

練馬・板橋のタウン誌

2023 vol.470

# Kacce

月刊 かっせ

# 3

TAKE  
FREE ¥0

牧野富太郎博士と  
わたしの思い出

春から始める

## 「習い事&教室」広告特集



ご自由に  
お持ちください

## 地元で楽しいこと探そう!



## CONTENTS

P.4 編集長のチャレンジ! 体験記  
「きものの着付け」

P.6 牧野富太郎博士が  
残してくれたもの

P.7 「習い事&教室」広告特集

P.10 街の気になる〇〇

P.11 知っ得トピック

P.12 散歩ウォッチング  
春の花散歩

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.18 アンテナ(地元の情報)

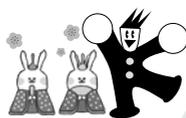
P.23 読者プレゼント

P.26 Kacce MAP

P.28 風物 PHOTOGRAPH

P.30 STAFF TALK

P.31 求人コーナー



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。

## Kacce川柳 ~みんなの一句~

大募集!

皆さまから寄せられた川柳を  
紹介しています (P.17 ~)。

テーマは自由。日々のちょっとした思いなどを、  
5・7・5のリズムに乗せてどしどしお寄せくだ  
さい。応募は巻末のハガキまたはプレゼント応  
募フォームから。



## 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。



Kacce 編集長の  
**チャレンジ!**  
**体験記**



## きものの着付けに初挑戦!

着付けはハードルが高いと思っていたけど、やってみると「練習したらできるかも!？」という手応え! ちょっとした変身気分も味わえてワクワクする体験でした♪



紺地の墨流し模様がとってもステキな訪問着をお借りました



お手伝いいただいた講師の菊池先生(左)は光が丘在住とのことで話が弾みました♪



背中でお太鼓結びを作るのに悪戦苦闘! 手がもげそう…(笑)

## きものへの憧れ

20才の時に振袖をあ



着けるところから所要所でポイントを教えてください。何しろピッ

つらえたものの、2〜3回着ただけで、すっかり縁遠くなってしまうたきもの。でも、日本人に生まれたからには伝統文化の魅力をもちと体感してみたいし、なんといつても圧倒的に美しいきもの姿には憧れる：♡年齢を重ねた今だからこそ、きもの

カピカの初心者なので頭も手も追いつかないのですが：自分で着るという意識を持つと、平面的な布をいかに工夫して着ているのかがわかり、それだけできものを見る目が変わるから不思議です。

姿勢が良くなり、体幹も鍛えられそうな気がします。体型を気にしないで済むのも、きもの良いところですね(笑)。  
着付けが終わって鏡を見ているうちに、このまま出かけてみたいなあ〜と夢(欲!?)が膨らんできました。きものをきっかけに、お茶や歌舞伎など興味の幅が広がります。

に引き合えるのではないかと？そんな思いで、彩きもの学院池袋校の皆様にご協力いただき、着付けにチャレンジしてきました。

さらに、初めてでもピシッと着付けができるクリップやバンド、きれいに衣紋(えもん)が抜ける衿元など、彩きもの学院オリジナルの小物や工夫のおかげで見栄えもバッチリ!

終了後、きものを脱いだら心地よい緊張感が一気に解け、夢から醒めたような気分(笑)。あらためてきものが持つ、非日常の特別感を実感しました。体験を機にハマってしまうかも!?

## 自分で着るとどうなの

池袋駅から歩いて5分ほどの池袋校。ピルの一室とは思えない広々とした和室で普段は着付け教室が行われています。今回は、校長の春山先生が直々に手ほどきをしてくださるとのこと

で、さっそくスタート!  
肌襦袢(はだじゅばん)を身に

## きものから広がる世界

洋服に比べる  
と、きものは腰  
回りにコルセット  
を巻いているよう  
なホールド感がある  
ので自然と



完成しました! 気持ちまでシャキッとする“きものマジック”



着付け後、お抹茶をいただきました。美しい所作も学びたい...



春山校長先生(右)と

## 編集長のリアルな感想

実は「ちゃんと着られるかな?」と心配だったのですが、春山校長先生の手際の良いサポートと楽しい会話に助けられ、このとおりステキな仕上がりに♪ 彩きもの学院さんでは、90分×8回のコースで基礎からしっかり教えてもらえる無料着付け教室を開催しているので、ぜひ体験してみてください! (詳細はP.9参照)

### ■彩きもの学院 池袋校

豊島区池袋2-40-12  
西池袋第一生命ビル3F  
saikimonogakuin.co.jp



# 牧野富太郎博士が 残してくれたもの



上：牧野富太郎博士  
（練馬区所蔵）  
下：牧野記念庭園に建つ博士の胸像。妻の名を付けたスエゴザサに囲まれています。

4月から始まるNHK連続テレビ小説「らんまん」のモデルとなった植物学者の牧野富太郎博士。94才までの約30年間に練馬で過ごした博士はどんな人物だったのか？ その素顔に迫ります！

## 牧野富太郎博士って、どんな人？

高知県で生まれ育った牧野富太郎博士は、ほぼ独学で植物の知識を身に付け、22才で上京。全国各地で植物採集を行い、植物図を描いたり標本を収集したりしてその一生を植物研究に捧げました。代表作「牧野日本植物図鑑」は今もなお広く親しまれています。大正15年から昭和32年までの約30年間に過ごした大泉の自宅跡地は現在、牧野記念庭園として公開されています。博士にゆかりの深いものも含め300種類以上の植物が生育し、実際に使っていた書斎では在りし日の面影を感じることができます。

## 牧野記念庭園に博士の書斎がよみがえる！？

膨大な量の書物が積み上げられた書斎を再現するプロジェクトが進行中。牧野博士ならではのアイテムや工夫がちりばめられ、植物への探求心と愛情が感じられる空間が誕生します！

4月3日（月）オープン予定。

■牧野記念庭園

練馬区東大泉6-34-4 <https://www.makinoteien.jp>



**春**から始める  
**習い事&教室**  
**特集**

もうすぐ新学期！  
新たな気持ちで習い事や  
塾をスタートしませんか？

# 牧野先生との思い出

終戦後、牧野博士と交流があったという  
 鳴原さんに思い出をお聞きしました。



鳴原(しぎはら)洋子さん  
 1934年生まれ。88才

## どんな植物にも名前がある

今から80年以上も前のこと。江古田に住んでいた私は、大泉にある東京第三師範学校附属小学校(現・東京学芸大学附属大泉小学校)に入学しました。間もなく戦争が始まって山形に疎開。5年生で終戦を迎え、学校が再開したので、文京区に移っていた家から西武農業鉄道(現・西武鉄道)で大泉学園駅まで通いました。駅から学校まで見通せるくらい一帯が練馬大根の畑でした。牧野先生のお宅は学校と駅の途中にあり、帰りに友達とゾロゾロ歩いていると「おいでおいで」とよく招き入れてくれたんです。道草が楽しくて皆でしょっちゅう

遊びに行っていました。当時は庭というより畑の延長のような感じでしたね。

「先生、これ何？」と皆が質問すると「つづつ答えてくれたり、道端の雑草の名前を教えてください。イヌフグリ、ママコシリヌグイ、キツネノボタンなど、かわい花なのにおかしな名前が付いているなあ」と思ったものです。「どんな花や草にも名前がある」という先生の教えは今でも心に残っています。

## 先生のおかげで植物好きに

牧野先生は当時80才位だったと思いますが、小柄なおじいちゃんという印象でいつも和服でした。それほど愛想が良かったわけではなけれど、偉そうだったり名誉欲があったりという感じは全



小学校時代の  
 鳴原さん

くありませんでした。戦後の食料難の時代でしたから、おやつを出してもらうなんてこともなく、ただ植物のことだけ教えてくれました。自分の思いを子どもたちにも伝えたかったのだと思います。サトイモの葉っぱはコロコロとたまった朝露を集めて墨を搾(す)るとお習字がうまくなるとか、千年も生きた種から花が咲くことがあるとか。後に大賀博士という方が約2千年前のハスの実を発掘して花を咲かせたとニュースで知った時、本当だったんだと感心したことも。先生のおかげで植物が好きになり、大学では山岳部に入部し、高山植物を見に行っていました。

