

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

2016年成人式
着付予約承り中

ワイズヘア
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

防災フェスタに近隣住民が参加

9月13日、防災フェスタが光が丘第一中学校と防災学習センターで開催された。幸い天候に恵まれ、幼児から高齢者たちが多数参加。主催は練馬区。10時の開会式では前川練馬区長が「防災は、区長に就任後1年半、常に考えております。万が一と思っていたところ、昨日早朝、東京で震度5の地震が発生しました。これが、大規模災害の1000分の1だと聞き大変驚きました」と述べた後、残る区内の小・中学校へ、視察に向かった。

防災体験は次の通り
【体験コーナー】
▽警察犬による服従訓練・警戒制圧訓練・救助救出訓練の展示▽訓練用消火器を使った初期消火訓練▽煙ハウスでの煙体験(火災発生時の避難方法体験)▽AEDを使った応急救護訓練▽ちびっこレスキュー訓練 ロープをつたって空中移動▽起震車体験 震度7までの揺れを体験
【車両展示コーナー】
車面展示は11種予定していたが台風18号などの災害対応のため自衛隊2種は不参加した。
▽練馬区 安全・安心パトロールカー▽東京都水道局 給水車▽警視庁 パトカー・白バイ▽光が丘消防団
可搬ポンプ積載車▽消防庁 フロア車 特殊災害対策車 はしご車 長野県上田市 給水車 はしご車搭乗体験は3歳以上対象、30組限定。
【出店ブース】
▽自衛隊▽東京都水道局▽練馬・光が丘・石神井警察署▽練馬・光が丘・石神井消防署



レスキュー体験をする勇気ある少年



前川練馬区長



直火に向けての消火器訓練



煙体験の順番を待つ参加者たち

【地震が起きたら】
▽使っている機器のスイッチを切ってプラグを抜く グラツと

【地震にそなえて】
▽テレビや冷蔵庫は倒れない工夫を 大型電気機器は置く場所に注意し、固定器具などで倒れない工夫を。また、水槽や花瓶などは水がこぼれて電気機器やプラグにかかると、発火するおそれがある

電気・水道の知識

【地震にそなえて】
▽テレビや冷蔵庫は倒れない工夫を 大型電気機器は置く場所に注意し、固定器具などで倒れない工夫を。また、水槽や花瓶などは水がこぼれて電気機器やプラグにかかると、発火するおそれがある
▽分電盤の位置 脱衣所・玄関・キッチンなどさまさま、いざという時に操作ができるよう、日頃から分電盤の位置を確認しておく。
【地震が起きたら】
▽使っている機器のスイッチを切ってプラグを抜く グラツと
きたら使用中の電気機器、とくにアイロン・ドライヤー・トースターなど熱機器は、火災の原因となるため、スイッチを切り、プラグをコンセントから抜く。
▽避難するときはブレーカーを切って 電気の消し忘れによる事故を防ぐために、必ず分電盤のブレーカーを切る。
▽災害時、エレベーターには乗らないで 停電になると、中に閉じこめられるおそれがある
◇切れた電線には絶対にさわらない 切れて垂れ下がった電線には、絶対にさわらない。電線に樹木や看板、アンテナなどが接触している場合も危険。見つけたときは、すぐに東京電力へ連絡を。
2面に関連記事

<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

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	

「上手な水の使い方」
私たちの生活には水が欠かせない。日常使用している水は、限りある貴重な資源。節水は気づいたその時、すぐに行う。今から節水を始めてみよう。
▽歯磨き コップに水を入れて磨くと約5分の節約▽洗面・手洗い 1分間流しっぱなしをやめると約12分の節約▽食器洗い 5分間流しっぱなしをやめると約36分の節約
◇家庭での水の使い方方 どこで水が多く使われているか知るとより効率的に節水ができる
①風呂40% ②トイレ22% ③炊事17% ④洗濯15% ⑤洗面・その他6%

鶴見歯科
光が丘5-5-6 ☎3976-7788

キッズスクール募集中!

スイミング

NAS独自のスイムカリキュラムで成長に合わせた水との楽しみ方を伝えます。
対象 3歳~ 幼児・小中学生
もぐれなくても大丈夫!!

