

練馬・板橋のタウン誌

2024 vol.491

Kacce12

月刊 かっせ

TAKE
FREE ¥0

Kacce川柳
年間大賞

「ときわ台駅」北口探訪

読者アンケート

クリスマスの思い出

読者の声
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!



ブランコ
ゆらゆら楽しいな♪

ゆうた
悠太くん
1月8日
生まれ

HELLO BABY



つかまり立ちが大好きで、上手に伝い歩きして
どんどん遠くまで行きます。初めてのブランコ
にも緊張せず、ニコニコとてもうれしそうでした。
これからもいろんなことにチャレンジして、
元気に大きく育ってね!

ママより

募集!

お子さんやお孫さんの写真&メッセージを掲載しませんか。
対象は1才くらいまでの赤ちゃん。右記のQRコードよりお申し込みください。



月刊 Kacce 広告掲載医院 年末年始休診日

- すずき矯正歯科 12月28日(土)午後~1月5日(日)
1月6日~8日・10日は午後のみ診療

- 中村デンタルクリニック
12月28日(土)午後~1月3日(金)
※1月4日は要問合わせ

- なかむらばしデンタルクリニック
12月29日(日)~1月5日(日)

- 高梨歯科クリニック
12月28日(土)午後~1月5日(日)
※1月6日は10時から診療

- 鶴見歯科 12月28日(土)午後~1月5日(日)
※25日は午前のみ診療

- きよかわ歯科クリニック 12月27日(金)~1月8日(水)
※25日(休診日)は診療。26日は17時まで

- 木村歯科医院 12月28日(土)午後~1月5日(日)

- 夏の雲歯科 12月29日(日)~1月3日(金)

- さくま歯科医院 12月30日(月)午後~1月3日(金)
1月4日は18時まで

- 和気医院 12月28日(土)午後~1月5日(日)

- 秀クリニック 12月28日(土)午後~1月5日(日)

- 伊藤内科小児科クリニック
12月30日(月)午後~1月3日(金)、1月9日(木)~17日(金)
※30日は正午まで診療

- 埴皮膚科 12月28日(土)午後~1月5日(日)

- 杉内医院 12月29日(日)~1月3日(金)

- 光が丘内田クリニック 12月28日(土)~1月5日(日)

- 光が丘眼科クリニック
12月28日(土)午後~1月9日(木)

- いとう小児科クリニック
12月28日(土)午後~1月5日(日)
※1月6日は午前のみ診療

- 安藤クリニック 12月28日(土)午後~1月5日(日)

- 光が丘南 佐藤医院
12月28日(土)午後~1月5日(日)

CONTENTS

P.4 昭和の面影が残る住宅地 「ときわ台駅」北口探訪

P.7 Kacce 法律相談 あるあるトラブル

P.8 街の気になる〇〇

P.9 Kacce 川柳 年間大賞

P.10 読者アンケート
クリスマスのエピソード

P.12 散歩ウォッチング
黄葉・紅葉・褐葉

P.13 小耳に軽書ン

P.16 Kacceくらぶ

P.17 おすすめコメント

P.18 アンテナ(街情報)

P.23 みんなに教え隊!

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 12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!

月刊 Kacce 広告掲載医院 年末年始休診日

ジェイシティー歯科 吉積

12月28日(土)午後~1月5日(日)

光が丘デンタルクリニック船坂

12月30日(月)午後~1月5日(日)

光が丘げんき堂接骨院・治療院

12月29日(日)~1月5日(日)

佐藤歯科医院 12月28日(土)午後~1月5日(日)

関東デンタルクリニック 12月29日(日)~1月4日(土)

やもと歯科医院 12月28日(土)午後~1月5日(日)

各務歯科医院 12月27日(金)午後~1月5日(日)

プロムナード



住宅地を環状につなぎ、1周歩くと約20分の散歩道

クルドサクク



常盤台1丁目に5か所ある円形状の袋小路。車の通り抜けができないので交通量が少なく、静かな環境が保たれています

フットパス



通りと通りを結ぶ歩行者専用の小路があちこちに!



駅北口改札内に展示されているのはシルバニアファミリーのジオラマ。季節や常盤台をテーマに年8回ほど入れ替わります

を歩いているだけでワクワク感が止まりません。歴史に思いを馳せながら、探検気分ですぐ々まで歩いてみたくなります。

ちなみに、ときわ駅の前身である武蔵常盤駅が開業したのは1935年(昭和10年)。かわいらしい青い三角屋根と大谷石の壁面の駅舎は、改修後も変わらず地域のシンボルとして親しまれています。駅の外壁のギャラリースペースには、常盤台住宅地の文化財などを紹介した写真パネルが展示されています。

次ページでは、老舗とニューフェイスの2店舗を紹介します!

街のチェックポイント



Kacce 法律相談 あるあるトラブル 自転車の違反行為が厳罰化!



OLC 総合法律事務所の
大平雄介弁護士に
聞きました(P.17参照)



近所のママ友たちと忘年会をしたのですが、自転車に乗ってきたA子さんが飲酒后、帰宅する途中で歩行者と接触し、ケガをさせてしまいました。A子さんが自転車に乗って帰ることを知っていたのに止めなかった私たちも責任を問われるのでしょうか。

自転車は道路交通法上の「軽車両」に分類され、以前から道路交通法による取り締まりの対象になっていましたが、令和6年11月より、改正道路交通法が施行され、自転車運転中の違反行為の罰則が強化されました。

主な改正点は、①自転車運転中のスマホなどの操作と酒気帯び運転に刑事罰が設けられたこと、および②違反運転者に対する交通反則金制度(いわゆる「青切符」)の導入です。

このうち、①の酒気帯び運転に対する刑事罰には、3年以下の懲役または50万円以下の罰金が科されることになり、酒気帯び運転者の自転車に同乗した者についても、2年以下の懲役または30万円以下の罰金が科されることとなります。

ご質問のように、友人が自転車に乗ることがわかっていてお酒を勧めたような場合には、酒気帯び罪の教唆(きょうさ)犯や幫助(ほうじょ)犯として刑事罰を受ける可能性があります。ケガをさせてしまった歩行者に対し

ては、共同不法行為として損害賠償の責任を負う可能性もあるでしょう。

要するに、酒気帯び運転については、自転車の運転者は自動車の運転者と同程度の重い責任が科されることになるので、運転者の周囲の人たちも十分に注意をしなければならないということです。飲酒した場合は、自転車を押して歩いて帰るなどの対策を!

ちなみに、②の交通反則金制度については令和8年中にスタートする予定で、16才以上が取り締まりの対象年齢となります。つまり、高校生も取り締まり対象になるということです。

傘をさしながらの運転やイヤホンを装着しながらの運転など、取り締まりの対象となる行為は、なんと110項目以上にのぼります。警視庁のホームページなどで、何が違反行為になるのかを確認し、今一度、ご自身の運転スタイルを見直してみましょう。



これってなあに?
気になる〇〇
街の
牧野博士のご長寿コーヒー

大泉学園駅から徒歩5分の牧野記念庭園で、「富太郎 ご長寿コーヒー」の看板を発見! 「日本の植物分類学の父」として知られる牧野富太郎博士は、自ら豆を挽き、毎朝コーヒーを淹れるほどのコーヒー好きだと言われています。94才まで長生きした博士が愛飲していたコーヒーを再現したとのことで、飲むと10年寿命が延びるなんてウワサも…!?

