

練馬・板橋のタウン誌

2023 vol.471

Kacce

月刊 かっせ

4

TAKE
FREE ¥0

読者の声
もりだくさん！
読者プレゼントも
あるよ！

練馬のみどりで森林浴♪

二世帯で住む
楽しい家づくり



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 練馬のみどりで森林浴

P.6 Kacce 法律相談 あるあるトラブル

P.7 みんなに教え隊！

P.8 家族みんなが幸せになれる 二世帯住宅リフォーム Lakke (ラッケ)

P.10 頭の体操 脳をカッセい化！

P.11 読者アンケート
わたしのストレス発散方法

P.12 散歩ウォッチング
武蔵野台地の崖線

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。

身近なみどりで

森林浴を体験してみよう

自然のみど리の中で「気持ちいい」と感じた経験は誰にでもあるのではないのでしょうか。森は、日々の生活でストレスや疲れを溜めこんだ現代人を優しく包み込み、本来の人間の姿に戻してくれる力を持っています。その効果をより高め、多くの人に地元で森林浴を体験してもらうおうと、練馬区で取り組んでいるのが「ねりまのみどりってこんなに素敵！プロジェクト」。都心でも森林浴ができる森や公園があるのは“みどりの練馬”ならではの。

実際にどんな効果があるのか、森林浴を体験してきました！



心と体が整う都会のオアシス 練馬のみどりで森林浴



練馬区と協働で「ねりまのみどりってこんなに素敵！プロジェクト」を行っているのは、地域活動団体「Coもれび」。光が丘公園や石神井公園、区内の憩いの森で、森林浴の体験会を開催しています。代表の上野さんにお話を伺いました。



森林メディカル
トレーナー
「Coもれび」代表
上野美知子さん

co-morebi.
com





手をおわんの形にして耳に当てると…
水や風の音、鳥の声などがよく聴こえる！



木の枝や葉の匂いをかいだり、かじってみたり。
歩く場所によって落ち葉を踏む音も違います

森林浴の効果



- 自律神経を整える
- 自己免疫力を高める
- ストレスホルモンを低下させる
(特にメンタルストレスに効果的)

※森林浴とは…自然の中で健康増進・疾病予防効果が期待できる森林療法のこと。練馬の森林浴でも医師による効果測定が行われ、その効果が実証されています。



ハンモック体験も♪ 横になって見上げる景色はいつもと違って新鮮！

3月中旬、練馬区土支田の稲荷山憩いの森で行われた森林浴体験会に参加。20名の参加者が3つのグループに分かれ、トレーナーと一緒に歩きながら2時間ほどの森林浴を楽しみました。

ポイントは「五感をひらく」こと！ 全ての感覚を研ぎ澄ませて花の香りを楽しんだり、ドングリやカタクリを探したり、木の幹の手触りを確かめたり…。自然に身を委ねて自分自身を解放していくと、人間本来の本能を取り戻したような気持ちになりました。

樹木が発するフィトンチッドは、人間にとって癒やし効果抜群の物質。針葉樹の下に多いそう



五感をひらいて研ぎ澄ませます

森林浴体験を終えて…

本当に都心で森林浴ができるの？と思っていたけど、頭がクリアになり、気分もスッキリ！ 夜はいつもよりぐっすり眠れて、全身がリセットされたような心地よさを実感しました。普段から「五感をひらく」ことを意識してみようかな…。

森林浴体験会の最後の10分は、地面に横たわって1人の時間を過ごす癒やしのひととき。この感覚をぜひ味わってみてください！

Kacce 法律相談 あるあるトラブル

お隣さんの木の枝を
断りなく伐採できるのか?



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)



隣家の柿の木の枝がうちの庭まで伸びてきて日差しを遮っています。隣家は空き家状態で家主がどこの誰なのかもわからず、枝の伐採をお願いすることができません。このような場合、お隣さんに無断で枝を伐採してもよいのでしょうか。

民法は、第209条から第238条までの条文を設け、お隣さん同士の土地の利用に関するルール(相隣関係)について規定しています。このうち、民法第233条には、「隣地の竹木の『枝』が境界線を越えるときは、その竹木の所有者に枝を切除させることができる」と規定され、さらに、「隣地の竹木の『根』が境界線を越えるときは、その根を切り取ることができる」と規定されています。

相談者の事例をこの規定に当てはめると、柿の木の枝が相談者の家の庭まで延びてきていたとしても、原則としてご自身の判断で伐採することはできず、まずはお隣さんに伐採するよう請求しなければなりません。一方、越境してきたものが柿の木の根だった場合は、ご自身の判断で根を切り取ることができるということになります。

しかし、枝か根かによってルールが異なる

のは合理性がないのでは?と疑問視されてきました。また、隣家の家主がどこの誰かわからないような放置家屋の場合は、枝の伐採について法的な対応が難しいことが長年、問題となっていました。

その結果、令和5年4月1日より民法の規定が改正され、枝であっても、隣家の家主が所在不明だったり、伐採の請求に応じなかったりした場合には、ご自身の判断で枝を伐採することができるようになりました。

この他にも民法には、隣地を使用できる場合の規定、隣地から流れてくる水流に関する規定、境界線に関する規定など、マイホーム所有者にはぜひとも知っておいていただきたいルールが記載されています。民法が改正されるこの機会に、先に挙げた相隣関係の条文に目を通してみてはいかがでしょうか。



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。

めちゃめっちゃ楽しみ!! (32才 女性)

● **cafe 月ノ農 (ツキノミノリ) (志村2)**
食事でもできるカフェで、産直野菜の販売スペースもあります。志村坂上駅の近くです。

(56才 女性)

● **アンソニー タルト&ベーカリー (中板橋19)**
昨年11月にオープン。エッグタルトがおいしい。

(48才 男性)

● **Sok Sok Kebab (ソクソクケバブ) (成増2)**

成増駅南口にケバブ店がオープン! (62才 男性)

● **ミスターーナツ光が丘IMA ショップ (光が丘5)** テイクアウト専門店が3月24日、イマチカに開店。

(30才 女性)

● **インドアジアダイニング&バー ターブル (練馬2)**
3月5日にカレー屋さんオープンしました。おいしかったです。

(46才 女性)

● **丸亀製麺ニトリ成増 (旭町3)**
ニトリ成増店の敷地内にオープンしました。

(52才 女性)

● **Café & Dining Bar トウバピアノ シエ・ノリコ (石神井町3)** 石神井公園駅南口商店街にあるフランス料理とワインが楽しめるお店。南フランスやジョージアワインの試飲会を時々やっています。

(64才 男性)

● **コッペ田島 (成増2)**
閉店した成増駅前のサンメリーの後にコッペパン専門店がオープン。(29才 女性)

● **ユニクロ (蓮根2)**
GU・JINS・スタバも入って4月にオープン!

