

練馬・板橋のタウン誌

2024 vol.482

**Kacce**  
月刊 かっせ

**3**

TAKE  
FREE ¥0

読者の声  
もりたくさん！  
読者プレゼントも  
あるよ！

春から始める

# 「習い事&教室」広告特集

いま、話題の  
「健康麻雀」とは!?



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 閉院のお知らせ

昭和38年の開設以来60年余り、地域に密着した病院を目指して診療を続けて参りましたが、この度、閉院に向けた準備をする運びとなりました。患者様には多大なご迷惑をおかけしますこと、深くお詫び申し上げます。

- 分娩 …………… 令和6年4月30日(火) 予定日の方まで
- 病棟閉鎖日 …………… 令和6年5月中旬を予定
- 最終外来診療日 …………… 令和6年6月15日(土) 午前

医療法人社団成和会  
産婦人科病院 成増産院  
理事長 田村 彰浩

  
narimasu  
Maternity & Women's care

成増産院ホームページ  
<https://www.narimasu.or.jp>  
☎ 03-3975-1111



※閉院に伴い「こんにちは赤ちゃん」も終了いたします。



## Kacceは創刊40周年!

タウン誌として40年のキャリアがあるからこそ、私たちにできることがあります。お気軽にご相談ください。

### ◆取材、撮影、記事制作

長年にわたる取材・撮影の実績を生かし、お客様のご希望に沿った記事をお作りします。インタビュー、イベント取材、体験記など、どんなことでもおまかせください。

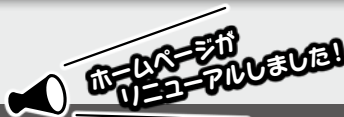


### ◆印刷物

記念誌などの冊子、チラシ、名刺など何でもご相談ください。

### ◆ホームページ制作・動画撮影・編集

個人向けから企業や団体向けまで、ホームページをはじめ、様々な Web サイトを制作します。



☎ 03-3975-7143

月刊 Kacce 編集室 株式会社 協同クリエイティブ

<https://www.kacce.co.jp>  
詳細はホームページをご覧ください





## CONTENTS

### P.4 「習い事 & 教室」 広告特集

P.6 もっと知りたい!  
3月3日の「ひなまつり」

P.8 脳トレ&地域の多世代コミュニケーション  
「健康麻雀」で笑顔に!!

P.10 読者アンケート  
地元のお店の大好きなメニュー

P.12 散歩ウォッチング  
雲南黄梅

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.25 読者プレゼント

P.26 Kacce MAP

P.28 風物 PHOTOGRAPH

P.31 求人コーナー

P.31 STAFF TALK



かつせくん

ボクと同じ  
かつせくんを探してね。

「読者プレゼント」(P.25) の応募は  
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

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の特集広告

### 年間予定

各号テーマが異なる企画です

1月号 年賀	7月号 暑中見舞い
2月号 頼れる専門家	8月号 終活
3月号 習い事 & 教室	10月号 習い事 & 教室
5月号 医療機関	11月号 便利ダイヤル

記事広告も  
募集中!  
(取材・撮影付き)

月刊 Kacce への広告掲載は編集室まで!

## かつせ Kacce の由来



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

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。あなたのペースで楽しく音楽を♪



Pスタジオ音楽教室  
☎03-3992-4994



📍 練馬区豊玉北1-12-12 エスカイア江古田1F 🕒 10時～21時  
📍 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

春から始める

習い事 & 教室 特集



新たな気持ちで習い事や塾を  
スタートしませんか？

実際のカラオケで好きな曲を歌ってマンツーマンレッスン！

ポップンビートカラオケスクール 板橋教室

プロ経験がある講師陣が発声法から指導

📍 東上線下板橋駅7分・JR 板橋駅1分

★無料体験受付中！ ☎050-3637-4056



きれいな字で優越感を！ 無料体験受付中！

伯雲 (ハフン) 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)

📍 練馬区旭町2-6-5



英会話

ネイティブスピーカーに学ぶ  
楽しい英語レッスン

グループレッスン(2～5名)とマンツーマンのプライベートレッスンあり。リラックスできる環境で学べます。月2回(火・金・土コース) ※16才以上対象



NARIMEIGO ENGLISH LESSONS

メール：andrew@narimeigo.com

📍 板橋区成増3-20-16 Cafe&Gallery Patina  
<https://narimeigo.com/>



韓国語

やさしく丁寧に指導します  
初心者・入門クラス5月開講

月2回木曜(5月は9日・23日)  
14時/17時/19時(各クラス90分)  
月会費3,000円 初級クラスも募集中(月2回金曜 14時/19時)



やさしい韓国語教室

☎070-6517-1879 (18時～21時)

📍 開催場所 練馬産業会館など

講師：田 知誉子(でん ちよこ)

urihana5nerima@gmail.com

無料体験  
レッスン受付中  
(初回のみ・要予約)

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

📍 練馬区貫井1-23-7-103 🕒 9時～20時

📍 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

📍 練馬区田柄5-27-15-202

<https://sites.google.com/view/hikaristepworld>

Kacce見たで  
入学金無料  
2024年3月末日まで

健康

女性のための

マージャン 健康マージャン4回コース

脳トレ効果として今大注目の健康マージャンを元女流プロがゼロから優しく教えます。女性向けの少人数4回の4月クラスを新規募集！



桜ゆき子のマージャン教室

☎03-3938-5884

(留守電対応)

📍 sakurayukiko39@gmail.com

📍 地下鉄赤塚駅5分の閑静な住宅街



「Kacce見た」で  
4回分受講料 10,000円  
→ 8,000円  
2024年3月末日まで

料理  
教室

韓国政府公認の韓食達人に  
よる本格韓国料理レッスン

添加物なしのお料理・お菓子を初めての方にもわかりやすくお教えします。ぬくもりの家庭料理、伝統の韓国宮廷料理、流行の韓国マカロン、韓国もち・韓菓など。



ハリンクッキング

メール：harin.kim0708@gmail.com

📍 開催場所 光が丘周辺 ※開催日時・場所・料金はHPをご覧ください。 <https://www.harin.jp>





**イベント** **初めてでも大丈夫！**  
**Nerima Base ガンプラ部**

毎月2回開催。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。初心者には方々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▶



練馬文化センター

ココネロータリー



練馬駅

北口

西池袋線

池袋駅

千川通り

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.17 参照**

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

**フォローアップ教室** **“苦手”が多いお子さんの**  
**「できること」を増やしていきます**

お子さんの発達の高凸が心配な方、グレーゾーンや発達障害と診断された方、ぜひ一度ご相談ください。初回カウンセリング後、お子さんに合わせて丁寧にフォローアップを行います。



- 医療・公認心理師・大学と連携し、ベテラン指導員がサポートします。
- 未就園児(2才～)
  - 園児(個別・小集団)
  - 就学準備(年長)
  - 小学生(個別・小集団)
  - 学習支援(小学生以上 ※板・徳丸の場合あり)

「Kacce見た」で先着3名様初回カウンセリング無料

**ABA発達フォローアップ教室 TEASA**

〒練馬区旭町 2-13-13  
メール: teasa.aba@gmail.com



**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(金曜コース) 3月15日 開講
- 4月生(火曜コース) 4月9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の中で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

◀ 動画「Kacceスタッフトーク」に出演!



**彩きもの学院 池袋校**  
☎ 03-5951-8651

〒豊島区池袋 2-40-12  
西池袋第一生命ビル 3F  
[saikimonogakuin.co.jp](http://saikimonogakuin.co.jp)





もっと知りたい!

## 3月3日の 「ひなまつり」

桃の節句に、女の子の健やかな成長を願って祝う「ひなまつり」。その由来や、ひな人形を飾る理由など、意外と知らないこともあるのでは? これを読んだら、おひなさまへの思いがより深まること間違いなし!?

