

# チャリ圏

2013年  
6月号  
June  
vol.0026

朝日新聞はエコレポを応援します!

毎月1日、朝日新聞の折込でも届けます!

## 朝日新聞

ASA江古田 練馬区昭沢2-1-6 ☎03-3991-5908  
ASA小竹由庫 練馬区小竹町1-21-15 ☎03-3974-6846  
ASA豊玉 中野区江原町2-20-20 ☎03-3950-3061  
ASA練馬 練馬区練馬3-19-10 ☎03-3992-2377  
ASA平和台 練馬区平和台4-7-23 ☎03-3933-1040

今回は  
練馬駅南口の  
こどもイベント  
練馬こども笑店街

7/6  
開催  
今年第3回目  
7月6日(土)  
15:00~18:00  
に開催されます。

テーマは江戸時代。江戸時代風に演出された商店街のお店で売子をしてたり、飛脚や木戸番、絵師など、江戸の町人気分でおしごとを体験することができます。お仕事をしたら家賃(疑似通貨)で、食べたり遊んだり。忍者修行や昔あそび、人形劇やライブなど街中で遊べる、大規模なこどもイベントです。



お仕事  
やってみる?

### 『練馬こども笑店街』の参加方法

**受付** 会場内3箇所ある受付で参加費(1人500円)を払い「通行手形」「地図」「100文銭2枚」を受け取ります。定員は700人!

**「遊ぶ」「つくる」「みる」**

**仕事をする** まちのいたるところで遊んだり観たり楽しむ事ができます。

**「食べる」「買う」**

街中の参加店で好きな「しごと」ができます。「しごと」が終了したら100文銭がもらえます!(しごとは3回まで)  
笑店街で売られている食べ物には100文銭1〜3枚で買うことができます。(現金も可)

『練馬こども笑店街』は、商店街を舞台に、おしごとごっこ遊びができませんか?と、保育者や子育て支援者とママたちが力を合わせ、2011年に、『ありま笑店街 大江戸キッズニヤ』という名前を、手作りして始めたイベントです。



ただ、お金を使って遊ぶだけでなく、働いてお金を稼ぐということが「できるのか」このお祭りの面白いところ。子どもたちにとって一番身近な仕事の現場、『笑店街』でお仕事をするのは貴重な体験です。そんな新しい試みか「ロコミ」で広がり、始めは小さな規模でしたが、2回目は参加定員500名が30分で完売!練馬駅南口に子どもたちが溢れる大盛況となりました。みんな一生懸命お仕事をしてくれました!

今年『練馬こども笑店街』と名前を変えて、さらにパワーアップ!お花店や団体も増え、さらに盛り上がっています。小さなお子さんも楽しめる遊び場や、現金で食べ物を買うこともできます。夏のイベントをご家族で楽しんで下さいね。



※写真は昨年のものです。

当日のボランティアスタッフ募集中!また、事前準備「笑店街ワークショップ」などもあります。お問い合わせや最新情報等、詳しくはHPで!  
<http://nerima-syotengai.jimdo.com/>

## いらないものは 次のステージへ フィリピンでリサイクル!

ご自宅の不要品、引き取りに行きます!

エコちゃん  
しよべ

人にあげるにはちょっと汚れてるし...、捨てるのはちょっともったいない。そんな理由で家の中に溜まっているものありませんか?

不要品の回収は、練馬のリサイクルショップ「リサイクルショップティンバーバス」で行っている事業の一環です。日本では不要品とされてゴミとして出されてしまうものでも、物のないフィリピンでは、リサイクルされ大事に使ってもらえるんだそうです。集めた品は、コンテナでフィリピンに送られます。



多少欠けたりならオッケー。食器も梱包する必要はありません。



汚れたフライパンもそのまま持って来て下さい!



炊飯器は練馬区の粗大ごみで出すと300円かかります!



電化製品は電源がつけば、まだリサイクルできます!



こんな傷のついてしまったイスでも!



おまけでもらったおもちゃや、UFOキャッチャーで取ったもの。多少汚れていても全然大丈夫です!



電化製品も、電源がつけばオッケー。



売れないレベルのベビーカーも大歓迎!

かなり使い込んだものでも問題無し!どんなものでも大歓迎なので、なんでも聞いて下さいね!不要品は、全部まとめて持って行ってもらいましょう!