このコーヒーは、庭園裏口側のスペースにあるキッチンカーで販売中。オーダーが入ってからいねいにハンドドリップしてくれます。使用している豆は、博士が好んで飲んでいたモカとブラジルのブレンド。クセがなく飲みやすく、深い香りと程よい苦味が口の中に優しく広がります。カップに添えられた限定スリーブにも注目! 博士と愛猫チーコ、壽衛夫人とエコザサのイラストがあしらわれています。

熱々のコーヒーを手に、冬の庭園を眺めながら過ごす贅沢なひととき。博士と、博士の愛した草花たちに思いを馳せながら、心も体も癒やされてみませんか♪



富太郎 ご長寿コーヒー 1杯 500円(税込)。スリーブはグリーンとオレンジの2種類で、なくなり次第終了



コーヒーの販売は10時～15時。天候などによっては休業の場合も



牧野記念庭園 練馬区東大泉6-34-4
9時～17時 休:火曜(火曜日が祝日の場合は、その直後の祝日でない日)、年末年始



庭園内にはテーブルもあるので、コーヒーを飲むだけでなく、お弁当を広げるなどしてのんびり過ごせます



Kacce 川柳

みんなの一句、年間大賞



特選句

お裾分け好意か自慢紙一重

あき

着物の裾は、地面に近い末端の部分。つまらないもの」と言って謙虚に差し出しますが、実は自慢の品物。いただく方もそれは承知の上ですよ。

(6月号掲載)

秀句

あぜ道のリアルかかしに道たずね

ドジ子

奈良県明日香村の案山子コンテストは有名ですね。かかしを詠んだ句は、古川柳から現代川柳まで数多存在します。「リアルかかし」という表現がお見事でした。

(7月号掲載)

部分痩せしたい所が大部分

スノー

ダイエットとリバウンドを詠んだ句にはよく出会います。回想句から抜け出すには、表現で勝負しなくてはなりません。「部分と大部分」の取り合わせが抜群でした。

(9月号掲載)

殺した蚊見せ合う夫婦夏の夜

どたどたどん

映像が目には浮かぶユーモア句です。見せ合った手のひらには、吸われた夫婦の血痕も鮮やかに残ります。稀に(わざと)相手の頬を叩くこともあるのでしょうか。

(8月号掲載)

Kacce 編集室選句

- 押し活で経済回す世の為に (O・T)
- 風邪なのか花粉症かと悩む日々 (毎日ピクピク)
- SNS 手元で全国花見旅 (桜子)
- 雨宿り言い訳一杯妻呆れ (たっく)
- 帰宅して3分後にはセミヌード (鯉子)

すっかり年末の恒例企画となった Kacce 川柳年間大賞。今年掲載した句の中から、植竹団扇さんが選んだ句と講評をご紹介します。また、惜しくも掲載されなかった句の中から編集室が選んだ5句も発表！ 来年もみなさまの投句をお待ちしています!!

2024 年 Kacce 川柳 選後感

11才から85才まで幅広い世代の佳句が並びました。川柳界で雅号とか柳名と呼ばれている「ペンネーム」。自分で自分に名を付けるのは楽しいことですが、作品の意味を補うようなネームはNGです。イニシャルの方も、ぜひ工夫してみてください。詩誌への投句や句会への参加などにも挑戦を!



植竹 団扇さん (だんせん)

板橋区在住の川柳家。会長を務める「川柳成増吟社」は、毎月第2・4木曜にまなぼーと成増で句会を開催。

読者アンケート

思い出に残っている クリスマスの エピソード

家族や友人とのパーティー、ロマンチックな夜、プレゼントにワクワクしたあの頃…。今年のクリスマスはどんな思い出ができるかな？

楽しかったあの日

◆ 20年以上前、学生時代のクラスメイトの女子たちで集まってお菓子持ち寄りのクリスマスパーティーを開催。一晩中、歌って笑い、ただただ楽しかったです。今はみんなおばあちゃんです。



60才 女性
◆ 幼い頃、社交ダンスが得意な父とクリスマスソングで踊ったことです。普段あまり相手を

66才 女性
◆ 学生の時、彼氏がいない友達3人でお台場までドライブに行き、吹き荒ぶ潮風の中、「蒲焼さん太郎」を噛みちぎりながら食べたことが楽しい思い出です。

44才 女性
◆ 半世紀も前、人生初めての外泊をしたのがクリスマススイブ。なんとクリスマス。相手は今のダンナです！

67才 男性
◆ 息子が小1の時、枕元にサントさんから自転車が届きました。2階まで運ぶのは大変でしたが、朝起きたらリビングに大きな袋が置いてあり、プレゼントとサントさんから英語のお手紙が届いていたことに感動しました。

52才 男性
◆ 子どもの頃、初めて枕の横に置かれたクリスマスプレゼントが凶鑑でした。子ども心「こんな物より電子ゲームが欲しい」と思いましたが、言えませんでした。

13才 女性
◆ 子どもの頃、初めて枕の横に置かれたクリスマスプレゼントが凶鑑でした。子ども心「こんな物より電子ゲームが欲しい」と思いましたが、言えませんでした。

56才 女性
◆ 朝起きたらリビングに大きな袋が置いてあり、プレゼントとサントさんから英語のお手紙が届いていたことに感動しました。

55才 女性
◆ 子どもの頃、社交ダンスが得意な父とクリスマスソングで踊ったことです。普段あまり相手を

61才 男性
◆ 田舎に住んでいた私にとってケーキは特別なもの。家族みんなでロウソクを灯して分けたバタークリームのケーキは今でも忘れられない味です！

64才 男性
◆ クリスマスケーキに添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

61才 女性
◆ 43年前のクリスマスの日にお手製のストールをプレゼントしてくれた女性と、今も人生の同じレールの上を歩いています。

48才 女性
◆ 息子が小1の時、枕元にサントさんから自転車が届きました。2階まで運ぶのは大変でしたが、朝起きたらリビングに大きな袋が置いてあり、プレゼントとサントさんから英語のお手紙が届いていたことに感動しました。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

47才 女性
◆ 子どもの頃、いつも父親が買ってきてくれた、バタークリームのお菓子に添えられていたドライアイスをお父さんがグラスの水に入れると白い煙がモクモク出てきて、ケーキ以上に大喜びしました。今でもドライアイスが手に入ると水に放り込みます(笑)。

プレゼント

ケーキと言えば

サンタの通り道

◆ その昔、煙突のないわが家には、暖炉と同じ役割のエアコンの隙間からサンタさんがやってくるものだと思います。

29才 女性

◆ 弟が小さかった頃、さあ寝ようとして枕元に靴下をおいた途端、「サンタさんが焦げてしまっ！」と言いつきました。その頃、わが家は薪をくべてお風呂を沸かしていたので、もし灰が残っていたら煙突から入って来た時に大変だと思ったのでしょう。それから家族全員で大騒ぎして焚き口の大掃除をしました！

57才 女性

外国では

◆ 昭和33年、アメリカ人の友人宅でクリスマス会がありました。豪華なツリー、プレゼントの品々、食べたことのない生クリームの手作りケーキやゼ

リー。物の豊かさとおいしさに驚きました。カルチャーショックでした。

73才 女性

◆ 40年前、オーストラリアのブリスベンに住んでいた時のこと。クリスマスは真夏で気温が40度の日も…。サンタさんはあの衣装で汗だくになって子どもたちにプレゼントを配り、最後は自宅のプールにドボン！楽しいクリスマスパーティーでした。

