

# 光が丘新聞

毎月5日・20日発行  
発行所 (株)光が丘新聞社

〒179-0072 練馬区光が丘2-10 IMA東館1階  
電話(5997)0015番 FAX(5997)0016番  
ホームページhttp://www.hikarigaoka-shinbun.jp/

あなたの髪大切にしていますか

2015年成人式  
着付予約承り中

ワイスヘア  
**Y's hair**  
(光が丘消防署前)



年中無休

営業時間  
平日 AM9:00-PM8:00  
土日祝 AM9:00-PM7:00  
☎(3926)2570  
P有り



◇プログラム  
◇警視庁騎馬隊乗馬体験 13時〜約1時間  
小学2年生以下先着60名が体験。警視庁騎馬隊は、交通安全のために活動している。騎馬隊員も一緒に乗馬するので、安心に乗馬体験ができる。

◇警察犬展示訓練  
14時10分〜14時25分  
人間の約4000倍の嗅覚をもつ警察犬は、



◇コントD51「母さ  
ん助けて詐欺被害防止  
コント」14時20分〜  
45分 昭和51年、香川  
けんじとまさしの兄弟  
けんじとまさしの兄弟  
けんじとまさしの兄弟

◇オートバイ利用ひ  
つたくり模範訓練 14  
時55分〜15時10分 大  
街で、窓ガラスを割り  
居居内に侵入するなど

## 守ろうよ わたしの好きな街だから 全国地域安全運動初日に防犯キャンペーン

平成26年全国地域安全運動が10月11日から20日まで警視庁、(公財)東京防犯協会連合会の主催で行われた。光が丘警察署(署長 原 きよ子)では初日の11日、光が丘公園やき広場で防犯キャンペーンを開催。13時から警視庁騎馬隊乗馬体験、14時より警察犬展示訓練、14時30分よりコントD51の「母さん助けて詐欺被害防止コント」、14時55分よりオートバイ利用 ひつたくり模範訓練、15時15分より田柄中学校吹奏楽部の演奏会がクイズつきで披露された。詳細は次の通り。

光が丘警察署

ン、こんなにも簡単に  
ひつたくりされてしまう  
…実演式ひつたくり模  
範訓練を見て、ひつた  
くり被害にあわないよ  
うにするにはどうした  
らいいか、考えるきつ  
かけを与えたようだ。

◇田柄中学校吹奏楽  
部演奏会 15時15分〜  
15時45分 プログラム  
Ⅱよいかい体操第一  
曲当てクイズ!何の曲  
でしょう? トトロメ  
ドレー 川の流れのよ  
うに 残酷な天使のテ  
ーゼ(エヴァンゲリオ  
ン) 君の瞳に恋して

犯人を追跡したり証拠  
品を集めたり、時には  
犯人に立ち向かうな  
ど、警察官の一員。警  
会に新風を吹き込み、  
テレビや舞台を中心に  
活躍中。楽しいコント  
で、「母さん助けて詐  
欺」に引っかけらない  
ように、演技し汗を流  
す。

空き巣被害に  
合わないために  
裏通りに入った住宅  
街で、窓ガラスを割り  
居居内に侵入するなど

<http://www.hikarigaoka-shinbun.jp/>

- 最近の記事  
最新号が全ページ読めます
- 小・中・高校の行事予定  
行事予定や各種イベントが見られます
- 休日でも診てもらえる病院・医院  
団地周辺の病院の電話番号もわかります
- ミニ情報・ほっとニュース  
読めば得る記事が期間限定で載ってます
- つれづれ草のバックNOも読めます

ホームページ開いてください  
光が丘の生活情報が満載です

光が丘新聞社  
Eメール info@hikarigaoka-shinbun.jp

【防犯対策】  
▽ちよつとした外出  
でもしつかり戸締まり  
▽玄関・窓には2つ  
以上の錠を取り付けよ  
う。出かける前には、  
近所にひと声掛けて▽  
合鍵を郵便受け等に隠  
しておくのはやめる

▽振る人や車を見か  
けたらすぐ110番を  
かけたらず110番を  
金融機関で。  
引は正規の証券会社、  
金融機関で。  
【覚えておこう、教  
えてあげよう、3つの  
ポイント】  
▽携帯電話をなく  
した「番号が変わつ  
た」は母さん助けて詐  
欺▽どんな理由でも、  
知らない人には絶対お  
金を渡さない▽あわて  
ず、必ず家族や警察に  
相談

先生1人に生徒2人まで  
個別指導専門塾

個別説明会  
授業料無料  
入塾金無料  
納得の授業料  
個別指導 STEP academy ステップアカデミー

3999-1179 (光が丘警察署前)  
3976-1770 (旭町南地区区民館の先隣)  
6904-2404 (地下鉄成増駅徒歩1分)  
<http://www.step-academy.com/>

# NAS 冬の短期スクール

テニス受付 11月9日(日)〜 電話予約のみ/19:30〜20:30  
スイミング・アスリート受付 11月7日(金)〜 電話/13:30〜 フロント/14:00〜

- 1日から受けられる冬のキッズテニススクール  
12月25日(木)〜12月27日(土)3日間 受講料:1日 2,000円 2日間 4,000円 3日間 5,500円
- キッズスイミング 12月26日(金)〜12月28日(日)3日間集中レッスン
- 成人スイムスクール 12月26日(金)〜12月28日(日)3日間集中レッスン
- キッズアスリート 12月23日(火・祝) ◎全てのスポーツの土台になる運動能力を身につけます
- 中学生軟式テニススクール 12月24日(水)〜12月25日(木)

入会金 0円 さらにプレゼント テニス…ラケットプレゼント(キッズクラス限定) スイム…オアシムケース o合格証ホルダー oオリジナルグッズ

年間会員と短期を  
同時にお申し込みの方

スポーツクラブNAS光が丘 IMA中央館5階 TEL3976-2811 詳細はWEBでチェック NAS (検索)

【営業時間】火〜金曜日/9:00〜23:00 土曜日/9:00〜22:00 日曜・祝日/9:00〜20:00 【休館日】月曜日

# 練馬区の子ども子育て支援

## 来年4月から新制度

子ども・子育て支援新制度とは、子ども・子育て支援法に基づき、来年4月から始まる予定の新たな子ども・子育て支援の仕組み。新制度についての説明会を開催する。併せて新制度の施行に伴い策定する条例の、区民意識反映制度の結果を紹介する。

【説明会】  
新制度の概要と「子ども・子育て支援事業計画」について、説明と質疑応答を行う。説明会終了後、施設の利用手続きなどに関する個別相談も。

【開催日時と場所】  
▽11月8日(土) 14時～16時 勤労福祉会館  
▽11月8日(土) 18時30分～20時30分 光が丘区民センター3階

【新制度の実施に伴い定める条例(素案)の意見の紹介】  
7月21日～8月11日に区民意見反映制度により、32名から計96件の意見があった。

【意見や区の考え方】  
は、図書館、区民情報ひろば「区役所西庁舎1階」、保育計画調整課(本庁舎10階)、区ホームページ「区政情報」の「区民意見反映制度」で。

【問合せ】  
保育計画調整課調整計画担当係 ☎(5984) 468

## 男性は71.19歳 女性は74.21歳まで健康でいられます

厚生労働省が2010(平成23)年から始めた「健康寿命」によると2013年が男性は71.19歳、平均寿命は80.21歳なので9.02年健康に注意しなくてはならない。

