

光が丘新聞

毎月5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/>

IMA SNSをフォローして、IMAの最新情報をCHECK!

LINE @ima_hikari
Instagram @imahikari.official
Twitter @IMA_PR

配信セグメント 絞り込みの条件

【年齢】
生年月日を設定する
と、年齢セグメントによる絞り込みが可能

【興味のある内容】
セグメント名Ⅱ内容

例
▽新型コロナウイルス
チン接種・感染対策

▽防災・防犯Ⅱ日頃
の備え・安全安心

▽子どもⅡ出産・子育て・教育

▽保健・福祉Ⅱ高齢・介護・障害・健康・医療

▽税・国保・年金Ⅱ各種税金・国民健康保険・年金

▽文化・スポーツⅡ美術館・図書館・体育館

▽都市農業・観光・産業Ⅱマルシェ・区内のお祭り

▽まちづくり・環境ⅡごみⅡみどり・道路・公園・ごみ・リサイクル

▽地域活動・ボランティアⅡ職員採用Ⅱ協働事業・職員採用

▽右記以外Ⅱ選挙・

ねりま区報

10/21号

オミクロン株対応 ワクチン(ファイザー)の接種間隔を3カ月に短縮します

2歳以上接種し、既往の接種日から3カ月以上経過した12歳以上の方

10月21日号 / ねりま区報を発行しました

主な内容

- ・オミクロン株対応ワクチン
- ・練馬大根を手に入れよう
- ・PayPayポイント還元キャンペーン
- ・練馬区公式LINEと友だちになろう

ねりま区報

▼電子ブック版

カタログポケット

▼自宅へのお届けを希望する方

区報送付サービス

このメッセージは、友だち登録されている方に一斉配信しています。

Flex Messageでの配信イメージ

LINEで情報配信を拡充 個々に合わせた内容で

練馬区は、令和4年10月21日から、LINEを活用した情報配信の分野を拡充し、区政全般に関する情報配信を開始する。

また、気象庁の地震情報(震度3以上)や気象警報などを自動連携し、区民生活に大きな影響を及ぼす可能性のある緊急情報をタイムリーに配信する。

今回の拡充に合わせて、練馬区LINE公式アカウントを友だちに追加した方を分類(セグメント化)するための条件(年齢・興味のある分野)を増やし、よりきめ細かい絞り込みを行う。これにより、一人ひとりのニーズに合わせた配信が可能となる。

なお、画像や文字装飾などによりメッセージをデザインできるFlex messageを活用して、メッセージ内にURLのリンクボタンを配置するなど、配信内容に興味・関心のある人を効果的にホームページに誘導する。

区のLINEは、令和2年度に全国初となる「保活」支援サービスを提供するツールとして運用を開始し、子育て分野を中心とした情報配信のほか、保育施設の検索や保育指数シミュレーションを展示してきた。

令和3年度に区が実施した区民意識意向調査では、20代から40代の8割を超える人から「もっとSNSを活用すべき」との回答があったため、LINEでの情報配信分野を拡大し、幅広い情報配信ツールとして活用していく。

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

●最近の記事

最新号を全ページ掲載

●幼稚園・小・中・高校の関連記事

●832(2月5日)号で創刊40年

●つれづれ草のバックNOも読めます

ホームページを開いてください
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

冬期講習

12/26(月)~1/9(月)

夢へのラストスパート!

先生1人に生徒2人まで 個別指導専門塾

STEP academy ステップアカデミー

3999-1179 3976-1770
6904-2404 5998-0125

https://www.step-academy.co.jp/

初心者対象に 手結びのきもの着付教室 (2か月全8回)

通常全8回 12,000円 (1回1,500円×8回) → 受講料0円

主催・彩きもの学院 協カ・光が丘新聞社

彩きもの学院では「光が丘新聞」の協力で、初心者を対象に2ヶ月全8回の「無料きもの着付教室」を開講。ゆかたと半幅帯、普段着の着方、名古屋帯のお太鼓結び、フォーマルの着方と袋帯の二重太鼓結びまで、すべて手結びで行います。

※着物、帯、長襦袢の貸し出し有り(全8回3,500円)。

★池袋校
JR池袋駅西口徒歩4分
◇金曜コース / 11月25日 / 19時~20時30分

★新宿校
大江戸線新宿西口駅徒歩1分
西武線新宿駅徒歩5分
◇木曜コース / 11月24日 / 10時30分~12時 / 14時~15時30分 / 19時~20時30分

■各時間定員5人
3密を避け
コロナ対策の上
開講いたします
HP随時申込受付中

■受講料無料
(但し、教材費として期間中6,900円が必要税込)

お申し込みは「光が丘新聞」係へ ☎0120-073005 www.saikimonogakuin.co.jp

うちもどんどん！するようにな

うつわに出会えるかも！

マカイ(茶碗)、ゆのみ
皿など多数取り揃えております
やちむん(沖縄の陶器)
琉球ガラス、紅型タペストリー

田柄4-20-30 ☎070-8966-3811

小さいけどドッグランもあるよ!