テニス

ラケットのにぎり方からレッスンします
ゲームを楽しみながら、自然と運動神経の向上や、友達を大切にする心を身につけます。
対象 5歳~幼児・小・中学生

チアダンス

表現する力、チャレンジする勇氣、思いやりのココロをもったチアリーダーを目指します。
対象 小学1年~6年生

ダンス

リズム感やバランス感覚、明るく元気な表現力を養います。
対象 3歳~小・中学生
HIPHOP
カッコよく踊ることがポイント!!
対象 5歳~小・中学生

まずはお試し体験料1,000円 (消費税別) おひとり様1回限り

秋から始めよう 体験クラス受付中! 今すぐお電話

スポーツクラブNAS光が丘 IMA中央館5階 TEL 3976-2811 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

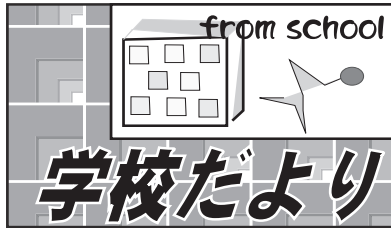
【光丘高】
◇二十四日(木) 文
化祭閉会式◇二十五日
開週

高校

(金) 振替休日
【練馬高】
◇二十八日(月) 授業公
開週
十月三日(土) 授業公
開週
【田柄高】
◇二十四日(木) 模
擬面接週間

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導



【光が丘第一中】
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇十
月二日(金) 生徒会役
員選挙
【光が丘第二中】
◇二十五日(金) 二
年校外学習◇二十九日
年校外学習◇二十九日

中学校

(火) 区連合陸上競技
大会
【光が丘第三中】
◇二十五日(金) 避
難訓練◇二十九日(火)
区連合陸上競技大会◇
三十日(水) 生徒会役
員選挙
【光が丘第四中】
◇二十四日(木) 避
難訓練◇二十六日(土)
会

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

【光が丘四季の香小】
◇二十五日(金) 五
年移動教室前健診。お
誕生日給食。委員会活
動◇二十八日(月) 三
十日(水) 五年武石
移動教室◇十月二日
(金) 安全指導。クラ

【光が丘夏の雲小】
◇二十四日(木) 三
年歯磨き指導◇二十五
日(金) クラブ活動。
五年移動教室前健診。
運動会

【光が丘秋の陽小】
◇十月三日(土) 運
動会
【田柄第二小】
◇二十八日(月) 委
員会活動◇十月三日
(土) 運動会
【練馬小】
◇十月三日(土) 運
動会

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

小学校

【光が丘春の風小】
◇二十六日(土) 運
動会◇二十八日(月) 運
動教室◇十月二日(金)
委員会活動
【光が丘秋の陽小】
◇十月三日(土) 運
動会
【田柄第二小】
◇二十八日(月) 委
員会活動◇十月三日
(土) 運動会
【練馬小】
◇十月三日(土) 運
動会

【赤塚新町小】
◇十月三日(土) 運
動会
【田柄小】
◇十月三日(土) 運
動会
【高松小】
◇十月三日(土) 運
動会
【北原小】
◇十月三日(土) 運
動会
【豊楽小】
◇十月三日(土) 運
動会

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

教育

【光が丘四季の香小】
◇二十五日(金) 五
年移動教室前健診。お
誕生日給食。委員会活
動◇二十八日(月) 三
十日(水) 五年武石
移動教室◇十月二日
(金) 安全指導。クラ

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導

◇二十四日(木) 模
擬面接週間
◇二十五日(金) 振替休
日◇二十八日(月) 飛
翔祭閉会式◇十月二日
(金) 八日(木) 模
擬面接週間
◇二十九日(火) 区
連合陸上競技大会◇
三十日(水) 水泳指導



平成27年秋の全国交通安全運動
が9月21日から30日までメインスロ
ーガン「やさしさが はしるこの街
この道路」をかかげ練馬区では9月
16日、光が丘IMAホールで交通安
全区民のつどいを開催した。

