

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/

SNSをフォローして、
IMAの最新情報をCHECK!

LINE Instagram Twitter

光が丘IMA @ima_hikari
光が丘IMA @imahikari.official
光が丘IMA @IMA_PR

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



2023 板橋Cityマラソン



3月19日、都内でも数少ない世界陸連認証(WA)の市民参加型マラソン大会。制限時間が7時間。完走率は96%超。今大会では、全国から健脚を競うため1万人が集結し出走した。コースは、板橋区の荒川河川敷内特設会場前(板橋区舟渡三丁目先)をスタートし、江戸川区小松川三丁目の「荒川大橋」付近で折り返す42.195キロメートルとなっている。

午前9時、号砲とともにマラソン大会がスタート。新型コロナウイルス感染症対策として、5つのウエーブ(グループ)に分かれて、各選手がスタートを切った。スタート地点には、本大会のゲストである世界選手権やオリンピックで活躍した土佐礼子氏(三井住友海上女子陸上競技部アドバイザー)が応援に駆け付け会場を盛り上げた。

【マラソン記録】
◇陸連登録の部
男子 原田大希(群馬県) 2時間18分01秒
大会新
女子 本間未来(山形県) 2時間45分27秒
◇一般の部
男子 榎澤滉希(東京都) 2時間22分26秒
女子 渡邊美記(東京都) 3時間01分56秒

4年ぶりにマラソン大会

練馬こぶしハーフマラソン2023

3月26日、練馬こぶしハーフマラソン2023が4年ぶりに開催され、総勢4361人のランナーが早春の練馬路を疾走した。午前8時、実行委員会会長の前川輝男練馬区長の号砲のもと、都立光が丘公園を一斉にスタート。ランナーたちは、笹目通り、目白通り、環八通り、川越街道の幹線道路のほか、緑あふれる公園など、普段は走ることのできないパリエーションに富んだコースを楽しんだ。

大会には、谷川真理・柏原竜二・練馬区在住の吉田香織氏、順天堂大学陸上競技部6名がゲストランナーとして参加。日本トップクラスのスピードに、コース沿道の来場者からは驚きの声があがっていた。

見られた。小雨が降る中、治道にも多くのランナーが応援に訪れ、ランナーに温かい声援を送っていた。日本全国から参加したランナーたちは、笹目通り、目白通り、環八通り、川越街道の幹線道路のほか、緑あふれる公園など、

先生1人に生徒2人まで 個別指導専門塾

検定受検ご利用下さい! 個別指導専門塾

英検 申込締切: 4/28(金) 検定日: 5/27(土)
漢検 申込締切: 5/29(月) 検定日: 6/24(土)
数検 申込締切: 6/6(火) 検定日: 7/8(土)

STEP academy ステップアカデミー
☎ 3999-1179 ☎ 3976-1770
☎ 6904-2404 ☎ 5998-0125

大会結果

【ハーフマラソン】

◇男子
優勝 児玉雄介 1時07分32秒
準優勝 齋藤拓也 1時間09分01秒
第3位 鶴田真大 1時間09分22秒

◇女子
優勝 遠藤知佐 1時23分26秒
準優勝 上原千貴 1時間24分44秒
第3位 窪田怜子 1時間27分03秒

◇一般の部
男子 エントリー数 445人
組数 890人 当日出走者数 328組656人
出走率 73.70%

◇マラソン
1位 岡崎悠臣 06分07秒
2位 岡部友規 06分14秒
3位 松岡一奴 06分19秒

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 協力・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
J池袋駅西口徒歩4分
◇月曜コース 4月10日
◇金曜コース 5月19日

★新宿校
大江戸線新宿西口駅歩1分
西武線新宿駅徒歩5分
◇火曜コース 4月11日
◇金曜コース 5月19日

■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

東熱通信 4月

日頃より弊社の熱供給事業にご理解、ご協力を賜わり、誠にありがとうございます。

住宅棟にお住まいのお客さまへ

◇暖房供給終了日のお知らせ
住宅用暖房は、令和5年4月25日(火)までご使用いただけます。翌26日以降順次暖房供給の停止作業を行い、再開は令和5年10月25日(水)からを予定しております。

◇メーターボックスには物を置かないで下さい
弊社では毎月、メーターボックス内で検針業務をさせていただいております。ボックス内や扉付近に荷物を置くと、メーター指針の確認が出来なくなる場合があります。お荷物はご自宅内に保管されますよう、皆様のご協力をお願い申し上げます。

◇電話番号のかけ間違いにご注意ください
ご連絡の際、電話番号をよくお確かめのうえ、おかけ間違いのないようご注意をお願い申し上げます。

東京熱供給(株) 光が丘支社
〒179-0072 練馬区光が丘五丁目2番5号106
Tel (03)3977-3375 http://www.tounetu.co.jp

