

練馬・板橋のタウン誌

2023 vol.473

Kacce

月刊カッセ

6

TAKE
FREE ¥0

練馬・板橋で楽しむ

アジサイ彩々

編集長の
チャレンジ!体験記

読者の声か
もりだくさん!
読者プレゼントも
あるよ!



ご自由に
お持ちください

地元で楽しいこと探そう!

成増産院

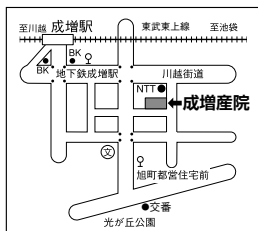
産科・婦人科

院長 田村 彰浩

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

☎03-3975-1111

診察予約システムを
導入しました



こんにちは赤ちゃん

ふうか
颯花ちゃん
5月8日生まれ
和光市
野原さん夫妻の長女



お母さんから一言

「長男の時は里帰り出産だったので、今回はパパにとって初めての新生児。こわごわ抱っこしています(笑)。颯花の名前は、パパの出身地、沖縄の方言で“おめでたい”を意味する「かふう」をイメージしました。早くみんなで沖縄の海に行きたいな～！」

成増産院
ホームページ



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

インスタグラム
始めました！



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

安尾 信 先生の健康相談コーナー

「脳卒中中の病気に要注意」

ご心配な方、脳ドックをお受け下さい。

要注意

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？

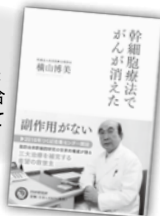
問 脳卒中の発症で起こる主な障害は？
答 指先にしびれがきたり、舌がもつれて話ができなくなったり、記憶に異常が生じたり、半身がマヒして手足を動かせなくなったりします。脳のどの部分かどの程度の障害を受けたかによって、現れる症状が違ってくるのです。

問 50歳以上、またはひどい頭痛や手足のしびれ、めまい、それら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。

「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て先までハガキにてお申し込みください。



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



医新クリニック
安尾 信 先生

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



CONTENTS

- P.4 練馬・板橋で楽しむ
アジサイ彩々 (いろいろ)
- P.6 みんなに教え隊!
- P.7 佐藤勝彦先生の宇宙教室
- P.8 編集長のチャレンジ! 体験記
「女性のための治療院」
- P.10 読者アンケート
子どもの頃よく食べていたおやつ&お菓子
- P.12 散歩ウォッチング
イジユ
- 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.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「かっ&ば
せー!」のかけ声「かっ
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。

～練馬・板橋で楽しむ～

いろいろ

アジサイ彩々

この季節、さまざまな色合いで私たちの目を楽しませてくれるアジサイ。地元でアジサイが楽しめるスポットと、アジサイの雑学をご紹介します！

練馬に里帰りしたヒメアジサイ

牧野記念庭園（練馬区東大泉6-34-4）

NHKの朝ドラ「らんまん」の主人公のモデルとして、いま注目の植物学者・牧野富太郎博士。昭和初期、長野県戸隠の山麓にある人家で在来のもとは異なるアジサイを発見し、女性的で優美な姿から「ヒメアジサイ」と命名。自宅の庭（現：牧野記念庭園）に植えて愛でていたそうです。博士の没後、その1枝を次女の鶴代さんが高知県の牧野植物園に贈り、大切に系統保存されてきたものが、牧野博士生誕160周年を記念して昨年5月、大泉の牧野記念庭園に里帰りを果たしました。博士の晩年の様子を再現した書齋や、練馬に帰ってきたヒメアジサイを見ながら、この地で晩年の30年を過ごした博士に思いを馳せてみてはいかがでしょうか。



澄んだ青空のような美しい花色のヒメアジサイ。花房が5個に分かれているのが特徴



圧巻の1,700株!

出井の泉(でいのいずみ)公園 (板橋区泉町24)

2002年、自然の湧き水が出る旧清水児童遊園が出井の泉公園と改名された際、地域住民の要望でアジサイが植栽されました。崖の斜面に密生する約1,700株にのぼるアジサイは圧巻! 清水地区の11町会で育てるアジサイを楽しみながら巡る「あじさいウィーク」は、6月10日(土)~25日(日)開催。

●オープニングセレモニー 6月10日(土) 11時~
出井の泉公園にて。模擬店、カラオケ、アジサイ苗の販売(先着50名・10時30分より整理券配布)



出井の泉公園の斜面に咲き誇るアジサイ



そのほかの アジサイスポット

- 浮間公園(板橋区舟渡2-14)
- 石神井公園(練馬区石神井台1-26-1)
- 練馬城址公園(練馬区春日町1-1)
- 四季の香ローズガーデン(練馬区光が丘5-2-6)

アジサイ雑学



日本原産が逆輸入された!?



手まり咲きのアジサイ

アジサイの原産地は日本。原種は関東を中心とした山野に自生するガクアジサイで、品種改良された手まり咲き(球状)のものをアジサイと呼んでいます。

日本のアジサイに魅せられたシーボルトがヨーロッパへ持ち帰ったあと、盛んに品種改良が行われ、数多くの品種が西洋アジサイとして日本に逆輸入されました。

英語名はハイドラングア

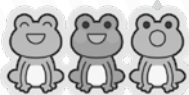
アジサイは英語で「Hydrangea(ハイドラングア)」と言い、ギリシャ語では「水の器」の意味。水を好むアジサイらしい名前ですね。正確には、ハイドラングアは品種改良された西洋アジサイのことを指します。

花はどこにある?

花のように見える部分は、実は花ではなく、ガクなんです。それぞれのガクの中心部に見える小さな粒が本当の花「真花」。ガクアジサイの場合は、ガクが発達した「装飾花」の中心部に固まって咲いている小さいツブツブが真花です。装飾花が真花をまるで額縁のように縁取っていることから、ガクアジサイと名付けられたそうです。



アジサイの原種であるガクアジサイ



なぜ色が変わるの？

アジサイの色は土壌の pH により、酸性なら青系、アルカリ性なら赤系になりますが、色の変化には、アントシアニン・補助色素・アルミニウムなど、さまざまな成分が深く関係しています。咲き始めてから、淡い黄緑→青→赤→緑、と色素が分解されて色が変化する種類もあります。アジサイの七変化は、化学の世界！



花言葉いろいろ

アジサイの花言葉「移り気」「浮気」「無常」は、どれも色が変化することに由来しているよう…。アジサイを贈られたら、ちょっとモヤっとしそうですね(笑)。でも、青は「辛抱強い愛情」、白は「寛容」、ピンクは「元気な女性」など、色によって異なる花言葉もあるので、アジサイを贈る時は相手のイメージに合わせて色を選んでみては？

食べるな、危険！

アジサイの葉や茎、花には毒があります。過去には、飲食店の料理に添えられていたアジサイの葉による中毒事件も起きています。風流だからとアジサイの葉を料理に添えたりしないよう、ご注意ください。また、ペットの散歩中に、ペットがアジサイの葉を口にしないよう気を付けましょう。

みんなに 教え隊！

読者の皆さまから
の情報をご紹介します♪

●炭火たい焼き1年生
(大山町25)

ハッピーロード大山にオープン。カレーたい焼きもあります！
(64才 女性)

●ratonlaveur (ラト

ンラヴール)(成増3) 湖池屋本社近くにオープンした焼き菓子メインのケーキ屋。フィナンシェやミニバウンドケーキがあり、おしゃれでセンスの良いお店です。
(29才 女性)

●No.1000-sen- (赤塚2)

下赤塚駅の商店街に2月にオープンしたワインバル。
(57才 男性)

●うお菓子屋 (赤塚新町3)

赤塚新町に駄菓子屋さんができた。(51才 女性)

●FLUFFY DONUTS+C (フラフフィー ドーナツ)

(蓮根2) 蓮根駅近くにオープン。イートインスペースがあり、カレーやコーヒーもあります。
(63才 女性)

●目利きの銀次 練馬平和台駅前店 (平和台4)

昨年10月にリニューアルオープンしたようです。

キッズルームがあるのでママさんたちの評判がよいです。
(40才 女性)

●大阪王将 練馬店 (豊玉北5)

練馬駅の西口近くに4月20日オープンしました。
(70才 男性)

