

練馬・板橋のタウン誌

2024 vol.484

Kacce

月刊カッセ

5

TAKE
FREE ¥0

保存版

医療機関情報 2024

成増ぶらり散歩

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!

CONTENTS

P.3 **保存版!** 練馬区・板橋区の
医療機関情報 2024

P.9 散歩ウォッチング
芝生でのんびりと

P.10 頭の体操 脳をカッセイ化!

P.10 みんなに教え隊!

P.11 **成増ぶらり散歩**
～北口エリアが面白い!～

P.14 小耳に軽書ン

P.17 Kacceくらぶ

P.17 Kacce川柳

P.18 おすすめコメント

P.19 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



かっせくん

ボクと同じ
かっせくんを探してね。

「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 5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 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。

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!

2024年

保存版

医療機関情報



お手元に保存してイザという時にご活用ください

診療科目の見方

医院

内……内科

呼……呼吸器科

呼内…呼吸器内科

消……消化器科

消外…消化器外科

消内…消化器内科

神内…神経内科

胃……胃腸科

循……循環器科

循内…循環器内科

肛……肛門科

肛外…肛門外科

大肛内…大腸肛門内科

腎内…腎臓内科

感内…感染症内科

放……放射線科

麻……麻酔科

糖内…糖尿(代謝)内科

血内…血液内科

小……小児科

アレ…アレルギー科

皮……皮膚科

小皮…小児皮膚科

美皮…美容皮膚科

泌……泌尿器科

外……外科

整……整形外科

形……形成外科

脳……脳神経外科

精……精神科

心内…心療内科

リハ…リハビリテーション科

リウ…リウマチ科

産婦…産婦人科

眼……眼科

耳……耳鼻咽喉科

歯科医院

歯……歯科

矯歯…矯正歯科

小歯…小児歯科

口外…口腔外科

接骨院

はり・きゅう院

柔……柔道整復

あ……あんま

は……はり

き……きゅう

指……指圧

※「医院」、「歯科医院」、「接骨院 はり・きゅう院」をエリアごとにまとめて掲載しています。

※掲載希望の確認をいただいた医療機関のみリストに情報を掲載しています。

※リストの◆マークは、特集広告または他のページに広告が出ている医療機関です。

◆ 秀クリニック ☎ 3975-5780
赤塚新町 3-5-1 (内・泌・皮)

◆ 伊藤内科小児科クリニック ☎ 3930-5114
成増 1-17-10 (内・小・糖内)

もちまる心療内科クリニック ☎ 5968-5866
成増 2-12-3 (心内・精)

医院

板橋区

都立豊島病院 ☎ 5375-1234
栄町 33-1 (内・呼内・腎内・血内・消内・循内・神内・感内・精・小・外・消外・整・形・脳・皮・泌・産婦・眼・耳・リハ・放・口外・麻・肛外)

◆ 和気医院 ☎ 3977-2611
赤塚 2-7-12 (内・小・外・皮)

井上医院 ☎ 5968-5777
赤塚 4-17-11 (循・内・小)

赤塚皮膚科管医院 ☎ 3975-1535
赤塚新町 1-24-5 (皮)

◆ いしざき内科 ☎ 6913-3925
石神井町 3-30-20 (循内・呼・消)

◆ めかりや医院 ☎ 3939-1131
旭町 3-30-16 (産婦・内)

◆ 吉野記念クリニック ☎ 3939-4412
旭町 1-15-19 (内・泌・皮)

◆ 光が丘内田クリニック ☎ 3976-6411
光が丘 3-3-4 (消・外・整・皮・肛)

◆ 光が丘眼科クリニック ☎ 3975-5115
光が丘 3-3-4 (眼)

◆ いたう小児科クリニック ☎ 3979-2011
光が丘 3-7-1 (小・内)

内田こどもクリニック ☎ 3977-1101
田柄 2-19-23 (小・内)

◆ 中山クリニック ☎ 3939-0361
田柄 2-45-8 (内・消内・皮・外)

まえはら整形外科クリニック
☎ 5848-5816
田柄 5-16-5 (整・リハ)

◆ 春日町眼科 ☎ 5987-8430
春日町 6-2-20 (眼)

◆ 安藤クリニック ☎ 3990-8001
春日町 6-5-15 (内・胃・外・小)

◆ 光が丘南佐藤医院 ☎ 3926-8765
高松 4-12-17 (内・循・消・小・外)

医院 (P.3 から続く)

板橋区

◆ 埴皮膚科 ☎ 5998-3334
成増 2-21-4 (皮)

田辺整形外科医院 ☎ 5998-0061
成増 3-3-11 (整・リハ)

◆ 杉内医院 ☎ 3930-2331
成増 3-17-16 (小)

練馬区

耳鼻咽喉科平山医院 ☎ 3991-0827
桜台 2-19-15 (耳)

さくらクリニック練馬 ☎ 6914-6551
豊玉北 5-7-4 (神内・内)

みすずクリニック ☎ 3993-6199
豊玉北 5-12-8 (内・胃・消)

富士見台駅前皮ふ科 ☎ 5933-9752
貫井 3-2-7 (皮・美皮・小皮・アレ)

おなかの富士見台クリニック
☎ 5971-2421
貫井 3-3-10 (大肛内・消内・内・外)

いいだ耳鼻咽喉科 ☎ 3577-5100
中村北 1-10-12 (耳)

いしざき内科

循環器内科・呼吸器科・消化器科

まちのかかりつけ医として
総合的な視点からの
診療を心がけています。

健康診断・睡眠時無呼吸症
胃内視鏡検査・糖尿病
超音波エコー検査(全身)



練馬区石神井町 3-30-20
コーポ田嶋 1F ☎ 03-6913-3925

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9時～12時	○	○	○	○	○	○	/
14時～18時	○	○	○	○	○	/	/

休診日：土曜午後・日曜・祝日
<https://ishizaki-naika.com>



光が丘南佐藤医院

内科 循環器科 消化器科 小児科 外科

院長 佐藤 博
☎ 3926-8765

電話予約可

練馬区高松 4-12-17
夏の雲公園前



※健診・予防接種も行います

	月	火	水	木	金	土
8:30～12:30	○	○	○	/	○	○
15:00～19:00	○	○	○	/	○	/

休診日：土曜午後・木曜・日曜・祝日

<https://www.sato-iin.com/>

練馬区

赤松歯科クリニック ☎ 3992-8552
桜台 6-2-7 (歯・小歯)

かわな歯科医院 ☎ 3948-8251
豊玉北 6-4-5 (歯)

たかのだい歯科 ☎ 3904-7235
高野台 1-6-9 (歯・小歯・口外)

かぶらぎ歯科 ☎ 5372-1182
高野台 3-7-8 (歯・小歯・矯歯)

ゆめりあ矯正歯科クリニック ☎ 3925-1871
東大泉 5-43-1 (矯歯)

石塚歯科医院 ☎ 3996-2882
石神井町 2-31-29 (歯・小歯)

グラッドスマイルデンタルクリニック ☎ 6906-6402
北町 3-19-2 (歯・小歯・口外)

かわはらメンタルクリニック ☎ 6913-1523
高松 5-18-4 (精・心内)

◆ 若山整形外科 ☎ 5920-5350
北町 8-37-8 (整・リハ・リウ・内)

歯科医院

板橋区

◆ すずき矯正歯科 ☎ 5997-1188
成増 1-14-13 (矯歯)

成増歯科医院 ☎ 3930-6000
成増 2-16-5 (小歯・口外・歯・矯歯)

吉野記念クリニック

内科・泌尿器科・皮フ科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
15:00~18:30	○	○	○	○	○	/



休診日:土曜午後・日曜・祝日
練馬区旭町1-15-19 2F ☎3939-4412

光が丘 内田クリニック

消化器科・外科・整形外科・皮膚科・肛門科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	△	○	○	△	×
14:30~17:30	○	○	×	○	○	×	×