### ルーツは中国にあい

ひなまつりのルーツは、古代中国で行われていた「上巳(じよし・じょうみ)の節句」だと言われています。五節句の1つで、5月5日の「端午の節句」や7月7日の「七夕(しちせき)の節句」などと同様に、季節の節目の邪気払いとして行われていたものです。

上巳の日に川で身を清めて邪気を払う中国の風習が日本に伝わり、人形にけがれを移して水に流し、厄災を払う「人形(ひとがた)流し」となりました。

さらに、平安時代の貴族の女の子の間で流行っていた、紙の人形を使ったおままごと「ひいな遊び」が融合。これがひなまつりの起源だと考えられています。古来より桃は、病気や災いを

寄せ付けない縁起の良い木とされ、旧暦の3月3日は桃の花が咲く季節であることから「桃の節句」とも呼ばれます。

### 平安時代の情景

ところで、ひな人形の飾りは何を表しているかご存じですか? これは平安時代の婚礼の様子を模したものです。

「三人官女」はそれぞれ道具を持ち、今で言う神前結婚式の三々九度のスタンバイ中。「五人囃子」は笛や鼓(つづみ)などの楽器を持ち、宴を盛り上げる役割。「隨身(ずいじん)」は警護役として貴族のお供をする官人で、右大臣・左大臣とも呼ばれます。

「仕丁(しちょう)」は宮中における雑用係。最も庶民的な存在で、それぞれ「泣き」「笑い」「怒り」の異なる表情を見せ、



三人上戸とも呼ばれています。6段目に飾られているのは、長持や鏡台、火鉢などの嫁入り道具。7段目には駕籠(かご)や御所車などが置かれているというラインナップが一般的なスタイルのようです。

### 右か左か?

ひな飾りの男びなと女びなの並び方は地域で違います。諸説あるようですが、江戸時代までの日本では左側が上座で、明治以降は西洋のルールにならって右側が上座になったため、現在では右側に男びなが立つようになりました。ただ、京都などの関西地方では今でも男びなが左側に位置しています。

ちなみに、これらは立ち位置の話なので、実際に飾る時は逆。ひな壇に向かって、東日本

## 地元で見られる ひな飾り

開館日などの詳細は  
各施設にお問い合わせください。

■板橋区立郷土資料館(板・赤塚5-35-25)  
古民家で幕末・明治期の内裏雛や昭和時代の  
段飾りを中心に展示 ※3月31日(日)まで

■練馬区立向山庭園(練・向山3-1-21)  
明治・大正・昭和、それぞれのひな飾りを口  
ビーにて展示 ※3月3日(日)まで

■練馬区立石神井公園ふるさと文化館  
(練・石神井町5-12-16)  
練馬区高松の民家で昭和30年代から使用され  
ていた七段飾りを旧内田家住宅で展示  
※3月3日(日)まで

■ホテルカデンツァ東京(練・高松5-8 J.CITY)  
ロビーにて七段飾りを展示 ※3月3日(日)まで

## 食べ物の意味

では男びなを左に、西日本では  
右に飾ることが多いということ  
です。ややこしいですね(苦笑)。

ひなまつりには3色の菱餅が  
欠かせませんが、健やかな成長  
を願う意味のほか、春の情景を  
表現しているのです。緑は雪の  
下に芽吹く新芽、白は雪、ピン  
クは桃の花。何とも風情があり  
ますね。はまぐりのお吸い物は  
ひなまつりの定番メニュー。はま  
ぐりの貝殻は、対のものでない

とピッタリ合わないことから、1  
人の相手と生涯添い遂げられる  
ようにとの願いが込められている  
そうです。

## 楽しいひなまつり

ひな人形の変わり種として全  
国各地で見られる吊るしびな。  
山形県酒田の「傘福」、静岡県  
伊豆稲取の「雛のつるし飾り」、  
福岡県柳川の「さげもん」は、  
全国三大つるし飾りとして有名  
ですが、どんな起源があるので  
しょうか。



江戸時代、ひな人形はとても  
高価で、一般家庭では購入でき  
ないものでした。そんな中、子  
どもの幸せを願うお母さんやお  
ばあちゃん、近所の人たちが小  
さな人形を手作りし、持ち寄っ  
たものをひな人形の代わりに吊  
るすようになったのです。「衣食  
住に困らないように」という願い  
を含めた多種多様な人形がある  
ので、眺めているだけで楽しい  
ものです。その一部をご紹介します  
ましょう。

犬(安産)、サル(病や災いが

去る)、エビ(長寿)、ふきのとう  
(富貴に恵まれる)、唐辛子(娘  
とおひなさまに悪い虫が付かな  
いように)、手まり(縁起物の遊  
び道具)、這い子人形(はいはい  
をして丈夫に育つように)など。

## 9月にもひなまつり!?

ところで大人のためのひなま  
つりがあるのをご存じでしょう  
か。五節句の1つで、無病息災  
や長寿を願う9月9日の「重陽  
(ちょうよう)の節句」に、「後(の  
ち)のひな」としてひな人形をま  
た飾るのです。虫干しも兼ねて  
健康・長寿を願う風習で、江  
戸時代に庶民の間で広がったと  
言われています。

重陽は「菊の節句」とも言わ  
れるため、菊の花を添えて落ち  
着いた雰囲気を楽しむ、まさに  
大人のひなまつり。最近あらた  
めて注目されているようなの  
で、ブームに乗って楽しんでみて  
はいかがでしょうか?



# 脳トレ&地域の多世代コミュニケーション

## 「健康麻雀」で笑顔に!!

“賭けない・飲まない・吸わない”をモットーとした「健康麻雀」がいま注目を集めており、競技人口も増えているのだとか。その人気の秘密を探るため、健康麻雀の指導者にお話を聞いてきました！

### 賭けごとのイメージから一新！

今回伺ったのは、大泉学園にある「NPO 法人健康麻雀コミュニティの会」。麻雀といえばタバコの煙もくもくの“雀荘”のイメージでしたが（笑）、室長の小野さんや女性スタッフの明るい笑顔に出迎えられて一気に緊張がほぐれました♪ここでは、初心者～中級者が麻雀のルールを学ぶ「教室」と、経験者がゲームを楽しむ「ひるば」の2つのエリアに分けて運営。シニア層をメインに、子育てママやファミリーなど幅広い年代の人たちが通っています。

「健康麻雀は、お金を賭けない、酒を飲まない、たばこを吸わないことを大原則としているので、老若男女、誰と一緒に卓を囲んでも安心して楽しめるのが特徴です。放課後の居場所や塾代わりに通う小学生もいるんですよ」と、小野さんはその魅力を語ります。



「NPO 法人健康麻雀コミュニティの会」室長の小野真美さん。明るい笑顔が魅力的！好きな役は「清一色(チンイツ)」



教室で使用するテキスト。誰でも簡単に楽しめるよう、わかりやすい計算方法を採用しています

### ハマる人が続出!? その魅力とは？

麻雀は、3枚組(同じ牌または連続する牌)を4つと、2枚組(同じ牌)1つをそろえるゲーム。基本はシンプルですが、戦術を考えたり、点数を計算したり、瞬時に判断をしたり…。頭をフル回転させるうえに集中力も必要なので、脳トレとして最適なんです！指先を使うことも良い刺激になるので、シニア世代の認知症予防として注目されているのも納得ですね。

さらに、「実力が3割、運が7割」と言われる麻雀は運で勝敗が分かれることも多いため、初心者でも上級者に勝てるのが面白いところ。そんな奥深い魅力にハマる人が増えているそうです♪



## コミュニケーションこそ麻雀の魅力♪

小野さんたちが会を立ち上げたのは、「小さなお子さんから年配の方まで一緒に集まれる場所を作りたい」という思いから。現在の会員数は、小学3年生から92才まで約300名。「教室」に通っているのは女性が多いそうです。

「お1人で来る方がほとんどですが、ここへ来れば必ず誰かがいます。『ひろば』では、数時間にわたり4人で同じ卓を囲むわけですから、最初は黙々と打っていても、だんだん打ち解けてくるんですよ」と言う小野さん。

「若い世代はオンライン麻雀の経験者が多く、対面は初めてという方も。向き合って打っていると自然にコミュニケーションが生まれるのが、リアルならではの魅力だと思います。シニア世代にとっては、出かけること自体が生活のハリにもなるんです」



「ひろば」の様子。初心者向けの「教室」で仲良くなった仲間と一緒に「ひろば」デビューして卓を囲むことも♪



「教室」で教える小野さん。80代や90代からからチャレンジする人もいるのだとか！

## 習得のコツは“覚えようとしないうこと”

「麻雀には聞きなれない用語がたくさん出てきますが、一生懸命覚える必要はありません。まずはゲームを楽しんでほしいです。何度も繰り返すうちに慣れてきて、どんな方でも必ず覚えられますから」と、小野さん。

珍しい役(上がりの組み合わせ)がそろった時は、みんなで一緒に盛り上がることもあるそう。賭けないからこそ、和気あいあいとしたムードが生まれるのでしょうか。



毎月1回、第4日曜日に開催される大会は誰でも参加可能。「もっと健康麻雀が広まって、いつか練馬区の大会ができればいいですね」と小野さん

春は新しいことにチャレンジしたくなる季節。健康麻雀で新しい楽しみを見つけてみませんか？



■ NPO法人健康麻雀コミュニティの会  
練馬区大泉学園町7-16-19 B1  
☎03-5387-0541





地元のお店の

大好きなメニュー

「ここへ行ったら必ず食べる!」というみんなの地元のお気に入りの一品を大公開〜!