うつわ屋よんなーよんなー 検索

秋の夜長に学んで1番を目指す

冬期講習

学習塾

ホームページ

http://www.hikarigaoka-shinbun.jp/に掲載

特集I



葛飾北斎 富嶽三十六景『神奈川沖浪裏』

戦い

君は北斎を知っているか
写真は、全世界の人々が
息を飲んだ、芸術作品
その道の頂点を目指そう
戦っている間は
充実した時間だ
未来は輝いている
全身から勇気がわく
今この時を、大切に

SG

学習動画を配信 【すなおし学習TV】

ユーチューブで配信
ていねいな指導と楽しい
内容で好評

【指導の方針】

- ①長所をほめる。自分のいい面に気づかせる。
- ②人と比べない。過去の自分と比べる。
- ③進歩が見られたら、何がどう進歩したかを、わかりやすく伝える。
- ④進歩を楽しむ。
- ⑤もつと、という意欲を引き出す。
- ⑥努力する人になる。努力すれば伸びる。力も自信もつく。

数学塾

試行錯誤力の鍛錬

【特徴】

- ①超少数人数制授業
クラス定員7名程度で生徒の反応を見ながら確実にわかる授業をする。先生からの一方的な講義ではなく、ポイントではみんなで考え議論を導く授業。質問もしやすい。また個々に応じたサポートにも力を入れている。
- ②科目選択受講制

ステップアカデミー

個別指導専門塾

先生1人に生徒2人まで
きめ細かく個性を把握
能力向上に重点を置く。
長所から伸ばせる

【特徴】

- ☆部活動や習い事で忙しい子どもでも受講しやすい3つのシステム
- ①選べる曜日時間帯
- ②学習進度も自由自在
- ③安心の振替制度
- ☆やる気が高まる3つの仕組み
- ①講師責任担当制

【指導方法】
☆集中力が続く60分授業の「個別指導」&学習内容が定着するまでくり返し学習する「巡回指導」のセット受講を奨励。個別指導にありがちな演習不足を解消し、理解し、解答を作成する力を身につける。

☆同塾の価値観と理念が結集された「5つの誓い」

- ②ポイント制で図書券など進呈
- ③明るく広い独立ブース
- ☆安心・安全の3つの理由
- ①自分専用webマイページから毎回の授業内容を家庭に報告
- ②入室連絡メールで、入室した旨を連絡
- ③光が丘公園近くに3教室あり自宅から近い教室を自由に選択
- ☆先生1人に生徒2人までのとことん「個別指導」なのに安心の授業料(8,200円)

- 【指導方法】
☆集中力が続く60分授業の「個別指導」&学習内容が定着するまでくり返し学習する「巡回指導」のセット受講を奨励。個別指導にありがちな演習不足を解消し、理解し、解答を作成する力を身につける。
- ☆同塾の価値観と理念が結集された「5つの誓い」
- 豊島3 西2 北園2他
- ▽大学入試
- 【国立】お茶の水女大
- 京大2 京都府立医大
- 埼玉大2 都立大3
- 千葉大2 筑波大(理工)
- 東大(理工) 東工大2
- 東工大2 富山大(医)
- 東京海洋大 山形大(医)
- 電通大2 国際教養大
- 【私立】青山学院大2
- 慶應大4 北里大(医)
- 芝浦工大7 成蹊大4
- 中央大11 東京薬科大3
- 東京理科大24 法政大4
- 日大(獣医)2 明治大17
- 立教大6 早稲田大13他
- 大泉5 新宿4 井草3



いーの下、一人ひとりにピッタリの勉強方法で、やる気と学力を高め、目標達成をサポート。
【指導方針】
①ことばの能力四技能(聞く・話す・読む・書く)を総合的に習得できるように適切な指導
②リスニング、ライティングの充実に向けた徹底的な訓練
③生徒一人一人の力・

【特徴】
①小学生受験生・大学生・社会人まで多彩なコースを展開
②3名程度の少人数制クラス、個別指導あり
③視聴覚機器・教材を駆使し、総合的な英語力を育成
④実用英語検定(英検)の準会場校。昨年度の合格者62名(準1級合格者を含む)
⑤スピーチコンテスト、音読コンテスト、リスニングマラソン、英単語検定の実施。学んだことが指導で受験にも強い。
【冬期講座】
英検集中講座を活用し、語彙力アップと文法理解の確認を行う。
毎回のトレーニングでリスニング力アップを目指す。
ライティングや長文読解演習で受験対策。
冬期限定個別指導あり。

【指導方針】
①ことばの能力四技能(聞く・話す・読む・書く)を総合的に習得できるように適切な指導
②リスニング、ライティングの充実に向けた徹底的な訓練
③生徒一人一人の力・

【指導方針】
①ことばの能力四技能(聞く・話す・読む・書く)を総合的に習得できるように適切な指導
②リスニング、ライティングの充実に向けた徹底的な訓練
③生徒一人一人の力・

【指導方針】
①ことばの能力四技能(聞く・話す・読む・書く)を総合的に習得できるように適切な指導
②リスニング、ライティングの充実に向けた徹底的な訓練
③生徒一人一人の力・

