科・外科・皮膚科
和気医院
 CT、電子胃内視鏡、レン
 トゲン透視、超音波エコー、
 ホルター心電図、骨量測定、
 脈波、心機図ポリグラフ、
 呼吸機能検査

内科・小児科・外科・皮膚科



C-6
 練・田柄 5-23-16 ヴィラ・ウイスタリア 101
 ◎有 各種保険取扱 初診予約専用(下記)
 ☎ 050-3542-5556

◆歯を抜かない
 歯ならび矯正
 ◆アットホームな雰囲気
 の中、リラクセスして
 診療を受けて頂けます。

一般歯科・小児歯科・矯正歯科
ウイスタリア歯科クリニック

診療時間 / 10時~13時 14時~18時
 休診日 / 木・日・祝日
 ☆平日(月~水・金)15時以降は、矯正と高校生
 以下の患者さんの診療とさせていただきます。
<http://www.wistaria-dc.jp/>

一般・小児 (初診急患随時)
関東デンタルクリニック
 練・春日町 6 (サンドラッグ並び 春日町駅方面 100m)
C-8 ☎ 3990-6487



E-8
 板・赤塚 新町 3-5-1
 ☎ 9時~12時半 15時~19時 ☎ 火・土 午後・日・祝
 ☎ 3975-5780

内科・泌尿器科・皮膚科
秀心でクリニック
 ホームドクターとして親切
 な診療を目指しています。
 排尿(出にくい、頻尿等)や
 前立腺、皮膚に関しお気付
 きの方もご相談ください。

内科・泌尿器科・皮膚科

一般・小児・矯正 / 夜8時半まで受付(水・土除く平日)
光が丘デンタルクリニック船坂
 練・高松 5-13-1 (P有り) ☎ 5393-0711
A-7 <http://www.hikarigaoka-dc.com/>

一般歯科
かみ 各務歯科医院
 練・高松 4-6-11 (高松四丁目バス停そば 2階)
B-8 ☎ 3577-2641

境皮膚科
 板・成増 2-21-4 (りそな銀行そば)
A-2 ☎ 5998-3334

小児科・内科
いとう小児科クリニック
 練・光が丘 3-7-1-101
B-7 ☎ 3979-2011 予約専用 ☎ 3979-1112



ひとくち
メッセージ

60才・還暦・年女。人生の折り返し地点に来たか。まだ頑張りたい！

59才 女性

大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘内田クリニック
光が丘三申
夏の雲公園

(B-8) 練・光が丘 3-3-4-101
☎9:00~17:30 ④~13:00 ⑤水午後・日・祝
☎ 3976-6411

【診療科目】消化器科・外科・
整形外科・皮膚科・肛門科
*経鼻極細胃カメラ・大腸
カメラ・超音波エコー・骨
密度測定、予約受付中。

光が丘 内田クリニック
<http://www.hu-cl.com/>

小児科
杉内医院
板橋区成増3-17-16
(E-2) ☎ 3930-2331

糖尿病栄養指導・予防接種/夜8時まで診療(水・土除く平日)
伊藤内科小児科クリニック
板橋区成増1-17-10
(B-3) ☎ 3930-5114

大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘南 佐藤医院
アスレチック公園
光が丘三申
夏の雲公園

(B-8) 夏の雲公園前(高松4)①有
<http://www.sato-iin.com/>
☎ 3926-8765

【休診第2・4木曜】
木・土曜午後/日曜/祝日
診療科目:内科・小児科・外科
診療時間:8時半~12時半
15時~19時

光が丘南 佐藤医院
内科・小児科・外科

大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘眼科クリニック
光が丘三申
夏の雲公園

(B-8) 練・光が丘 3-3-4-102
④水・土午後・日・祝
☎ 3975-5115

女性院長ならではの丁寧な診療
光が丘眼科クリニック
一般眼科・花粉症・緑内障・
白内障・コンタクトなど
【受付時間】予約不要
9時~12時15分
15時~17時45分

内科・消化器科・循環器科・神経内科 / 在宅診療
市原外科内科
南田柄バス停そば 練・田柄1-1-12
(F-3) ☎ 3939-3357

今は感染リスクが高い状況避けることが大切です。職場の休憩時間など、日常の中で場面が変わるときにも要注意。緊張の続く毎日ですが、マスクを外して休める時間や場所を作りながら、寒い季節を乗り切りましょう!

