

# 光が丘新聞

毎月5日発行  
 〒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/

発行所 (株)光が丘新聞社



SNSをフォローして、  
IMAの最新情報をCHECK!

LINE Instagram X (旧Twitter)

光が丘IMA @ima\_hikari  
 光が丘IMA @imahikari.official  
 光が丘IMA @IMA\_PR

IMA 10:00~21:00  
 LIVIN 1F/9:00~23:00 2F-6F/9:00~21:00  
 AEON 81F-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。

候補者名	確定得票			候補者名	確定得票		
	東京都	練馬区	板橋区		東京都	練馬区	板橋区
当 小池百合子	2,795,093	164,174	117,802	小松けん	386	31	27
石丸伸二	1,580,184	86,758	66,658	遠藤信一	321	50	36
蓮 舫	1,221,579	68,655	49,982	アキノノ將軍未滿	296	44	32
田母神としお	232,432	14,577	11,147	二宮大造	292	39	37
安野たかひろ	126,656	8,096	5,429	竹本秀之	290	29	20
うつみ さとる	99,236	6,555	4,364	小野寺こうき	269	19	126
ひまそら あかね	83,902	6,474	5,116	加藤健一郎	264	24	31
石丸幸人	77,912	7,483	2,329	しんどう伸夫	263	36	17
桜井 誠	60,485	4,735	4,058	山田信一	258	21	20
清水国明	23,887	2,097	1,695	かがた たけじ	237	31	34
ドクター・中松	13,941	1,215	933	木村よししたか	232	32	30
大和行男	3,979	562	452	ホカリジン	230	27	24
小林 弘	2,662	490	346	加藤英明	222	15	23
ゴトウテルキ	1,955	340	234	ふくはらしるび	188	24	19
本宮みつぎ	1,923	265	244	犬伏宏明	186	7	36
福本繁幸	1,173	186	206	草尾あつし	182	22	34
AIメイヤー	1,125	134	97	前田太一	180	31	27
ないとう ひさお	963	135	97	武内 隆	171	21	32
河合ゆうすけ	831	96	78	桑島康文	152	11	32
内野愛里	798	190	111	中江ともや	146	28	45
横山 緑	794	137	92	尾関あゆみ	144	32	14
向後真徳	753	127	87	津村大作	143	14	16
黒川あつひこ	734	84	70	古田 真	135	17	7
桑原まりこ	682	65	79	松尾芳治	133	12	14
野間口 翔	500	84	32	みなみ俊輔	129	16	9
さわしげみ	472	64	81	ふなはしゆめと	118	16	24
福永かつや	460	66	33	三輪陽一	111	43	14
うしくぼ のぶお	412	50	39	上楽むねゆき	77	8	9

選挙の度に毎回練馬区 町の各投票所15か所の順位を誇る。選挙の度に毎回練馬区 町の各投票所15か所の順位を誇る。選挙の度に毎回練馬区 町の各投票所15か所の順位を誇る。

内1位の投票率を誇る光が丘第三中学校区は、今回も72.05%を記録した。区全体の投票率は61.81%。

本紙関係分は光が丘区 ④光が丘第八小学校区 62.09%、⑧田柄第二小学校区 89%、⑬旭町小学校区 59.2%、⑭豊溪小学校区 58.94%、⑮北町西小学校区 65%、⑯八坂中学校区 57%。

谷原 土支田 旭町 北 76%、④光が丘第八小学校区 62.09%、⑧田柄第二小学校区 89%、⑬旭町小学校区 59.2%、⑭豊溪小学校区 58.94%、⑮北町西小学校区 65%、⑯八坂中学校区 57%。

## 小池都知事が3選される

### 光が丘地区投票率1位は光が丘三中区

7月7日、七夕。都知事選が立候補者過去最多の56人で投票開票され、勝利を決めたのは「小池百合子」氏で279万5093票を獲得した。3期目に静かな情熱を都民に向け「どの様に都民の命と暮らしを守っていくのかを皆様の力を得て東京大改革を全力で邁進していきたい」と語った。