第一部式典は、主催
である練馬区、光が丘
警察署、同交通安全協
会の挨拶と警視庁交通
部幹部など来賓の紹
介。
第二部では交通安全
教室が交通総務課交通
安全指導係による
人形を使つての演技。
第三部は、歌手「小
金沢昇司」さんの歌謡
ショーが行われた。
参加者は年配者が多
く、交通安全教
室では、母さん
助けてサギや、
横断禁止場所
の横断の中止な
どを根気よく説
明した。
都内の昨年年
齢別交通死亡者
数は65歳以上の
歩行者が約40%



「世界一安全な街へ」

グローバルチャイルド プレスクール特集

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日迄この広告持参の方

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。

子供たちへの語学教育は、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きます。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

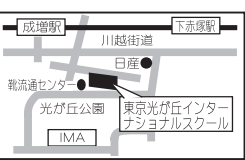
東京光が丘インターナショナルプレスクール

TEL 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>



プレスクールの所在地

虹のかなたの子供たちの夢の現実をサポートします!

英語の幼稚園



急速に国際化する世界で子供たちが活躍できるようになるためにクオリティの高い英語教育を提供します

見学会・説明会受付中

Kindergarten 9:30～14:30

K1...3歳～4歳 K2...4歳～5歳 K3...5歳～6歳

Preschool (週1より選択) 10:00～14:00

1歳8ヶ月～3歳

延長保育・アフタースクールコース・土曜コースあり

Belgrave International Kindergarten&Preschool

ベルグレイヴ・インターナショナル・キンダーガートン&プレスクール

光が丘スクール アコレ光が丘東通り店 <http://www.belgrave.co.jp/>

フリーダイヤル 0120-8849-99 携帯の方は 03-5999-8849

私立幼稚園特集
(第1部)

幼稚園および園長 (五十音順)					住 所	電話番号	募集人員	通園	給食	教 育 方 針
北町 カトリック 園長 橋爪 千尋	練馬区北町三一 十六ー一	(3931) 一六六一	三歳児 四歳児 五歳児 計六〇	徒歩	なし	いろいろな経験を通し集団の中で一人一人が自分らしさを出せるよう見守り手助けをする				
高松 園長 高橋 系治	練馬区高松六一 十六ー二十八	(3996) 八二〇一	三歳児 四歳児 五歳児 八〇 若干	徒歩	なし	豊かな心と健康の体を育てる 思いやりとやる気 考える心 感じる心 我まんする心				
田柄 園長 重田 三夫	練馬区田柄二一 十七ー二十七	(3930) 四四〇六	三歳児 四歳児 五歳児 一一〇 若干	バス 徒歩	月 水 金	幼児期に「三つの大切なもの」を育てる。①命の大切さ②心の大切さ③体の大切さ				
練馬 園長 安蔵 誠市	練馬区高松一 十一ー五	(3999) 四〇一〇	三歳児 四歳児 五歳児 一五〇 若干	バス	月 金 土 日 祝	自分で考えて行動する子 思いやりのある子 進んでなんでもする子 やりぬける子				
みやこ 園長 大川 暢子	板橋区成増一 五ー七	(3975) 五三六九	三歳児 四歳児 五歳児 三五 一〇	バス	月 火	自由奔放な生活の中に規律ある生活習慣を身につける 丈夫な体 思いやり 忍耐力				

◆ 光が丘周辺（本紙関係分）の3歳児から5歳児までの人口を、平成27年……◆
 ◆ 1月1日現在で調査したところ、1番多いのは、田柄894（男432）……◆
 ◆ 女462）昨年比41人（男40 女1）減少 2番は光が丘621（男3……◆
 ◆ 03 女318）同27人（男3 女30）増加 3番、高松554（男2……◆
 ◆ 79 女275）同25人（男10 女15）減少 4番、春日町514（男……◆
 ◆ 255 女259）同1人（男2 女マイナス3）減少 北町514（男……◆
 ◆ 265 女249）同78人（男58 女20）増加 6番、谷原424（男……◆
 ◆ 214 女210）同23人（男8 女15）減少 7番、土支田406（男……◆
 ◆ 192 女214）同17人（男2 女15）増加 8番、旭町267（男……◆
 ◆ 154 女113）同1人（男12 女マイナス13）減少 合計4194（男……◆
 ◆ 2094 女2100）で前年比31人増加となった。……◆

