

Kacce 8

月刊カッセ

TAKE
FREE ¥0

夏をエンジョイ!
地元スポット&グルメ

終活特集

みんなが幸せになれる
遺言書



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

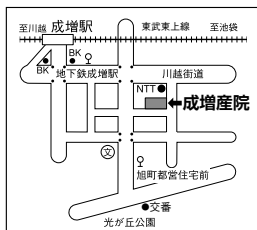
産科・婦人科

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

あい
愛ちゃん

6月23日生まれ
板橋区赤塚
宮田夫妻の長女



お母さんから一言

「コロナ禍で息子の出産に立ち会えなかった夫が、今回は立ち会えたのでよかったです。もうすぐ2才になる息子は妹の頭をなでなでしたり手を握ったり…。ふたりが仲良く寄り添う姿を見るととても幸せ♡家族であちこち旅して、思い出をいっぱい作りたいな」

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>



月刊 Kacce 広告掲載医院 8月夏期休診日

安藤クリニック 8月18日(木)～25日(木)

光が丘南 佐藤医院 8月10日(水)～16日(火)

すずき矯正歯科 8月14日(日)～19日(金)午前
22日(月)～24日(水)は午後のみ診療

中村デンタルクリニック 8月11日(木祝)～15日(月)

なかむらばしデンタルクリニック
8月11日(木祝)～15日(月)

山田歯科医院 8月11日(木祝)～18日(木)

高梨歯科クリニック 8月10日(水)～14日(日)

鶴見歯科 8月14日(日)～17日(水)
8月24日(水)～28日(日)

きよかわ歯科クリニック 8月10日(水)～15日(月)
26日(金)～28日(日)

木村歯科医院 8月10日(水)～17日(水)

光が丘トワール歯科 8月15日(月)

医新クリニック 8月10日(水)～15日(月)

和気医院 8月11日(木祝)～16日(火)

秀クリニック 8月14日(日)～21日(日)

成増産院 8月13日(土)～14日(日)

伊藤内科小児科クリニック
8月28日(日)～31日(水)

境皮膚科 8月11日(木祝)～16日(火)

杉内医院 8月11日(木祝)～15日(月)

光が丘内田クリニック
8月11日(木祝)～17日(水)

光が丘眼科クリニック 8月7日(日)～14日(日)

いとう小児科クリニック 8月14日(日)～21日(日)

浜野小児科・内科クリニック
8月21日(日)～25日(木)

CONTENTS

P.4 終活特集2022
みんなが幸せになれる遺言書

P.6 夏休み 地元で遊ぼう! 体験しよう!

P.8 地元のひんやりグルメ

P.10 佐藤勝彦先生の宇宙教室

P.11 頭の体操 脳をカッセい化!

P.12 散歩ウォッチング
葉っぱ

P.13 小耳に軽書ン

P.16 Kacceくらぶ

P.17 おすすめコメント

P.17 kacce川柳

P.18 アンテナ(街情報)

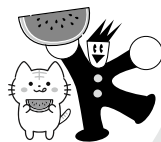
P.23 読者プレゼント

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。

月刊 Kacce 広告掲載医院 8月夏期休診日

各務歯科医院 8月11日(木祝)～14日(日)
※要確認

ジェイシティー歯科 吉積
8月11日(木祝)～14日(日)

光が丘デンタルクリニック船坂
8月10日(水)～15日(月)

光が丘げんき堂接骨院・治療院
8月13日(土)～15日(月)

しのび歯科クリニック 8月11日(木祝)～14日(日)

夏の雲歯科 8月14日(日)～16日(火)

さくま歯科医院 なし(通常通り)

やもと歯科医院 8月10日(水)午後～18日(木)

佐藤歯科医院 8月10日(水)～14日(日)

関東デンタルクリニック
8月11日(木祝)～17日(水)

みんなが幸せになれる

「遺言書」

近年、遺言書を書く人が増えていると聞き、行政書士の營野(えいの)さんにお話を伺いました。人生の終(しま)い方に向き合い、家族も自分もみんながハッピーになれる方法を探してみませんか。

争いを生まないために

遺言書というと、お金持ちが書くものというイメージがありますが…。

「遺言書は、残された人たちが争うことなく幸せになるために必要なもの。財産の多い少ないにかかわらず、どんな



營野 茂美さん
えいの行政書士事務所代表。女性ならではの視点で、主に相続や遺言の相談に対応。 P. 25 参照

人でも書いておくことをおすすめします」と營野さん。

遺言書がないと、遺産分割協議のために法定相続人全員の間や手間がかかることになり、さらに、相続をきっかけに感情や不満が噴出したり人間関係がこじれたり、予想しなかったような展開になることも珍しくないそう。「争いになると時間も心も奪われます。それを回避するのが遺言書なのです」

おひとりさまの準備

法定相続人がいない場合、相続のトラブルの心配はありませんが、家庭裁判所が選任

した相続財産管理人により、財産は国庫に帰属することになります。

そのため、例えばお世話になった病院や施設、出身校、動物愛護団体などに寄付したり、法定相続人でなくても生前付き合ひの深かった人を受取人に指名したりして、自分の意思を遺言書に記しておくケースが増えているそうです。

「なかには自分が死んだ後のことに関心がない人もいれば、お寺に永代供養まで申し込んで費用の支払いを済ませている方もいて…。本当に人それぞれですね」

最後のメッセージ

残される人はもちろん、自分にとっても遺言を書いておくことは大切だと言います。

「死んだ後のことを心配するより、いま生きていることを考える方が大事。だからこ

終活特集～よりよく生きるために～

今お困りの方も、

これから先に備えておきたい方も

真宗会館にご相談ください。

突然のことで戸惑う通夜・葬儀の手配。

初めて施主として勤める法事。

お墓の問題。

首都圏でお世話になるお寺が見つからない。

今お困りの方も、これから先に備えておきたい方も

真宗会館にご相談ください。



葬儀・法事・終活
のご相談承ります

京都・東本願寺の首都圏の拠点

真宗大谷派東本願寺



仏事・終活のご相談は

03-5393-0810

真宗会館 終活支援

検索

<https://shinshu-kaikan.jp/lp/shukatsu-shien/>

そ、自分の意思を伝えられるうちに遺言書を作って気がかりなことを取り除き、残りの人生を心穏やかに過ごした方がいいですよね」

遺言書に残すのは財産についての記載だけではありません。「付言(ふげん)」というメッセージで、

遺言に込めた思いや家族への感謝を伝えることができるのです。残された人たちが遺言者の意図を理解し、素直に遺言に従う気持ちになれる役割を果たす付言は、まさに人生最後のラブレターというわけですね。



一般的には、自分で書く「自筆証書遺言」と、公証役場で作成・保管してもらう「公正証書遺言」の2種類がありますが、せっかく書いても書式の不備があると無効になってしまうので、公正証書遺言がおすすめのこと。

「遺言内容を家族と相談して決めてもよいか? とよく聞かれます。もちろん自由ですが、遺言書は自己決定の尊重を原則としているので、本人の意思で決めることが前提です」

遺言書の作り方


遺言書を作るには、①自分の財産を把握する、②誰に何を相続させるか決める、③必要書類を準備する、という3ステップで進めていきます。

一度書いても状況や考えが変わることもあるので、必要に応じて書き換えるのがベストだそうです。書き方がわからない、あるいは事前にチェックしてほしいという場合は、行政書士などに相談すると安心です。

終活特集～よりよく生きるために～

相続・遺言 お気軽に
ご相談ください

初回相談料無料


女性ならではの視点でじっくりとお話を伺い、お客様に寄り添います。
心配ごとや不安をスッキリ
解決してよりよい人生を!

えいの行政書士 菅野茂美
あなたに一番近い「街の法律家」をめざしています

えいの行政書士事務所 板・赤塚3-19-9(P.25参照)
☎03-5997-1780 メール: eino431@icloud.com

終活のことならお任せください

- 相続
- 墓じまい
- 遺言書作成
- 成年後見人

サポートいたします!