計算が好きになる  
 秋期限定キャンペーン  
 体験学習受付中

ホームページをご覧ください  
 全国珠算教育連盟指定会場  
**光が丘A&C(谷口)**  
 田柄3-18-12 ☎3970-6848  
<https://aandc6848.suppa.jp>

投票区別投票率

投票区	男	女	平均	令和2年平均
春青少年館	63.45	63.66	63.56	57.35
高松小	59.85	61.24	60.57	53.82
北町西小	59.19	58.71	58.94	52.62
田柄中	66.67	66.84	66.76	59.19
田柄小	62.14	61.92	62.03	55.00
旭町小	58.78	59.56	59.18	53.04
豊溪小	59.27	60.48	59.89	53.03
八坂中	56.40	58.89	57.65	51.36
光八小	64.27	67.18	65.81	59.71
光四季の香小	65.26	65.07	65.16	58.34
光春の風小	70.40	71.34	70.89	64.96
光秋の場小	60.81	62.21	61.62	55.86
光三小	72.10	72.02	72.05	66.86
田柄二小	61.72	62.44	62.09	55.32
練馬小	63.98	63.02	63.47	56.96

当日有権者数

春日町青少年館区 7	1278
八坂中学校区 1278	8629
光が丘第一小学校区 4217	4217
光が丘四季の香小学校区 5679	5679
光が丘春の風小学校区 5679	5679
光が丘秋の場小学校区 5679	5679
光が丘三小中学校区 7286	7286
田柄第二小学校区 7286	7286
田柄小学校区 7057	7057
練馬小学校区 7057	7057
豊溪小学校区 5894	5894
北町西小学校区 6500	6500
八坂中学校区 5700	5700

先生1人に生徒2人まで  
**個別指導専門塾**  
 この夏の頑張りが  
 君の夢へのステップになる  
**夏期講習** 7月22日(土)~8月31日(土)  
 オンラインのご受講も可能です!  
 安心の低料金で圧倒的に高い成果を  
 詳しくはwebで検索!!  
 1対2(税込) 施設費(税込)2,508円  
 小 小(6) 中1・2 中3 高1・2 高3  
 10,736 12,276 11,088 11,836 12,408 13,508  
**個別指導 academy ステップアカデミー**  
 ☎3999-1179 ☎3976-1770  
 (北町三丁目駅前) (練馬区民館の光臨)  
 ☎6904-2404 ☎5998-0125  
 (地下鉄成増駅徒歩1分) (下赤塚駅北口駅前)  
<https://www.step-academy.co.jp/>



皆さまのおいでをお待ちしております  
**夏休みの楽しい思い出**

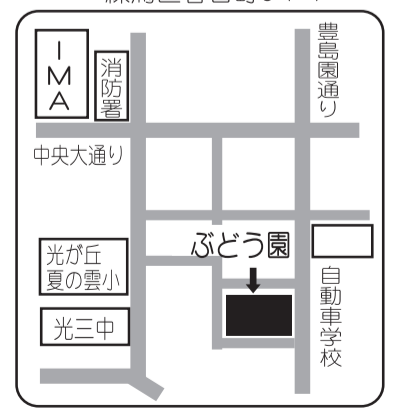
- ・巨峰 ・サニールージュ
- ・藤稔 ・シャインマスカット
- ・ナイヤガラ etc

光が丘の近くでぶどう狩り  
 練馬区春日町6-7-4

地下鉄大江戸線練馬春日町駅下車5分  
 成増駅一下赤塚駅経由一練馬駅行  
 バス停 練馬高校前下車

## 鹿島ぶどう園

☎3990-2712 営業時間等についてはお問合せ下さい。  
 駐車場あり (3台)