お問い合わせ  
リサイクルショップティンバーバス  
03-3948-5222

ダンボール大4箱から回収に伺います!

同マンションや近所などで、共同で集めてもらえるとも歓迎します。

回収日:毎週火曜、木曜、日曜の12時~18時  
時間は相談して下さい。

○ 引き取れるもの  
汚れたフライパン、パソコンなどの電化製品、おもちゃ、ぬいぐるみ、文房具、ハンカチ、食器、箸、自転車、靴、家具...。ゴミとして捨てるのに料金がかかるものなどぜひお持ち下さい。

× 引き取れないもの  
腐っているもの、大きく壊れているものなどで、リサイクル不可能なもの(傷程度は問題ないです)。明らかにゴミと見られるもの。衣服、プラウン管テレビなどの大きな家電。詳しくはお問い合わせ下さい

持ち込み大 歓迎!



練馬区豊玉上2-27-20  
練馬駅すぐ、千川通り Map A-3

うちもスベッキリ!

ねこちゃんとの出会いカフェ

えこねこ

ねこちゃんとの出会いカフェ

えこねこは、ねこちゃんとの出会いカフェ。当店運営の桜台ベトナムクリニックの健康管理のもと、猫ちゃん達が楽しく生活しています。

料金: 始めの1時間までフリードリンク込み¥1000  
以降30分ごと¥400

※店内衛生管理の為、靴下・ストッキングの着用をお願い致します  
里親様も募集しております(諸条件有り)

☎03-6914-4818  
練馬区旭丘1-73-1 三田ビル2階  
営業:12:00-22:00  
定休日:毎週水曜日

動物取扱番号 第004196号 有効期限 平成27年10月11日 責任者 小林陽子

小・中学生のお子様は、保護者同伴でご来店いただいております。尚、小学生未満のお子様はアレルギー等の観点から、入店をご遠慮いただいております。

お得意ニヤ!

あたくし、えこねこのネコ社長です。

みんな遊びに来てニヤー。

あー一社長、ちょっとお昼寝したいだけでも?

七三にゃびのびネコ社長

ネコ社長SP

ベロベロ...

シュークリーム(ご)

講師シュー君  
取っかかしが得意なおしとろ子。  
心を許してしまえばスリスリはほんのり愛犬。名前を呼ぶと可愛らしい声で返ります。

ネコちゃん紹介その25

桜台ベトナムクリニック

桜台ベトナムクリニックにかわしい看板が付きました!見に来てね。

髪に悩みがある人ほど体験してほしい

私たちは、忙しいママさんたちが朝、たった5分でキマるスタイルを提供します。

Hair&Resort  
feast ar

バリ国際大会など、60種類のヘアコンテストタイトルを受賞  
パーソナルアナリストの資格を持ち  
タレント・プロスポーツ選手なども手がけています

また、海外にも事業展開し  
大手企業とのヘアショーも開催しています

feastグループがヘアサロン激戦区の中、「96%ものリピーター率」を誇るその理由

カット技術

「これは髪質だからしょうがない」「このヘアスタイルはあなたの髪質に合いません」...そんなことを言われた経験はありませんか?髪は髪の中身、質の良さは髪質に左右され、髪質の良さは髪質に左右され、髪質の良さは髪質に左右され...

新感覚パーマ

トリートメントの新しいパーマ。髪質に合わせたカラーリングに合わせたトリートメント。髪質に合わせたカラーリングに合わせたトリートメント。髪質に合わせたカラーリングに合わせたトリートメント。

オーダーメイドカラー

パーマの効果が少なく、保水性の高い特別なカラー剤を使用しています。しっかりとしたカラーリングにより、一人ひとりのお顔に合った色を見つけられるオーダーメイドカラーです。

お子様1人カット無料!