《和食》

◆「POT」(練・大泉町2)の葱まみれ鶏。鶏肉が柔らかく、たっぷりのネギだれと相まってとてもおいしいです。 50才 男性

◆「すし征」(練・田柄3)のお寿司はおいしくてボリュームたっぷり! 特に毎週木曜のスペシャルランチはお得でおすすめです。 86才 女性

◆「泉竹」(練・桜台6)は、お茶室やお庭などがあって京都老舗の懐石料理を楽しめます。ランチはお手頃価格で、静寂の中、個室で落ちついて過ごせます。 68才 女性

◆中村橋の「焼肉 きよみず」(練・向山1)の焼肉。お肉屋さん直営なのでおいしいです。 62才 男性

◆「築地ダイニング金のうなぎ」(練・中村3)のうなぎ飯はコスパが良くて大好きです。おいしいです! 69才 女性

《洋食》

◆「キッチンオバサン」(練・栄町17)のオムライス。トロツと加減が絶品です。 62才 女性

◆洋風居酒屋「K&Yドリム」(練・田柄5)のデミグラスソースたっぷりのハンバーグやハ

ヤシライス、ナポリタン、カレー、ステーキ。何でもおいしいです。 53才 男性

◆高島平団地のイーストサイド名店街の「さくら亭」(板・高島平2)のナポリタンが好き! 名古屋発祥の鉄板ナポリタンで、熱々の鉄板に溶いた卵とナポリタンが乗っていて熱旨! 時々無性に食べたくなって足を運びます。 54才 男性

◆「イタリア食堂 ラコリーナ デイルーチエ」(練・高松4)のパスタのゆで加減が絶妙でおいしい。 75才 女性

◆石神井公園の「イル・ポンテ」(練・石神井町6)のミックスピザ



は最高! 昔懐かしい家庭的なピザで、こういうピザを食べられるお店は少ないと思います。 51才 男性

《多国籍料理》

◆「CAFE&BARU RAVI」(練・上石神井1)のイタリアン料理。特にソーセージ、肉、ジャガイモ焼きがとってもうまい。ビールやワインに合います。やみつきになります。 37才 男性

◆地下鉄成増駅近くにあるイタリアン「unita」(練・旭町3)のパスタが本当においしい! 48才 女性

◆「シバンス スパイス」(板・成増2) 本格的なネパール料理が食べられる。店内でスパイス類も販売されていて面白い。 49才 男性

◆「インド料理ルチ」(練・田柄2)のカレーは安くておいしい。食べ切れないナンは持ち帰り用に包んでくれます。辛さは10段階から選べます。誰でも満足できるから友人との集まりはここ!

76才 女性

◆下赤塚駅近くの「タイ料理パ  
イケーオ」(板・赤塚1)のパッタ  
イ。このパッタイが1番おおい  
しと思います

52才 女性

◆高島平の「中華料理 天宝」  
(板・高島平9)の餃子です。カ  
リッと香ばしくてサイズも立  
派。これが食べたくて常連の仲  
間入りしました。

52才 女性

## 《めん類》

◆「焼肉 ふじ咲」(練・高松  
5)のカルビうどん。焼肉もう  
まいが、この濃厚な

うどんもこの店の醍  
醐味。 44才 男性

◆「焼肉 千仙閣」  
(練・田柄3) は全  
部おいしいけど、締

めにカルビ麵を必ず食べます。  
辛過ぎず、スープまで全部飲み  
ます。 定期的に行きたくなりま  
す。



念を覆すおしさです。

77才 女性

## 《スイーツ》

◆「パティスリーキャロリーヌ」

44才 女性

(練・春日町6)のルネ。お米の  
香りと食感が感じられる、他  
にはないケーキでおいしいです。

32才 女性

◆江古田にある南部アメリカ  
料理店「ハロー・オールド・タ  
イマー」(練・栄町22)のキャ  
ロットケーキがおすすめです！

29才 女性

◆「アルカシオン」(練・南大泉  
5)のカヌレ。食感がたまりませ  
ん。

55才 女性

◆「志村電気珈琲焙煎所」(練・  
春日町1)のブラウニーパフェ。  
とにかく1度食べてほしい!! 他  
のパフェでは満足できなくなりま  
す!

41才 女性

◆「おだふじ」(練・東大泉2)  
のシュークリーム。ボリュームが  
あっておいしい!

44才 女性

◆「フランス製菓」(板・赤塚  
2)のクリームパイが大好き!  
サクサク感は、やみつきになり  
ます。 甘さ控えめのクリームも  
おいしい!

38才 女性

## Kacceの広告 & ミニ講座で 顧客の新規開拓をしませんか?

新企画

Kacce 読者に向けてアピール!

- ・ Kacce に告知広告を掲載
- ・ 参加希望者を読者ハガキや Web で募集
- ・ 講座開催を Kacce がサポート

テーマ例

- 相続、遺言、などの終活
- 健康法、病気の予防
- 住まいやリフォーム相談 など

お気軽にご相談ください!!

お問い合わせ・お申し込み

月刊 Kacce 編集室 ☎03-3975-7143

料金などの  
詳細はこちら →





## 雲南黄梅

今月5日は啓蟄(けいちつ)で、暖かくなって土の中で冬眠していた虫たちが動き出す頃です。アリの巣の周りに砂がモコモコと盛り上がったリ、キアシナガバチの女王蜂が1匹で巣作りを始めたり、さまざまな生き物が活動を開始する時期ですが、今年は例年より早いかもしれません。

散歩で見かけるのはミツマタやウグイスカグラ、ハクモクレンやジンチョウゲ、下旬にはソメイヨシノやエドヒガン、赤塚公園のニリンソウや清水山の森のカタクリ、畑や空き地で見られるホトケノザやナズナの大群落などでしょうか。

そんな中で明るい緑の葉に黄色い花が鮮やかな黄梅「ウンナンオウバイ(雲南黄梅)」を見かけたらゆっくり眺めてみてください。中国雲南省周辺原産で、別名はオウバイモドキ。モクセイ科ソケイ属の常緑樹で2mほどの高さからヤナギのように長い枝が垂れ下がる樹形です。葉は三出複葉で薄く、枝は4稜あるので四角い感じです。花は黄色で径4cm前後、花冠は6~8裂かそれ以上の八重咲きで、しばしば花弁が二重に見えます。よく似たオウバイはウンナンオウバイより花が明らかに小ぶり、開花も早く、花の頃は葉がほとんどありません。

暖かい日にゆっくりとした散歩をお続けください。



ウンナンオウバイ



オウバイ



ホトケノザの群落



ナズナの群落

※ Kaccoの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

### イオンシネマ 鑑賞料金のご案内

- ・一般 …… ¥ 1,800
- ・大学生 …… ¥ 1,500
- ・幼児～高校生 …… ¥ 1,000
- ・ハッピー55(55才以上) 毎日 …… ¥ 1,100
- ・ハッピーマンデー 毎週月曜 …… ¥ 1,100



詳しくは

<https://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)

- ◆ 3月1日(金)～  
映画ドラえもん のび太の地球交響楽  
ARGYLLE /アーガイル
- ◆ 3月8日(金)～  
映画 マイホームヒーロー
- ◆ 3月15日(金)～  
変な家  
恋わずらいのエリー  
FLY! /フライ!
- ◆ 3月22日(金)～  
四月になれば彼女は
- ◆ 3月29日(金)～  
ゴーストバスターズ / フローズン・サマー

\*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

芥川製菓さんの特集とチョコレートの豆知識を読んで、ますますチョコレートが大好きになりました。健康効果を期待して、カカオ95%のチョコレートを「薬」だと思って食べています。ただし、記事に書かれていたように、甘い誘惑と上手に付き合いながら楽しみたいと思います。

和光市 66才 女性

☆  
芥川製菓さんの特集を懐かしく拝見しました。昭和41年頃、

当時は駒込に工場があり、私も近くで友人とデザイン会社をやっていた、パッケージなどの仕事もいただいでおりまし

た。芥川さんの友人

と旅行をしたり、仕事終わりに卓球をしたり、楽しい時代でした。長い歴史があるのは、NO.1でなくNO.2に

徹した賜物でしょう。

う。これからも頑張

れ、芥川チョコ!

練・冰川台 83才 男性

☆

ふたご座流星群の日にホテルカデンツァ東京で星空鑑賞イベントが開催されたのを初めて知りました。小3の娘は星が好きなので、8月のベルセウス流星群

の時にはぜひ参加したいです!