冬期英検集中講座
12月26日～29日
5級～準1級
成績アップ、志望校合格、英検・TOEFL・TOEIC等の試験対策
冬期限定個別指導あり

ステップワールド英語スクール
光が丘教室 田柄5-27-15
☎ 03-5241-5808 リリー光が丘2階
受付：月～土曜 午後3時～
https://sites.google.com/view/hikaristepworld

You tube 学習動画 無料配信中
すなおし学習TV
ホームページ http://www.sg-h.jp/
SG 光が丘教室
田柄3-13-15 芝信用金庫田柄支店2F
問い合わせ TEL3825-3051 資料の請求 TEL3825-3052

冬期講習会 生徒募集

- 現小6生 数学/英語 中学準備講座
- 中学生 数学/英語/理科 単科講座
- 高校生 数学/英語/物理 単科講座
- 現小6生 新中1生本講座予約受付中

※冬期講習会受講個別説明会、入塾個別説明会がございます。
ご希望の方は、予めお電話で御予約くださるようお願いいたします。

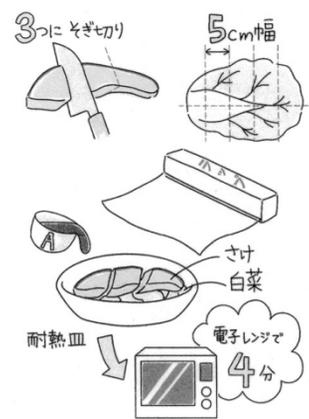
小6生～浪人生のための少人数制塾
数学塾
〒179-0071 練馬区旭町1-15-30 伊藤ビル302
TEL.03-5967-3401
お問い合わせ受付:16:00-17:20/22:20-22:40 土・日曜日お休み12/21(水)迄

光が丘で暮らす

日本都市計画家協会会員
井上十三男



キャベツの卵炒め



白菜と甘塩さけのレンジ蒸し



ピーマンと茄子のみそあえ

男の料理(その2)

光が丘近くに住んでおられた三浦敬三さん(三浦雄一郎さんの父で101才で逝去)の90才代でも食材の調達から料理まで1人で、健康老人生活を楽しみ、100才にしても現役プロスキヤーだった映像に刺激され、2018年12月から学び始めた「男の料理」(NPO楽膳倶楽部のカ

ンタン)で2022年3月コロナ禍で講座が修了するまで、他にも応用の出来そうな87の料理を学びました。ここでは印象に残った4つの料理をご紹介します。

印象的な4料理

1(手早い)キャベツの卵炒め

味のサラ油と塩コシヨウ。2(冷凍野菜)かぼちやのいとこ煮。生のかぼちやの場合、煮る時水を少し多めにします。調味料は砂糖・みりん・しょうゆ。

3(レンジで)白菜と甘塩さけのレンジ蒸し

以前は料理の殆どはガス等の直火で行い、電子レンジはごはんやスープ等の加熱、それに冷凍食品の解凍に使っていました。電子レンジでも色々な料理の出来る事を知りました。

4(ほっこり)鶏つくね鍋

くね鍋。心まで温まる土鍋料理。豆腐や生椎茸・春菊などの野菜をたくさん加えればこれ一鍋で栄養も期待出来ます。調理で余裕が出てくるようになり、少し楽しむ演出も考え

るようになり、最近色々見ただけでほっこりする土鍋も多くなりました。水を入れ豆腐、ねぎ、ワカメ、葉もの野菜だけでもよいですが、肉か魚があればそれも入れ蓋をして火を点けます。コトコトいう音を聞きながら小鉢にとり、ポン酢でいただきます。

電子レンジでの料理

京料理から旬を学ぶ。天候等に左右されやすい野菜類について、冷凍野菜の利用の素晴らしさを学びました。冷凍野菜は加熱処理済みの物が多く、かつあつても良いのでは、ないかと考えますが、如何でしょうか。

冷凍食品特に冷凍野菜の活用

「男の料理」をはじめ、これからスタートが同じ、毎日3食、何を食ったかの記録をつけたいです。

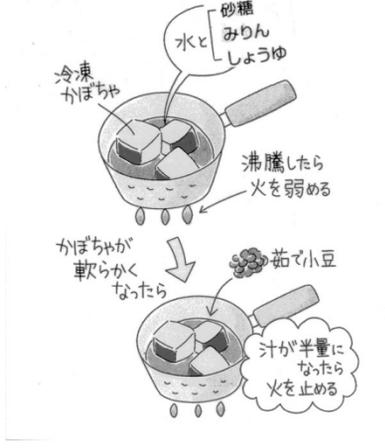
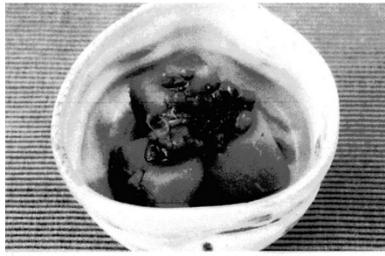
食べたものを記録する