読者のおすすめコメント

光が丘デンタルクリニック船坂 P.20 歯科検診のお知らせハガキが来るので定期的に通っています。51才 女性
光が丘小児科クリニック P.20 新型コロナワクチン接種をしていただき、本当にありがたかったです。61才 女性
秀クリニック P.20 数年前、インフルエンザが流行している時期に診察していただいたのですが、混んでいる中、ていねいに話を聞いていただき、とても安心したことを覚えています。27才 女性
垢皮膚科 P.20 肌荒れすることが多く、よく

診てもらっています。23才 女性
伊藤内科小児科クリニック P.21 父親がお世話になりました。45才 女性
光が丘眼科クリニック P.21 とても親切に対応してくれ助かります! 20才 男性
光が丘内田クリニック P.21 ネットで予約をしても待合室はいつもいっぱいです。でも、密を避けるため外に消毒液を置き、テーブルといすを設置してくれています。天気の良い日は公園を見ながらのんびりと待てます。62才 女性
光が丘南 佐藤医院 P.21 トイレがきれいでした。22才 男性
ホテルカデンツァ東京 P.23

「日本料理むさしの」ととても親切な対応で、食事中にいろいろとお世話をしてくださいました。お料理の出でくるタイミングが良く、とてもおいしかったです。54才 女性
T・ジョイ SEIBU大泉 P.23 内装がきれいで、いつも親に行くとワクワクする雰囲気大好きです。16才 男性
イオンシネマ板橋 P.23 広いし、待ち時間がある時はお店を見ていられるのでおすすめです。60才 女性
ユナイテッド・シネマとしまえん P.23 夕飯を済ませて自転車をぶっ飛ばし、1人でのんびり映画鑑賞! 至福の時です。54才 女性
P.25へ続く



*新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、イベントが中止・変更になる場合がありますので、事前にご確認ください。

2月27日(日) 【フリマ】 浮間公園(舟渡2)
9時~16時 ※雨天中止
問/リサイクル推進友の会 ☎3412-6857
(平日10時~16時)

2月27日(日) 区民参加ミュージカル「クリスマス・キャロル」 14時~ 成増アクトホール(成増3)
全席自由 一般1,000円 他 ※2才以下膝上無料
区内公募の小中学生・高校生と劇団フジによる公演
問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

3月5日(土) ねりま映画サロン 特別上映会~名優、この1本~ 練馬文化センター(練馬1) 全席指定・各回500円(入替制) ▶10時~「五番町夕霧楼」▶13時10分~「切腹」▶16時50分~「柳生一族の陰謀」
問/文化芸術担当係 ☎5984-1358

2月23日(水祝) 親子で体を動かそう! リズム運動講座 10時~ サンライフ練馬(貫井1) 2~6才と保護者対象 申込順30名 申込1日から
申・問/岩城 ☎3992-6846(9時~21時)

2月23日(水祝) ふれあい市場
11時~ 春日町本通り商店街(春日町1) 福島県はなわ町の新鮮野菜や名産品や弁当の販売

2月25日(金) 【オンライン】落語で笑ってSTOP! 悪質商法 14時~ 弁護士らの講演と落語家・立川平林による落語で悪質商法にだまされないためのヒントを紹介 ※Zoomを使用 申込順200名 申込18日まで(フォーム・メール)
申・問/東京都生協連 shohisha@coop-toren.or.jp

2月26日(土) みんなでポッチャをやってみよう!
9時30分~ 障がい者福祉センター(高島平9) 参加費30円(保険料) パラリンピック正式種目のポッチャを知って体験する 申込順24名 申込14日~21日 申・問/いたばし総合ボランティアセンター ☎5944-4601

2月27日(日) 【フリマ】 光が丘公園(光が丘4)
9時~15時 ※雨天中止
問/ニューリソース会 ☎6228-7674

アンテナ掲載情報募集中! 非営利の情報に限りま
す。都合により掲載できない場合があります。
原稿は掲載希望月の前月13日必着。
FAX 03-3975-7159
メール kaccell@kacce.co.jp

みんなに 教え隊!