女性は74.21歳、同86.61歳なので12.40年健康を守らなくてはならない。

健康寿命は、同省が行っている国民生活基礎調査で健康上の問題が日常生活に支障がない状態をいう。



百寿者とは100歳以上から104歳。超百寿者は105歳から109歳。スーパーセンテナリアン(S)は110歳以上の方をいう。今年で百寿者の方は1914(大正3)年生まれ。

## 自転車シミュレーターの活用を

区内の交通事故件数のうち、自転車の事故は約4割を占めていることから、次の施設に自転車シミュレーターを設置。シミュレーターで交通ルールやマナーを学び、安全に自転車の利用を。

【自転車シミュレーター】  
▽高松地区区民館 (高松3-24-27) ☎(3926) 4932  
▽春日町南地区区民館 (春日町5-20-25) (高松5-23-15) ☎(3904) 5191  
▽田柄地区区民館 (田柄3-28-13) ☎(3926) 4932  
【自転車シミュレーターの特徴】  
歩行者、対向車、停車車両など、実際の交通状況に近い市街地を走行体験できる。小学生から高齢者まで、利用者に応じたコースの選択。自転車クイズを通じて、交通ルールやマナーを学ぶことも。自転車の典型的な事故パターンを分かりやすく学習できる。

## 健康長寿はつらつ フェスティバル講演会

練馬区「介護の日」記念事業 健康長寿はつらつフェスティバル講演会が11月13日(木)13時から15時30分まで練馬文化センター大ホールで開催される。開場は正午。定員、当日先着1400名(予約不要)。入場無料。

内容は、講演1「おもしろく読んで 健康寿命」講師 和洋女子大学家政学群教授・柳澤幸江氏。講演2「人生は8合目からがよろい」講師 登山家・田部井淳子氏。

【問合せ】  
高齢社会対策課予防係 ☎(5984) 4596

## 協賛団体・企業を募集

来年3月29日(日)に開催する「練馬こぶしハーフマラソン2015」の趣旨に賛同し、協賛する団体・企業などを募集する。詳しくは事務局(シティマラ)を。

【問合せ】  
高松地区区民館 ☎(3926) 4932

第7回認知症フォーラム  
11月8日(土) 13時30分から16時まで練馬区役所地下多目的会議室で、認知症フォーラム「本人・家族の日常生活を支えるカルテ」が開催される。定員150名(申込順)。参加費無料。申込、高齢社会対策課認知症対策係 ☎(5984) 4597へ。要約筆記有。

第一部 講演 講師 医療法人社団つくし会・新田國夫先生  
第二部 情報ひろば 講師 高松地区区民館 策課認知症対策係

### 一般歯科

入れ歯・噛み合わせ・顎関節症  
(お気軽にご相談下さい)

月・火・金 10:00~13:00 15:00~19:00  
水 10:00~13:00 15:00~22:00  
土 10:00~13:00  
木・日・祝日休診

### 鶴見歯科

光が丘5-5-6 ☎3976-7788

### カフェレストラン われもこ

最新カラオケ導入しました 使用料 5000円~

カラオケケーキセット平日  
15時~17時 @1500円  
16時~17時 @1000円  
予約は10名より貸切りOK

宴会パック @2500円~  
ビュッフェ・飲み放題  
ご予算・人数・曜日・時間ご相談を

【パーティ承ります】  
カフェレストラン 光が丘公園店 ☎6904-0990

## めざせ小さな国際人!!バイリンガルキッズを育てます♪

~楽しみながら、たくさんの生きた英語を身に付ける~

入会金半額!!  
¥70,000 → ¥35,000(税抜)  
アフタヌーン・土曜クラスも半額  
10月31日迄の広告持参の方  
今学期最後のキャンペーンです。

●見学・無料体験レッスン受付中!  
※お電話にて要予約。ご来校をお待ちしています。

子どもたちの語学教育は、早い時期から始めることで、自然に意識や会話力を身に付けることができ、高学年からの英語力に大きな差がつかず。教室に通うことで、英語に興味を持ちます。ご家庭でも英語を話し始め、その受け答えの中で英語がより身近に感じられるようになります。そして、楽しみながら、授業や会話の中で、生きた英語を身に付け、話せるようになります。♪ぜひ、お気軽に遊びに来て下さい♪

■授業時間・授業料等はホームページをごらん下さい  
■チェリークラス (1歳半~3歳)  
■アップルクラス (3歳~4歳 年少)  
■メロンクラス (4歳~5歳 年中)  
■グレープクラス (5歳以上 年長)  
■アフタヌーンスクール (3歳~) 小学生 英検3級・準2級合格生多数!  
■サタデースクール (3歳~小学生) 見学随時受付中

東京光が丘インターナショナルプレスクール  
☎5968-5255 板橋区赤塚新町3-30-9 9:00~16:30(月~金)  
♪お気軽にお問い合わせ下さい♪  
↓詳しくはHPへ★  
[PC] http://www.pre-school.co.jp/top.html

## 地域感謝祭

第7回 北豊島園 11月3日(祝) AM11:00~PM3:10 (雨天中止)

交通安全教室開催! ヒーローショー 消防隊がくるよ! 特殊な車両が登場!

お楽しみ 話題のB級グルメ 縁日コーナー

チャリティー抽選会

北豊島園自動車学校 東京都公安委員会指定 実地試験免除

春日町4-37-24 ☎03-3990-1176(代) http://www.kitatoshimaen.co.jp

教 育 学 習

小学校

【光が丘四季の香小】  
 ◇二十三日(木) 年保護者会◇二十四日(金) 二・四年保護者会。三年光が丘保健相談所歯みがき巡回指導  
 ◇二十七日(月) 六年光二海外派遣発表参観◇二十八日(火) 五年光二合唱コンクールリハーサル参観。六年連合音楽会◇二十九日(水) 五年カリオスタット検査。二年さつまいも掘り◇三十一日(金) たてわり班活動  
 【光が丘春の風小】  
 ◇二十一日(火) 避難訓練。誕生日給食。五・六年保護者会◇二十三日(木) 六年高齢者交流給食会。一・二



中学校

【光が丘第一中】  
 ◇二十四日(金) 文化発表会◇三十日(木) 進路説明会◇十一月一日(土) 三十周年記念式典  
 【光が丘第二中】  
 ◇二十日(月) 安全  
 【光が丘第三中】  
 ◇二十一日(火) 避難訓練◇三十日(木) 合唱コンクール◇三十一日(金) 一年情報モラル講習会  
 【光が丘第四中】  
 ◇二十日(月) 振替

