

チャリ

2014年
9月号
September
vol.0041

発行:エコレ編集部
TEL:03-3825-9229 (平日10:00-15:00) ekorepo@mapstudio.jp
発行部数:2000部 配布:新聞所、ポスト、駅、店舗、配布範囲:大塚〜池袋
エコレ紹介HP: http://ekorepo.jimdo.com

朝日新聞はエコレを応援します!

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 練馬区池袋2-1-6 03-3991-5908
ASA小竹由 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
江古田の個性派
タシニング:バー

Pocant ポカント & Otto2 オットニ



Pocant ポカント

ヒップホップダンスやスクーバダイビング、テニスなど多岐にわたるママさん。のんびり、ほ〜かんと、口を開けるような、ゆったりとした時間を過ごしてほしいという思いから、このPocantを江古田で始めて、今年で10年。

仕事モードからリラックスモードに気持ち切り替える場所として、通い続けるお客さんも多い。プロジェクトやスポーツ観戦しながら盛り上がるイベントもあり。定休日は、ワークショップや展示、ミニライブをすることもあったり。



Otto2 オットニ

絵の先生だったオーナーの本店に飲みに来た。いつものように、いつものように、お店を任せられることになったという店長の手塚さん。オーナーさんは現在長野でCosiRosi otto3 (コジロジオットニ) というお店をオープン。

その長野で作っているこだわりの薫製が食べられるお店としても評判。自家製生ハム・サラミ・チーズなどの盛り合わせ(1630円)はぜひ食べて欲しい。「いいものを自分で」というオーナーさんのスタイル通り、手間ひまかけたものがお得な値段で楽しめます。



エビとプロッコリーのアンチョビオイルソース 780円
鴨の生ハムのミニサラダ 580円
ガーリックトースト 280円

自家製のサンクリアが女性に人気! 9種類の材料を独自にブレンドして、豊かな香りはまるでスイーツを食べるみたい! ママさんごだりおビールも要チェック。メニューにはカクテルの丁寧な解説もあって、バーデビューにもやさしいお店です。500円のミニオムハヤシライスが、音大生の間でも噂になるほどのおいしさ。成人した2人のお子さんを持つママさんは子育ての話も豊富。ママさんとの会話を盛り上げられます。お通し代がないのもお財布にうれしい!

エコレポ9月号を持って行く550円までのドリンクを1杯サービス! (9/30まで)

Pocant
練馬区栄町3-5
TEL:03-3994-0031
営業時間 18:00-翌1:00 (料亭L.O 0:00)
日曜定休

20~21時はハッピーアワー、ビールとワイン以外のドリンクが半額。リッチなウイスキーもお得に飲めます。火曜日は定休日ですが、現在、日本酒や焼酎メインの「和オットの日」としてお店を開けています。月1回ほど店内でライブもあって楽しめる、江古田のオトナの隠れ家。



自家製スモークチーズ 550円
自家製スモークベーコンソテー 550円

Otto2
練馬区栄町6-13-1F
TEL:03-3993-2385 Map D-3
営業時間 20:00-翌5:00
火曜定休
http://ottootto.info/
FacebookとTwitterもあります!

ねこねこ

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。当店運営の桜台ペット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¥1100 (税込) 以降30分ごと ¥500 (税込)

※店内衛生管理のため、靴下・ストッキングの着用をお願いします。脱履も募集しております。(諸条件あり)

03-6914-4818
練馬区旭丘1-73-1 三田ビル2階
営業: 12:00-22:00
9月は毎週水曜日が定休日です。

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。

ご自宅の不要品、引き取りに行きます!

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!

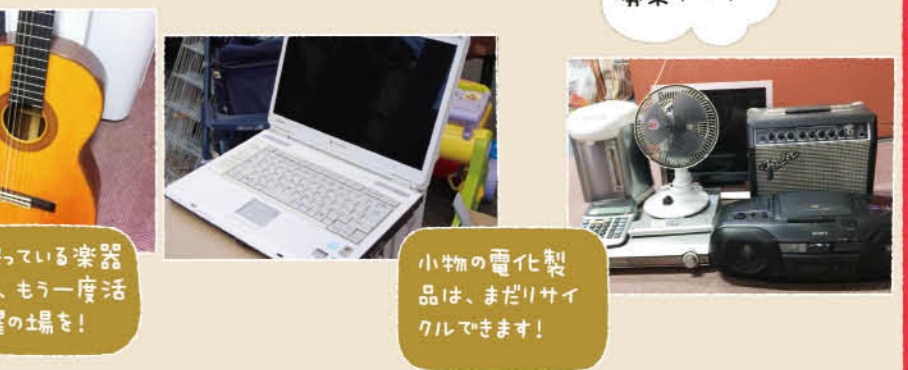
ぬいぐるみやおもちゃなどはフィリピンの子どもたちにとっても喜ばれるそうです。

おもちゃだってきっと、また遊んでもらえてうれしいよね!