光が丘で暮らす フットワークの良さを楽しむ

広島宮島・下関・萩・津和野グルメ旅

日本都市計画家協会会員 井上十三男

コロナ禍が少し落ち着きそうな状況になり待ち切れずウズウズしていた頃、観光地や旅行会社もお客を呼ぼうとあの手の手で割り得る案を発表、両者の考えが一致しこの大手の旅行会社が企画するパッケージツアーに参加することになりました。

光が丘から 羽田空港へ

目的地の最初の広島へは昼前のフライトなので、羽田空港への色々なルートも調べてみました。今はスマホでもパソコンでもルートについて時間や費用等色々な案を提示してくれますが、いつからこんなに便利になったか、2009年ベトナム縦断の旅をした時、独学で日本語を学んだという現地ガイドが日本の中古パソコンの駆逐ソフトで未だ行ったことのない日本の各地への旅を楽しんでいると聞いたことを思い出した。今回は光が丘から羽田空港へは、大門経由ではなく代々木から品川経由が早いのでこのコースを選びました。

広島焼きを 初めて食べる

広島では平和記念公園や原爆ドームを見学し、かねてから広島に行ったら本場の広島焼きをとお記念公園の近くに専門

店を見つけ食べてみました。その印象は少しもんじゃない、焼き風で水っぽい感じでしたが他の客は皆美味しそうに食べていました。それより目にしたのは広島カープの応援ボスターで強烈なものばかりでした。初日は広島泊まりです。

2日目は安芸宮島の厳島神社(当時大鳥居は改修中・現在は竣工)を参拝、名物あなご飯で昼食の後、岩国の錦帯橋から山口に入り三大五重塔の一つ国宝瑠璃光寺の五重塔を見学、下関でとらふぐ、のどろ、あんこうの料理を頂き北九州へ。この日は新日鉄本社跡のホテルでの泊まりでした。

歩いて渡る 関門海峡

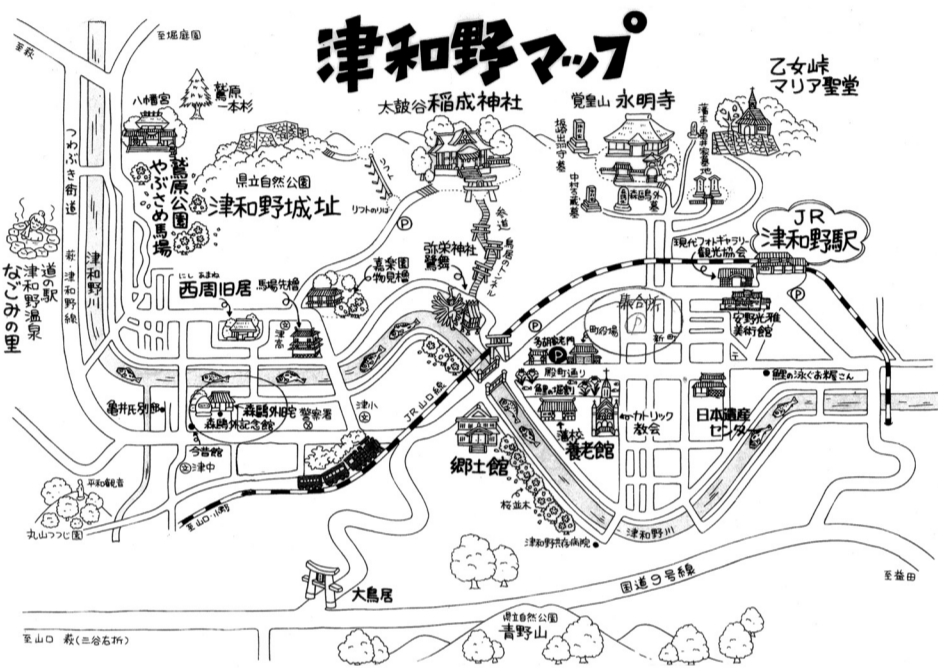
3日目はホテルから関門トンネル(門司)出入口へ、ここでエレベーターで60m地下へ、徒歩での関門海峡渡りがはじまります。歴とした国道だそうで道幅は4.5mでした。以前陸奥旅行をした際、津軽半島最北端で狭い階段が国道だと聞いて驚いたことがありますが、それに似た印象を持ちました。全長は780mで自転車もおりながら通れます。門司口から380mで福岡県と山口県の県境があり道路に線がひいてありました。そしてこの県境から400m歩くと関門トンネル(下関口)へ、エレベーターで55m上れば地上の出入口に出ます。ここで下関の火の山公園から義経と宗盛が戦った壇ノ浦の古戦場を眺め