△:水曜は11:30まで 土曜は13:00まで
休診日/水曜午後・日曜・祝日 hu-cl.com
練・光が丘 3-3-4-101 ☎03-3976-6411

ぬかりや医院

産婦人科・内科

《各種健康保険取扱い》

診察時間 ● 平日 9:00~11:45
15:00~18:45

土曜、第1日曜(連休の際は休診)
9:00~12:45

休診日 ● 水曜・土曜午後・日曜午後
第2~5日曜午前・祝日

練馬区旭町3-30-16 ☎3939-1131

駐車場のご用意あります。

有楽町線 地下鉄成増駅1番出口より 徒歩5分
東武東上線 成増駅南口より 徒歩10分

若山整形外科

整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科・内科

診療時間	診療科目	月	火	水	木	金	土
9時~12時	整形	○	○	○	×	○	○
	内科	×	×	×	×	×	×
15時~18時	整形	○	○	○	×	○	△
	内科	×	×	×	×	×	×



休診日/木曜午後・日曜・祝日 △14時~16時

練馬区北町8-37-8 ☎あり ☎5920-5350

埴 皮膚科

平日 10:00~13:00 15:00~18:30

土曜 10:00~13:00

休診日 木曜・日曜・祝日・第3土曜日

板橋区成増2-21-4 ☎03-5998-3334
(りそな銀行そば)

- ◆ さくま歯科医院 ☎ 5241-6480
田柄 5-20-19 (歯・小歯・口外・矯歯)
- ◆ やもと歯科医院 ☎ 3999-8818
田柄 5-27-11 (歯・小歯)
- ◆ 光が丘クローバー歯科 ☎ 5933-9300
田柄 5-27-13 (歯・小歯・口外)
- ◆ 佐藤歯科医院 ☎ 3998-6414
春日町 6-16-11 (歯・小歯・矯歯)
- ◆ カントーデンタルクリニック ☎ 3990-6487
春日町 6-16-21 (歯・小歯)
- ◆ 各務歯科医院 ☎ 3577-2641
高松 4-6-11 (歯)
- ◆ ジェイシティー歯科 吉積 ☎ 5372-4444
高松 5-8 (歯・小歯・口外・矯歯)
- ◆ 光が丘デンタルクリニック船坂 ☎ 5393-0711
高松 5-13-1 (歯・小歯・矯歯)

- ◆ 金沢歯科医院 ☎ 3948-6766
練馬 1-2-9 (歯・小歯)
- ◆ うしやま歯科 ☎ 5912-6480
練馬 3-19-17 (歯・小歯・矯歯・口外)
- ◆ 中村デンタルクリニック ☎ 6767-2825
練馬 4-15-2 (歯・矯歯・小歯・口外)
- ◆ 山田歯科医院 ☎ 3930-8211
光が丘 2-4-11 (歯・小歯)
- ◆ 高梨歯科クリニック ☎ 5998-8211
光が丘 3-7-1 (歯・小歯・矯歯)
- ◆ 鶴見歯科 ☎ 3976-7788
光が丘 5-5-6 (歯)
- ◆ きよかわ歯科クリニック ☎ 6915-6769
光が丘 7-6-20 (歯・小歯・口外)
- ◆ 木村歯科医院 ☎ 5997-4644
田柄 2-31-6 (歯・小歯・矯歯)
- ◆ 夏の雲歯科 ☎ 3825-3468
田柄 5-14-12 (歯・小歯・口外・矯歯)

一般歯科・小児歯科・歯科矯正

佐藤歯科医院

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

診療時間 / 10:00 ~ 13:00
15:00 ~ 20:00 (土曜は 18:00 まで)

休診日 / 水、日、祝日

練馬区春日町 6-16-11 2F 受付・歯科助手 募集中

光が丘東交差点 スポーツジム 上 TEL 3998-6414



医療法人社団

春日町眼科

院長 中野 栄子

眼科一般治療・レーザー治療・メガネ処方・コンタクトレンズ

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00 ~ 12:00	○	○	○	○	○	○	○
午後 3:00 ~ 6:30	○	○	○	○	○	○	○

休診日 木曜、日曜、祝日、土曜午後

平日午後、土曜日午前は
予約診療を行っております。
詳しくは HP をご覧ください。

当院

春日町眼科 検索

☎ 03-5987-8430 練・春日町 6-2-20

(医) 中山クリニック

内科 消化器内科 外科 内視鏡内科 皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9時~12時	○	-	○	○	○	△	-
16時~19時	○	-	○	-	○	-	-

休診日 火曜・日曜・祝日・
木曜午後・土曜午後 △ = 9時~13時

苦痛の少ない
経鼻内視鏡、
心臓・腹部エコー、
在宅医療相談も
承ります

当院

有楽町線地下鉄赤塚駅
2番出口より徒歩2分
nakayama-nerima.clinic/ ☎ 03-3939-0361

練馬区田柄 2-45-8

練馬区

弁天通り接骨院・鍼灸院 ☎ 5999-6636
練馬 1-33-13 (柔・あ・は・き)

にだいら整骨院・にしむら鍼灸院
☎ 3993-7866
桜台 1-5-4 (柔・は・き)

豊玉上サイトウ接骨院 ☎ 6914-5320
豊玉上 2-20-4 (柔)

まえやま鍼灸接骨院 ☎ 3970-8341
向山 1-15-1 (柔・は・き)

◆ なかむらばしデンタルクリニック
☎ 0120-08-4588
中村北 3-22-14 (矯正)

せき歯科室 ☎ 3934-7870
早宮 2-21-34 (歯・小歯・口外・矯正)

接骨院 はり・きゅう院

板橋区

きよみや鍼灸接骨院 ☎ 5998-3311
赤塚 2-9-16 (は・き)

あさか接骨院 ☎ 5997-1051
赤塚 2-14-20 (柔)

わさ接骨院・和佐はりきゅう治療院
☎ 5997-1049
赤塚 4-13-12 (柔・指・は・き)

医療法人社団 **さくま歯科医院**

診療科目 / 歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科
各種健康保険取扱い・初診随時受付中

診療時間
月曜～土曜 AM 9:30～PM 1:30 歯科衛生士
PM 2:30～PM 7:30 募集中

休診日 日曜・祝日

インプラントやレーザー治療、マイクロ顕鏡治療 etc.
最新の歯科治療も行っております。
<https://www.sakuma-dc.com>
駐車場 11台完備
練馬区田柄 5-20-19
いつもよい むしばざろ
TEL. **5241-6480**

金沢歯科医院
一般歯科・小児歯科

予防歯科に重点を置き、地域に密着した
ホームドクターを目指しています

● 診療時間
月・火・水・金
10:00～13:30
15:00～19:30
木曜日 10:00～13:30
(祝日のある週のみ)
土曜日 10:00～13:30
15:00～18:00
休診日 / 木曜・日曜・祝日

練馬駅 練馬1-2-9
精美堂書店ビル1階
nerima-kanazawashika.com
☎ **03-3948-6766** 練馬駅南口 大江戸線
A1・A2出口そば

板橋区成増〈歯ならび専門〉
すずき矯正歯科

s-ortho.com

診療日
火・水・金・土曜
(日・月曜は隔週)
診療時間
10:00～18:30

板橋区成増 1-14-13
池田ビル3F ☎ **03-5997-1188**

一般・小児・矯正歯科
夜8時半まで受付(水曜・土曜除く平日)

光が丘デンタルクリニック船坂

歯科治療について不安・疑問・
お悩みなどお気軽にご相談ください

練馬区高松 5-13-1 (P有り) ☎ **5393-0711**

救急医療 問い合わせ先

板橋区

■板橋区救急診療

当番制のため区報・区HP参照



■板橋区平日夜間子どもクリニック ☎3972-8111

大谷口上町30-1 (日本大学医学部附属板橋病院救急室) 平日 19時~21時45分

練馬区

■練馬区夜間・休日子どもクリニック

☎3994-2238

豊玉北6-12-1 (区役所東庁舎)

平日 20時~22時半

土・日・祝 18時~21時半

■休日急患診療

・練馬診療所 ☎3994-2238

豊玉北6-12-1 (区役所東庁舎)

・石神井診療所 ☎3996-3404

石神井町3-30-26 (石神井庁舎)

いずれも 土 18時~21時半

日・祝 10時~11時半 /

13時~16時半 / 18時~21時半

大幸接骨院・治療院 ☎5997-3232

旭町1-15-11 (は・き)

真栄接骨院・鍼灸治療院 ☎3930-4755

旭町3-32-19 (柔・は・き)