「男の料理」をはじめ、これからスタートが同じ、毎日3食、何を食ったかの記録をつけたいです。

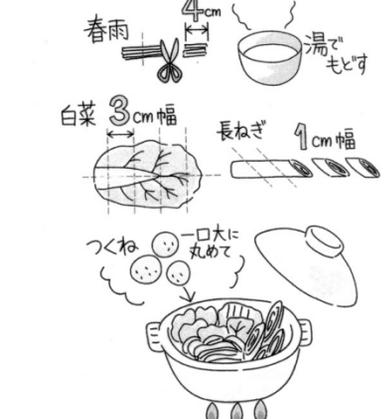
最近の料理から

今夏は天候が不順であったことから別荘の庭に植えた葉もの野菜が異常発生した。反面、ピーマンとシシトウは大豊作でした。そこで教室で習った料理を応用し、「ピーマンと茄子のみそあえ」「シシトウのシラスあえ(チン料理)」をつくりました。

こうして旬のもの、冷凍もの、そしてそのチン料理を含め、楽しい健康生活が続いています。



かぼちやのいとこ煮物



鶏つくね鍋



シシトウのシラスあえ

生徒たちの活躍

光が丘 第一中学校 校長 山谷 安雄

第59回練馬区中学校生徒総合体育大会 新入大会 女子の部 準優勝

【女子バスケットボール部】
 ◇区民大会 3位
 ◇区民大会 ベスト16

【陸上競技部】
 ◇第60回練馬区中学校生徒総合体育大会(陸上競技大会)
 △男子
 3年1000m 5位
 共通2000m 2位
 共通4000m 3位
 共通8000m 2位
 共通10000m 7位
 共通15000m 7位
 3年1000m 5位
 共通2000m 4位
 共通8000m 8位
 共通15000m 7位

▽女子
 3年1000m 6位
 共通2000m 4位
 共通8000m 8位
 共通15000m 7位

光が丘 第三中学校 校長 蓮池 和彦

第75回練馬区民体育大会 ソフトテニス 競技 女子団体 優勝

◇第60回練馬区中学校生徒総合体育大会
 ソフトテニス女子個人戦 優勝(都大会出場)

【バレーボール部】
 令和4年度城北オースン大会 男子団体 優勝

【ソフトテニス部】
 令和4年度城北オースン大会 男子団体 優勝

【バドミントン部】
 令和4年度城北オースン大会 男子団体 優勝

【バレーボール部】
 令和4年度城北オースン大会 男子団体 優勝

学校からのおたより

令和4年10月号



イラスト 夏の雲小学校

学習や活動

光が丘

四季の香小学校 校長 繁田 幸江

【クラブ活動について】
 9月16日(金)に、4回目のクラブ活動を行いました。子供たちは、今年度のクラブでも慣れてきた様子です。6年生を中心に工夫して活動できるように、充実したクラブ活動を進めています。

光が丘

夏の雲小学校 校長 富林 伸之

【引き渡し訓練】
 9月10日(土)には大地震発生後の練馬区一斉児童引き渡し(引き取り)訓練を行いました。大きな災害が起きた時、学校内外において児童に危険が及ぶと予想される時には、授業をうち切り児童に帰宅の措置をとることになります。どの学年もいざという時のために、真剣に訓練に挑んでいました。ご協力ありがとうございました。ごいままし

光が丘

秋の陽小学校 校長 関根 幸男

【算数教室より】
 ①放課後さんすう教室
 下校する前に、少しでも算数の学習をしたために開設しています。学習時間も学習内容(自分の宿題や東京ペーシックの課題プリントなど)も自分で決めて学習できる部屋です。わからない問題があれば、やり方を教えてあげます。

②中休みの活用
 担任と相談し、放課後さんすう教室には参加できないが、中休みに「少しでも算数の力をつけたい」と希望した児童を受け入れていきます。主に、学力向上支援講師の柿本先生が見ています。

③チャレンジコーナー(廊下の掲示板)
 ……チャレンジコーナーを設置しました。紙をめくれば答がわかるので、いつでも気軽にチャレンジできます。楽しみながら慣れ

光が丘

秋の読書週間 10月14日~10月28日

【秋の読書週間】
 10月14日~10月28日
 夏の終わりを告げる音が聞こえてきました。いよいよ読書の秋がやってきます。今年度は光が丘図書館の方々が応援して、読書週間を開催しました。親子で読書を楽しむ機会をもちたいか、かでしょうか。親子で

文化発表会

合唱コンクールに向けて

光が丘第一中学校 校長 山谷 安雄

…あるコラムを読んでいた時に、ある子育ての一言アドバイスに「中途半端に耐えられる人間に育てましょう。」という言葉がありました。さらに(人間関係では中途半端なことの方が多いので、親が多めの場面で援助してしまうことがあります。そして、親にかばってもらう育った多くの子が、ちよつとしたことで挫折しています。親がかばってやれる期間は、意