園児の保護者に補助金

練馬区では、幼稚園等に通園させている保護者に対して、保護者の負担軽減と教育の振興を目的として補助金を交付している。なお補助金額は平成27年度の実績による。

【入園児保護者補助金】

申請年度に入園した満3歳以上の園児の保護者全員に、園児一人年額4万円が交付される。但し、入園料が4万円未満の場合は、その金額が補助される。

【就園奨励費補助金】

□生活保護世帯（生活保護を受給している方）については「生活保護受給証明書」の提出が必要

◇兄・姉が幼稚園児の場合 第1子目≧30万8000円

◇兄・姉に小学一、三年生がいる場合 第2子目≧30万8000円

□特別区民税非課税世帯および所得割課税額非課税世帯

◇兄・姉が幼稚園児の場合 第1子目≧19万9200円

◇兄・姉に小学一、三年生がいる場合 第2子目≧25万3000円

□特別区民税所得割課税額7万7100円以下の世帯

◇兄・姉が幼稚園児の場合 第1子目≧11万5200円

◇兄・姉に小学一、三年生がいる場合 第2子目≧21万1000円

□特別区民税所得割課税額21万1200円以下の世帯

◇兄・姉が幼稚園児の場合 第1子目≧6万2200円

◇兄・姉に小学一、三年生がいる場合 第2子目≧18万5000円

□前記以外の世帯

◇兄・姉に小学一、三年生がいる場合 第2子目≧15万4000円

※特別区民税所得割額が21万1201円以上は対象とならない。

※所得割課税額は、夫婦片働きで16歳未満の子どもが2人の場合、19歳未満の扶養親

住民税額（特別区民税所得割額）による補助金の違いはないが、申請者へ定額で支給される。ただし、特別区民税所得割額により、東京都と練馬区の補助の割合が異なる。

▽保育料が月額1万9200円未満▽保育料月額から8000円を減じた額

▽同1万9200円以上≧1万1200円

※補助金は保育料を上限。就園奨励費補助金を優先して支払うため、保護者負担軽減費補助金は満額支払われないことがある。

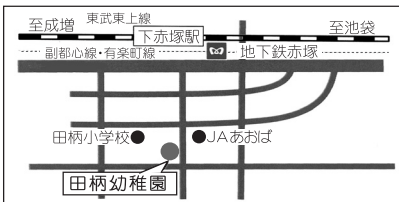
●詳しくは各幼稚園にお問い合わせを。

族の人数によつて基準額は変更になる。

【保護者負担軽減費補助金】

『子供は 何ものにもかえがたい 宝である』

正しい子 (知性の育成)
美しい子 (情操の陶冶)
つよい子 (意志の形成)
明るい子 (心身の健康)



◇通園バス運行、給食、預かり保育を実施しています。



昭和34年創立
東京都公認

田柄幼稚園

☎179-0073 練馬区田柄2-17-27 ☎3930-4406
ホームページ <http://tagara-yochien.com>

自分で考えて行動する子
思いやりのある子
進んでなんでもする子
やりぬける子

を目標に、大規模園の利を生かし集団での関わりの中から人間関係の基礎を構築することを大切にしております。

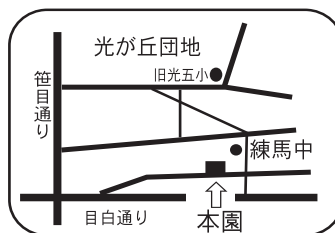


学校法人
安蔵学園

練馬幼稚園

高松1-10-5 ☎3999-4010 <http://www.nerimakinder.com>

バス送迎あり



各幼稚園の所在地



「花を育て動物をかわいがる人は心のやさしい人になります」
をモットーに生活指導としつけの教育を主に行っています。

豊かな環境 広い園舎園庭 グランド 体育館
動植物の飼育栽培と植樹
手作り文化研究所併設
徒歩通園 ◎預かり保育あり

幼稚園教諭・保育士・介護福祉士養成 道灌山学園保育福祉専門学校

付属 **高松幼稚園**

学校法人道灌山学園経営
理事長 高橋 系一

☎179-0075 練馬区高松6-16-28 ☎3996-8101 (駐車場有り)
<http://www.diana.dti.ne.jp/~keizou/>

3歳から5歳児の人口 4,194

本紙関係分

- | | |
|------------|------------|
| ① 田 柄 894人 | ⑤ 北 町 514人 |
| ② 光が丘 621人 | ⑥ 谷 原 424人 |
| ③ 高 松 554人 | ⑦ 土支田 406人 |
| ④ 春日町 514人 | ⑧ 旭 町 267人 |