73才 女性

苦い思い出

◆ 私がまだ小さい頃、クリスマスに家族全員がインフルエンザになってしまいました。今でもクリスマスになると、とても苦しくて辛かったことを思い出します。それ以来、インフルエンザの予防接種は欠かさず打つようになりました。

37才 女性

◆ 軽井沢のホテルでクリスマスディナーというすてきな思い出を作ろうとしたのですが、レ

ストランが寒くて寒くて…。他のお客さんもコートを脱げないほどでした。今では笑い話ですが、冬の軽井沢にはその後行っていないせん。

65才 女性

◆ サンタに化けた祖父が娘にプレゼントを渡して帰った後、娘が「サンタさん、おじいちゃんと同じ靴下履いてたね」と言ったのでドキッとしました。

63才 男性

◆ 中学時代の同窓会が、なぜかクリスマスに開催された。参加者は2割程…。そりゃそうだろう。

59才 男性

私のクリスマスは…

◆ 孫5人のプレゼント選び、今年も頭の痛い時期が来た。

76才 女性

◆ 子どもの頃、ツリーの飾り付けをするのに、初めは完成を心待ちにウキウキして飾るので



電飾の灯りにほっこりした良い思い出です。

65才 女性

◆ 高校生の頃、肉屋さんでクリスマス限定のバイトをしていました。今みたいにコンビニがなかったので骨付き肉や唐揚げなどが飛ぶように売れて、ものすごく忙しかったです。

57才 女性

◆ 手作りケーキを作るのに3時間もかかってしまい、メインディッシュまでたどり着けなかった。

60才 女性

◆ 子どもたちも大きくなって、クリぼっち。昨年、1人でみなとみらいへ。町全体が光の洪水のようにキラキラ。家の外で過ごすクリスマスは数十年ぶりでした。



黄葉・紅葉・褐葉

東京都区内の紅葉は今月上旬頃が見頃でしょうか。赤塚公園や光が丘公園など、公園にはさまざまな樹木が植栽され、充実した紅葉が楽しめます。

紅葉は、葉が枯れて落ちる前に赤やオレンジ、黄色などに色づく現象です。葉にはもともと緑色と黄色の色素があり、秋に緑色の色素(葉緑素)=クロロフィルが分解されます。黄色の色素=カロチノイドが残った状態が黄葉。葉の糖分から赤色の色素=アントシアニンが生成された状態が狭義の紅葉です。褐色の色素=タンニンが生成されると褐葉(かつよう)と呼ばれます。それぞれの色素の量によって色々な紅葉を見ることができます。

年末のゆっくりとした紅葉散歩をお続けください。



イギリスの黄葉



ニシギギの紅葉



ツタの紅葉と苔

※ 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)

- ◆ 12月6日(金)～
劇場版ドクターX FINAL
モアナと伝説の海2
うちの弟もがすみません

- ◆ 12月13日(金)～

はたらく細胞

- ◆ 12月20日(金)～

劇場版 忍たま乱太郎

ドクダケ忍者隊最強の軍師

【推しの子】- The Final Act-

ライオン・キング: ムファサ

- ◆ 12月30日(金)～

グランメゾン・パリ

*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。

小耳に軽書ン

コミュニケーション
「小耳に軽書ン」は、読者の皆さまからの
お便りコーナーです。

先月号のあなたへ

「保存版 便利ダイヤル」が掲載されていてうれしくなりました。いざという時のために、常時愛用のカバンに早速入れました。なんだかとても安心した気分です。感謝を申し上げます。

練・関町北 75才 男性

☆
「お得でおいしい！工場直売 グルメ」の記事で、地元へこうい

うお店があると知ることができたのは、ズバズバさんのおかげ。地元愛が深まります。まずは高松製菓さんのアップルパイ狙いです。

練・田柄 59才 女性

☆
「工場直売グルメ」の高松製菓は店舗らしい構えではなく、工場っぽい雰囲気なので、いつも気になりつつも通り過ぎるだけでした。無人販売のお菓子もあまり聞いたことがなく、冷蔵庫の前までこっそり行って「おいしいう！」と思いつつも、勇気が出せずに帰ってしまいました。記事でお店の方の写真を見てハドルが下がりました！次に通った時は買えるかもしれない。

練・石神井町 51才 女性



☆
表紙絵が気に入りました。イチョウが黄色く色付いた中で、試験勉強中の男の子と女の子の光景を、地元の上石神井中学校の生徒が再現していて思わず笑ってしまいました。その日はとても良い気分になりました。

練・上石神井 76才 男性

☆
中学生の職場体験の試みはとても素晴らしいことだと思います。少しでも将来を考えると、記事を読んでいて楽しいです。

練・高野台 51才 男性

☆
「小耳に軽書ン」のお便りコーナーをいつも楽しみに読ませてもらっています。年齢を重ねると

外出が減り、人に会うことも話をすることも少なくなる中で、Nacceはとても身近に感じられるありがたい1冊です。

板・蓮根 75才 女性

☆
「小耳に軽書ン」の私だけリンクアップの投稿を読んで、お仲間がいたと笑ってしまいました。わが家では、トンカツやステーキは両端の2切れを集めて1枚に見えるようにして夫の皿に盛ります。私の皿には、脂身の少ない真ん中の部分を見た目を少なくして盛っています。

練・光が丘 69才 女性

☆
「アンテナ」をワクワクした気持ちで読みました。どれも興味を持って困るくらいです。知人が練馬東中学校出身なので、同窓会の情報を教えてあげたら、とっても感謝されました。ありがとうございました。

練・上石神井 68才 女性

☆

私の楽しみ♪

最近いろいろなワークシヨップに参加することにハマリ、先日は米粉パン教室に行っ

てきました。初めましての方たちともすぐに打ち解け、

とつても楽しい時間を過ごせました。次はみそ作りのワークシヨップに行

く予定です。手作りみそも楽しみですが、いろいろな方と知り合えるのも楽しみです。

板・高島平 53才 女性

☆

子どもが大きくなり、やっと親子でロハスフェスタが楽しめるようになりました。来年も楽しみだなあ。

練・田柄 43才 男性

☆

いつもオオゼキでKacceeをも



らうのですが、Kacceeが置いてあるのを見つけると、早く取りたくて会計の時からソワソワします。SNSではなく紙で

地元の情報を発信しているのは貴重だと思います。これからも頑張ってください！

練・中村南 41才 女性

☆

バードウォッチングにハマっています。家のそばを流れる石神井川にやってくるアオサギの仕草を眺めて楽しんで

練・南田中 55才 男性

フアイト！

パート先に、ミャンマーからの留学生バイトちゃんがいるのです

が、毎日「寒い！寒い！」と。ミャンマーの最低気温はなんと20度

のようです。彼女は日本で冬を

越せるのでしょうか。

練・田柄 50才 女性

☆

息子がPSS5を買ってもら

い、さっそく初期設定を始めたところ、サインインできず四苦八苦。遊べるようになるまで2時間もかかりました。今どきのゲームにはついていけません。トホホ。

練・光が丘 38才 女性

☆

両親が20年ぶりにそろって上

京し、数日滞在することに。2人の寝床確保のため、物であふれたわが家を約1か月かけて大掃除し、不用品の買い取りも依頼。どこにこんなに入ったの？

と驚きつつ、受験参考書3箱、本やCD、DVD2箱、衣類や

カバン2箱を発送しました。部屋も気持ちもスッキリし、両親に感謝！です。

練・貫井 57才 女性

☆

バイト先で資格テストを受け

ることに。この年齢で必死に勉強し、模擬テストを受けて、まだまだ記憶力は大丈夫だと自信を得ました。本番も頑張るぞ！！

板・高島平 55才 男性

☆

先日、孫の運動会を見てきました。徒競走は隔年とのことで今年はなく、学年ごとにまとめて競技を行うので出場したら終わり。行事縮小なのでしょうが、少し寂しい気持ちになりました。