※小学生未満の子供様限定  
※ご予約の際にお伝え下さい  
※お持ち込みの髪質によりカット料が異なります  
※4725円以上お持ち込みされた方限定

カット+オゾントリートメント (ヘッドマッサージ付) ※ロング料金 525円~2100円 ※1月未満で	5,775円 ▶ 4,725円	カット+feast流カラー+ トリートメント ※ロング料金 525円~2100円 ※1月未満で	12,075円 ▶ 8,800円
カット+feast流カラー ※ロング料金 525円~2100円 ※1月未満で	11,025円 ▶ 7,875円	カット+feast流パーマ+ トリートメント ※ロング料金 525円~2100円 ※1月未満で	11,025円 ▶ 8,800円
カット+feast流パーマ ※ロング料金 525円~2100円 ※1月未満で	9,975円 ▶ 7,875円	カット+進化系縮毛矯正 ※ロング料金 1050円~4200円 ※1月未満で	20,475円 ▶ 12,600円

「初めての方限定」  
トライアルメニュー

feast ar  
Tel:03-5912-0321  
http://www.feast-ar.com

住所:練馬区豊玉北5-25-24 1F  
営業日:月~金/10:00~20:00  
土・日・祝/10:00~19:00  
火曜、第1日曜  
休日:第1日曜  
アクセス:練馬駅中央口徒歩6分  
Map A-3



# 1回 ¥3,150 ちよとっこインフォメーション

広告掲載料金  
1回 3,150円の  
価格破壊  
インフォメーション  
コーナーだニヤ!!

サークルや個人の  
教室、イベント告知  
などに使ってね★

広告のお問い合わせ: ekorepo@mopstudio.jpまで!  
詳細は 江古田 エコレポ 検索

見学  
大歓迎!!

参加費無料

体験、  
説明会あり!

**メロディーコーラス(練馬)メンバー募集!**  
家庭的で少人数のコーラスです。Jazz,ポップス等  
月3回木曜日14:00~16:00 会費4000円  
福家(ふけ) 090-5399-3614  
tfmelody@ybb.ne.jp

**おいでよ!キッズサマーフェスティバル!**  
外国人の先生と交流するECCジュニアのイベントです。  
年中~小学6年生まで。友達同士、兄弟姉妹の参加OK。  
詳細はお電話かホームページへ。  
03-5946-9543 (和町) ECCジュニア 桜台1丁目 検索

**アロマ&ボディケアスクール"Feels"**  
ホームケアから資格取得まで。江古田本校・石神井校  
併設サロン"ストロベリーフィールズ"もあります。Map D2  
専用TEL:080-3257-7766 アロマ Feels 検索

**そらばん・かきかた教室 生徒募集中!**  
年少~小学生までの少人数制の楽しい教室です。  
※無料体験は事前にご予約ください。ニュー北町教室・  
栄町教室(練馬区)児童くらぶ。0120-509-455(平日9時~17時)  
http://www.zidocub.net/

**アマチュアオーケストラ団員募集!**  
西武池袋線・練馬地区を中心に、水曜19:00~21:00  
活動中!(第3回定期演奏会は2013年7月13日)  
メルクルディア・フィルハーモニー管弦楽団 検索

**"日々から..."小林 煌 絵と木版画展**  
5月25日(土)~6月23日(日) 11:00~17:00(水・木休み)  
αtギャラリー 怒庵(03-3990-0559/練馬区中村1-13-20)  
2歳児の母として、絵を描きとして、つながり、ひらくご縁を楽しみに  
お待ちしております。小林煌 http://kiramekou.com/

## 東音楽器

第1弾!  
『ヤマハリニューアルピアノ/フェア』  
だよ! みんなで来てね

6月6日は楽器の日。これは「苦事の稽古はじめは、  
6歳の6月6日にする」という昔からの慣習にちなみ、  
1970年に全国楽器協会が制定したものだ。この日か  
ら始めると上達が早いといわれています。  
ということで、6月は楽器のスペシャル月間として、  
ピアノ/等鍵盤楽器の特別セールを開催します!

## 6月6日は楽器の日

指を折って数えると、6の  
数字の時に小指が立つ  
形になり、「子」が立つ。  
とも云われているんだって。

桜台の店頭にて好評開催中!メーカ  
の工房で再生した中古ピアノから更に  
厳選して展示!(画像は一例) 付  
属品・納入点検調整1回サービス!