教育方針

丈夫なからだやさしい心を育てる
自由の中に規律ある生活習慣を身につける
物事を最後までやり通す忍耐力を養う

保育の特徴

音楽教育、言語教育に特に力を入れ
幼児期にしっかりとしたリズム感を身
につけ、正しく話す、聞く力を育てる

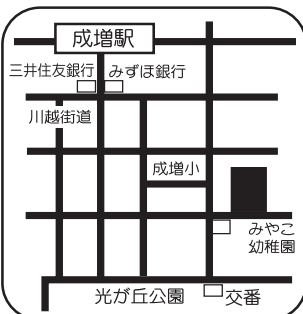
東京都公認



学校法人成増学園

みやこ幼稚園

☎175-0094 板橋区成増1-5-7 ☎3975-5369



命の大切さを感じ 共に生きる

一人ひとりの大きな力(可能性)が
自ら発揮できるように
一人ひとりを大切にし 認めあい 受け入れあい
お互いの関わり合いを大切にしています。
◎預かり保育あり

学校法人 つくし野学園
東京都公認 **北町カトリック幼稚園**

☎179-0081 練馬区北町3-16-1 ☎3931-1661
<http://www6.ocn.ne.jp/~kitakato/>

勤労福祉会館の講座

▽元気はつらつ生
活講座『上手なデ
ザイン活用術』
10月6日(火) 13時
30分～15時30分
定員 30名 費用 無
料

▽知って役立つ
『なるの労働法』
10月11日(日) 14時
16分～15時50分
定員 30名 費用 無
料

▽勤労福祉会館
10月11日(日) 14時
16分～15時50分
定員 30名 費用 無
料

▽職業能力開発講
座『マイナバーと
税金』10月17日
(土) 14時～16時
(月) 10時～12時
30分 定員 30名 費
用 無料

▽高年齢に必要な
力測定 10月26日
(月) 10時～12時
30分 定員 30名 費
用 無料

▽各講座とも申込み
順に受付

▽講座内容の問い合
わせ、申込みは、勤
労福祉会館(東大泉
5-140-136 ☎3
923) 5511

健康長寿はつらつまっぴり

10月7日(水) 9時30
分から16時まで光が丘
民センター(光が丘2-
916) 2・3階で、運
動・口・認知機能の低
下予防、栄養に関する講
座・展示、体操や健康
スポーツなどの体験がで
きるイベントを行う。当
日会場受付があるが、体
組成測定は整理券が必
要。配布時間は9時30分
と13時から、各30名。

▽新しい健康スポ
ーツ吹矢 9時30分
12時 円形の的をのめ
て息を使って矢を放つ。
性別・年齢を問わずい
つからでも楽しく始め
られる『手のひら健康ハ
レ

▽若さを保つ栄養
日何を食べるか悩んで
いる方に、若さと元氣の
素をつくる食事バラン
スエッセンスの進呈

▽光が丘高齢者セ
ンター 高齢者センター
で行っている事業の紹
介、高齢者センターに
登録しているサークル
の紹介。光が丘地域の
情報も

▽いきがいデイサ
ービス 週に1度集まり
いろいろな活動をして
いる成果を紹介。色紙
を作るフラワーづくり
体験

▽認知症を防ぐた
めに 今日からできるこ
と 認知症予防のため
に脳を鍛えるゲームも
紹介。口の周りの筋
肉を鍛えるゲームも

▽公開講座プログラ
ム 9時35分～9時55
分

▽ナンバードレ
イス 練習馬区健康い
いきき体験

▽体組成測定 2階
集会所 筋肉、体脂肪
や骨量など体を構成す
る組織の量を測定でき
る。測定方法は、機器
にのって数秒待つだけ
で簡単。但し、ペース
メーカー使用の方は
測定できない。整理券
を9時30分と12時45
分から配布。定員 各
30名