マイナンバーカード代理申請も承っております

たんげ 行政書士 丹下 勝代

丹下かつよ行政書士事務所

☎070-8569-3094 初回相談無料

練馬区春日町2-13-13 info@katsuyo-office.com

区民葬儀取扱店 お気軽にご連絡ください

地元練馬で**54年**年間**2000件**の実績

24時間 安心ダイヤル **0120-41-7062** ヨイ セレモニー

感謝のセレモニー

マキノ祭典

- 本社：東京都練馬区上石神井4-9-24
- 営業所：東大泉
- お葬式相談サロン：大泉学園町店・大泉学園駅前店・石神井公園駅前店



夏休み

地元で遊ぼう！ 体験しよう！



子どもから大人まで楽しめる、
練馬&板橋のおすすめスポットをご紹介します！
夏の楽しい思い出をたくさん作っちゃおう♪

※利用日時や料金など詳細は
各施設にお問い合わせください。

板橋区立教育科学館

板橋区常盤台4-14-1

プラネタリウムやビデオシアター、化石や昆虫の標本展示などを通して「科学」を楽しく学べます。夏休みはさまざまなイベントが開催されているので、要チェック！

板橋こども動物園

板橋区板橋3-50-1(東板橋公園内)

こども動物園 高島平分園

板橋区高島平8-24-1(徳丸ヶ原公園内)

ヤギやヒツジのエサやり、モルモットの抱っこ、ポニーの乗馬体験など、身近な動物と触れ合えるアットホームな動物園。板橋こども動物園にはキッズルーム(平日のみ)や授乳室が完備されています。

板橋区立熱帯環境植物館

板橋区高島平8-29-2

東南アジアの熱帯雨林が再現されているので、気分はジャングル探検！ 淡水エイやリクガメ、熱帯の高山植物や食虫植物など、珍しい植物や生き物との出会いにワクワクすること間違いなし♪隣接する高島平温水プールと併わせて楽しめます。

▶夏休みの宿題には「自由研究おたすけノート」を活用しよう！



終活特集～よりよく生きるために～

かっせ 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！

遺言・相続

お気軽に
ご相談ください

トラブルにならない遺言書の書き方
を専門家の視点からアドバイスします

ご相談・お打ち合わせは当事務所や駅直結のレンタルスペースのほか、訪問も可能です。

大泉プラネット行政書士事務所
行政書士 小林吾郎 練馬区石神井台8-22-7

☎ **03-3867-8644**

メール: Gplanet@outlook.jp 9時～19時(月～土)





練馬区立こどもの森

練馬区羽沢 2-32-7

水合戦をして遊ぶ濡れになったり、穴を掘ったり、木工事に熱中したり…、緑豊かな自然の中でダイナミックに遊べる場所が「こどもの森」です。常駐するスタッフは子どもがやりたいことを全力でサポート。夏休みは、みんなで育てている畑の野菜や敷地内の虫の観察など、ここで自由研



小さいお子さんから高校生や大学生、シニアまで全世代ウェルカム♪ 予約不要&無料なので、気軽に行けるのがうれしい

究に取り組む子どももいるそうです。この夏、大人も童心に帰って子どもたちと一緒にとことん遊び尽くしてみませんか？ 着替え(2~3組)とタオルをお忘れなく！

練馬区立石神井公園

ふるさと文化館

練馬区石神井町 5-12-16

ふるさと文化館・分室

練馬区石神井台 1-33-44

練馬区の歴史や伝統文化、自然などについて体験しながら楽しく学ぶことができます。隣には明治20年代に建てられ移築復元した旧内田家住宅も。分室では文芸・音楽を中心に、練馬区ゆかりの文化人の紹介や、五味康祐のオーディオ装置などを展示しています。

板橋区立郷土資料館

板橋区赤塚 5-35-25

板橋区の歴史や文化・自然に関する資料や情報が展示されています。夏休みの宿題などで歴史について知りたい時は、学芸員さんに相談してみましょう。隣接する赤塚城跡、赤塚溜池公園の散策もおすすめです！

わびあ

和光市広沢 1-5-54

おふろの王様和光店や市民プール、音楽スペース、キッズスペース、屋外で遊べる広場などがそろう大型複合施設。カフェやレストランもあるので、子どもから大人まで家族みんなで楽しめます。

プールへ行こう！

〈板橋区〉

赤塚体育館温水プール 赤塚 5-6-1

高島平温水プール 高島平 8-28-1

上板橋体育館温水プール 桜川 1-3-1

植村記念加賀スポーツセンター温水プール 加賀 1-10-5

小豆沢体育館温水プール 小豆沢 3-1-1

〈練馬区〉

中村南スポーツ交流センター温水プール 中村南 1-2-32

上石神井体育館温水プール 上石神井 1-32-37

大泉学園町体育館温水プール 大泉学園町 5-14-24

光が丘体育館温水プール 光が丘 4-1-4

平和台体育館温水プール 平和台 2-12-5

三原台温水プール 三原台 2-11-29

石神井プール 石神井町 5-12-16

暑さを吹っ飛ばせ!



地元のひんやりグルメ

※すべて税込価格。 ※住所の後ろの()は、P.26・27の地図の記号です。(★印で掲載)



新茶葉と抹茶を閉じ込めた「千利氷(せんりひょう)」。最後の1滴までお茶の風味を楽しめます



大山園 かき氷

店構えからは想像もつきませんが、奥にはなんと、ジャズが流れる落ち着いた喫茶スペースが! 3代目の小原さんがイチオシと言う季節限定の宇治金時のかき氷は、お茶を凍らせた氷を細かく削り出しているので、濃厚な風味と繊細な食感が楽しめます。温かいほうじ茶が付いてくるのもうれしい♪ 10月半ば頃まで販売の予定。

板橋区大山町6-8 (H-4)
<https://www.ohyamaen.jp/>

氷で食す
至高のお茶



***** かき氷「宇治金時」 710円 *****

隠房 (かくれんぼう)

クールコーヒー®

クールコーヒーはアイスコーヒーにあらず。店主の栗原さんがスペシャルティコーヒーをていねいにドリップし、豆本来の風味を際立たせた1杯は、苦味が少なくスッキリ爽やか。コーヒーの新たな世界が広がります! P.23にプレゼントあり。

練馬区練馬4-20-3 (F-5)
<https://www.kakurenbou.jp/>



クールコーヒー
600円~
※豆により価格が異なります



クッキング・チーズ

チーズスイーツ

国内唯一のチーズブレンダー、佐藤さんによる夏季限定のオリジナルスイーツ。アメリカ産クリームチーズをアイスとマンゴージュースと一緒にぐるぐるかき混ぜると…新食感のリッチなスムージーの完成♪ グアバ&グレープミックス味もあります。

クリームチーズ
スムージー 497円

練馬区東大泉5-38-20 (C-4)
ツイッター: @san75583



Jet Gelato SAKURADAI ジェラート

ジェットジェラート サクラダイ

素材の風味が
楽しめる



オーナーの大沢さんは、立体駐車場のメンテナンスを手がける大沢電装の2代目社長。コロナ禍で空いた会議室を、大好きな「飛行機」で埋め尽くしたジェラート店に改装しました。さっぱり系のソルベから濃厚なフレーバーまで、充実のラインナップ。遊び心いっぱいのメニューは、エコノミー、ビジネス、ファーストクラスの3種類。

フランボワーズとピスタチオ
(ファーストクラス) 500円

練馬区桜台1-20-1 (F-5)
インスタグラム: @jetgelato_sakuradai



スタッフの制服はCA風。フライト気分も味わえます



店先には自動販売機が設置されているのでいつでも購入可能



Gelateria Yoi Yoi ジェラート

ジェラテリア ヨイヨイ

バーテンダーの小宮山さんが作るアルコール分3%のジェラートは、まるで“食べるカクテル”。ピリリとスパイスが効いていたり、ワインがほんのり香ったり…ここでしか味わえない大人の極上デザートです。ノンアルコールや持ち帰り専用の種類もあり、日替わりでフレーバーが変わるのもお楽しみ♪ 場所は大江戸線豊島園駅のすぐ前。仕事帰りにふらっと寄る人も多いそうです。

練馬区練馬4-24-11 (F-5)
インスタグラム: @g_yoiyoi



ネコをモチーフにしたロゴや内装がおしゃれ♡



大人のための
アルコール
ジェラート



モスコミュールとトマトの
コンポート(ダブル) 600円



和洋菓子のなかむら くずバー

葛粉(くずこ)から作られた、溶けない和製アイス「くずバー」。もちもちムニュムニュの不思議な食感はやみつきになること間違いなし! イチゴや紅茶、マンゴーなどのほか、季節限定のフレーバーも♪
板橋区上板橋2-2-15 (G-3) ツイッター: @nakamuraya18

くずバー 250円

佐藤勝彦 先生の

宇宙教室

新型宇宙望遠鏡の 初画像が公開!

130億光年先の 宇宙の最深部を見る

7月12日、NASA(アメリカ航空宇宙局)は「ジェームズ・ウェッブ宇宙望遠鏡」が撮影した宇宙の画像を初公開しました。1兆円以上の費用と20年以上の歳月をかけて建造された新型望遠鏡は、昨年12月に宇宙へ打ち上げられました。今年1月、地球から150万km離れた観測地点に到達し、試験観測を経て本格的な運用を開始したのです。初公開画像の1つが、下に載せたもの。40億光年以上離れた



宇宙物理学者
佐藤勝彦さん

東京大学名誉教授。大泉学園在住。インフレーション理論に代表される初期宇宙の研究の功績は世界的に知られる。『科学者になりたい君へ』(河出書房新社)など著書も多数。

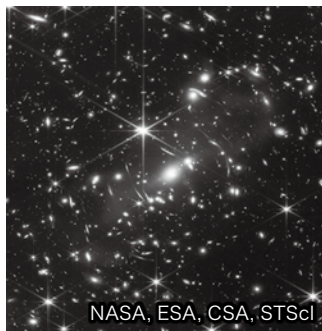
銀河団(星の大集団である銀河が100個以上集まったもの)を中心に、何千もの銀河が写し出されています。この中には130億光年離れた、宇宙のほぼ最深部にある銀河も写っています。なお、1光年は光が1年間に進む距離で、約10兆kmです。