2006年製、グランドピアノ  
ヤマハ GC1SN(消音ユニット付)  
1,200,000円(税込)

1993年製 アップライトピアノ  
ヤマハ U10A 398,000円(税込)

6月までで  
ご来場の方  
エコレポ見た! で、

## 楽器の日オリジナル クリアファイルプレゼント

※在庫状況をご確認の上でご来場ください。  
※ご予約等のご希望に応じてご用意すること  
も可能ですので、お気軽にご相談ください。

鍵盤蓋にソフトランディング(指を  
挟まないようにゆっくり閉まる)機能  
が付いている品番には、ご希望に  
より安全装置(セーフティ・アーム)を  
後付けしております。

セーフティ・アーム  
10,290円(税込)

6月8、9日の二日間、新  
宿駅近くの特設会場にて  
メーカーとの共催による新品  
の展示会を開催いたします。  
新製品を含め通常はカタログ  
で見ることしかできない楽  
器を見て、弾いて、比較  
できます。ピアノ・エレク  
ト・クラビノーバのご購入を  
検討であれば、是非この機会を  
ご利用ください。  
ご入場にはご案内状(東音楽器にてお渡しして  
あります。)が必要です。



# 見てわかる耳鼻科 ながにし耳鼻咽喉科 クリニック

2011年12月に開院した「ながにし耳鼻咽喉科クリニック」。  
茶系でまとめた、高級感溢れるクリニックです。  
耳鼻科は自分では見えない場所の病気。お医者さんの言葉だけでは  
不安になることもあります。 「ながにし耳鼻咽喉科クリニック」では  
最新の内視鏡で撮影し、モニターの画像で見せてくれるので安心です。

また、「受診回数はいくらでも少なく」というのも治療方針。  
クリニックへの通院は負担がかかるので、初診時にしっかり  
検査、処置、処方して、はやく治って受診回数が減るように  
努めているそうです。これは且かりますね。

「ながにし耳鼻咽喉科クリニック」は、  
患者さんの3~4割がお子さん。  
痛い事をされることも多いから、  
子どもたちにとって耳鼻科はあまりいい  
イメージではない...  
だからこそ、少しでも楽しく、  
和める場所にと考えて、  
キッズコーナーと待合室には、  
人気のマンガや、楽しい仕掛けのあるおもちゃなどが充実。  
ここ目当てに行きたがるお子さんも多いとか。

ところで、耳鼻科ってどんな  
時に行くの?カマイチから  
ないのは私だけ?

例えば、のどが痛い、耳が聞こえない、  
鼻水が出る、めまいがする、いびきや  
睡眠時無呼吸の疑いなどなど。  
子どもの風邪も、  
小児科と耳鼻咽喉科は  
どちらでも行きやすい方  
いいんです。  
予防注射も全て受けら  
れるのも知ってました?  
子どもの耳掃除も、耳鼻科で  
行うのがおすすめです。

子どもの耳から出てきた!  
耳垢が固まってどす黒くな  
った状態。器具を使ってさ  
と取ってくれるから、家で苦  
労するより安心。

小さいお子さんは、  
親が耳掃除をすると、  
逆に奥に押し込んで  
しまう事があるので、  
年に3回くらい  
耳鼻科で見てもらった  
方がいいそうです。

あー!  
あたしの耳の中は  
こんなことじゃ!!

あー!  
私の好きな  
『In Red』や  
『ワンピース』も  
ある!

漫画と雑誌も  
新しいものが  
揃ってるね!

落ち着いた  
きれいな  
待合室。

長西秀樹院長

広島大学を卒業後、慶應義塾大学病院耳鼻咽喉科  
科学教室に入局。喉頭研究班に所属して、  
喉頭・頭部・音声の診療と研究に携わる。8歳  
と4歳の子どものいる、やさしい先生です。

最新の内視鏡でモニター映像が  
視られる。半年間耳掃除をしな  
かった子どもの耳の中は、耳垢か  
で詰まっていた状態でした...

ネプライザー(吸入器)を  
している時に、アンパンマンの  
スマイルタッチで遊ばせます\*

音声が必要な職業の方必見!

長西先生は、山王病院の  
東京ボイスセンターで、  
プロの歌手や声優、  
アナウンサー、教師や  
保育士など音声がかく  
重要な職業の方の診察を  
してきました。  
舞台やコンサートなど  
の本番直前のトラブルも  
ご相談下さいね。

ながにし耳鼻咽喉科クリニック  
電話:03-5912-0087  
練馬区豊玉北4-26-6 D・Tクリーンルーム1F  
営業 10:00~13:00,15:00~18:30 Map A4  
休診日:水曜日、土曜日午後、日曜日  
http://www.naganishi-ent.com