読者の皆さまから寄せられた情報をご紹介します。今回は開店情報多数あります!

●牛乳食パン専門店みるく
板橋徳丸店(徳丸6)
食パンがおいしいのはもちろん、濃厚なソフトクリーム「東京みるくソフト」が絶品! 寒い冬でも食べちゃう。なめらかプリン・みるくプリンの2種類のプリンも。

どちらが好みかな? 私はなめらか派! 42才 女性

●受楽(石神井町3)
石神井公園駅前の中華料理店で、えびそばと餃子がとてもおいしいです。 54才・女性

●樽見(小茂根1)
小竹向原駅近くの日本料理店。季節ごとに行きたい、おいしいお店です。 43才・女性

●あおぱん(田柄2)
豊島園通り沿いにパン屋が2月開店予定。
39才・男性

●餃子ラボ東京(練馬1)
全国の餃子の名店の味がそろう冷凍餃子専門店。
41才・男性

●ブッチャーズテーブル(石神井町3)
東大泉で有名なハンバーガー店が石神井公園駅近くに支店を出すそうです。 51才・女性

●ケンタッキーフライドチキン(成増2)
成増スキップ村商店街に1月27日オープン。
帰ってきてうれしい! 55才 女性

●6 Degrees Market(赤塚6)
赤塚中央通りにおしゃれなハンバーガー屋さんがありました。とてもステキです。 54才・女性

読者 プレゼント

ご応募は、右記 QR コードや、巻末の綴り込み
ハガキをご利用ください。締切／2月20日必着



※アンケートや感想などお寄せください。

Web サイトからは1人1回応募、ハガキは1家族1回応募できます(重複無効)。

※当選の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

※チケット購入方法、会期、開館時間などはそれぞれ最新情報をご確認ください。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止や変更になる場合がございます。

イオンシネマ板橋

① 無料鑑賞カード

有効期限4月末日



「シラノ」2月25日公開

© 2021 Metro-Goldwyn-Mayer Pictures Inc.
All Rights

17世紀フランス。優れた剣の腕前と文才を持ちながらも外見に自信がない騎士シラノは、想いを寄せるロクサーヌが自分の友人に惹かれていると知り、彼に代わりロクサーヌにラブレターを書く。3人の純真な愛の行方はいかに…。※2月公開予定作品はP.9参照

板・徳丸2-6-1 イオン板橋5F
東武練馬駅そば ☎ 03-3937-1551

5組
10名様

ホテルカデンツァ東京「ルミエール」

② ランチビュッフェ招待

有効期限4月末日



*ホテルカデンツァ東京公式イン스타그램では最新情報を配信しております。



「ビュッフェ&ダイニング ルミエール」では、チーズフェスティバルを開催中。様々なチーズを使ったお料理と冬の味覚の組み合わせがお楽しみいただけます。

練馬区高松 5-8 J.CITY
☎ 03-5372-4411 (代表)

3組
6名様

T・ジョイ SEIBU 大泉

③ 平日映画無料鑑賞券

有効期限4月末日



「牛首村」2月18日公開

©2022「牛首村」製作委員会

心霊動画に自分そっくりの少女を見つけた高校生・奏音。映像は、牛の首のマスクを被せられ、廃墟に閉じ込められたところで途切れた。胸騒ぎを覚え、動画の撮影地に向かった奏音に、「牛首村」のおぞましい秘密と風習がまどわりついていく…。

練・東大泉 2-34-1 オズスタジオシティ4F
☎ 03-5933-0147

5組
10名様

ユナイテッド・シネマとしまえん

④ 無料鑑賞券

有効期限4月末日



「ウエスト・サイド・ストーリー」2月11日公開

©2021 20th Century Studios. All Rights Reserved.