宇宙最初の銀河や 「第2の地球」を探す

望遠鏡で見る「遠くの宇宙」は、実は「過去の宇宙」の姿です。130億光年先の銀河の光は130億年かけて私たちの元に届くので、私たちは130億年

前の銀河の姿を見ているのです。宇宙で最初に銀河が誕生したのは今から約136億年前だと理論的に予想されていますが、私たちはまだその姿を目にしていません。ジェームズ・ウェッブ宇宙望遠鏡は135億光年先の宇宙を観測できるので、宇宙で最も初期にできた銀河を見つけることが期待されています。

また、地球のように生命を宿す惑星、つまり「第2の地球」を探すことも目標の1つです。ジェームズ・ウェッブ宇宙望遠鏡の活躍により、天文学史に残る大発見が相次ぐことは間違いありません。(構成・中村俊宏)



NASA, ESA, CSA, STScI

TSUKEMEN CONCERT the BEST ~ Road to 15th Anniversary ~

11月9日(水) 開演 19:00 (開場 18:00)

全席指定 6,000円 ※未就学児入場不可

チケット販売 8月22日(月) 10:00~

チケットぴあ ▶WEB <https://w.pia.jp/t/tsukemen-15th/>

▶セブン-イレブン Pコード: 222-684



※新型コロナウイルス感染防止のため公演時間の変更や入場人員を制限する場合がございます。詳細はお問合せまたはHPをご確認ください。

主催 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/>

公演日専用ダイヤル ☎ 070-7604-5230 (公演日の10時~終演まで) ※公演日の該当時間以外は受付していませんので予めご了承ください。

★タテのカギ

- 郵便番号 176-0004 は、練馬区〇〇〇町
- みど、ふぁど、れっしー、空男が登場するNHK「おかあさんといっしょ」内の人形劇、「〇〇〇〇〇どーなっつ!」
- 東北地方の旧国名によく使われている漢字
- スノーボードを略して言う?
- 日本刀の名刀を擬人化した育成シミュレーションゲーム、「〇〇〇〇乱舞」
- 音楽で使われる速度記号で「ゆるやかに」という意味。
- 板橋区で推進されている、ごみを減らす合言葉「〇〇〇〇のおやくそく」
- 帝王などがある地位にいる期間のこと
- マンガ「HUNTER × HUNTER」で暗殺一家ゾルディック家出身で主人公ゴンの親友
- 春は「ぼたもち」と呼び名が変わる食べ物
- ニュージーランドに生息する、インコ目フクロウオウム科ミヤマオウム属の鳥
- ネジバナは〇〇科の植物

1	2			3	4	5
6			7			
8		9			10	
	11			12		
13				14	15	
		16	17			18
19					20	

二重マスの文字を組み合わせるとある言葉が出てくるよ!

ヒント: もともとはご先祖さまの魂を供養するための行事

★ヨコのカギ

- 「自然×冒険×交流」をコンセプトにした子どもたちの遊び場、練馬区立〇〇〇の森
- 英語で手首のこと
- 袋状の名札を付けることもある、剣道の防具
- 練馬区にある 23 区唯一の牧場「小泉牧場」が行なっている農業
- アメリカのアニメ「パワーパフガールズ」で、可愛い女の子を作る実験中に誤って混ぜてしまった薬品「〇〇〇〇X (エックス)」
- バラ科の植物、木瓜の読み方
- ギリシャ神話のカストルとポルックスの兄弟がモデルとなった星座
- 1992年に単位が「ミリバール」から「ヘクトパスカル」に変わりました
- 木星の第1衛星
- 2018年、上板橋第二中学校と統合した〇〇〇〇〇〇中学校
- かつて「としまえん」にあった、6人乗りのジープで巡るアトラクション「〇〇〇〇館」
20. 元素記号 Ag

答えは P.29 を見てね!



イオンシネマ板橋



コロナウイルス感染症予防について

必ずマスクの着用をお願いいたします。

その他「ロビーでの検温」「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)

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

- ◆ 8月6日(土)～ ONE PIECE FILM RED
- ◆ 8月11日(木祝)～ TANG タング
- ◆ 8月12日(金)～
パウ・パトロール 大空のミッション・
パウ ロイヤルストーンをとりもどせ!
- ◆ 8月19日(金)～
ソニック・ザ・ムービー /
ソニック VS ナックルズ
バイオレンスアクション
サバカン SABAKAN
- ◆ 8月26日(金)～
異動辞令は音楽隊!
アキラとあきら

* 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。



葉っぱ

今月4日は旧暦の七夕で、土用二の丑の日でもあります。7日は二十四節気での立秋。実際の気候とは1か月ほどズレを感じますが、夏バテ対策としてウナギなどを食べてはいかがでしょうか。

花の少ない今月は、木陰の散歩がおすすめです。木陰の散歩で目につくのが「葉っぱ」。木々の葉っぱや草の葉っぱを見ていて、まず感じるののは形の違いでしょうか。楕円形、丸形、細長い形、先のとがった、ギザギザのある、手のひらのような、細かく裂けた…など。これらの形容は平面的(二次元的)でバラエティ豊かですが、薄い、平べったい、などの厚みは三次元的な見方で、形容の表現が限定されているようです。植物の葉の三次元的な見方は、「平たい」というのが共通認識でしょうか。

植物の葉が「平たい」理由は、葉の機能にありそうです。葉は主に光合成をするために存在しますが、光合成に必要なものは光と二酸化炭素、そして水。植物は、光合成により自己が成長するために葉をつけています。

光は太陽光に依存しますが、膨大な量の太陽光のエネルギーも面積あたりの量はそれほどではありません。できるだけ多くの光エネルギーを集めるため、葉は平たく進化したようです。小さな葉は数で、大きな葉は面積で光エネルギーを集めていることは、太陽光発電所を見ても納得できます。ただし、サボテンは葉(=トゲ)でなく茎で光合成するなど、植物にも例外は存在します。

葉っぱには木陰を涼しくしてくれる作用もありますが、それは次の機会に。日陰の多いところを探しながら、朝夕の散歩をお続けください。



カジノキの葉

※ Kacceのスタッフブログでもご覧いただけます。



Kacce スタッフトーク動画で配信中!!

Kacce 編集長が誌面で伝えきれない情報や裏話を大公開!

チャンネル登録をお願いします!

YouTube

ネリマベース (P.24) から配信!!

小児科・内科・循環器科

浜野小児科・内科クリニック

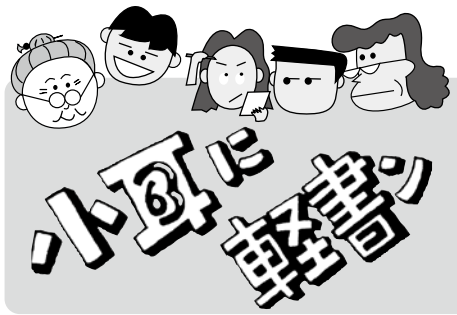
小児科医師 浜野 真理・浜野 翔
内科・循環器科医師 浜野 昌平 ☎3926-2635

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

診察時間 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



コミュニケーション
「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

ねり丸の化粧まわしをした栃丸関の写真、見れば見るほどねり丸に似ていて、時折ながめては癒やされております。優しそうな人柄がにじみ出ているお顔ですね。小学4年生の時の取組姿はすでに相撲取りの風格あり。今まで相撲にはあまり興味がなかったのですが、素直に真面目に相撲を続けてこられたコ

メントに好感が持てました。

☆ 練・向山 54才 女性

栃丸関のインタビュ記事を楽しく読みました。練馬区出身の初の関取、喜ばしいことですね。ご自分の言葉で飾らずお話しされていたことに好感を持ちました。「勝ち負けより、自分で思い描いた相撲を」という言葉が、とても良いなと思いました。力づくではなく、技で勝てる力士になることでしよう。ご活躍を期待しています。

☆ 練・西大泉 36才 女性

日帰りで楽しめるおすすめスポット、参考になります！目黒寄生虫館ちよと怖いけど見てみたい…。グズズって何かなあ？

☆ 江戸川区 70才 女性

おすすめスポットの読者アンケートは大変参考になりました。知らなかった場所も多く、いくつかは実際に行ってみたいくなり、施設の情報調べてみました。写真や取材がなくても、たとえ数行でも、参考になるこのよ

うな読者アンケートをさらに充実してもらいたいと思いました。

☆ 練・練馬 47才 男性

編集長のコラム「今月のKacce」の「無駄を無駄にしない」を拝見し、なるほどーと思っ

ね。私も無駄を最大限に生かさないとーと思いました。

☆ 板・成増 47才 女性

植物が好きなので、毎回「散歩ウオッチング」を楽しみにしています。先月紹介されていたアーティチョークも早速見に行きました。サボテンのようなものだと思っていました。実物は全く違っていて驚きました。

☆ 和光市 56才 女性

読者の投稿欄が好きです。特集の面白さはもちろんですが、毎号小さな紙面を飾る記事に地元の方々の息吹を感じます。

☆ 練・光が丘 54才 女性

傘を忘れてしまうという方へ。私もよく傘を置いたまま忘れてしまいます。そこで、一時的に置くときはシャツのポケットに傘の柄を引っかけるようにしてみたら、忘れなくなりましたよ。