練・桜台 65才 女性

自然の恵み

昔は娘と一緒に拾った銀杏を、今年も孫と一緒に拾いま

した。孫がもう少し大きくなったら大好きな茶碗蒸しに銀杏を入れて食べさせてあげたいです。

練・旭町 78才 女性

☆

4月に骨折し、ギプスに松葉杖の生活を2か月間。その後リ

ハビリに通うこと4か月間。散々な半年でしたが、先日、植えてもいないのにペランダの植木鉢からよきによき何かが生えてきて、なんとゴーヤができました。大変な思いをしたので天からのご褒美でしょうか？ おいしくいただきました(笑)！

練・小竹町 66才 女性

☆

石神井公園の三宝寺池に冬鳥がたくさん飛来して羽を休ませています。その中の1羽がタニシを口にくわえていたのに驚きました。初めて見たので冬鳥のたくましさに感心しました。

練・下石神井 63才 男性

☆

板橋農業まつりに行ったら、野菜宝船が小さくなっていた！野菜高騰はこんなところにも…。板・大門 62才 女性

幸せな時間

クリスマスが近くなってきたの

で、オルゴールを購入しました。私が小さい頃に買ってもらったものは壊れてしまったため、久しぶりにオルゴールの音を聴きました。キラキラした音でとても幸せな気持ちになります。

練・田柄 21才 女性

☆

1人で外出した時、

お店に入って食事をするのが苦手な私にとって、

デパートの屋上は、お天気さえ良ければ

とっても快適なところですよ。フードコートがある所も

あり、コンビニで買ってきただお弁当を食べてのんびり過ごすこともできます。

練・豊玉中 72才 女性

☆

最近、日本の実験棟「きぼう」がある国際宇宙ステーションの

鑑賞に興味湧き、ネット情報を頼りに夜空を見上げています。先日、練馬城址公園の広い園内で、数秒ですが生まれて初めて見る事ができ、感激しました。おすすめのビュースポットです。

練・練馬 71才 男性

☆

郵便料金が上がって思

い出すのは小学5、6

年の時の切手集め。

担任のすすめで郵便

友の会に全員入っ

た。そして各地の小

学校へ手紙を出して

文通が始まった。返事

が来ると教室の後ろに貼っ

た。地域で行事や生活が違っ

とがわかって面白かった。記念

切手が出ると郵便局まで歩き、

10円切手を1枚買った。今でも

クラス会があると必ず話題は郵便友の会！

練・光が丘 76才 女性



募集!

セミナーや講座の集客は Kacce におまかせください!



月刊 kacce に開催告知の広告を掲載しませんか? 集客・開催のサポートを行います。

- メリット
- ・ Kacce 公式 SNS やブログなど Web でも広く告知できます。
 - ・ 「Kacce に載っているなら安心」という地域読者の信頼が得られます。

詳しくは Kacce 編集室までお気軽にご連絡ください。

月刊 Kacce 編集室 ☎03-3975-7143 メール: kacce11@kacce.co.jp

Kacce くらび

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!

暮らしの困りごとをお手伝い

まいごころサポート

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を。(1名20分1000円より)



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



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

(株)三浦豊店

お部屋が元々キレイに

数年に1度の畳替え。お客様の笑顔が見たから、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。

指圧・マッサージ

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



nodoka-therapy.com
練馬区光が丘3-8-12
☎ 090-6032-7249

身近な1街の法律家

えいの行政書士事務所

相続・遺言など。
女性ならではの視点でじっくりお話を伺い、お客様に寄り添います。
行政書士 菅野 茂美



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

目撃するほぐせにリフォーム

マークライフ(株)の成仏不動産

相続・不動産、遺品整理、特殊清掃、事故物件の買取、孤獨死の葬儀等どんなことでもお気軽にご相談下さい。
認知症対策あり。



https://jobsu.jp
取扱店窓口担当:花井まで
☎ 090-4013-8739
メール: hanaisayuri@yahoo.co.jp

安心と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/
B-8
練・高松4-6-1 ビズテラス光が丘5F
☎ 9時~18時(土日夜間も対応可)
☎ 5848-9975

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。

シニア婚、増えています!

はないさゆりの結婚相談所

ワクチン未接婚婚もやっています。A1で相性の良い人を毎月無料でご紹介!
★Kacce見たで
入会金無料(12月未迄)



https://sakurakon.com
板橋区赤塚新町3丁目
☎090-4013-8739 担当:花井まで
メール: sakurakon8739@gmail.com

成増 東武東上線 下赤塚駅
川越街道
地下鉄赤塚駅 2番出口
まいばすけっと
パーミヤン
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 ⑤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

<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

OLC 総合法律事務所
成増駅北口より徒歩3分

ママチャリ

長すぎな夏がようやく終わったと思ったら、急に冬！ 秋は2、3日で通り過ぎたように感じました。

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
赤塚幼稚園
セブサイクル
地下鉄赤塚駅 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 ⑤~12:30 ⑥日・祝
☎ 3977-2611

和気医院
内科・小児科・外科・皮膚科
CT、電子胃内視鏡、レントゲン透視、超音波エコー、ホルター心電図、骨塩量測定、脈波、心機能ポリグラフ、呼吸機能検査

和気医院
内科・小児科・外科・皮膚科

練馬駅前近くのレンタルスペース
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://nerimabase.tokyo>

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

練馬駅前近くのレンタルスペース
練馬駅北口から徒歩0分

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

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。(10月投稿分)
P.〇……広告掲載ページ
〇-〇……巻末のマップの位置

イオンシネマ板橋 P.12・25
友人に誘われて行きました。とってもきれいで清潔でした。そのまま買い物できて気分は最高です。38才 女性
三浦書店 P.16
畳をきれいに張り替えていただきました。新しい草の匂いは癒やされていいですね。38才 女性
光が丘法律事務所 P.16
ていねいだった。55才 男性
ネリマベース P.17

こちらのスペースで韓国語を習っています。ガンダムがたくさん並んでいて楽しい雰囲気。59才 女性
秀クリニック P.17
診察が早くテキパキしている。ドクターと看護師のチームワークがいい。75才 男性
伊藤内科小児科クリニック P.17 子どもたちが小さい頃から通院しています。末っ子が高校生になり、1人で通院できるように。これからもお世話になりますのでよろしくお祈りします。57才 女性
塙皮膚科 P.20
待合室にマンガが揃っていて、待ち時間も退屈せずに過ごせました! 診察はていねいで、先生が親切。皮膚に関する悩みを安心して相談でき

ます。36才 男性
杉内医院 P.20
子どもが小さい頃お世話になりました。先生がとても優しいです。58才 女性
安藤クリニック P.20
予防接種が上手で、子どもが「安藤先生のところでならやってもいいよ」と言います。63才 女性
光が丘内田クリニック P.20
子どもが液体窒素を使った治療を受けました。励ましながら、怖がらないように優しく声をかけてくれました。40才 女性
光が丘眼科クリニック P.20
先生からの「心配してたのよ。でも大丈夫だね」の優しい言葉に感謝・感激。83才 女性
P.21 へ続く