弾けたら、いらない。は、夢じゃ、ない。

グルーブレッスン  
ヤマハ音楽教室

- おとのおもちゃほこ(1歳児) ¥3,990/月
- 赤りんごコース(2歳児) ¥5,565/月
- おんがくなかよしコース(3歳児) ¥6,090/月
- 幼児科(4・5歳児) ¥8,190/月
- ジュニアステップ(小学生) ¥8,715/月

個人レッスン  
東音楽器オリジナル

- ピアノ科(3歳~成人) ¥8,715~/月
- フルート科(小学生~成人) ¥11,865~/月
- ヴァイオリン科(4歳~成人) ¥10,815~/月

おとなの初心者向け 全9回 3ヶ月間  
ピアノコース  
テキスト代別添、フレココース終了後レッスンを  
継続されると、入会金が半額戻りになります。

月謝 6,300円  
月6,300円で  
ピアノが  
習えるよ!

ヤマハ  
中古ピアノが  
大特価!

新品はもちろん、丁寧に再調整した中古ピアノも  
販売しております。お買得品情報はHPで!

楽器  
レンタル

電子ピアノ・フルート・  
ワイオリンから防音室  
まで、詳しくは当社のHPへ  
(例)電子ピアノP105(新品)が  
1ヶ月3,255円(税込)

ヤマハ特約店  
株式会社 東音楽器  
http://www.toungakki.co.jp/

桜台センター 03-3992-0753 Map E3  
練馬区桜台4-1-6  
練馬センター 03-3991-5541 Map A3  
練馬区練馬1-5-1内田ビル2F  
ピアノ技術部(調律・修理) 03-3993-7493

全国展開! 業界最大の販売力があるから  
高値で買い取り!  
査定後その場で即現金払い!

高値査定買い  
査定は無料。聞くだけでもOKです。  
ご購入されてからお売り下さい。

鑑定、査定は無料  
大黒屋ならではの販売力があるからこそ、  
納得の高値で買い取れます

豊富な買取品目  
金、プラチナ、ダイヤモンド、ブランドジュエリー  
腕時計、ブランドバック、財布他 携帯電話  
電化製品 電動工具 約具リール ブランド食器  
チケット、株券、切手など

プライバシーの保護  
お客様のプライバシーを配慮した  
個別ブースをご用意しております。  
全国ネットの大黒屋なので、  
初めての方や女性の方でも安心です。

携帯電話、  
ゲーム機、  
デジタルカメラも  
高値買い取り!

店頭は1階で安心  
どなた様も気軽にいられますよう  
店舗は1階にございます。  
安心してお越し下さい。

大黒屋桜台店 03-5912-1691 営業時間:10:30-20:00  
休日:第2,4水曜 練馬区桜台1-4-15 Map E3

買取までの流れ  
使っていない貴金属、ブランド品を  
お持ち下さい  
ご来店の際は、保険証または  
運転免許など身分証明になるもの  
をご持参下さい  
専門のスタッフが査定致します。  
査定金額をその場で現金で  
お支払いします!

この  
い付けない  
キックしな  
がこんな  
値段!

大黒屋は、個人情報の取り扱いに関しては厳重に取り組み、安全に保管することに最大限の努力をしております。  
※大黒屋の査定額はあくまでも目安です。実際にはお持ち物の状態や相場価格によって変わります。

**無料体験レッスン実施中**

エコレポ 持参で **入会金半額!**

クラリネット フルートを入手した方

楽器プレゼント または、入会金無料

6ヶ月間の方向性ある

ソラレ SOLaRE スタートキャンペーン

この機会におためし下さい  
2か月間、お月謝半額!!

好評につき復活しました!!  
大人になるまでバイオリン レンタル無料キャンペーン  
※2019年6月30日まで

**完全マンツーマンレッスン**  
約50人のクラシックやポップスの演奏者が演奏家が在籍。生徒数は300人以上

**選べる楽器**  
ピアノ/バイオリン/チェロ/コントラバス/フルート/オーボエ/クラリネット/サックス/リコーダー(横笛)/笙/トロンボーン/声楽(ソプラノ/アルト/テノール/バス) /ミュージカル/トロンボーン/トランペット/笙(独奏/合奏) /ミュージカル/キッズレッスン(リトミック/ピアノ/うたの絵本レッスン) /音楽理論コース等