所沢市 56才 男性

ほろろ

ハッピーロード大山商店街には

自転車走行禁止の時間帯があります。これまでは厳格な警告文でしたが、7月上旬に、自転車を押して歩く親子のほっこりした看板が登場。「自転車を休ませましょう」と書かれており、なかなか面白い取り組みだと思いました。効果があるといいな。

板・幸町 59才 男性

☆

スーパーのレジの仕事をしていいますが、ご高齢の方やお子さま連れの方のカゴをサッカー台に運んでいたら、弟をおんぶした女の子が「あの人、優しいね」とお母さんに言っていました。何だか心がほんわかしました。

練・石神井町 47才 女性

☆

先日の夜10時頃、春の風公園でタヌキの親子に会いまし

た。5匹が1列に並んでゆっくりに歩いていて、とてもかわいかったです。「東京には何でも住んでいるのね」と思いました。

練・光が丘 71才 女性

むむむ

最近、うちの周りにもピザや餃子などの無人販売店が増えました。ニュースによると、無人なのをいいことに盗みを働く者が続出しているとか。昔から「誰も見ているなくてもおてんとう様が見ている」と言うように、他人が見ていても見ていなくても、悪いことはやめてほしいですね。

練・田柄 84才 女性

☆

急に暑くなり、室温が上がったせいか、買っていたメダカがバタバタと死んでしまいました。残り2匹になって寂しくなった水槽は、ほとんどタニシが占めてほとんど増えています…。

練・旭町 38才 女性

☆

練馬区のブルーベリー摘み取り園の注意書きには「食べ放題ではありません」とあるのですが、隠れて食べている人を毎年見かけます。自分の子どもが食べていても注意しない親もいて…あきれちゃいます。

練・田柄 42才 女性

日々

光が丘で、今年初めてセミの鳴き声を聞きました。暑さは前倒しになっても、自然界はちゃんとその時期になるのを待っていたらしい。まだ弱々しい鳴き声でしたが、日に日に鳴き声が大きくなって夏真っ盛りとなるのでしょう。



☆ 万歩計を買ったら、1日に2000歩にも達していない日があることがわかりました。近所の散歩に飽きてしまったので、車で1、2駅移動し、そこから歩いて帰宅するようにしたら、知らない道や初めて見つけるお店など発見があり、脳の刺激にもなっている気がします。

板・赤塚 71才 男性

☆

久しぶりに映画を観に行きました。近頃はわりとすぐテレビで放映されるので映画館に行く機会が減りましたが、やはり大画面で観ると「いいなあ」と思います(シニア割引もあるし)。

練・春日町 64才 女性

☆

50才を過ぎてから読書をする

ようになりました。今までの人生ではあまり足を運ばなかった図書館にも、ちよくちよく通うようになりました。読書を始めたきっかけは、はつきり覚えていませんが、趣味と呼べるものがひとつ増えてうれしいです。

練・羽沢 50才 男性

体を大切に

コロナストレスで带状疱疹に。ズキズキと患部が痛くなり、投薬治療で治るまでつらかった。そしてマスクを外す機会が増えた夏、子どもたちもが風邪を引き、心配が絶えない。今年は健康運を上げたいなあ。

板・赤塚 39才 女性

池袋の献血ルームに行ってきました。負担にならない程度に、だいたい年3回のペースで4年は

ど献血を続けて今回が12回目。献血のために毎朝レバーを食べる習慣ができました。貧血も改善して健康になりました。献血で自分の体と向き合うことができ、良い30代でした。いよいよ40才も目前。40才になっても献血は続けますよ！

練・大泉学園町 39才 女性



☆

人生初の骨折をしてしまいました！利き手の手首を折ってしまい、慣れない左手生活に四苦八苦しています。でも、改めて周りにも、改めて周りにも、優しい人が多いんだとわかり、うれしい気持ちもたくさん味わっています。たくさんお世話になり、ありがとうございます！

練・貫井 54才 女性

先生の健康相談コーナー

「脳卒中の病気に要注意」

「心配な方、脳ドックをお受け下さい。」



医新クリニック 安尾 信 先生

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 「脳ドック」を受けるタイミングは？

答 50歳以上、またはひどい頭痛や手足のしびれ、めまい、ふ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」を受けることをおすすめします。

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、舌がもつれて話ができなくなったり、記憶に異常が生じたり、半身がマヒして手足を動かせなくなつたり、

「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

本をプレゼント!
著: 横山博美 (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



歯科医院



きよかわ歯科クリニック
 練・光が丘7-6-20
<https://www.kiyokawadc.com/>
 ☎ 6915-6769

地域に密着した医療を提供
きよかわ歯科クリニック
 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》



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

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



鶴見歯科
 練・光が丘5-5-6
 ☎ 3976-7788

歯科(各種保険取り扱い)
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
 歯に関する様々な悩みにお
 答えいたします。

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。



夏の雲歯科
 練・田柄5-14-12
 ☎ 3825-3468

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科
夏の雲歯科
 月/水/火/金/土
 10時~19時
 10時~17時
 19時
 (昼休みあり)
 土/木/午
 15時~19時



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。



(E-6) 練・中村北3-22-14
 ☎ 10:00~19:30 土9:00~18:00 日・祝
 ☎ 0120-08-4588

歯科矯正専門
なかむらばしデンタルクリニック
 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
 臨床指導医・堀 正裕



(F-5) 練・練馬4-15-2 1F(ユナイテッド・シネマ樓)
 ☎ 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
 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。

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>

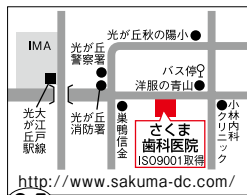
歯科・小児歯科
山田歯科医院
 練・光が丘2-4-11-101 光が丘公園駐車場前
(B-5) ☎ 3930-8211



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

水日祝/休診
 土
 月火木金/9時半
 141014 9時半
 181318 18時半
 181318 18時半

一般歯科・矯正歯科・小児歯科
木村歯科医院



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

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

歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科
(医) さくま歯科医院

Kacce
川柳

風呂でサザン台所から鐘ひとつ

(ひざ小僧)

現状、日本における新型コロナウイルス感染症の致死率は低いようですが、海外のデータを見ると、はるかに高い国もあります。暑い日が続きますが、変わらずマスクの着用、手洗いの励行をお願いいたします。

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。

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)
 ☎ 3990-6487

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
 ☎ 3999-8818 http://www.kouetsu-kai.com

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)
 ☎ 3998-6414 http://www.dr-kazu.com/

お口の悩み 気軽にご相談ください
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
 ☎ 5933-9950

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

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。(6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
 今回、婦人科でお世話になりました。親身にアドバイスをいただけてよかったです。予約制なのも助かります。
 47才 女性
自家焙煎珈琲専門店 隠房

P.8・23 いつもおいしいコーヒーをいれていただき、最高の豆が買える大好きなお店です。
 29才 男性
IMAホール P.10
 大学時代、サークルの発表会で利用しました。そして今は子どものピアノの発表会の会場になっています。親子で縁があり、歴史を感じます。
 49才 男性
なかむらばしデンタルクリニック P.16 矯正をしてもらっています。歯がきれいになりました。
 7才 女子

鶴見歯科 P.16
 定期クリーニングで助かっています。
 76才 男性
さくま歯科医院 P.17
 痛みの軽減など、ちゃんと要望を聞いてくださいます。スタッフの皆さんも優しくていねいに接してくれます。
 51才 女性
やもと歯科医院 P.17
 治療についてとてもいいに説明して下さり、いつも安心して治療を受けています。
 50才 女性
P.21へ続く

8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
29	30	31				



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

夏は涼しく「夜開園」

8月7日(日)・14日(日)・21日(日)

光が丘公園バードサンクチュアリ(光が丘4)

開園時間：16時～21時 入園無料・雨天中止

夏の夜だけの特別開園で
虫やコウモリを観察しよう



- ◆ 17時～20時 普段は入れない保護区に入って樹液の出る木に集まる生きものを観察
- ◆ 特別解説「街のコウモリ」
街で見かけるコウモリの解説と観察
7日(19時20分～)・14日(19時10分～)
21日(19時～)
問/生態工房 ☎0422-27-5634

開催中～10月2日(日) ぞろぞろ・わいわい・人だらけ 狩野派も、それ以外も 板橋区立美術館(赤塚5) 江戸時代を中心に個性豊かな人物を描いた作品を展示し、単身像・群像における表現や捉え方の変化を紹介 問/☎3979-3251

開催中～9月25日(日) 牧野富太郎と万葉集の植物 牧野記念庭園記念館(東大泉6) 牧野富太郎が描いた「万葉植物図」と「万葉植物目録」、植物について書いた文章などを紹介 ▶8月21日 10時30分～/14時30分～ ギャラリー・トーク(子ども向け) 各回申込順15名 申・問/☎6904-6403

開催中～9月19日(月祝) 板橋区伝統工芸展「染と織ー真田紐・江戸小紋・江戸手描友禅ー」 郷土資料館(赤塚5) 板橋区内在住の職人とその高度な技術・作品を紹介 問/☎5998-0081