●和紅茶専門店 SANKODO (東大泉1)

大泉学園駅北口に和紅茶のお店を発見。
(61才 女性)

●西洋菓子おだふじ 大泉学園店 (東大泉2)

店の外にお菓子の自動販売機ができました。定休日や時間外にも買って便利。
(38才 女性)

●京都 古都果 (貫井1)

中村橋駅近くにフルーツサンドのお店ができていました。とてもおいしいです。
(55才 女性)

●ロイヤルホスト光が丘IMA店 (光が丘2)

IMA 東館に4月25日オープン！
(31才 女性)

●サンドイッチのお店Merci (光が丘2)

光が丘IMAの高級食パン屋「ラバン」の跡にできました。
(64才 女性)

●ピッコラ・イタリア (旭町1)

ずっとお休みしていましたが再開しました！
(45才 女性)

宇宙教室

「双子の星」
連星っておもしろい!2つの星がお互いに
回り合う

夜空に輝く星のほとんどは、太陽のように自ら燃えて輝く星であり、恒星と呼ばれます。恒星の中には、2つの星が重力によって引かれ合い、回り合っているものがあります。これを連星といい、双子星(ふたご)とよばれることもあります。

地球などの惑星(自分では光らず、恒星の光を反射して輝く星)が太陽の周囲を回っていることは、皆さんもご存じでしょう。連星はそれとは違い、太陽のよ



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。

うな恒星同士がぐるぐると回り合うものです。

冬の1等星であるおおいぬ座のシリウスを望遠鏡でのぞくと、すぐそばに小さな星が見つかります。シリウスはこの小さな星と連星になっていて、下の図のような動きで、1周到約50年かけて回り合っています。

太陽も誕生当初は
連星だった?

連星には、3つ以上の星が回り合っているものもあります。3つの星が回り合うのは3重連星、4つのものは4重連星とい

います。北極星は3重連星で、オリオン座の1等星リゲルは4重連星です。さらには5重連星や6重連星、そして7重連星まであることがわかっています。

一方、太陽のように、他の星と連星になっていない恒星を単独星といいます。ですが、太陽も誕生当初は連星になっていたという学説もあります。

連星が天文学上の
大発見をもたらした

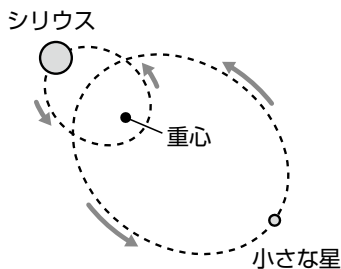
連星は、ブラックホールの発見と深い関わりがあります。ブラックホールは重力が非常に強く、光も何も出さないのので、見つけることは非常に困難です。

しかし、ブラックホールがすぐ近くの星と連星になっている場合があります。この時、ブラックホールは強い重力で相手の星からガスを奪い取り、自分の周囲に超高温のガスの円盤を作ります。このガス円盤からX線が

放たれるので、それを観測することでブラックホールを見つけることが可能なのです。

また、重力波の発見にも連星が寄与しています。重力波は時空の伸び縮みが光の速さで伝わるものです。アインシュタインが存在を予言して以来、100年間も発見できまなかったが、連星を成す2つのブラックホールが衝突・合体する際に重力波が発生することがわかりました。このように連星は天文学上の大発見をもたらしてきたのです。

(構成・中村俊宏)



シリウスと連星を成す小さな星は、重心という点の周囲をぐるぐると回り合う

まずはカウンセリング



インテリアやアロマにこだわった心地良い空間でカウンセリング。体の不安に関する質問にも

**安心してくつろげる
プライベート空間**
光が丘団地の1室を訪れると、そこは治療院というより、プライベートサロンのような完全個室。どんなことでも気兼ねなく安心して相談できる環境は、けっこう重要なポイントですよ。原さんの柔らかい物腰と優しい笑顔のおかげで、最初から超リラククスモード♪

たたく凝りや痛みが出にくい体にすることを目指しています。「凝りや痛みの原因は日常生活の中に潜んでいることが多いんです。たとえば柔らかいソファに寝そべってテレビを観ているとか、足を組んで椅子に座っているとか。無意識でやっている行動や姿勢を見直す」と解消することもありますよ」
そういえばKacceの締め切り前は、知らないうちに首や肩

**筋力バランスを整える
運動療法**
ボディセラピーの特徴は、運動開始！

Kacce 編集長の

チャレンジ! 体験記



女性専用の治療院で 体の改善にチャレンジ!

慢性的な腰痛に加え、背中も肩もガチガチに凝っていてツライ…(涙)。どうかしたい!と駆け込んだのは、「女性のための治療院のどか」。体を改善するためのボディセラピーを体験してきました。

女性のための治療院のどか原かおりさん。あん摩マッサージ指圧師(国家資格)。バランスの取れた体づくりを目指した施術・指導を行っています



リンパマッサージやリラクスマッサージなど数あるメニューの中から、「一番人気という」ボディセラピー」を体験してきました。私の体、すべておまかせします(笑)!

凝りや痛みの 原因を探る

ボディセラピーは、

体の状態をチェック



体のゆがみやバランスをチェック中

運動療法



弱い筋肉がどこかを見極め、ゆるい動きで重点的に筋力を強化していきます

マッサージ&指圧



最後は、凝っているところを中心に体全体をほぐしてもらいました。気持ち良くてウトウト…

こんな方におすすめ

- 慢性的な凝りや痛み
- 疲れやすい、眠れない
- 更年期障害、生理不順
- 不調はないが健康を維持したい
- のんびりリラックスしたい



…etc



■ 女性のための治療院のどか
練馬区光が丘3-8-12 (P.16参照)
9時~20時 完全予約制 不定休
初回限定お試しコース→45分4,000円

「動療法を取り入れていくこと。運動というとハードルが高そうですが、実際には軽く体を動かすだけなのでご安心を。私の場合、この日のターゲットは上腕三頭筋。筋肉を意識しながら、腕の上げ下げをゆっくり10回。「バランスの良い体や姿勢を保つために必要なのは筋力。年齢と共に左右の筋力バランスが崩れると強い筋肉が働きがちなので、運動療法で弱い筋肉を強化していきます」

慢性的な症状の場合は、効

果が出るまで週1回位のペースで通うのが理想とのこと。
また、自己流の運動をやり過ぎたり、ウォーキングをしながらの歩き方が悪かったり：良かれと思つてやっていたことが体に負担をかけていたという残念な例も多いそうです。

女性の視点で寄り添う

以前は会社勤めで多忙を極めていたという原さん。心身共に疲弊し、鍼やマッサージなどを渡り歩いたものの、通いたいた

思う所がなかったと言います。「隣のベッドとの仕切りがカークテン1枚だけで話しづらかったり、男性の先生だと理解してもらえていないのかモヤモヤしたり。それなら自分が行きたいと思う場所を作ろうと、学校に通い、開業しました」

60分の施術を終えると、体だけでなく心も癒やされ、セラピー効果は抜群でした！10代〜80代の幅広い年代の女性に通っているそう。気になることがある方は、ぜひご相談を！

編集長の取材後記

実際に施術を受けてみて、思っていたより全身ガチガチでひどい状態だったことが判明。自分の体のことって意外とわからないものですね…。取材のおかげで、体とじっくり向き合う良いきっかけができました。凝りや痛みとおさらばするため、体を労わりながらしばらくお世話になると思います！結果に乞うご期待(?!).



施術後は
ローズヒップティーで
ホッとひと息♡

読者アンケート

子どもの頃よく食べていたおやつ&お菓子!

子どもの頃の思い出は、懐かしいあの味と共によみがえる…!?



夢中になったあの味!