日本海側にまわり角島大橋、123基の鳥居のある外国人に人気の元乃隅神社を観光、3日目宿泊の萩温泉に到着しました。

萩は幕末の高杉晋作、伊藤博文、山縣有朋を排はこの地方に多い夏みか

水路に鯉が泳ぎ、かきつばたの美しいたたずまいは変っていませんでした。小さい町なので余裕の出た時間を有効に使おうと地元のアラストマップを見たところ、森陽外記の念館が近くにありそうなので訪ねることにしました。よくあることですが

と無理をしてようやく着きました。森陽外記念館はミュージアムと生家とで構成されており、到着後すぐ帰りのバス時刻を待たずに、時間の関係から生家のみを見学することにしました。



出した吉田松陰の松下村塾が有名で、以前訪ねた時は無かった温泉が2005年発掘され一躍温泉地となりました。温泉は観光地に必要なことは以前東日本大震災後三陸地方を旅行した時現地地帯で一つ人が来てくれないの

んの木は武士の失業対策のために植えられたと聞き勉強になりました。

イラストマップでは近所に描いてあっても実際は遠いことがよくあります。しかしこちらの期待感も重なり近しいと思ひ歩き始めましたがなかなか着きません、途中で引き返そうかとも思いましたが折角来たのだから

と無理をしてようやく着きました。森陽外記念館はミュージアムと生家とで構成されており、到着後すぐ帰りのバス時刻を待たずに、時間の関係から生家のみを見学することにしました。

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

広島で かきを食べる

広島空港で夕食後、同空港JAL20時発、羽田空港から東京、都営(大門経由)で光が丘駅に22時36分到着。今回も光が丘のフットワークのよさを感じる旅でした。

広島空港から 光が丘駅まで 2時間36分

女性の主人と思われる方が肩を押さえておられ、聞くとはほど肩をねんざされ今病院に送っている途中とのことで大変申し訳ないと思い、お礼にお金を渡そうとするも受け取らず、「よく津和野に来て下さいました。」の一点張りです。運転中の女性には広島から3年前津和野に来たのだと事。せめてお名前だけでもお聞きし旅の記録に残させて頂く事にしました。旅先の困り事へのご厚情は本当に有難く私の津和野の好印象は倍増しました。

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	○	○	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

練馬区の子宮がん検診実施中
予約はホームページより

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

練馬春日町駅 A1出口徒歩2分
春日町3-31-17
ラファイネ春日町2F
④4台あり

Restaurant CHEZ ASO

自家製パンなど食材を大切にフレンチです

前菜 主菜 デザート
ランチ 11:30~13:30
ディナー 18:00~21:00

予約制 月曜日定休
田柄4-45-11 ☎5997-2533

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 光が丘夏雲公園前

4月の公共施設の催し

【光が丘地区区民館】 ☎3979-6911
 ◇ペーゴマの日
 4月6日(木)28日(金)15:00~ 対象/児童
 ◇卓球の日
 4月7・21日(金)放課後から 対象/児童
 ◇けん玉検定
 4月20日(木)15:00~ 対象/児童
 ◇新入・進級お祝い ~館紹介やゲーム等~
 4月19日(水)15:00~ 対象/小学生
 ◇びーかぶー公演
 4月23日(日) ワークショップ/13:30~
 パネルバラエティショー/14:00~ 対象/
 乳幼児をその保護者、児童 受付/当日
 ◇ひかちく工作
 『プランキーホルダーを作ろう』
 4月27日(木)15:00~ 対象/児童 受
 付/16:00まで会場にて

【田柄地区区民館】 ☎3926-4932
 ◇卓球道場
 4月13・27日(木)15:30~ 対象/小学2
 年生から
 ◇入学・進級お祝い
 ~館内探検やスタンプラリー~
 4月19日(水)15:30~
 ◇練馬区健康いきいき体操
 4月20日(木)10:30~ 対象/地域の方
 優先 定員/20名(先着) 申込/4月4日
 より窓口および電話で

【旭町南地区区民館】 ☎3904-5191
 ◇こども工作
 ~母の日のプレゼント、草のサイフを作ろう~
 4月16日(日)13:00~ 対象/幼児~小
 学生(幼児は保護者同伴) 定員/先着25
 名 申込/当日受付
 ◇演芸大会2023
 5月19日(金)10:00~15:00
 参加者募集 対象/60歳以上の方 定員/
 50名(組) 申込/4月10日~24日窓口で

【高松地区区民館】 ☎3999-7911
 ◇パソコン相談会
 5月8・22日(月)①10:00~②11:00~
 各回50分 定員/各回2名 申込/4月
 24日から本人が電話(10時~)館窓口
 (9時~)で