開催中～9月4日(日) 外国放浪/植村直己・冒険で世界一周 植村冒険館(加賀1) 1964年から約4年半にわたる植村直己の外国放浪の旅を写真で紹介 問/☎6912-4703

開催中～8月31日(水) 郷土資料館・夏のイベント 郷土資料館(赤塚5) 館内クイズラリー 勾玉作り体験(100円 区内在住・在勤・在学者対象) ▶18日 10時～/13時30分～ 親子でつくろう毛糸ぞうり 区内在住・在学の小中学生と保護者対象 各回抽選6組 申込5日まで(往復ハガキ) ▶25日 13時30分～ 藍染の手ぬぐいづくり 費用290円 区内在住・在学の小学生と保護者対象 抽選6組 申込12日まで(往復ハガキ) 問/☎5998-0081

開催中～8月29日(月) 夏のむし×くさ展 中里郷土の森(大泉町1) 虫捕り 参加型展示(景品あり) 生体展示や遊べる展示 他 ※自然解説員が虫捕りや植物探しをサポート(虫網・虫かご貸し出しあり) 問/☎3922-3021

開催中～8月28日(日) 親子で楽しめるサマーイベント 10時～ 四季の香ローズガーデン(光が丘5) 「熱帯植物ランド～植物さがしゲーム」で熱帯植物の不思議を学び、園内の熱帯植物を探すキーワードを全て集めるとミニローズソフトクリーム引換券をプレゼント(小学生限定) 問/☎6904-2061

開催中～8月28日(日) 夏休み特別展「熱帯の昆虫と食虫植物」 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 熱帯に生息する昆虫の生体を紹介 食虫植物の展示など ▶26日までの火～金曜 14時30分～ 食虫植物ミニガイド 各日先着10名 ▶21日 14時30分～ 「ボルネオの森と昆虫たちの話」 写真家が撮影した画像を見ながら話を聞く 先着30名 問/☎5920-1131

開催中～8月16日(火) 平和祈念パネル展 練馬区役所(豊玉北6)・石神井公園ふるさと文化館(石神井町5) 東京大空襲や広島・長崎の原爆と戦時下の練馬の様子を中心に紹介

開催中～8月14日(日) 企画展「石神井公園一池のほとりに育まれた自然と歴史ー」 石神井公園ふるさと文化館(石神井町5) 収蔵資料などをもとに石神井公園のあゆみを紹介 ▶7日 10時～ 展示解説会 先着50名 問/☎3996-4060

8月4日(木)・25日(木) 着付け教室(ゆかた半巾帯) 10時～/13時30分 勤労福祉会館(東大泉5) 参加費1,000円 高校生以下無料 各回申込順20名 申・問/☎3923-5511

8月6日(土) 練馬区民観戦デー 東京ヴェルディvsファンファーレ長崎 18時～ 味の素スタジアム(調布市) 自由席一般1,000円 他 22才

●●● アンテナプレゼント ●●●

8月16日(火)10時～ 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

日本の中のマネー出会い、120年のイメージー 5組10名

9月4日(日)～11月3日(木祝)
練馬区立美術館(貫井1)
一般1,000円 他 19世紀フランスを代表する画家エドゥアール・マネの作品と共に、マネから影響を受けた洋画黎明期の絵画や資料など約100点を展示し、日本におけるマネの受容について考察する。



エドゥアール・マネ
《散歩(ガンビー夫人)》
1880-81年頃 油彩、
カンヴァス 東京富士美術館

8月20日(土) みんなでプログラミング! 迷路を突破しよう 10時30分～/13時～/14時30分～/16時～ ココネリ(練馬1) 参加費500円(材料費等) 小中学生と保護者対象 各回申込順8組 申込4日まで 申・問/IXSIA・小林 ☎090-4368-2453(10時～17時)

8月20日(土) 音の輪サンバコンサート 10時30分～ 大泉学園ゆめりあホール(東大泉1) 全席自由1,000円(メールにて要申込) 子どものための音楽療法サークル「音の輪」によるバリアフリーコンサート サンバやパーカッション演奏など 問/大矢 ☎3904-7321

8月20日(土) 明治・大正・昭和の破天荒な女性たち 14時～ 石神井図書館(石神井台1) 戦前の不良少女や、明治から昭和を破天荒に生きた女性性をテーマにした『問題の女 本荘幽蘭伝』等の著者による講演会 中学生以上対象 申込順30名 申・問/☎3995-2230

8月20日(土) 大人のための絵本の会 14時～ 大泉図書館(大泉学園町2) それぞれ持ち寄った絵本を紹介し合い絵本の魅力を堪能する 中学生以上対象 申込順10名 申・問/☎3921-0991

8月21日(日) 親子ふれあい入浴 ハッカの湯(練馬区) 大人480円 他 親子来場の場合未就学児2名まで無料(大人は有料) 営業時間は各公衆浴場要確認 練馬区浴場組合 <https://www.1010nerima.com/>

以下と65才以上は無料 先着で小学生以下の子ども150名にキッズユニプレゼント 練馬区在住・在勤・在学者対象 申込5日まで ※詳細はHP参照 <https://www.verdy.co.jp/news/11080>

8月11日(木祝)～27日(土) 最新の絵本で世界をのぞいてみよう! 板橋区立中央図書館(常盤台4) 児童書見本市「ボローニャ児童図書展」に出席後、区に寄贈された世界各国の絵本を紹介 問/☎6281-0291

8月11日(木祝) フリマ 高島平噴水公園(高島平2) 9時～15時 ※雨天中止 問/里彩くるカエル倶楽部 ☎090-3068-3534(10時～19時)

8月13日(土) ねりま寄席 13時30分～ 生涯学習センター(豊玉北6) 入場料200円 練馬区素人寄席連盟による落語 演目:「道灌」「茄子娘」など 問/きん小 ☎090-9133-4185

8月15日(月)～19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が作った食品や雑貨の販売 ▶15日～17日 クッキー・ケーキ 他 ▶18日・19日 ジャム・弁当 他 問/障害者施策推進課 ☎5984-1387

8月16日(火) IMAホール上映会「ぼくらの7日間戦争」 11時～/14時～ IMAホール(光が丘5) 鑑賞料500円(未就学児無料) 問/☎3976-2000(平日9時30分～17時)

8月17日(水)・18日(木) 保育園・幼稚園入園ガイド 10時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 板橋区内の保育施設や子育て施設の紹介 入園相談など 要事前申込 板橋区子育て応援アプリで5日まで 問/入園相談係 ☎3579-2452

8月19日(金) ロビーコンサート 癒しのハワイアンソングとフラダンス 12時20分～ 成増アクトホール(成増3) 曲目:アロハオエ 他 先着200名 問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

8月19日(金) IMA寄席 19時～ IMAホール(光が丘5) 木戸銭100円以上 春風亭正朝と仲間たちによる落語 問/☎3976-2000(平日9時30分～17時)

8月20日(土)～10月15日(土) 企画展示「見たことある?ニホンのカメ」 光が丘公園バードサンクチュアリ(光が丘4) サンクチュアリに住む希少種ニホンイシガメの暮らし事情を、取り巻く環境とともに紹介 問/生癒工房 ☎0422-27-5634



秀くクリニック
 板・赤塚新町3-5-1
 ☎9時~12時半 15時~19時 ㊦土・土午後・日・祝
 ☎ 3975-5780

内科・泌尿器科・皮膚科
秀くでクリニック

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。

和気医院
 板・赤塚2-7-12(下赤塚駅北口徒歩3分)
 ☎8:30~18:30 ㊦~12:30 ㊦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、骨塩量測
 定、脈波、心機図ポリグラ
 フ、呼吸機能検査

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
 ☎ 3930-5114

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

光が丘南 佐藤医院
 夏の雲公園前(高松4) ㊦有
 http://www.sato-iin.com/
 ☎ 3926-8765

内科・小児科・外科
光が丘南 佐藤医院

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

~診療日の変更のお知らせ~
 令和4年9月より、現在の第2・4木曜休診から
 毎週木曜日休診に変更させていただきます。何
 卒ご了承ください。まだまだ暑い夏が続きます。
 しっかり水分を摂りましょう!