● **nohaco (大泉町3)**

大泉第一小学校の並びにオープンしたカフェ。雑貨も販売しており、ランチタイムは小さなお子さんから年配の方まで多世代のお客さんでにぎわっています♪ (63才 女性)

● **スフレパルヴァン (石神井町4)**

石神井公園駅北口に焼き菓子とケーキのお店がオープンしました。 (47才 女性)

● **にこすこーん (桜台1)**

小さいけれど多くの種類のスコーンがあり、時々すごい行列ができています。 (66才 女性)

● **Kitchen KING (キッチンキング) (貫井3)**
西武池袋線富士見台駅近くに、3月13日洋食屋がオープン。 (57才 女性)

● **豊島園の夕陽 (練馬4)**

豊島園駅近くに3月21日、居酒屋がオープン。 (51才 男性)

● **maison de sucreries♡♡ (メゾン シュクルリ) (赤塚新町1)** 下赤塚駅近くにハンドメイドのレンタルボックス&韓国風雑貨のお店が開店しました。 (41才 女性)

● **珈琲店ぶな (栄町36)**

母に連れて行ってもらった江古田の老舗の喫茶店。落ち着いてのんびり過ごせます。展示やお花が飾ってあり、ステキです。 (49才 女性)

● **Italian Cafe & Dining 伊太利乃森 (徳丸2)**
東武練馬駅近くの「日々は君想」があった所に、3月9日開店したイタリア料理店。 (43才 女性)

● **ラ・パン光が丘店 (光が丘5)**

2月28日に閉店。ピアノの鍵盤の紙袋が可愛らしく好きでした。 (65才 女性)



無料 着付け教室「入門科」受講生募集!

初心者対象 (2か月全8回)

きもの基本から普段着、ゆかた、フォーマルの着付けまで、アットホームな雰囲気楽しく学べます。

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。

4月生(月曜コース) 4月10日(月) 開講
5月生(金曜コース) 5月19日(金) 開講
※ 定員5名/1回90分
※ 午前・午後・夜クラスあり
※ きもの・帯などのレンタルあり
(期間中、一式3,500円)
※ オリジナル教材のみ購入(6,900円)

見学も
大歓迎!

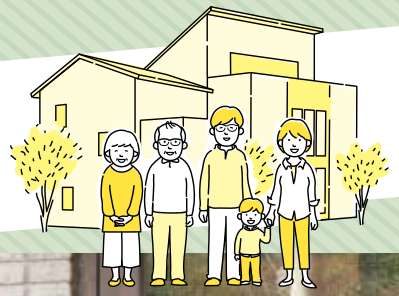
彩きもの学院
池袋校

豊島区池袋 2-40-12 西池袋第一生命ビル 3F ☎03-5951-8651
saikimonogakuin.co.jp ~ ホームページは 24 時間受付中 ~



家族みんなが幸せになれる

二世帯住宅リフォーム Lakke (ラッケ)



練馬区旭町にある、二世帯住宅に特化した住宅設計・施工の会社「Lakke (ラッケ)」。代表の金内浩之さんは、いわば“マスオさん”として、奥様の恵さんのご両親と20年間同居してきました。建築士としてその体験を活かし、家族みんなが幸せに暮らせる家づくりを目指しています。



一級建築士の金内浩之さん(左)と、広報担当の恵さん。最初から最後まで一貫して担当してくれるので安心♪

笑 (Warai) の 二世帯を目指して

大手ハウスメーカーで住宅設計に携わっていた浩之さんが、恵さんのご両親と同居するため自ら二世帯住宅を設計・建築したのは2002年。その後の同居生活の体験を生かし、依頼主に寄り添う二世帯住宅をつくらうと2012年に独立。Lakke (ラッケ) を設立しました。

「社名のラッケは、漢字で書く『楽家』。お客様が快適に楽しく暮らすための住環境とプランニングに徹底的にこだわっています。家をつくるということとは、家族の幸せをつくることですから」と浩之さん。広報を担当する恵さんは、

「家族が助け合い、どんなことも笑いに变えて『皆で暮らしてよかったね』と思えるような家づくりを目指しています」と、話します。

徹底したヒアリング

二世帯同居の特徴は、大人の人数が多いうこと。それぞれが意見や要望を主張するため、なかなか意見がまとまりません。そこで、ラッケの出番です！ 家族の意見を調整したり、優先順位をつけて整理したり。第三者としての客観的なアドバイスがスムーズな進行につながるため、重視しているのが徹底したヒアリングです。

「お客様が本心に望んでいることや困っていることを把握するため、何回かに分けてじっくりとお話を伺います。普段の生活スタイルや習慣はもちろん、ときには全く関係ないことも。ヒントはどこにあるかわかりませんが、私のマスオの自虐ネタで心を開いてお話しくださることも多いですよ(笑)」

ヒアリングの結果を反映させた図面を囲んで家族が集まる

あなたの二世帯同居のタイプを診断!

ラッケが開発したオリジナル診断ツール。家族構成や生活スタイルなど簡単な質問に答えるだけで、あなたの二世帯同居タイプを診断します。ニホンザル、クマ、カンガルーなど7種類の動物に例えたタイプ別に、特徴や注意点などがひと目でわかります。ゲーム感覚でLet'sチャレンジ! 新たな気付きがあるかもしれませんよ!



二世帯タイプ診断
「イ・ロ・ハ・二世帯」

家族の暮らしも

丸ごと設計!

と、暮らし方や家族のあり方について自然に話し合うことができると言います。つまり、二世帯住宅へのリフォームは、暮らしを見直し、リセットするきっかけにもなるのです。

じっくりヒアリングすること
で、二世帯同居で起こりがちなトラブルを未然に防ぐ提案がで

きるのも、実体験のある金内さんならではの。

例えば、脱衣所を兼ねた洗面所のドアに鍵を付けるかどうか。シニア世代には不要という声が多いですが、夫の実家で洗面所に鍵がなく気になった経験を持つ女性は多いのでは? ほかにも、世帯間を

行き来できるドアを設けるか? 玄関やインターホンとは別にするか? お風呂や洗濯機は共用か分けるか? など、その家族にとってベストな選択を探っていきます。

ラッケでは、二世帯同居のト

ラブルの原因になりそうなポイントを「ぐすん」と命名。間取りの変更で解決できる構造上の「ぐすん」や、家族間のルールづ



VR「二世帯クエスト」のバーチャル空間

二世帯クエスト WEBサイト →



くりで回避できる「ぐすん」を見極め、家族の暮らしまで設計してくれるのが強みです。

二世帯同居のトラブルは未然に防ぐ

この「ぐすん」をモニスターの形にしてVR(仮想現実)で探せる「二世帯クエスト」を今春リリースしたラッケ。VR端末を頭に装着して360度・3D映像のバーチャル二世帯住宅に入り、モニスターを探します。

例えば、洗面所のドアを開けると「ぐすん」モニスターを発見!

実際にどんなトラブルが起こり得るかを、事前に楽しく知ってほしいという思いで制作したそう。「二世帯クエスト」はラッケ

のVRスタジオで体験可能。笑顔の絶えない明るい金内さんご夫婦が迎えてくれます。

「二世帯同居はきれいごだけではありませんが、お互いに助け合い、さまざまな経験を共有できるメリットも大きいと感じています。どんなことでもぜひお気軽にご相談ください!」

事務所内にある器の店「ざくろ」は、有田焼のカップでハンドドリップコーヒーが飲める隠れ家カフェ



株式会社Lakke(ラッケ) 一級建築士事務所
練馬区旭町2-24-35 ☎03-3930-8839
メール: info@lakke.co.jp https://www.lakke.co.jp



頭の体操 脳をカッせい化!