昨年、初めて牧野記念庭園を訪問したんです。古い家を見たとき先生のお姿や、縁側に腰かけてお話を聞いた記憶がよみがえり、懐かしい思いが湧き上がりました。

## ～ 地元で始めよう！ 習い事&教室 広告特集 ～



**ロボット教室**  
 Human Academy

君の手で  
 ロボットを作って  
 動かそう！

自分で考え、成し遂げる力を  
 ロボット作りの工夫や試行錯誤を通して驚きや感動に出会い、成長していく新しい学びです。

授業/1回90分・月2回  
 (基本製作+応用実践)  
 対象/年長～中学生

読むとくメソッド。

### ことばの学校

子どもたちに読書の楽しみと豊かな国語の力を

対象/年長～中学生

- 1人1台のタブレットで朗読音声を聴きながら読書します。
- 音声速度は、専用ソフトを使って徐々に上げていきます。
- 読書の前後に取り組む「読書ワーク」で、本に出てくる語句・表現を身につけていきます。
- インストラクターが添削しながら、丁寧にアドバイスします。

**創明館** そうめいかん

練・高松4-12-16 (「光が丘」駅下車 徒歩8分 光が丘夏雲の雲公園前) ☎3999-5051 (14時～21時)  
<https://soumeikan.com> E-mail : soumei@mva.biglobe.ne.jp

## 英語体験 英会話教室・サマースクール

地元でプチ留学体験ができる！

- ◆アオバ英会話教室  
5/10～7/26 小学生以上対象
- ◆アオバサマースクール  
7/17～8/11 幼・小・中学生対象



詳細は HP または メール でお問い合わせください。  
**アオバジャパン・インターナショナルスクール**  
 住 練馬区光が丘7-5-1 ☎03-4578-8832  
 extension.programs@aobajapan.jp



## 音楽教室 ピアノ・フルート・声楽 一緒に音楽を楽しみませんか

コンサート用グランドピアノで初心者から音大受験生まで、ご希望に沿ったレッスンを行っています。2歳のピアノレッスン始めました！



**Pスタジオ音楽教室**  
☎03-3992-4994



住 練馬区豊玉北1-12-12 エスカイア江古田1F 営 10時～21時  
休 火曜 <https://www.p-studio.jp>

無料体験  
レッスン受付中  
お子さまからシニアまで

## 新体操 幼児クラスの生徒募集！運動の 楽しさ、団体活動を学びます。

現役の体育教員が優しく指導します。小学校入学後も「練南新体操クラブ」で継続可能。練習場所は、西武線・大江戸線「練馬駅」から徒歩5分。



**avance (アバンス) R.G.**  
avaneva83@gmail.com

練習場所：練馬区立南町小学校体育館  
月3回 土曜 13:50～14:50  
4,000円/月 別途道具代など

1回のみ体験  
レッスン無料  
見学随時

初めての方大歓迎 ゆっくり丁寧にレッスンいたします

## アミフランス ☎090-8037-0857

声楽・ヴォーカールスクール/フランス語教室

住 練馬区貫井1-23-7-103 営 9時～20時  
休 水曜 P なし 無料体験レッスン随時受付中



## 新年度生募集！体験レッスン受付中 ステップワールド英語スクール 光が丘教室 ☎03-5241-5808

中学準備講座・春期英検コース 3月開講  
住 練馬区田柄5-27-15-202  
<https://sites.google.com/view/hikaristepworld>

Kacce 見たで  
入学金無料  
2023年3月末日まで

## イベント 初めてでも大丈夫！ Nerima Base ガンプラ部

毎月第3土曜に開催。一緒にプラモデルを作りませんか。親子参加、オンライン参加も大歓迎。初心者には作り方をお教えますのでお気軽にご参加ください。各種工具や塗装ブースもご利用いただけます。



ガンプラ部の詳細はこちら➔



ほかにも、Nerima Baseでは英会話や手話などのイベント、防音室完備のスタジオやイベントスペースのレンタルも行っております。



**Nerima Base (ネリマベース) P.16 参照**

住 練馬区練馬1-19-2 Nerikita bldg 202  
<https://nerima-base.tokyo/>

## 書道教室 硬筆・毛筆のレベルに 合わせて楽しく学ぼう！

5才からシニアまで。鉛筆・筆の持ち方、筆順など丁寧に指導します。手ぶらでもOK！駐車場あり。



**香龍 (こうりゅう) 書道会**  
☎080-3176-9777



住 赤塚教室：板・赤塚4-16-13  
セレひまわり1F 下記のうち月4回  
水・金：15時～18時  
土・日：8時30分～12時

見学・無料体験  
何回でもOK

きれいな字で優越感を！ 無料体験受付中！

## 伯雲 (ハクウン) 書道教室 ☎03-3938-9702

月3回(月・木) 10時～20時  
講師：吉川伯雲(全日本書芸文化院 常任理事)  
住 練馬区旭町2-6-5



初心者向けの歌のサークル♪ 歌で楽しく健康習慣！

## 健康コーラスどれみ

住 練馬区東大泉6-34-45 SKビルII 2階  
レッスン日：第2・4水曜 15時～16時  
問 [meilimusic520@gmail.com](mailto:meilimusic520@gmail.com)



**フラワーアレンジメント** 季節のお花で日々の生活を豊かに彩りませんか

「心くぼりの花」をコンセプトに、旬の花材で春夏秋冬を楽しめるスワッグやリース、フラワーアレンジメントを行います。



**瑠璃代官山**  
ruridaikanyama@gmail.com

**場所** 板橋区成増3-20-16 Café & Gallery Patina  
レッスン日：月1回 6500円/回～  
<https://ruridaikanyama.studio.site/>



**パソコン教室** スマホ、iPad、パソコン 質問なんでも受け付けます！

◆個別のお困りごとに対応  
1回30分1,500円  
基本操作を習得したい方も  
◆キッズ向け(中学生まで)  
そろばん/フラッシュ暗算



プログラミングなど お気軽に相談ください！

**MTCライフカレッジ** ☎03-5904-1850

**住** 練・田柄2-50-6 地下鉄赤塚駅1分 **日** 日・祝  
**営** 10時～19時 mtclifecollege-com.co.jp



**手芸** 西陣の絹糸で織りなす 糸かけまんだらワークショップ

規則的に糸をかけて作る美しいインテリア。無心になってあなただけの色の世界を楽しみましょう。受講料(材料・会場費込) 3,500円～



**糸工房ワン**

メール：ny20300717@yahoo.co.jp  
開催場所：ネリマベース(P.8・16参照)  
月1回土曜(不定期) 3月は18日に開催



「元気 勇氣」剣道をしませんか？ 子どもから大人まで

**練東剣友会** ☎090-2669-4528(中村)

**住** 練馬区春日町2-14-22 練馬東中学校  
**稽古日** 火・木曜19時～21時/日曜9時～12時  
neritoukenyukai@gmail.com



ネイティブ講師の韓国語レッスン 体験受付中！

**韓国文化ひろば DO DREAM** ☎080-3159-1862

**住** 練馬区光が丘  
火・水・木 14:30～/16:00～  
<https://www.bluebicycle.jp>

「Kacce見た」で  
体験レッスン1回無料  
教材無料

**着付け** きものを自分で着てみたい！ 新しいことにチャレンジしたい！  
初心者対象・無料着付け教室「入門科」受講生募集！(2か月全8回)



- 3月生(木曜コース)  
3月16日 開講
- 4月生(月曜コース)  
4月10日 開講
- ※ それぞれ午前・午後・夜クラスあり
- ※ オリジナル教材費のみ購入(6,900円)
- ※ きもの・帯などのレンタルあり(期間中、一式3,500円)
- ★見学も大歓迎！

全8回の授業で、きもの基本から普段着やゆかた、フォーマル、帯結びまでトータルに学べます。お手持ちのきものや帯を持参していただいても、レンタルしてもOK！ きものを通して日本の伝統文化に触れ、新たなファッションを楽しんでみませんか。きもの販売などは一切ありませんので、安心して受講いただけます。

無料  
着付け教室  
受講生募集！

1クラス5人以下の少人数制なので、アットホームな雰囲気楽しく学べると好評です。「着崩れせず、苦しくない」着付けをていねいにご指導します。

池袋校 春山一恵校長



**彩きもの学院 池袋校**  
☎03-5951-8651

**住** 豊島区池袋2-40-12  
西池袋第一生命ビル3F  
saikimonogakuin.co.jp



これってなあに?  
街の気になる〇〇

上田の赤いのぼり旗が  
こんなところに?!