しのぶ歯科クリニック
 練・本柄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	○	△	○	-	△	-

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
 ㊦ http://www.hikarigaoka-dc.com/

一般・小児・矯正・口腔外科
ジェイシティー歯科 吉積(よしづみ)
 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

医新会 医新クリニック
 板・大山町23-1(大山駅徒歩3分)
 ☎9時~12時半(土14時半) 15時~18時半(水16時半)
 ☎ 5995-5100

整形外科 胃腸科・訪問看護
医新会 医新クリニック
 ◆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

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「消痔靈」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。
 また内痔核は小さくなります。ご質問・ご相談は
 お気軽にこの電話を。http://www.ishin-kai.or.jp

小児科
杉内医院
 板橋区成増3-17-16
 ㊦ ☎ 3930-2331



安藤クリニック

豊島園通り
さくらばし線行
ローソン
至光が丘
サミット
線馬春日町駅

E-4 練・春日町6-5-15 メディカル春日2F ㊟有り
☎ 3990-8001

安藤クリニック
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

内科・胃腸科・外科・小児科

光が丘内田クリニック

大江戸線
光が丘駅
IMA
光が丘
夏の雲公園
x

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

光が丘内田クリニック
【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。

http://www.hu-cl.com/
http://www.hu-cl.com/

Kacce
川柳

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。

涼しいな猛暑日あとの30度

(パトネコの母)

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

光が丘眼科クリニック

大江戸線
光が丘駅
IMA
光が丘
夏の雲公園
x

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

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

女性院女(メ)の1單な診療

読者のおすすめコメント

光が丘エトワール歯科 P.17

新しく、清潔で気持ちいい歯医者さんです。59才 女性
木村歯科医院 P.17
治療がていねいで細かい技術が秀でています。仮歯の調整もピタリと完璧に仕上がりに満足しています。66才 女性

佐藤歯科医院 P.17

歯ぐきが腫れてひどい痛みになってしまい、歯の根っこを治療していただきました。説明がていねいで状態がよくわかり、納得のいく治療でした。感謝しています。

54才 女性

光が丘デンタルクリニック船坂 P.20

先生方に親切に説明していただき、安心して治療できました。45才 男性

杉内医院 P.20

いつも迅速に診察していただき、大変助かっています。

43才 女性

秀クリニック P.20

先生がとても親切で、インフルエンザなどの予防接種もていねいで上手です。48才 女性
伊藤内科小児科クリニック P.20
父親がお世話になりました。先生もスタッフの皆さんもとても親切でした。

46才 女性

塙皮膚科 P.20

的確なお薬を処方してくれ

ます。68才 女性

光が丘内田クリニック P.21

いつも胃カメラの検査をお願いしています。とても上手なので苦しくありません。

51才 女性

光が丘眼科クリニック P.21

穏やかな語り口の女医さんです。60才 女性

いとう小児科クリニック P.21

一生懸命予防してきたのにコロナにかかりショックを受ける娘に、先生が「悪いのはあ

なたではないからね」と優しく話してくれました。診療の合間に発熱外来もあって大変な中、普段通りていねいに対応してくださり感謝しなかったです。43才 女性
T・ジョイ SEIBU大泉 P.23
時々映画を観に行きます。朝1番に行くこと意外と空いてるのでお気に入りです。

52才 女性

イオンシネマ板橋 P.23

話題の映画が近所で観られるので重宝しています。特に今年子どもの頃に夢になった作品の続編などが上映されていて、うれしいです!

52才 男性

ホテルカデンツァ東京 P.23

「ルミエール」の品目が減ったようですが、内容はグレードアップしうれしいです。ソフトドリンク飲み放題もありがたいです。57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。

Pick up

練馬終活フェスタ

10月2日(日) 10時~ ココネリ(練馬1)

相続・遺言書・お墓などについての相談 コーヒー
やスイーツ販売など 申込順200名

▶10時30分~ 講演会「フレイル活動の紹介」
「グループホームの紹介」

▶13時~ 終活落語「後見爺さん」・トークライブ
申・問/NPO法人楽膳倶楽部 ☎6915-6300

8月28日(日) いたばしプロレスリング 板橋宿 不動通り商店街大会

16時~ 板橋三丁目緑宿広
場(板橋3) いたばし不動ッピーをはじめ板橋区内商
店街公認レスラーなど出場 ※雨天決行・荒天中止
問/いたばしプロレスリング ☎5918-6629

9月11日(日) 練馬区民合唱団 定期演奏会

14時~ 練馬文化センター(練馬1) 曲目:F.シュー
ベルト「ミサ曲第2番(ト長調)」 歌い継ぎたい日本の
歌(春歌編)より 他 要入場整理券
問/江口 ☎3999-6227

【募集】いたばし未来の発明王コンテスト

板橋区在住または通学している小・中学生対象 「未
来にあったらいいなと思うもの」のアイデアを募集
テーマは①自分・家族・友人など身の回りの人の生
活に役立つものや便利なもの②地域・社会・環境の
課題を解決するもの のいずれか 応募は9月9日
(金)まで ※詳細は区の公式 HP 参照
問/工業振興係 ☎3579-2193

【募集】板橋のいっぴん

地元で愛され親しまれている食品を区民から募集し、
審査を経て区が認定する「板橋のいっぴん」をリニューア
ル 板橋区内で製造または販売中の食品・飲料・調味
料などを募集 応募は8月31日まで
問/事務局 ☎070-4280-1318 (平日9時~17時)

中止 8月 いたばし花火大会
8月 成増阿波おどり大会

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

8月21日(日) 引き馬イベント

10時~ / 13時30分~ こども動物園高島平分園(高
島平8) ポニーの乗馬体験 3才~小6対象(5才以下
は保護者同伴 問/☎3923-5511(8時30分~17時)

8月21日(日) 大泉落語研究会~遊歩 傘寿の 会~

13時30分~ 勤労福祉会館(東大泉5) 先着
60名 出演:多摩湖家遊歩 笑っ亭朝頼 貉家お
姫 他 問/遊子家悲志 ☎080-5013-3813

8月27日(土) 夏休み親子上映会「はじめて馬 に乗った日」

10時~ / 13時30分~ 男女共同参
画センターえーる(石神井町8) 小学生以上の親子(子
どものみ参加可) オランダ映画 日本語吹替版 各
回申込順20名 申・問/☎3996-9007

8月27日(土) 練馬区演奏家協会レクチャーコ ンサート ピアソラ&ヴェルレーヌ

15時~ 練馬
文化センター(練馬1) 一般1,500円 他 アルゼン
チンタンゴの巨匠・ピアソラの作品と、7人の作曲
家によるフランス歌曲の演奏 クラシックソムリエ
によるレクチャートーク 問/☎3993-3311

8月28日(日) フリマ 光が丘公園(光が丘4)

10時~15時 ※雨天中止
問/リサイクルマン ☎048-268-8711(9時~20時)

8月28日(日) フリマ 浮間公園(舟渡2)

10時~16時 ※雨天中止
問/リサイクル推進友の会 ☎3412-6857

8月28日(日) おもいきり投げろ!! 水風船祭 り

10時~ 豊玉錦公園(豊玉中4) 参加費300円
(保険料等) 小学生と保護者対象 申込順60名 申
込1日から
申・問/木村 ☎090-6342-7344(16時~20時)

8月28日(日) 夏休み自由研究応援教室

14時~ 勤労福祉会館(東大泉5) 「ミツバチの“ひ
みつ”調べ」と「ハチミツの“おかし”づくり」 小学生
と保護者対象 申込順24名
申・問/江古田ハチミツ・プロジェクト・谷口
☎090-1056-2591(9時~17時)

8月28日(日) 氷川寄席 晩夏の怪談三人衆

氷川図書館(氷川町28) 講談三人衆による「江島屋騒
動」「姐己のおお」「耳なし芳一」 申込順30名
申・問/☎3961-9981

読者 プレゼント

ご応募は、右記 QR コード、または巻末の綴じ込み
ハガキをご利用ください。締切／8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 10月末日



「TANG タング」8月11日公開

Based on "A ROBOT IN THE GARDEN" by Deborah Install
Copyright © 2015 by Deborah Install Licensed by Deborah
Install c/o Andrew Nurnberg Associates, London through Tuttle-
Mori Agency, Inc., Tokyo ©2022 映画「TANG」製作委員会

ゲーム三昧で妻に捨てられたダメ男の前に、ある日突然、記憶喪失のロボット・タングが現れるが、その記憶には世界を変える秘密が隠されていた。謎の追っ手が迫る中、ボンコツコンビによる壮大な冒険の幕が上がる! ※8月公開予定作品はP.11 参照

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

5組
10名様

ユナイテッド・シネマとしまえん

④ 無料鑑賞券

有効期限 10月末日



「ハウ」8月19日公開
©2022 「ハウ」製作委員会

婚約者にフラれ、空虚な日々を送る民夫は、上司の勧めで飼い主に捨てられた保護犬を飼うことに。ワンと鳴けず、かすれ声しか出ない犬に「ハウ」と名付け、互いにかげがえのない存在になっていくが、ある時、突然ハウが姿を消してしまう…。

練馬区練馬 4-15-20
☎ 0570-783-980 (24時間テープ案内)

5組
10名様

ホテルカデンツァ東京「ルミエール」

② ランチビュッフェご招待

有効期限 10月末日



*ホテルカデンツァ東京公式
Instagram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、ただいま「ハワイアン&ポリネシアンビュッフェ」を開催中。お子様用のお料理やデザートも揃ったキッズコーナーも充実しています♪ ぜひご家族でお越しください。

練馬区高松 5-8 J.CITY
☎ 03-5372-4411 (代表)

3組
6名様

Bunkamura ザ・ミュージアム

⑤ イッタラ展

フィンランドガラスのきらめき



《アアルト・ベース》アルヴァ・アアルト、
1936-1937年 ©Design Museum Finland,
Photo: Johnny Korkman

フィンランドを代表するライフスタイルブランド、イッタラの創立140周年を記念し、クラシックデザインのガラスを中心に陶器や磁器、映像、資料など約450点を展示。その技術と哲学、デザインの美学に迫る。9月17日～11月10日 一般1,700円 他