あい鍼灸接骨院 ☎3825-3233

田柄5-22-18 (柔・は・き)

◆光が丘げんき堂接骨院・治療院

☎3926-8263

田柄5-27-8 (柔・は・き・あ・指)

練馬北町鍼灸院 ☎3937-7100

北町2-29-13 (あ・は・き)

ハイジア鍼灸整骨院 ☎6906-8143

北町8-36-4 (柔・は・き)

マヌカ接骨院 ☎6676-7540

早宮3-10-7 (柔)

やもと歯科医院



歯科・小児歯科

診療時間

月・火・水・金 10:00~13:00 14:30~19:00

土 10:00~13:00 14:30~18:00

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

光が丘警察署前 ☎03-3999-8818

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

診療時間 9:30~13:00 14:30~19:00

休診日 木曜・日祝

衛生士・**募集**
アシスタント

練馬区光が丘3-7-1-103

☎03-5998-8211 ◎初診随時

大人と子どもの 歯科矯正専門

医療法人社団 直珠会

なかむらばし
デンタルクリニック

診療時間 / 10:00~13:00 14:30~19:00

土曜 / 9:00~13:00 14:30~18:00

休診日 / 木曜・日曜・祝日 (月に一度日曜診療あり)

日本矯正歯科学会認定

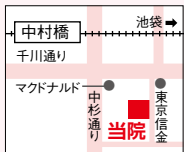
臨床指導医

西武池袋線中村橋駅徒歩2分

練馬区中村北3-22-14

☎0120-08-4588

<http://www.ndc-jp.com/>



スタッフは全員女性
小さなお子さま連れ、
高齢の方でも安心です

訪問診療
やっています

光が丘クローバー歯科

歯・小歯・口外 院長 吉崎志保



診療時間	月	火	水	木	金	土
9:30 ~ 13:00	○	○	○	—	○	○
14:00 ~ 16:30	○	○	○	—	○	—

休診日: 水曜、土曜午後、日曜、祝日

光が丘クローバー歯科 検索 clover-dc.tokyo

練・田柄5-27-13

(光が丘警察署斜め向かい)

☎03-5933-9300





芝生でのんびりと

今月の1日は、夏も近づく八十八夜(春分の日から数えて88日目の夜)。5日はこどもの日であり、次第に夏らしくなってくる「立夏」。暦の上ではこの日から夏が始まります。八十八夜は雑節、立夏は二十四節気ですが、いずれも旧暦なので、新暦では多少のずれが生じます。

公園の芝生広場や道端などで、なぜかセットで見かけるアヤメ科ニワゼキショウ属の「ニワゼキショウ」と、ラン科ネジバナ属の「ネジバナ」。

ニワゼキショウは小さなアヤメのような見かけで、原産地の北アメリカから花卉(かき)として明治の中期に渡来し、旺盛な繁殖力で今では全国に広がっています。似たような仲間が多く、よく見ると花色の違う個体が混生しているため、見極めるのはかなり難しいと思います。特徴がありよく見かける種を写真で紹介しましたが、自然交雑もするので中間的な個体があるかもしれません。見た目の違いとしては、ニワゼキショウは花が大きめで実が小さく、オオニワゼキショウは花が小さく実が大きいです。ルリニワゼキショウは花卉の先が長く尖り、雄しべが管状です。

「ネジバナ」の葉は倒披針形で、花序の長さは10cm前後。白い毛があり、白色～淡紅色の小さな花をらせん状に付けます。花はラン型で横向きにねじれて咲き、よく見ると花序のねじれは一定ではなく、左巻きと右巻きがあり、なかには途中で巻き方が変わるものもあります。

半袖や長袖を着分ける季節ですが、たまには寝転がって空や地面を眺めながらの散歩をお続けください。



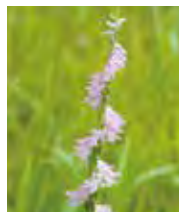
ニワゼキショウ



オオニワゼキショウ



ルリニワゼキショウ



ネジバナ

※ Kacee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)

- ◆ 5月3日(金祝)～
バジャーノイズ
- ◆ 5月17日(金)～ 暮盤斬り
ポップ・マーリー: ONE LOVE
- ◆ 5月24日(金)～
帰ってきたあぶない刑事
劇場版「ウマ娘 プリティーダービー
新時代の扉」

- ◆ 5月31日(金)～
映画 からかい上手の高木さん
お終活 再春! 人生ラブソディ
マッドマックス: フェリオサ

※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。

頭の体操 脳をカッせい化!

★ヨコのカギ

1. 練馬区の公式アニメキャラクター
4. ○○スタイル、○○スプレー、○○カラー
6. 光が丘公園でも見られる、「農地の守り神」と言われる
タカ目タカ科の鳥
7. これを並べると、自分勝手なことをくどくど言っていると
思われてしまう
8. インドの通貨単位
10. 練馬区には、都内で唯一の○○蔵がある
12. 鴨長明の「方丈記」では、うたかたはここに浮かぶと
書かれている
13. 板橋区を代表する食のブランド品、「板橋の○○○○」
16. 小杉と吉田のお笑いコンビを略して言う…?
17. かつてこの辺りでも、将軍が○○狩りを楽しんでいた
18. 命を捨てる覚悟で事に当たること
19. 東武東上線で中板橋と上板橋の間にある、○○台駅

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

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: 1989年から2006年まで、
4月29日をこう呼んでいました

★タテのカギ

1. 小茂根の町名の由来にも関係する、板橋区にかつて存在した○○○○町
2. Jリーグ・大宮アルディージャのマスコットキャラクターのモチーフとなっている動物
3. 丸い大きな耳が特徴のみずねずみポケモンで、進化するとマリリリになるのは?
4. 上手(じょうず)の反対
5. 2024年5月5日にいたばしプロレスが開催される成増○○○ホール
7. 「きかんしゃトーマス」に登場する青い機関車で、車体番号が4番のキャラクター
9. 練馬区が運営している、子育てのひろば
11. スターバックスなどで飲める、エスプレッソに豆乳を合わせた飲み物
14. 簡単に食べられる酒の肴のこと
15. 東京メトロ有楽町線○○○台駅、板橋区○○○町、○○○神社
16. トリカブトから取った毒のこと
17. かつて成増エリアに存在した兎月園の露天風呂から眺めることができたもの

答えは
P.31を見てね!



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

●横浜家系ラーメン 赤家
下赤塚店(板・赤塚新町1)
下赤塚駅と地下鉄赤塚駅の
間に4月23日オープン。

47才 男性

●ベルク 練馬高松店(練・
高松3) 3月にオープンしたスーパーマーケット。
とても安くて野菜が新鮮です。

55才 女性

●NAMINAMI(ナミナミ)(練・石神井町3)
コーヒー、中国茶、焼き菓子、クラフトビールが楽
しめるカフェが石神井公園近くに開店。51才 女性

●レアかつと炊き立て釜炊きごはん さく(練・東大泉1)
大泉学園エミオに4月5日オープン! 59才 女性

●THE 100 STORES 石神井公園店(練・石神井町3)
3月31日閉店。公園に行く前、ボールなど遊具を購
入していたので寂しいです。 40才 男性

●トレファクスタイル 平和台店(練・北町6)
ジーンズメイト跡地に、古着屋のトレファクスタ
イルが5月25日オープンします。 65才 男性

●ドトールコーヒーストック 成増アクト店(板・成増3)
3月31日閉店。今までありがとうございました。

67才 男性



成増菅原神社 (成増 5-3-23)
急勾配の坂道と階段の先にある、見晴らしのよい高台に鎮座している旧成増村の鎮守です。祭神は菅原道真公。



白子川 現在は真っ直ぐに整備されていますが、かつて蛇行していた時の名残で、川を挟んで板橋区と和光市の住所が入り乱れています。



成増ぶらり散歩 ～北口エリアが面白い!～

Kacce 編集室がある成増へようこそ！ 超大型ディスカウント店ができた成増駅南口が注目を浴びていますが、北口にも魅力あるスポットがたくさんあるんです♪

成増と言えば、ダイナミックで複雑な凸凹地形が特徴。武蔵野の台地と荒川が作った低地によるもので、東武東上線成増駅の北口周辺の高低差は7mにもおよびます。思わずおののくような傾斜の坂や階段が出現することもありますが、そんな地形ならではの面白い景色や魅力的な隠れ家を発見できる、ポテンシャル高めなエリアなのです。