1950年代のニューヨーク。夢や成功を求め多くの移民が集まるマンハッタンのウエスト・サイドでは、差別や貧困に直面した若者が集団をつくり対立。そんな中、ジェッツの元リーダーのトニーは敵対するシャークスのリーダーの妹・マリアと恋に落ちる。

練・練馬 4-15-20 ☎ 0570-783-980
(24時間テーク案内)

5組
10名様

東京国立近代美術館

⑤ 没後50年 簗木清方展



簗木清方(浜町河岸)(右は部分)1930(昭和5)年、東京国立近代美術館、通期展示 © Nemoto Akiyo

代表作である三部作《築地明石町》(新富町)《浜町河岸》を含む110点超の日本画作品で構成する大規模回顧展。市井の人々の生活や人生の機微を描いた清方の作品の個性に着目し、作品の持つ物語る力を読み解く。3月18日～5月8日 一般 1,800円 他

千代田区北の丸公園 3-1

☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

3組
6名様

三菱一号館美術館

⑥ 上野リチ：ウィーンからきたデザイン・ファンタジー



上野リチ・リックス(プリント版地デザイン)

【象と子ども】1943年 京都国立近代美術館

日本人建築家と結婚し、ウィーンと京都を行き来しながら、テキスタイルや室内装飾など多彩なデザインを手がけた上野リチの世界初の回顧展。国内外から約370作品を集め、色彩豊かで想像力溢れるリチの世界を展観する。2月18日～5月15日 一般 1,900円

千代田区丸の内 2-6-2

☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組
10名様



医院 / 接骨院 / 動物病院 / 生活関連

安藤クリニック
内科・胃腸科・外科・小児科

診療時間：9時～12時半
15時～19時半
(土曜午前は9時～13時半)
休診：木曜・土曜午後・日曜・祝日



**プレミアムエステ
デミオガサワラ**

お客様のお肌の状態や、悩みに合わせてケアする女性限定のプライベートフェイシャルサロンです。
初回60分 3千円 ↓ 2千円



E-8 板・赤塚新町 3-3-12-801
10時～19時(予約は8時～10時AM)
☎ 3979-8832

**プライベートサロン美容室
ヘアサロンハル**

経験豊富なスタイリストがお客様に合ったスタイルをご提案。どんなことでもご相談ください。癒やし空間でお待ちしています!



E-4 練馬区春日町3-31-18
☎ 9時～18時 火曜定休(不定休あり)
☎ 6364-0210 (予約優先)

地域の皆様に愛されるクリニックを目指しています。身近な家庭医として内科全般ご相談ください。また内視鏡専門医として、最新の検査機器により診断から治療までさせていただきます。

スパイラルテープ・指圧・整体(骨盤矯正)・はり・灸・接骨
光が丘げんき堂接骨院・治療院
練・田柄 5-27-8 ☎ 3926-8263
B-7 <http://www.harichiryo.com>

光が丘動物病院グループ

当院では、徹底したインフォメーション・コンセンストを心がけ、特に椎間板ヘルニアを始めとした整形外科手術の症例は多岐にわたります。



A-5 練・旭町 1-13-10 ㊦ 12台
年中無休 <http://www.hikarigaoka.net/>
☎ 3939-3760

**お部屋も気かまさわやかに
㈱三浦畳店**

数年に1度の畳替え。お客様の笑顔が見たいから、厳選素材で最高の逸品を製作し、新しい畳のさわやかなおみをお届けいたします。



E-4 練・春日町6-3-1
<http://www.miura-tatamiten.com>
☎ 3999-1767

光が丘動物病院グループは、「動物たちには愛情」「飼い主さまには信頼」をコンセプトに「日本の総合獣医療サービス集団」を目指しています。
■光が丘動物病院とくまのクリニック(分院)
板・徳丸 3-16-4 ☎ 6426-8681

**成増駅北口より徒歩3分
OLC総合法律事務所**

労働・離婚・相続問題など。誠実に、粘り強く対応します。相談料は初回無料。
第二東京弁護士会所属
弁護士 大平 雄介



B-1 <http://olc-law.com>
板・成増 3-1-13-201
☎ 10時～20時 土日祝のご相談もOK
☎ 5998-5503

**暮らしの困ったをお手伝い
まごころサポート**

電球交換・家具の移動や組立てなど、お家の中のお困りごと何でもご相談下さい!
1名の作業 20分500円
(外作業は7500円)