移動教室への想い

光が丘春の風小学校 校長 内木 勉

いよいよ10月。秋は「移動教室の秋」です。19日から22日まで泊りの秋、食欲の秋は、のぞみ学級が3年ぶりに2泊3日の岩井宿泊学習へ。30日から

【連合水泳記録会】
 9月7日(水)に練馬区連合水泳記録会を行いました。水泳記録会では、練馬区の小学校に通う6年生が、今までの水泳の学習の成果を発揮することを目的として行っていました。新型コロナウイルスの影響により、昨年度までは中止となっておりましたが、今年度は開催することができました。1年生の頃から比べると、一人一人心身ともに大きく成長しており、とても力強い泳ぎをしていました。夏の時期を終えて、種をつけ始めました。夏季休業中に友達と頑張りを認めてくれた姿も大変立派でした。学校でも、今日は5個もとれた。

文化発表会

合唱コンクールに向けて

光が丘第一中学校 校長 山谷 安雄

葛藤や協力や喜びや感情の衝突が当然あります。最終的に子ども達は、成人し独立して一人生きていかなければなりません。親ががんばるべき時、自分で決すべき時バランス感覚が大事です。ある意味で、中途半端がベターな時がけっこうあります。年長者としてアドバイスをしてほしいところがあります。

移動教室への想い

光が丘春の風小学校 校長 内木 勉

11月2日までは5年生が初めての2泊3日です。岩井移動教室に行くかです。私自身、練馬生れの練馬育ち。練馬区の小学校を卒業していまは、私が小学5年生の時日光へ。6年生で下田自然の家に行っています。練馬区の記録を調べてみると、昭和50年に下田自然の家、軽井沢高原寮(現在の軽井沢自然の家)から10分程度の場所です。今は公園になっています。昭和62年から下田・岩井・武石・軽井沢の海方面2つ、山方面2つの計4施設で行ってきました。残念ながら施設の老朽化など

親しめるように工夫しました。算数少人数担当 小田島和樹

【科学クラブ】
 科学クラブでは、子供たちが「やってみよう」「試してみよう」と思ったことを実践したり作ったりしています。1学期にはスライムやバスボム、石鹸を作ったり、2学期にはスーパーストーンを作りました。上手に作るために水の量や混ぜる回数を変えたり、自分で考えて試すことを繰り返しています。

また、異学年で組んだ班の人たちと協力して行うことを学んでいます。…

担当 新根裕美 福田拓己

【図書委員会】
 図書委員会は、毎月・火・木曜日の昼休みに本の貸し出しや返却の手続きをしたり、本棚の整理をしたりといった活動をして、皆が気持ちよく図書室を利用できるようにしています。さらに、6月と11月

光が丘

秋の読書週間 10月14日~10月28日

【秋の読書週間】
 10月14日~10月28日
 夏の終わりを告げる音が聞こえてきました。いよいよ読書の秋がやってきます。今年度は光が丘図書館の方々が応援して、読書週間を開催しました。親子で読書を楽しむ機会をもちたいか、かでしょうか。親子で

文化発表会

合唱コンクールに向けて

光が丘第一中学校 校長 山谷 安雄

…あるコラムを読んでいた時に、ある子育ての一言アドバイスに「中途半端に耐えられる人間に育てましょう。」という言葉がありました。さらに(人間関係では中途半端なことの方が多いので、親が多めの場面で援助してしまうことがあります。そして、親にかばってもらう育った多くの子が、ちよつとしたことで挫折しています。親がかばってやれる期間は、意

移動教室への想い

光が丘春の風小学校 校長 内木 勉

いよいよ10月。秋は「移動教室の秋」です。19日から22日まで泊りの秋、食欲の秋は、のぞみ学級が3年ぶりに2泊3日の岩井宿泊学習へ。30日から

4年ぶりの地区祭は晴天

第39回 光が丘地区祭 10月8・9日に開催
待ち遠しかった「お祭」が実現 地方物産店に長蛇の列



光が丘第二中学校の作品



翻る横断幕



光が丘第一中学校の作品



あたたかさ人気の手芸作品



久しぶりの出店が嬉しい



ふれあいの径で踊るよさこい鳴子光丘

【出展団体】

光丘高等学校
田柄高等学校 華道部
光が丘第一中学校
光が丘第二中学校
光が丘第三中学校
光が丘四季の香小学校
光が丘夏の雲小学校
光が丘夏の雲小学校
光が丘秋の陽小学校
アオインターナショナル

【茶席】

光丘高等学校 茶道部
田柄高等学校 茶道部

【出演団体】

田柄高等学校 和太鼓部
光丘高等学校 吹奏楽部
光が丘四季の香小学校
光が丘春の風小学校 アンサンブルクラブ
光が丘春の風小学校 ダンスクラブ
光が丘夏の雲小学校 ひまわり金管バンド
光が丘夏の雲小学校 教員バンド
光が丘第一中学校 吹奏楽部
光が丘第二中学校 吹奏楽部
光が丘第二中学校 英語部
光が丘第三中学校 吹奏楽部
アオバ光が丘キャンパス 小学部
アオバ光が丘キャンパス 中学部
光が丘なかよし児童館 K-POP
光が丘なかよし児童館 カラマ・ヒラ
光が丘管弦楽団
練馬和漢朗詠会
コーロ・ルーチェ
チャイハナ光が丘/コールタンポポ
だいこん連
あかねの会音楽クラブ
青虎会
amuser (アミュゼ)