渋谷区道玄坂 2-24-1
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組
10名様

T・ジョイ SEIBU 大泉

③ 平日映画無料鑑賞券

有効期限 10月末日



「ONE PIECE FILM RED」8月6日公開
©尾田栄一郎/2022「ワンピース」製作委員会

素性を隠したまま活躍する歌手・ウタの初ライブに集まった海賊たちと彼らに目を光らせる海軍、そしてルフィ率いる麦わらの一味。今まさに歌声が響かんとする中、彼女が赤髪海賊団の大頭ジャンクスの娘だという衝撃の事実から物語が動き出す。

練馬区東大泉 2-34-1 オオスタジオシティ4F
☎ 03-5933-0147

5組
10名様

自家焙煎珈琲 隠房(かくれんぼう)

⑥ お店で楽しむ コーヒー味くらベセット



ホットコーヒーとクールコーヒー*を飲み比べて隠房オリジナルのスペシャルティコーヒーの味の違いを楽しむ「Hot & Coolセット テイクアウトのクールコーヒー付き」(1,400円)。2022年9月の土日祝のみ有効(要予約) P.8参照

練馬区練馬 4-20-3 1F 豊島園庭の湯そば
12時～19時 ☎ 03-6914-7248

5組
10名様



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。
60分 3千円

プレミアムエステ

ホムエエステ

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>



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

光が丘動物病院
当院では、徹底したインフォームド・コンセントを心がけ、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。

光が丘動物病院グループ



hair salon HaRu
<https://www.hs-haru.com>
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)

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。癒やしの空間でお待ちしています!

プライベートサロン美容室

ヘアサロンハル

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「日本一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るクリニック(分院)
板・徳丸 3-16-4 ☎ 6426-8681



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

お部屋に気がさわやかに
練三浦豊店
数年に1度の畳替え。お客様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みをお届けいたします。

お部屋に気がさわやかに

練三浦豊店



読者プレゼントはスマートフォンやパソコンから応募できます。感想も書いてね!
<http://www.kacce.co.jp>



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

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750円)

暮らしの「困った」をお手伝い



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

練馬駅近くのレンタルスペース
イベントやワークショップなど多目的に使えるレンタルスペース。
練馬駅北口から徒歩0分

練馬駅近くのレンタルスペース

Nerima Base(ネリマベース)



A-4 練・旭町 2-3-13
女性限定 予約制(木曜以外土・日もOK)
☎ 090-5823-8638

光が丘で体と心と魂の癒し
ホリスティックセラピーアイ♡
社会不安の中、体と心と魂の癒し。気とエネルギー調整。能力と生命力を高める情報交流。元総合病院の臨床心理士。整体師。

光が丘で体と心と魂の癒し

えいの行政書士事務所

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。

行政書士 宮野 茂美



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

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



<http://olc-law.com>

B-1

板・成増 3-1-13-201

☎ 10時～20時 土日祝のご相談もOK

☎ 5998-5503

はなさいさりの結婚相談所

新たな人生に満開のさくらが咲くようにとの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ください。



<https://sakurakon.com>

板橋区赤塚新町3-13-10-1303

☎ 090-4013-8739 (ハナサク)

メール:sakurakon8739@gmail.com

安心と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



hikariyaka-law.com

B-8

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

コロナでのお困りごとにも対応します！

離婚・男女問題・交通事故・相続・破産・労働問題・事業承継など、各種問題にも迅速に対応します。地域の皆様のために最善の解決策をご提案します。初回相談は60分まで無料。

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。

地元創業43年
協同フリータイプ

月刊 Kacce 発行のほか、印刷物・ホームページ作成（スマホ対応可）も承っております。地域の宣伝はおまかせください！



ご相談は
お気軽に



B-2

板・成増 2-10- 3-202

<http://www.corp.kacce.co.jp/>

☎ 3975-7143

読者のおすすめコメント

光が丘動物病院 P.24

土日・祝日も開いており、駐車場が多いので待ち時間があっても苦にならず、助かります。 46才 女性

デミ オガサワラ P.24

自分自身ヘリフレッシュタイムをと思い伺い、大満足。テクニックが抜群、そして安心価格、清潔。良い時間でした。 78才 女性

三浦量店 P.24

義父に頼まれ、見積もりを出

していただきました。とても親切でいねいしてくださって感謝です。 58才 女性

OLC総合法律事務所 P.25

民事でお世話になりました。笑顔がとてもいい弁護士さんです。 53才 男性

光が丘法律事務所 P.25

とても親切でいねいに対応していただきました。 62才 女性

光が丘クローバー歯科 B-7

気持ちよく診ていただいています。 71才 男性

中山クリニック F-8

内視鏡の検査をしてもらいました。初めてで緊張しましたが、とても上手でした。 51才 女性

まちのパーラー G-5

最近ママ友とのランチにお気に入りの店！パンがとってもおいしくて、光がたくさん入る店内もすてきです。 34才 女性

南蔵院 H-2

最近工事が終わり、新しくなりました。お花がとてもきれいで、行くだけで癒されます。 52才 女性



Kacce

川柳

はっとする鏡に映る母の顔

(K・H)

Kacce MAP
月刊 Kacce が
置いてあるところ
※太字は広告掲載あり
★は P.8 ~ 9 参照

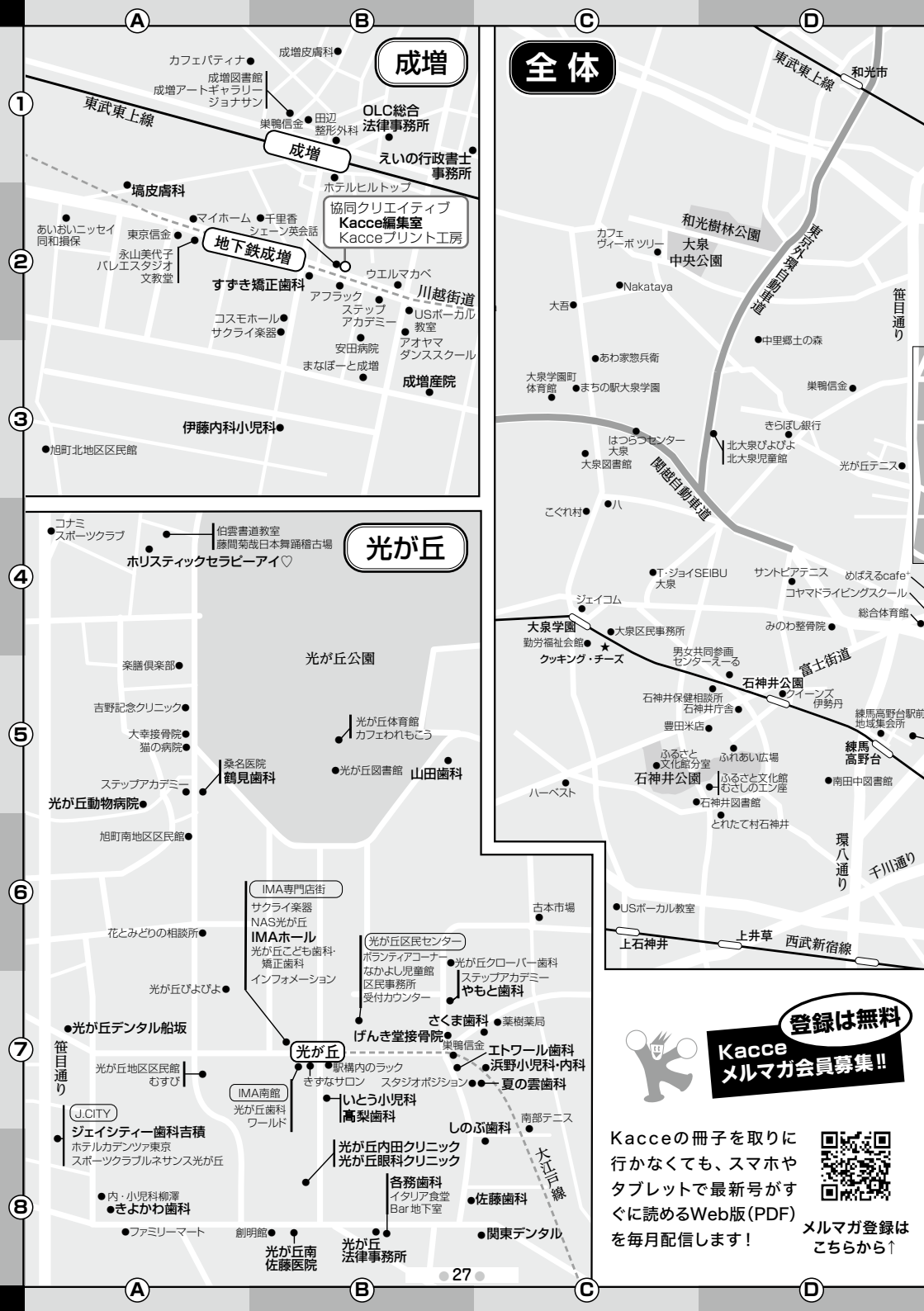


赤塚 (Akitsu)