高校

【光が丘高】  
 ◇二十一日(火) 二・四年中間考査◇二十九日(水) 一年進路説明会◇三十日(木) 二年進路説明会  
 【練馬高】  
 ◇二十一日(火) 二・四年中間考査◇二十九日(水) 一年進路説明会◇三十日(木) 二年進路説明会  
 【田柄高】  
 ◇二十二日(水) 二・四年中間考査◇十一月二日(日) 開校記念日  
 【谷原中】  
 ◇二十日(月) 安全面談◇三十一日(金) 二年情報モラル講習会



合唱コンクール表紙(10月30日練馬文化センター) 光が丘第三中学校 3A谷内杏樹

◇二十日(月) クラブ活動◇二十二日(水) 交通安全教室◇二十四日(金) 五年移動教室前検査。五組遠足◇二十七日(月) 五・九年名移動教室◇十一月四日(火) 委員会活動  
 【田柄小】  
 ◇二十日(月) 委員会活動◇二十四日(金) クラブ活動。五年移動教室前検査◇二十七日(月) 五・九年名移動教室  
 【北原小】  
 ◇二十日(月) クラブ活動◇二十三(木) 避難訓練◇二十四日(金) 一・二年生活科見学◇二十七(日) 月見学◇二十九日(水) クラブ活動◇二十九日(水) 就学時健康診断  
 【旭町小】  
 ◇二十日(月) 五年移動教室前検査◇二十一日(火) 五年岩井移動教室◇二十八日(火) 六年連合音楽会  
 【成増小】  
 ◇二十日(月) 開校記念日◇二十三(木) 避難訓練◇二十五(土) 成小祭・わんぱくフェスタ◇二十七(日) 月見学◇二十九(水) 就学時健康診断◇三十日(木) 歯科検診◇三十一日(金) 個人面談◇十一月四日(火) 四・六年体重測定  
 【豊溪中】  
 ◇二十三日(木) 三年進路学習会◇二十七(日) 月見学◇二十九(水) 就学時健康診断◇三十一日(金) 五年移動教室前検査◇十一月四日(火) 五・九年名移動教室  
 【高松小】  
 ◇二十四日(金) 五年移動教室前検査◇二十五(土) 就学時健康診断◇二十九(水) 就学時健康診断  
 【八坂中】  
 ◇二十日(月) 安全面談◇二十二(水) 文化発表会◇二十四(金) 委員会活動◇二十五(土) 避難訓練

**津軽三味線教室**  
 財団法人日本民謡協会公認教授  
 工藤流津軽三味線 青虎会  
 会主 戸館民夫 **マンツーマン指導**  
 おけいこ 火・金・土曜日 10時より  
 入会金 3000円 (教材費込み)  
 月謝 5000円(月4回)  
 無料体験あります  
 高松4-19-17-2F ☎3970-5064

良い品を安く丁寧に仕上げます  
**畳・内装工事一式**  
 荷物が多くても移動はサービスします  
**齋藤畳店**  
 練馬区旭町1-9-10  
 TEL3939-0222 FAX3939-0339  
 光が丘の隣町の畳屋です

**豊溪中学校 同窓会総会のお知らせ**  
 平成26年11月1日(土)豊溪中学校文化発表会の日  
 時間: 13:00~13:45 藤島同窓会会長追悼の辞  
 13:45~15:15 講演会 豊溪中学校周辺の歴史  
 講師 第13回卒業生 井本 昭氏  
 15:30~16:15 豊溪中学校同窓会総会  
 規約の改定、役員改選 他  
 場所: 豊溪中学校 2階美術室(グレン キッチン隣)  
 同窓会会長の藤島さんが本年2月10日にご逝去されました。藤島さんは会長として15年にわたり、豊溪中学校の同窓会の為に多大なご尽力をされました。13回卒業生の井本さんから『豊溪中学校周辺の歴史を知ろう』という演題で、追悼講演をして頂く予定です。なぜ中学校がああ地にかつたのかについてのお話もあります。その他、写真の展示などを行います。  
 以前から、豊溪中学校で毎年作られていた校誌『豊溪』のバックナンバーを探しています。昭和25年から発行されていると思われます。一冊でもお持ちの方がおられましたらお借りしたたく、林(090-9683-1084)までご連絡を頂ければ幸いです。  
 豊溪中学校同窓会 暫定会長 林 治久

国語力はすべての土台。国語力の土台は読書  
**簡明館** **読むとくメソッド** 全国に160教室  
 光が丘では当教室のみ 読書から ことばの学校 国語力を育てる  
 読書に親しみ、語力・速読力・精読力を高め、長文読解力を伸ばしていきます  
**2014年11月開講 無料体験受付中!**  
**11月1日(土)・2日(日)**  
 ①13:00~13:50 ②14:00~14:50  
 ③15:00~15:50 ④16:00~16:50  
 各回定員3名。ご予約の合わない方はご相談ください  
 同時開催/語彙力&読書速度無料診断  
**簡明館** SOUMEIKAN  
 お申込み・お問い合わせ先  
 TEL 3999-5051  
 受付時間/14:00~21:00  
 高松4-12-16

# 光が丘地区祭 31回目を彩る



歴史ある光が丘第二中学校のよさこい踊り、ポーズも彩やか 光が丘第二中学校



小学生の金管合奏で、保護者たちもうっとり 光が丘四季の香小学校



揃いのポロシャツで調和のとれた演奏……、聴かせた。 光が丘第三中学校



夏雲いちよう合唱団のハーモニーは校歌さえも名曲に聴こえた 光が丘夏の雲小学校



光が丘区民センター2階集会室に生けられた花々 田柄高等学校



光が丘区民センター2階コンコース際に飾られた大作 田柄高等学校



初日は電動車乗車体験があったが終日は日本赤十字社の献血車が来場 ふれあいの径



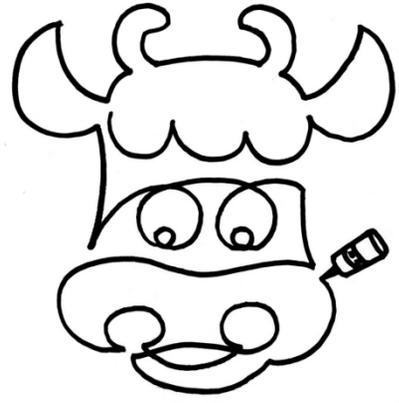
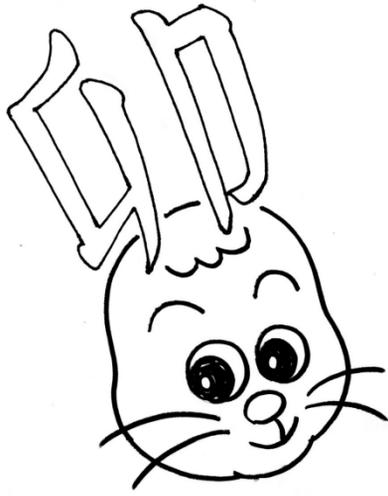
地方物産店・自治会等の出店が来客たちを楽しませた 光が丘公園 ふれあいの径