住宅街の中に見える赤いのぼり旗は  
もしや真田の六文銭!? 実はここ、長  
野県上田市の物産館「UEDA Nerima  
BASE」なんです。上田市は練馬区の友好  
都市で、「互いの交流の場に」との願いを  
込めて2022年10月にオープンしました。

信州そばや味噌、りんごジュースなど  
が並ぶなか、「美味(おい)だれ」なるもの  
を発見! 焼き鳥にニンニクを使ったタレ  
をつけて食べる上田特有の食文化から生  
まれた、バラエティ豊かなタレやドレッシ  
ングがずらり。見ているだけで食欲が刺  
激されます(笑)。

冷凍おやきや地酒、産地直送の野菜や  
果物もこれから販売予定とのこと。練馬  
で味わえる上田のお気に入りの1品を見  
つけてみては?



信州上田物産館「UEDA Nerima BASE」  
練馬区石神井町 7-1-14 石神井スカイビル 111号  
11時～19時 休:火曜 <https://uedabase.jp>



店内には伝統工  
芸品や上田市の  
魅力を伝えるチラ  
シなども置いてあ  
ります



「くるみそば」は、  
あんこをそば粉の  
皮で包みクルミを  
まぶした素朴な  
味が人気の銘菓。  
1本670円(税込)



長野銘菓  
「みずぐみ」食べてみました!  
しっかりとした歯ごたえと濃厚  
な果物の味が口いっぱいに広  
がるゼリー。アンズやモモなど  
6種類の味が楽しめます♪



配給:ギャガ ©2019映画「アイネクライネナハトムジーク」製作委員会

IMAホール上映会  
～火曜日は映画の日～

第41回  
「アイネクライネナハトムジーク」  
3月14日(火) 開演  
11:00～/14:00～  
完全入替制/各回30分前開場  
入場料500円(税込・全席自由)  
入場券は当日販売 未就学児無料

※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おりませんので予めご了承ください。

春風亭正朝とその仲間たちによる

IMA寄席

第390回 3月17日(金)

◆開演 19:00(開場 18:30)  
木戸銭 百円以上(全席自由)

この木戸銭は社会貢献事業の一環として、  
練馬区社会福祉協議会に寄付しています。



知っ得  
最新的话题をチェック!!  
ピックアップ

## 板橋区で初開催！ 音楽と健康が融合した野外フェス

板橋区に本社があるタニタが、同区出身の4人組ロックバンド「the band apart」(ザ・バンド・アパート)が所属する音楽事務所の株式会社アジアゴシックレーベルと連携し、板橋区などと共同で野外音楽フェスティバル「ITaフェス」を開催します。ライブ会場のみチケットが必要ですが、イベント会場は無料で誰でも入場できます。



板橋区出身の4人組ロックバンド「the band apart」



タニタの体組成計

### 楽しみながら健康に！

- タニタのプロフェッショナル仕様の体組成計で靴を履いたまま気軽に健康チェック！
- タニタカフェが出店し、おいしくヘルシーなメニューを提供！
- 板橋区内の飲食店も出店！



### ITaフェス開催に至るストーリー

このイベントの立役者は、なんとタニタ公式 Twitter アカウントの担当者。学生時代に「the band apart」にどハマリして以来、ずっとファンだったそう。タニタ入社後、「音楽とコラボレーションできないか」と長い間温めていた思いが、憧れのバンドと共催するフェスという形でついに実現したのです！

「音楽を楽しみながら健康づくりに取り組めるライブイベントとなっていますので、ぜひ足を運んでみてください」(担当者より)

**ITaフェス 4月15日(土)・16日(日)**  
荒川戸田橋緑地バーベキュー場(板橋区新河岸1-25)

チケットなど  
詳細情報は  
こちらから→





## アブラチャン

雨に濡れた椿の花が鮮やかに見える季節です。美しい姿のまま花ごとポトリと落ちる「落ち椿」…まさに感性の世界です。

サクラが咲き始める頃、葉の展開前に淡黄色の花をまとめて3~5個くらい付けるのは、クスノキ科クロモジ属の「アブラチャン(油漑青)」。雌雄異株の落葉低木で、和名の「アブラ」は、樹皮や実に油が多く、その油を絞って灯用に使われたことに由来しています。「チャン」は漑青(れきせい)のことで、ピッチやコーラルタールなど石油や天然ガスを練り合わせた塗料の総称です。

ルーペで観察すると、雌花にはやや透明感のある花被片が6個と雌しべが1個、花粉を付けない雄しべが9個あります。雄しべは外側に6個、内側に3個並び、内側の花糸の両側に黄色の腺体が付いています。花の時期は、同じクスノキ科クロモジ属の「ダンコウバイ(檀香梅)」とよく似ていますが、ダンコウバイには花序に柄がなく、アブラチャンは柄があるので見分けられます。アブラチャンは山地の山すそや落葉広葉樹林などに多く、都市部ではあまり見かけない樹木です。

自然に散った花びらの中に、花のまま落ちているサクラがあったらスズメの仕業かも。くちばしの太いスズメは蜜をうまく吸えないので、花の付け根に穴をあけ、萼(がく)ごと花を落とします。あまり見かけなくなったスズメですが、見かけたら話かけたりしながら春の散歩をお続けください。



アブラチャンの雌花と冬芽(右上)  
練馬区立あかね雲公園の東側にて



スズメ

※ Kaccoのスタッフブログでもご覧いただけます。



## デキるIT人材、足りていますか？

想像企画なら手頃な価格でサポートします

街のITコンサルタント 想像企画 (板橋区小茂根)

☎080-5410-6777

mail: sozokikaku@gmail.com  
HP: https://sozo.localinfo.jp





# 小耳に軽書ン

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

「いたばし認地笑かるた」すばらしいですね。読み句は楽しくもなるほど！の発見もあり、解説を読んで知識も深まりました。味わい深い1つひとつの句をじっくりゆくり楽しませていただきます。

☆ 板・中台 64才 女性

「シミ取りレーザー打ち放

題」の体験記を見て、来週ワルツクリニックさんでシミ取りレーザーしてきまーす！

☆ 板・成増 42才 女性

表紙が○○○でした！確か昨年2月号も恵方巻きをほおぼっている姉弟のイラストだったと思うのですが、今年も登場！かるたとりにも必死の弟くん。でもお姉ちゃんに取られてしまい、そのお姉ちゃん顔がずるがしこい(´▽`)けど憎めない感じで…なんともイイ感じですよ。おまけに取った絵札が「ほろどろぐ」！もう楽しくって笑っちゃいます(´▽`)

☆ 練・春日町 65才 女性

イタリア食堂の前はよく通るものの店内の様子がさっぱりわ

からず不安でしたが、「コレ、食べ隊！」を見てよくわかりました。友達と行つてみます。

☆ 練・光が丘 81才 女性

いつも楽しみに拝見しています。自分の投稿が載るとワクワクします。クイズで当たるともってワクワクでしょうね。

☆ 練・春日町 64才 女性



丘を離れてしまし引越して光が丘に戻ってきまして、15年ぶりに光た。Kacceeを見て、まだあつた！これから毎月読みます(´▽`)(\*)編集室の皆様、頑張ってください！

☆ 練・光が丘 43才 女性

Kacceeは生活に役立ちます

し、川柳が面白くてファンになりました。今月号を手に入れるため、設置されている場所をかつせかつせと3軒回つて、やっと見つけることができました。

☆ 練・石神井台 73才 女性

毎号楽しみにしています。月初めに図書館に行つてKacceeをもらってくるのですが、早く行かないとなくなつてしまいます。ラム肉好きなので、「コレ、食べ隊！」で紹介されていたペーコラはぜひ食べたいと思いました。

☆ 板・高島平 58才 女性

木下大サーカスのチケットプレゼントの記事を見て、数十年ぶりに木下大サーカスを観に行つてきました。ハラハラドキドキあり、感動ありの大迫力のサーカスです。ぜひ機会があれば見てください。