練・高松 44才 女性

☆

読者アンケート「一生に1度は行つてみたい場所」を読み、とても心が動かされました。小さい子どもがいるので当分

は行けないのですが、子どもが独立

した後か老後に

ぜひ行きたいです。海外なら

為替がどうなっているかにもよりますが…。

練・田柄 32才 女性

☆

散歩ウオッチングを楽しみにしています。私はいつも早足で歩いてしまうので、たまにはぶらぶら散歩で道端の草花をゆつくり眺めてみたいと思います(草花の名前がわからないのが残念です)。練・田柄 67才 女性

☆

「みんなに教え隊!」に掲載されていた城北屋。掘り出し物を見つけるのが好きなので、今度行つてみたいと思います!

練・光が丘 38才 女性

☆

圧迫骨折をされたお母様がいらると投稿された方へ。85才のことなので、ケアマネさんにご相談なさってはいかがでしょうか。無事へケアができたたらお母様もテンション上がるでしょうね。

練・旭町 42才 女性

☆

4月から子どもの習い事を始めようと思つているので、3月号の春の「習い事&教室」広告特集がとても楽しみです。

練・田柄 42才 男性

## 年賀状あれこれ

「年賀状じまい」についての投稿がありました。そんな年賀状が来たら寂しいなあ…と思

ました。年に1度くらいこのやりとり。「ああ、今年も元気でよかったです」と思えるのが年賀状のいいところ！ハガキや郵便料金の値上げの話も出ていますが、私はいつまでも続けたいなあと思っています。

板・徳丸 54才 男性

☆

年賀状を書く人が減ってきました。私の周りでも年賀状じまいをする人がポツポツと…。そんな中、今年のお年玉くじは3等の切手シートが2枚当たり、母のところに届いた3枚のうち1枚が2等に当選！ものすごい確率にびっくりしました。

板・幸町 60才 男性

## バスに乗ったら

夕方バスに乗った際、バス停で降りる時に中学生が運転手さんに「ありがとうございます」と言っているのが聞こえた。とてもいいことだなと感じた。

板・赤塚新町 52才 男性

☆

先日バスに乗ったら、運転手さんの「忘れ物が多いので気を付けてください。買い物をした商品が入ったポリ袋がよく座席に残っています。先日ご年配のご夫婦が乗られ、奥様が下車される時、眠っているだんな様をお忘れになりました」というアナウンスに、車内爆笑。

中野区 83才 女性

## 元気の源

月に1度、田柄にある神社で氣功を習っています。心も体もリフレッシュしてとても気持ちいい。やはり神社には良い気が集まっているせいかしら？

練・田柄 30才 女性

☆

少し前に、テレビ東京の「アド街ック天国」で下赤塚の特集がありました。おいしい物がたくさんあり、子育て世代に優しい

街だと感じました。次に引越すのは下赤塚に決めた！

練・谷原 39才 女性

☆

週1回、光が丘区民センターのニコニコ体操に通っています。16年続けているおかげで元気に過ごしております。継続は力なり！

練・田柄 86才 女性

## ハラハラドキドキ

先日の大雪で保育園への登園をどうしようかと思いましたが、2人の子どもたちは長ぐつをはいて喜んで雪の上を歩いて行きました。

練・桜台

34才 男性

☆

とうとう受験期！孫の受験でハラハラドキドキ。受験校も受験日もあえて聞かず、「今

日かな？明日かな？」と考える毎日です。

板・本町 74才 女性

## うれしかった！

久しぶりの大雪で驚きました。しかも雷まで…。それでも近所の方々が雪かきをしてくれて、人の温かさが身に染みしました。

板・徳丸 56才 女性

先日初めてバーガー店でネットオーダーをした際、レシー



トと一緒に、通信代として10円入りの小さい袋をいただきました。昔、電話でおそばの出前を頼むと電話代10円をくれたことを懐かしく思い出して、ネット

時代でもこんな心遣いをしてるんだなとうれしく思いました。

練・谷原 53才 女性

☆

最近言われて気分が上がった



のは「その服似合ってるねー」です。久々の同窓会に行くのに、百貨店で店員さんにアドバイスをもらいながら選んだ洋服。みんな「すてきな服ねー！」と言ってくれたけど、「服が、なのね」なんて思ってしまった（笑）。そんな中、1人だけ「わあ似合ってる！イメージにぴったり」と言ってくれた友だちがいて、めちゃくちゃテンションが上がりました！ 同じほめ言葉でもうれしさが全然違うなど感じ、これからは私も使おうと思いました。

練・豊玉北 56才 女性

白子川沿いを散歩していたら、清水山の森で満開のロウバイと紅梅を見つけました。まさに梅香る午後を楽しみました。

練・大泉町 70才 女性

## 考えさせられる

映画の無料券で「PERFECT

DAYS」を観に行きました。黙々とトイレ掃除をこなす主人公・平山の日常が描かれており、それは洗車を仕事としている私にどこか重なるところが…。見事なまでにルーティン化した生活を送ってはいえるものの、時折波風が立つて心が揺れる。何も起こらない、いや、いいことが続けば元璧だ、と思いがちだが、むしろいいことも悪いことも起きてこそ今の自分があるのだと後々思えるようになりたいものです。

☆ 練・中村南 55才 男性

光が丘図書館に、数十年前のKacce(当時は『月刊光が丘』)が所蔵されていて、時々パラパラと拝読しています。40年前にインタビューを受けた方が明治生



まれだったり、「グラントハイツ」を「グラハイ」と呼ぶ人がいたり、歴史やその当時の街の様子を感じ、この地域を知る第一級の資料だなと思いました。

板・赤塚新町 47才 男性

田舎で1人暮らしをしていた母が入院し、そのまま施設にお世話になっていたので、外で飼っていた15才の大型犬だけが残されています。番犬でよく吠えるので東京には連れて来られないし、老犬のもらい手は見つからないと言われ、途方に暮れています。時々様子を見に行くと、ご近所の方がエサをあげてくれたりしていて、とてもありがたいです。いつまでも甘えていられないので、今後どうしたらいいかご意見を伺いたく、投稿しました。

練・平和台 50才 女性

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(木)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編集室へ ☎03-3975-7143 メール:kacce11@kacce.co.jp

詳細はこちら▶

練馬 みどりの葉っぱい基金

牧野博士の思いが息づく 牧野記念庭園への寄付を募集しています！ (ふるさと納税制度の対象です)

植生の保全、展示などの設備の充実に役立てます

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

# Kacce くらぶ

医院やお店の場所は、**A-1** ~ **H-8** を、**P.26** ~ のマップでご確認ください。

\* 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。

**広告随時募集中!**



<https://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

**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 大平 雄介



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

**三浦畳店**  
 お部屋も気分かさわやかに  
 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おみをお届けいたします。



<https://eino.hp.peraichi.com>  
**(B-1)** 板橋区赤塚3-19-9  
 メール: eino431@icloud.com  
 ☎ 070-3356-0325

**えいの行政書士事務所**  
 身近な「街の法律家」  
 相続・遺言など。女性ならではの視点でじっくりお話を伺い、お客様に寄り添います。  
 行政書士 菅野 茂美



三代目、2児の父です!  
[hoshi300tatami305.com](http://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**  
 畳・襖・障子・網戸の張替え  
 おかけさまで創業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! お気軽に相談ください。



**(B-7)** [nodoka-therapy.com](http://nodoka-therapy.com)  
 練馬区光が丘3-8-12  
 ☎ 090-6032-7249

**女性のための治療院 のどか**  
 女性専用の指圧・マッサージ  
 国家資格を持つ女性による優しい手療法です。営業時間 9時~20時 完全予約制



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



[hikarigaoka-law.com/](http://hikarigaoka-law.com/)  
**(B-8)** 練・高松4-6-1ピズテラス光が丘5F  
 ☎ 9時~18時(土日夜間も対応可)  
 ☎ 5848-9975

**光が丘法律事務所**  
 安心しご依頼をお付けします  
 東京都弁護士会所属  
 弁護士 今井 時右衛門

**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。

東武東上線 下赤塚駅  
川越街道  
パーミヤン  
まいばすけっと  
地下鉄赤塚2番出口  
スーパーよじや  
**秀クリニック**  
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。

**秀(ひで)クリニック**  
内科・泌尿器科・皮膚科

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

**Nerima Base (クレベース)**  
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



Kacce  
**川柳**

母さんがおふくろになる電話口

(トジ子)