- 和氣医院 ●
- カフェモーター ●
- ベロスケ ●
- ステップアカデミー ●
- 東武東上線 ●
- 下赤塚 ●
- 川越街道 ●
- 地下鉄赤塚 ●
- サロンドメイクスペース ●
- 秀クリニック ●
- ホームエステ ●
- デミオガサワラ ●
- 山中クリニック ●
- 若山整形外科 ●
- よしや ●
- MUJI com ●
- ゆりの木児童館 ●
- 基礎学習塾えんびつ ●
- 木村歯科 ●

練馬 (Nerima)

- Cocooneri ●
- なりまファミリーパーク ●
- なりま観光案内所 ●
- 区民協働交流センター ●
- 平成つづじ公園 ●
- 練馬文化センター ●
- ネリマベース ●
- 西武池袋線 ●
- 練馬 ●
- 金沢歯科 ●
- 西武有楽町線 ●
- 千川通り ●
- 朝日屋たほこセンター ●
- 練馬びよびよ ●
- ShiMizu ●
- 和歌里 ●
- 大江戸線 ●
- 目白通り ●
- オオゼキ ●
- 練馬区役所 ●
- 展示レストラン ●
- 区民総合窓口 ●
- みどりのまちづくりセンター ●
- 鳥ぶじ ●
- 海峽 ●
- 豊玉保健相談所 ●



成増

全体

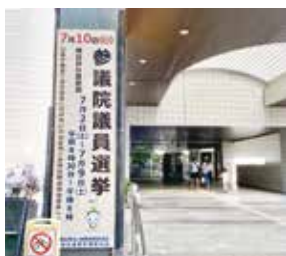
光が丘

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↑



参議院議員選挙の期日前投票所で配布された、地元高校生のデザインによる「投票記念ステッカー」と投票済証（読者提供）



ホテルカデンツァ東京の七夕飾り
(7月1日撮影)



たわわに実った青いギンナン (左) と、テニスコート前の色とりどりの花壇
(7月22日撮影 光が丘公園)



ユリも楽しめるローズガーデン♡
(7月4日撮影 四季の香ローズガーデン)



夏の田んぼの風景
(7月22日撮影 秋の陽公園)

読者ハガキの切手コーナー



上: 国際文通週間 葛飾北斎「尾州不二見原」(1968年)
下: 魚介シリーズ さけ (1966年)



お祭りシリーズ 相馬野馬追 (1965年)



近代美術シリーズ あやめの衣 岡田三郎助 (1982年)



以前Kacceで紹介したウィーン在住のピアニスト・石井琢磨さんの初ディナーショーが行われました。この日のために作られたスペシャルディナーは、8月末までホテルのレストランで楽しめます！
(7月9日 ホテルカデンツァ東京)

頭の体操

1	コ	ド	モ		3	リ	ス	ト
6	タ	レ		7	ラ	ク	ノ	ウ
8	ケ	ミ	9	カ	ル		10	ボ
		11	フ	タ	ゴ	ザ		ン
13	キ	ア	ツ		14	イ	15	オ
	ル		16	ム	カ	イ	ハ	ラ
19	ア	フ	リ	カ		20	ギ	ン



答えは
ボンオドリ

「読者プレゼント」(P.23) 応募方法

締切 8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うぞお寄せください!

編集長の 今月のKacce 「読者の声を 届けています!」

毎月読者の皆さまから寄せられる感想やクチコミ、アンケートなどには全て目を通し、集計しています。誌面で紹介できるのはほんの一部ですが、毎月広告を出して下さる広告主や取材に協力いただいた方に読者の声を届けると、「生の声が聞けてありがたい」「励みになる」と喜ばれます。地道な作業ですが、読者の声を届けることもKacceの大切なミッションだと思っています。 ※個人情報を外部に開示することはありません。

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は、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。



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
月刊カッセ

〒	市区町村	町名	番地その他
氏名	フリガナ	性別	年齢または学年
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。			
店名			
プレゼント番号(1～6)を書いてね!			
8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

★今年から山登りを始め、日光白根山や木曾駒ヶ岳へ行ってきた。岩登りは険しいが楽しい!! 高山植物のイワツメクサなど可憐さにうっとり。8月は八ヶ岳の赤岳を計画中。(N・T)

★Kacceの設置店に東武練馬の「イオンスタイル板橋」が新たに仲間入り。3階フードコートと、5階の下りエスカレーター横のラックの2か所です!(Y・I)

★2年半ぶりに大きなホールのコンサートへ。まだ声出し禁止だったりと制約があるけど、やっぱり生の音はいいなと実感。早くみんなが楽しめるようになってほしい。(M・S)

★近所にある水田の蛙の大合唱。その大合唱がピタリと止まる瞬間がある。何のタイミンクなのか不思議だし、鳴き声が全く聞こえない日も…蛙にも休みがあるのかな?(A・Y)

★「こんにちは赤ちゃん」で紹介した宮田さん、お兄ちゃんもコロナ禍での出産だったと伺い、この感染症がどれほど長く人々に影響を与えているか、改めて実感した。(K・O)

★わが子がコロナに感染し、寂しさや暇を訴える子どもを隔離する難しさを痛感。経験者の親御さんたちは隔離&待機期間をどうやって乗り越えたんだろう?と思いました。(H・A)

★冷房も暖房もいらない春と秋が日本を美しく彩っていたのに今は夏と冬しかない。その間は激しい雨が降っている。自然は人間の何に怒っているのだろうか?(J・I)

Kacce

月刊 かっせ

8月号 2022年8月1日発行 通巻第463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

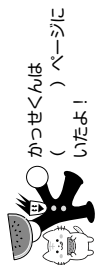
編集室 〒175-0094 東京都板橋区成増 2-10-3 三栄ドメール 202 (株)協同クリエイティブ内
TEL. 03 (3975) 7143 FAX. 03 (3975) 7159 <http://www.kacce.co.jp> Kacce11@kacce.co.jp



【読者アンケート】お気に入りの理由を教えてください。

開店・閉店やイベントなど、地域の情報をお寄せください。

【川柳投稿欄】



雅号(ペンネーム) () 協力ありがとうございました

【自由投書欄】

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)

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

編集スタッフ募集! (契約社員) 意欲的な人、お待ちしております!

業務内容: タウン誌「月刊 Kacce」及び制作物全般の編集・営業業務など

勤務時間: 9時30分～18時

試用期間: 3か月 10時～17時 @1,050円
(契約社員1年更改)

勤務地: 板橋区成増 2-10-3 三栄ドメール 202

その他: 社保完備/休日は土・日曜・年末年始

株式会社協同クリエイティブ

募集要項および応募方法は
Web をご覧ください。

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

Kacce

ブログ



グルメ情報、イベント、季節の花、お得な情報など、
練馬・板橋の地域情報をリアルタイムで発信中!

板橋区内の事業者の皆さま!



助成金を活用して、 Kacceで宣伝しませんか?

「対象になるのかな?」「申請は難しそう」など、
ご相談にのります! サポートします!

当社へ発注すれば **8割助成**の対象に!

- 「月刊 Kacce」の広告掲載費
- チラシ・PR動画・HPなどの制作費

チャンスです!



最大 **20** 万円 詳細はこちら

申請は2022年12月16日(金)まで
(予算に達し次第終了)

板橋区産業振興公社「営業活動促進事業助成金」<https://itabashi-kohsha.com/archives/19836>

地元の宣伝なら
おまかせください!

(株)協同クリエイティブ ☎03-3975-7143

板橋区成増2-10-3-202 メール: kacce22@kacce.co.jp (担当: 田中)

超大型複合クラブ
HAYASHI フィットネス&スパリゾート24 平和台



平和台駅至近
環八沿いに

2022年9月

誕生



お忙しい方にオススメ!
ジムセルフエリア
24時間営業

充実のフィットネス施設&
本格スパゾーンを驚きの
リーズナブルプライスで!



ジム



スタジオ



プール



スパ

オープン前最終キャンペーン実施中!

店頭受付: 8/21日まで

WEB入会: 8/31日まで

大人フィットネス会員様

施設見学会 開催中!

WEB入会
好評受付中
コチラから▶



湘南茅ヶ崎で50年以上の歴史を有する林水泳教室が全面プロデュース!

キッズスクール 2022年10月開校!

先行入会特別キャンペーン実施中!

店頭受付: 8/21日まで WEB入会: 8/31日まで



スイミングスクール



体操スクール



HPはコチラ▶



HAYASHI フィットネス&
スパリゾート24 平和台

詳しくはWEBをご覧ください▶

HAYASHI フィットネス



open前お問合せ時間:

[受付時間] 12:00~20:00(19:30最終受付)

[受付休館日] 火・木 8/22~8/31

[住所] 東京都練馬区北町6-33-5

2022年8月1日発行 通巻463号 発行所 株式会社協同クリエイティブ
〒175-0094 東京都板橋区増2-10-3 三栄ドメール202 03-339757143

非売品