踊り子たちの笑顔が健康を保持、観客も笑顔に 光の広場 カナニマウロスタジオ



大勢の来客が行き交う 天井までが舞台で見る眼も愉しめた 光が丘IMA 光の広場



### 絵守すみよし

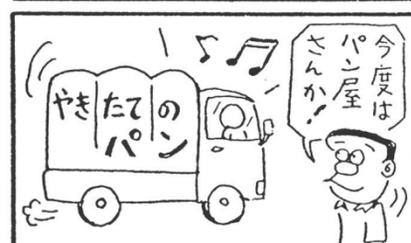
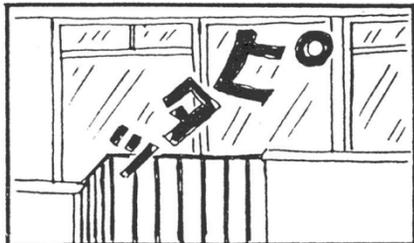
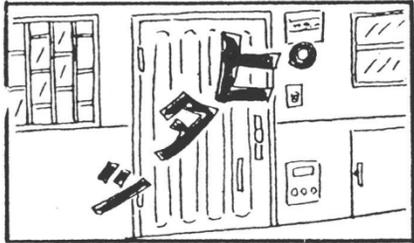


1949(昭和24)年埼玉県熊谷市生まれ。  
 関東山車祭り研究会会員、愛知県山車祭り研究会会員。  
 日本漫画家協会会員。漫画集「笑&?(ジョーク)」同人。  
 にっぽん箱絵の会会員。  
 神輿が主流の東京の祭りの中に山車の痕跡を求めて、23区内の山車屋台を調査中。  
 著書 人形師「原 舟月」三代の記 青蛙房 等  
 光が丘新聞4コマ漫画ピッカリ君 1985(昭和60)年3月~2001(平成13)年12月通算334編  
 正月号クイズ担当者。  
 光が丘1丁目在住

高齢者の仲間入り

### ピッカリ君

絵守すみよし



1985(昭和60)年8月

1985(昭和60)年7月

1985(昭和60)年6月

# 練馬区 日本大学との訴訟経過

平成24年7月26日付で日本大学から提起されていた訴訟について、26年9月17日に東京地方裁判所から判決が言い渡された。練馬区は、判決結果を受け入れ、日本大学から預かった50億円を返還し、遅延損害金約5億8千万円を支払った。

これまでの経過と判決結果、区の対応。詳しくは、区ホームページ「お知らせ」を。

## これまでの経過

区と日本大学は、平成3年4月1日付けで「日本大学医学部付属練馬光が丘病院の設置運営に関する基本協定」(以下「基本協定」という。)および区の所有する病院施設を30年間日本大学に賃貸する内容の「公有財産貸付契約」(以下「貸付契約」という。)を締結しました。

日本大学は、基本協定に基づき、保証金50億円を区に差し入れ、日本大学医学部付属練馬光が丘病院を開設しました。

22年2月、日本大学は貸付契約は民法の規定により20年で終了するとし、病院運営からの撤退を区に申し入れました。

日本大学は、24年3

## 区への対応

日本大学から預かった保証金について、区は、返還時期が到来していないなどの理由から請求には応じられないう主張が認められ、区は、誰かが安心して住み続けられるまち・練馬を実現するため、今後も、地域医療の充実を全力を尽くしてまいります。区民の皆さまには、今回の対応にぜひご理解を賜われますようお願い申し上げます。

問合せ 地域医療課 ☎(5984) 467

## 判決の主旨

①被告は、原告に対し、50億円およびこれに対する平成24年6月7日から支払済みまでの年5分の割合による金員を支払え。

②原告のその余の請求を棄却する。

③訴訟費用は被告の負担とする。

④この判決の①は、本判决が被告に送達された日から14日を経過したときは、仮に執行することができる。



第7号  
平成26年10月  
練馬区立光が丘秋の陽小学校  
PTA広報委員会発行

歯科 小児歯科 各種保険取扱

### 山田歯科医院

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

診療時間  
(月火水金) AM9:30~PM1:00  
PM2:30~PM6:30  
(土) AM9:30~PM1:00  
休診日 日曜 祝日 木曜

◎受付は診療終了の一時間前までです

### 練馬大根の収穫

11月22日(土) 10時より12時の間の30分間、土支田1-35 五十嵐さん宅畑で1組5名・年齢を10月24日までに〒176-8501区役所農業振興係へ。☎(5984) 1403 Fax (5984) 1451

※本紙関係分のみ掲載

### 古着・古布の臨時回収

練馬区では27施設で古着・古布を定期回収しているが、今回9か所を臨時に回収を行う。本紙関係分の日時と回収場所は10月26日・11月9日(日) 13時より15時、光が丘区民センター1階正面玄関、ビニール製の衣類袋、同第四出張所 布団、ぬいぐるみ、靴など。

### 小児科・内科 アレルギー科

am pm  
月火水金 9:00~12:00 3:00~6:00  
土 9:00~12:00  
木、日祝日休診

### 飯島医院

光が丘7-3-6 大通り南  
TEL3976-6087

平日夜9時半まで、日曜日も診療  
医療法人社団

### さくま歯科医院

院長 佐久間 栄 (歯学博士・認定医) 副院長 佐久間 実佳

【診療科目】  
一般歯科・小児歯科  
口腔外科・矯正歯科  
インプラント治療・レーザー治療  
ホワイトニング

【診療時間】  
月曜日~土曜日 9:30~14:30  
15:30~21:30  
日曜日 10:00~15:00  
【休診日】 祝日  
◇駐車場 5台分あり  
◇各種保険取扱い

田柄5-20-19 http://www.sakuma-dc.com/

### 心療内科・精神科・カウンセリング

日・祝日 休診 (予約診療)  
月・火・水・木・金・土曜 詳しい時間は電話にてご確認下さい。

医療法人社団 光洋会

### 光洋クリニック・光が丘

田柄5-27-6 プラザ光が丘2F 光が丘消防署前 ☎3999-7735

### 林内科胃腸科

内科・消・呼・循・放

診療時間  
平日 午前9:30~12:30 午後3:00~6:00  
土曜 午前9:30~12:00 休診 木・日・祝日

田柄5-14-11(2階)夏の雲小前 ☎3825-3312

【診療時間】  
午前 9:00~12:00  
午後 2:00~5:00

【休診日】  
土曜・日曜・祝日

### 酒井内科医院

TEL.3979-4544  
光が丘3-3-4-102号 (コージャハイム光が丘第2)

### 誠心接骨院

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時~12時	○	○	○	○	○	☆
14時~19時	○	○	※	○	○	※