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

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

和気医院 ①有り  
赤塚中央通り  
セブイクル  
赤塚幼稚園  
北口  
下赤塚駅  
地下鉄赤塚2番出口  
川越街道  
E-7  
板・赤塚2-7-12(下赤塚駅北口徒歩3分)  
8:30~18:30 ①~12:30 ②日・祝  
☎ 3977-2611

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

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

**まごころサポート**  
書いじり「困ったをみ手はじ」  
レンジフードや浴室などの水周り清掃、エアコン掃除はお任せ!その他、小さなお困り事もご相談ください。(1名15分500円より)

**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。(1月投稿分)  
P.○……広告掲載ページ  
○-○……巻末のマップの位置

**イオンシネマ板橋 P.12・25**  
夫婦どちらかが50才以上だと「夫婦50割引」の2,200円で鑑賞できます。48才 女性  
**三浦書店 P.16**  
量の交換について細かく説明してください、安心してお任

せできました。51才 女性  
**秀クリニック P.17**  
待合室の感じがゆったりしていてサロンみたいです。  
78才 女性  
**伊藤内科小児科クリニック P.17**  
年末、ひどい風邪をひいた時に診ていただきました。「明日もやっているから」と言っていたので心強かったです。診療時間が20時までで仕事帰りでも間に合うため、助かっています。  
55才 女性  
**和気医院 P.17**

診療の際、優しくわかりやすく説明してくださいました。  
13才 男性  
**境皮膚科 P.20**  
よく話を聞いてくださり、症状や治療についてわかりやすく説明してくれます。皮膚のトラブルの際はいつもお世話になっています。  
48才 女性  
**光が丘内田クリニック P.20**  
胃カメラでお世話になりました。早くで上手で診断が的確です。  
56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

\* イベントは中止・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

### 練馬模型発表会

3月3日(日) 11時～16時 ココネリ(練馬1)

多目的レンタルスペース「Nerima Base」で活動するガンプラ部のメンバーの作品を展示！豪華プラモデルが当たるくじ引き、メンバーによる作品発表 など  
Kacceブースもあるよ！



問/<https://nerima-base.tokyo/>

開催中～3月31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「宇宙の宝石」小5以上対象 先着190名 問/☎3559-6561

開催中～3月11日(月) **江古田映画祭 3.11 福島を忘れない** ギャラリー古藤(栄町9) ※4日・5日は休み 2日は武蔵大学(豊玉上1) 映画1本につき当日大人1,200円 他 高校生以下と大震災の避難者は無料 原発事故・震災・戦争と平和などをテーマにした映画上映とトークイベント 各回定員40名(予約優先・武蔵大会会場は定員270名で予約不要) 申・問/実行委員会 ☎3948-5328

### 3月6日(水) 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 区内在住の落語家・講師による話芸  
※未就学児の入場不可  
問/板橋区文化・国際交流財団 ☎3579-3130

3月8日(金)～4月15日(月) **カタクリ群生地**の一般公開 清水山の森(大泉1) 23区内唯一の大規模なカタクリ群生地である清水山の森に咲くカタクリの花を公開 問/維持保全担当課 ☎3904-7557

### 3月9日(土) SEIBU Green Marché

10時～ 石神井公園駅南(石神井町3) 練馬区を中心とした西武線沿線の農産物やご当地食材を販売 マルシェ・コンサート ワークショップ 他  
問/西武鉄道お客さまセンター ☎04-2996-2888

3月9日(土) **映画と講演のついで「希望の給食」無償化→その先へ** 10時～ 石神井公園区民交流センター(石神井町2) 参加費300円(資料代) 映画「希望の給食 -食と農がつむぐ自治と民主主義」の上映と講演「給食無償から義務教育無償へ」  
問/新婦人練馬支部 ☎3557-1241

### 3月9日(土) 福祉の森サロン交流フェスタ

12時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 多世代で楽しめるイベント ハンドマッサージなどの体験コーナー 缶バッジ作り 自主生産品の展示販売 舞台発表紙芝居 お笑いステージ 骨密度測定 他  
問/社会福祉協議会 福祉の森サロン ☎3964-0236

### 3月9日(土) 練馬区ジュニア・オーケストラ定

3月1日(金)～6月16日(日) **いわさきちひろ ぼつご50ねん こどものみなさまへ あれこれのいち** ちひろ美術館・東京(下石神井4) 入館料1,200円 他 没後50年のちひろの絵を通して、人間以外のいろいろな「のいち」となかよく生きるにはどうしたらよいかを考える展覧会 問/☎3995-0612

3月2日(土) **クイズイベント「プラスチックを可燃ごみから資源へ」** 11時～ マルエツ板橋南町店(南町21) プラスチック分別クイズ・ぬりえのワークショップ パネル展示 ▶11時30分～/13時～りりんちゃんと撮影会  
問/清掃事業係 ☎3579-2218

3月2日(土) **練馬つながるフェスタ in 練馬** 11時30分～ 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 パネル展示 食品や雑貨などの販売 他 問/協働推進課 ☎6757-2025

3月5日(火) **こころのトリセツ～こころを案にからだが好きワーク～** 14時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 自分と向き合い「こころ＝からだの取扱説明書」を考える  
問/男女社会参画課 ☎3579-2486

3月6日(水)・7日(木)・29日(金)・30日(土) **チョコレートアウトレット** 専門メーカーならではの多彩なチョコレートをお買い得価格で販売 ▶6日・7日 9時30分～ 芥川製菓板橋工場(高島平9) ▶29日・30日 10時～ サンシャインシティ(東池袋3) 問/芥川製菓 ☎3942-2221(専用回線)



## ●●● アンテナプレゼント ●●●

3月11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

### 生誕150年 池上秀畝-高精細画人- 5組10名

3月16日(土)~4月21日(日) 練馬区立美術館  
(貫井1) 一般1,000円 他 ※中学生以下無料

写真に基づく描写に  
徹しつつ、伝統に固  
執しない日本画表現  
を見せた池上秀畝の  
代表作を紹介し、  
その人生をたどる。



池上秀畝 《松に白鷹・桃に青鸞図》  
表・裏 昭和3年(1928) 杉戸絵  
オーストラリア大使館

### 3月16日(土) 認知症を知る 持続可能な共生 社会を目指して

14時~ 健康長寿医療センター  
(栄町35) 認知症専門医による講演と総合討論  
申・問/高齢者ブレインバンク 公開講座係  
☎3964-3241(内線4419)

### 3月16日(土) はるのおたのしみ会 にんぎょう げき

14時~ 生涯学習センター(豊玉北6) 人形  
劇団「夢まあるく舎」による人形劇やペープサートなど  
幼児・児童対象 申込順50名 申込2日から  
申・問/練馬図書館 ☎3992-1580

### 3月16日(土) 0歳からのファミリーコンサート

15時~ 生涯学習センター(豊玉北6) 参加費500  
円 中学生以下の子どもと保護者対象 申込順300  
名 申込15日まで(フォーム)  
問/ことりのうた事務局 ☎050-1808-8778  
(平日9時~13時)

### 3月17日(日) **FM** 光が丘公園(光が丘4)

9時~15時 ※雨天中止  
問/スマイル ☎090-7177-8877(10時~18時)

### 3月17日(日) 板橋 City マラソン

9時~ 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17日(日) 練馬区親子ヨーヨーチャレンジ

10時~ 光が丘区民センター(光が丘2) 参加費  
500円 小学生と保護者対象 申込順20組 申込1  
日から(フォーム・メール)  
問/三村 ☎090-4669-6962(18時~20時)

**期演奏会** 16時~ 所沢市民文化センター(所沢  
市) 全席自由(要予約) 曲目:となりのトトロ カ  
ルメン組曲 他 ※15時15分からロビーコンサート  
開催 問/練馬文化センター ☎3993-3311

### 3月10日(日) 茶道体験

10時~/11時30分~/13時~/14時30分~ 石  
神井松の風文化公園(石神井台1) 小中学生と保護者  
対象 各回5組(申込順) 1組1,000円(材料費など)  
申・問/新倉 ☎3997-8147(9時~21時)

### 3月10日(日) 区民参加ミュージカル「ピノッキ オ」

14時~ 板橋区立文化会館(大山東町51) 全  
席自由 一般1,500円 他 ※2才以下膝上無料 出  
演:劇団フジ団員と板橋区内在住・在学の小・中・高  
校生 問/板橋区文化・国際交流財団 ☎3579-3130