☆ 練・田柄 72才 男性

# ガンバレ自分!

コロナが流行して

以来、旅行も行か

ず外出を控えた

生活をしていま

したが、先日、

年1回の診察を

受けている先生に

「昨年より丸くなり

ましたね」と言われてし

まったー! 昨年のことを覚えてい

る先生にもびつくりですが、確

かに体重は増え、腰が痛い。こ

れから体重を減らさなければ

…。 **板・西台 59才 女性**

☆

最近ウォーキングを始めまし

た。今まで地下鉄で行か行った

ことがなかった光が丘に徒歩で

到着した時はちょっと感動して

しまいました。これからもう

ちょっと距離を伸ばしていこうか

なと思っています。

**練・羽沢 51才 男性**



☆ 結婚・出産を経て17年

ぶりに社会復帰しまし

たが、レジのパート、

ナメてました…。

覚えることが山の

ようでもとても大変

です。17年間のブ

ランクを埋めて新し

いことを覚えるため、

今日も頑張ります。

**練・光が丘 43才 女性**

☆

毎朝5時に起きて家族の弁当

を作り、フルタイムの仕事を終

えたら1日分の洗い物に食事に

洗濯。そしてまた、まだ暗い朝

の5時起き…。誰か私のことを

ほめて〜(泣)。

**朝霞市 40才 女性**

## 体と向き合おう

最近、寒くて光が丘公園の散

歩もお休み。妻の買い物に付き

合う程度なので、完全に運動不

足。片足立ちでズボンを履くの

が辛いので、自分なりに運動を

しなくてはと強迫観念に襲われ

ています。早く暖かくな〜れ。

**練・光が丘 66才 男性**

☆

光が丘に移住して27年。勤務

していた会社が廃業となり、年

金生活での第2の人生がスター

トしましたが、体のケアを必要

とする年齢となり、皮膚科・歯

科・眼科・整体と、毎週の通院

が始まっています。上手に体と

向き合いながら余暇を楽しんで

いきたいと思っています。

**練・光が丘 67才 女性**

☆

正月休みの後、とうとうコロ

ナに感染。やっと復帰した!と

思ったらコロナ療養の疲れがドド

オツときて、またまた寝込んで

しまい、とんだ1月になってしま

いました。ココだけの話、正月

に引いたおみくじ…凶だったん

です! 当たったのかもしれない

ね。 **板・高島平 53才 男性**

☆

孫が昨年4年制看護大学に入

学して内臓器官の勉強を熱心に

しており、小生も、臓器の名称

と位置が思っていたのと違うこと

がわかり、驚きでした。

**練・春日町 80才 男性**

## 近所で注目の…

梅林公園の梅が咲き始めまし

た。毎年カメラを持った人がた

くさん来ますが、コロナの中でも

そういつた楽しみがあつて毎年人

が集まるのはいいなあと思いま

す。 **練・田柄 20才 女性**

☆

通勤で利用している西武池袋

線に最近、新色が登場! チョ

コレート色ともブドウ色ともつか

ないけれど、いったい何とコラボ

したのかしら?

**練・中村南 54才 男性**

☆

練馬区に住んで7年目。野菜

をJ.Aで買っているが、特に冬の  
ブロッコリーとキャベツは最高に  
おいしい。大根だつてナシのよう  
にみずみずしくて甘い。加藤農  
園さんのイチゴもちまうと高いけ  
ど、香りが良くておいしい。体  
の細胞がよみがえる気がします。

練・南田中 51才 女性

## 最近の楽しみ

老人介護施設からの依頼で、  
落語や紙芝居のボランティア活  
動をしています。終わった後「ま  
た来てください。楽しかった」と  
言われると、とてもうれしです！  
練・三原台 69才 男性

☆

今話題のインド映画「RR  
R」を観に行きました。3時間  
という長編でしたが全く飽き  
ず、観終わった後「もう一回観  
たい！」と思える作品でした。  
上映している映画館が限られて  
います。ご都合のつく方はず

ひ観に行ってみてください！

練・田柄 31才 女性

☆

約3年半ぶりに韓国に行つて  
きました。今回のテーマは「BT  
S推し活ツアール」。ゆかりの場所  
を訪ね歩き、楽しいひとときを  
過ごしました！でも、訪

韓のたびに訪れていた  
ポッサムの店やお気に  
入りの洋服屋、バッ  
グ屋などが閉店して  
おり、カフェとプリク  
ラ店だらけ。空き店

舗も多かったので、早  
くコロナ前に戻るとい  
なると願います。

練・貫井 55才 女性

☆

祖父の影響で最近「Kacce」を  
読むようになりました。地域の  
皆さんが、日常の何気ないこと  
や、時にはクスツと笑ってしまう  
ことも書いており、毎回癒やさ  
れています。そして練馬がこん

なに愛されている街なんだと思  
いました。19年練馬に住んでい  
ますが、私も練馬が大好きで  
す！

練・春日町 19才 女性

☆

中野区にあるプラネタリウム  
に行った帰り、すぐロマン  
チックな気分にな  
り、夫と練馬区ま  
で歩いて帰ってま  
した。普段はあ  
まり空を見上  
げることはない  
のに、「プラネ  
タリウムきれ  
いだったね」と言  
いながらふと見ると、さっき



見た映像が夜空に広がっていたの  
です。星空を映像にしているん  
だから当たり前なのに、うわー  
とびびりして見とれてしまいま  
した。遠くに行かなくても、見  
上げればいつでも夜空を見るこ  
とができるんですねー！

練・豊玉北 55才 女性

医療機関のみなさまへ

5月号(5月1日発行)は  
毎年恒例の「医療機関」特集です！  
お申し込みは4月11日(火)まで。

「保存版として手元に置いている」  
「Kacceで医院を探した」と読者に好評！



お問い合わせは Kacce編集部へ

☎ 03-3975-7143

メール: kacce11@kacce.co.jp

詳細は  
こちら→



あなたの事業・あなたの会社の  
売上アップを  
支援します！



相談料1時間無料

板橋の税理士 安井 教雄

メール: nyotsuba@gmail.com

☎ 090-1407-1702





生活  
関連

**hair salon HaRu**

<https://www.hs-haru.com>

**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)

**ヘアサロンハル**  
プライベートサロン美容室

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おります!

**nodoka-therapy.com**

**B-7** 練・光が丘3-8-12  
☎ 9~20時 不定休【完全予約制】  
☎ 090-6032-7249

**指圧・マッサージ・整体・リンパ**  
女性のための治療院

**のどか**  
肩腰膝など身体の痛みや不調をお気軽にこ来院ください。初回限定お試しコース45分 4千円/リラックスマッ サージ30分3千円、マッ

**Nerima Base (ネリマベース)**

練習駅近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

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

**練習駅近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

**1時間1,000円(税別)から借りられます**  
少人数での利用に最適。気軽に参加できるオンラインイベント(会場での参加も可)も多数開催。防音室完備の部屋は、楽器の練習や収録などスタジオとして活用いただけます。

**sakurakon**

<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

**婚活、始めてみませんか?**  
**はなさいさゆりの結婚相談所**

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。AIマッチングも可能。お気軽にご相談ください。

**Kacce くらぶ**

**★広告随時募集中!**

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。

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。

**まごころサポート**

メール: [asa@nhc-a.jp](mailto:asa@nhc-a.jp)  
坂・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**

電球交換・家具の移動や組立てなど、お家の中の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)

**いらいふ入居相談室**

[i-life.net/about-ilife/](http://i-life.net/about-ilife/)

千代田区若本町3-2-4  
9時~18時(月~土) 株式会社いらいふ  
☎ 0120-007-097

**介護施設の相談なんでも承ります**

「想いをつむぎ、縁をつなぐ」ご希望に合った介護施設を経験豊富な相談員がご案内。相談から見学同行、入居のお手続きまで全て無料

**ホリスティックセラピー アイ**

**A-4** 練・旭町 2-3-13 5千円~  
予約制(木曜以外 土・日もOK) 女性限定  
☎ 090-5823-8638

**光が丘で体と心と魂の癒し**

社会不安の中、体と心のお悩み相談と癒し。気とエネルギー調整。能力と生命力も高まります。元総合病院の臨床心理士。整体師。



<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

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

成増駅北口より徒歩3分  
**OLC 総合法律事務所**



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

数年間に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和みをお届けいたします。

**(株)三浦畳店**

お部屋も気持ちよやかに

Kacce

**川柳**

霜柱人目盗んで踏み分ける



小耳に軽書ン(P.13～)は読者から寄せられたお便りを掲載しています。あなたのお便りが掲載されるかも…。



初回相談は無料

<https://eino.hp.peraichi.com>  
**B-1** 板・赤塚 3-19-9  
 メール: eino431@icloud.com  
 ☎070-3356-0325

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 菅野 茂美

身近な一街の法律家  
**えいの行政書士事務所**



[hikarigaoka-law.com/](http://hikarigaoka-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

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

**光が丘法律事務所**

安心と笑顔をお届けします

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・労務問題・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。

(押眩)



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。(1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**