地図上では読み取れないアツプダウンコースも隠れているので、筋肉痛覚悟でお出かけください(笑)！



成増の魅力を再認識した取材でした。歩き回って足がパンパンになったけど(笑)、新たなスポットも発掘できてよかったです by 編集室



コナミスポーツクラブ成増

(成増 3-30-19)

ここにスポーツクラブがあることをもっと広く知ってもらいたいと、プロのペイント集団「OVER ALLs」に制作を依頼し、昨年10月に完成した壁画。躍動感あふれる巨大なアートに圧倒されます！



旧白子川緑道



かつて水が流れていた風景を想像しながら、のんびり歩くのにぴったりの散歩道。個性的なオブジェも見どころ。



坂道のある景色



あの湖池屋の本社は成増にあるんです！ (成増 5-9-7)



アップダウンの激しい成増ならではのビューポイントがあちこちに。

よしのや東京店 (成増 5-22-9)

奈良に本店がある葛餅専門店。店主の川上さんが自宅の一部を改装して2000年から営業している、知る人ぞ知る名店です。弾力があり、しっかりとした歯応えの葛餅は、ていねいに練り上げた吉野の葛ならではの。黒みつ&きな粉との相性も抜群です！ 常温で100日保存可能なので、手土産にも人気だそう。季節によって変わる掛け紙の絵柄を選べるのもうれしいサービスです♪

数年前から始めたという、かき氷とパフェのメニューも豊富なので、店の前の椅子に座って白子川の景色を眺めながら、のんびり過ごしてみたいかがでしょうか。





発見!
おいしいお店



La Coricco ラ・コリッコ (成増 4-25-12)

群馬県産の野菜が並ぶオシャレな八百屋さん。マルシェのようなお店の内装やディスプレイは、女性スタッフたちがDIYで仕上げたもの。契約農家から毎日直送される新鮮な野菜や果物を見ただけでテンションが上がります♡群馬名物のさしみこんにやくもオススメです!



カフェアンドギャラリーパティナ Café & Gallery Patina (成増 3-20-16)

百々向川(すずむきがわ)の暗渠にたたずむ静かなカフェ。雑貨や絵本などさまざまなアーティストの作品を展示するギャラリーでもあるので、行くたびに新たな発見があります。



タイムライン パン工房 TIME LINE

(成増 3-41-17)

体に優しい自家製天然酵母パンのお店。外はパリッと、中はもっちりとしたバケットやブルをはじめ、ハンバーガーやサンドイッチ、おやつパンなど豊富なラインナップがうれしい♪



ド迫力の
壁面アート!



初音湯 (成増 3-41-16)

50年以上地元で愛され続けている昭和レトロな銭湯。歩き疲れたら、ひと汗流しに寄ってみては? 「サウナもありますよ!」(3代目)

ラトトラヴール ratonlaveur (成増 3-47-6)

小麦粉を使わず、米粉で作ったパウンドケーキやシュークリームが並ぶケーキ屋さん。フランス語で「アライグマ」を意味する店名は、店主の新井さんにちなんでつけたそう。「ぜひ食べてほしい」というパウンドケーキは、甘過ぎず、しっとりした食感の優しい味。なかでも、バター・砂糖・卵・粉を1/4ずつ入れて作る基本のケーキ「カトルカール」は、最高級の米粉を使った逸品です!





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

「練馬&板橋トリビアクイズ」を読みました。生まれてからずっと住んでいる地元のことなのに、知らないことばかり…。解答と解説を見て「こんな場所もあったんだ!」と新たな発見がありました。石庭の森緑地は家から近いので行ってみたいと思います。

練・石神井台 32才 女性

☆ トリビアクイズが楽しかったです。子どもたちと一緒に解いて盛り上がりました。

練・高松 43才 女性

☆ 「まち活発見!」のおもちゃ病院の記事を読み、改めて技術者ってステキだなと思えました。私も手に職をつけて頑張ります。トリビアクイズも楽しかったです!

板・高島平 59才 女性

☆ おもちゃ病院には、娘が気に入っていたおもちゃの治療を何度かお願いしたことがあります。治るまで時間はかかりますが、スタッフの方々が最善を尽くしてくださるので、連絡のハガキが来るのを楽しみに待っています



た。練・早宮 42才 女性

☆ 4月4日の清明の日にKacceeのページをめくったら、散歩ウオッチングのテーマが「清明の候」だった。偶然だったが、身近な自然に目を注いでいきたいものです。

練・石神井台 55才 男性

☆ スタッフトークに「黄色いミニバラがピンクに変化している」とあり、びっくり! わが家には昨年買ったピンクのミニバラがあります。さて、今年の春、何色が咲くのか? 今から楽しみです。

練・土支田 63才 女性

☆ 読者の投稿やクチコミ、「みんなに教え隊!」など、読者の超身近な地元の情報が役に立ち、

この情報を掲載するKacceeの心意気が面白くていいです。

練・豊玉北 53才 女性

☆ ドラムや着付け、動画配信など、いろいろなことにチャレンジされているSBCの編集長さんのパワフルさにも感心し、元気をもらっています。最近転職をしたので、自分も新しい仕事を頑張ろう!と思っています。

練・向山 55才 女性

年を重ねて

サラリーマン時代の職場の同窓会に行ってきました。かつての仕事仲間たちが、今なお週5日や週3日で出勤していると聞き、驚愕。58才で早期退職して10年目を迎えた私ですが、入社日が同じなのに退職日が10年も違うなんて…人生いろいろで感慨深いです。

☆ 新座市 67才 男性

かなり久しぶりに高校のクラス会が開かれました。本当に「誰が誰だかわからない」状態。みんな一緒に年を重ねているんだなあ」と実感！これを機に「古希同窓会」を開催するとか…。4年後、怖いけど楽しみ(笑)！

練・春日町 66才 女性

「最近、桜のピンク色が以前よりも薄くなつたと思わない？」と友人にたずねたら、「白内障じゃないの？」と言われた…。

あと何回、桜を見ることができなのか…。母を亡くし、次は自分の番だと思つと、後悔しないような言動をしていきたいと考えるようになりました。

練・光が丘 82才 女性
練・土支田 58才 女性



ほっぴり

毎日同じ電車に乗っていたら、駐輪場のおじさんが電車の時間を覚えてくれたらしく、「あと2分だよ！まだ間に合うよ!!」などと声をかけてくれるようになった。

和光市 19才 女性

近所の学校から吹奏楽部の音色が聞こえてきます。コロナ禍ではピタツと止んでいたのですが、最近また元気な音色が聞こえるようになってうれしいです。

練・桜台 40才 男性
よく行くスーパーで、かわいらしいおじいさまから、ベーコンはどうやって食べたらいいか聞か

れました。ベーコンを食べたことがないそうで、説明してあげたらうれしそうにしていました。何だかほっこり優しい気分になった春の日でした。

練・光が丘 63才 女性

ちよっぴり残した泥ネギをダメ元で植えてみたら、すくすく育ってちゃんとネギらしくなりました。次は何を育ててみようかな。

板・蓮根 64才 女性

年末に外出先で転倒して右手首を骨折してしまい、ギプスで右手が固定され、不自由な日々を送っていました。ある日スーパーで買い物をして、財布からお金を出せず困っていたところ、店員さんが「お手伝いできることはありませんか？」と声をかけてくださいました。優しく寄り添ってくれた声かけがうれしくて感動しました。

練・春日町 72才 女性

前練馬消防署長が自身の経験した火災現場や福島原発事故での活動等について講演します



災害活動研究所
代表 富岡 豊彦

阪神淡路大震災、岩手宮城内陸地震、東日本大震災(福島第一原発事故対応)などの現場を経験



〈講演・講義のご依頼はこちら〉
メール tomisai0175@gmail.com
<https://desa-tomi.com/>



練馬区地球温暖化対策地域協議会

ねり☆エコ

のホームページで

楽しく学ぼう!!

知って、考えて、地球の未来を守ろう



地球温暖化についての

ちょっとしたイベントが
暮らしのヒント情報盛りだくさん!