★ヨコのカギ

- 4月から始まったNHK朝ドラ「らんまん」の主人公のモデル、牧野〇〇〇〇〇
- 練馬区の花
- 日常生活に必要な文字の読み書きや計算ができること、〇〇〇率
- 五寸〇〇、犬〇〇、又〇〇
- 1970年に打ち上げられた、日本初の人工衛星
- 板橋区の小豆沢神社の鳥居脇にある、区の登録記念物の木
- 練馬区の公式アニメキャラクター
- ボールを突く昔ながらの遊び
- 板橋区とみどり市と文化の交流協定を結ぶ、
友好都市・日光市にある「板橋区の〇〇」
- 広島東洋〇〇〇
- 板橋区にも練馬区にもある町名、〇〇〇町

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

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:「春分の日以後の満月より後にくる最初の日曜日」に祝うキリスト教の記念日

★タテのカギ

- 酒などを入れる、口の細い容器
- 湧水池でボートに乗ることもできる、板橋区前野町にある〇〇〇公園
- 仕事が多くてとても忙しいこと、〇〇多端
- ひなまつりの定番メニュー、はまぐりを使った汁物
- 西武池袋線中村橋駅が最寄の、〇〇〇中学校高等学校
- 海水と淡水が混ざった液体のこと
- 大阪発祥の、うどんが入った大きめの茶碗蒸し、〇〇〇〇蒸し
- 販売されている本に挟まっている短冊状の売上カード
- 練馬区社会福祉協議会のキャラクター
- イタリアのプロサッカーリーグ1部、〇〇〇A
- 仏教用語で優れていることや大きいことを表す言葉
- サンリオのシナモンの友だちで、花のリボンを付けているおしゃれでおしゃべりなキャラクター

答えは
P.29を見てね!



春風亭正朝とその仲間たちによる IMA 寄席

第391回 4月21日(金) 木戸銭 百円以上(全席自由)

◆開演 19:00(開場 18:30)

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。

※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。詳細はお問い合わせまたは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)
公演日専用ダイヤル ☎070-7604-5230(公演日の17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。
<https://www.ima-hikarigaoka.jp/imahall/>



わたしの ストレス 発散方法

自分が幸せになれる時間を大切に、イライラや疲れを吹き飛ばしちゃおう～！

心を整える

- ◆ ピアノを弾くことです。滑らかな音に癒やされ、つついっ感じ情移入してしまいます。今はドビュッシーの「アラベスク」を練習しています。 19才 女性
- ◆ 書く。ストレスとなつているモノ・コトを書きなぐる。新聞のコラムをなぐり書き写す。やりたいことをリストアップするなど何かを書きまくる！ 50才 女性

- ◆ 笑える映画を観に行く。単純明快で「ああ面白かった」と、観終わったあと何も残らないような作品が最高。 62才 女性

「口福」のひとつ

- ◆ おうちパフェ。買ってきたプリンとアイスとイチゴをお皿に盛って、少し贅沢をした気持ちでりんぼりパフェを食べるとストレス解消です。 54才 女性
- ◆ 自宅でカフェ気分を味わう。妊娠中なので、家にいろいろなノンカフェインティーやコーヒーを取りそろえ、ティータイムを楽しんでいます。 39才 女性



な」とストレスを感じるのですが、やり終えると達成感でそのストレスと共に他のストレスも発散されます。 46才 男性

◆ ヘッドフォンで80年代のディスコミュージックを聴きながら踊りまくります。体を動かすとモヤモヤした気持ちを発散できるし、自分が一番輝いていた頃を思い出してハッピーな気持ちになれます！ 55才 女性

体を動かす

- ◆ 妻と一緒に行くランラン(パンを食べに行くランニング)です。普段行かない遠くのパン屋さんを目指し、帰りに公園で食べる。カロリー消費もできて一石二鳥です。 47才 男性
- ◆ ほぼ毎朝、腕立て伏せを100回。始める前は「100回きつい

ひそかな「癒やし」

- ◆ 生後3か月のわが子の頭のおいをかぐことです。ほんのりと甘いミルクの香りで癒やされます。 36才 女性
- ◆ 毛玉取り機で毛玉取り！セーター、靴下、コート…夢中になつて時間を忘れます。 43才 女性
- ◆ クッション材のプチプチをつぶす。 40才 女性

遠い世界へ…

- ◆ 旅行計画を立てる。時刻表をめぐつて電車のダイヤを見ながら旅程を立てていると、気持ちは知らない場所へ飛んで行きます。 57才 女性
- ◆ 宝塚歌劇の公演を観ると、日常の疲れや嫌なことを忘れられて夢の世界に行つてきたようになります。 59才 女性
- ◆ 三重県の歴史オタクなので、脳内で三重県の歴史を整理し考えているだけですごく幸せです。 40才 女性



武蔵野台地の崖線

新暦では週末ごとに規則正しくやってくる休日。かつては新月や満月など季節の節目が休日で、自然と深く関わっていました。季節の節目を感じられるような休日は、心に確かな休息を与えてくれます。

ソメイヨシノが咲き終わる頃、板橋の赤塚公園を番場地区から沖山地区、大門地区と、武蔵野台地の崖線に沿って、他の公園ではあまり見かけない植物を観察しながら歩いてみました。

「ヒメウズ(姫烏頭)」はキンポウゲ科の多年草で、花の径は5mm前後。花卉のように見えるのは萼片(がくへん)で、蕊(しべ)を包んでいるのが花卉です。小さく弱々しい草花ですが、広がって花を咲かせます。「ジロボウエンゴサク(次郎坊延胡索)」はケシ科の多年草。花は2cm前後で、花卉の後ろが袋状の距(きょ)になっています。伊勢地方では、この花を次郎坊、スマレを太郎坊と子どもが呼び、花の距を引っ掛けて遊んだことが和名の由来になっているそうです。

「ニリンソウ(二輪草)」はキンポウゲ科の多年草。花の径は2cm前後、花卉のように見える萼片が6個前後あり、花卉はありません。間に一輪草と三輪草がありますが、一輪草を除いて花茎は2~3本です。この群落が200m前後に広がり見応えがあるのは、ボランティア団体の保存活動のおかげです。

大門地区から東京大仏や赤塚植物園に向かって、足元の植物を眺めながらゆっくりと散歩をお続けください。



ヒメウズ



ジロボウエンゴサク



ニリンソウ

※ Kacceのスタッフブログでもご覧いただけます。



Kacceの会社も

応援しています!

代表の
田中です



ねりまのみどりを守ろう! 増やそう!



会社も個人も寄付できます(ふるさと納税制度の対象)

練馬区環境部みどり推進課 ☎03-5984-2418

<https://www.happykikin.com/>

びいちゃん ©練馬区



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

編集長のチャレンジ体験記「きものの着付け」の記事に釘付けになりました。自分で着付けができたらすてきだろうなと思います。着物は素晴らしい日本の文化ですね！

板・蓮根 27才 女性

☆

「牧野先生との思い出」の鳴原さんのとても貴重なお話に涙ぐ

みました。牧野博士の人柄もわかり、鳴原さんの小学生当時の道草体験や、その後も植物を好きでいるお話は読んでいて温かな気持ちになりました。鳴原さん、お話をありがとうございました。

練・大泉学園町

40才 女性

☆

「牧野富太郎博士が残してくれたもの」が興味深い記事でした。4月になったら、よみがえった書齋を見に行きます。

清瀬市

76才 男性

☆

信州上田物産館の記事を読んだ、おそばやみずし餡など魅力的なものがいっぱいでした。

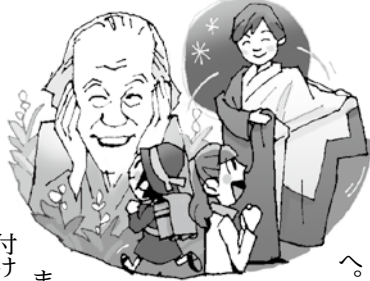
練・豊玉中 54才 女性

☆

散歩ウオッチングの森野かずみさんの文章がとてもすてきで毎回楽しみます。どんな方かしらと想像が膨らんでいます。

練・光が丘 58才 女性

☆



朝霞市の40才の女性の方へ。1日めいっぱいお仕事なさってお疲れ様です。ほめてあげたいです。将来、家族の方に感謝されることと思います。今は大変だと思えますが、お体に気をつけて頑張ってくださいね。休息も忘れずに！