先生や助産師さん、看護師さんが優しく、緊急帝王切開も乗り切れました!「こんにちは赤ちゃん」にほっこりします。 26才 女性

**IMAホール P.10**

正月IMA寄席に行きました。正月お楽しみ抽選会は当たりませんでした。たっぷり楽しめました! 72才 男性

**ヘアサロン HaRu P.16**

近くにある美容院なので今度

行ってみたいです。

**三浦畳店 P.17**

ていねいに対応してくださいました。仕上がりに満足しています。 68才 女性

**木村歯科医院 P.20**

先生の技術が高く、衛生士さんもていねいにクリーニングや指導をしてくださるので口腔内の調子がいいです。大人にも子どもにも優しいので、ずっと通いたいです。 37才 女性

**光が丘エトワール歯科 P.20**

先生もスタッフの皆さんも優しくていねいに対応してください。設備もとてもきれいで安心して通えます。 64才 女性

**やもと歯科医院 P.20**

半年ごとに定期検診をお願いしています。とてもていねいに診てくださるので、安心してお任せしています。 61才 女性

**さくま歯科医院 P.20**

定期的に歯のクリーニングに通っています。とてもていねいにお手入れしてくれるので、さっぱりして気持ちがよいです。 57才 女性

**高梨歯科クリニック P.20**

定期的に歯のチェックのため通っています。いつもていねいに診察してもらえます。 51才 男性

**きよかわ歯科クリニック P.20**

最近こちらに通院しています。 72才 女性

P.21へ続く

3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。

Pickup

### ひな飾り

#### 練馬区 ひな飾り

開催中～3月3日(金) 旧内田家住宅(石神井町5)  
昭和30年代から使用されていた七段飾りを展示  
問/石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

#### 板橋区 古民家年中行事 ヒナマツリ

開催中～4月2日(日) 郷土資料館(赤塚5)  
館所蔵のひな人形を幕末期から昭和まで時代ごと  
に展示 問/☎5998-0081

#### 3月4日(土) 練馬つながるフェスタ in 練馬

11時～ ココネリ(練馬1) 町会・自治会・NPOや  
ボランティアなど地域で活動する団体が出展 ワーク  
ショップ 体験コーナー パネル展 食品や子ども  
服のリユース品などの販売 他 ▶12時30分～ 特  
別オンライン番組をYouTubeで生配信  
問/事務局 ☎6757-2025(平日9時～17時)

#### 3月5日(日) IWABUCHI OPEN

12時30分～ 小豆沢体育館(小豆沢3) 1家族1,000  
円 パラ卓球選手の岩渕幸洋選手が主催するパラ卓球  
大会 卓球未経験者・初心者対象の交流会 ▶14時  
30分～ 試合観戦 問/info@koyoiwabuchi.com

#### 3月5日(日) 郷土芸能ねりま座公演

13時～ 生涯学習センター(豊玉北6) 練馬区の郷  
土芸能である祭囃子の競演 区内で活動する囃子連の  
うち3団体が出演 「小鹿野子ども歌舞伎」をゲストに  
迎える 先着290名 問/伝統文化係 ☎5984-2442

#### 3月5日(日) 防災講演会「災害に強いまち練馬 を目指して」

13時50分～ ココネリ(練馬1) 阪  
神・淡路大震災の教訓を通して区民防災組織の日頃  
の活動に活かせる取り組みを学ぶ 申込順100名(オ  
ンライン50名) 申込3日まで  
申・問/防災学習センター ☎5997-6471

#### 3月6日(月) 親子のためのベビーコンサート

10時30分～/13時30分～ 関区民センター(関町  
北1) 全席自由 親子2人1組500円 曲目:ディズ  
ニー名曲 アンパンマンのマーチ 他 未就学児と

開催中～3月31日(金) 巡回展「拝啓 牧野富  
太郎さんへの手紙」 牧野記念庭園(東大泉6) 博  
士や自然・植物への思いをつづった手紙コンテストで入  
選した12作品を展示 ▶18日～31日 展示を一部  
入れ替え牧野博士の生涯を描いた小説「ボタニカ」の  
表紙やカバーに使われた銅版画家・村上千彩氏の作  
品を展示 問/☎6904-6403

開催中～3月31日(金) ブラネタリウム 一般向  
け投影 15時30分～ 教育科学館(常盤台4) 観  
覧料 大人350円 他「宇宙からのおとしもの～隕  
石+α～」 小5以上対象 問/☎3559-6561

#### 開催中～3月12日(日) 防災フェア

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 災害への備えについての  
パネル展示 問/☎5920-1131

#### 開催中～3月11日(土) 江古田映画祭

ギャラリー古藤(栄町9) ※4日のみ武蔵大学(豊玉上  
1) 当日大人1本1,200円(大震災の避難者と高校生  
以下無料) 原発事故・震災・戦争と平和・環境・農業  
など選りすぐりの映画の上映とトークイベント 各日定  
員35名(予約優先・武蔵大会会場は定員150名で予  
約不要) 申・問/実行委員会 ☎3948-5328

#### 開催中～3月10日(金) 牧野富太郎博士にちな む朝ドラ応援プレゼントキャンペーン

練馬区内の  
商店街 キャンペーン参加店舗で1,000円以上買い  
物し応募すると抽選でオリジナルタンブラーやトート  
バッグ、ハーブ栽培キットが当たる  
問/練馬区商店街連合会 ☎3991-2241

#### 3月1日(水)～5日(日) ままだつよし はり絵の 世界

10時～(1日のみ13時～) 練馬区立美術館(貫  
井1) 色のついた和紙で日本の原風景や海外の風景  
をはり絵で表現する儘田毅の作品を展示  
問/ままだつよしデザイン事務所 ☎070-2178-6547

#### 3月4日(土)・5日(日) 赤塚梅まつり

10時～ 赤塚溜池公園・赤塚城址(赤塚5) 子育て  
応援主婦バンドなどのステージ演奏 甘酒無料配布  
模擬店 他 ▶4日 13時～ 手作りのよろいかぶと  
を着た小学生たちが行進する赤塚城戦国絵巻武者行  
列 鉄砲隊演武 ▶5日 13時～ よろい着付け体  
験 問/地域振興課 ☎3579-2161

## ●●●● アンテナプレゼント ●●●●

3月10日(金)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

### 椿椿山展 軽妙淡麗な色彩と筆あと 10組20名

3月18日(土)~4月16日(日) 板橋区立美術館(赤塚5) 一般650円 他江戸時代後期を代表する文人画家・椿椿山(つばきちんざん)。みずみずしい色彩と軽やかな筆致で描いた花鳥画や肖像画を紹介する。途中展示替えあり。



椿椿山「玉堂富貴・遊蝶・藻魚図」  
泉屋博古館  
【展示期間3月18日~4月2日】

保護者対象 各回申込順40組 申込6日まで  
申・問/茂木 ☎080-9373-0603(9時~19時)

**3月9日(木)・10日(金) チョコレートアウトレット** 9時30分~ 芥川製菓板橋工場(高島平9)  
専門メーカーならではのバラエティ豊かな自慢のチョコレート販売 問/ ☎3942-2221(専用回線)

**3月9日(木) 合同就職面接会**  
15時~ ハイライフプラザいたばし(板橋1) 複数の事業所と相談や面接ができる 55才以上対象 ▶13時~ 再就職支援講座「企業が求める人材」申込順50名 申・問/アクティブシニア就業支援センター ☎5943-1300

**3月10日(金) ねりまジュニア和太鼓音楽祭**  
19時~ 生涯学習センター(豊玉北6) 自由席500円 出演:和太鼓会 和光太鼓(ゲスト) 旭太鼓 せんばジュニア 他 問/山本 ☎090-5427-5297

**3月11日(土) 春日町フリーマーケット&プレーパーク** 10時~ 春日神社(春日町3) 衣類や雑貨などハンドメイド作品のフリーマーケット 自由に遊べるダンボール たき火遊び 丸太切り けん玉 他 ※着替えや飲み物持参 問/kasugacho.soshikibu@gmail.com

**3月11日(土) 対話的講演会「みんなで止めよう! 戦争への道」** 13時30分~ 勤労福祉会館(東大泉5) 参加費500円(資料代) 元岩波書店社長の岡本厚氏の講演と質疑応答、意見交換 問/☎3922-5892

**3月11日(土) 【オンライン】母娘で学ぶ、ホルモンにまつわる話。** 14時~ 女性の健康を保ち体全体を美しく整えてくれる女性ホルモンや女性クリニック受診のタイミングなどについて母娘で学ぶ 板橋区内在住・在勤・在学の女性対象 申込順10組 申込9日まで ※Zoomを使用 申・問/女性健康支援センター ☎3579-2306