光が丘合唱団

光が丘の笛音楽隊 Flauto dolce
カナニマウロアフラスタジオ
手話サークル練馬こぶし会コーラス隊
ノロゲンゲ
SSC光が丘キッズチアダンス
SSC光が丘チアダンスチーム Luna
Luna angels
SSC光が丘hula「Kupulau」
手話人
Ka Hula O Laule'a
わ音
Sugar Glory ミルキー&キャンディ
レインボースターズ
スタジオブアイリマ
Sugar Glory サタデー&シャイニー
HULA スタジオ ナプア
カントリーラインダンス光が丘
新日本婦人の会光が丘21班オカリナサークル こもれび
カレイオナーラニフラハラウ ミヤフラスタジオ
Joyful Gospel Company
フラメンコ スタジオ イリス 鴨下和美フラメンコ教室
よさこい 響
よさこい 鳴子光丘

【出店】

岩手県柴波町ふるさと会
山形県鶴岡市
山梨県石和つくし支援会
福島県南相馬市
福島県塙町
長野県大町市
群馬県沼田市
モザンビーク支援会
ケニア&トリニダードパコ支援の会
秋桜
大根の会
遠藤養蜂園
あかねの会
みんなの家
練馬明るい社会づくりの会
コバヤシ
PLAY TANK
ガーデンチャチャ

ヨシツカ
ボーイスカウト練馬第9団
ボーイスカウト練馬第13団
J.COM東京
ホテルカデンツァ東京
練馬区社会福祉協議会
東京ガスライフバル
光が丘消防署
光が丘ライオンズクラブ
赤十字血液センター

主催/光が丘地区祭実行委員会 後援/練馬区 東京都東部公園緑地事務所 協賛/J.COM東京(株) 東京ガスライフバルTAKEUCHI(株)
協力/(株)新都市ライフ 東京都公園協会光が丘公園サービスセンター 光が丘地区連合協議会

65歳以上の敬老者 本紙関係分では32,589人

令和4年1月1日現在

光が丘								春日町							
年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	5丁目	6丁目	合計	年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	5丁目	6丁目	合計
65~69	192	424	709	250	90	446	2111	65~69	189	200	222	203	217	170	1201
70~74	329	577	818	435	125	531	2815	70~74	213	231	230	259	223	182	1338
75~79	260	379	469	276	95	322	1801	75~79	156	201	169	235	157	119	1037
80~84	211	304	354	219	72	234	1394	80~84	129	193	149	239	152	132	994
85~89	118	184	274	118	41	146	881	85~89	107	156	110	156	141	106	776
90~	40	72	132	60	24	65	393	90~	68	66	92	91	77	48	442
計	1150	1940	2756	1358	447	1744	9395	計	862	1047	972	1183	967	757	5788

高松								田柄							
年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	5丁目	6丁目	合計	年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	5丁目	合計	
65~69	110	92	134	128	85	102	651	65~69	209	329	199	290	153	1180	
70~74	130	93	133	156	85	142	739	70~74	286	348	211	306	153	1304	
75~79	99	83	83	136	67	102	570	75~79	207	292	184	238	107	1028	
80~84	73	89	87	141	47	91	528	80~84	197	241	179	222	120	959	
85~89	60	82	63	86	36	54	381	85~89	157	183	137	192	72	741	
90~	44	58	39	40	9	35	225	90~	62	121	56	101	44	384	
計	516	497	539	687	329	526	3094	計	1118	1514	966	1349	649	5596	

谷原								土支田							
年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	5丁目	6丁目	合計	年齢	1丁目	2丁目	3丁目	4丁目	合計		
65~69	75	73	75	72	114	109	518	65~69	131	103	158	135	527		
70~74	70	86	108	71	164	145	644	70~74	159	158	190	201	708		
75~79	42	68	74	72	109	87	452	75~79	130	141	199	181	651		
80~84	36	68	65	81	105	98	453	80~84	117	125	199	183	624		
85~89	32	48	57	40	69	76	322	85~89	87	84	111	111	393		
90~	14	31	26	43	40	35	189	90~	50	50	68	55	223		
計	269	374	405	379	601	550	2578	計	674	661	925	866	3126		

旭町				
年齢	1丁目	2丁目	3丁目	合計
65~69	188	208	197	593
70~74	257	226	228	711
75~79	193	208	149	550
80~84	219	199	93	511
85~89	133	175	86	394
90~	53	136	64	253
計	1043	1152	817	3012