※自由診療のみ(予約)  
☆9時~14時まで  
日曜・祝日休診  
田柄4-13-10 植田ビル101  
☎6887-0535  
http://seishin-medical.jp  
(検索▶活心堂)

医療法人 榎楠会

### 富田高松クリニック

内科・(ペインクリニック 医師 牧野義文)  
リハビリテーション科 (物療・理学療法)

往診応需 駐車場完備

受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:00~12:00	○	○	○	/	○	○	休診
午後 3:00~7:00	○	○	○	/	○	○	休診

☎03-5971-3222 練馬区高松4-5-1

光が丘南 佐藤医院

内科 循環器科 消化器科 小児科 外科

月~水 8:30~12:30 15:00~19:00  
木曜日 8:30~12:30  
土曜日 8:30~12:30  
木・土曜午後(△第2・4木曜終日)・日・祝日休診

簡易人間ドック  
各種検査  
健診 予防接種  
往診応需

☎3926-8765  
(電話予約可) 院長 佐藤 博  
高松4-12-17 光が丘夏の雲公園前

### 10月の休日診療当番医療機関

**【休日診療当番医療機関】**  
 済生会スズキ病院 栄町7-1 ☎3557-2001  
 久保田産婦人科病院 東大泉3-29-10 ☎3922-0262  
 練馬総合病院 旭丘1-24-1 ☎5988-2290  
 川崎外科 東大泉6-34-46 ☎3922-2912  
 大泉生協病院 東大泉6-3-3 ☎5387-3111  
 ※診療時間は日曜・祝休日の午前9時から午後5時  
 ※受診の際は、当日事前に電話連絡を

**【休日診療当番の接骨院】**  
 26日 石田接骨院 北町2-41-5 ☎3550-9036  
 ※診療時間は午前9時から午後5時 認め印を持参

### 10・11月の公共施設の催し

**【光が丘児童館】** ☎3975-7137  
 ◇縁日  
 10月25日(土)13:30~  
**【旭町南地区区民館】** ☎3904-5191  
 ◇館まつり作品展示会  
 10月25日(土)~27日(月)9:00~16:00(27日14:00まで)  
 書道・手芸・革工芸・七宝焼・フラワーアレンジメントなど 25日コース発表会 26日朗読発表会 26日お茶会  
 ◇館祭り・前夜祭  
 11月1日(土)15:00~20:00  
 15:00~演芸大会 17:00~模擬店・カラオケパブなど  
 ◇館祭り・本祭  
 11月2日(日)10:00~15:00 演芸大会・模擬店・ゲームコーナーなど  
**【田柄地区区民館】** ☎3926-4932  
 ◇リサイクル工作  
 ~なかまとおそぼうびつくりポン~  
 10月24日(金)15:00~16:00 対象/小学生定員/20名(先着順) 費用/無料  
 ◇自転車シミュレーター安全教室  
 子どもから高齢者まで、自転車の交通ルールを楽しみながら、分りやすく習得する自転車シミュレーターを活用した交通安全教室  
 10月29日(水)13:00~14:00 対象/成人の方 講師/光が丘警察署交際課 当日受付  
 ◇田柄文化展  
 11月1日(土)~3日(月)9:00~16:00  
 ◇田柄寄席  
 11月3日(月・祝)14:00~ 出演/いなせ家半七・春風亭一蔵

### 休日急患診療所 (事前に電話連絡を)

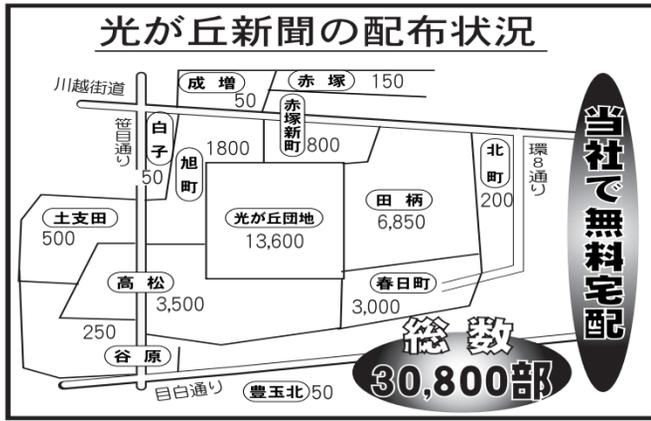
**小児科**  
 練馬区夜間救急こどもクリニック ※小児科専門医が診療  
 豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階 Tel.3994-2238

**内科・小児科**  
 練馬休日急患診療所  
 豊玉北6-12-1 区役所東庁舎2階 Tel.3994-2238

石神井休日急患診療所  
 石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階 Tel.3996-3404

**歯科**  
 練馬歯科休日急患診療所  
 豊玉北6-12-1 区役所東庁舎3階 Tel.3993-9956

石神井歯科休日急患診療所  
 石神井町3-30-26 石神井庁舎地下1階 Tel.3996-3424



**田柄**

▽高齢者生活支援サービス もてなし隊 (2丁目) 秋の大ぞうじキャンペーン中。

トイレ・浴室・洗面台・キッチン・換気扇

▽2時間の範囲内で掃除をしてくれる。通常6912円のところ10月未までに依頼すると税込4500円でOK。作業日は11月10日頃迄。

その他、洗濯・お片づけ・外出の付き添い 30分以上より受付。

**ほつとライフ ミニ情報**

津軽三味線の無料体験

◆工藤流津軽三味線 青虎会 〓おけいこは主に高松教室で毎週火・金・土曜日10時よりマンツーマン指導。1か月で簡単な曲が弾けるようになる。曲は、津軽民謡・合奏曲・地方民謡など。指導財団法人日本民謡協会公認教授 戸館民夫 ☎(3970)5064