**3月12日(日) 7PM 光が丘公園(光が丘4)** 10時~15時 ※雨天中止 問/NPO法人フリーマーケット主催団体協議会 ☎080-1096-5283(12時~18時)

**3月12日(日) 【オンライン】ひとり親のためのライフ・キャリアプランセミナー** 10時~ ひとり親家庭の働き方や家計管理などに学ぶ 板橋区内在住のひとり親・離婚を考えている親対象 申込順20名 申込3日まで ※Zoomを使用 申・問/ひとり親支援担当係 ☎3579-2234

**3月12日(日) 0歳からのスプリングコンサート withリトミック** 10時30分~ 東大泉地区区民館(東大泉3) 中学生以下の子どもと保護者対象 申込順34名 申込12日まで 申・問/松下 ☎070-8367-1816

**3月12日(日) つくってみようけしゴムはんこ** 14時~ 石神井図書館(石神井台1) 自分だけのオリジナルけしゴムはんこを作ろう 小5~高校生対象 申込順15名 申・問/☎3995-2230

**3月14日(火)~4月9日(日) 春休み特別展「体感水族館」** 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 海のいきものに触れるタッチコーナーや皮膚の角質を魚に食べてもらう体験など、五感を使って楽しむ水族館 問/☎5920-1131

**3月14日(火) IMAホール上映会** 11時~14時~ IMAホール(光が丘5) P.10参照

**3月15日(水) ロビーコンサート「声楽(ソプラノ)とピアノの調べ」** 12時20分~ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 板橋クラシック音楽オーディション合格者による演奏 曲目:歌劇「蝶々夫人」より「ある晴れた日に」 ノクターン第20番嬰ハ短調遺作 他 先着150名 問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

**3月17日(金) IMA寄席** 19時~ IMAホール(光が丘5) P.10参照

P.22へ続く



歯科医院

★スタッフ募集中

月 土 日 9時半～14時  
9時半～20時半

小児歯科・矯正歯科  
★さくま歯科医院  
IS09001取得

光が丘駅前  
光が丘警察署  
光が丘消防署  
光が丘郵便局  
バス停 洋服の青山  
光が丘駅

http://www.sakuma-dc.com/  
C-7

練・田柄 5-20-19  
各種保険取扱 夜・祝  
☎ 5241-6480

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。

一般歯科・矯正歯科・小児歯科

木村歯科医院

水日祝/休診

月火水木金 9時半～13時半  
土 10時半～18時半  
日 14時半～18時半

池袋 東武東上線 池袋  
下赤塚 東武東上線 池袋  
川越街道 川越  
三菱東京UFJ 三菱東京UFJ  
池袋 池袋  
地下鉄赤塚4番出口 地下鉄赤塚4番出口  
JA 第七出張所 第七出張所  
豊島園通り 豊島園通り

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

😊

歯科だけでなく日頃のメンテナンスは大事だと、今さらですが、つくづく思います。患者さんを何年も診ていると、気を付けている方はやはり元気なことが多く、そうでない場合はいきなり大きな病気をされてしまうことが多いように思います。

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

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》

光が丘 光が丘  
IMA IMA  
ホテルカデンツァ 大江戸線 光が丘駅  
きよかわ歯科クリニック  
夏の雲公園  
谷原 三丁目  
とんてん 光が丘二丁目

練・光が丘 7-6-20  
https://www.kiyokawadc.com/  
☎ 6915-6769

A-8

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

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

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

B-7

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科

夏の雲歯科

月・水/10時～17時  
火・金・土/10時～19時  
(昼休みあり)  
木/午前のみ

平和台 平和台  
黒鴨信用金庫 黒鴨信用金庫  
夏の雲歯科(旧みえまつ歯科) 夏の雲歯科(旧みえまつ歯科)  
光が丘 光が丘  
夏の雲小学校 夏の雲小学校  
ファミリマート ファミリマート

練・田柄 5-14-12  
☎ 木曜午後・土曜午前・日・祝  
☎ 3825-3468

E-4

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

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

一般歯科

かがみ 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

一般歯科・小児歯科 (休診)木・土午後・日・祝

しのぶ歯科クリニック

練・田柄 5-5-21 (Pあり)  
C-8 ☎ 3825-0414

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・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/>

一般・小児・矯正・口腔外科

**ジェイシティ歯科 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)

(A-7) ☎5372-4444 <http://www.jcity-dental.com>

一般・小児 (初診患急随時)

**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

Kacce

**川柳**

朝起きて結露の量で寒さ知る



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

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

**なかむらばしデンタルクリニック**  
歯科矯正専門



(A-5) 練・光が丘5-5-6  
㊟㊟は下記参照  
☎3976-7788

答えいたします。  
\*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

**鶴見歯科**  
歯科(各種保険取り扱い)

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>

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。

**読者のおすすめコメント**

**山田歯科医院 P.20**

先生がとても親切です。

74才 女性

**佐藤歯科医院 P.21**

的確な治療で安心できます。

女性スタッフがいろいろ話しかけてくださるので退屈しません。

68才 男性

**関東デンタルクリニック P.21**

短い期間でしっかり治療してもらえます。

62才 女性

**鶴見歯科 P.21**

先生が優しくいていねいな治療をしてくださり、感謝しております。

27才 男性

**光が丘デンタルクリニック船坂 P.21**

ていねいな診察と優しい声かけで治療をしてくださいます。歯医者嫌いの私に

も配慮の行き届いた対応をしてくださいます。60才 女性

**なかむらばしデンタルクリニック P.21**

娘がお世話になって

います。子どもにもわかりや

すく説明してくださる先生で

す。42才 女性

**すずき矯正歯科 P.21**

先生や受付の方が気さくで、

何でも質問に答えてくれま

す。毎月お世話になってお

り、安心してお任せしてい

ます。42才 女性

**ワルツクリニック P.24**

院内がとてもきれいで施術メ

ニューも豊富です。

48才 女性

**秀クリニック P.24**

コロナワクチンとの接種間隔

や順序について相談に乗って

いただき、今年もインフルエ

ンザの予防接種を受けまし

した。61才 男性

**和気医院 P.24**

健診で初めて行きましたが、

先生やスタッフの方の対応が

よかったです。何かあった時

はお世話になろうと思いま

す。45才 女性

**杉内医院 P.24**

娘の発熱時にいつもお世話に

なっています。35才 女性

**境皮膚科 P.24**

手湿疹を診ていただきました

。処方された薬を塗ったら

すく治りました。47才 女性

**安藤クリニック P.24**

先生がとても優しく、いつも

笑顔で応対してくださり、安

心して受診できます。

70才 女性

P.25へ続く

(あんど)



\*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。

### 3月25日(土) 子ども起業塾

10時～ 板橋区立企業活性化センター(舟渡1) 参加費1,000円 会社経営をバーチャル体験できる  
小4～6年対象 抽選20名 申込6日まで  
申・問/kigyoyujyuku@itabashi-kigyoyu.jp

### 3月25日(土) わりま人形劇フェスティバル

11時～ 光が丘区民センターなかよし児童館(光が丘2) 練馬区内で活動している人形劇団とパネルシアターサークルの合同公演  
問/☎5997-7720

### 3月25日(土) i-youthダンスフェスタ「華舞響歌～桜咲く季節に saltare～」

14時30分～ 板橋区立文化会館(大山東町51) まなぼーと大原・成増の中高生・若者支援スペース i-youth を利用している若者たちがダンスとヒューマンビートボックスのコラボパフォーマンスを披露  
問/まなぼーと大原 ☎3969-0401

### 3月26日(日) 練馬こぶしハーフマラソン

8時～ 光が丘公園および練馬区内幹線道路を主とするコース ※参加申込の受付は終了  
問/事務局 ☎5984-3555(平日9時～17時)

### 3月26日(日) ハーブ湯～行者の湯～(練馬区)

入浴料金 大人500円 他 ※同日開催の「こぶしハーフマラソン」参加者はゼッケン提示で大人300円、小学生は無料で入浴できる 営業時間は各公衆浴場にて要確認 練馬区浴場組合 <https://1010nerima.com/>