◆グリオの「ペロティチョコ」。ホワイトチョコの上に可愛いイラストがチョコレートでプリントされており、お小遣いを貯めては毎回違うイラストをなめて楽しんでいました。今思うと、どれも同じ味なのにね。 59才 女性

◆ヨックモックの「シガール」。ストローにしてカルピスを飲んだりしていました。 58才 女性

◆「よつちゃんイカ」が大好きで、今もよく買っています。でも子どもの頃は、遠足に持って行くと少し臭うので好きな男の子に嫌われるかもしれないと思い、あまり好きではなかった女子向けのラムネを買っていました。 37才 女性

◆紙芝居で売られていた梅ジャムや、リヤカーで引いて回っていたトコロテンをよく食べていました。 63才 男性

◆プラスチックのメロン型に入ったメロンシャーベット。いつも食べる10円の棒アイスもおいしかったが、このシャーベットはたまにしか食べられないので特別感があつた。 68才 女性

◆ポン菓子。ポン菓子屋さん cameたら、バケツ、砂糖、お米を持ってポン菓子を作ってもらった。ポン!という音が楽しかった。 70才 女性

◆「ココアシガレット」を指にはさんでプカ〜ッとタバコを吸う真似

をしていました。 72才 男性

◆食品添加物の害が世間で騒がれる前、とんでもない色のお菓子を食べては、色が移った舌を出し合ってみなで遊んでいました。おいしくはなかったが食べていました。 72才 女性

手作りおやつ

◆甘い物は食べなかつた私ですが、祖母の手作りおいなりさんをよく食べていました。油揚げとお米だけのシンブルなものが、甘みよりも酸味が強いのが特徴です。手づかみでモリモリ食べていました。 19才 女性

◆アップルパイ。母が調理師だったので、おやつはいつも手作りでした。当時は市販のおやつを食べたいなと思っていましたが、健康で過ごせたのは母の手料理のおかげだと思えます。 38才 女性



大人になって

◆戦時中は岩手県に住んでいたのですが、秋は早起きして栗拾いをしたり、春はヨモギを摘んで団子を作ってもらったりして、おやつを食べていました。 85才 女性

◆友達が遊びに来ると母がよく柿をむいてくれた。「せつかく友達に来てくれるのに柿かあ!」って思っていたけど、今食べる柿はあの頃の記憶の味とはまるで別物!とてもおいしくて、食べるたびに感激する。 23才 女性

◆缶詰の「缶プリン」。大人になつて食べてみたら、感動が薄かった。 58才 女性

幸せな場所

◆きなこ棒。おばあちゃんがやっている近所の駄菓子屋さんによく行っていました。その場でくじの

当たりを見て一緒に喜んでくれる可愛いおばあちゃんでした。

駄菓子屋のショーケースにプリクラを貼る文化があったのです

が、10年以上経った今も当時のプリクラが貼られていて、感慨深いです。

24才 女性

◆駄菓子屋のヨーグルト「モロッコヨーグル」。

夏休みに友達と一緒に自転車をこいで毎日のように通いました。数十円を握りしめて駄菓子屋さんに行くのは何であんなに幸せだったんだらう。

31才 女性

◆ミナツネの「あんず」が甘酸っぱくておいしかった。

スーパ―には売っていなかったたので、遠くの駄菓子屋まで行き、箱買いしてもらっていました。

52才 女性

◆近所の駄菓子屋さんの手作り水あめ。今では考えられませんが、円柱形のタッパーから割りばしですくい、「口を開けて」と言つて口の中に入れてくれました

た。確か水色で、とっても甘くて、お店のおばあちゃんが優しくしたな。

56才 女性

復活して！

◆「カール」一択です。毎日1袋ずつ食べ続け、大人になつても食べ続けてきたのに、関東での販売が中止に！ 買い占めました。今が数日で食べ尽くしました。今は通販があるので何とかなるのですが…。

53才 男性

◆「寶石箱」という名のアイス。見たことのないようなキラキラ感で「わあああつ」って感じでした。復活してほしいです。

61才 女性

家族との思い出

◆ラムネ瓶みたいなプラスチック容器に入ったラムネ菓子。夏の暑い日、本物の瓶のラムネを

おじいちゃんが買って来て、両手にラムネとラムネ菓子を持って2人で乾杯したのがいい思い出です！

30才 男性

◆東ハトのスナック菓子「100てん満点！」。テストで私に満点を取ってほしいと、母が買ってきました。試験当日の朝、このお菓子を食べて100点を取ったことを覚えています。

52才 女性

◆シスコ製菓(現・日清シスコ)の「エースコイン」をよく食べました。寛永通宝、和同開珎などと書かれた丸いコインの形をしたクッキーです。母も大好きで、子どもの頃食べていたのと。昭和30年に販売開始されたようです。

38才 女性

◆母と商店街に買い物に行った時に食べたおやつ。牛乳屋さんの奥に座って食べたビンのヨーグルト。おでん屋さんの串刺しのはんぺんに、肉屋で買ってもらったコロケ…懐かしいです。

64才 女性



IMAホール公開講座「いまなび」無料

第1回 6月13日(火)
◆開演 11:00 (開場 10:30)
テーマ「防災」

漫才	ミニ講座
	
キラーコンテンツ	時東あみ (タレント・防災士) 木曾さんちゆう

今(いま)・学び(まなび)たい日常のアレコレを、買い物や合間に楽しく身に付ける「いまなび」。落語・漫才・コントで楽しくわかりやすく伝える「出前寄席」と、暮らしに役立つ「ミニ講座」の2本立てで開催します。

※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/>

春風亭正朝とその仲間たちによる

IMA 寄席

第393回 6月16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。



イジュ

そろそろ梅雨入りの頃。アヤメ科の花
菖蒲は江戸時代に野生種から改良された
園芸品種で、ピンクや紫、白の花びらの
中央に見えるわずかな黄色が目印です。
品種は2,000種以上とも言われています。
ちなみに端午の節句に用いられる葉
菖蒲はサトイモ科ショウブの葉で、別の
種です。



イジュ

6月はアジサイが咲く季節でもあり、
梅雨入り前の青い空と青い花は、まさしく
“青の季節”。「紫陽花や帷子時の薄浅黄」という芭蕉の句が思い出されます。
帷子時(かたびらどき)は麻の一重の着物を着る時期を指し、浅黄色(あさぎいろ)は新選組の羽織の色でもある藍染の薄い水色。紫陽花の語源はアジ(集)サイ(藍)で、別名「四葩(よひら)」とも呼ばれます。

今月は街中の散歩で見かけたツバキ科の「イジュ」(別名：ヒメツバキ)をご紹介します。
奄美大島以南に自然分布し、沖縄や台湾の亜熱帯に自生する樹木です。
樹皮は暗褐色で大きな皮目が散在し、新しい枝は緑色。長い楕円形で鋸歯縁の葉は枝先に集まって互生し、葉身は8～16cm。花は直径5cm前後の白色で枝先にまとまって見えますが、枝先の葉柄に付いているのは1個の花です。花弁は5、6個で浅いお椀状にへこみ、基部はわずかに合着。雄しべは多数で雌しべは1個、5～6個あるガク片は花弁と一緒に落下します。最近は、東京でも植栽が増えているようです。

五月晴れは、梅雨の合間の気持ち良い晴天。清々しい気持ちで散歩をお続けください。

※ Kacoeのスタッフブログでもご覧いただけます。



イオンシネマ板橋

東武東上線東武練馬駅北口下車すぐ
全スクリーン 音響スピーカーリニューアル

コロナウイルス感染症予防について

マスク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)

- ◆ 6月2日(金)～ 怪物 湯水
- ◆ 6月9日(金)～ リトル・マーメイド
- ◆ 6月16日(金)～ ザ・フラッシュ スパイダーマン：アクロス・ザ・スパイダーバース 劇場版「緊急取調室 THE FINAL」
- ◆ 6月30日(金)～ 東京リベンジャーズ2 血のハロウィン編 - 決戦 - インディ・ジョーンズと運命のダイヤル

*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。



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

Kacceを見て、中町氷菓店の生いちごのかき氷を食べに行きました。甘酸っぱいいちごがすごくおいしくて満足しました。豊島園駅がリニューアルし、ハリ・ポッター仕様になっていてワクワクしました。

☆ 練・豊玉中 54才 女性

豊島園エリアのなごみスポット

特集がお気に入りです！こんなにオシャレなかき氷屋さんがあったと知り、うれしいです！最近暑くなってきたので早速かき氷を食べに行きます(笑)。

☆ 練・春日町 19才 女性

読者アンケートの「ポイ活耳寄り情報」がとても参考になりました。自分もポイ活をやっている方だと思っていました。が、知らないことがいくつもあり、本当に耳寄りな情報でした。