▽歯つむぎライ
フ 噛むことは健康と
大きな関係がある。し
つかりかんで食べる
ためのポイントの紹
介。口の周りの筋
肉を鍛えるゲームも

▽公開講座プログラ
ム 9時35分～9時55
分

センター 光が丘高
齢者センター ☎(5997)
7717

こすもす

こすもすが可愛い スラリと背高で
皆とたわむれている やがて大きな輪
それぞれが自由を叫ぶと 乱れる
嵐のようだ

次からは 小さな輪を数多にして
遠くから 眺めたい



春風小・光二中で防災体験

10月25日(日) 10
時40分より13時30
分、第7回光が丘春
の風小と光二中で避
難拠点防災体験会が
開かれ、参加者には
おみやげが配布され
る。

当日は、AEDな
どの救命講習体験、
防災クイズなども行
われる避難所体験、
仮設トイレ、簡易ト
イレ、ろ過器での水
回り体験、消火訓練
バーナー着火などの
災害時体験がそれぞ
れコーナーに仕切ら
れ分りやすくなっ
ている。

併せて、防災ハヤ
シライスの試食など
もある。

運営連絡会 問合
せ ☎(3977) 5
517

かもめくる当選番号

平成27年夏のおた
より郵便はがき(か
もめくる)当選番号
▽A賞 現金5万 793
円 下5ケタ 29
338

商品引換え期間は
28年3月8日まで

B賞 切手シート
52円郵便切手10枚
下3ケタ 832
793

小児科・内科
アレルギー科

am pm
月 9:00～12:00 3:00～6:00
火 9:00～12:00
水 9:00～12:00
木 9:00～12:00
土 9:00～12:00

飯島医院

光が丘7-3-6 大通り南
TEL3976-6087

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

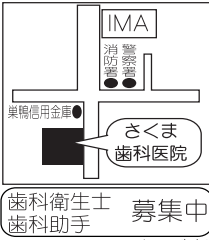
☎3930-8211

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

平日夜9時半まで
医療法人社団
さくま歯科医院

当院は、品質マネジメントの国際規格 ISO9001の認証を取得しています
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
【休診日】日曜・祝日
◇駐車場 11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

外科 胃腸科 肛門科

ご ち ょう

後町 外科 胃腸科クリニック

休日：木曜 日曜 祝日
光が丘3丁目 IMA 南館斜め向かい 3-7-1 高層ビル1階 ☎5997-5500

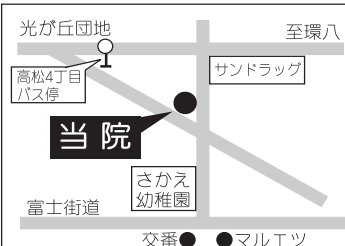
胃レントゲン・胃カメラ・大腸検査
電話でご予約下さい医療法人
榎橋会

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
午後 3:00～7:00	○	○	○	／	○	／	診



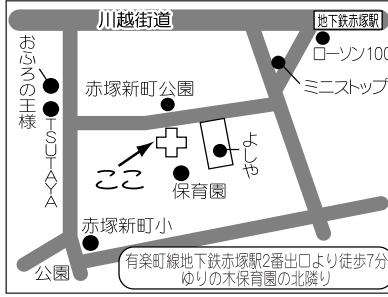
☎03-5971-3222 練馬区高松4-5-1

内科
循環器科

光が丘クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	休
14:30～18:00	○	○	○	休	○	休	休

木曜・土曜午後、日曜・祝日休診 院長 徳安良紀
♡不整脈・狭心症・高血圧・高脂血症
♡内科一般(かぜなど)♡花粉症
♡健診(基本・大腸癌・骨粗鬆症など)
<http://www.k4.dion.ne.jp/~dr.toku>