### 3月12日(火) 脳活性化ゲームで笑っていい のだ

10時15分~ ココネリ(練馬1) 参加費  
1,000円 体と頭を使ったゲームで楽しく脳を活性化  
認知機能の低下を予防したい人や笑って健康になり  
たい人対象 申込順10名 申込11日まで  
申・問/ねりまっハッハッハッハー ☎5935-9701

### 3月14日(木) 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)  
板橋クラシック音楽オーディション合格者が奏でるソ  
プラノとオーボエの調べ  
問/板橋区文化・国際交流財団 ☎3579-3130

### 3月15日(金) 板橋映画上映会 おおやまレト ロシネマ

10時30分~/14時30分~/18時30分  
~ 板橋区立文化会館(大山東町51) 全席自由1,000  
円 上映作品「ひまわり」 ※18時30分開始の回は冒  
頭20分間音楽家による演奏あり 未就学児入場不可  
問/板橋区文化・国際交流財団 ☎3579-3130

### 3月15日(金) IMA 寄席

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

### 3月16日(土) ねりまマンションセミナー“未 来塾”

10時~ 練馬区役所(豊玉北6) マンシ  
ョンの管理・運営に関するセミナー 練馬区内の分譲  
マンション管理組合員や区分所有者対象 申込順30  
名 申込11日まで

申・問/住宅課管理係 ☎5984-1289

### 3月16日(土) 乳がんカフェ

14時~ ココネリ(練馬1) 会費500円(資料代等)  
乳がんについて体験者同士話し合える  
申・問/pinkribbonrima@gmail.com





**安藤クリニック**  
 内科・胃腸科・外科・小児科  
 診療時間…9時～12時半  
 15時～19時半  
 (土曜午前は9時～13時半)  
 休診…木曜・土曜午後・日曜・祝日

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。

(A-2)

**埴皮膚科**

板橋区成増 2-21-4 (りそな銀行そば)  
 ☎ 5998-3334



**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

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



～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!

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) <https://www.harichiryoo.com>



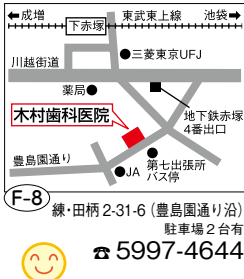
**なかむらばしデンタルクリニック**  
 歯科矯正専門  
 周辺地域(練馬、板橋、中野、杉並等)では初めての専門医に認定されました。日本矯正歯科学会認定  
 臨床指導医・堀 正裕

(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



**光が丘 内田クリニック**  
<https://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。

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

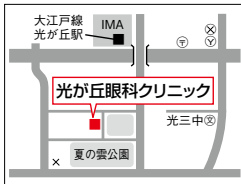


**木村歯科医院**  
 一般歯科・矯正歯科・小児歯科  
 月火木金 / 9時半  
 土 / 10時半  
 水 / 11時半  
 日祝 / 18時半  
 休診 / 18時半

(F-8) 練・田柄 2-31-6 (豊島園通り沿) 駐車場2台有  
 ☎ 5997-4644

😊  
 米国のデュポン社がナイロンストッキングを1940年に発売。戦時中、ナイロンは軍事目的で使われましたが、戦後は爆発的に売れました。しかし最初に使われたのは1938年に販売された歯ブラシで、デンタルフロスも開発されていました。

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



**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時～17時45分

(B-8) 練馬区光が丘 3-3-4-102  
 ㊿水・土午後・日・祝  
 ☎ 3975-5115



**C-8** 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**



**E-5** 練馬馬4-15-2 1F (ユニテッド・シネマ横)  
☎ 9時半～13時 14時半～20時15分 日祝  
☎ 6767-2825

総合歯科診療  
**中村デンタルクリニック**  
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。

一般歯科・小児歯科  
**夏の雲歯科**

川柳

のら猫に名前をつける冬日向

(あやめ)

「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

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

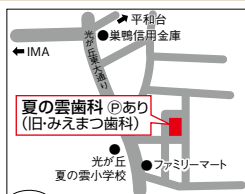
**A-7** <http://www.hikarigaqa-dc.com/>

一般歯科  
**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

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 <https://www.kouetsu-kai.com>



**C-7** 練馬区田柄 5-14-12  
☎ 日曜・祝日  
☎ 3825-3468

夏  
**夏の雲歯科**  
休診：日曜・祝日 (昼休みあり)  
水・木・土・日・祝日  
火・金・土・日・祝日  
月・金・土・日・祝日  
10時～18時  
10時～17時  
10時～17時

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科

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 <https://www.dr-kazu.com>

読者のおすすめコメント

**いとう小児科クリニック P.20**

夫婦ともに幼少期からお世話になっていて、今は3人の子どものを診てもらっています。とても信頼できる良いお医者さんです。 32才 女性

**光が丘眼科クリニック P.20**

ドライアイの治療でお世話になってます。モニターに世界遺産の映像が流れているので、待ち時間も楽しいです。 72才 女性

**安藤クリニック P.20**

健康診断でお世話になりました。先生や看護師さん、受付の方が親切に対応して下さいます。 60才 女性

**なかむらばしデンタルクリニック P.20**

いつも矯正でお世話になってます。先生方が優しく、とても頼りになります。 14才 女性

**中村デンタルクリニック P.21**

子どもにも優しく接してくだり、安心してお任せできました！ 36才 女性

**夏の雲歯科 P.21**

なるべく歯を抜かない治療を

してくれます。できるだけ歯を残したいです。48才 女性  
**佐藤歯科医院 P.21**  
熱心に治療して下さいます。 73才 男性

**高梨歯科クリニック P.21**

虫歯治療だけでなく、3か月に1回、歯のクリーニングをていねいにしてくださるのがありがたいです。 61才 女性

**さくま歯科医院 P.24**

詰め物が取れた際、すぐに診察していただけました。 56才 女性

P.24へ続く



\*イベントは中止・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

## いたばし防災プラス プロジェクト

### ●いたばしシェイクアウト訓練月間

地震発生直後の初動対応を身に付けるための1分間の防災訓練「シェイクアウト訓練」をやってみよう!



### ●おうちで備えるキャンペーン

3月18日(月)~22日(金) ※20日(祝)を除く  
板橋区役所(板橋2) 家庭でできる備えを展示  
板橋区内のショッピングセンターなどで防災関連商品の特設コーナーを設置。各会場で期間や内容が異なるため詳細はHP参照。



3月23日(土) **もっと知ろう! がんの正しい知識「がん放射線治療・乳がん治療」** 13時30分~  
帝京大学(加賀2) 第1部:講演「放射線治療の超高精度化と最先端技術運用~患者さん中心の治療に向けて~」 第2部:講演「乳がんの診断と治療」 申込順350名 問/医療連携室 ☎3964-9830

3月24日(日) **しょうがの湯(練馬区)**  
入浴料金 大人520円 他 ※同日開催の練馬こぶしハーフマラソン参加者はゼッケン提示で大人400円・小学生100円で入浴可 ※営業時間は各公衆浴場にて要確認

練馬区浴場組合 <http://www.1010nerima.com/>

3月24日(日) **練馬こぶしハーフマラソン**  
8時~ 光が丘公園および区内幹線道路 ゲストランナー3名によるトークイベント 飲食ブース 他  
※参加申込の受付は終了  
問/事務局 ☎5984-3555(平日9時~17時)

3月24日(日) **フリマ 浮間公園(舟渡2)**  
9時~16時 ※雨天中止  
問/リサイクル推進友の会 ☎3412-6857

3月24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24日(日) **常磐台桜まつり**  
10時~ 平和公園(常磐台4) 模擬店 サイエンスショー 大抽選会(先着300名に抽選券配布) 他  
問/常磐台地域センター ☎3559-6560

3月17日(日) **ねりま de つながるマルシェ**  
10時~ ココネリ(練馬1) ネリヨガプロデュースの練馬起業女性サロンメンバーによるワークショップ 物販 100円ゲーム屋台 着物のファッションショー 他 ※一部ワークショップは予約制  
問/yoga@mopstudio.jp

3月17日(日) **大泉落語研究会 落語発表会「武士・忠臣蔵の会」** 13時30分~ 勤労福祉会館(東大泉5) 出演:桃源郷清流 すっとこ亭小粋 寝てま亭歌鳳 他 先着150名  
問/悲志かなし ☎080-5013-3813

3月17日(日) **セミナー「ミャンマーの市民は、今」** 18時~ 石神井公園区民交流センター(石神井町2) 参加費500円(資料代) 学生無料 歌と話でミャンマーの今を紹介する ライブ演奏あり  
問/つながる市民・練馬 ☎5933-0108 (日祝除く13時~17時)