☆ 練・石神井台 64才 女性

ポイ活特集が良かったです。練馬区ならではのポイ活が毎号載っているとうれしいです。

☆ 練・小竹町 54才 男性

表紙のようなツバメの巣があり、ヒナがさえずっているのを見



ました。こういう光景がだんだん少なくなつて寂しいですね。

☆ 練・田柄 55才 女性

Kacceを見て熊野こいのぼり祭り(くまくま神社)に行ってみました。たぐさんのこのほりに大人も何

だかワクワクし、元気をたくさんもらえました。

☆ 板・中台 64才 女性

Kacceシアアの会の提案がありました。年齢を重ねた今、地元

の練馬で友達を作る機会がほしいです。コロナ禍を経ていろいろ考えさせられたので、近くに仲間がいたら心強いと思います。

☆ 練・中村 58才 女性

先日、Kacceに載っていて気

になっていた成増のコッペ田島に行ってみました。オープンしたてということもあり、結構並んでいましたが、惣菜系のパンや甘いパンもあり、思っていたよりメニューが豊富！ドリンクもたくさん種類があり、駅からも近いのでおすすめです！

☆ 練・田柄 31才 女性

Kacceと私

父が長崎県の高齢者施設に入っています。時々、手紙や写真と一緒に、Kacceに載せていただいた川柳を送ったりしていただきます。父からは、不自由な手で一生懸命書いた趣味の短歌が送られてきます。涙が出るくらいうれしいです。コロナも落ち着き、面会ができるようになったので、6月はKacceを持って会いに行きます。

☆ 練・光が丘 57才 女性

小学生の頃、ハガキに絵を描

いっ！Kacceに送っていました。懐かしい…。1、2回掲載されたことがあり、とてもうれしかったことを思い出しました。昔のKacceを見てみたいなあ。

練・錦 42才 女性

地元の楽しみ

子どもが、照姫まつりの舞台や照姫行列に参加しました。当日は劇中に雨も止み、約1000名が出演した舞台演技に終始感動でした。

練・富士見台 41才 女性

5月1日に練馬城址公園の一部が開園しました。ハリーポッターの施設は6月中旬にオープンするとのこと。としまえんを閉園して作ったのだから、一時的なにぎわいではなく、皆から長く親しまれる場所になることを願っています。

練・田柄 53才 女性

☆

光が丘で開催されたモンゴル祭り「ハワリンバヤル」に初めて行ってみました。某ゲームの影響でモンゴルが気になっていたの、軽い聖地巡礼のような気分ですごく楽しめました。ゲルの中に入ったりして異国の風と大陸の力を感じ、熱くなりました！

練・北町 31才 女性

GW雑記

SAITAMAプラチナルート乗車券を使って初めて秩父方面へ行ってきました。レトロな秩父鉄道や昭和感漂う街並みに癒やされました。

板・西台 60才 女性

☆

子どもと野球観戦に行ってきました。チケットは完売で満席！息子は初めての観戦だったので応援団の熱気と演奏に驚いていました。天気も良く、応援していたチームが勝利して最高の1日でした。

練・大泉町 46才 女性

☆

亀戸天神に藤を見に行きました。鳥居前のおせんべい屋さんで、とてもかわいらしいおばあちゃまが1枚1枚でいねいにおせんべいを手焼きしていました。下町らしい風景がいつまでも残ってほしいです。

練・田柄 29才 女性

☆

日本橋のイベント、東京アートアンティークに行きました。美術館、博物館は日時指定になっていた所が多く足が遠のいていました。今回は自由に画廊、古美術商のお店を楽しみました。伊藤若沖、上村松園などの日本画、中国古陶磁、ガンダーラなど。美しい物を見て、元気をいただきました。

練・大泉町 60才 女性

やれやれ…

自転車のヘルメットが努力義務化されたが、頭に重い物をかぶるのは抵抗がある。せつかくマスクから解放されようとした矢先、今度は頭から…という感じ。でも、安全第一で命を守ってもらおう。

板・赤塚 90才 男性

☆

コロナが少し落ち着いてきてワクチンも5回接種済み。やれやれと思っていたら、コロナワクチン6回目の接種券に続き帯状疱疹のワクチン接種券が届き…。もちろん罹患は避けたいけど、短期間で体の中にこんなにたくさんワクチン、なんだか不安。

練・春日町 65才 女性

☆

タンスの防虫剤を取り替えていたら、足りなくなってしまう買

いに行きました。すると、1袋が700gになっていました。以前は1袋1kgが普通だったのに、少し前に800gとなり、ついに700gに。ステルス値上げばかりで溜め息がでます。仕方がないので何軒か回り、安いお店で買いました。

☆ 板・幸町 59才 男性

毎回、妻に「その服着たことあるの？もう捨てたら？」と言われるのが、わが家の毎年の衣替えです！

練・三原台 70才 男性

心配ごと

毎朝、団地のペランダから富士山に向かって手を合わせているのだが、知人に「悩みがあるの!?! 早まらないでネ」って言われた。

☆ 練・光が丘 82才 女性

娘が小学校1年生になりました。なかなか学校に慣れず、体

調を崩しっぱなしです。先生とも面談をしますが、なかなか登校できません。本人の気持ちを第一に考え、保健室登校をしています。心配が尽きません。

☆ 板・赤塚 42才 女性

西武池袋線の時差回数券を何年も利用してきて助かっていたのに、3月で発売が中止となつてしまい、とても残念です。切符の温もりや手の感触の心地よさも同時になくなつてしまいました。

練・豊玉中 63才 女性

子どもの世界

近所に駄菓子屋さんが開店しました。子どもの笑い声や楽しそうなおしゃべりが聞こえ、街に活気が生まれました。近所の老夫婦も、子どもの声で元気にな



れると言っていました。コロナ禍で子どもも大人もつながりが薄くなった今だからこそ、必要なお店だなと思いました。

☆ 板・赤塚新町 51才 女性

連休に4、6、8才の孫(男児)が全員集合。スコップ、レーキ、移植ゴテなどを使って庭の土を掘り起こし、こぶし大の石を水洗いして「宝物」と称し、持って帰りました。デジタルやAIの時代と言われても、子どもの根源的な遊びは昔も今も変わらないな思いました。

☆ 新座市 66才 男性

子どもが使っていたランドセルを東武練馬のイオンに持ち込み寄付しました。きれいだったので、アフガニスタンの子どもにも使ってもらえたらうれしいです！ちなみに、送料だけはこちら持ちです。

板・成増 48才 女性

広告募集中!

申込締切6月13日(火)

Kacce 7月号 (7月1日発行)

「暑中見舞い」広告特集

★地域の読者に向けた、商品・サービス、イベントなどの告知に、Kacceの広告をぜひご利用ください!



★広告のデザインはおまかせください。18,700円(税込)～ 詳細はこちら

お問い合わせは Kacce編集室へ

☎ 03-3975-7143

✉ kacce11@kacce.co.jp



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

おかげさまで創業70年。
国家資格畳製作1級技能士
の確かな技術と、親切丁寧
な仕事が自慢です!
お気軽にご相談ください。

畳・襖・障子・網戸の張替え

ホシ畳インテリア



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

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)

暮らしの困りごとをお手伝い

まごころサポート



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

「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

介護施設の相談なんでも承ります

あいらいふ入居相談室



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

イベントやワークシヨップ
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

Nerima Base(ネリマベース)

練馬駅近くのレンタルスペース

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。

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。
*月ごとにカテゴリの
掲載順が変わります。

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。



nodoka-therapy.com
練馬区光が丘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
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/リラクセスマッ
サージ30分3千円、他



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
お客様の髪質・骨格などに
合わせてカット致します。
持ちが良いと大好評!
再現性のある似合わせカット
+Tt(初回) 6600円



初回
相談は
無料
https://eino.hp.peraichi.com
B-1
板橋区赤塚 3-19-9
メール:eino431@icloud.com
☎ 070-3356-0325

身近な「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つ
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



<http://olc-law.com>

B-1 板橋区成増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



B-4 練馬区春日町6-3-1
<http://www.miura-tatamiten.com>
 ☎ 3999-1767

お部屋も気かまさわやかに
(株)三浦豊店
 数年に1度の畳替え。お客様の笑顔が見たいから、厳選素材で最高の逸品を製作し、新しい畳のさわやかなみをお届けいたします。