新しい先生がお見えになります

- | | | | |
|--------------|---|------------|---|
| 校長・園長 | ▽豊玉南 濱屋雄二
▽光が丘秋の陽
▽馬橋 志賀健人(北)
▽袋 山田七恵(田柄 彦) | 副校長 | ▽伊興 西村昌弘(田柄)
▽富士見 加藤垂矢子
▽光が丘春の風
▽本木 小安裕子(豊) |
| 高校 | ▽練馬 高幹明(淵)
▽八潮 飛田 丞(光)
▽赤塚新町 阿井 隆
▽北前野
▽成増 小松 健(王
子第五) | 中学校 | ▽光が丘第一 豊田貴
▽田柄 小室賢一(開
進第三)
▽練馬 本杉貴保(篠
原直子(北大泉 |
| 小学校 | ▽東久留米第一 佐藤
順(旭町) | 幼稚園 | ▽光が丘むらさき 篠
原直子(北大泉) |
| 中学校 | ▽光が丘第一 豊田貴
▽田柄 小室賢一(開
進第三)
▽練馬 本杉貴保(篠
原直子(北大泉 | 小学校 | ▽光が丘春の風 藤田
純生(大泉第一)
▽光が丘秋の陽 上田
新(豊玉) |
| 幼稚園 | ▽光が丘むらさき 篠
原直子(北大泉) | | |



前練馬中学校
校長 日下石直美



前田柄中学校
校長 宮古 登



前光が丘第一中学校
校長 山谷安雄



前光が丘むらさき幼稚園
園長 鈴木裕美



前成増小学校
校長 小竹 厚



前赤塚新町小学校
校長 田中薫子



元光が丘第五小学校
副校長 表迫信行



前北原小学校
副校長 西澤圭一




前練馬東中学校
副校長 磯村達夫

**退職された先生方
お疲れさまでした**

▽豊玉南 濱屋雄二
▽光が丘秋の陽
▽馬橋 志賀健人(北)
▽袋 山田七恵(田柄 彦)
▽伊興 西村昌弘(田柄)
▽富士見 加藤垂矢子
▽光が丘春の風
▽本木 小安裕子(豊)

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

輸入品
一流品を
割安に提供



モットー
より良い品を扱い 良い仕事をする
地元開業40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

正社員

職 種/ハウスメーカー組立
休 み/日・祝と月1回土曜日
給 与/試用期間中は
1日13,000円~
交 通 費/1日 1,500円
資 格/普通運転免許証
◎社保・雇用保険加入
建設業にかかわる技術の
習得も可能(将来に有利)
アルバイトも可 若い力求む!!

詳細は面接にて。お電話でお問合せ下さい。

株式会社 **南武** ☎3926-2466
田柄3-17-5 田柄郵便局より徒歩2分

**新春キャンペーン
第2弾受付中**

そろばん&あんざん

第2弾キャンペーン期間
令和5年4月1日~6月30日

田柄のそろばん教室
光が丘A&C(谷口)
田柄3-18-12 ☎3970-6848
https://aandc6848.suppa.jp

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

!!家の耐震診断は
御気軽に当社へ!!
新築、増築、改築

食(有)長代建設

鉄筋コンクリート、鉄骨、木造建築設計施工
東京都知事許可第64405号・一級建築士事務所登録第46672号
田柄5 TEL 3970-4131(代) FAX 3970-4134

ランチメニュー

「海鮮丼」「海鮮太巻」1,000円
お新香・みそ汁・ひじき煮付

サービスデー

木曜日……「スペシャルにぎり」1,500円
先着50名様
トロ、ウニ、イクラ入り12貫

日曜日……「にぎりデラックス」2,200円
みそ汁、デザート付き
日・月と連休の時は両日いたします

営業時間 昼11:30~14:30 ラストオーダー14:00
夜17:30~22:00 ラストオーダー21:30
定休日 月曜日
(祝日のときは営業して、火曜・水曜と連休)

寿司・割烹 **すし匠**
活魚・磯料理
田柄3-13-23 ☎3970-2030 駐車場完備

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

春 さあ、新しい夢を語ろう。
感動する自分に! 出会える旅 **夢**

やる気を応援!
春の入塾キャンペーン
4月+5月+補習・試験対策
授業料無料
週間無料授業もお試ください

とびらを開こう
4月 第2回 **オープン模試**
4/8(土)

塾なら地元の「にっきょう」へ
毎週土曜日、時間帯はお問い合わせください。
振替テスト日を設けてあります。ご相談下さい。

日本教育学院 光が丘教室 田柄5-22-4 Tel 3998-0001