練・光が丘 70才 女性

花の楽しみ

浜離宮恩賜公園で梅のお花見をしました。1本の木に白い花と紅い花が咲く「思いのまま」という品種に出会いました。ま

た、深大寺を訪れ、おそばを食べ、神代植物公園で梅の花や福寿草、園内の大温室では熱帯の植物を見ました。快晴の青空の下、日差しも暖かく、楽しい散策ができました。

板・幸町 59才 男性

☆

大泉さくら運動公園の河津桜を毎年楽しみにしています。帰り道、近くのお弁当屋さんのミモザがきれいに咲いているのを見ていたら、1枝くださいました。今年の家でもミモザの花見を楽しんでいます。

練・田柄 62才 女性

☆

庭のヒヤシンスを部屋の中に入れたら、一気に白、ピンク、紫の花が咲きました。とっても甘くて良い香りがエアコンの風に乗って部屋中に広がり…春が来たようです。

練・田柄 85才 女性

☆

それぞれの思い

来年度から2人の子どもが
やっと同じ保育園になります。

乳児と幼児で別々の保育園に通
うのは辛かったです。

練・氷川台 33才 男性

☆

とにかくこの時期、自治会の
役員のなり手がいないのが団地
族の頭痛のタネ。断る理由もさ
まざままで、まあよく考えられる
なあと感じることがある。普
段自転車でスイスイ通っているの
に、目が悪いからとか、出張が
多いからとか。お隣さんが「あの
方は毎日家にいるわよ」などな
ど。のんきだネ。

練・光が丘 81才 女性

☆

バスに乗った時のこと。後ろの
お兄さんが「石神井公園駅で停
まりますか?」と聞いたら、運
転手さんが「ボタンを押してくれ
たら停まります」。え? ちよと

「!」なんて不親切! 「停まり
ます。降車ボタンを押してくだ
さい」でいいのではないかしら?
とおばさんは思うぞ。若人でも
客は客だ。

練・谷原 61才 女性

☆

いよいよ4月から息子が高校
3年生に! やつと勉強する気
になつたらしい。遅いよ!

板・双葉町 40才 女性

私のエンタメ

ミシエル・ヨー出演映画がアカ
デミー賞にノミネートされたと
聞き、「エブリシング・エブリウェ
ア・オール・アット・ワンス」を
さっそく観に行きました。とて
も不思議なカンフーアクションコ
メディイでした。私好みの映画
ではないのですが、60才を超え
たアジア人の女優がハリウッド映
画で主演を張って評価されたと
いう事実感激しています。

練・大泉町 60才 女性

☆

松本零士先生がお亡くなりな
りました。まだまだ作品を発
表されると思っていたのでショッ
クでした。先生の作品は私
たちの心の中に永遠に
生き続けます。

練・上石神井

73才 女性

☆

バレエにはあまり
関心のない夫と、「バ
レエ・リュス・ガラ」を
観に新国立劇場へ行つてき
ました。入るなり、「わ〜! 生
の演奏でやるんだね」とか、「あ
の姿勢からあのジャンプができる
のはスゴイ!」など、違った視点
で感想を言ってくれるので刺激に
なりました。最後に「男性の踊
り手つて大変だね。少ない人数
で主役級をやらなきゃいけない
でしょ?」とも…。バレリーノの
輩出を期待します!

練・高松 53才 女性

☆

イオンシネマ板橋に映画を観
に行きますが、最近は何温もな
くなり、入場時にチケットを半
券にするのが復活しまし
た。それだけコロナの
影響もなくなってい
るような感じがし
ます。でも、この
先どうなるかわか
らないので、自分
なりに引き続き対策
していきたいです。

板・大門 56才 男性

☆

板橋・選挙をテーマにした
ラップ作品「みらいココタチ」
をYouTubeで見ました。作
者の想いが伝わってくるすてきな
映像でした。多くの方に見てい
ただけたら嬉しいですね。

板・赤塚新町 41才 女性

最近のどきどき

先日、ココネリの地下駐輪場

に無料の空気入れがあることを
知りました。すぐに空気を入れ
られるので、とてもありがたい
と思いました。手動のポンプで
はなく、タイヤにセットすれば
自動的に空気が入るので、力が
ない私でもできて助かっていま
す。 練・中村南 23才 女性

☆

歩道を歩いていたら、外国人
が乗った自転車 came のでよけ
てあげたら、笑顔で「どけー」と
言われた。後で考えたら「ダン
ケー(ありがとう)」と言わ
れたことに気付いた。
ドイツの方だったの
ね。

練・石神井町

54才 男性

☆

先日、腰が痛くな
り、それ以来杖なしで
は歩けません。車いすには
まだお世話になりたくないの
で、動ける限り頑張っています。



めるようになってきたら、Kacceを
読ませてあげたいです。

練・富士見台 90才 女性

☆

WBC、盛り上がっています。
そして選抜高校野球も始まりま
した。野球好きにはたまりませ
ん。何よりうれしいのは声出し
応援ができること。日常の幸せ
を感じます。

板・赤塚 58才 女性

懐かしの Kacce

結婚・出産を経て、地元練
馬区に戻ってきました。子ども
の頃、実家に Kacce
のバックナンバーが
ずらりと保管され
ており、それを
読むのが楽しみ
でした。練馬に
戻り、また読め
るようになってう
れしいです。0才と

2才の娘たちが字を読

練・谷原 35才 女性

☆

約8年ぶりに板橋エリアに住
むことになりました。当時読ん
でいた Kacce のデザインやサイ
ズが変わっていなかったのですぐ
にわかりました。変わらないモ
ノやコトにはこりしました。こ
れからも愛読したいです。

板・富士見町 36才 女性

☆

いつも比べ「小耳に軽書」
の投書が、私と年代かもっと
上の方が多かったような気がし
てうれしいです。「Kacceシニ
アの会」なんてできたら楽しいだ
ろうな〜なんて。としまえんや
旧力ネボウ跡地など、昔の練馬
の話がたくさんできそう。

練・春日町 65才 女性

教えてください

先日、久々に都営大江戸線に
乗りました。深いところにある
狭い車両ですが、とても落ち着

きます。小学生の時に開通し、
当時は練馬までの4駅で大興
奮！ 高校生の頃に全線開通
し、なくてはならない路線とな
りました。ところで埼玉の方ま
で延びるという計画がどうなるた
か、ご存じの方はいらっしやいま
すか？ 朝霞市 40才 女性

☆

30年ぐらいい前、板橋のイトー
ヨーカドーの3階に洋食のお店
がありました。その「ピクニッ
クバスケット」なるメニューが大
好きで、親と買い物に行くたび
に注文していました。ふとあの
味が懐かしくなります。そのお
店の名前やどこかで続いているか
など、どなたかわかる方がいま
したら教えてください。

杉並区 40才 女性

☆

お買い物に行くたびに物価が
高騰していて…みなさんどうやっ
て節約してるか知りたいです。

練・旭町 55才 女性



医院

E-8 板・赤塚新町3-5-1
 ☎9時~12時半 15時~19時 ⑥火・土午後・日・祝
 ☎ 3975-5780

秀心でクリニック

内科・泌尿器科・皮膚科

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、皮膚に関してお気付きの方もご相談ください。

E-7 板・赤塚2-7-12(下赤塚駅北口徒歩3分)
 ☎8:30~18:30 ④~12:30 ⑥日・祝
 ☎ 3977-2611

和気医院

内科・小児科・外科・皮膚科

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、心機能ポリグラフ、呼吸機能検査

H-4 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(火木16時半)
 ☎ 5995-510 0

医新会 医新クリニック

整形外科・胃腸科・訪問看護

◆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

B-8 練・光が丘3-3-4-101
 ☎9:00~17:30 ④~13:00 ⑥水午後・日・祝
 ☎ 3976-6411

光が丘 内田クリニック

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

【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。

Kacce くらぶ

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。

広告随時募集中!