3月20日(水祝)~4月14日(日) **ハッピーイースター** 四季の香ローズガーデン(光が丘5) 約80種類12,000本以上のチューリップが咲くガーデンでイースターエッグを探すとミニプレゼントがもらえる(小学生以下対象 先着200名) ペットと撮影できるミニフォトスポット 他 問/☎6904-2061

3月21日(木)・29日(金) **ひとり親家庭への食品配付** 「ひとり親家庭等医療費助成制度(マル親)医療証」保有者対象 ※要事前登録(詳細は登録後に通知) <https://www.gnpj.org/work/domestic/gohanuketori/tokyo/> ▶21日 12時~ 石神井町 ▶29日 17時~ 板橋  
問/認定NPO法人グッドネーバーズ・ジャパン ☎6423-1768

3月22日(金) **【オンライン】パパとママの離婚講座** 10時~ 離婚に関する疑問や不安、子どもの対応などを解決するためのセミナー 板橋区内在住・在勤のひとり親・離婚を考えている保護者対象 申込順20名 申込19日まで(フォーム) ※Zoom使用  
問/いたばし ひとり親家庭相談窓口 ☎6909-6205

3月23日(土) **伝統芸能まつり**  
13時~ 成増アクトホール(成増3) 板橋区内で活動する和太鼓・里神楽・フラダンス・阿波踊り・日本舞踊など11団体が稽古の成果を披露  
問/郷土芸能伝承館 ☎5398-4711



Pickup

## ねりま光が丘

## Cherry Blossom Festa 2024

3月30日(土)・31日(日) 10時～20時(31日は19時)  
光が丘公園(光が丘4)

音楽・アート、スポーツ、模擬店、ダンス&展示、アニメ&コスプレの5つのステージを、お花見を通じて楽しむ春のイベント



<https://cbf.beyond-japan.net/>

3月29日(金) 台湾発の感動絵本『ママはおそらのくもみたい』作家来日トークイベント 18時～板橋区立中央図書館(常盤台4) 台湾の注目作家2名が絵本の創作秘話や好きな絵本について語る 台湾絵本展示 サイン会 他 申込順40名 申込4日から(フォーム) 問/☎6281-0291

## 3月30日(土) こども商店街

10時～ 光が丘公園(光が丘4) 光が丘プレーパークで遊ぶ小学生たちが考えた商店街で買い物体験ができる(特別紙幣を配布) 定員300名  
問/NPO法人 PLAYTANK ☎3976-3113

## 3月30日(土) 観桜会

10時～ 向山庭園(向山3) 庭園コンサート 生花展示 他 ▶23日～26日 日没～20時30分 桜ライトアップ 問/☎3926-7810

## 3月31日(日) 舟渡桜まつり

10時～ 浮間公園(舟渡2) 模擬店 工作体験 植木の販売 花小鉢のプレゼント(引換券の配布あり) 他 問/地域振興課 ☎3579-2161

4月6日(土) 光が丘リコーダーアンサンブル演奏会 13時30分～ 大泉学園ゆめりあホール(東大泉1) 曲目: G.F.ヘンデル「水上の音楽 第2組曲より」他 問/徳重 ☎090-6957-9726

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)

## 3月24日(日) 前野桜まつり

10時30分～ 前野公園(前野町5) 模擬店 ステージパフォーマンス 緑日あそび 野点コーナー 他  
問/前野地域センター ☎3969-0307

## 3月24日(日) ねりま人形劇フェスティバル

11時～/13時～/14時30分～ 光が丘区民センター(光が丘2) 練馬区内で活動する人形劇団とパネルシアターサークルによる公演 プログラム: おむすび座「やまからにげてきた」 ぴーかぶー「しっぽっぱ」他 ※靴袋要持参  
問/光が丘なかよし児童館 ☎5997-7720

## 3月24日(日) 徳丸桜まつり

11時～ 西徳第一公園(徳丸1) 地元小学校の鼓笛隊による演奏 大江戸ダンス よさこい けんちん汁の配布(先着300名) 他 ▶12時45分～ 記念品(花苗)の引換券を配布(先着200名)  
問/徳丸地域センター ☎3932-5370

## 3月24日(日) i-youthダンスフェスタ

14時30分～ 板橋区立文化会館(大山東町51) まなぼーと大原・成増の中学生や若者支援スペース i-youthの利用者がヒップホップやブレイクダンスなど練習の成果を発表  
問/まなぼーと大原 ☎3969-0401

## 3月24日(日) 寝相アート撮影会・スクリーンDE おはなし会

14時30分～ 西台図書館(西台3) 小道具などで子どもをかわいらしく演出し撮影 書画カメラを使った読み聞かせ 小学生以下の子どもと保護者対象 申込順10組 申込9日から  
申・問/☎5399-1191

## 3月25日(月) ねりま de スターナイト～春の満月、ワームムーンを見よう～

18時～ ホテルカデンツァ東京(高松5) 参加費5,500円 他 ホテル内「白楽天」夕食付き 専門家による星空教室後、ホテルのテラスにて天体観察会 申込18日まで  
申・問/日本旅行 ☎5369-3900

3月29日(金) 尾形敏雄「ハーモニカ編曲」1000曲突破記念コンサート 13時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) 板橋区在住の編曲者・尾形敏雄が手がけた名曲をハーモニカの生徒や愛好者たちが集い披露する  
問/実行委員会・高谷 ☎090-3346-0959

**鶴見歯科**  
練馬区光が丘5-5-6  
☎ 3976-7788  
ⓐ⑤は下記参照

＊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)**  
**鶴見歯科**

**診療時間**

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

**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

《急患随時受付》  
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

**地域に密着した医療を提供**  
**きよかわ歯科クリニック**



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

休診/水・土午後・日・祝 △＝土曜～13:00

歯科・小児歯科  
**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  
ⓐ⑤ ☎ 3930-8211

一般・小児・矯正・口腔外科  
**ジェイシティ歯科 吉積 (よしづみ)**  
練馬区高松5-8 J.CITYタワー1F  
ⓐ⑧ ☎ 5372-4444 http://www.jcity-dental.com

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  
ⓐ② http://www.s-ortho.com

**さくま歯科医院**  
練馬区田柄5-20-19  
各種保険取扱 ⓐ日・祝  
☎ 5241-6480

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

**歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科**  
**(医) さくま歯科医院**



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。

**読者のおすすめコメント**

**鶴見歯科 P.24**

初診にもかかわらず、すぐに診察してくださり、詳しく説明をしていただいで感激しました。これからも通いたいと思います。 72才 女性

**すずき矯正歯科 P.24**

娘の矯正の相談に行ったところ、ていねいに治療の方法や期間、経費などを説明してくださり、質問にもわかるまで答えてくださって感謝しています。 59才 女性

**ホテルカデンツァ東京 P.25**

法事などの際、大人数で各レストランを利用してはいます。心のこもったサービスに感激!

73才 男性

**T・ジョイ SEIBU 大泉 P.25**

中央の席は隣の席と少し間がいいです。 47才 男性

**ユナイテッド・シネマとしまえん P.25**

映画を観た後も、大きな窓のあるゆったりとした空間で余韻を味わえる大好きな映画館です。 43才 女性

**アフラックサービスショップ B-2**

以前入院した際、保険は下りないと思っていたのですが、念のため確認したら、とても親切に手続きしていただき、大変助かりました。

55才 女性

**光が丘クローバー歯科 B-6**

定期検診と子どもの矯正でいつもお世話になっています。ていねいな診察で安心して受診できます。 38才 女性

**海峽 H-8**

新鮮な魚とおいしい日本酒が最高です! 63才 男性

歯科医院

Kacce  
**川柳**

失言だ言われて気づくあーそうか

(･･････････)



# 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をお寄せください。

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、プレゼント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、開館時間、会期などは各施設の最新情報をご確認ください。

イオンシネマ板橋

## ① 無料鑑賞券

有効期限5月末日



「映画ドラえもん のび太の地球交響楽」

3月1日公開

©藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK 2024

苦手なリコーダーの練習をするのび太の前に現れたのは、不思議な少女・ミッカ。音楽をエネルギーにする惑星の「音楽の殿堂」にドラえもんたちを招くが、世界から音楽を消してしまう不気味な生命体が迫ってきて…。※3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、3/15～5/16の期間中「30周年記念ビュッフェ Cherry Blossom」を開催いたします。さくらんぼや桜を散りばめた、春らしいメニューをご用意しました。

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



「四月になれば彼女は」

3月22日公開

©2024「四月になれば彼女は」製作委員会

主人公・俊のもとに、元恋人の春から手紙が届き、その後も世界各地から手紙が届くように。一方、俊と結婚の準備を進めていた婚約者の弥生が突如姿を消す。春の手紙と弥生の行方、2つの謎は、やがてつながっていく…。