E-1 メール: asa@nhc-a.jp
板・成増 1-7-22
9時～19時 株式会社 NHC
☎ 6909-2080

安心し笑顔をお届けします

光が丘法律事務所

どんなご相談もお気軽にどうぞ。迅速に対応いたします。

東京弁護士会所属
弁護士 今井 時右衛門



hikarigaoka-law.com/
練・高松 4-6-1 ビズテラス光が丘 5F
☎ 9時~18時(土日夜間も対応可)
☎ 5848-9975

「ハッピー婚」の縁結び

はないさよりの結婚相談所

新たな人生に満開のさくらが咲きますように。そんな想いを込めて縁結びをサポートします。年齢男女問わずお気軽にご相談下さい。



https://hanaisayuri.com
板橋区赤塚新町3丁目
☎ 090-4013-8739 (ハナサク)
メール: hanaisayuri@yahoo.co.jp

Nerima Base (ネリマベース) 練馬駅前近のレンタルスペース

少人数のミーティングやイベントに活用できるレンタルスペースです。練馬駅北口から徒歩0分



詳細はホームページをご覧ください。
https://nerima-base.tokyo

1時間1,000円(機材込み)から借りられます
オンラインでのイベントやワークショップなどができる配信設備を完備。主催者の「やりたいこと」をサポートします! 英会話や手話などのオンラインイベント(会場参加も可)も多数開催。

えいの行政書士事務所 身近な「婚」の法律家

相続・遺言など。女性ならではの視点でじっくりお話を伺い、お客様に寄り添います。



初回相談は無料
https://eino.hp.peraichi.com
板・赤塚 3-19-9
メール: eino431@icloud.com
☎ 070-3356-0325

読者のおすすめコメント

安藤クリニック P.24

親切に対応してくれてよかったです。 46才 女性

光が丘動物病院 P.24

待合室に人数制限があり、ソーシャルディスタンスが徹底されていて安心です。 45才 男性

三浦畳店 P.24

少し家から離れているのですが、搬出搬入も素早く、大満足でした。表替えもこちらでお願いしたいと思います。 63才 女性

大幸接骨院・治療院 A-5

レントゲンを撮る必要がある患者さんは整形外科まで送り迎えしてくれるなど、とても

親切な接骨院です。長年の肘痛も鍼と電気とマッサージで良くなりました。 49才 女性

成増皮膚科 B-1

先生が優しい。 57才 女性

カフェレストランわれもこう

B-5 値段が手頃で、味も家庭的。公園や体育館で5才の娘と遊んだ後は、こちらで休憩をします。 44才 女性

光が丘クローバー歯科 B-6

あまりの歯の痛みに駆け込んで診ていただいたのが最初でした。診察中、0才だった子どもを見てくださり、それから子どもも検診でお世話になり、今は親子で通っています。 40才 女性

光が丘子ども歯科・矯正歯科

B-7 先生が面白く、衛生士さ

んは優しいので、子どもも大好きな歯医者さんです。

35才 女性

ぬかりや医院 E-2

子どもの頃から通っています。 31才 女性

でんきのこだま F-5

急に電球が切れた時、町の電気屋さんの存在はありがたいです。 63才 女性

和洋菓子のなかむら G-3

「溶けないアイス」はほんとに溶けず、食べるのが遅い私でも安心でした。おいしかったです。 58才 女性

マザーグース G-5

最近小さめのパンが登場しました。いろんな味が楽しめるのでうれしいです!

54才 女性



ひとくちメッセージ

4月から成人年齢が18才に引き下げられますが、大人と子どもの基準なんて曖昧です。電車賃は中学校から大人料金です。よ。

18才 男性

A

B

C

D

成増

成増

カフェパティナ ● 成増皮膚科 ●
成増図書館 ●
成増アートギャラリー ● ジョアサン ●
東武東上線 ●

成増

東鴨信金 ● 田辺整形外科 ● OLC総合法律事務所 ●
えいの行政書士事務所 ●
ホテルヒルトップ ●

地下鉄成増

協同クリエイティブ **Kacce編集室** ●
Kacceプリント工房 ●

硝皮膚科 ●
あひらいニッセイ同和損保 ● 東京信金 ● マイホーム ● 千里香 ● シェーン英会話 ●
永山美代子バレエスタジオ ● 文教室 ● 武蔵ゼミナール ●