各種保険適応 駐車場あり 板橋区赤塚新町3-32-12-204 ☎5968-3030

9月の休日診療当番医療機関

【休日診療当番医療機関】
浩生会スズキ病院 栄町7-1 ☎3557-2001
大泉生協病院 東大泉6-3-3 ☎5387-3111
田中脳神経外科病院 関町南3-9-23 ☎3920-6263
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
※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】
20日 おおで整骨院 田柄1-26-11 ☎3939-7535
21日 さぐらい接骨院 富士見台4-13-2 ☎3999-9334
22日 遠畑接骨院 豊玉北5-12-10 ☎5946-5946
23日 さぐらい接骨院 富士見台4-13-2 ☎3999-9334
27日 大幸接骨院 旭町1-15-11 ☎5997-3232
※診療時間は午前9時から午後5時 認め印を持参

9・10月の公共施設の催し

【田柄地区区民館】 ☎3926-4932
◇卓球道場
9月24日(木)15:00～
◇普通救命(AED)講習会
9月25日(金)13:30～15:30 講師/光が丘
消防署救急隊員 主催/田柄婦人会
【光が丘地区区民館】 ☎3979-6911
◇ペーごま道場
10月7・21日(水)15:00～
【医師が話す認知症基礎講座】
9月26日(土)14:00～16:00 場所/光が丘区
民センター2階 講師/さんぐりにつく院長 内田義
之 定員/80名(申込順) 申込/電話で在宅療
養係へ ☎5984-4597
【カラダがサビない食事と運動】
～血管年齢の測定もできる～
10月6日(火)13:30～15:30 場所/北保健相
談所 内容/運動実技、献立紹介など 講師/健
康運動指導士 根本裕子 定員/50名(申込順)
申込/電話で北保健相談所へ ☎3931-1347
【講演会】
『学校に行きたがらない子どもへの親のかかわり方』
10月13日(火)10:00～11:30 場所/学校教
育支援センター(光が丘6-4-1) 講師/子ども家
庭教育フォーラム代表 富田富士也 定員/70名
(申込順) 申込/電話で学校教育支援センターへ
☎6385-9911

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

受講生募集中！

9月の 特別企画 1日講座

鳥獣戯画の世界
～はがきやコースターに描く～
画家 北澤 元瑞

9月30日(水) 13:00～15:00
会員 3,024円 一般 3,348円
教材費 2,160円

NHK文化センター
練馬 光が丘教室 Tel.3976-1611
受付時間 月～土/9:30～19:00 日/9:30～16:00

シニアと初心者向け
のパソコン教室です。

パソコンを使えるようになりたい
と思っているあなた、一緒に
一步を踏み出してみませんか。

◆月～金: 10時～16時
土・日: 15時～21時
◆月謝制: 月4回6280円～
◆振替は当日のご連絡でもOK
なので、お忙しい方も大丈夫

基礎からラクラク
パソコン教室
ベガサス光が丘教室
(学習塾ベガサス内併設)
田柄4-45-5 田柄高校北側、ピザハット隣2F
☎3977-1158 電話は10時～22時
まずは無料体験から！

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

光が丘新聞の配布状況

川越街道 成増 50 赤塚 150
白子 旭町 1800 赤塚新町 800 北町 200
土支田 500 光が丘団地 13,600 田柄 6,850 春日町 3,000
高松 3,500 谷原 250
豊玉北 50 環8通り
総数 30,800部
当社で無料宅配

区内に住民票のある全ての方に
マイナンバーの通知が

10月から、区内に住民票のある全ての方にマイナンバー(個人番号)をお知らせする「通知カード」を、世帯単位で簡易書留により送付される。カードが届いたら大切に保管を。
【やむを得ない理由で住民票の住所で受取れない方は】
やむを得ない理由(東日本大震災の被災者、DV(配偶者
10月から、区内に住民票のある全ての方にマイナンバー(個人番号)をお知らせする「通知カード」を、世帯単位で簡易書留により送付される。カードが届いたら大切に保管を。
【やむを得ない理由で住民票の住所で受取れない方は】
やむを得ない理由(東日本大震災の被災者、DV(配偶者
10月から、区内に住民票のある全ての方にマイナンバー(個人番号)をお知らせする「通知カード」を、世帯単位で簡易書留により送付される。カードが届いたら大切に保管を。
【やむを得ない理由で住民票の住所で受取れない方は】
やむを得ない理由(東日本大震災の被災者、DV(配偶者
10月から、区内に住民票のある全ての方にマイナンバー(個人番号)をお知らせする「通知カード」を、世帯単位で簡易書留により送付される。カードが届いたら大切に保管を。
【やむを得ない理由で住民票の住所で受取れない方は】
やむを得ない理由(東日本大震災の被災者、DV(配偶者