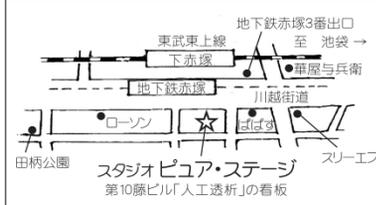
**高松**

▽ホテル カデンツ ア光が丘 ベーカリー BON PARFUM (5丁目) 〓クリスマス ショートケーキ5号 3100円、6号36100円、7号46300円、8号56600円、9号66900円、10号77200円、11号87500円、12号97800円、13号108100円、14号118400円、15号128700円、16号139000円、17号149300円、18号159600円、19号169900円、20号180200円、21号190500円、22号200800円、23号211100円、24号221400円、25号231700円、26号242000円、27号252300円、28号262600円、29号272900円、30号283200円、31号293500円、32号303800円、33号314100円、34号324400円、35号334700円、36号345000円、37号355300円、38号365600円、39号375900円、40号386200円、41号396500円、42号406800円、43号417100円、44号427400円、45号437700円、46号448000円、47号458300円、48号468600円、49号478900円、50号489200円、51号499500円、52号509800円、53号520100円、54号530400円、55号540700円、56号551000円、57号561300円、58号571600円、59号581900円、60号592200円、61号602500円、62号612800円、63号623100円、64号633400円、65号643700円、66号654000円、67号664300円、68号674600円、69号684900円、70号695200円、71号705500円、72号715800円、73号726100円、74号736400円、75号746700円、76号757000円、77号767300円、78号777600円、79号787900円、80号798200円、81号808500円、82号818800円、83号829100円、84号839400円、85号849700円、86号860000円、87号870300円、88号880600円、89号890900円、90号901200円、91号911500円、92号921800円、93号932100円、94号942400円、95号952700円、96号963000円、97号973300円、98号983600円、99号993900円、100号1004200円、101号1014500円、102号1024800円、103号1035100円、104号1045400円、105号1055700円、106号1066000円、107号1076300円、108号1086600円、109号1096900円、110号1107200円、111号1117500円、112号1127800円、113号1138100円、114号1148400円、115号1158700円、116号1169000円、117号1179300円、118号1189600円、119号1199900円、120号1210200円、121号1220500円、122号1230800円、123号1241100円、124号1251400円、125号1261700円、126号1272000円、127号1282300円、128号1292600円、129号1302900円、130号1313200円、131号1323500円、132号1333800円、133号1344100円、134号1354400円、135号1364700円、136号1375000円、137号1385300円、138号1395600円、139号1405900円、140号1416200円、141号1426500円、142号1436800円、143号1447100円、144号1457400円、145号1467700円、146号1478000円、147号1488300円、148号1498600円、149号1508900円、150号1519200円、151号1529500円、152号1539800円、153号1550100円、154号1560400円、155号1570700円、156号1581000円、157号1591300円、158号1601600円、159号1611900円、160号1622200円、161号1632500円、162号1642800円、163号1653100円、164号1663400円、165号1673700円、166号1684000円、167号1694300円、168号1704600円、169号1714900円、170号1725200円、171号1735500円、172号1745800円、173号1756100円、174号1766400円、175号1776700円、176号1787000円、177号1797300円、178号1807600円、179号1817900円、180号1828200円、181号1838500円、182号1848800円、183号1859100円、184号1869400円、185号1879700円、186号1890000円、187号1900300円、188号1910600円、189号1920900円、190号1931200円、191号1941500円、192号1951800円、193号1962100円、194号1972400円、195号1982700円、196号1993000円、197号2003300円、198号2013600円、199号2023900円、200号2034200円、201号2044500円、202号2054800円、203号2065100円、204号2075400円、205号2085700円、206号2096000円、207号2106300円、208号2116600円、209号2126900円、210号2137200円、211号2147500円、212号2157800円、213号2168100円、214号2178400円、215号2188700円、216号2199000円、217号2209300円、218号2219600円、219号2229900円、220号2240200円、221号2250500円、222号2260800円、223号2271100円、224号2281400円、225号2291700円、226号2302000円、227号2312300円、228号2322600円、229号2332900円、230号2343200円、231号2353500円、232号2363800円、233号2374100円、234号2384400円、235号2394700円、236号2405000円、237号2415300円、238号2425600円、239号2435900円、240号2446200円、241号2456500円、242号2466800円、243号2477100円、244号2487400円、245号2497700円、246号2508000円、247号2518300円、248号2528600円、249号2538900円、250号2549200円、251号2559500円、252号2569800円、253号2580100円、254号2590400円、255号2600700円、256号2611000円、257号2621300円、258号2631600円、259号2641900円、260号2652200円、261号2662500円、262号2672800円、263号2683100円、264号2693400円、265号2703700円、266号2714000円、267号2724300円、268号2734600円、269号2744900円、270号2755200円、271号2765500円、272号2775800円、273号2786100円、274号2796400円、275号2806700円、276号2817000円、277号2827300円、278号2837600円、279号2847900円、280号2858200円、281号2868500円、282号2878800円、283号2889100円、284号2899400円、285号2909700円、286号2920000円、287号2930300円、288号2940600円、289号2950900円、290号2961200円、291号2971500円、292号2981800円、293号2992100円、294号3002400円、295号3012700円、296号3023000円、297号3033300円、298号3043600円、299号3053900円、300号3064200円、301号3074500円、302号3084800円、303号3095100円、304号3105400円、305号3115700円、306号3126000円、307号3136300円、308号3146600円、309号3156900円、310号3167200円、311号3177500円、312号3187800円、313号3198100円、314号3208400円、315号3218700円、316号3229000円、317号3239300円、318号3249600円、319号3259900円、320号3270200円、321号3280500円、322号3290800円、323号3301100円、324号3311400円、325号3321700円、326号3332000円、327号3342300円、328号3352600円、329号3362900円、330号3373200円、331号3383500円、332号3393800円、333号3404100円、334号3414400円、335号3424700円、336号3435000円、337号3445300円、338号3455600円、339号3465900円、340号3476200円、341号3486500円、342号3496800円、343号3507100円、344号3517400円、345号3527700円、346号3538000円、347号3548300円、348号3558600円、349号3568900円、350号3579200円、351号3589500円、352号3599800円、353号3610100円、354号3620400円、355号3630700円、356号3641000円、357号3651300円、358号3661600円、359号3671900円、360号3682200円、361号3692500円、362号3702800円、363号3713100円、364号3723400円、365号3733700円、366号3744000円、367号3754300円、368号3764600円、369号3774900円、370号3785200円、371号3795500円、372号3805800円、373号3816100円、374号3826400円、375号3836700円、376号3847000円、377号3857300円、378号3867600円、379号3877900円、380号3888200円、381号3898500円、382号3908800円、383号3919100円、384号3929400円、385号3939700円、386号3950000円、387号3960300円、388号3970600円、389号3980900円、390号3991200円、391号4001500円、392号4011800円、393号4022100円、394号4032400円、395号4042700円、396号4053000円、397号4063300円、398号4073600円、399号4083900円、400号4094200円、401号4104500円、402号4114800円、403号4125100円、404号4135400円、405号4145700円、406号4156000円、407号4166300円、408号4176600円、409号4186900円、410号4197200円、411号4207500円、412