月	火	水	木	金	土	日
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。

Pick up

イルミネーションを 見に行こう

色とりどりの光が冬の街並みや
街路樹を明るく演出します♡



- 光が丘公園・ふれあいの径 (光が丘2)

11月30日(土)～1月19日(日) 16時～22時

- 四季の香ローズガーデン (光が丘5)

12月1日(日)～25日(水)
16時～17時(土日は19時まで)

- 練馬駅北口周辺(練馬1)

11月15日(金)～2月16日(日)
ペDESTリアンデッキ 16時30分～22時
ココネリ4階ひろば 16時30分～19時

- ときわ台駅前(常盤台1)

11月10日(日)～2月上旬

12月4日(水) アクト・ワンコインコンサート
「ベベル&モコがご案内! 限りなき哀愁と情熱の
ラテンミュージックの世界へ」 12時20分～ 成
増アクトホール(成増3) 鑑賞料500円 曲目: ベサ
ムムーチョ ある恋の物語 他 先着470名
問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

12月7日(土)・8日(日) 光が丘公園 感謝祭
10時～ 光が丘公園芝生広場(光が丘4) プレーバ
ック どんぐり・木材工作 黒板らくがき 防災一輪
車レース 昔あそび 他 ▶9時30分～(8日のみ)
/13時30分～ 野鳥観察会 各回先着20名 参加
費50円(保険料) 小3以下は保護者同伴 あれば双
眼鏡持参
問(野鳥観察会のみ)/生態工房☎0422-27-5634

12月7日(土)・8日(日) 紫音♡手作りワーク
ショップ&小物販売(冬) 11時～(8日は10時～)
成増アートギャラリー(成増3) きりえ体験とハーバ
リウムボールペンのワークショップ 参加費各1,050円
(保険料等) ※1時間ごとに先着4名 小学生以下は
保護者同伴 ハンドメイドの小物販売もあり

開催中～1月9日(木) 板橋区×北区 渋沢栄
一スタンプラリー 板橋区と北区エリアの5か
所の設置施設で渋沢栄一らをキャラクター化した
JINSHAPROJECTのスタンプを集めるとオリジナルハ
ンカチがもらえる 先着500名
問/くらしと観光課 ☎3579-2251

開催中～12月8日(日) 板橋区伝統工芸展「江
戸手描友禅 寺澤森秋～時代を彩る染と技～」
郷土資料館(赤塚5) 江戸手描友禅職人の寺澤森秋氏
のあゆみを紹介するとともに着物や帯などの作品を
展示 問/☎5998-0081

12月1日(日)～15日(日) 大銀スタンプラリー
練馬駅北口・桜台駅周辺 参加店で500円以上の買
い物でもらえるスタンプを3個以上集めるとくじが引
ける(なくなり次第終了)
問/辰巳湯・小池 ☎3994-2680

12月1日(日) ZOOパークフェスタ
10時～ 板橋こども動物園(板橋3) 動物とのふれ
あいコーナー 乗馬(大人・親子) ゲームコーナー
ミニチュアホースとの記念撮影 キッチンカー 他
※雨天順延 問/☎3963-8003(10時～16時30分)

12月1日(日) **フリマ** 平成つつじ公園(練馬1)
10時30分～15時 ※雨天中止
問/実行委員会 ☎5848-9944

12月1日(日) としまえんあたりのみちくさ祭り
11時～ 練馬城址公園(春日町1) マルシェ ワ
ークショップ 音楽フェス コスプレ(当日参加可)
他 問/志村電機珈琲焙煎所 ☎3990-5550

12月3日(火)・4日(水) マルシェde延伸大
江戸線 10時～ 練馬区役所(豊玉北6) 延伸地域
で採れた野菜、ねりコレ認定品等のお菓子やお弁当の
販売 問/大江戸線延伸推進課 ☎5984-1564

12月4日(水)～3月3日(月) 企画展「おもしろ
い練馬のトリ!～キミは知ってた? とりのト
リビア～」 中里郷土の森(大泉町1) 鳥のカードを
集める参加型展示 トリビアコーナー 野鳥観察(双
眼鏡無料貸出あり) 問/☎3922-3021

12月8日(日) フリマ 光が丘公園(光が丘4)

9時～15時 ※雨天中止

問/ Know As～ノウ・アズ～ ☎6555-2620
(平日10時～18時)

12月8日(日) 障害者週間記念行事

10時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) お菓子や雑貨など自主製品の販売 障がい者団体の活動紹介 手工芸作品などの展示 コンサート 他

問/計画推進係 ☎3579-2361

12月8日(日) ロールケーキ無料配布

14時～ 中板橋商店街(中板橋15) 環創堂・大東文化大学の学生によるロールケーキの無料配布 先着350名 ※お皿・カトラリー持参

12月8日(日) 練馬区親子ヨーヨーチャレンジ

14時～ 文化交流ひろば(光が丘3) 参加費500円(消耗品費等) 小学生と保護者対象 申込順30組
申・問/三村 ☎090-4669-6962(18時～20時)

12月9日(月)・10日(火) 関のぼろ市

10時～ 本立寺(関町北4) 寺の門前に約300の露店が立ち並ぶ ▶9日 19時～ 万灯行列

問/☎3920-1384

12月10日(火) おためしフレイルチェック

13時30分～ 成増図書館(成増3) 心身の活力低下の兆候を測定する

問/シニア活動支援係 ☎3579-2376

12月12日(木) 心のサポーター養成研修

14時～ 板橋区立グリーンホール(栄町36) メンタルヘルスの基礎知識や人の悩みを聞くスキルを学ぶ 板橋区在住・在勤・在学者対象 申込順30名

問/こころといのちの係 ☎3579-2329

12月13日(金) 親子のためのベビーコンサート

10時30分～/13時30分～ 関区民センター(関町北1) 参加費 1組500円 未就学児と保護者対象 各回申込順40組 申込13日まで

申・問/茂木 ☎080-9373-0603(9時～19時)

12月14日(土)～25日(水) 年の瀬 本のおたのしみ袋

南田中図書館(南田中5) 図書館スタッフが選んだ本やCDが入ったおたのしみ袋を貸出 ※なくなり次第終了 問/☎5393-2411

12月7日(土)・8日(日) ゆりの木クリスマス

フェスタ 12時～ ゆりの木商店街前広場・空中公園(赤塚新町3) クリスマスマルシェ ワークショップ たき火 de マシュマロ コンサート などなど歩き イルミネーション点灯式

12月7日(土) 障害者フェスティバル

10時～ 光が丘区民センター・ふれあいの径(光が丘2) 模擬店 作品展示 障害者施設の自主製品販売 ふれあいコンサート 他

問/障害者施策推進課 管理係 ☎5984-4598

12月7日(土) ふゆのおたのしみ会

11時～ 平和台図書館(光が丘2) パネルシアター ぴーかーぶーによるパネルパリエティショー 3才～小学生と保護者対象 申込順80名

申・問/☎3931-9581

12月7日(土) 養育家庭体験発表会

14時～ 子ども家庭総合支援センター(本町24) 里親になった人が実際の子育て体験を語る 申込順50名 申込6日まで

申・問/☎5944-2374(平日8時30分～17時)