Kacce くらぶに新しい仲間が増えました。
ホシ量インテリア (P.25)



B-1 waltz.clinic/beauty/
 板橋区成増3-3-5
 ☎11時~18時 ⑥月・木
 ☎ 6909-2014



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。

Waltzクリニック公式LINEアカウントができました! ご登録後「Kacceを見ました」とメッセージを送っていただくと、Kacce特別キャンペーンをご案内いたします♡
 有効期限は2023年4月末日までです。



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

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

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



大江戸線 光が丘駅 IMA
アスレチック公園
光が丘南 佐藤医院
夏の雲公園 光が丘③ 三中
バス停

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

光が丘南 佐藤医院
内科・小児科・外科
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
〔休診〕土曜午後/木曜
日曜/祝日

大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘眼科クリニック
光三◎
夏の雲公園

(B-8) 練・光が丘3-3-4-102
☎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

Kacce
川柳

ポイントをはたみらずカードばかり増え
(珍竹林)

～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睡眠と、予防を徹底しましょう！



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…。

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

豊島園通り
安藤クリニック
さらばし銀行 ローソン サミット
練馬春日町駅

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

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時半
(土曜午前は、9時～13時半)
休診…木曜・土曜午後・
日曜・祝日

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。

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。(2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
出産だけではなく婦人科もあり、女性に寄り添ってくれる優しい産院です。45才 女性

IMAホール P.10
2年連続で正月IMA寄席を観に行きました。落語も笑えましたが、フリートークの地元ネタが面白かったです。47才 男性

ワルツクリニック P.16
先生がしっかりカウンセリングしてくれるので、信頼でき

ます。45才 女性

伊藤内科小児科クリニック P.16
先生がお元気なので頼もしいです。家の近くなのでお世話になっています。60才 女性

秀クリニック P.16
背中と腰が痛くて受診しました。別の医院への紹介状も早く書いてくださいました。47才 女性

和気医院 P.16
この予防接種は痛くないと評判です。子どもの予防接種の口コミが高評価です。47才 男性

医新クリニック P.16
院長先生がていねいに診断してくれるので安心します。71才 男性

光が丘内田クリニック P.16

先生がいつもキビキビとしてきちんと話を聞いてくれるので信頼できます。受付の方や看護師さんともとても優しいです。67才 女性

光が丘眼科クリニック P.17
とても親切に対応してくれます。泣き虫な弟も安心して通えています！18才 男性

安藤クリニック P.17
小さい頃からずっと通っています。院長先生の診察がとてもていねいで優しく、安心して受診できます。19才 女性

光が丘南 佐藤医院 P.17
血圧が高くなってきて、優しい先生にお世話になっています。毎月Kacceに先生のひと言が載っており、ありがたいです。68才 女性

P.21 へ続く

4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



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

HAPPY EASTER

開催中～4月16日(日)

四季の香ローズガーデン(光が丘5)

約10,000本のチューリップが園内を彩る

- ローズガーデン
マルシェ
1日(日)・2日(日)・
9日(日) 10時～
手作り雑貨や
お菓子、アロマなど



- エッグハントスタンプラリー
園内に隠れたエッグの文字を探してキーワードを
完成させると先着200名にミニプレゼント 他
問/☎6904-2061

開催中～4月8日(土) ITABASHI SAKURA
WEEK ▶5日まで 18時～20時 石神井川沿い
(久保田橋～新西原橋)の桜並木のライトアップ ▶2
日 17時30分～ イルミcafe(中板橋25)にて板橋
石神井川桜リキュールお披露目会 会費300円 ※
要申込

<https://itabashi-kanko.jp/news/detail?pid=1190>

開催中～4月2日(日) 展示「カタクリの花を見
に行こう」 稲荷山図書館(大泉町1) カタクリに関
する資料の展示 群生地である清水山の森までのオ
リジナル案内図を配布 問/☎3921-4641

4月1日(土)～5月7日(日) 熊野こいのぼり祭
熊野神社(熊野町1) 子どもの健やかな成長と恋愛運
の上昇(恋昇り)を願い境内に500近いこいのぼりが
泳ぐ ▶5月5日 11時～ こども健康祈願の「端午
祭」 ※参列希望者は要申込 問/☎3956-2019

4月1日(土)～4月30日(日) 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 大人350円 他「宇宙飛行士になるた
めには」先着120名 問/☎3559-6561

4月2日(日)・29日(土祝) 光が丘公園 自然
観察会 9時30分～ 光が丘バードサンクチュアリ
(光が丘4) 参加費500円(保険料込) 講師のガイドで
光が丘公園を歩き、鳥や虫、植物などを観察する 各

開催中～6月18日(日) ちひろ光の彩
ちひろ美術館・東京(下石神井4) 入館料1,000円
他 木漏れ日やろうそくの灯や月明りなど、いわさ
きちひろが描いた光の表現に着目して絵の魅力を紹
介 問/☎3995-0612

開催中～5月15日(月) 「牧野富太郎博士」展
示 四季の香ローズガーデン(光が丘5) NHK連続
テレビ小説のモデルになる牧野富太郎博士の生い立
ちや愉快なエピソードを紹介 問/☎6904-2061

開催中～4月23日(日) 花と光のムーブメント
浮間公園(舟渡2) 公園のシンボルの風車の下、約2
万球のチューリップが楽しめる 17時～20時にライト
アップ ▶8日～17日 サクラソウ園場の限定公開
▶8日・9日 10時30分～ マルシェ ワークショップ
スポーツ体験 他 問/サービスセンター ☎3969-9168

開催中～4月21日(金) イタリアの絵本展
板橋区立中央図書館内いたばしポローニャ絵本館(常盤
台4) 姉妹図書館提携締結1周年を迎えたイタリア・
ポローニャ市のサラボルサ児童図書館から借りたイ
タリアの絵本の中で、2022年に中央図書館で最も貸
出の多かった20冊を紹介 問/☎6281-0291

開催中～4月17日(月) カタクリ群生地一般公
開 9時～ 清水山の森(大泉町1) 23区内唯一の
大規模な群生地を期間限定で開放 公開時はガイド
が常駐 問/西部公園出張所 ☎3904-7557

開催中～4月16日(日) 春爛漫スイーツスタ
ンプラリー 大泉地域の対象店舗13店で買い物をして
スタンプを集めると抽選で景品が当たる
問/練馬区協働推進課 ☎5984-1614
(平日8時30分～17時)

開催中～4月11日(火) 桜のライトアップ
18時～20時 石神井川にかかる「板橋」周辺(本町
28)の夜桜をライトアップ ※桜の開花状況によって
終了 問/観光振興係 ☎3579-2251

開催中～4月10日(月) 春の生きものさがしラ
リー 中里郷土の森(大泉町1) 周辺緑地を散歩しな
がら春の生きものや花を探そうラリーイベント ミッ
ションクリアなどで景品がもらえる 未就学児～小
学生対象 問/☎3922-3021