号4217800円、413号4228100円、414号4238400円、415号4248700円、416号4259000円、417号4269300円、418号4279600円、419号4289900円、420号4300200円、421号4310500円、422号4320800円、423号4331100円、424号4341400円、425号4351700円、426号4362000円、427号4372300円、428号4382600円、429号4392900円、430号4403200円、431号4413500円、432号4423800円、433号4434100円、434号4444400円、435号4454700円、436号4465000円、437号4475300円、438号4485600円、439号4495900円、440号4506200円、441号4516500円、442号4526800円、443号4537100円、444号4547400円、445号4557700円、446号4568000円、447号4578300円、448号4588600円、449号4598900円、450号4609200円、451号4619500円、452号4629800円、453号4640100円、454号4650400円、455号4660700円、456号4671000円、457号4681300円、458号4691600円、459号4701900円、460号4712200円、461号4722500円、462号4732800円、463号4743100円、464号4753400円、465号4763700円、466号4774000円、467号4784300円、468号4794600円、469号4804900円、470号4815200円、471号4825500円、472号4835800円、473号4846100円、474号4856400円、475号4866700円、476号4877000円、477号4887300円、478号4897600円、479号4907900円、480号4918200円、481号4928500円、482号4938800円、483号4949100円、484号4959400円、485号4969700円、486号4980000円、487号4990300円、488号5000600円、489号5010900円、490号5021200円、491号5031500円、492号5041800円、493号5052100円、494号5062400円、495号5072700円、496号5083000円、497号5093300円、498号5103600円、499号5113900円、500号5124200円、501号5134500円、502号5144800円、503号5155100円、504号5165400円、505号5175700円、506号5186000円、507号5196300円、508号5206600円、509号5216900円、510号5227200円、511号5237500円、512号5247800円、513号5258100円、514号5268400円、515号5278700円、516号5289000円、517号5299300円、518号5309600円、519号5319900円、520号5330200円、521号5340500円、522号5350800円、523号5361100円、524号5371400円、525号5381700円、526号5392000円、527号5402300円、528号5412600円、529号5422900円、530号5433200円、531号5443500円、532号5453800円、533号5464100円、534号5474400円、535号5484700円、536号5495000円、537号5505300円、538号5515600円、539号5525900円、540号5536200円、541号5546500円、542号5556800円、543号5567100円、544号5577400円、545号5587700円、546号5598000円、547号5608300円、548号5618600円、549号5628900円、550号5639200円、551号5649500円、552号5659800円、553号5670100円、554号5680400円、555号5690700円、556号5701000円、557号5711300円、558号5721600円、559号5731900円、560号5742200円、561号5752500円、562号5762800円、563号5773100円、564号5783400円、565号5793700円、566号5804000円、567号5814300円、568号5824600円、569号5834900円、570号5845200円、571号5855500円、572号5865800円、573号5876100円、574号5886400円、575号5896700円、576号5907000円、577号5917300円、578号5927600円、579号5937900円、580号5948200円、581号5958500円、582号5968800円、583号5979100円、584号5989400円、585号5999700円、586号6010000円、587号6020300円、588号6030600円、589号6040900円、590号6051200円、591号6061500円、592号6071800円、593号6082100円、594号6092400円、595号6102700円、596号6113000円、597号6123300円、598号6133600円、599号6143900円、600号6154200円、601号6164500円、602号6174800円、603号6185100円、604号6195400円、605号6205700円、606号6216000円、607号6226300円、608号6236600円、609号6246900円、610号6257200円、611号6267500円、612号6277800円、613号6288100円、614号6298400円、615号6308700円、616号6319000円、617号6329300円、618号6339600円、619号6349900円、620号6360200円、621号6370500円、622号6380800円、623号6391100円、624号6401400円、625号6411700円、626号6422000円、627号6432300円、628号6442600円、629号6452900円、630号6463200円、631号6473500円、632号6483800円、633号6494100円、634号6504400円、635号6514700円、636号6525000円、637号6535300円、638号6545600円、639号6555900円、640号6566200円、641号6576500円、642号6586800円、643号6597100円、644号6607400円、645号6617700円、646号6628000円、647号6638300円、648号6648600円、649号6658900円、650号6669200円、651号6679500円、652号6689800円、653号6700100円、654号6710400円、655号6720700円、656号6731000円、657号6741300円、658号6751600円、659号6761900円、660号6772200円、661号6782500円、662号6792800円、663号6803100円、664号6813400円、665号6823700円、666号6834000円、667号6844300円、668号6854600円、669号6864900円、670号6875200円、671号6885500円、672号6895800円、673号6906100円、674号6916400円、675号6926700円、676号6937000円、677号6947300円、678号6957600円、679号6967900円、680号6978200円、681号6988500円、682号6998800円、683号7009100円、684号7019400円、685号7029700円、686号7040000円、687号7050300円、688号7060600円、689号7070900円、690号7081200円、691号7091500円、692号7101800円、693号7112100円、694号7122400円、695号7132700円、696号7143000円、697号7153300円、698号7163600円、699号7173900円、700号7184200円、701号7194500円、702号7204800円、703号7215100円、704号7225400円、705号7235700円、706号7246000円、707号7256300円、708号7266600円、709号7276900円、710号7287200円、711号7297500円、712号7307800円、713号7318100円、714号7328400円、715号7338700円、716号7349000円、717号7359300円、718号7369600円、719号7379900円、720号7390200円、721号7400500円、722号7410800円、723号7421100円、724号7431400円、725号7441700円、726号7452000円、727号7462300円、728号7472600円、729号7482900円、730号7493200円、731号7503500円、732号7513800円、733号7524100円、734号7534400円、735号7544700円、736号7555000円、737号7565300円、738号7575600円、739号7585900円、740号7596200円、741号7606500円、742号7616800円、743号7627100円、744号7637400円、745号7647700円、746号7658000円、747号7668300円、748号7678600円、749号7688900円、750号7699200円、751号7709500円、752号7719800円、753号7730100円、754号7740400円、755号7750700円、756号7761000円、757号7771300円、758号7781600円、759号7791900円、760号7802200円、761号7812500円、762号7822800円、763号7833100円、764号7843400円、765号7853700円、766号7864000円、767号7874300円、768号7884600円、769号7894900円、770号7905200円、771号7915500円、772号7925800円、773号7936100円、774号7946400円、775号7956700円、776号7967000円、777号7977300円、778号7987600円、779号7997900円、780号8008200円、781号8018500円、782号8028800円、783号8039100円、784号8049400円、785号8059700円、786号8070000円、787号8080300円、788号8090600円、789号8100900円、790号8111200円、791号8121500円、792号8131800円、793号8142100円、794号8152400円、795号8162700円、796号8173000円、797号8183300円、798号8193600円、799号8203900円、800号8214200円、801号8224500円、802号8234800円、803号8245100円、804号8255400円、805号8265700円、806号8276000円、807号8286300円、808号8296600円、809号8306900円、810号8317200円、811