成増産院

ウエルマカベ ● 川越街道 ●
アフラック ● ステップアカデミー ●
アオヤマダンススクール ● 安田病院 ● まなぼーと成増 ●

伊藤内科小児科 ●
旭町北地区区民館 ●

全体

東武東上線 ● 和光市 ●
和光樹林公園 ● 大泉中央公園 ●
海老川 ●
Nakataya ● 大吾 ● オリентハロースコービー ●
●あわか家憲兵衛 ●
大泉学園町体育館 ● まちの駅大泉学園 ●
●中里郷士の森 ● 泉鴨信金 ●
北大泉地区区民館 ● きらぼし銀行 ● 光が丘テニス ●
北大泉びよびよ ● 北大泉児童館 ●
はつらつセンター ● 大泉 ● 大泉図書館 ●
関越自動車道 ● ぐるり村 ● ハ ●
T・ジョイSEIBU ● サントピアテニス ● めばえるCafe' ●
大泉 ● コヤマドライビングスクール ● 総合体育館 ●
大泉学園 ● 大泉区民事務所 ● 男女共同参画センターさえる ●
みわの整骨院 ●
富士街道 ● ジェイコム ●
大泉学園 勤労福祉会館 ● クッキング・チース ● 石神井公園 ●
石神井保健相談所 ● 石神井庁舎 ● 豊田米店 ● ふるさと文化館分室 ● 石神井図書館 ●
とれたて村石神井 ● 石神井公園 ● フィーナス ● 伊勢丹 ● 練馬高野台駅前地域集会所 ●
練馬高野台 ● 南田中国書館 ●
環八通り ● 千川通り ●
USホール教室 ● 上井草 ● 西武新宿線 ●
上石神井 ●

4

光が丘

コナミ ● スポーツクラブ ● 伯雲書道教室 ● 膝間菊哉日本舞踏稽古場 ●

光が丘公園 ●
光が丘体育館 ● カフェわれもこう ●

山田歯科 ● 光が丘図書館 ●

桑名医院 ● 鶴見歯科 ●

光が丘動物病院 ●

旭町南地区区民館 ●

IMA専門店街 ●
サクライ楽器 ● NAS光が丘 ● IMAホール ● 光が丘こども歯科・矯正歯科 ● インフォメーション ●

ウスタリア歯科 ● 古本市場 ●

光が丘区民センター ● ポンテアンチャー ● なかよし児童館 ● 区民事務所 ● 受付カウンター ●
光が丘ローバー歯科 ● ステップアカデミー ● やもと歯科 ●

さくま歯科 ● 薬樹薬局 ●
げんき堂接骨院 ● 泉鴨信金 ● エトワール歯科 ●
いなぎ小児科 ● 浜野小児科・内科 ● 夏の雲歯科 ●

さすなサロン ● スタジオポジション ●

いとう小児科 ● 高梨歯科 ●

光が丘内田クリニック ● 光が丘眼科クリニック ●

各務歯科 ● イタリア食堂 ● Bar 地下室 ●

しのだ歯科 ● 南部テニス ● 大正三義 ●

佐藤歯科 ●

関東デンタル ●

光が丘南 佐藤医院 ● 光が丘 法律事務所 ●

● 27 ●

登録は無料
Kacce
メルマガ会員募集!!



Kacceの冊子を取りに行かなくても、スマホやタブレットで最新号がすぐに読めるWeb版(PDF)を毎月配信します!



メルマガ登録はこちらから↑



「練馬つながるフェスタ」が、区内の各地域で開催されました。関町図書館のパネル展(上)と、ゲームで考える介護のワークショップの様子(左)
(1月16日 練馬区提供)



昨年、中止になった成人の日のつどいが今年は開催され、練馬区役所に「写真スポット」が設置されました。昨年度の成人のための日付パネルも用意されていました。
(1月11日～16日)



この冬はじめての積雪! (1月6日 光が丘)



(1月1日早朝撮影 東大泉から)



(1月21日 田柄梅林公園)



読者ハガキの切手コーナー

これはすごい!
1963年・1965年発行の国立公園シリーズ、名神高速道路開通記念、第5回国際かんがい排水委員会総会記念など、てんこ盛り!



読者ハガキのイラスト紹介!