安心と笑顔をお届けします
光が丘法律事務所



hikarigaoka-law.com/

B-8 練・高松4-6-1 ビステラス光が丘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

安心と笑顔をお届けします
光が丘法律事務所

Kacce


川柳

今年こそたてた目標もうどこへ

(M・N)

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/>




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

ホームドクターとして親切な診療を目指しています。排尿(出にくい、頻尿等)や前立腺、皮膚に関しお気付きの方もご相談ください。

内科・泌尿器科・皮膚科
秀ひでクリニック

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。



読者のおすすめコメント

Kacceの広告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。(4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
 孫がこちらで生まれました。優しい対応で安心してお任せできました。70才 男性

イオンシネマ板橋 P.12・23
 チケットの購入がすべて販売機となり、スムーズに席を選べるので楽です。56才 男性

OLC総合法律事務所 P.17
 Kacce法律相談の記事でもわかるように、本当に頼りになる弁護士さんです。以前お世話になりましたが、わかりや

すい説明で粘り強く対応していただきました。65才 女性

秀クリニック P.17
 とても優しい先生です。50才 女性

ワルツクリニック P.20
 家族に同行して伺いました。院内がきれいでした。43才 女性

伊藤内科小児科クリニック P.20
 遅くまで診療しているので、仕事帰りに受診できありがたいです。63才 男性

塙皮膚科 P.20
 昔から通っています。とても良い先生です。47才 女性

杉内医院 P.20
 子ども2人のかかりつけ医としてお世話になっています。混んでいてもスムーズで、て

いねいに話を聞いてきちんと説明して下さいます。優しい先生です。42才 女性

医新クリニック P.20
 設備がよく整っています。76才 男性

和気医院 P.20
 血液検査や予防接種などの注射が上手なので安心です。65才 女性

光が丘南 佐藤医院 P.20
 かかりつけ医として10年以上のお付き合いです。57才 男性

光が丘内田クリニック P.20
 二次健診で家族の悪性腫瘍を見つけていただきました。早期発見できたので今は元気です。73才 女性

6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

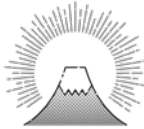
地元の情報

*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

7月1日(土) 9時～ 江古田の富士塚 山開き 江古田浅間神社(練・小竹町1)

都内最大級の富士塚に登ること
で富士登山と同じ御利益が得ら
れる 都内最大級の富士塚に登
れる機会は年3回!



●1月1日～3日 ●7月1日 ●9月第2土曜&日曜

6月3日(土) with nikoフェス

10時～ 板橋交通公園(大山西町21) ハンドメイド
雑貨の販売 キッチンカー ワークショップ 他
雨天延期(4日) <https://nikofes.com/>

6月4日(日) **フリマ** 光が丘公園(光が丘4)

9時～15時 ※雨天中止 問/タイムマシーンカン
パニー ☎050-3616-3300(月～土 9時～18時)

6月4日(日) ライフ・チャレンジ・ザ・ウォーク in NERIMA 9時～ 光が丘公園(光が丘4)

参加費1人100円 公園内のチェックポイントを時
間内に通過して景品をゲットしよう 子どもを含む
家族または2～5名グループ対象 申込順300名 申
込3日まで 申・問/SSC大泉 ☎3921-1300

6月4日(日) PROJECT HAJIMARI

13時～ 石神井公園ふるさと文化館(石神井町5)
社会貢献活動に取り組む登壇者4名の話聞き、自分
にできることや挑戦したいことを考える 高・大生対象
問/はじまりの場所 projecthajimari@gmail.com

6月6日(火) 0歳からの親子で楽しむ おとあー とコンサート 10時30分～ ココネリ(練馬1)

参加費500円(2才未満ひざ上無料) 未就学児と保護者
対象 申込順80名 申・問/おとあーと研究室
☎050-6879-3268(平日 10時～17時)

6月8日(木)・9日(金) ふれあいバザールね りま 10時～ 練馬区役所(豊玉北6) 区内17か

所の障害者施設による自主製品の展示販売会 雑貨・
ケーキ・ジャムなど
問/障害者施策推進課管理係 ☎5984-4598

開催中～10月9日(月祝) 企画展「牧野富太郎
草木とともに」 牧野記念庭園(東大泉6) 牧野富太
郎博士が若い頃や晩年に描いた植物図や『日本禾本草
植物図譜』ほかの植物の写真などから博士の人生に
迫る 問/☎6904-6403

開催中～8月20日(日) コレクション展「木彫
刻 佐藤昌月展」 郷土資料館(赤塚5) 板橋で長年
にわたり制作活動に取り組んだ木彫刻師・佐藤昌月
氏の作品を紹介 問/☎5998-0081

開催中～6月25日(日) 見る見わかる展
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 有毒な生物や環境に擬態
する生物など、「ナニカ」にそっくりな生きものたちを
展示 問/☎5920-1131

6月1日(木)～7月31日(月) PayPay利用
キャンペーン(練馬区) 区内中小企業の店舗約
5,500店で期間中PayPayを使って買い物すると、
支払額の最大20%のポイントが戻ってくる
問/商工観光課商工係 ☎5984-2675

6月1日(木)～7月31日(月) プラネタリウム
一般向け投影 教育科学館(常盤台4) 観覧料 大人
350円 他 15時30分～ 「探査機から見た宇宙」
小5以上対象 先着120名 問/☎3559-6561

6月1日(木)～7月17日(月祝) 写真展「ホテ
ル～生命の輝き～」 石神井公園ふるさと文化館
(石神井町5) 美しく光り飛び交うホテルの成長過程
を写真と解説でわかりやすく展示 問/3996-4060

6月3日(土)～18日(日) エコライフフェア夏
10時～ 無印良品(南町22) 地球温暖化防止活動や
SDGs推進の取り組みについての展示 ▶18日 10
時30分～/14時～ 工作などのワークショップ
問/エコポリスセンター ☎5970-5001

6月3日(土)・4日(日) まなぼーと大原フェス
ティバル 10時～ まなぼーと大原(大原町5) ま
なぼーと大原で活動するサークルが日頃の活動の成
果を発表 作品展示・パフォーマンス・体験・コンサ
ート 他 問/☎3969-0401

●●●● アンテナプレゼント ●●●●

6月19日(月)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

イタリア・ポーロニャ国際絵本原画展 10組20名

6月24日(土)～8月13日(日)
板橋区立美術館(赤塚5) 一
般650円 他 ※土曜は小中
高生無料 新人作家の登竜門
とされる国際絵本原画展入選
作品を公開。期間中、絵本に
関する連続講座や講演会、子
ども向けのワークショップなども
多数開催する。



アリス・コルプ(Alice
kolb スイス)「どうぶ
つパレード」

6月16日(金) IMA寄席

19時～ IMAホール(光が丘5) P.11 参照

6月17日(土)～8月13日(日) 企画展「田中

小実昌 ～物語を超えた作家～」 石神井公園ふる
さと文化館(石神井町5) 練馬区早宮に暮らした作
家・田中小実昌の原稿や書簡・書籍・写真資料など
を紹介 ▶7月1日 14時～ トークショー「コミさ
んのメモをのぞいてみたら」 抽選90名 申込15日
まで(往復ハガキ・フォーム) 問/☎3996-4060

6月17日(土)～7月7日(金) 短冊に願い事

をこころう! 四季の香ローズガーデン(光が丘5) 草
花などのスタンプでオリジナル短冊を作って講習棟内
の筐に飾る ※短冊がなくなり次第終了

問/☎6904-2061

6月17日(土) チャレンジ・ザ・スポーツ

9時～ 練馬区立総合体育館(谷原1) 参加費50円(保
険料) トランポリン ボクシングミット打ち 他 5
才～中学生対象(未就学児は保護者同伴) 先着20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谷原事務局 ☎3997-2500