●●● アンテナプレゼント ●●●

4月12日(水) 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120年 大沢昌助展

5組10名

4月29日(土祝)～6月18日(日)
練馬区立美術館(貫井1) 一般
1,000円 他 戦前・戦後を通して
独自のスタイルで絵画や
壁画などを描いた美術家・大
沢昌助。モダンでシンプル、自
由で軽やかさが息づく作品約
120点を展示し、大沢芸術の
豊かさと多面性を紹介する。



《笛を吹く童女》1978年
油彩、カンヴァス 個人蔵

日申込順40名 申・問/生態工房 ☎0422-27-5634

4月2日(日) **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)

4月2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)

4月4日(火) 難聴と認知症 ～補聴器の上手な
選び方、使い方～ 13時30分～ 街かどケアカフェ
こぶし(高野台1) 補聴器のプロが高齢者と聞こえの
問題について解説 ※要申込
申・問/NPO法人成年後見推進ネット これから
☎090-7819-2581

4月11日(火)～23日(日) フェアトレード展
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 フェアトレードを学べるパ
ネル展示と商品の販売 問/☎5920-1131

4月8日(土)～6月4日(日) 企画展「産業で振
り返る練馬の近代」 石神井公園ふるさと文化館
(石神井町5) 明治以降に発展した練馬区域のさまざ
まな産業を紹介し近代を振り返る ▶4月29日 10
時～ 石神井公園周辺の近代史散策 参加費50円
抽選20名 申込4月11日まで(往復ハガキ・フォー
ム) 問/☎3996-4060

4月12日(水) ロビーコンサート
12時20分～ 板橋区立グリーンホール(栄町36)
喜歌劇「こうもり」より"さぁ、みな楽しく" 他 先
着150名 問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

4月8日(土) 氷川図書館映画会
14時～ 氷川図書館(氷川町28) 上映作品:「郵便
配達は二度ベルを鳴らす」 問/3961-9981

4月12日(水) 運転寿命をのぼそう! 認知症予
防と安全運転 14時～ 板橋区立グリーンホール
(栄町36) より長く安全運転を続けるための「脳や身
体の能力変化」や「日々の心がけ」の講演会 板橋区内
在住の65才以上で日頃から自動車を運転し、運動を
止められていない人対象
申・問/認知症施策推進係 ☎5970-1121

4月9日(日) **フリマ** 浮間公園(舟渡2)
9時～15時 ※雨天中止
問/ Know As～ノウ・アズ～ ☎6555-2620
(平日10時～18時)

4月12日(水) 練馬図書館バックヤードツアー
14時30分～ 練馬図書館(豊玉北6) 普段は見られ
ない図書館の舞台裏を案内 毎月先着5名 ※4月以
降毎月第2水曜日に開催 問/☎3992-1580

4月9日(日) ニリンソウ観察 Day
10時～ 赤塚公園大門地区(大門16) 都内最大規模
のニリンソウ自生地をボランティアがガイド 来園者に
赤塚公園の植物ガイドブックをプレゼント
問/サービスセンター ☎3938-5715

4月15日(土) ティーボール教室
10時～ 大泉学園少年野球場(大泉学園町3) 参加
費100円(保険料) 5才～小4対象(未就学児は保護
者同伴) 申込順40名
申・問/庄司 ☎090-3517-2021(17時～20時)

4月9日(日) 光が丘リコーダー・アンサンブル
演奏会 14時～ 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

4月16日(日) **フリマ** 平成つつじ公園(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)

4月9日(日) ゆるんぐ
14時～ 南大泉町会会館(南大泉4) 参加費100円
地域のゆるやかなたまり場でボードゲーム・雑談・読
書など好きなことをして過ごす
問/虹のカフェ南大泉 nijinoka@gmail.com



歯科医院



水日祝/休診
 月火木金/9時半
 土/10時半
 14時半
 18時半
 18時半
 18時半

木村歯科医院

一般歯科・矯正歯科・小児歯科



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

なか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

歯科矯正専門

😊 ☎ 5997-4644

今回の流行病の始まりから終息まで、そろそろ検証が行われているようですが、米国ではずっと以前より行っており、連邦議会の案件にもなっています。次の流行病に備えるために正確に迅速に公表してほしいものです。

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>

夏雲歯科 (旧みえまつ歯科)
 練・田柄 5-14-12
 ☎ 木曜午後・土曜午前・日・祝
 ☎ 3825-3468

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

夏雲歯科

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科



F-5 練・板馬 4-15-2 1F (コナテッド・シネマ横)
 ☎9時~13時 14時半~20時15分 日・祝
 ☎ 6767-2825

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。

総合歯科診療

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>

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

(医) さくま歯科医院
 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

光が丘エトワール歯科
 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

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

光が丘エトワール歯科

お口の悩み、気軽に相談ください

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

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・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

光が丘公園
 鶴見歯科
 練馬光が丘病院
 光が丘区民センター
 清掃工場
 IMA
 光が丘5-5-6
 (A-5) ☎ 3976-7788

鶴見歯科
 歯科 (各種保険取り扱い)
 *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。

Kacce
川柳
 東京の大雪小さき雪だるま

光が丘中
 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
 光が丘二中
 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》

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。

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

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) ☎ 5393-0711
 (A-7) <http://www.hikarigaoka-dc.com/>

読者のおすすめコメント

いとう小児科クリニック P.17
 子どものコロナワクチン接種でお世話になっています。その場で次の予約ができるので、予定が立てやすいです。
 39才 女性
なかむらばしデンタルクリニック P.20
 待合室に大きなプーさんのぬいぐるみがいて、子どもが通うのを楽しみにしています。
 38才 女性
中村デンタルクリニック P.20
 歯医者は大の苦手でしたが、ていねいで優しい先生なので定期的に通院できています。
 72才 男性
すずき矯正歯科 P.20
 子どもをいつも励ましていただき、5年以上かかりました

が無事矯正器具を外せました！
 46才 女性
さくま歯科医院 P.20
 待ち時間が少なく、先生の対応も良いので安心して通えます。
 31才 女性
鶴見歯科 P.21
 毎月歯のクリーニングに通っています。ふんわりとした雰囲気です。
 70才 女性
光が丘デンタルクリニック船坂 P.21
 通い始めてから35年になります。先生が歯の相談に何でも乗ってくださるので安心して通っています。
 72才 男性
イオンシネマ板橋 P.23・31
 1人の時間を満喫するために埼玉から通っています。駅から近くて便利です。

48才 女性
ホテルカデンツァ東京 P.23
 以前よりビュッフェが洗練され、さらにおいしくなりました。羽田空港直通バスもあるので便利です。
 57才 女性
T・ジョイ SEIBU大泉 P.23
 近所で観たい映画を観に行けるのが幸せです。東映の撮影所が近くにあり、たまーに有名人を見ることがあるのでラッキーです。
 42才 男性
ユナイテッド・シネマとしまえん P.23
 ママ友とよくレイトショーに行きます。夜の空気にウキウキ！いつ行っても過ごしやすく、居心地がいいです。
 35才 女性



*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。

4月23日(日) 大泉落語研究会 落語発表会
14時～ 勤労福祉会館(東大泉5) 大泉落語研究会
の噺家6人が新作創作噺を披露 先着60名
問/悲志かなし ☎080-5013-3813

4月24日(月) 地域の居場所めぐり 家族の集い 14時～ 中村橋区民センター(貫井1) 思いの分ち合いや情報交換 ひきこもり・不登校・障害のある方が家族にいる人対象 申込順15名
申・問/佐々木 ☎090-7417-2399

4月25日(火)～5月7日(日) 春らんらん展
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 季節を彩る植物や緑のカーテンに関する展示 植物苗の販売
問/☎5920-1131