かわいいイラスト 28才 女性
ありがとうございます♡



自然保護シリーズ「オガサワラオコウモリ」(1974年発行)



特殊鳥類シリーズ「シマフクロウ」(1983年発行)



73才 男性

まちがい探しクイズの正解

間違いは○印の8か所でした。



たくさんのご応募ありがとうございました!

正解者の中から抽選で、ホテルカデンツァ東京「ビュッフェ&ダイニング ルミエール」のディナービュッフェペアチケット食事券を3組6名様にお送りします。

編集室に寄せられたハガキなどに記載された読者の個人情報、月刊 Kacce の制作・発行に関わる業務（投稿コーナーなど本誌記事内容の制作、および読者プレゼントの発送など）または月刊 Kacce に関連する企画やサービスのご案内にのみ、必要な範囲で使用します。ご本人様に無断で第三者に開示・提供することはありません。

「読者プレゼント」(P.23) 応募方法

締切 2月20日 必着



- ハガキ: **1家族1枚**
- Web: **1人1回**

<http://www.kacce.co.jp/kacce/present.html>

Kacce は読者の皆様から寄せられた声で作られています。抽選でプレゼントが当たるので、投稿やコメントをどしどしお寄せください!

編集長の

今月の Kacce

「どこで
手に入れる?」

練馬・板橋区内の施設や医院、お店など約350か所に置いてもらっている Kacce。すぐなくなってしまう所もありますが、光が丘駅改札内ラックと IMA のインフォメーションは随時補充をしているので、比較的手に入りやすいと思います。

また、一部のエリアでは数か月ごとのサイクルで新聞折込みも行っています。



63円切手
を貼って
ください

郵便はがき

175-0094

板橋区成増2-10-3

三栄ドメール 202

Kacce 編集室 行
月刊 Kacce

| | | |
|---|---------|--------------------|
| 〒 | 町名 | 番地その他 |
| 住所 | [] 市区 | [] [] |
| [] 町村 | [] [] | [] [] |
| 氏名 | フリガナ | 職業または学年と年齢 |
| [] | [] | 男 () 女 () 子 |
| Kacce 広告掲載店または P.26 ~ 27 の地図に掲載されているところを利用した感想やご意見などをお書きください。 | フリガナ | プレゼント番号(1~6)を書いてね! |
| 店名「 [] 」 | [] | [] |
| 2月20日必着 1家族複数 応募無効 | [] | [] |

アンケートや感想などを必ずお書きください。

STAFF TALK

★何度か Kacce に文と絵を寄稿してくださった Y さん。闘病の末、40代で旅立たれ、無念です。2月発行の著書「自分のとなり座って見たら」の中でまた彼女に会いたい。(N・T)

★記念切手を見かけるとつい買ってしまおう私にとって、切手の博物館はワクワクが詰まった場所だった。お厚い切手カタログを眺めながら1日のんびり過ごしてみたい♡(Y・I)

★使っていたイヤホンが壊れて、思い切ってワイヤレスヘッドホンに買い替えた。コードがなくて動きが制限されないから、ながら聴きがいやすくてかなり快適。(M・S)

★母が手続きが面倒で放置していた保険を一緒に整理した。本人でないとできませんと言われたり、窓口に行かないといけなかったりと…大変だったけどスッキリした。(A・Y)

★娘に昨年発行の2色構造の五百円玉を見せられ、五百円玉が金色か銀色かの論争に。銀色だと思込んでいたが、初代を知らない若者は金色という認識とか。驚き!(K・O)

★年末年始は2年ぶりに親きょうだいに会うことができ、その後誰も体調を崩すこともなく一安心。次いつ会えるかはわからないけど、笑顔での再会を願って頑張りたい。(H・A)

★東京の青空は本当にきれい。コロナもオミクロンもない、寒いけどきれいな景色を楽しめるといいなあと、街路樹の赤い実を見ながら願っています。(J・T)

Kacce

月刊 かつせ 2月号 2022年2月1日発行 通巻第457号(創刊1984年1月)

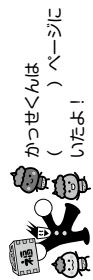
- 発行人 田中なおみ
- 編集人 生田佳子
- 編集・制作 下村美帆 山本茜 岡村恭子 足利尚子 外崎純子
- イラスト 相馬宏充 ●表紙 黒崎玄 ●発行所 (株)協同クリエイティブ ●印刷 (株)ケイアール

編集室 〒175-0094 東京都板橋区成増 2-10-3 三栄ドメール 202 (株)協同クリエイティブ内
TEL. 03 (3975) 7143 FAX. 03 (3975) 7159 <http://www.kacce.co.jp> Kacce11@kacce.co.jp



【読者アンケート】「名前」にまつわるエピソードを教えてください。

開店・閉店やイベント情報、おすすめスポットなど、地域の情報をお寄せください。



かつせくんは
() ページに
いたよ!