訂正

10月5日(828)号掲載分を訂正致します。65歳以上の各町の人数は次の通りです。

光が丘9395人 春日町5788人 高松3094人 田柄5596人 谷原2578人 土支田3126人 旭町3012人



左3人目から 前川耀男 練馬区長、吉新通康 会長兼理事長、光定 誠 病院長

練馬光が丘病院が開院

10月11日の開業に向けて、同月1日、正門前で開院セレモニーが開催された。同病院は入院機能を備えた歯科口腔外科や、光が丘地区初の回復期リハビリテーション病棟を新設。さらに免震装置の設置やコジェネレーションシステムも導入された。



使用後の鍋の手入れも



千人鍋で豚汁を調理する

3年ぶりのフェスタが盛況

9月30日から10月2日まで光が丘公園芝生広場で3年ぶりにロハスフェスタが開かれ、出店350やワンちゃんも楽しめるドッグエリアが登場して、ペット連れのファミリーたちも大勢集い、炎天下にもかかわらず笑顔いっぱい3日間となった。10月2日の10時30分から光が丘地区連合協議会(会長 高橋司郎)の千人鍋で豚汁の炊き出しが行われた。薪は公園から集めた枯れ枝で有志たちが早朝から大活躍した。豚汁は1杯200円(リユース食器使用の場合は300円)

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

長寿を祝う
ゆり北自治会

……今年も飲食を伴う「長寿を祝う集い」は見送ることを、自治会役員会で決定しました。3年連続で開催できなくて、今年は8月アンケートを実施し、対象者を確認して70歳以上の方の世帯によしやの商品券を記念品として配布させて頂きま

……今年も飲食を伴う「長寿を祝う集い」は見送ることを、自治会役員会で決定しました。3年連続で開催できなくて、今年は8月アンケートを実施し、対象者を確認して70歳以上の方の世帯によしやの商品券を記念品として配布させて頂きま

アンケートはプライベートな年月日の記載が必要で、躊躇され提出されない方もいらっしゃる様に見受けられますが、「長寿を祝う集い」関連以外では使用しませんので、もし、だし忘れの方がいらしたら、お近くの自治会の号棟担当者まで、提出お願いします。

小児科・内科
アレルギー科

発達外来/QRコードから予約を

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

木・日曜・祝日休診

飯島医院

光が丘7-3-6 大通り南 TEL3976-6087

一般歯科・小児歯科
入れ歯・噛み合わせ・顎関節症

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

つつじ皮膚科
婦人科クリニック

Tel 3970-7760
HP <http://www.tsutsuji-h.com>

令和4年10月より
婦人科も開院します

練馬春日町駅 A1出口徒歩2分
春日町3-31-17
ラフィナーズ春日町2F
☎4台あり

整理品・処分前、ご連絡ください!

出張買い取り致します!

引っ越し・遺品整理
ギフト品・収集品・美術品・骨董品
☎0120-09-8468
お見積り無料! 慶宝堂 成増5-1-2

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

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・金 8:30~12:30 15:00~19:00
土曜日 8:30~12:30
休診 土曜午後・木曜・日曜・祝日

各種検査
健診
予防接種

☎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

Heart Clinic 練馬春日町

◆日曜日診療あり 内科(循環器・消化器・呼吸器) 看護師募集

	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00~18:30	●	●	●	●	●	●	●
18:30~20:00 (予約外来)	●	●	●	●	●	●	●

◆一般診療 ◆在宅医療(往診)
◆産業医療 ◆健診・ドック

練馬春日町駅A3出口徒歩2分
春日町5-33-30 ☎5971-8550 駐車場あり

サービス付き高齢者向け住宅

はーとびれっじ 豊島園

<http://heart-village.info/>

◆すべての入居者が、心穏やかに年を重ね(老いを享受し)、生活を営むことの支援をします
◆地域包括支援センターなどと連携をとり、地域と一体となって福祉の増進に努めます
◆近隣の訪問看護、介護、デイケア施設などと連携し、入居者の健康増進、生活支援サポート
◆近隣の医療機関と連携し、入居者の健康の保持、増進を支援します

練馬4-14-7 ☎6914-8528 080-5924-4195 メール/heart-village@nextheart.co.jp

よさこい 鳴子光丘

踊り子募集

入会金 不要 月会費 2,000円 練習 月2~4回

練習場所 光が丘第一中学校 または 旭町南地区区民館
旭町1-15-10 鳴子光丘 代表 高橋昌和 ☎070-6643-5636

TSUKEMEN CONCERT the BEST
 ~Road to 15th Anniversary~

2022年11月9日(水) 開場 18:00 開演 19:00
 チケット/一般販売 8月22日(月) 10:00~ 全席指定 6,000円 *未就学児入場不可
 チケットぴあ WEB <https://w.pia.jp/t/tsukemen-15th/> セブンイレブンPコード:222-684

福間 洸太郎 ピアノリサイタル
 スクリャービンVSラフマニノフ ~輝きを求めて~

2022年12月11日(日) 開場 13:00 開演 14:00
 チケット/一般販売 9月20日(火) 10:00~ 全席指定 4,000円 *未就学児入場不可
 チケットぴあ WEB <https://w.pia.jp/t/fukumakotaro/> セブンイレブンPコード:225-675
 ©T.Shimmura ※新型コロナウイルス感染防止のため、公演時間の変更や入場人員を制限する場合がございます。詳細はお問合せまたはHPをご確認ください。