**手ぶらでレッスン(レンタル楽器)**  
お持ち帰りのレンタル楽器もあります。

回数	時間	30分	45分	60分
入会金	¥6,000	¥5,000	¥6,000	¥7,000
月1回(年12回)		¥10,000	¥10,000	¥13,000
月3~4回(年40回)		¥10,000	¥15,000	¥19,000

※価格は税込のみです

音楽教室ソラレ  
体験受付専用ダイヤル ☎03-6915-8634

●江古田校 Map 03  
東京都練馬区東町35-7 サルセル5F  
●板橋校 Map 03  
東京都板橋区小笠原1-19-9 リラッサ1F  
●練馬校 Map 03  
東京都練馬区板橋1-4-7 青葉ビル2F

**新中学校の土台は 学習習慣作りと基礎固め**

国・私立トップ大学の講師が 国語・算数・英語・理科・社会・音楽・美術・体育・家庭科・外国語・総合・情報・道徳・特別活動・キャリア教育・総合的な学習の時間

1対2の個別指導  
1レッスン30分 3150円  
少人数クラス月4回(月40分) 8000円

体験・見学 毎月あり

早稲田育伸ゼミナール 桜台駅前教室 ☎03-6914-7471 Map 03

**産後の骨盤矯正**

産後はキレイになるチャンス

**4500円**

産後はキレイになるチャンス

あいきはり灸整骨院 武蔵大学前  
☎03-6326-6226(要予約) 検索

あいきはり灸整骨院 検索

**Nail Salon Belle Couleur**  
ネイルサロン ベルコール

【フェイシャルエステ】  
お顔の角質ケア(90分)が **初回 ¥5,775 → ¥1,050!!**  
要予約・専用ダイヤル 080-4187-2353

【ネイルサロン】  
初回オフ込み!! 定額デザインネイル **¥4,980~**

ご予約の際は、エコレポを見たお伝えください。

〒176-0012 東京都練馬区豊玉北1-1-5 エルパティオ102 Map 03  
営業時間 10:00~20:00 TEL: 03-6915-8095  
MAIL: info@belle-couleur.com URL: http://www.belle-couleur.com

**いらないもの高価買取&格安処分**

大そうじ 引っ越し

NEW OPEN

高価買取の相場値より リサイクルショップ フロントア  
10:30-19:30 水曜休  
中野区江原町3-17-1  
まずはご質問にお答えさせていただきます

**03-5982-7800**  
http://www.rs-frontier.com/ Map 03

**将来、音楽の仕事がしたい方!**

月4,000円~  
コード魔法、作曲、アレンジ  
ポピュラーピアノが弾けるようになる

体験レッスン 無料! 6月まで

音大生、趣味の方まで大歓迎!

PrimaPrimoピアノ&えんぴつ教室  
お問い合わせ ☎070-6671-1069(携帯) http://primaprime.net

**激安価格で ジェルネイル**

フットも激安!

フットバス+ケア+(カラーorラメorラメグラ) **¥4980**

練馬駅西口駅前のカフェを貸切。  
5月からフットジェルもスタート!  
お子様連れの方も大歓迎です。

JNA 1級ネイリストが施術!

【ジェルネイル料金】  
ラメグラデーション(ケア込) **¥2980**  
カラーグラデーション(ケア込) **¥3480**  
フレンチ(ケア込) **¥3980**  
オフ代 **¥1000**

研修生による格安メニューあり。カラーラメグラデーション1980円(ケア込み) カラーはピンクやベージュ系など5種類あり。

ご予約・お問い合わせ **080-6582-7910**  
nailcafe2013@gmail.com  
ブログ更新中! http://ameblo.jp/nailcafe-nerima/

**エコレポ マップ**

このマップは、練馬区全域の店舗や施設、学校、公園などを紹介しています。エコレポの加盟店や提携店も記載されています。

店舗や施設、学校、公園などを紹介しています。

エコレポの加盟店や提携店も記載されています。

**サクラママ親子コンサート**

参加費無料!