ねりエコで検索 <https://www.nerieco.com>

ねり☆エコ事務局 ☎03-3993-8011(代)



春の風物詩

4月を目前に、光が丘ゆりの木通り33番街のハナモモが咲き始めました。桜もすてきですが、ハナモモの愛らしさは春が始まったことを感じさせてくれます。夜の街灯で浮かび上がる姿にもほっこり。

板・赤塚新町 52才 女性

☆

練馬こぶしハーフマ

ランに参加しました。うさぎのハーフマを付けて走ったら、子どもたちから「うさぎさんだあー」とか「かわいい」とか言われてテンションが上がって、オーバークラスに。後半ボロボロでしたあー(悲)。

練・谷原 48才 男性

☆

練馬こぶしハーフマランを応



援してきました。応援用の旗を渡されたので、大声で「頑張れー!」と。かぶり物をしてる方やご年配の方など、たくさんの方々が頑張つて走っていました。桜が咲いていたらもつとよかったですよねえ。

練・田柄 86才 女性

☆

この4月に、法律の専門学校に入りまして。試験の合格目指して勉強開始です!合格したら報告させてください。

練・光が丘 55才 男性

☆

5年前は、春になると赤塚の町には野スマレがたくさん咲いていました。2年前に1株見つけたので、植木鉢で大切に育てたら3株が増え、かわいい花を付けています。

最近考えること

板・赤塚 77才 女性

板橋区では4月から、今まで可燃ゴミとして捨てていたプラスチックが資源回収ゴミに変わりました。わが家でもゴミ箱を1つ増やして分別するようになりましたが、改めてプラスチックの多さにびっくり!これだけの資源を今までゴミとして出していたなんてもったいなく思いました。これからはきちんと分別して出したいです。

板・徳丸 54才 男性

☆

子どもの習いごとを決めようと、さまざまな体験に行かせること「全部やりたい!」となり、金銭的なことを考えて焦ってしまいます。練・田柄 42才 男性

☆

今年から子どもが塾に通い始め、その送り迎えや宿題などで今までと大きくペースが変わ

り、とても疲れています。みなさんは家でのように宿題を見てあげているのでしょうか?とても気になります。

練・旭町 39才 女性

☆

毎年花粉症に悩まされ、舌下治療というのを始めようか検討しています。経験した方のお話を聞いてみたいです。

練・田柄 54才 男性

☆

区内の図書館で新書を予約しました。いつまでも連絡が来ないので問い合わせたら、あと60人待ちだそう。新書ではなくなってしまう。買うことにしました。練・桜台 33才 男性

☆

近年よく見かける飲食店のQRコード注文。アナログの私にはなかなかのストレスで、QRコード注文の店には足が向かなくなっています。

練・北町 65才 女性

歯科医院



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》



練馬区光が丘 7-6-20
<https://www.kiyokawadc.com/>
 ☎ 6915-6769

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

Kacce

川柳

高校生足まめできるロープアード

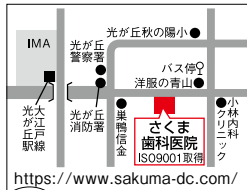
(はるこ)



練馬区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
 などから大人でも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



練馬区田柄 5-20-19
 各種保険取扱 ☎ 日・祝
 ☎ 5241-6480

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

一般歯科・小児歯科・口腔外科・矯正歯科
(医) さくま歯科医院



練馬区中村北 3-22-14
 ☎ 10:00~19:00 土9:00~18:00 ☎ 木・日祝
 ☎ 0120-08-4588

周辺地域(練馬、板橋、中野、杉並等)では初めての専門医に認定された初めての日本矯正歯科学会認定臨床指導医・堀 正裕

一般歯科・小児歯科・矯正専門
なかむらばしデンタルクリニック



練馬区田柄 5-14-12
 ☎ 日曜・祝日
 ☎ 3825-3468

夏雲歯科
 月・火・水・木・金・土・日・祝日
 10時~10時
 10時~10時
 18時~17時
 18時~17時
 18時~17時
 休診：日曜・祝日

一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科
夏の雲歯科

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。



練馬区2-31-6 (豊島園通り沿)
 駐車場2台有
 ☎ 5997-4644

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

一般歯科・矯正歯科・小児歯科
木村歯科医院

😊
 歯と歯の間の詰め物が取れると歯肉が腫れやすいため、重点的に磨くようにしましょう。歯は徐々に移動して隣の歯に近づき、さらに日が経つと噛み合う歯が出てきます。そのことを頭に入れて治療を受けていただくとうれしいと思います。

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>

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>

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>

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・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

(A-8) ☎ 5372-4444 <http://www.jcity-dental.com>

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) <https://www.hikariga-dc.com/>

月刊 Kacce 定期購読のご案内



毎月お手元に Kacce をお届けする

定期購読もおすすめてです!

1年間 4,400円 (税込)

詳細・お申し込みはこちら▶



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

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.harichiryu.com>

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



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。
(3月投稿分)

P.○……広告掲載ページ

○-○……巻末のマップの位置

光が丘南 佐藤医院 P.4・20

まじめな院長先生がいつも真摯(しんし)に対応してくれます。47才 男性

垢皮膚科 P.5・21

良い先生です。45才 女性

吉野記念クリニック P.5

先生も受付の方も親切に優しく対応して下さるので、安心して受診できます。

38才 女性

ぬかりや医院 P.5

月に1度の通院でも顔を覚え

ていてくださり、とても感じが良いです。68才 女性
中山クリニック P.6

胃がんの内視鏡検査を受けました。鼻から細いケーブルを通す検査で、思っていたよりも楽でした。先生はベテランなので、内視鏡検査が苦手な方にはおすすめです。

66才 男性

佐藤歯科医院 P.6・18

とてもいいねいなクリーニングを定期的にしていただいています。42才 女性

光が丘デンタルクリニック船坂 P.7・18 定期検診をハガキで知らせてくださいます。

60才 女性

なかむらばしデンタルクリニック

P.8・17 歯並びがきれいになりました。37才 女性

高梨歯科クリニック P.8・18

子どもがお世話になりました。優しい先生で、いつも子どもはうれしそうに通っていました。今も歯医者さん嫌いにならないのはこの経験のおかげだと思っています。

43才 女性

イオンシネマ板橋 P.9・25

帰りに館内のショッピングセンターで買い物もできるので便利です。63才 女性

夏の雲歯科 P.17

待合室は決して広いわけはありませんが、とてもきれいで清潔感があります。若くて優しい女性の先生で、リラックスして治療に臨めました。

49才 女性

P.21 へ続く

5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。

Pick up

ローズガーデンフェスティバル

開催中～5月26日(日) 9時～
四季の香ローズガーデン(光が丘5)

337品種580本のバラが
楽しめる ガーデンツアー
ガーデンマルシェ カフェ
バラの香り比べ 他

● 19日 11時～/14時～
ローズガーデンコンサート
ギター演奏と歌



問/☎6904-2061

申・問/☎3929-5391

5月6日(月休) **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)

5月6日(月休) **いたばしアートひろば「プログ
ラミング体験」** 10時～ 板橋区立文化会館(大山東
町51) 小中学生対象 1回30分制(各回先着10名)
問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

5月9日(木) **中国映画の会**
13時～ ココネリ(練馬1) 参加費500円(資料代)
上映作品「ラストエンペラー」
問/大槻 ☎080-5040-6764

5月10日(金)～12日(日) **春季植木市**
9時～ 高島平緑地噴水広場(高島平2) 春の草花や
観葉植物、盆栽などの販売
問/赤塚支所都市農業係 ☎3938-5114

5月11日(土) **練馬こどもまつり**
10時～/13時～ 練馬区内の児童館17か所、厚生
文化会館、地区区民館20か所 2館を回ってスタ
ンプを集めるとプレゼントがもらえるスタンプラ
リー(各館先着100名) ※靴を入れる袋と水筒持参
問/子育て支援課児童館係 ☎5984-5827

5月12日(日) **いたばし結まつり**
10時30分～ 板橋区立グリーンホール(栄町36)・板
橋大山公園(栄町35) 結まつり食堂 駄菓子屋 ス
テージパフォーマンス ボランティア・市民活動団体
による物販・体験・活動紹介 他
問/いたばし総合ボランティアセンター ☎5944-4601