12月7日(土) 人と動物がともに暮らすためにできることは

14時～ いたばし総合ボランティアセンター(本町24) 動物と関わる上での課題やボランティア等による支援活動を学ぶ 区内の活動団体の紹介 板橋区在住・在勤・在学者、福祉専門職・動物保護に関わっている人対象 申込順20名

申・問/☎5944-4601

12月7日(土) 板橋区混声合唱団 クリスマスコンサート

15時～ 板橋区立文化会館(大山東町51) 全席自由1,000円(2才以下膝上無料) 合唱とハンドベル演奏 口笛世界チャンピオンの演奏

問/文化・国際交流財団 ☎3579-3130

12月7日(土) 熊手市

16時30分～ 白子熊野神社(和光市) 福を集める縁起物とされる熊手の販売 模擬店 お炊き上げ 他

12月8日(日)・15日(日) chicoowa マルシェ Xmas

10時30分～ ココネリ(練馬1) ハンドメイド作品の販売 スタンプラリー
<https://www.chicoowa.com/>

12月8日(日)～15日(日) なりマママルシェ 手づくり市

11時30分～ cafe&gallery Patina(成増3) ハンドメイド作品販売 ワークショップ 他 ※11日・12日を除く

<https://instagram.com/narima3rche>

光が丘南
佐藤医院

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

内科・小児科・外科
佐藤医院

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

埴皮膚科

板橋区成増 2-21-4 (りそな銀行そば)
☎ 5998-3334

(A-2)

小児科

杉内医院

板橋区成増 3-17-16
☎ 3930-2331

(E-2)

～感染症対策をしっかりと！～

ウイルス感染は寒い時期に増える傾向があります。ワクチンがあるものは接種をして、うがい・手洗い・換気・水分摂取・十分な睡眠など、共通の予防対策をしっかりと行いましょう！

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

安藤クリニック

練馬春日町6-5-15メディカル春日2F 有
☎ 3990-8001

内科・胃腸科・外科・小児科
安藤クリニック

診療時間：9時～12時半
15時～19時
〔休診〕土曜午前は、9時～13時半
土曜午後・土曜午後・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。

スパイラルテブ・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

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です！
1年間 4,400円(税込)

詳細・お申し込みはこちら▶



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

光が丘内田クリニック

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

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。

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。

練馬4-15-2 1F(ユナイテッド・ツメテ横)
☎ 9時半～13時/14時半～20時(木17時) 日祝
☎ 6767-2825

総合歯科診療
中村デンタルクリニック

光が丘眼科クリニック

練馬区光が丘 3-3-4-102
☎ 水・土午後・日・祝
☎ 3975-5115

女性院長が主眼の丁寧な診療
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

IMA 光が丘警察署 光が丘消防署 光が丘防衛 光が丘駅前 光が丘秋の陽小 洋服の青山 バス停 小森内科 小森クリニック さくま歯科医院 ISO9001取得 東信金

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

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時半～13時半
14時半～19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

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

歯科矯正専門
なかもらびデンタルクリニック

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

歯科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。

ひとくちメッセージ

郵便料金値上げと家のプリンターが壊れたことを機に、来年からは年賀状をやめることにしました。54才 女性



あなたの便りが頼りです。
小目に軽書ン(P13～)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…

成増 下赤塚 東武東上線 池袋
川越街道 三菱東京UFJ 地下鉄赤塚駅 4番出口 薬局 豊島園通り JA 田柄二丁目バス停

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

一般歯科・矯正歯科・小児歯科
木村歯科医院

◆ 診療時間変更のお知らせ
9時～13時
14時半～17時半
水日祝/休診 (土のみ17時)

人間の鼻は肺に、口は食道に通じており、口蓋垂(のどちんこ)で交差しているため、呼吸と嚥下が同時にできません。しかしその動きにより食事をしながらの会話が可能です。動物はこれらが交差していないため、呼吸と嚥下が同時にできます。

IMA 平利台 巣鴨信用金庫 光が丘 フォファミリー 夏の雲小学校

練馬区田柄 5-14-12
☎ 日曜・祝日
☎ 3825-3468

★ 駐車場あります (昼休みあり)

水・火・月
金・木・土
10時～10時
18時～17時

夏雲歯科
一般歯科・小児歯科・歯科口腔外科

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
☎ 3999-8818 https://www.kouetsu-kai.com

読者のおすすめコメント

- 光が丘南 佐藤医院 P.20**
電話予約ができるので便利です! 50才 女性
- すずき矯正歯科 P.20**
とてもいいです。息子たちがお世話になっています。 47才 女性
- なかもらびデンタルクリニック P.21**
予約が取りやすく、治療の説明もとてもいいですよかったです! 37才 女性
- さくま歯科医院 P.21**

- きれいな院内で落ち着きます。待たずに診察が受けられます。 32才 女性
- 光が丘デンタルクリニック船坂 P.24**
先生が優しいです。 14才 男性
- 高梨歯科クリニック P.24**
受付の方の予約スケジュール術、神です。先生も皆様も優しくして神です。 57才 男性
- ホテルカデンツァ東京 P.25**
「ビュッフェ&ダイニング ルミエール」は、カジュアルでゆっくりできるのが良いです。 69才 女性

- T・ジョイ SEIBU 大泉 P.25**
子どものためにポップコーンだけを買に行くこともあります。駅からは離れていますが、周辺にお店もあるので、1日ゆっくりできます。 43才 女性
- ユナイテッド・シネマとしまえん P.25**
思い立ったらすぐに出かけられる立地の良さ。自転車で行けるので、深夜帯の鑑賞も電車を気にせずに楽しめるのがうれしいです。 57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。

12月20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「戦場のメリークリスマス」※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

12月20日(金) IMA 寄席
18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)

12月21日(土)～22日(日) 光の祭典 ねりま光が丘 Hikari Pageant Festa 10時～ 光が丘公園けやき広場・ふたご橋・ふれあいの径(光が丘2) マルシェ 音楽ダンスステージ ▶16時～ キャンドルアート ※空き瓶持参

12月21日(土)・22日(日) IMA Christmas
光が丘 IMA(光が丘5) ▶10時～ トランポリンとスノードーム型ボールプールで遊ぼう 参加費500円 ▶11時～/13時～/15時～ サンタクロースと一緒にグリーティングや撮影を楽しもう ※各回先着100名にお菓子プレゼント
問/☎3976-2000(平日9時30分～17時)

12月21日(土)・22日(日) ロープの遊具を作ってあそぼう! 10時～ 石神井公園(石神井台1) ロープワークが得意なプレーリーダーとロープの遊具を作り一緒に遊ぶ
問/石神井・冒険遊びの会 shakujiipp@gmail.com

12月21日(土)・22日(日) プラネタリウムのクリスマス 教育科学館(常盤台4) 観覧料 大人350円 他 ▶13時50分～ プラネタリウム de おはなし会 親子対象 先着165名 ▶15時30分～ 特別投影「クリスマスの星空」 小5以上対象 先着190名
問/☎3559-6561

12月21日(土) ゆず湯(練馬区)
入浴料 大人430円(割引) 他 ※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>

12月21日(土) 音を楽しむクリスマスコンサート
13時30分～ 豊玉小学校(豊玉中4) チャオズウィンドアンサンブルによる演奏 中学生までの子どもと保護者対象 申込順50組 申込1日から
申・問/事務局 ☎090-9008-7723(18時～20時)