### 3月26日(日) フリマ 高島平噴水公園(高島平2)

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

### 3月29日(水) 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

### 4月9日(日) 光が丘リコーダーアンサンブル演奏会

13時30分～ ココネリ(練馬1) 曲目: G.F.ヘンデル/水上の音楽 第1組曲より 他  
問/徳重 ☎090-6957-9726

### 3月18日(土)～6月18日(日) 没後50年初山滋展 見果てぬ夢

ちひろ美術館・東京(下石神井4) 入館料1,000円 他 大正から昭和にかけて童話雑誌で活躍した画家・初山滋の人生を追いながら童画や木版画、漫画や装丁画、未公開の絵本の原画などを展示  
問/☎3995-0612

### 3月18日(土) 講演会「人生100年時代の過ごし方」

10時～ ココネリ(練馬1) 入場料500円 高齢期の筋力低下や脆弱化を予防し健康寿命を保つ方法を解説 申込順120名  
申・問/吉浦 ☎080-5092-1089

### 3月18日(土) 赤塚朗読会「春ですよ! ちょっと楽しんでみませんか」

14時～ 赤塚図書館(赤塚6) 朗読サークル「もくれんの会」による朗読 申込順15名 申込4日から 申・問/☎3939-5281

### 3月19日(日) 板橋 City マラソン

9時～ 板橋区荒川河川敷内特設会場(戸田橋上流)～荒川大橋の往復コース ※参加申込の受付は終了  
問/事務局 ☎3579-2654(平日9時～17時)

### 3月19日(日) フリマ 平成つづじ公園(練馬1)

9時30分～12時 ※雨天中止 問/リサイクル・ゆう ☎080-1980-6310(18時30分～20時)

### 3月21日(火祝)～4月9日(日) デジタル企画「春だ! 花見だ! みんな起きて!」

エコポリスセンター(前野町4) スマートフォンやタブレットで二次元コードを読み込んで参加するデジタルスタンプラリー ※詳細は HP 参照 問/☎5970-5001

### 3月21日(火祝) 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

### 3月24日(金) 福祉の森サロン 交流フェスタ

13時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 孤独や閉じこもりを防ぐ誰もが立ち寄れる居場所「サロン」の活動を紹介 子育てコーナー 舞台発表 体験コーナー 展示販売 他 問/社会福祉協議会 福祉の森サロン担当 ☎3964-0236

### 3月25日(土) 観桜会

10時～ 向山庭園(向山3) いけ花展示 庭園コンサート 11時～13時30分～ 他 ※24日～27日は日没から20時30分まで桜のライトアップを実施(雨天中止) 問/☎3926-7810

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 [kacce11@kacce.co.jp](mailto:kacce11@kacce.co.jp)

# 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／3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。

イオンシネマ板橋

## ① 無料鑑賞カード

有効期限5月末日



「わたしの幸せな結婚」  
3月17日公開  
©2023 映画『わたしの幸せな結婚』製作委員会

大正ロマンを思わせる時代を背景に、家族に虐げられてきたヒロインは政略結婚により美しくも冷酷な軍人と結ばれる。いつしか互いに心を通わせるが、やがて残酷な運命が2人を切り裂いていく…。  
※3月公開予定作品はP.31参照

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

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5月末日



\*ホテルカデンツァ東京公式インスタグラム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、3/9(木)~5/12(金)の期間中、「春のヨーロッパビュッフェ 貝×ブレん子」を開催します。旨味がたっぷり詰まった魚介料理や、チーズやポテトを使った料理などヨーロッパのグルメを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 無料鑑賞券

有効期限5月末日



「映画ドラえもん のび太と空の理想郷」3月3日公開  
©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2023

空に謎の三日月型の島を見つけたのび太は、ドラえもんたちとその島を目指し、誰もがパーフェクトになれる楽園「パラダピア」にたどり着く。パーフェクトネコ型ロボットのソーチャと出会い仲良くなるが、楽園には大きな秘密が隠されていた。

練馬区東大泉 2-34-1 オズスタジオシア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5月末日



「映画 きかんしゃトーマス めざせ! 夢のチャンピオンカップ」  
3月10日公開  
©2023 Gullane (Thomas)Limited.

ソドー島を1周するレース大会「ソドーカップ」が開催される。速さに自信のないトーマスはブレーキが苦手な超特急のカナとペアを組んで出場することに。強敵なライバルがひしめく中、チャンピオンを目指して、トーマスとカナの猛特訓が始まった!

練馬区練馬 4-15-20  
☎ 0570-783-980 (24時間テブ案内)

5組  
10名様

SOMPO 美術館

## ⑤ プルターニュの光と風

画家たちを魅了したフランス(辺境の地)



テオドール・ギュダン《ベル=イル沿岸の暴風雨》  
151年 カンペール美術館 Collection du musée des beaux-arts de Quimper, France

多くの画家たちを魅了してきたフランス北西部の地、プルターニュ。深緑の海や深い森が織りなす固有の景観と人々の敬虔な信仰心を描いた45作家による約70点の油彩・版画・素描を紹介していく。3月25日~6月11日 一般1,600円 他

新宿区西新宿 1-26-1  
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組  
10名様

東京国立博物館 平成館

## ⑥ 特別展「東福寺」



重要文化財 白衣観音図 吉山明兆筆  
室町時代・15世紀 京都・東福寺蔵  
※展示期間 4月11日~5月7日

画聖と崇められた絵仏師・明兆の大作をはじめ特大サイズの仏像や書画など京都・東福寺の寺宝を一堂に展観。大陸との交流を通じ花開いた禅宗文化の全容を紹介し、東福寺の日本文化における意義と魅力に迫る。3月7日~5月7日 一般2,100円 他

台東区上野公園 13-9  
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組  
10名様



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。



F-5 線・横馬4152-1F (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

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

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

美容外科

ワルツクリニック

シミ取りレーザー、シワ取り注射など手軽な治療から本格的な手術まで、高い技術と知識であなたの美をサポートします。



B-1 waltz.clinic/beauty/  
 板橋区成増3-3-3  
 ☎11時~18時 ☎月・木  
 ☎6909-2014

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  
 H-4  
 板・大町23-1 (大山駅徒歩3分)  
 ☎5995-5100

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。また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



お顔のシミ10個まで取り放題  
 今月号の Kacce を持参すると大きさに関係なくお顔のシミ10個まで3万3千円(税込)でシミレーザー治療が受けられます。  
 適用はお1人様1回のみ。2023年3月末まで。

内科・泌尿器科・皮膚科

秀ひでクリニック

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。



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・胃腸科・外科・小児科  
**安藤クリニック**  
 診療時間…9時~12時半  
 15時~19時  
 (土曜午前は、9時~13時半)  
 休診・木曜・土曜午後・日曜・祝日  
 E-4  
 線・春日町6-5-15 メディカル春日2F  
 ☎3990-8001

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。

内科・小児科・外科・皮膚科

和気医院

C.T、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



E-7 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

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  
 B-3



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**  
 女性院長ならではの丁寧な診療  
 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



夏雲公園前(高松4) ☉有  
<http://www.sato-iin.com/>  
 ☎3926-8765

**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  
 【休診】土曜午後/木曜  
 日曜/祝日

**Kacce 川柳**

きんとれをはじめてふつかもうやめた

(K・A)

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

～予防が大切！～  
 花粉症はピークを迎え、新型コロナや上気道炎、胃腸炎とさまざまな感染症が混在する季節です。うがい・手洗い・マスク着用・水分摂取にしっかりと睡眠と、予防を徹底しましょう！

**Kacce の最新情報はブログでチェックしてね!**  
 取材レポやイベントのお知らせ、お店紹介などを更新中！取材付きのPR記事も募集中！  
<http://kacce.co.jp/blog/>

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.harichiryō.com>



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。

**読者のおすすめコメント**

**伊藤内科小児科クリニック P.24** 20時まで診療してくださるので、子どもが小さい頃、保育園のお迎え後に受診できたのが助かりました。今は私のかかりつけ医です。  
 55才 女性  
**光が丘南 佐藤医院 P.25** 先生の説明がていねいでした。わかりやすかったです。看護師さんの対応もとてもよかったです。  
 65才 女性  
**光が丘内田クリニック P.25** 不調の際はお世話になっています。院長がいつも親身に診てくださり感謝しています。  
 25才 男性  
**光が丘眼科クリニック P.25** 女性の先生が話しやすいので