## 8月16日ごろ開園予定

天候等によって変更がありますのでお問い合わせ下さい。

### 勇往邁進

光が丘第二中学校 校長 水谷 実岐

……運動会実施後に生徒一人一人が書いた作文からは、各クラスに様々なドラマがあり、そうした中で皆さんのことを思い、心を動かす、学びを得たことが伝わってきました。ほんの一部ですが、紹介します。

「(前略)自分の番になったとき、緊張して「まだ来るな」という気持ちで心臓がバクバクしていた。でもバトンはすぐに渡されるもので、私はすぐにバトンを受け取り走り出した。すぐ後ろに3組の気配がする。いつの

……先日はある絵本と出会いました。「ひつくりカエル」(安部博士著、小学館)です。この本は、言葉の意味をポジティブに変換させるカエルの話です。ページをめくると、「泣き虫」は「心が優しい」に、「おとなしい」は「じっくり聞ける」に、「飽きっぽい」は「頭の切り替えが早い」に……

安部氏は、著書の中で次のように記しています。「マイナスの言葉は、味方をかえるとプラスに変化します。ネガティブ

### やる気を高める

光が丘夏の雲小学校 校長 宮林 伸之

……先日はある絵本と出会いました。「ひつくりカエル」(安部博士著、小学館)です。この本は、言葉の意味をポジティブに変換させるカエルの話です。ページをめくると、「泣き虫」は「心が優しい」に、「おとなしい」は「じっくり聞ける」に、「飽きっぽい」は「頭の切り替えが早い」に……

安部氏は、著書の中で次のように記しています。「マイナスの言葉は、味方をかえるとプラスに変化します。ネガティブ

### 学校からのおたより

令和6年 6・7月号

#### 学習や活動・活躍

##### 光が丘

##### 四季の香小学校

校長 繁田 幸江

「5年ぶりの音楽集会」6月26日(水)、体育館に全校児童が集まり、5年ぶりの音楽集会を行いました。七夕にちなんだ「星まつり」という曲を、6年生の代表児童の演奏に合わせて、5年生のリードで、全校児童みんなが歌いました。心が洗われるような素敵な歌声で体育館全体が包まれました。

##### 光が丘

##### 秋の陽小学校

校長 前多 紀子

【新体力テスト】

6月5日(水)〜7日(金)に、光二中との合同あいさつ運動を行いました。

##### 光が丘

##### 春の風小学校

校長 内木 勉

【光二中とあいさつ運動】

6月5日(水)〜7日(金)に、光二中との合同あいさつ運動を行いました。

##### 光が丘

##### 第三中学校

校長 蓮池 和彦

【バレーボール部】

男子個人戦 2年ペア ベスト16  
女子個人戦 2年ペア ベスト16  
女子個人戦 3年ペア ベスト16  
女子個人戦 3年ペア ベスト16

##### 光が丘

##### 第二中学校

校長 水谷 実岐

【サッカー部】

男子個人戦 第五位  
女子個人戦 第五位

……先日はある絵本と出会いました。「ひつくりカエル」(安部博士著、小学館)です。この本は、言葉の意味をポジティブに変換させるカエルの話です。ページをめくると、「泣き虫」は「心が優しい」に、「おとなしい」は「じっくり聞ける」に、「飽きっぽい」は「頭の切り替えが早い」に……

……先日はある絵本と出会いました。「ひつくりカエル」(安部博士著、小学館)です。この本は、言葉の意味をポジティブに変換させるカエルの話です。ページをめくると、「泣き虫」は「心が優しい」に、「おとなしい」は「じっくり聞ける」に、「飽きっぽい」は「頭の切り替えが早い」に……

#### 学校対抗バレーボール優勝!

光が丘第八小学校 校長 世古 徳浩

練馬区小学校対抗バレーボール大会で、光八小の教員チームが優勝しました。65校の頂点に立ちました。昨年度は、研究発表で忙しく参加できなかったのですが、今年度は初参加でいきなり優勝しました。試合を重ねるごとに強くなっていく「ワゴンチーム光八」でした。都大会での1勝は価値あるものだと思います。