IMA HALL 株式会社 新都市ライブホールディングス
 光が丘5-1-1 IMA 中央館4階
 TEL.03-3976-2000 (平日 9:30~17:00)

街に彩りを。

カーテン、カーペット、リフォーム
 インテリア全般
 何といたっても近くは便利で安心

輸入品
 一流品を
 割安に提供

Mottoー
 より良い品を扱い 良い仕事をする

地元開業39年の本格インテリア専門店
 建設業内装仕上工事業 般29第87558号

リビング **かえで**
 インテリア
 田柄2-19-29 ☎3977-5131
 Mail kaedenet21929@gmail.com

— やちむん 琉球ガラス —
 うつわ屋
よんなーよんなー
 やちむんとは、
 沖縄で作られている焼物。

営業時間 平日/11時~18時
 土・日・祝日/10時~18時
 定休日 火曜日、他に臨時休業あり
 田柄4-20-30 ☎070-8966-3811

つれ連れ草 -682-

ナマハゲをご存じでしょうか。秋田県の伝統行事です。鬼のお面をかぶったナマハゲの「泣ぐ子はいねがー」の声に、小さな子どもが号泣しているニュースを見たことがある方もいらっしゃるでしょう。

「ナマハゲは子どもが大人になるために大切なもの」を表現している、思想家の内田樹(うちだ たつる)氏は言います。一体どういうことでしょうか。

「家の中には中のやり方があります。挨拶、家の中と家の外で、食事、掃除など、十の家庭があれば十通りあります。」

「ナマハゲ」への振る舞い
 高松小学校校長 小貫 義智

そして、家の外には、ある程度共通したやり方があります。それが「常識」です。例えば、出勤したら挨拶を交わす、社外の相手には丁寧語を使う、ゴミはゴミ箱に捨てる、などです。

「家の中と家の外で、食事、掃除など、十の家庭があれば十通りあります。」

「泣ぐ子はいねがー」の仕事をすると述べます。親の仕事とは、ひとりで決まることが多く、決まらなければいけない外の世界に、親は「外の世界」に、恐れ、おびえたり、あるいは敬意をもって接したりするの、適切な振る舞いになります。「泣ぐ子はいねがー」と呼ぶのは「泣く子はいねがー」とか「来るのが遅い」とか「やることやらたらさつさと帰れ」のような「なめた」態度を取ったら、子どももナマハゲを恐れず、親と同じような態度をとるようになるでしょう。つまり、子どもは「家の中でも外でも、同じように振る舞って構わない」という、間違いない学習をしなければなりません。

本来、学校とはナマハゲと同一の機能を果たすものだ、と内田氏は書き、次のように続けます。

昭和45年生まれ 東京都葛飾区出身 東

**PauPayを
 利用したキャンペーンを**

練馬区は、物価上昇の影響を受けた区民・事業者支援の一環として11月1日からキャッシュレス決済ポイント還元事業を実施する。キャンペーン期間中「PayPay」を使用

練馬区は、物価上昇の影響を受けた区民・事業者支援の一環として11月1日からキャッシュレス決済ポイント還元事業を実施する。キャンペーン期間中「PayPay」を使用

対象店舗は、PayPayを導入している区内中小企業の店舗約5000店舗。対象店舗にはキャンペーンのチラシが掲出されている。ポイントは、対象店舗で決済した翌日から起算して30日後に付与される。

今年度は、期間を1か月延長して11月1日から12月31日までの2か月間実施し、区内消費の拡大につなげていく。

キャンペーン中は、決済1回あたり上限3000円相当の、期間中の合計上限1万円相当のPayPayポイントが付与される。

対象店舗は、PayPayを導入している区内中小企業の店舗約5000店舗。対象店舗にはキャンペーンのチラシが掲出されている。ポイントは、対象店舗で決済した翌日から起算して30日後に付与される。

練馬区
 練馬区内のお店を応援しよう!最大20%戻ってくるキャンペーン!
 今年度2か月間実施!
 当店でPayPayでお支払いすると
PayPayポイント 最大 20% 戻ってくる
 付与上限 3,000ポイント 回 10,000ポイント/回
 2か月間実施!
 キャンペーン期間:2022年11月1日・12月31日まで

安心料金でプロの指導を
 小中高 個別指導
 授業料 11,400円/月~
 良い所をほめて1人1丁寧に教えます。
 オール5を取り続けた塾長の【長瀬塾オール5】
 田柄5(警察署前)お気軽に無料体験学習をどうぞ☆

イマコレ。イマメシ。イマドキ。
 Open Your IMA Life.

おいしい今と家族といっしょに。
 贈りものと選ぶ時間と。シワワセ。
 ひと足先に。新しい色に着替えてい。

LIVIN 1F/9:00~23:00 2F-6F/9:00~21:00
AEON B1F-1F/9:00~23:00 2F-3F/9:00~21:00
 ※一部店舗を除く ※営業時間は変更となる場合がございます。