開催中～6月23日(日) **新着文化財展示**
石神井公園ふるさと文化館(石神井町5) 令和5年度
に新たに区の文化財に登録された「北新井遺跡出土の
縄文土器」を常設展示室に展示 問/☎3996-4060

開催中～5月6日(月休) **熊野こいのぼり祭**
熊野町熊野神社(熊野町11) 子どもの健やかな成長
と恋愛運上昇を願い約500のこいのぼりが境内を泳ぐ
問/☎3956-2019

開催中～5月6日(月休) **古民家年中行事 端午
の節供** 郷土資料館(赤塚5) 明治時代から昭和30
年代頃の五月人形を展示 中庭に大きなこいのぼり
を飾る ▶5日 10時～/13時～ 鎧着付け体験
3才以上対象 問/☎5998-0081

開催中～5月6日(月休) **五月人形飾り**
旧内田家住宅(石神井町5) 練馬区高松の民家で昭和
30年代から使用されていた五月人形を展示
問/石神井公園ふるさと文化館 ☎3996-4060

5月3日(金祝)～6月16日(日) **歸空庵コレ
クションによる 洋風画という風 ～近世絵画に根
づいたエキゾチズム～** 板橋区立美術館(赤塚5)
日本画に西洋風の陰影法や遠近法などの絵画技法を
用いた「洋風画」から成る選りすぐりの歸空庵コレク
ションを展示 問/☎3979-3251

5月4日(土祝)・5日(日祝) **ハフリンバイル**
11時～(5日は9時～) 光が丘公園(光が丘4) モン
ゴルの文化や芸術を紹介する春祭り ゲル体験 馬頭
琴や民族音楽の演奏 モンゴル料理 他

5月5日(日祝)・6日(月休) **プラネタリウム
deおはなし会** 13時50分～ 教育科学館(常磐
台4) 観覧料 大人350円 他「ゆうちゃんのみき
さーしゃ」親子対象 2才未満無料 先着165名
問/☎3559-6561

5月5日(日祝) **しょうぶ湯(練馬区)**
入浴料(当日のみ) 大人400円・小学生100円・未就
学児無料 ※営業時間は各公衆浴場に要確認
練馬区浴場組合 <http://www.1010nerima.com/>

5月5日(日祝) **テラスでおはなし会**
15時～ 関町図書館(関町南3) 屋外テラスで読み
聞かせ 幼児～小学生と保護者対象 申込順30名

P.22へ続く



一般歯科・小児歯科
カントーデンタルクリニック

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

担当 Dr.・休日 変更のお知らせ

【水・日】 Dr.HIDE 9時～12時/14時～18時
【月・火・木・金・土(土曜午前は要確認)】 院長
10時30分～13時/15時～19時(土は17時)
休日: 祝日 ※Dr.TSUBASAは研修出張



内科・胃腸科・外科・小児科
安藤クリニック

診療時間: 9時～12時半
15時～19時
(土曜午前は9時～13時半)
休診: 木曜・土曜午後・日曜・祝日

練馬区春日町6-15メディカル春日2F
☎ 3990-8001

地域の皆様に愛されるクリニックを目指しています。身近な家庭医として内科全般ご相談ください。また内視鏡専門医として、最新の検査機器により診断から治療までさせていただきます。



歯科(各種保険取り扱い)
鶴見歯科

*入れ歯がどうも合わない
*顎がガクガクする、痛い
*物がよく噛めない 等々
歯に関する様々な悩みにお答えいたします。

練馬区光が丘5-5-6
☎ 3976-7788

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。



https://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。

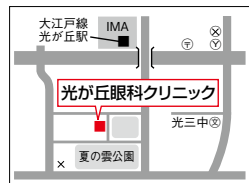
練馬区光が丘3-3-4-101
☎ 3976-6411



内科・小児科・外科
光が丘南 佐藤医院

診療科目: 内科・小児科・外科
診療時間: 8時半～12時半
15時～19時半
【休診】土曜午後/木曜日曜/祝日

夏雲公園前(高松4) 有
https://www.sato-in.com
☎ 3926-8765



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

練馬区光が丘3-3-4-102
☎ 3975-5115

小児科
杉内医院
板橋区成増3-17-16
☎ 3930-2331

～めまい～

暖かい日が多くなってきました。めまいは春先から多くなる傾向があります。水分をしっかり摂りましょう。それでも症状が出現したら、あわてずに医療機関を受診してください。

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

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

ヘアサロンの美容師

垢皮膚科

板橋区成増 2-21-4 (りそな銀行そば)

A-2 ☎ 5998-3334

和気医院



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

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、骨塩量測定、脈波、心機能ポリグラフ、呼吸機能検査

nodoka-therapy.com




B-7 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 優しい手技療法です。営業時間 9時～20時 完全予約制

指圧・マッサージ

秀ひでクリニック



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

秀ひでクリニック

内科・泌尿器科・皮膚科

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

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

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 菅野 茂美

身近な一街の法律家

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

川柳 うれしさと寂しさをまじる独り立ち (アジ子)

読者のおすすめコメント

- 中村デンタルクリニック P.17**
清潔感のある院内でとても良いです。先生や歯科衛生士の方も優しく気遣ってくださいます。 15才 女性
- 山田歯科医院 P.18**
しっかりと治療していただけます。 45才 女性
- 安藤クリニック P.20**
おおらかな先生で助かっています。 63才 女性
- 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いただき、助かります! 53才 女性
- 和気医院 P.21**
とても良心的です。 46才 女性
- 秀クリニック P.21**
スタッフの方がたくさんいます。 76才 女性
- 伊藤内科小児科クリニック P.21**
子どもが小さい時からお世話になっており、大人になっても通えるので助かっています。 56才 女性

- 三浦量店 P.24**
とても親切でした。 22才 男性
- ネリマベース P.24**
孫と見学に行きたいと思えます。 76才 男性
- ホテルカデンツァ東京 P.25**
「ルミエール」は雰囲気がよく、バイキングの料理もおいしいので、友達とのランチに時々利用しています。 68才 女性



*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

グリーンフェスタ

5月11日(土)・12日(日)

10時～ 赤塚植物園(赤塚5)

●11日 14時～ クラシックコンサート

●12日 10時～/13時30分～

出張! こども動物園

問/みどりと公園課 ☎3579-2533

自然のクイズラリー
ワークショップ
雑貨、軽食、「板橋の
いっぴん」等の販売 他



(18時30分～20時)

5月19日(日) わんぱく相撲 練馬区大会

10時～ 光が丘体育館(光が丘4) 区内在住・在
学の小学生男女対象 申込13日まで

申・問/実行委員会 wanpaku.nerima@gmail.com

5月19日(日) 井のいち

10時～ 石神井氷川神社(石神井台1) クラフト
作家の作品販売 飲食ブース 神楽殿でのライブ
他 問/実行委員会 ☎3996-8533

5月19日(日) アニメプロジェクト in 大泉

10時～ 大泉学園駅北口周辺 アニメ体験プログ
ラム ステージパフォーマンス ワークショップ ス
タンプラリー 仮面ライダーバイク展示 他

問/事務局 ☎5984-1032(平日9時～17時)

5月19日(日) 石神井公園地域の歴史と文

化を訪ねる 石神井まち歩き 13時～ 参加費
500円(テキスト代等) 郷土史家・葛城明彦氏と
石神井公園地域を巡る 申込順25名

申・問/石神井まちづくりの会・下河
☎080-6607-4321

5月20日(月) 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～ 関区民ホール(関
町北1) 参加費500円(2才未満膝上無料) 未就学
児と保護者対象 申込順80名

申・問/おとあーと研究室事務局
☎050-6879-3268(平日10時～17時)

5月20日(月) ロビーコンサート

12時20分～ 板橋区役所(板橋2) フルートやハー
プの演奏 問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

5月21日(火) 元気になりますフェスタ

11時～ 成増アクトホール(成増3) ポッチャ・輪

5月12日(日) 光が丘1日水族館

11時～ 光が丘公園バードサンクチュアリ(光が丘
4) バードサンクチュアリ池で捕れた生きものを展
示 かいばり後の変化やアメリカザリガニの影響な
どをスタッフが解説 問/生憩工房 ☎0422-27-5634