Hair Studio  
**Wish**  
"We grant your wish"

メニュー  
カット・ブロー 4070円 → 3260円  
オプションメニュー  
パーマ 5720円 → 4580円  
カラー 5060円 → 4050円  
ヘナ 6820円 → 5460円  
その他全品20%OFF 予約優先  
初めてのの方にサービス

営業時間/9:30~19:30 定休日/火曜日・第3月曜日  
受付時間 カット~18:30/カラー、パーマ~17:30  
高松4-12-16 夏の雲公園前 Tel 3825-3740

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名さま  
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

リラクゼーションサロン  
**桜の陽**

2周年記念キャンペーン  
新規の方 ボディケア60分  
3,980円 → 3,300円  
2024年12月末まで延長

7・8月ご来店のお客様に  
1,000円 割引券進呈  
お一人様一回のみ使用可能 2024年10月まで有効

ホットペッパー 検査

9:00~23:00 ☎080-9399-0610  
田柄5-15-5 光が丘2丁目バス停前

もみほぐしのお店  
**ほぐし庵 まごころ**

新規の方  
60分 4,400円 → 3,300円

期間限定メニュー  
角質ケア 専用の機械を使って、皮膚に負担をかけることなく施術していきます  
6,000円 → 5,000円 特別価格  
\*特別価格の角質ケアは、通常30分3,300円のフットリフレを2,500円で組み合わせた特別セットコースです

ホットペッパー 検査

10:00~23:00 ☎080-6544-2892  
田柄2-49-8 エトアール1F

わんちゃんと一緒に食事ができる  
**Dogcafe PON**

2周年記念キャンペーン  
\*8ヶ月までの子犬 シャンプー ¥2,000-  
8ヶ月~12ヶ月まで シャンプー ¥3,000-  
次回予約の方 次回トリミング20%OFF  
\*朝活8時からのみ 初めてサロンご利用の方  
シャンプー一律 ¥3,000-  
トリミング一律 ¥5,000-  
トリミングは10kg以内のわんちゃんまで

予約 ☎080-5600-0666  
和光市南1-16-27

光が丘警察署前  
**やもと歯科医院**

診療時間  
月~金 10:00~13:00  
14:30~19:00  
土 10:00~13:00  
14:30~18:00  
木・日・祝日 休診

☎3999-8818  
田柄5-27-11 ハートビル2F  
http://www.kouetsu-kal.com

光が丘新聞を配達できる方  
募集してます

毎月2日に新聞をお届けします。4日間で、ご自分の都合が良い時間帯に配達して下さい。給料は部数によって異なります。

株式会社 光が丘新聞社  
光が丘2-10-1 IMA 東館1階 ☎5997-0015  
留守番電話の時は、こちらからご連絡しますので都合の良い時間をお知らせ下さい。

良い品を安く丁寧に仕上げます  
**畳替え一式**  
見積り・荷物の移動は無料です

創業61年  
**齋藤畳店**  
光が丘の隣町の畳屋です  
練馬区旭町1-9-10 TEL3939-0222 FAX3939-0339

### ご挨拶申し上げます

光が丘にお住いのみなさま、熱中症は他人事ではありません。この猛暑を災害と考え、赤ちゃんと高齢者まで住民のみなさま同士「気づき」を促し、熱中症を予防しましょう。

### 光が丘地区連合協議会

会長 高原 進

光が丘にお住まいのみならず、この度光が丘地区連合協議会の会長に選ばれました高原 進です。ご挨拶申し上げます。

住民組織連絡協議会は25年を経て、37団体(1万2210戸)が加盟する住民組織でした。2年後2013年1月に今の「光が丘地区連合協議会」として新しく生まれ変わりました。行政機関や文化施設も充実した光が丘は区役所や都庁とも大江戸線で直結しています。光連協は光が丘の充実した行政機関、住宅や生活機能など双方向でつながる住民組織として、みなさまと共に歩んでまいります。どうぞよろしくご支援をお願い申し上げます。