通っています。68才 女性  
**いとう小児科クリニック P.25** 混んでいますが、予約制なので待ち時間が読めて助かります。  
 53才 女性  
**光が丘げんき堂接骨院・治療院 P.25** 以前、腰のヘルニアでお世話になりました。とても親切な先生です。ありがとうございました。66才 男性  
**イオンシネマ板橋 P.23・31** シニア割引が充実しているため、映画とコーヒーでリッチな気分になりました。  
 60才 男性  
**ホテルカデンツァ東京 P.23** スタッフの方々の対応がよく、予約の電話から会計まで感じがよかったです。コロナ対策も万全ですし、安心して利用できます。64才 女性

**T・ジョイ SEIBU大泉 P.23** マイナーな映画も上映してくれるし、座席もゆったりサイズ。最近のお気に入り。  
 62才 女性  
**ユナイテッド・シネマとしまえん P.23** 座席にゆとりがあるのでとても気持ちよく観れます。人が前を通る時も足を縮めなくていいので、ストレスゼロ！  
 55才 女性  
**吉野記念クリニック A-5** 先生もスタッフの方々も温かく、とても通いやすいです。  
 55才 男性  
**成増皮膚科 B-1** 先代の時からお世話になっており、緊急事態を救っていただきました。加藤先生の私物(?)のマンガや書籍がたくさんあります。  
 44才 女性





「いたばし good balance 会社賞」を受賞をしたことで、J:COMの番組「つながるNews」に出演しました！

(1月31日 ハッピーロード 大山商店街にて)



# 風物 PHOTOGRAPH



## T3初夢コンテスト2023入賞作品展

表裏で柄が違う正三角形のピース「T3パズル」を並べて作った個性的な作品が展示。T3パズルで「Kacce」を作るとなる!!

(2月11日～19日 板橋区立教育科学館)



## 都立第四商業高校で

### キャリア教育授業を実施

地元企業5社が社会人講師として登壇。高校1年生に向けて「働くこと」をテーマに授業を行いました。協同クリエイティブも参加し、会社のこと、Kacceのことをお話してきました！

(2月1日)



サンメリ成増店が2月12日に閉店。長年地元の人に愛され、東武東上線成増駅前のシンボリック的存在でした…。



## 田遊び

五穀豊穡と子孫繁栄を祈願する板橋の伝統行事で、国の重要無形民俗文化財に指定されています。千年以上受け継がれている祭祀で、燃え上がる松明を地面に擦り付け境内を練り歩く姿は圧巻でした。

(2月11日 徳丸北野神社)

## 読者ハガキの切手コーナー



年賀切手  
上：戌(1982年発行)  
下：酉(1981年発行)



オリンピック  
東京大会  
(1964年発行)



年賀切手  
申「喜々猿」  
(1980年発行)



ロウバイ



梅



河津桜

春は近い♪

(2月18日撮影)

田柄梅林公園



今冬の積雪(2月10日 光が丘)

### 「読者プレゼント」(P.23) 応募方法 ハガキまたは Web から (同時応募可)

- ハガキ: **1家族1枚**
- Web: **1人1回**

締切 3月20日 必着



kacce.co.jp/  
kacce/present

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！

### Kacce のスタッフ トークを動画で配信中!!

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

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	職業または学年と年齢	
[ ]	[ ]	男 女	( ) (才)	
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!
				3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

★松本零土さんの大泉の自宅で取材したことを思い出す。いつもかぶっていたニット帽のドクロマークは「骨となっても私は戦うぞ」という決意の証。心に残る言葉です。(N・T)

★月刊誌の仕事は休める時期が限られるので根回し&調整を万全にして石垣島へ行ってきた。冬とはいえ快適な気温♪ 夏の沖繩もいけど避寒地としてもオススメ！(Y・I)

★大雪の日、家の外で子どものはしゃぐ声が。外を見たら、大きな雪だるまができていた。ほとんど雪が降らない地域だから、物珍しかったんだろうな。(M・S)

★旬の味を求めていちご狩りバスツアーへ。水耕栽培で清潔感あふれるビニールハウスで食べる摘みたていちごは至福の味。たった30分でも満喫・超満腹でした。(A・Y)

★人生初、地下アイドルのライブに行きました。アイドルがファンの名前を全員覚えていてすごい！ 私も無事呼んでもらえ、愛がたっぷり詰まった最高の時間でした。(S・N)

★上達はしないけれど、ずっと太極拳を続けている。深く呼吸しながら体をゆっくり大きく動かすだけで気持ちがいい。春になったら何か新しいことを始めたいな。(K・O)

★久しぶりに孫と出かけたら必死に私を車や人の混雑から守ろうとしてくれる。それは昔から私が孫にやっていたこと。うれしいような悔しいような！(J・I)

# Kacce

月刊 **かっせ** 3月号 2023年3月1日発行 通巻第470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 野口さやか 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】

おすすすめの「お得なポイントの貯め方や活用術、エピソード」などを具体的に教えてください。

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】



かっせくんは  
( ) ページに  
いたよ！

雅号(ペンネーム) ( )  
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

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

## 求人コーナー

## 地元で働こう



### ライター募集

- 【条件】経験者歓迎
- 【内容】Kacce・その他制作物や Web など  
取材と原稿作成
- 【取材エリア】主に練馬・板橋
- ※編集・写真撮影の経験者も募集中!
- 【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?

「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)

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

## Kacce

月刊 Kacce

ブログや SNS でグルメ情報、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!

SNS も  
フォローしてね!!

ブログや SNS では  
誌面に載せきれない情報や  
取材記事も紹介しているよ!



Kacce ブログ



Twitter



Facebook



Instagram

## 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

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 5 F  
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)

- ◆ 3月3日(金)  
映画 ドラえもん のび太と空の理想郷 (エートピア)  
なのに、千輝くんが甘すぎる。  
フェイブルマンズ
- ◆ 3月10日(金)  
映画 さかんしゃトーマス  
めざせ! 夢のチャンピオンカップ
- ◆ 3月17日(金)  
わたしの幸せな結婚  
長靴をはいたネコと9つの命
- ◆ 3月24日(金)  
シンク・フォー・ミー、ライル  
ロストケア

\*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。

# 子供の習い事 お母さんの本音ランキング

1位 色々やらせたいがお金と時間がない  
習い事だけでなくお出かけにも費用を回したい

2位 送迎がとにかく大変  
待ち時間がストレス

3位 子どものやりたいと  
親の意見が違う

4位 教材費や道具などの  
費用が意外とかさむ

5位 別にプロにさせたいわけじゃない  
けど指導が厳しい 発表会が高い...

6位 レッスンを休んだ分が  
もったいない 当日でも振替させて...

7位 先生との人間関係が面倒臭い



小学生までの習い事は  
お母さんファーストでいい?!

ZIP!でも紹介された理想のスクールが板橋にある!?  
子どもの大学 Peby College



## Pebyを選んだ保護者のアンケート投票結果

88票 1ヶ所でいろんな習い事ができる

73票 月謝が安くてクオリティが高い

67票 レッスンの組み合わせが自由

52票 1日に複数のレッスンが受講できる

35票 各専門分野の講師が60名以上いる

29票 当日振替OK

23票 別レッスンへも振替可能

18票 教材道具や画材が全部無料

15票 ワークショップやイベントが沢山ある

保護者  
400人調査

## Pebyのレッスンプログラム

Babyクラス 0~3歳

Kidsクラス 4~6歳

Studentクラス 6~12歳

運動能力 ダンス バレエ 絵画

ミュージカル リトミック 幼児保育

ピアノ 英会話 将棋 そろばん

書道 ワークショップ年間100種類以上

## 凛学館 アウトプット型 中学受験塾

どんな問題も怖くない  
アウトプット型指導法

凛学館オリジナルメソッド×  
四谷大塚正式加盟塾

幼児~低学年・高学年  
一貫教育だから成果がでる

家庭訪問&オンライン  
個別レッスンも対応

凛学館は PebyCollege から生まれた中学受験塾です



各種メディアにて紹介されています!



東洋経済  
ONLINE

日経XTREND

帰国便利帳Web

## 春の習い事乗り換えキャンペーン

特典1

入会金無料!  
通常 ¥1,000円 → 0円

特典3

体験レッスン無料!  
通常 ¥999円/1レッスン → 0円  
※最大3種類のレッスンを受講可能!

特典2

お月謝1ヶ月無料!

お友達・ご兄弟と同時入会の方限定! ※先着30名に到達次第、特典を終了します。

## Peby College 板橋キャンパス

体験レッスン好評受付中!

お申し込みはQRコードから→



板橋区板橋3-14-1 MCBビル2階  
都立三田雄板橋区役所前駅 徒歩4分  
JR池袋線板橋駅 徒歩12分

050-5855-1070