5月12日(日) ゆるゆるトーク学習会「ひきこも

りからの学びと家族」 13時30分～ ココネリ(練
馬1) 参加費500円(当事者無料) 生きづらさのあ
る人とその家族対象 申込順25名

申・問/古賀 ☎080-1021-0764

5月15日(水) アトリウムミニステージ

12時15分～ 練馬区役所(豊玉北6) ピアノ演奏
曲目:シューマン「子供の情景 Op.15」より 他

問/練馬文化センター ☎3993-3311

5月16日(木)・31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.gnjp.org/work/domestic/
gohanuketori/tokyo/](https://www.gnjp.org/work/domestic/gohanuketori/tokyo/) ▶16日 12時～ 石神井
町 ▶31日 17時～ 板橋

問/認定NPO法人グッドネーバース・ジャパン
☎6423-1768

5月17日(金) IMA 寄席

18時～ IMAホール(光が丘5) 木戸銭100円以上
出演:春風亭正朝 他 問/☎3976-2000

5月18日(土)・19日(日) 練馬ファミリーま

つり 11時～(19日は10時～) 光が丘公園(光が丘
4) バザー 模擬店 動物とのふれあいコーナー ス
テージパフォーマンス 他

問/NPO法人練馬明るい社会づくりの会 ☎3991-7161

5月18日(土) 水防訓練

10時～ 城北中央公園(羽沢3) 水害を想定した訓
練 土のう作り体験 他

問/区民防災第二係 ☎5984-2605

5月18日(土) ハッピーアニバーサリー

14時30分～(ゲームは15時～) なりますスキッ
プ村商店街(成増2) 阿波踊り 輪投げ ラムネ
フランクフルト お楽しみくじ抽選会 他

5月19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



●●● アンテナプレゼント ●●●

5月13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

三島喜美代—未来への記憶

5組10名

5月19日(日)~7月7日(日)
練馬区立美術館(貫井1) 一
般1,000円 他 初期の油彩
画から、新聞・雑誌などを用い
たコラージュ作品や陶の立体作
品、産業廃棄物を素材にした
近作まで、約90点の作品から
三島喜美代の魅力と実像に迫
ります。



三島喜美代 (Work 17-C)
2017年 陶、転写、彩色
ポーラ美術館 写真撮
影: 中川忠明 写真提
供: 舛居

の活動の成果を発表 問/☎3991-1667

5月31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「ニュー・シネマ・パラダイス」※18時30
分開始の回は冒頭20分音楽家による演奏あり ※
未就学児入場不可

問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

6月12日(水) 講演会と落語「発達障害は私に とってギフトでした。伝え方ですべては変わる」

14時~ IMAホール(光が丘5) 落語家・柳家花緑
の体験談を通じ、発達性読み書き障害の理解を深め
る 申込順500名

申・問/練馬ボランティア・地域福祉推進センター
☎3994-0208

6月14日(金)~23日(日)と7月5日(金)~ 14日(日)の金・土・日 ホテルの観察会

20時~ 中里郷土の森(大泉町1) ヘイケボタルの観察
自然解説員による生態解説 他 各日抽選150名
申込5月11日~30日(公式HPまたは往復ハガキ)
問/☎3922-3021

<https://www.ces-net.jp/nakazato/>

投げ体験 血管年齢・骨密度測定 スマホ相談 他
問/成増おとしより相談センター ☎3939-0678

5月22日(水)・6月16日(日) 親子リトミック

無料体験会 10時10分~/11時~ 杜のまちや
(南常盤台2) ピアノの音に合わせて親子で楽しく体
を動かす 0~3才児の親子対象 各回申込順10組
申・問/なのはなミュージック ☎050-1720-7870

5月25日(土) サイエンス~不思議おもしろい

実験しよう!~ 10時~ 男女共同参画センター
えーる(石神井町8) 参加費1組500円(材料費等)
小1~3と保護者対象 申込順15組 申込18日まで
申・問/吉田 ☎090-4545-9482

5月26日(日) フリマ 光が丘公園(光が丘4)

9時~15時 ※雨天中止
問/ラズベリー ☎090-8564-0981(9時~21時)

5月26日(日) わんぱく相撲 板橋区大会

10時~ 小豆沢体育館(小豆沢3) 区内在住・在学
の小学生男女対象 申込19日まで
問/実行委員会 itabashiwanpakusumo@gmail.com

5月26日(日) 春の石神井川の観察会

10時~ 茜歩道橋付近の石神井川(下石神井6) 参
加費 小学生500円 他 小2~6と保護者対象 申
込順20組 申込11日~21日
申・問/佐藤 ☎5910-7056(火・木・土8時~9時)

5月26日(日) ヒツジの毛刈りショー

10時15分~/14時15分~ 板橋こども動物園(板
橋3) 夏に向けてヒツジたちの毛をバリカンで刈る
様子を見学 ※悪天候の場合、6月9日に延期
問/☎3963-8003

5月26日(日) フリマ しむらん通り商店街(志村1)

12時30分~17時 ※雨天の場合、翌週に延期
問/志村銀座商店街女性部 ☎080-2037-6727

5月26日(日) 和光市民オーケストラ 定期 演奏会

14時~ サンアゼリア(和光市) 全席自
由500円 曲目: プラームス「交響曲第4番ホ短調
Op.98」他 ※未就学児入場不可
問/江頭 ☎070-5078-2531

5月31日(金)・6月2日(日) サークル作品展

10時~ 生涯学習センター(豊玉北6) 似顔絵・陶
芸・3Dシャドウボックスなど、17サークルが日頃

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

書いでの困ったをお手伝い

まごころサポート

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より。(1名20分1000円を要)

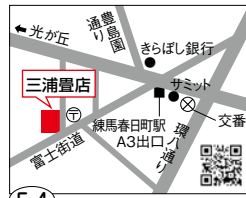


メール: asa@nhc-a.jp
板橋区成増 1-7-22
9時~19時 株式会社 NHC
☎ 6909-2080

お部屋七気分もさわやかに

三浦畳店

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おみをお届けいたします。



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

成増駅北口より徒歩3分

OLC総合法律事務所

労働・離婚・相続問題など。誠実に、粘り強く対応します。相談料は初回無料。第二東京弁護士会所属
弁護士 大平 雄介



https://olc-law.com
板橋区成増3-1-13-201
☎ 5998-5503

Nerima Base (キルベース)

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



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

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。

安し笑顔をお届けします

光が丘法律事務所

どんなご相談もお気軽にどうぞ。迅速に対応いたします。 東京弁護士会所属
弁護士 今井 時右衛門



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

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

T・ジョイ SEIBU 大泉 P.25
作品に合わせた展示があり、グッズの品揃えもとても良く、ワクワクする映画館です!
24才 女性
ユナイテッド・シネマとしまえん P.25
ロビーが広々としていて、映画の待ち時間もゆったりとした気分で過ごせます。
51才 女性
成増皮膚科 B-1
親切で明確な薬の説明に安心しています。今後ともよろし

くお願いします。54才 男性
田辺整形外科医院 B-1
先生や看護師さん、理学療法士の皆さんが優しく、親切に対応してくださり、無事治療を終えることができました。
59才 男性
IMA専門店街 B-7
Kacceをいただきに行くので、インフォメーションにもお世話になっています!
57才 女性
むさしのエン座 D-5
うどんに野菜天ぶらの組み合わせがとてもおいしいです!