来月末まで入会金が半額

赤塚新町
▽東京光が丘イン
ナショナルブレス
ール(3丁目)Ⅱ27
年10月31日までに入会す
る際、本紙を持参する
と入会金7万円が半額
になる。オープンスク
ール無料体験は月曜日
から金曜日10時30分よ
り電話予約でOK。
クラス編成は、チェ
リーが1歳半より3
歳、アップルが3・4
歳、メロンは5歳児
グループは6歳児に分
かれていて、アフタヌ
ーンスクールは4歳か
ら小学生。土曜スクー
ルは幼稚園年少から年
長生、小学一・二年生
三・四年生 五・六
年生が各クラス10名程
度でブレスクール卒業
レベルクラスとビギナ
ー対象の両クラスがあ
る。Tel(5968) 5255

春日町
マベルグレイヴ・イ
ンターナショナル・キ
ンダーガーデン&ブレ
スクール光が丘スクー
ル(6丁目)Ⅱ見学会
説明会を受付中。教師
がすべて外国人のキン
ダーガーデンは9時30
分から14時30分、K1
99
は3歳から4歳、K2、
4歳から5歳、K3、
5歳から6歳、ブレス
クールは週1回より選
択できる。10時より14
時は、1歳8か月から
3歳まで。
延長保育・アフタヌ
ーンスクール・土曜コ
ースもある。
Tel0120(884) 9

3歳からの「英語幼稚園」
家庭教師1時間3000円
◆大人のための学習
スクールⅡまず、考え
ることからスタートす
る。頭の回転が速くな
り、微笑できる。スク
ールは家庭教師形式、
1人から6人まで1時
間3000円。
Tel080(2175) 3
415 石垣

ビル・マンション清掃員募集

■勤務地/練馬・新宿・中野・都心部他
物件多数あり
■時 間/8:00より1日2～5時間
週2～4日程度
■時 給/900円～
■待 遇/交通費支給、制服貸与、労災保険加入
■資格、経験不問
電話連絡後、履歴書持参でご来社ください。
委細面談のうえ、決定します。
面接は本社(練馬区高野台)にておこないます。
アポロビルサービス株式会社
高野台2-5-11 ☎5923-7233 (採用係)

NIKE COURT FORCE LOW
12～16 cm
NEW
モデル

パート・アルバイト募集
IMA 専門店1F しゅうず・ローマ
ROME
TEL 03-3976-6033

配達スタッフ
募 集

2日と17日に新聞を届けますので4日間で、
都合のいい時間帯に配達してください。
光が丘新聞社 IMA東館1階 ☎5997-0015

夜勤・残業なしの働きやすい施設
正社員・パート
生活支援員募集

◇給与 正社員/月給196,400円～298,900円
パート/時給950円～1200円
◇時間 正社員/8:30～17:00
パート/9:30～15:30
◇待遇 交通費支給
正社員/社保完備
昇給年1回・賞与年3
◇休日 土・日・祝・夏期・年末年始
※正社員は月1回程度土曜出勤有
◇資格 正社員/有資格者
パート/経験者・有資格者歓迎・
未経験者歓迎
◇応募 電話連絡の上、履歴書(写貼)を
ご持参下さい
※正社員の方は、事業所選考後、法
人の採用試験を受けていただきます
社会福祉法人 武蔵野会
練馬区立光が丘福祉園
☎3976-5100 光が丘2-4-10

体験授業開催中!!
作る楽しさを
教室で体験してみよう! ロボット教室

各回
定員4名 10/3(土) 14:00～ 10/4(日) 10:30～

国語力はすべての土台 国語力の土台は読書

読書から 国語力を育てる
読むとくメソッド®
ことばの学校

ことばの体験学校受付中
10/4(日) 各回3名
①14:00～14:50 ②15:10～16:00
③16:20～17:10 ④17:30～18:20

照明館
受付時間/14:00～21:00 TEL 3999-5051
高松4-12-16 夏の雲公園前 http://soumeikan.com