6月17日(土) ほんちよう通りのエイサー祭り

15時～ 富士見台本町通り(富士見台2) 16時～18
時の間に数回にわけて演舞を行う ▶14時～ 小学
生以下の子どもにお菓子を配布 先着500名

6月18日(日) 親子ふれあい入浴 びわの葉湯

(練馬区) 大人500円 他 親子で来場の場合は
未就学児2名まで無料(大人は有料) 営業時間は各公
衆浴場に要確認 練馬区浴場組合

<http://www.101onerima.com/>

6月10日(土)～7月2日(日) テセレーション

展 かぞくであそぼう! しきつめアート・バズル
教育科学館(常盤台4) 館内の壁や床面を利用してバ
ズルを自由に敷きつめて楽しむ 東京2020大会の
公式エンブレムを制作した美術家・野老朝雄氏のテセ
レーション作品の特別展示 他 問/☎3559-6561

6月11日(日)～1月21日(日) 伝統文化日本

舞踊子ども教室 練馬第二小学校(貫井2) 他 期
間中、月2回のお稽古(全15回)と発表会 小1～中
3対象 申込順20名(メール) ※発表会のみ着付けな
ど要諸費用 問/日本舞踊春日流 ☎5241-8617

6月11日(日) 板橋ふれあい祭

10時～ 平和公園(常盤台4) "障がいのある人もな
い人も、誰もがともに豊かに暮らせるまちづくり"を
テーマとした祭り 踊りと歌のステージ SDGsスタ
ンプラリー 模擬店 フリーマーケット 他

問/NPO法人みんなのセンターおむすび
☎3579-7059

6月11日(日) ハンドメイドフェス 手づくり玉

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

問/<https://tedukuritamatebako.com/>

6月11日(日) タネのかたち

14時～ 小茂根図書館(小茂根1) いろいろな種に
ついて熱帯環境植物館の職員が紹介 申込順30名

申・問/☎3554-8801

6月11日(日) 石神井わくわく探検 きみも野菜

博士! 練馬大根とキャベツについて知ろう

14時～ 石神井図書館(石神井台1)・農業体験農園
「農の詩」(石神井町5) 練馬の農業の歴史や練馬大
根・キャベツについて学んだ後、農園で野菜を観察
する小4～6年対象 ※保護者1名まで同伴可 申込
順20名 ※雨天延期 申・問/☎3995-2230

6月11日(日) ずうぼろくん

14時～ 氷川図書館(氷川町28) プロの声優による
朗読とミュージシャンの生演奏を融合したお話と音
楽 申込順30名 申・問/☎3961-9981

6月13日(火) IMAホール公開講座「いまび」

11時～ IMAホール(光が丘5) P.11 参照

6月14日(水) すまいるマーケット

10時～ 石神井公園駅前(石神井町4) 障害者施設
の自主製品の紹介と販売

問/ねりまサポート団体すまいる ☎3939-1217



和気医院 (有)

赤塚中央通り
赤塚幼稚園
セオライクル
北口
下赤塚駅
川越街道
地下鉄赤塚駅
番出口

E-7 板・赤塚2-7-12(下赤塚駅北口徒歩3分)
☎8:30~18:30 ☎~12:30 ㊿日・祝
☎3977-2611

内科・小児科・外科・皮膚科

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、骨塩量測定、脈波、心機図ポリグラフ、呼吸機能検査

和気医院

内科・小児科・外科・皮膚科



waltz.clinic/beauty/

B-1 板橋区成増3-3-5
☎11時~18時 ㊿月・木
☎6909-2014

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。



6月ご予約の先着5名様限定

大きさに関わらず、お顔のシミ5個まで打ち放題22,000円(税込)! 完全予約制につき、まずは急いでお電話を。

Waltzクリニック公式LINEアカウント➡




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

B-8 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~12時半
15時~19時
〔休診〕土曜午後/木曜日曜/祝日



~上手な水分補給を!~

梅雨の季節到来。蒸し暑い日も増えてきます。節電も意識しながら、体調不良にならないよう少量を頻回に上手に水分を摂ってください。

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

板橋区成増2-21-4 (りそな銀行そば)

A-2

☎5998-3334



大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘内田クリニック
光が丘 三中
夏の雲公園

B-8 練馬区光が丘3-3-4-101
☎9:00~17:30 ☎~13:00 ㊿水午後・日祝
☎3976-6411

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

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
*経鼻細細胃カメラ・大腸カメラ・超音波エコー・骨密度測定、予約受付中。

小児科

杉内医院

板橋区成増3-17-10
☎3930-2331

E-2



川越 東上線 池袋
大田山駅
南口
ロッテリア
パチンコ
洋品店
医新クリニック
川越街道

H-4 板橋区大田山23-1(大田山駅徒歩3分)
☎9時~12時半(土14時半) 15時~18時半(火木16時半)
☎5995-5100

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



大江戸線 光が丘駅 IMA
光が丘眼科クリニック
光が丘 三中
夏の雲公園

B-8 練馬区光が丘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

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・ご相談はお気軽にお電話を。http://www.ishin-kai.or.jp

矯正歯科専門

すずき矯正歯科

板橋区成増 1-14-13 池田ビル3F ☎ 5997-1188

(B-2) <http://www.s-ortho.com>

小児科・内科

いとう小児科クリニック

練馬区光が丘 3-7-1-101

(B-7) ☎ 3979-2011 予約専用 ☎ 3979-1112



(B-7) 練馬区 5-16-5 クリニック光が丘4F
 ⑩水・祝 *診療時間はQRで要確認
 ☎ 5933-9950

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



お口の悩み、気整へご相談ください
光が丘エトワール歯科



(E-4) 練馬区 6-5-15 メディカル春日2F
 ☎ 3990-8001

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

内科・胃腸科・外科・小児科

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。



(E-4) 練馬区 田柄 5-14-12
 ⑩木曜午後・土曜午前・日・祝
 ☎ 3825-3468

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



一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科
夏の雲歯科

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
 練馬区田柄 5-27-8 ☎ 3926-8263
 (B-7) <http://www.harichiryu.com>

読者のおすすめコメント

光が丘眼科クリニック P.20
 毎年花粉症で目がかゆくなるので薬をもらいに行きます。とても親切に対応してくれるので助かります！

52才 女性
いとう小児科クリニック P.21
 温厚で信頼できるドクターです！
 38才 女性

安藤クリニック P.21
 話しやすい先生で、もう20年近くお世話になっています。受付の方も変わることなく、胃の内視鏡もスムーズです。
 70才 女性

光が丘エトワール歯科 P.21
 患者の気持ちを優先してくださる先生で、とても親切に診察してくれます。歯が取れて

しまった際、診察時間の最後に入れてもらい、治療していただきました。もう他の歯医者さんには行きません。引越先からもこちらに通っています。
 39才 男性

夏の雲歯科 P.21
 紹介していただいた歯間ブラシで、歯の隙間をていねいに磨くようになりました。
 64才 女性

ホテルカデンツァ東京 P.23
 足の悪い祖父母のサポートをしてくださり、細やかなお声かけもしていただき、とても居心地がよかったです。
 24才 女性

T・ジョイ SEIBU 大泉 P.23
 思い立った時に、すぐ友達と映画を観に行けるのがいいですね。
 59才 女性

ユナイテッド・シネマとしまえん P.23
 あまり映画館には行かないのですが、「Dr.コトー診療所」が観たくて利用しました。
 57才 女性

さくま歯科医院 P.24
 スタッフの皆さんがフランクで明るいです。
 69才 女性

高梨歯科クリニック P.24
 歯のクリーニングなど、メニューが豊富でありがたい。歯の手入れ方法などをいろいろ教えてくださるので、助かります。
 31才 女性

鶴見歯科 P.24
 定期的に診てもらっています。スタッフの方がいつも笑顔であいさつしてくれます。待合室に流れている音楽に癒やされます。
 74才 女性

P.25 へ続く

カセコ
川柳
 薬量で首席とれたよクラス会

(初鯉)



*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。

6月24日(土) クラスに2～3人いる 読み書きが苦手な子どもたち 13時30分～ ココネリ(練馬1) 発達性読み書き障害について知り、周囲の人が何ができるのかを考える講演とシンポジウム 申込順200名 申込13日まで ※オンライン参加可 ※手話通訳・要約筆記あり(会場のみ)
申・問/練馬ボランティア・地域福祉推進センター ☎3994-0208

6月25日(日)～7月2日(日) なりマママルシェ手作り市 in Patina 11時30分～ カフェパティナ(成増3) 地元のママ作家約30名によるハンドメイド作品の販売とワークショップ
Instagram: narima3rche