組織等参加45団体の組織となりました。光が丘パークタウンは開発総面積186ヘクタール。全域に車道と分離されたみどりの路が巡り、2020年12月にリニューアルされた生活や文化の中心光が丘IMAは、光が丘区民センターと共に光が丘のランド

### 過ぎ去りし20年余り

私が光が丘に住み始めたのは、2003年5月30日です。今年で21年になります。現役時代、海外を含め21回転居しますので私の人生最も長いのが光が丘の生活です。

### 光が丘地区連合協議会

相談役 高橋 司郎

1996年60歳で定年退職、会社の再就職斡旋を辞退、第二の人生をスタートしました。



現役時代夢見た「第二の人生」でお天気の良い「家内」と相談、意見一致で「富土山」に向かい、馬場の現住地に最後の住居を構えることになりました。

### 地域元気！ふれあいフェスタ

「歩けなくなってきたな」「自分の運動は合っているのかな」「人との関わりが減ってきたな」そう感じる方、「どうしたらいいの?」そのお悩みや介護サービスに関する興味を持って頂くためのフェスタが、光が丘3-1-9 集会場で6月22日に開かれた。場所は、光が丘第三中学校向い、むらさき幼稚園のある横の棟でわかりやすい。



協力事業所は、元氣ジム光が丘店、シンシアリハビリティセンター、スガが丘店、トータルリハがが丘店、にぎやかデイサービス。

### 命を救った功労者たちに消防総監感謝状

光が丘消防署は、6月5日(水)自転車で都立光が丘公園を走行中、突然心臓停止状態に陥るとともに、転倒し頭部から出血した80代男性への迅速かつ適切な行動により救命に協力した鈴木由美子氏(45歳)と大桃 淳氏(51歳)に消防総監感謝状を贈呈した。

公園を通りかかった鈴木さんは、何かが倒れた音がしたため、振り返ると男性が倒れているのを発見、声をかけるも意識がない状態であったため、119番通報を行った。また、大桃さんは公園にいたところ、友人から「人が倒れている」と知らされ、現場に向かったところ、自転車用スロープ付近で男性が意識も呼吸もない状態で倒れていたため、胸骨圧迫心マッサージ



感謝状贈呈式の様子

### 8月の公共施設の催し

【春日町地区区民館】  
◇親子星空観察会 8月24日(土) 18時30分  
対象 小学生と保護者 定員 15組  
☎(3926) 4971

【光が丘地区区民館】  
◇ひかちく工作『カラ紙粘土で好きなものを作って遊ぼう』8月26日(月) 14時  
対象 小学生 定員 20名 当日受付

◇ひかちくマジックショー『プロマジシャンによるマジックショー』8月29日(木) 15時

【旭町地区区民館】  
◇ゲームフェスタ 8月24日(土) 9時30分  
わなげ・おかしつり・ポッチャ・しゃてき・ストラックアウト・ジュニア 全て無料 対象 幼児・小学生(保護者同伴) 定員 先着30名 申込 館窓口へ  
☎(3904) 5191

【田柄地区区民館】  
◇田柄えんにち 8月24日(土) 10時  
対象 小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員 50名  
◇バスケットボール 8月7日(水) 9日(金) 13日(火) 16日(金) 15時15分  
対象 小学生以上 持ち物 上履き  
☎(3998) 5341

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 予約制  
(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

対象 3歳以上の未就学児とその保護者、小学生 定員 先着60名 申込 窓口または電話で  
☎(3979) 6911

【北町はるのこ児童館】  
◇クライミングウォールスベシャルチャレンジ 8月22日(木) 15時  
対象 小学生 靴下着用  
☎(3933) 5100

【王支田児童館】  
◇缶バッジをつくらう 8月20日(火) ①10時30分 ②14時30分  
対象 ①未就学児と保護者 ②小学生以上  
☎(3925) 4784