練馬区東大泉 2-34-1 オスタジオシティ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5月末日



「恐竜伝説2 劇場版ターウィンが来た!」3月8日公開

©「恐竜伝説2 劇場版ターウィンが来た!」

製作・配給 ユナイテッド・シネマ



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(3/31まで有効)。  
クーポンコード：12921156  
※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

国立西洋美術館

## ⑤ ここは未来のアーティストたちが眠る部屋となりえてきたか? — 国立西洋美術館65年目の自問 | 現代美術家たちへの問いかけ



弓指寛治《ウエノさんのブルーシート小屋》

2023年、アクリル、鉛筆/  
木製パネル、新聞紙、作家蔵

国立西洋美術館開館65年での初の試みとなる、日本の現代美術を大々的に取り上げる展覧会。本美術館が未来の芸術を産み育てる土壌となりえてきたか、21組の現代アーティストが作品を通して応答する。3月12日～5月12日 一般2,000円 他

台東区上野公園7-7  
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

5組  
10名様

森アーツギャラリーセンター

## ⑥ MUCA展 ICONS of Urban Art

～バンクシーからカウズまで～



Photo by © MUCA / wunderland media

ヨーロッパ最大級のアーバン・アート作品を所蔵する美術館「MUCA」のコレクション展。バンクシー、カウズ、パリー・マギーなど先駆的なアーティストたちの日本初公開作品を含む60点以上を紹介する。3月15日～6月2日 一般2,600円 他

港区六本木 6-10-1 六本木ヒルズ森タワー  
☎ 050-5541-8600 (ハローダイヤル)

2組  
4名様







# 風物 PHOTOGRAPH



今年初の積雪  
(2月5日 光が丘)



七段のひな飾り  
(2月10日 ホテルカデンツァ東京)

## 光が丘でスケート?!



光が丘IMAのひかりの広場に、氷を使わないエコなアイススケートリンクが期間限定で登場!  
(2月10日~12日)



## まちゼミねりま

お店の人が講師となって専門知識を教える64講座が1月19日~2月22日、練馬区内で行われました。写真は「ガスストーブ点検&水道もれ」講座の様子。  
(2月20日 参加店のコバ商店)

## 読者ハガキの切手コーナー



日中国交正常化10年記念  
(1982年発行)



第1次伝統工芸品シリーズ 第6集  
「出雲石燈ろう」(1985年発行)



電気機関車シリーズ 第1集  
「EF58形」(1990年発行)



## 梅が満開!

ゆりの木団地 (2月20日撮影)



光が丘公園 (2月20日撮影)

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】  
今までもらった中で、1番印象に残っているプレゼントと、その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、地域の情報をお寄せください。

【川柳投稿欄】



かつせくんは  
( )ペーシに  
いたよ!

番号(ペンネーム) ( )

ご協力ありがとうございました

山折り(この線で折り、裏面をリで貼り付けてください)

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

三栄ドムール 202

**Kacce** 編集室 行  
月刊カッセ

〒 [ ] 市区町村 [ ] [ ]	町名	番地	その他
氏名 <small>フリガナ</small>	職業または学年と年齢	性別 男 女 ( )	性別 男 女 ( )
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。		プレゼント番号(1～6)を書いてね!	
店名「 [ ] 」		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。





## 応募ハガキの出し方

- ① このページを切り取って、中央の「谷折り線」で2つに折り、「ノリ付け」部分にノリを付けてしっかりと貼り合わせる。
- ② 63円切手を貼り、投函する。

※ 貼り合わせをしないと郵便局が取り扱わない場合がございますのでご注意ください。

貼り合わせる前に  
記入した方が書きやすいですよ！



Webからも応募できます！ →

谷折り

ノリ付け



# 求人コーナー

地元で働こう



## アルバイト募集！練馬観光案内所

- 【内容】練馬の観光案内業務、店頭取扱商品物販業務、簡単なパソコン入力業務など  
【勤務地】練馬観光案内所(練馬駅北口ココネリ)  
【時間】14:00～21:30(シフト制)  
土日祝日含む週2日～  
【給与】1,113円～ ※交通費支給(当社規定)  
【条件】年齢不問/経験不問/学生歓迎  
※スタッフが一から丁寧に教えます

ホテルカデンツァ東京

☎03-3991-8101(担当:高橋)

## 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！

◆ 定型1枠 16,500円(税込)

◆ 締切: 毎月12日頃(翌月1日発行)

## STAFF TALK

- ★表紙を開くとかわいい赤ちゃんの写真、毎回癒やされました。約40年続いたコーナーですが、6月で成増産院が閉院するため終了。長い間、本当にありがとうございました。(N・T)
- ★今月号から少し薄い紙に変更しました。プレセント応募ハガキを出す際ノリ付けの手間をおかけしますが、今までどおり皆さまの温かいハガキをお待ちしております!(Y・I)
- ★テレビを買い替えて、Youtubeを大画面で観られるようになったら、テレビ番組を観る時間が激減。そのうちYoutubeを映すための機械になってしまいかも…。(M・S)
- ★毎年、巢鴨神社でお守りを買うのですが、今年の干支「辰」をモチーフにしたものは少なかった。型が複雑なのかな。その分、お地藏さんが増えていました。(A・Y)
- ★肌を刺すほどの冬の寒さも、春の陽気が見え隠れすると恋しくなるもの。まだ冬服を着たかった、鍋を楽しみたかった、などなど…人間とは贅沢な生き物ですね。(S・N)
- ★体育館のエクササイズに通い始めました。リズムに合わせて体を動かすと、元気が出るし、気持ちイイ〜♪冬眠していた萎え萎えの筋肉たちが目覚め始めました。(K・O)
- ★吉祥寺の美術館で美術展を観て、ベトナム料理店でご飯を食べ、雑貨屋でカタツムリの形のバスタを買った。久しぶりの私の小さな散歩。(J・I)

# Kacce

月刊 カッセ

3月号 2024年3月1日発行 通巻第482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 kacce11@kacce.co.jp <https://www.kacce.co.jp>

# 子供と奥さんの為に作った習い事スクール

## おかげさまで Peby College 10周年キャンペーン

子どもの未来に選択肢を  
 今のママにゆとりを



### このスクールを作った理由

- ☆小学生までにいろんな事をやらせたかった。  
 (好き・嫌い、得意・不得意を見つける)
- ☆有名な先生ではなく、大人として尊敬できる先生に習わせたかった。
- ☆できれば月謝を安く習わせたかった。  
 (お出かけとかにもお金を使いたい)
- ☆ママの送迎のストレスを解消したかった。  
 (子どもの送り迎えで1日が終わる...)
- ☆ママのスケジュール管理を楽にしたかった。  
 (兄弟がいると地獄...)

株式会社Peby Style 代表取締役  
 合同会社Education Hack CEOを務める。  
 大手音楽スクールの社長を歴任し、全国に店舗展開  
 を実施、また子供向け出張型ピアノスクールの立ち上  
 げに参画し、日本の生徒数まで成長させる。スкуль  
 のコンサルや講演などをする中で2013年にPeby  
 Collegeを設立。習い事の他、様々なイベントやワー  
 クショップのプロデュースも手がける。



### 世の中にありそうでなかったから

- 1ヶ所で複数の習い事を受講できる
- 専門講師が200人以上在籍
- 教育費を軽減! 月謝が安い!
- 送迎が楽! 1日に2~3つの習い事
- 当日振替OK! 別レッスンへも振替可能!



### 各種メディアにて紹介されています!



日経XTREND



東洋経済  
ONLINE

帰国便利帳Web

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 ミュージカル ピアノ  
 そろばん 幼児知育 リトミック 英会話 絵画  
 書道 将棋 ワークショップ年間100種類以上

涼学館 中学受験塾 各種検定 イベント多数開催

※涼学館は内訳大塚校舎です。 英検・漢検など サマーキャンプや各種発表会など



## Kacce限定特典♪

※2024年3月末日まで!

①入会金が ※11,000円→3,300円

②初月お月謝が ※最大1万円割引!

**70%OFF!**

**1か月半額!**

③instagramをフォローで ※780円/1レッスンが無料

**体験レッスン無料!**

instagramは  
 こちらのQRから→



体験レッスン随時開催中! お申し込みはお電話かQRコードからお気軽にお問い合わせください  
 PebyCollege板橋キャンパス

050-5855-1070

板橋区板橋  
 3-14-1 MCビル2階  
 板橋宿不動通り商店街  
 ファミリーマート隣