開演より平成24年6月30日までに「桜台マタニティクリニック」で出産された方とそのお子様をご招待。

IMAホール 6月22日(土) 午後2時~3時30分  
参加をご希望の方はHPをご覧ください。

桜台マタニティクリニック 検索

**えっ? 座ってるだけで体脂肪が?**

**ヨサで簡単楽やせ!!**

話題の **水素水**

水素水は、体脂肪・内臓脂肪が気になる。代謝アップしたい。婦人科系の悩みがある。冷え性・むくみが気になる。お肌のトラブルで悩んでいる。運動をしなくても体脂肪が落ちない。子育てで忙しい方。

水素水コース(4000円)

セブテロリン酸入り。最新何らかの話題の水素水。水を飲むだけで、水素水は腸を水で洗って、スムーズにする。腸内環境を整えて、このステップで、リトミック、ヨガ、ストレッチ、シメを続ける。効果が上がる。シメが伸びる!

YOSA PARK 新江古田店  
☎03-3951-6850  
中野区江原町2-30-7  
ジャコームビルB1  
12:00~22:00  
(最終受付21:00)  
休日・不定休 Map 03  
http://www.yosapark.co.jp/shop/20.html

**土曜日の子連れクラスは パパも参加オッケー!**

マタニティヨガ・ピラティス・ベビーマッサージ  
どれもリーズナブルなお値段で♪

料金はそのつど払いだから安心♪  
詳しくはこちら!

**ネリヨガクラブ** 検索

豊島園教室 庭の眺めが美しいスタジオメッセ  
毎週火曜日(参加費:1000円)  
10:00~10:45(大人クラス)  
11:00~11:45(子どもと一緒にクラス)

練馬教室 練馬区役所向かいスタジオジョイ  
毎週金曜日(参加費:1000円)  
10:00~10:45(大人クラス)  
11:00~11:45(子どもと一緒にクラス)  
12:00~12:45(マタニティ) 7月7日、21日:1500円

6月の特別講座  
6月14日(金) 『産後の骨盤ケア整体』。整骨院の先生を招いて行います。1500円

6月28日(金) 『バレエストレッチ』1000円。バレエ未経験者向け☆大にこく体験☆

ネリカルちゃん

【ネリヨガ】は、1回1000円で参加できるヨガ教室です。専門の講師を招いてレッスンを開催します。

電話での申込み **080-3157-6048**

**演奏に必要な基礎を身につけるレッスンを**

無料体験レッスン 受付中

	定期レッスン	月2回	1レッスン制
レッスン時間	30分程度	30分~40分程度	40分程度
お月謝	¥8,400~	¥5,250~	¥3,150~

Aki~らピアノ教室~  
練馬区旭ヶ丘 錦ビル3F(1Fは学習塾)  
☎070-5588-9180  
akiho.wada@gmail.com Map 03  
江古田 ららピアノ教室 検索

数々の賞を受賞した現役のピアニストが個人レッスンを

**朝日新聞 DIGITAL**

パソコン、ipad、iphone、Android端末で朝日新聞が読める!

今なら最大2ヶ月無料!

ダブルコース  
朝日新聞(紙) + 1,000円

デジタルコース  
3,800円

おすすめ

**お詫びと訂正**

5月号で、『多国籍屋台RAN GAI』の電話番号に間違いがありました。正しくは  
TEL:03-6326-8312です。  
ご迷惑をおかけ致しました。(map-D-3)

**千川通り練馬署前交差点から徒歩2分 むさし保育園正面**

**ながにし耳鼻咽喉科クリニック**

診療時間 月火水木金土  
10:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○  
15:00~18:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○

休診日:水曜日・土曜日午後・日曜日  
\*受付時間は診察開始15分前から診察終了5分前までです

**TEL:03-5912-0087**  
www.naganishi-ent.com

Map 03 練馬区豊玉北4-26-6 D・S・Tクリーンカム1階

**幼稚園生クラススタート!**

なみりクラス(練馬区役所前)

◆リトルキッズクラス(幼稚園生+1年生)  
月謝:3900円 水曜17:00~17:30

人前で踊ること自己表現力を伸ばす!踊るの好きな子はもちろん、恥ずかしがりやさんも自分に自信がついて、どんなことにも積極的になれるよ。

◆小学生J2クラス(J1受講者、ダンス経験者の小学生、高学年)  
月謝:4900円 水曜17:30~18:30

◆中学生クラス(小学5・6年+中学生)  
部活でも参加できるように練習が変化しました!  
月謝:4900円 月曜18:45~19:45

◆小学生J1クラス(小学1~5年生)  
月謝:4900円 月曜17:00~18:00

イベントレッスンは、外館生も1500円で受けられます

サリーナ子どもダンススクール  
お申し込み:090-2305-2797(携帯)