6月25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)

6月25日(日) 森のようちえん 10時～ 光が丘公園(光が丘4) 親子1組2,000円 初夏の森で五感を使った動植物観察 森のビンゴ 他 幼児～小2と保護者対象 申込順親子20組 申込21日まで(フォーム)
問/みどり環境ネットワーク! ☎3922-1890

6月25日(日) 川の調査・魚とり 10時～ 平成みあい橋付近の石神井川(石神井町1) 子ども1人300円(保険料等) 他 小2～5年生と保護者対象 申込11日～18日
申・問/佐藤 ☎5910-7056(火・木・土 8時～9時)

6月25日(日) 板橋区吹奏楽団定期演奏会 14時～ 文化会館(大山東町51) 全席自由1,500円(2才以下ひざ上無料) 板橋区在住のサクソフォーン奏者・須川展也を迎えたゲストステージや新旧アニメ主題歌を交えた演奏 他
問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

6月28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

6月18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)

6月18日(日) 石神井ロゲイン&マルシェ 10時～ 石神井公園駅周辺 参加費1グループ4,000円 他 地図と磁石を使って写真を撮りながらチェックポイントを巡り得点を競う 参加賞は練馬の新鮮野菜 申込順200名 申込10日まで(フォーム)
<https://shakujii2023.blogspot.com/>

6月18日(日) まなぼーと成増フェスタ 10時～ まなぼーと成増(成増1) まなぼーと成増で活動するサークルが日頃の活動の成果を発表 展示 ステージ ワークショップ 問/☎3975-9706

6月21日(水)・24日(土)・28日(水) オープンガーデン 10時30分～/13時30分～(24日は10時～のみ) 関町福祉園(関町南3) 季節の花やハーブの庭を見学できる ラベンダーの収穫体験(500円) 問/☎3594-0217

6月22日(木) 板橋落語会 18時～ 板橋区立文化会館(大山東町51) 全席自由1,500円 区内在住の若手落語家・講談師による話芸 ※未就学児入場不可
問/板橋区文化・国際交流財団 ☎3579-3130

6月23日(金)～25日(日) サークル作品展 10時～ 生涯学習センター(豊玉北6) 主に生涯学習センターで活動している17団体が似顔絵・陶芸・シャドウボックスなど活動の成果を発表 似顔絵実演 ▶23日 14時～ 篆刻実演 ▶24日 14時～ エスペラント実演 問/☎3991-1667

6月24日(土) 学芸員が語る板橋区の文化財最前線 仏画×古民家×記念碑 10時～ グリーンカレッジホール(志村3) 近年新たに指定・登録された文化財が持つ価値と魅力を解説 区内在住・在勤・在学者対象 抽選80名 申込12日まで(往復ハガキ・フォーム) 問/文化財係 ☎3579-2636

6月24日(土) 練馬つながるフェスタ in 春日町 13時～ 春日町図書館(春日町5) 地域で活動する町会・自治会、NPO法人やボランティア団体などの日頃取り組みを知り体験する ワークショップ パネル展 他 問/区民協働交流センター ☎6757-2025

アンテナ掲載情報募集中! 非常利の情報に限りません。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／6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 8月末日



「リトル・マーメイド」
6月9日公開
© 2023 Disney
Enterprises, Inc.
All Rights Reserved.

海の女王アリエルは、ある日掟によって禁じられている人間の世界へ近づき、嵐に遭遇し溺れた王子エリックを救う。運命の出会いにより人間の世界へ思いを募らせるアリエルに、海の魔女アースラは恐ろしい取引を申し出る…。 ※6月公開予定作品はP.12参照

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 8月末日



*ホテルカデンツァ東京公式イン스타그램では最新情報を配信しております。



ビュッフェ&ダイニング ルミエールでは「ハワイアン&ポリネシアンビュッフェ」を開催中。ダイナミックな肉料理や南国リゾートを感じさせる色鮮やかなお料理が勢揃い!

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 8月末日



「インディ・ジョーンズと運命のダイヤル」
6月30日公開

© 2023 Lucasfilm Ltd. & TM. All Rights Reserved.

“人類の歴史を変える力”を持つ究極の秘宝を巡り、考古学者にして冒険家のインディは、因縁の宿敵である元ナチスの科学者フォアと世界を股にかけた争奪戦を繰り広げる。シリーズ最後にして最大のアクション・アドベンチャーの幕が上がります!

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

5組
10名様

ユナイテッド・シネマとしまえん

④ 無料鑑賞券

有効期限 8月末日



「スパイダーマン：
アクロス・ザ・スパイ
ダーバース」
6月16日公開
© & TM 2023 MARVEL
© 2023 SPAL, All
Rights Reserved.



ユナイテッド・シネマ
ホームページはこちら↑

ホームページからチケットを購入する際、下記のクーポンコードを入力すると割引料金が適用されます(6/30まで有効)。

クーポンコード：10914598

※一律料金の作品は割引の適用ができません。詳しくは劇場スタッフにお尋ねください。

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

5組
10名様

国立新美術館

⑤ テート美術館展 光

— ターナー、印象派から現代へ



クロード・モネ《エプト川のポプラ並木》
1891年 Photo: Tate

イギリスのテート美術館のコレクションより、「光」をテーマにした約120点の作品が一堂に会する。絵画や写真、彫刻や映像など、18世紀末から現在までの美術史を彩るアーティストたちの創作の奇跡に注目する。7月12日～10月2日 一般2,200円 他

港区六本木 7-22-2

☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組
10名様

ヒカリエホール

⑥ ソール・ライターの原点

ニューヨークの色



ソール・ライター《無題》撮影年不詳
© Saul Leiter Foundation

“カラー写真の「パイオニア」と称されるソール・ライターの生誕100周年を記念し、カラースライド・プロジェクトや写真、絵画など新たに発見された作品を中心に400点以上を紹介。その知られざる素顔と色彩感覚の源泉に迫る。7月8日～8月23日 一般1,800円 他

渋谷区渋谷 2-21-1 (渋谷ヒカリエ9F)
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組
10名様

鶴見歯科
練馬区光が丘5-5-6
☎ 3976-7788

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。

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。

歯科 (各種保険取り扱い)

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
練馬区田柄5-5-21 (Pあり)
☎ 3825-0414

(C-8)

歯科
医院

歯科・小児歯科

やもと歯科医院
練馬区田柄5-27-11 ハートビル2F
(B-7) ☎ 3999-8818 <http://www.kouetsu-kai.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。

歯科・小児歯科

山田歯科医院

練馬区光が丘2-4-11-101 光が丘公園駐車場前
(B-5) ☎ 3930-8211



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…。

木村歯科医院
練馬区田柄2-31-6 (豊島園通り沿)
☎ 5997-4644

(F-8)

水日祝 / 休診
月火木金 / 土
14時 10時 14時 9時半
18時 13時 18時 13時半

木村歯科医院

一般歯科・矯正歯科・小児歯科



今回の疫病について、亡くなった方にはお悔や
みを申し上げます。その一方で、科学が進歩し
ていますし、何より日本人にはマスクをする習
慣があってよかったと思っています。これから
も力を合わせて命を大切に守りましょう。

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

(A-8)

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》

地域に密着した医療を提供

さくま歯科医院
練馬区田柄5-20-19
☎ 5241-6480

(C-7)

★ スタッフ募集中
月 / 土曜
15時 9時半 14時
20時半 11台分完備

(医) さくま歯科医院

歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科

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

休診 / 水・土午後・日・祝 △=土曜~13:00

歯科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、お気軽にご相談下さい。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
かがみ
各務歯科医院
練馬区高松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・矯正歯科・インプラント
高梨歯科クリニック
練馬区光が丘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・小児歯科・歯科矯正

佐藤 歯科医院

練馬区春日町 6-16-11 (スポーツジム 上)

(B-8) ☎ 3998-6414 <http://www.dr-kazu.com/>



(E-6) 練馬区中村北 3-22-14
☎ 10:00~19:30 土9:00~18:00 ㊿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

歯科矯正専門
なかむらばし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

一般歯科・小児歯科
カントーデンタルクリニック

「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

カッパ
川柳

夏草がコンクリ路地から吹き出てる

(今日は熱いぜ)