【春日町青少年館】  
◇ヤングダンス講座 8月25日(日) 18時  
対象 小学生以上(小学生は保護者同伴) 定員 50名  
◇バスケットボール 8月7日(水) 9日(金) 13日(火) 16日(金) 15時15分  
対象 小学生以上 持ち物 上履き  
☎(3998) 5341

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

## 鶴見歯科

光が丘5-5-6 ☎3976-7788

つづじ皮膚科  
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

医療法人 南六会

## たがら眼科

《診療時間》

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00	●	●	●	●	●	●	●
12:00	●	●	●	●	●	●	●
15:00	●	●	●	●	●	●	●
18:00	●	●	●	●	●	●	●

休診日/火曜・土曜午後・日曜・祝日  
練馬区田柄5丁目27-13 (光が丘警察署前)  
☎03-5848-1121

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



### IMAお笑いライブ

2024年 8月12日(月・祝)

開場 14:30 開演 15:00  
出演/コウメ太夫・じゅんいちダビッドソン・猫ひろし  
はなわ・ピックスモールン・マシンガンズ  
MC(プロデューサー)/木曾さんちゅう  
全席指定 大人 3,000円 小人 1,500円(小学生以下)  
チケットぴあ WEB <https://w.pia.jp/>  
セブーンイレブン Pコード: 527-652  
※IMAホールではチケット販売を行っておりません  
◇公演日専用ダイヤル 070-7604-5230(受付時間/公演日の11時~終演まで)  
※公演日の該当時間以外は受付していませんのであらかじめご了承ください

IMA HALL 街に彩りを。

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

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



Mottoー  
より良い品を扱い 良い仕事をする  
地元開業41年の本格インテリア専門店  
建設業内装仕上工事業 般4第87558号  
リビング インテリア **かえで**  
田柄 2-19-29 ☎3977-5131  
Mail kaedenet21929@gmail.com

### 安心料金でプロの指導を。

「完全1対1 個別指導 学習塾」  
☆オンラインか対面授業か選べる☆  
小中高~塾長が直接指導~  
【練馬限定】入塾金0円・5週目授業無料  
長瀬塾 オール5 ☎5848-5395

### 樋口一朗ピアノリサイタル

〜ペーゼンルヴァーと旅する響きの世界〜  
ショパン: アンダンテ・スピアナートと華麗なる大ポロネーズ 柴可夫斯基: 夜曲 Op.22  
2024年 9月22日(日) 3,500円  
開場 13:30 / 開演 14:00  
光が丘美術館  
チケット購入はQRコードから  
主催: Show Planning Tokyo Mail: showplan.tokyo@gmail.com

四年に一度、今回はフランスのパリでオリンピックが開催されています。私はオリンピックを見るのが好きです。世界各國の代表選手たちが一堂に会し、最高のパフォーマンスを競い合うというだけでもワクワクします。私が過ごす世界とは全く別世界の物語ですが、オリンピック中継を見ることで、その選手と同じ時間を共有していると考えてしまいます。さらに勝手にですが、選手

四年に一度、今回はフランスのパリでオリンピックが開催されています。私はオリンピックを見るのが好きです。世界各國の代表選手たちが一堂に会し、最高のパフォーマンスを競い合うというだけでもワクワクします。私が過ごす世界とは全く別世界の物語ですが、オリンピック中継を見ることで、その選手と同じ時間を共有していると考えてしまいます。さらに勝手にですが、選手

光が丘の風 藤田 紘生  
小学校副校長

私たちの今までの苦勞や努力を想像して、胸が熱くなる。ピクはいいですね。さて、私は群馬県の南西に位置する上野村という小さな村で育ちました。森林面積が93%というので、村のほとんどが山です。そのような村ですから、遊ぶ時も常に自然の中でした。村