4月27日(木) 大人のシャンソン会 春のスペシャルコンサート 14時～ 大泉学園ゆめりあホール(東大泉1) 萩原恵子と「大人のシャンソン会」メンバーが歌声を披露 問/☎3996-3264

4月28日(金)～5月14日(日) デジタル企画「イースター! クイズハント」 9時～(初日は12時～) 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

5月27日(土) ハイテクタウン駅伝 & リレーマラソン 9時30分～ 戸田橋陸上競技場(舟渡4) 参加料 駅伝の部(4名):1チーム14,000円/リレーマラソンの部(1～5名):1人3,200円 荒川河川敷1周約4.23kmのコースを走る 中学生以上対象 各組申込順300組 申込4月23日まで
<https://hi-tech-ekiden.net/>

5月27日(土) ナターシャ・グジー チャリティコンサート 14時30分～ ホテルカデンツァ東京(高松5) 全席指定3,000円(ウクライナ料理などのビュッフェランチ付きは8,000円) ウクライナの歌姫による水晶の歌声とバンドウラ演奏
申・問/☎5372-4438(10時～19時)

4月16日(日) ゆるヨガ女子会
10時～ 練馬区男女共同参画センターえーる(石神井町8) 心身をリラックスさせるゆる～いヨガと交流会 生きづらさを抱えるひきこもりがちな女性対象(家族や支援者も受講可) 申込順20名
申・問/☎3996-9007

4月16日(日) ハンドメイドフェス 手作り玉手箱
11時～ ココネリ(練馬1) ハンドメイド作家による作品の販売 <https://tedukuritamatebako.com/>

4月16日(日) 図書館合同講演会「真の国際人 緒方貞子の生き方」 11時～ 貫井図書館(貫井1) 国連 UNHCR協会の中村恵子を講師に迎え、世界で難民支援に尽力した緒方貞子氏の生き方や難民支援について紹介 中学生以上対象 申込順30名 ※石神井図書館(申込順30名)・大泉図書館(申込順25名)・南田中図書館(申込順20名)では Zoom で同時上映 申・問/各図書館

4月21日(金) IMA 寄席
19時～ IMA ホール(光が丘5) P.10参照

4月22日(土)・23日(日) 春の区民文化祭「いけ花とお茶の会」 10時～(茶席は10時30分～) 向山庭園(向山3) 参加費1席1,000円
問/生涯学習センター ☎3991-1667

4月22日(土) キッズフットサル
9時30分～ 光が丘体育館(光が丘4) 参加費50円(保険料) 小学生対象(保護者の参加可) 先着30名 ※タオル・飲み物・室内用運動靴持参 動きやすい服装で参加 問/SSC光が丘事務局 ☎5968-1600

4月22日(土) シニアワールドカフェ
10時～ 桜台地域集会所(桜台1) 参加費300円(お茶・お菓子代) 年齢を問わず世代を超えて音楽やお菓子と共に会話を楽しむ ※要予約
申・問/水口 ☎070-2176-3636

4月23日(日) 牧野富太郎、最後の書齋～博士の思い出と書齋再現プロジェクト 14時～ 牧野記念庭園記念館(東大泉6) 展示デザイナーの里見和彦氏と学芸員の牧野一淳氏が再現された書齋の見どころや牧野博士が書齋で過ごしていた思い出などを紹介 練馬区内在住・在勤・在学者対象 抽選30名 申込6日まで(フォーム) 問/☎6904-6403

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

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／4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6月末日



「ザ・スーパーマリオブラザーズ・ムービー」
4月28日公開
© 2022 Nintendo
and Universal Studios
配給：東宝東和

任天堂の大人気ゲームソフト「スーパーマリオブラザーズ」の世界を原作とした3DCGアニメーション映画。世界支配をもくろむクッパに対し、マリオやルイージ、キノコ王国のピーチ姫やピノキオたちが協力して立ち向かう。※4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 ランチビュッフェ招待

有効期限6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」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6月末日



「ヴィレッジ」4月21日公開
© 2023「ヴィレッジ」製作委員会

夜霧が幻想的な集落・霞門村(かもむら)で育った主人公・優は、近くの山にある巨大なゴミ処理施設で働きながら母の借金返済に追われ、希望のない日々を送っていた。ある日幼馴染みの美咲が東京から戻ってきたことで、物語は大きく動き出す…。

練馬区東大泉 2-34-1 オズスタジオ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6月末日



「名探偵コナン 黒鉄の魚影(サブマリン)」
4月14日公開

©2023 青山剛昌/名探偵コナン製作委員会

世界中の警察の防犯カメラをつなぐ海洋施設の稼働に向け、各国のエンジニアが東京・八丈島に集結。一方、八丈島へホエルウオッチングに来ていたコナンたちは、女性エンジニアが黒ずくめの組織に誘拐される事件に遭遇。絶体絶命の海洋頂上決戦が今始まる…。

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

5組
10名様

パナソニック汐留美術館

⑤ ジョルジュ・ルオー

— かたち、色、ハーモニー —



ジョルジュ・ルオー(受難(エック・ホモ))
1947-1949年 ボンビドゥー・センター、パリ/国立近代美術館
Photo © Centre Pompidou, MNAM-CCI, Dist. RMN-Grand Palais / image Centre Pompidou, MNAM-CCI / distributed by AMF

19世紀末から20世紀前半のフランスを代表する画家・ルオーが自身の芸術を語るのに用いた「かたち、色、ハーモニー」をキーワードに約70点を展示。同時代の芸術や社会動向、2つの大戦にも触れながら、その装飾的な造形の魅力を探る。4月8日～6月25日 一般1,200円 他

港区東新橋 1-5-1 パナソニック東京汐留ビル4F
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組
10名様

東京ステーションギャラリー

⑥ 大阪の日本画



中村貞以「失題」1921年、大阪中之島美術館

商業都市として独自の文化を形成してきた大阪は、自由な芸術表現を花開かせた。明治から昭和前期にかけて活躍した北野恒富や島成園ら50名以上の日本画家による華やかで洗練された作品150点を紹介し、大阪芸術の独自性に迫る。4月15日～6月11日 一般1,400円 他

千代田区丸の内 1-9-1
☎ 03-3212-2485

5組
10名様



歯科医院 / 接骨院 / 生活関連

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



一般歯科・小児歯科
カントーデンタルクリニック

(P-6) 練馬区春日町6-16-21 焼肉「楽-」2F
 ☎ 3990-6487 kantodental.com

😊
「1本の歯を大切に」をモットーに、できるだけ抜かない治療を心がけています。初診・急患随時対応。審美・予防もおまかせください。
 診療：10時～13時/15時～18時30分(土17時)
 休診日：水曜・日曜・祝日

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.harichiryu.com>

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

身近な一街の法律家
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>
 (B-1) 板・赤塚 3-19-9
 メール: eino431@icloud.com
 ☎ 070-3356-0325

光が丘 通称 島園 きらぼし銀行 サミット 三浦豊店 三浦豊店 線馬春日町駅 A3出口 交番 富士街道
 (E-4) 練・春日町6-3-1
<http://www.miura-tatamiten.com>
 ☎ 3999-1767

(株)三浦豊店
 お部屋も気かまざわやかに
 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和みをお届けいたします。

i-life.net/about-ilife/
 千代田区岩本町3-2-4
 9時～18時(月～土) 株式会社あいらいふ
 ☎ 0120-007-097

あいらいふ入居相談室
 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

練馬駅前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>

Nerima Base(ネリマベース)
 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。

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

OLC総合法律事務所
 成増駅北口より徒歩3分
 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 大所 雄介



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

光が丘法律事務所
 安心と笑顔をお届けします
 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

NEW

三代目、2児の父です!
hoshi300tatami305.com
 (F-2) 板橋区四葉 1-12-5
 ☎ 8時～18時(日祝休)
 ☎ 3938-5623

ホシ畳インテリア
 おかげさまで創業70年。国家資格畳製作1級技術士の確かな技術で、親切丁寧な仕事が自慢です! お気軽ににご相談ください。

Kacco 川柳

にしゅう跳びもうムリ今はにしゅうアゴ (鯉子)

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。

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

ホリスティックセラピー アイ
 光が丘で体ごと心の癒し
 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。

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

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お気軽にご来院ください。初回限定お試しコース45分 4千円/リラクスマッサージ30分3千円 他

月刊 Kacco 発行のほか、印刷物・ホームページ作成
株式会社 協同クリエイティブ
 板橋区成増 2-10-3 三栄ドメール 202
 (B-2) ☎ 3975-7143 kacce.co.jp

hair salon HaRu
 (E-4) <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)

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。癒やしとの空間でお待ちしています!