(F-5) 練馬4-15-2 1F(ユナイテッド・シネマ横)
☎ 9時半~13時 14時半~20時15分 ㊿日祝
☎ 6767-2825

小児・矯正・義歯・インプラント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
中村デンタルクリニック

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

練馬区高松 5-13-1 (P有り) ☎ 5393-0711

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

一般・小児・矯正・口腔外科

ジェイシティ歯科 吉積 (よじづみ)

歯科助手募集中

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

読者のおすすめコメント

カントーデンタルクリニック

P.25 痛みがあって予約なしで受診しましたが、ていねいに診ていただきました。

39才 女性

光が丘デンタルクリニック船坂

P.25 患者の要望に誠実に応えてくださいます。

72才 男性

なかむらばしデンタルクリニック

P.25 2人の息子がお世話になってます。不揃いだった歯が見事に矯正され、きれいに並びました。53才 男性

中村デンタルクリニック

P.25 先生が優しくていねいな診察をしてくださるので、歯医者嫌いの私も継続して通院できています。 43才 男性

スポーツクラブネサンス光が丘

A-8 サウナもあるので、トレーニング後の“サ活”が快適です。 47才 男性

クッキング・チーズ C-5

本当にチーズがおいしいです。大泉学園を代表するチーズのお店です。 42才 男性

豊田米店 D-5

おいしいおにぎりを販売しています。時々購入して味わっています。 64才 男性

マザーグース G-5

甘みがありふわつとしているコッペパンは、何をはさんでもおいしいです。54才 女性

山下園 E-5

お茶はもちろんですが、海苔もおいしいです。57才 女性

久松湯 F-5

天然温泉で、夜は星を眺めら

れる露天風呂もあります。ゆったりくつろげて癒やされました! 30才 男性

渋谷園芸 F-6

花が充実しているのはもちろん、店内の雰囲気も心地良く、癒やしも得られるヒーリングスポットです。

45才 女性

和洋菓子のなかむら G-3

溶けにくい「くずバー」は孫にも好評です。手が汚れないのでリピートしています。

59才 女性

cafe goen G-7

ランチに利用しました。オーガニック食品で体にやさしく、おいしいお料理でした。お土産にスイーツを買って帰りました。小さな子どもと一緒に利用できます。 54才 女性



Kacce MAP
 ●印に月刊 Kacce が置いてあります
 ※太字は広告掲載あり



登録は無料

Kacce
メルマガ会員募集!!

スマホやタブレットで
Kacceの最新号がすぐ
に読めるWeb版(PDF)
を毎月メールマガジン
で配信しています!

登録は
こちらから↑



風物 PHOTOGRAPH



第24回 練馬ファミリーまつり
 ステージパフォーマンスや模擬店、ミニSL、ふれあい動物園など、多くの家族連れでにぎわいました。(5月21日・22日 光が丘公園)

満開のバラ



ローズガーデンフェスティバル
 バラの見頃に合わせ、野菜や苗、雑貨などのマーケットが並びました。(5月13日撮影 四季の香ローズガーデン)



第36回 照姫まつり
 見どころは時代装束に身を包んだ総勢約100名の照姫行列とステージ! ワークショップや飲食ブースも多数出展し、大盛況でした!
 (5月14日 石神井公園とその周辺)



第17回 ハッピーアニバーサリー
 お楽しみくじ抽選会の他、サイコロや輪投げなどのゲームは子どもたちで大にぎわい! 阿波おどりの迫力ある太鼓と鐘の音が会場を盛り上げました。(5月20日 なりますスキップ村商店街)



子育て&多世代交流の利用団体募集!
 光が丘パークタウン公園南団地の管理サービス事務所内に新設されたコミュニティスペースのお披露目イベント第2弾! (5月13日)



まもなく開園するスタジオツアー東京に先駆け、キングスクロス駅をモチーフにしたデザインフラッグが設置されました。(練馬区役所 連絡通路)

練馬城址公園の一部がオープン!
 5月1日、としまえん跡地に開園した練馬城址公園。多くの家族連れや、としまえんの名残りを発見して懐かしむ人たちの姿が見られました。左: 石神井川沿いに建っているのは、スタジオツアー東京の建物 右: 豊島駅側のエントランス広場(5月4日撮影)



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。

※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。



Twitter



Facebook



Instagram

登録は無料
**Kacce
メルマガ会員募集!!**



登録はこちら→

Kacce「Web版」(PDFデータ)なら、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を全ページすぐに読めます!

「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 6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、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。



郵便はがき
175-0094
63円切手を貼ってください

Kacce
月刊カッセ 編集室 行

板橋区成増2-10-3
三栄ドメール202

〒	市区町村	町名	番地	その他
[]	[]	[]	[]	[]
住所				
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!	[]			
6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

★お世話になった経理担当者が、今月で退職して海外に。仕事をキッチリこなし、整理整頓が素晴らしい方でした。長い間、本当にありがとうがとうございました。感謝！ (N・T)

★朝井まかてさんの「ボタニカ」を読み始めた。植物に情熱を注ぐ牧野博士の生き様が見事な筆致で描かれており、朝ドラ「らんまん」とダブルでマキノワールド満喫中。(Y・I)

★コロナ禍以来久々に新宿へ。この数年で静かな環境に慣れてしまっって、人の多さと騒がしさにグツタリ…。新しい歌舞伎町タワーを見られたのは嬉しかったけど。(M・S)

★天井から何やらゴソゴソ音がする…業者にしてもらったら「ねずみ」だった！ 駆除してもらったことになった途端、音が止んだ。まだ何もしてないのになぁ。(A・Y)

★久しぶりに再会する友人と藤の花を見に愛知県へ。片道400キロ運転してもらったのに、初夏の暑さで藤の花は見事に枯れていた。なんだか申し訳ない気持ち。(S・N)

★新緑の奥多摩、日原鍾乳洞と澤乃井で有名な小澤酒造へ。地中深くの神秘の空間、そり立つ崖、野生の山藤…。最後は川沿いのお庭での利き酒で心のデトックス完了！(K・O)

★近所の小学校の運動会は、運動会とは言わないそう。体育的授業のなんとかと言うそう。観客の父兄はみんな立って観ていた。言葉も形態も変わってしまった。(J・T)

Kacce

月刊 かつせ

6月号 2023年6月1日発行 通巻第473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



かつせくんは
() ページに
いたよ！

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】

【読者アンケート】

ダイアクトにまつわるエピソードを具体的に教えてください。
(成功例、失敗例、ダイアクト宣言、おもしろエピソードなど…)

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) ()

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

ねりまのみどりを守ろう! 増やそう!



個人でも!
会社でも! 寄付できます

(ふるさと納税制度の対象です)

ぴいちゃん
©練馬区



練馬区環境部みどり推進課 ☎03-5984-2418
<https://www.happykikin.com/>



毎日をいきいきと楽しく!
練馬区の情報が満載の WEB サイト



シニアナビねりま

区民シニア
サポーターが
取材する 「サポーター体験記」が
人気です!



お問い合わせ
練馬区 高齢社会対策課
いきがい係
☎03-5984-4763

シニアナビねりま 検索
<https://snavi-nerima.jp>

板橋区内の事業者の皆さまへ！

助成金を活用して Kacceで宣伝しませんか？

期間限定！！

**Kacce
くらぶ広告**
(Aタイプ 6か月掲載)

120,000円

例えば…

+

動画制作

(約3分間)

インタビュー動画

125,000円

合計 245,000円のところ8割が助成されて

お客様のご負担は 49,000円になります。

※価格は本体価格。消費税は全額自己負担となります

助成額は**最大20万円!!**

申請のサポートもいたしますので
お気軽に Kacce までご相談ください！

※助成金の利用には申請が必要です。

板橋区産業振興公社「営業活動促進事業助成金」 ☎03-3579-2191
https://itabashi-kohsha.com/archives/21873

※申請は2023年12月15日まで(予算に達し次第終了)

詳細は
こちら

助成対象

月刊 Kacce 広告 / チラシ・印刷 / 動画制作 / HP制作 / ECサイト など

☎03-3975-7143

月刊 Kacce 編集室

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

✉ kacce11@kacce.co.jp

kacce.co.jp