りが好きだったのは忘れられない瞬間があったからです。セミの鳴き声、川の水の音、強い日差し、水面を飛び回る小さな虫、魚を捕りたいという気持ちの焦り、けがや事故の心配など、遊びとはいえ、頭の中は混乱していました。深いところで流れながら魚を探した時、水の中に潜ったことで、周囲の音や虫や暑さから解放され、数秒ですが私が想像する魚の住む世界に入り込んだのです。十四ほどのハヤの群れが私に向かってきたと思いきや、急旋回して去っていききました。魚との「同じ空間の共有」が忘れられない瞬間です。そして、最近韓国や

1977年 群馬県生まれ、西東京市在住

## 子どものちからを引き出す！ スポーツの心技体特別講座

8月21日(水) IMAホール公開講座『いまなび』



森 隆弘



立石 諒

今(いま)・学び(まなび)・日常(にちじょう)のアレコレを、買い物の合間に楽しく身に付ける『いまなび』。8月21日13時から『子どもたちのちからを引き出す！スポーツの心・技・体特別講座』がIMAホールで開催される。開場は12時30分、15時30分頃終了予定。子どもの潜在能力を最大限発揮する上で必要な心技体のバランスを整えるためのポイントを集めたもの。子どもから大人まで、巷ではネット等で

今(いま)・学び(まなび)・日常(にちじょう)のアレコレを、買い物の合間に楽しく身に付ける『いまなび』。8月21日13時から『子どもたちのちからを引き出す！スポーツの心・技・体特別講座』がIMAホールで開催される。開場は12時30分、15時30分頃終了予定。子どもの潜在能力を最大限発揮する上で必要な心技体のバランスを整えるためのポイントを集めたもの。子どもから大人まで、巷ではネット等で

講座内容は次のとおり  
▽身体づくりに何を食べよう？「スポーツのための食育セミナー」講師 大羽将裕 (株)BIGWINGS代表 日本水泳連盟上級水泳コーチの資格保持者  
▽その場で実践！「運動パフォーマンスを上げるためのストレッチ体験講座」講師 黄海臣士 整体師 競泳オリンピック帯同トレーナー  
▽「夢を実現させるための目標設定の作り方」講師 森 隆弘 全国各地

地での水泳イベント・講演出演・水泳イベント企画運営 2004年アテネオリンピック6位、2007年世界競泳3位、2008年北京オリンピック代表選考会優勝  
▽パネルディスカッション 「トップアスリートに必要なもの」 ゲスト 立石 諒 2012年ロンドンオリンピック200m平泳ぎ銅メダリスト  
料金 大人1000円 子ども 無料 当日受付にて支払い 申込 QRコード  
より 8月21日 13時まで、当日券あり  
お問合せ IMAホール 平日9時30分~17時 (3976) 2000  
主催 (株)新都市ライフホールディングス  
協力 スポーツクラブ N.A.S.光が丘

Come Up!! **NEW OPEN!!**

8月5日(月)  
IMA ストリート 1F  
**宗家 源 吉兆庵**

8月16日(金)  
イマミセ B1F  
**ピアードパパ**

宗家源吉兆庵  
「宗家源吉兆庵」光が丘IMA店をオープンする運びとなりました。お楽しみなどオープン記念の催し物と、代表菓「段乃宝珠」をはじめ多彩な商品をご用意しております。何卒来客にご覧いただくようお願い申し上げます。従業員一同、皆様のご来店を心よりお待ちしております。

ピアードパパの作りたて工房。  
いつもできたてで作ってピアードパパは、お家で手作りのシュークリーム専門店。シュー生地は単にオーブンで焼き上げ、クリームは新鮮な状態を保つため毎日お店で手作りしています。私たちは「美味しい幸せ」をお届けするために、素材や製法にこだわりのこだわりを持っています。

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3500円)。

★池袋校  
JR池袋駅西口徒歩4分  
◇火曜コース 9月24日  
◇金曜コース 10月25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 9月24日  
◇金曜コース 10月31日

■各時間定員5人  
■3密を避け開講いたします  
■HP随時申込受付中  
■受講料無料(但し、教材費として期間中6900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](http://www.saikimonogakuin.co.jp)