12月14日(土) 音の輪クリスマスコンサート
10時30分～ ゆめりあホール(東大泉1) 全席自由1,000円(3才以下膝上無料) 障害のある人もない人も一緒に楽しめるバリアフリーコンサート 曲目: ウィンター・ワンダーランド 他
問/otonowalanlan@yahoo.co.jp

12月14日(土) 南米大陸の冒険談
14時～ ココネリ(練馬1) 参加費1,000円(資料代等・高校生以下無料) 世界195か国を旅した国際政治博士・後藤昌代氏による講演
申・問/ぶんかサイエンスカフェ事務局・伊藤 office@cscafe.net

12月15日(日) とよにバルーンフェスタ
10時～ 豊玉第二小学校(豊玉上2) ミニ気球作り 縁日コーナー DJ&ダンスフロア 他 ▶9時30分～ 熱気球体験 搭乗費 小中学生1,000円 他 先着200名 ※強風・雨天中止
問/とよ熱プロジェクト・西谷 ☎090-7803-6755

12月15日(日) クリスマスおはなし会
11時～ 東板橋図書館(加賀1) 大型絵本・紙芝居の読み聞かせ 他 小学生以下の子どもと保護者対象 申込順15組 申込1日から 申・問/☎3579-2666

12月15日(日) フェンシング教室
13時30分～/15時30分～ 光が丘 IMA(光が丘5) 小学生のフェンシング体験(参加募集は終了) ▶14時30分～ パリオリンピックのメダリスト・山田優選手らによるデモンストレーション&トークショー
問/☎3976-2000(平日9時30分～17時)

12月15日(日) ふゆのおたのしみ会「サイエンスショー&実験教室」 14時～ 大泉図書館(大泉学園町2) 東京大学サイエンスコミュニケーションサークルが楽しく科学を教える 小学生対象 申込順30名 申・問/☎3921-0991

12月16日(月) ～今からでもできること～フレイル予防 10時30分～ 北町地区区民館(北町2) 参加費200円(資料代・保険料等) 栄養・運動・頭を使うことを意識した体操・クイズ・ゲーム 申込順15名 申込12日まで
申・問/フレイル予防の会・小野 ☎090-4418-0110

12月19日(木) 講演「子供のころからの環境がはぐくむ食育～フードロス・ものを大切にすること～」
13時30分～ ココネリ(練馬1) 申込順250名 申込6日まで 申・問/栄養食育係 ☎5984-4679



●●● アンテナプレゼント ●●●

編集室に取りに来られる方対象
12月10日(火)電話にて先着順受付
①10時～②14時～
月刊Kacce ☎3975-7143

① スパリゾートハワイアンズ入場券 2組4名 (有効期限2025年9月末日 土日を含む全日利用可)

大人4,120円 他
温水プールやポリ
ネシアンショーなど
が楽しめる大型レ
ジャー施設。12月
28日(土)～2025年
1月5日(日)は特別
イベント「吉本新喜劇&バラエティSHOW 年末年
始はハワイアンズでええやんズ」を開催!



☎0570-550-550

福島県いわき市常磐藤原町蔵平50

* * *

② 乗馬クラブ クレイン伊奈 乗馬体験招待券

10組20名

馬との触れ合い、乗馬の基
本操作、軽く走るところま
でを体験する。専属インス
トラクターがマンツーマンで指
導。所要時間は約90分(騎乗は約30分)。小1～
70才対象(未成年は親権者同伴)。事前予約制。
大人1名3,300円分のペア招待券。※別途、道具
のレンタル代と保険代(1名1,860円)は自己負担。

☎048-723-1700 埼玉県北足立郡伊奈町小室751-2



12月22日(日)・24日(火) 成増クリスマス
フェスティバル 成増教会(旭町3) ▶22日 10時
30分～ クリスマス礼拝 ランチ ▶24日 19時
～ クリスマスイブコンサート礼拝

問/☎3939-0333

12月22日(日) 陸上自衛隊中央音楽隊 クリ
スマスコンサート 10時～/13時30分～/15時
～ 陸上自衛隊広報センター(大泉学園町) 中央音
楽隊教育科学生による演奏会 申込5日まで(フォー
ム)

問/☎3924-4176

12月22日(日) 能楽講座

14時～ 生涯学習センター(豊玉北6) 全席自由
500円 他 2025年2月の「能・狂言への誘い」で上
演予定の世阿弥の傑作・能「高砂」を中心に能楽の魅
力をじっくり解説 ※未就学児入場不可

問/練馬文化センター ☎3993-3311

12月26日(木) 練馬区出身Jリーガー サッ カー教室 練馬総合運動場(練馬2) N.S.T.P(練馬 サッカートレーニングプロジェクト)が主催する小学生 対象のサッカー教室 参加費600円(保険料等)申込 順170名 申込2日からLINE(@NSTP)友達追加に て ※荒天中止 ▶10時～ 年長～小3対象 申込 順80名 ▶13時30分～ 小3～6対象

12月28日(土) クリスマス・コンサート

13時30分～/17時～ IMAホール(光が丘5) 自
由席3,500円 他 オペラ「アマールと夜の訪問者」
ハレルヤ・コーラス バイオリンや独唱・合唱 各回申
込順400名 申込26日まで

申・問/実行委員会・渡邊 ☎070-4388-1885

みんなに 教え隊!

読者の皆さまら
の情報をご紹介!

- 口福中華 奇創天外(板・成増1) 11月1日、成増に中華料理店がオープンしました。 30才 女性
- 焼肉きんぐ(板・成増2) 成増駅前ビル「成増プライム」に12月オープン予定! 42才 女性
- GABINPANPAN(ガビンパンパン)(練・中村北4) 中村橋に今川焼きのお店が開店した。 52才 男性
- まある(練・東大泉6) 大泉学園駅南口にテイクアウトの手作り無添加ドーナツが10月にオープンした。 43才 女性

●韓国風居酒屋カンソル(練・豊玉北5)

11月、練馬駅の近くにオープンしました。

52才 男性

●おうちCafe ふくちゃんち(練・徳丸4)

わんちゃんと一緒に入れるカフェです。37才 女性

●山平のたまご(練・桜台4)

練馬駅南口の大門通り商店街に11月2日にオープンした卵専門店。卵かけご飯にしたら黄身がオレンジ色で濃厚。とてもおいしかったです! 58才 女性

●コナズ珈琲 板橋(板・志村2)

10月24日、ハワイアンカフェ・レストランがオープンしました。 43才 女性



＊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 9時45分～13時 15時～19時
土 9時45分～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。



一般歯科・小児歯科
カントーデンタルクリニック

担当 Dr.・休診日 変更のお知らせ

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

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 / 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.hikarigaoka-dc.com/>



《急患随時受付》
駐車場完備
明るくアットホームな
歯科医院です。
キッズスペース・
QRコード

地域に密着した医療を提供
きよかわ歯科クリニック

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>

一般・小児・矯正・口腔外科

ジェイシティー歯科 吉積 (よじづみ)

練馬区高松5-8 J.CITYタワー1F
(A-8) ☎ 5372-4444 <http://www.jcity-dental.com>

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

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

読者のおすすめコメント

吉野記念クリニック A-5

先生の注射は全然痛くないですよ。とてもお上手です。

71才 女性

Cafe & Gallery Patina

A-1 ちょっと奥まったところにあるお店で気になっていましたが、思い切って入って

みました。とてもステキな空間でした。 ?才 女性

JA東京あおば ぐぐれ村 C-4

新鮮な野菜がたくさん販売されていた。値段も手頃で良かったです。 56才 男性

シャトレーゼ E-3

アップルパイが絶品です。 34才 男性

マルセラン E-4

私が小学生の頃からずっとバースデーケーキを購入しています。スポンジとクリームが文句なしにおいしい。

47才 女性

楽膳倶楽部 A-5

お弁当、助かっています。時々イベントもあり、地域の輪が頼もしいです。 53才 女性

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／12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 2025年2月末日



「ライオン・キング・ムファサ」12月20日公開
© 2024 Disney Enterprises, Inc. All Rights Reserved.