# ♪うたう集い♪

## なつかしい童謡や唱歌、世界の名曲をご一緒に！

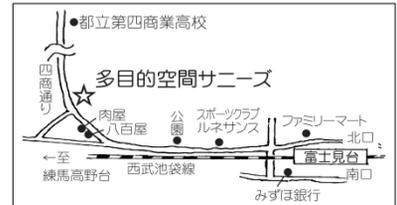
赤塚教室 第3・4木曜 10:30~12:00  
スタジオ ピュア・ステージ (人工透析病院ビル3階)



各回数十曲どんでん歌います 合唱ではありません  
歌詞プリント使用 楽譜が読めなくても大丈夫  
受講料は1回制 たまご参加でもOK  
受講料/1回1000円(初回のみ歌詞プリント代1000円別途)

♪個人レッスンもお受けしています  
ピアノ(お子様からシニアまで)、声楽(童謡から歌曲・オペラアリアまで)  
会場:赤塚教室ピュア・ステージ  
または自宅(練馬区貫井 都立第四商業高校そば)  
まずはご連絡を! 連絡先: ☎3970-3352 つばさ音楽スタジオ 竹内

富士見台教室 第4水曜 10:20~11:50  
多目的空間サニーズ (西武池袋線「富士見台」駅3分、四商通り沿い)



小学校高学年頃か  
ら、本(漫画も含め  
て)を読むことが大  
好きでした。冒険・  
探検童話、ファンタ  
ジー物語、世界名作  
童話等、空想の世界  
を広げ、ワクワクど  
きしながら読みふけ  
ったものです。高校  
時代からは推理小説  
にはまって松本清張  
郎、横溝正史、西村京  
太郎、森村誠一等の作  
品を次々に読んでい  
ました。



-568-

本を読むと、どう  
いう訳かその舞台と  
なったところに行っ  
てみたいのです。  
働くようになってか  
ら、よく横溝正史の  
時代から松本清張  
にはまって松本清張  
郎、横溝正史、西村京  
太郎、森村誠一等の作  
品を次々に読んでい  
ました。

### 赤毛のアンと私

光が丘むらさき  
き幼稚園園長 石橋 和子



そして、ついに友  
人と二人で憧れのプ  
リンセスエドワード島  
に行くことになりま  
した。今から30年近  
く前の当時はプリン  
セスエドワード島に  
くツアー旅行がなか  
ったので、旅行会社  
と相談して計画を立  
てた個人旅行でした。

推理小説の舞台とな  
った岡山県内の村や  
瀬戸内海に浮かぶ  
島々等を旅してまわ  
りました。あのおど  
ろおどろした世界が  
好きだったのです。  
でも、一番憧れたの  
が中学時代から大好  
きだった『赤毛のア  
ン』の舞台となった  
プリンセスエドワー  
ド島。そばかすだらけ  
と髪が赤くニンジン  
と呼ばれていた……と

飛行機や列車を乗り  
継いでやつの思い  
でプリンセスエドワ  
ード島に着いたときは  
大変感激したのを、  
今でもよく覚えてい  
ます。可愛い建物が  
並び街並み、緑がい  
っぱいの草原・森・  
色とりどりの花々、  
本に書いてあった通  
りのグリーン・ゲイ  
ブルズ、輝く湖水、  
小道……。自分がア  
ンになったかのように、  
散策して歩き回り、  
本当に夢の世界にい  
るようでした。

多くなっていて驚き  
ました。名作は、何  
回読んでもその時々  
で、いろいろな発見  
感動があるのです。  
そういうえば、少し前  
までNHK朝のテレ  
ビ番組「花子とアン」  
が放映されていました。  
私は、土曜日の  
総編集をできる限り  
見ていました。主  
人公の翻訳者 村岡  
花子さんとアンがダ  
ブって見え、大好き  
な『赤毛のアン』が  
日本で読めるように  
なった経過などもわ  
かったのです。

これからも、いろ  
いろな本を読み、歴  
史・物語のある土地  
に旅をしたいと思っ  
ています。



和田 淳 Anomalies 2013 © Atsushi Wada MMXIII

### 読者プレゼント

DOMANI・明日  
展 未来を担う美術家  
たち 文化庁芸術家  
外研修の成果 招待券  
日時 12月13日から  
27年1月25日 10時  
18時 火曜日休館  
会場 国立立美術館  
企画展示室 2F  
文化庁は、将来の我  
が国の芸術界を支える  
芸術家を支援するた  
め、若手芸術家を海外  
に派遣し、その専門と  
する分野について研修  
の機会を提供する。  
「芸術家在外研修(新  
画 写真 陶芸 鍍造  
まで。

### スイム教室

中級  
11月19・26日・12月3・10日(水)  
より泳げるようになりたい方におすすめ!  
4泳法の習得を目標とする水泳教室  
◇講師 光が丘体育館 大島樹里  
(株式会社オーエンス)  
時間: 19:00~19:50(50分間)  
対象: 高校生以上の健康な方  
医師から運動を止められてい  
る方のご利用はできません  
参加費: 600円/1回  
(当日プール受付にて支払い)  
持ち物: 水着・キャップ・タオル・ゴーグル  
等  
場所: 光が丘体育館プール  
(25mプール第2レーン)  
申込み: TELまたは直接地下2階プール  
受け付けにて事前申込み  
★ご希望の日程に1回ずつ申込みます

### ランニングクリニック

初心者から愛好者まで、  
みんなでの楽しみながら、  
自然豊かな光が丘公園  
を走りましょう。

11月8日(土) ※雨天決行  
10:00~12:00 定員 30名

対象 ◆高校生以上  
参加費 ◆500円  
会場 ◆光が丘公園内、光が丘体育館2階会議室  
申込み方法 ◆TELまたは光が丘体育館受付にて事前申込み。  
☎03-5383-6611  
※空きがあれば当日申し込み可。

講師に浅井えり子さんをお迎えします!!  
「時間をかけて、ゆっゆと、長い距離を走るLSD(Long Slow Distance)を重視し、88年アトランタオリンピック  
等数のマラソンに出場。  
現在は、各地のレースに参加する傍ら、子供から市民ラン  
ナーまでの幅広い層を対象にランニング教室などを行い、  
LSD理論を広めることに取り組んでいる。  
帝京科学大学客員教授、陸上競技認定コーチ。

### FC東京コーチによる サッカークリニック

FC東京普及部の経験豊かな  
コーチ陣が指導にあたります  
正しい基本技術を習得し、  
サッカーの楽しさを体験しよう!

11月8日(土)  
小学1・2年生の部  
14:00~15:30  
小学3~6年生の部  
16:00~17:30

定員: 各 30名  
参加費: 500円  
会場: 光が丘体育館 競技場

小申込み方法  
TELまたは光が丘体育館にて事前申し込み。  
☎ 03-5383-6611  
※空きがあれば当日申し込み可

### よちよち 親子体操

11月7・14・21・28日(金)  
親子で遊びながら楽しく運動  
しましょう育児ストレスの解消  
や体力づくりにも効果的です。  
お気軽にご参加ください

◇講師 塩見 恵 (株式会社オーエンス)  
時間: 10:30~11:30  
対象: 1歳以上の未就園児と親  
参加費: 800円/1回  
(1階受付にて支払い)  
持ち物: 飲み物、タオル  
服装: 動きやすい服装、履きなれた靴  
(ヒールやサンダルはご遠慮ください)  
場所: 光が丘体育館2階会議室  
申込み: TELまたは直接1階プール  
受け付けにて事前申込み  
★ご希望の日程に1回ずつ申込みます

# 秋のスポーツが500円から堪能できる

問い合わせ 光が丘体育館 光が丘4-1-4 光が丘公園内 ☎5383-6611