今月号の Kacce をどこで入手しましたか?

()
ご協力ありがとうございました

本誌に掲載される場合があります。(氏名は掲載されません)

【自由投書欄】

Kacce 広告募集中

月刊 Kacce への広告掲載は
編集室が直接承っております
お気軽にお問い合わせください
月刊 Kacce 編集室 ☎ 3975-7143

ごあんない料金(税別)
1行: 1,320円(15文字)
大きな文字: 2行分以上
白ヌキやマーク等: プラス1,320円

ごあんない

地元で働こう

求人コーナー



正社員募集 鉄道業界のお仕事です

【内容】JR東日本をメインに西武・東武・京急・東急など各鉄道のレール溶接

【勤務地】首都圏近郊
終電後の夜勤(実働2~3時間)
昼勤もあり

【給与】25~40万円以上 年2回賞与・昇給あり
社会保険完備 各種手当あり

※未経験歓迎・学歴不問

中星レール溶接株式会社 練・春日町6-4-19
☎03-3926-0494(10時~16時)担当:中屋

ライター募集

【内容】Kacce・その他印刷物や
ホームページなど地域密着の
取材・原稿作成

【取材エリア】練馬・板橋中心

【条件】経験のある方

【応募方法】メール:件名「ライター募集」
Kacce22@kacce.co.jp まで

株式会社 協同クリエイティブ

求人広告を出しませんか？

お問い合わせ・お申し込みは、こちらまで！

月刊 Kacce 編集室 ☎03-3975-7143

「地元で働きたい」という読者に向けて、
「月刊 Kacce」をぜひご利用ください！

締切:毎月12日頃(翌月1日発行)

定型 1枠……16,500円(税込)

Kacce 3月号(3月1日発行) 年2回の限定企画!

「習い事&教室」特集

広告募集中!

申込締切2月9日(水)



★習い事や教室を探している読者に好評です!
★誌面やWeb(PDFデータ)でも読まれています!

オプションで **WebのPR記事** も付けられます

通常33,000円が**27,500円**(税込)に!!

※広告にお申し込みいただいた方限定の特別価格です。(取材・撮影込み)

◎広告掲載料金は6,600円(税込)~ ◎原稿作成、デザインは当社で無料にて行います。

お問い合わせは Kacce編集室へ ☎03-3975-3143 ✉kacce11@kacce.co.jp

地元で宣伝するなら Kacceにおまかせ!

年間予定 **特集広告** 各号テーマが異なる企画です

1月号 年賀

全業種対象

3月号 習い事 & 教室

学習塾、音楽教室、英会話、
ダンス・バレエ、水泳 など

5月号 医療機関

医院、歯科医院、接骨院、はり、
きゅう、マッサージ、整体 など

7月号 暑中見舞い

全業種対象

8月号 終活

弁護士、行政書士事務所、
葬儀社 など

10月号 習い事 & 教室

学習塾、音楽教室、英会話、
ダンス・バレエ、水泳 など

11月号 便利ダイヤル

全業種対象

このほか、一般広告・記事広告(取材あり)・WebのPR記事など随時募集中!
お気軽にお問い合わせください。

月刊 Kacce への広告掲載は編集室まで!

Kacce が冊子づくりの お手伝いをいたします。

会社や団体の記念誌・パンフレット、
個人の作品集・旅行記・日記・追悼集など

デザインから印刷まで(20部から対応可)

どんなことでもお気軽にご相談ください。

お見積り無料

月刊 Kacce 編集室

(株)協同クリエイティブ

板橋区成増2-10-3

☎03-3975-7143

三栄ドメール202

✉ kacce11@kacce.co.jp

kacce.co.jp