読者のおすすめコメント

関東デンタルクリニック P.24
 埼玉に引っ越した父が、変わらずこちらに通っています。 43才 女性
まごころサポート P.24
 夏に草刈りをしていただき、大変助かりました。 73才 女性
カフェレストランわれもこう B-5
 ナポリタンはなつかしい味、ミニサラダもうれしいです。店内で販売している乾燥タイプのきのこスープや野菜スープもおススメです!

41才 女性
ステップアカデミー B-7
 塾長をはじめとする先生方が親身になってサポートしてくださいました。自習環境も整っています。 19才 女性
イタリア食堂 B-8
 ラム肉の料理がおいしいお店です。光が丘まで足を運ぶ価値があります。 59才 男性
ぬかりや医院 E-2
 子宮がん検診でお世話になっています。先生のすすめで乳がん検診にも行きました。男性の先生ですが婦人科の相談

もしやすいです。 64才 女性
めばえるカフェ+ E-4
 開催されている講座でハーブなどを学んでいます。どの講座も魅力的で、好奇心をくすぐられます。 51才 女性
マルセラン E-4
 昔からとてもおいしく、店主の温かい人柄が好きで利用しています。サービス券もあってお得です。 64才 女性
山下園 E-5
 きれいなお店で、お茶がとてもおいしくて気に入っています。 78才 女性





練馬こぶしハーフマラソン
4年ぶりの開催。雨にも負けず、約5,000人のランナーが桜とコブシに彩られたコースを走り抜けました。(3月26日 光が丘公園とその周辺)



練馬つながるフェスタ
地域で活動する30以上の団体が集まり、ワークショップや物販、体験コーナー、パネル展示などを行い、多くの来場者で賑わいました。(3月4日 ココネリ)



練馬区商業まつり
各商店会の歳末売出しで特賞を当てた方1,300名が観劇に招待されました。練馬文化センターが改修工事のため、明治座で開催。(3月21日)



としまえんにあったミニサイクロンの車両が、仙台の八木山ベニーランドで運行開始! 多くのとしまえんファンが訪れました。(読者提供)



としまえんの跡地に6月16日オープンする「ワーナー ブラザース スタジオツアー東京 -メイキング・オブ・ハリー・ポッター」のフラッグ。(3月3日撮影 練馬駅前)



Happy Easter♪
(3月27日撮影
四季の香ローズガーデン)

今年は桜の開花が早かった! (3月22日撮影 光が丘公園)



区民が気軽に農業体験できる「練馬区立高松みらいのはたけ」がオープン。開園式には地域の児童ら約120人が参加し、ジャガイモの種子植付け体験を行いました。(3月19日 高松)

練馬・板橋の写真を送ってね♪

「#Kacceフォト」大募集!!



あなたの写真がKacceに載るかも!?
Kacceの公式SNSアカウントのいずれかをフォローし、ハッシュタグ#Kacceフォトを付けて、練馬・板橋のお気に入りのスポットや風景、イベントなどを投稿してください。非公開アカウントからの投稿は無効です。



Twitter



Facebook



Instagram

※掲載させていただく場合は、Kacce公式アカウントからDMをお送りします。



答えはフッカツサイ

1	ト	2	ミ	3	タ	4	ロ	ウ	5	フ
6	ツ	ツ	ジ			7	シ	8	キ	ジ
9	ク	ギ			10	オ	オ	ス	ミ	
	リ			11	ス	ダ	ジ	イ		
		12	ネ	リ	マ	ル			13	セ
14	マ	リ	ツ	キ				15	モ	リ
16	カ	ー	プ			17	サ	カ	エ	

「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 4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
月刊かせ

〒	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
	(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!		
4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

★WBC盛り上がりでしたね！ スートバー選手のお母様は同じ年、ソフトボール部で出身地も近いので昔、試合でお会いしたかも…。勝手に親近感を感じてしまいました(笑)。(N・T)

★練馬こぶしハーフマラソンの取材へ。雨でびしょ濡れになりながらも一生懸命走るランナーの姿に胸アツ。沿道の皆さんと一緒に熱い声援を送ってきました！(Y・I)

★WBC、リアルタイムでは見られなかったけどすごい試合ばかりだった。あまりにも劇的な展開すぎて、マンガ家さんや編集者が困っているとか…(笑)。(M・S)

★3月からマスクの着用も緩和されて、長いトンネルを抜けて少しずつ日常が戻ってきた。今年の春は去年と違って清々しいが、マスクがないのも寂しくも感じるなあ。(A・Y)

★推しの地下アイドルのライブ(現場と呼びます)も慣れてきました。でんぐり返しにラジオ体操、なんでもアリの現場はまるでオタクの運動会。翌日は全身幸せの筋肉痛。(S・N)

★ドラマよりドラマチックだったWBC。日本チームの結束力、信じる力、諦めない心にしびれ、録りまくったワイドショーやらを見続け、今も幸せな余韻に浸っている。(K・O)

★小さな子どもに「大人になったら春休みはないの?」と聞かれた。「長い夏休みもないんだよ」と言いたかったけど、やめた。いつかがく然とするんだろうな！(J・T)

Kacce

月刊 かっせ

4月号 2023年4月1日発行 通巻第471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】

子どもの頃よく食べていたおやつやお菓子、それにまつわる思い出やエピソードを教えてください。

開店・閉店やイベントなど、地域的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す

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



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!



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 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)

- ◆ 4月7日(金)～
仕掛人・藤枝梅安 第二作
バリタクシー
 - ◆ 4月14日(金)～
名探偵コナン 黒鉄の魚影(サブマリン)
 - ◆ 4月21日(金)～
東京リベンジャーズ2
血のハロウィン編 -運命-
ヴィレッジ
 - ◆ 4月28日(金)～
ザ・スーパーマリオブラザーズ・ムービー
劇場版「TOKYO MER ～走る緊急救命室～」
聖闘士星矢 The Beginning
- ※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。

地元で宣伝するなら Kacceにおまかせ!

特集広告の年間予定

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 **募集中**

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

医療機関のみなさまへ

広告を掲載
しませんか?



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。
広告原稿からお任せください。



詳細はこちらから

「いざというときに役に立つ」
「保存版として1年間手元に置いている」
「Kacceで医院を探した」と読者に好評!
毎年多くの声が寄せられています。
案内をご希望される方は、下記までご連絡ください。



月刊 Kacce 編集室

(株)協同クリエイティブ

板橋区成増2-10-3 三栄ドメール202

☎ 03-3975-7143

✉ kacce11@kacce.co.jp

kacce.co.jp