「ライオン・キング」はじまりの物語。孤
児だったムファサは、王家の血を引くス
カーに出会い、群れを守るため共に新天
地を目指して旅に出る。若き日の2頭の
絆とそこに隠された「秘密」とは？ ※12
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 デイナービュッフェご招待

有効期限 2025年2月末日(年末年始を除く)



*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、
11/15～1/16の期間中、イタリアンフェア
を開催します。定番のピザやパスタはは
じめ世界中で愛されるイタリア料理の数々
をご用意。 ※12/21・22、1/1～5を除く

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 2025年2月末日



「はたらく細胞」12月13日公開
© 清水西 / 講談社
© 原田重光・初嘉屋一生・清水西 / 講談社
© 2024映画「はたらく細胞」製作委員会

細胞を擬人化した人気漫画の実写映画
化。健康的な女子高生・日胡の細胞は楽
しく働いているが、不摂生な父の細胞はプ
ラクな労働環境に疲労困憊。やがて体
内への侵入を狙う病原体たちが動き始め
…。細胞たちの史上最大の戦いが始まる！

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 2025年2月末日



「モアナと伝説の海2」12月6日公開
© 2024 Disney. 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(12/31まで有効)。
クーポンコード：12921792

※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

東京国立博物館 表慶館

⑤ Hello Kitty展

-わたしが変わるとキティも変わる-



© 2024 SANRIO CO., LTD. APPROVAL
NO. SP650123

ハロキティ史上最大量のグッズ展示を
はじめ、オリジナル映像やアーティストと
のコラボ作品など見どころが満載の展覧
会。フォトスポットやここでしか入手でき
ない限定グッズの販売も。11月1日～
2025年2月24日 一般2,000円 他

台東区上野公園13-9
☎ 050-5541-8600(ハローダイヤル)

2名様

国立科学博物館

⑥ 特別展「鳥 ～ゲノム解析が解き 明かす新しい鳥類の系統～」



身近な鳥から珍しい鳥、さらには絶滅した
鳥まで600点以上の剥製・骨格標本を展
示。最新のゲノム解析に基づき、鳥類の体
の構造や生態を紹介し、鳥たちの多様な進
化の過程を解説する。11月2日～2025
年2月24日 一般2,100円 他

台東区上野公園7-20
☎ 050-5541-8600(ハローダイヤル)

5組
10名様

風物 PHOTOGRAPH



第27回 JA東京あおば農業祭

練馬大根をはじめ、地場産の農産物や園芸品などが並び、大盛況！
「全国都市農業フェスティバル2025 プレイベント」も同時開催。

(11月16日・17日 光が丘公園)



介護フェスティバル

介護サービスの説明会や福祉用具の展示のほか、イスヨガ体験も！ (11月13日 ココネリ)



四季の香ローズガーデン

オートムフェスティバル

秋バラの見頃に合わせ、花苗や雑貨などのマルシェやキッチンカーなどが並び、賑わいました。(11月4日撮影)



スパイス&ハーブ わくわくチャレンジ!

エスピー食品が、宮本町にある板橋スパイスセンターで、スパイスとハーブについて親子で楽しみながら学べるイベントを開催。スパイス展示館(通常非公開)の見学やクイズ、オリジナルカレー粉作りなど盛りだくさんの内容でした。(11月16日)



酉の市(二の酉)

参拝は長蛇の列で、露店も大賑わい。「商売繁盛！」と威勢の良いかけ声が響き、活気にあふれていました。(11月17日 練馬大鳥神社)



読者ハガキの切手コーナー



高山植物シリーズ
「タカネスミレ」(1985年発行)



第50回
日本ダービー記念
(1983年発行)



イルミネーションの設営開始!

光が丘の街路樹イルミネーションの準備が始まりました。点灯は11月30日から来年1月19日まで。

(11月14日撮影 光が丘ふれあいの径)

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 85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



「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)

フリーライター募集

【内 容】Kacce や Web 記事、制作物などの取材と原稿作成
 【業 務 形 態】案件ごとに依頼する業務委託
 【条 件】経験者、練馬区・板橋区在住者歓迎
 【取材エリア】主に練馬・板橋
 【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

イベントの
お知らせ

活動の
紹介



メンバー
募集

ホームページがあると 便利!

自治会・町内会・ボランティア団体 など
ニーズに合ったホームページをお作りします!

お問い合わせ
お申し込み

月刊 Kacce 編集室
☎03-3975-7143

お問い合わせ
フォーム→



★クリスマスまで毎日1つずつ小さなプレゼントを開けるアドベントカレンダー作りに挑戦。ワクワクする物を低コストでいかに素敵に見せるか考える時間が楽しい♪(Y・I)

★池袋東口「サイゴンレストラン」は36年通り詰める大好きなお店です。どれを食べても美味しいが、おかゆ、あみあみ揚げ春巻き、デザートのパインヤロンは絶品!(N・T)

★10年以上ぶりに都電に乗った。車体は新しくなっても、降りる時に降車ボタンを押すとか、ローカル感が変わってない。(M・S)

★初めてシェアサイクルを利用した。簡単・楽ちんで、今まで利用しなかったのがもったいないぐらい。利用履歴を見ると何分まで走ったんだなあ〜と感動も。(A・Y)

★新江の島水族館のシラスぬいぐるみツリー、京都水族館のオオサンショウウオツリー、むろと廃校水族館のクリスマスツリー。見た過ぎる! 水族館、攻めてるなあ〜。(M・M)

★庭で足首を捻挫、かばいながら過ごしていたら股関節まで痛くなり、おまけによろけてスマホを足指に落とし指3本内出血。負のスパイラルにハマり涙した1か月でした…。(K・O)

★次の年はどんな年になるんだろう。いつもたいたことないんだらうなあと思うけど、この頃は計り知れないものがある。簡単に思えないなあ、日本も世界も!

(J・T)

STAFF TALK

Kacce

月刊 カっせ

12月号 2024年12月1日発行 通巻第491号(創刊1984年1月)

- 発行人 生田佳子
- 編集人 生田佳子
- 編集・制作 田中なおみ 下村美帆 山本茜 増岡真理 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

広告募集中!

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 **便利ダイヤル**

全業種対象



パンフレットや冊子などの デザイン・印刷いたします!



記念誌



名簿

- 句集・歌集
- 作品集 ●エッセイ
- 追悼集 ●記念誌
- 卒業文集 ●自分史
- 総会議案書 ●会報
- 年報 ●広報誌
- 株主総会資料
- 決算書
- 自治会会則
- 同窓会名簿 など

Kacce を 40 年間制作してきた実績を活かし、
お客様のご希望を伺いながら、
デザインや用紙などをご提案します!

☎ 03-3975-7143

月刊 Kacce 編集室

株式会社協同クリエイティブ

板橋区成増2-10-3 三栄ドメール202

✉ kacce11@kacce.co.jp

kacce.co.jp