56才 男性
よしや E-8
比較的小さなスーパーなので店員さんとは顔なじみ。レジで声をかけてくれるのがうれしいです。
76才 女性
JA東京あおばにりん草 F-1
野菜や果物だけでなく、カステラやお菓子などもおいしいので、つい孫に買ってしまいます。
67才 女性
オオゼキ G-8
日替わりセール品があるので、毎日のように通っています。
51才 男性

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／5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7月末日



「パージノイズ」5月3日公開

©むつき潤・小学館/「パージノイズ」製作委員会
製作幹事・配給：ギャガ

マンションの管理人で「音楽を奏でること」だけが生きがいの清澄。上の階に住む潮が、漏れ聞こえてくる自分の音楽を毎日楽しみにしていると知り、やがて清澄の閉じた世界が大きく変化していく…。
※5月公開予定作品はP.9参照

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7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、5/17~7/18の期間中「30周年記念ビュッフェ〜ランチマルシェ〜」を開催します。賑やかで活気あるマルシェをイメージし、食への愛がふれるフランスの家庭料理をご提供します。

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7月末日



「帰ってきた あぶない刑事」

5月24日公開

©2024「帰ってきた あぶない刑事」製作委員会

時代を超えて愛される、館ひろし&柴田 赤兵主演の人気シリーズが大復活! 定年退職し、探偵事務所を営むタカ&コージが横浜に帰ってきた。2人は依頼人からの捜索を進めていくが、横浜では爆破テロの計画が進んでいて…。

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7月末日



「猿の惑星/キングダム」

5月10日公開

©2024 20th Century Studios. 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(5/31まで有効)。
クーポンコード: 12922955
※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時間テープ案内)

5組
10名様

森美術館

⑤ シアスター・ゲイツ展:アフロ民藝



シアスター・ゲイツ《ドリス様式神殿》2022年
展示風景:「シアスター・ゲイツ展:ヤング・ローズと彼らの軌跡」ニュー・ミュージアム(ニューヨーク)、2022-2023年 撮影:クリス・ストロング

シカゴを拠点に活動するアーティスト、シアスター・ゲイツの展覧会。日本文化の影響を受け、黒人の美学と日本の工芸の哲学を融合させた「アフロ民藝」を軸に作品を紹介し、ブラック・アートの魅力に迫る。
4月24日~9月1日 一般2,200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)

5組
10名様

東京国立近代美術館

⑥ TRIO パリ・東京・大阪 モダンアート・コレクション



辻永《橋と仔山羊》1916年、東京国立近代美術館(トリオ、テーマ(空想の庭)より)

パリ市立近代美術館、東京国立近代美術館、大阪中之島美術館のコレクションからコンセプト別にトリオを組み、総勢110名の作家による約150作品を展示。モダンアートの新たな見方を提案する。

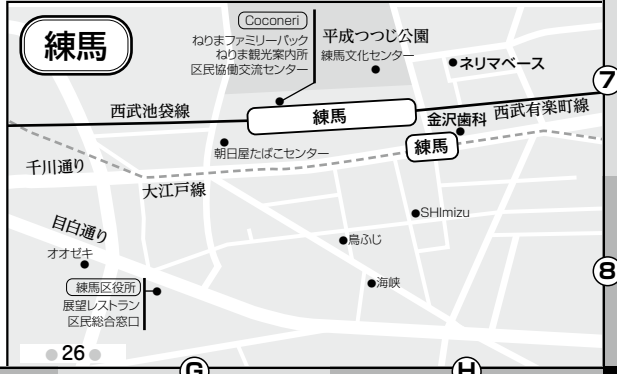
5月21日~8月25日 一般2,200円 他

千代田区北の丸公園 3-1
☎ 050-5541-8600(ハローダイヤル)

5組
10名様



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



春らんまん♡



光が丘公園の桜
(4月10日撮影)



旧白子川緑道の桜
(4月10日撮影)

風物 PHOTOGRAPH

光が丘公園の桜 (4月7日撮影)



平成つつじ公園の久留米ツツジ
(4月21日撮影)



石神井公園の八重桜
(4月21日撮影)



「ねりま de ナイト～春の満月、ワームムーンを見よう」

あいにくの天気です屋外での月の観察はできませんでしたが、星のソムリエ®から月や星座にまつわる神話などの話を聞き、室内で望遠鏡体験を行いました。

(3月25日 ホテルカデンツァ東京)

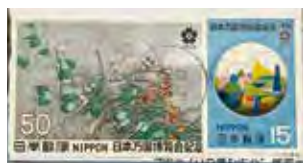


第37回照姫まつり

照姫伝説のステージや時代行列の見物客、模擬店や体験ブースなどを楽しむ家族連れで大賑わい。せんば太鼓のパフォーマンスは圧巻でした!

(4月21日 石神井公園とその周辺)

読者ハガキの切手コーナー



日本万国博覧会記念 第2次
(1970年発行)



お祭りシリーズ
高山まつり
(1964年発行)



ハッピーイースター

約12,000本のチューリップとカラフルなイースターエッグが華やか♡ (4月18日撮影 四季の香ローズガーデン)



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】
「愛」と「お金」のどちらかを取るとしたら、あなたはどちらを選びますか？
その理由も具体的に教えてください。

開店・閉店やイベントなど、地域の情報をお寄せください。

【川柳投稿欄】



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	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。				プレゼント番号(1～6)を書いてね!
店名「 [] 」				5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



地元で働こう

求人コーナー



編集スタッフ募集!(パートまたは契約社員)

- 【内容】タウン誌「月刊 Kacce」及び制作物全般の編集・営業業務など
- 【勤務時間】9時半～18時(パートは応相談)
- 【試用期間】3か月 10時～17時 時給1,150円(福利厚生完備・正社員登用制度あり)
- 【休日】土曜・日曜・年末年始 他

株式会社協同クリエイティブ
板橋区成増2-10-3三栄ドーム202



募集要項および応募方法は Web をご覧ください。

求人広告を
出しませんか?

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

頭の体操



答えは ミドリノヒ

1	ネ	2	リ	3	マ	ル	4	ヘ	5	ア
6	ノ	ス	リ	7	ゴ	タ	ク			
	カ		8	ル	9	ピ	ー			ト
10	ミ	11	ソ	12	ヨ	ド	ミ			
		13	イ	14	ツ	ピ	ン		15	ヒ
16	ブ	ラ	マ	ヨ			17	タ	カ	
18	ス	テ	ミ			19	ト	キ	ワ	

Kacce のスタッフ トークを動画で配信中!!

Kacce 編集長が
誌面で伝えきれない
情報や裏話を大公開!
チャンネル登録をお願いします! YouTube



STAFF TALK

★アイゼンをつけて、初めての雪山に挑戦。急登では滑落停止のためガイドさんがロープで繋いでくれた。端から見ると美しい白銀の世界を歩く、犬の散歩みたい!? (N・T)

★以前取材をさせていただいた板橋区の冒険家、阿部雅龍さんが脳腫瘍のため41才の若さで旅立った。夢に向かってまっすぐ進む姿と明るい笑顔をいつまでも忘れない。(Y・I)

★久しぶりにCDを買ったのだけど、あまりにも久々で、ビニールの包装を開けるのに手こずってしまった。このままパッケージが開けられなくなりそうで若干不安。(M・S)

★日本酒の利き歩き大会、家の近所の酒造の蔵開きと2日連続で日本酒を楽しんだ。高いお酒をパンパン飲んで食べて、昼間からほろ酔いで幸せに満ちた時間でした。(A・Y)

★ゴールデンレトリバー、チャウチャウ、ポメラニアン、グレートピレニーズ、柴犬、秋田犬! 通勤時、自転車で光が丘公園を走るだけ。私は犬カフェ要らず。(S・N)

★家族で5年ぶりにドイツニerlandへ。春休みとインバウンドで激混みの中、めいっぱい楽しんだ! けれど、後日腰痛に泣くことに。体力の衰えを痛感しました。(H・A)

★友人夫婦が「旅行中にコロナにかかり、とても困った」という話をしてくれた。まだまだコロナの話題は終わらない。今年はこれかどうなるのだろうか? (J・I)

Kacce

月刊 Kacce

5月号 2024年5月1日発行 通巻第484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 三栄ドーム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

広告掲載料

20% 割引キャンペーン

- 「スペース広告」3か月以上掲載ご契約の方限定
- お申し込みは 2024 年 7 月末まで

練馬・板橋 エリアで PR したい!
 お店や医院の宣伝をしたい!
 イベントの告知をしたい!



Kacce に
おまかせ!

今だけのチャンスです!
お気軽にご相談ください。

Kacce
月刊カッセ
とは?

- 毎月3万部発行!
- 練馬・板橋の公共機関やお店など 200 か所以上に設置!
- 手元に置いておく読者が多いので広告効果が長続き!

特集広告の年間予定

随時募集中!

1 月号 年賀

全業種対象

2 月号 頼れる専門家

弁護士、行政書士、税理士、
公認会計士など

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

医院、歯科医院、接骨院、はり、
きゅう、訪問介護、薬局 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、税理士
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 便利ダイアル

全業種対象

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