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です。集めた品は、コンテナでフィリピンに送られます。



汚れたフライパンもそのまま持って来て下さい!

くつもバッグも、もちろん使用済みでもOKです。

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!

引き取れるもの (靴、バッグ、ベーカー、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、子ども用自転車、家具...)

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

1回の回収につきダンボール4箱程度が可能です。

持ち込み大歓迎! ダンボール箱をお願いします。

ダンボールの箱は開けておいて下さいね。

ティンバーバスのスタッフがフィリピンに届けに行きました!

皆さんから頂いた不要品も、フィリピンに届けに行きました。日本からのおもちゃや文具など子ども達にも喜んでもらえました!

リサイクルショップ
ティンバーバス

03-3948-5222
練馬区豊玉上2-27-20
練馬駅すぐ、千川通り沿い

Map A-3

ブランド古着お売り下さい

BAZZSTORE

秋冬モノ買取強化中!!

※買取アイテム (単袖、ノースリーブ、タンクトップ、キャミソールアイテム、ショートパンツ、サンダル、カゴバッグ、ストローハット等) のお買取は終了致しました。

※買取のご利用には、ご本人様確認書類が必要です。18歳未満のお客買取ご利用不可です。

10/25は江古田のママフェス

日時: 10月25日(土) 10:00-18:00
(9時30分受付開始)

会場: 旭丘地域集会所 練馬区旭丘1丁目58番10号
03-3950-4842

入場料: 無料

お子さんとぜひ遊びに来て下さいね。

ママフェス

江古田のコミュニティ「ママコモ」のママフェスを行います！「ママコモ」は、子育て中のママたちが集まるコミュニティ。その中から、手に職のあるママさんたちが、リーズナブルな価格でイテラビューティーブースや、フリーブースでは、ヨガやダンス、リトミックなどを無料で楽しめます。

オリジナルTシャツ販売・プチベビマで出展するめいちゃんです。

ライオン君バック 3024円

めいちゃん
かわいい事、楽しい事、人と関わる事が大好きという超ポジティブ&アクティブなママ。自らデザインしたTシャツやバックなどを販売したり、ビューティーサロンを経営したり、毎晩晩カリスママ。

パステルTシャツ
Tシャツカラー、字のカラーも選べます。名前入れもできます。
Tシャツ3240円(税込)
文字1文字~9文字OK!
1文字+100円

お問い合わせ・出店申し込みは
mamacomo.garden@gmail.com
http://ja-jp.facebook.com/pages/ママコモガーデン/502659253113407

フリーブース

出展者募集中! 先着8組様

出展料1500円

ご参加 までま〜す

3F フリーブース

無料イベント

- キッズダンス体験
- ヨガ体験
- 英語リトミック体験
- 現役先生の教育相談

有料イベント

- プチベビマ (500円/タオル・オイル代込み)
- オリジナルTシャツ販売
- リトミックCD販売

2F ビューティーブース

- 耳つぼジュエリー 500円
- マッサージ 500円
- メイクセラピー 500円
- キッズプチカット(前髪・襟足のみ) 500円

1F フリーブース

出展者募集中! 先着8組様

出展料1500円

お友達とシェアしてもOKです。

詳しくはママコモのFacebook見てね。

千川通りのリサイクルショップ 2nd STORE セカンドストア

新しいアイテムも揃ってるあよ!

新しい商品がたくさん入りました! 早く来ないと売れちゃうよ〜

千川通りはリサイクルショップの激戦区。その激戦区にあるリサイクルショップ『セカンドストア』武蔵大学前、ポップでかわいい家具などが目立つ店内には、楽しい商品が揃っています。

場所柄が、商品をよく見るとおもしろい商品が多い! 大学を卒業した学生さん達が置いて行った物なのか、とっておもしろい家具や、まだまだ新しい家電が揃っています。商品もどんどん入れ替わっているから新鮮!

江古田はリサイクルショップが多い! 生活に必要なものはすべて、リサイクル品でまかなえるかも!

小物も充実。沢山商品があるから、じっくり見ないと見逃してしまう。食器やブランド品、なかなかいいものがあるんです。しかもこんなに安くしていいの〜!? だからリサイクルショップは楽しいよね。

さあ、お宝を探しに来たのだからー!!

もちろん、買取も積極的に行ってます。家具や不要品、これぞというものはぜひお売り下さいね。大きいものは取りに行くと事もできるから、ぜひお問い合わせを。夏ものの服は充実の品揃え。秋物の服も続々入荷してきますよ。

ワイギアやギターなどマニアックなものがイロイロ。宝探しみたい! 流れて素敵な家具が入ったよ

洗濯機や電子レンジ、炊飯器、コーヒーマーカー、ここでなら、もともとは高い商品をゲットできるあよ。あ! ドラム式洗濯機もこんな値段なの?!

詳しくはお問い合わせ

夏中セール!! 夏物衣類を3点以上お買い上げの方 50%オフ!

洋服の買取リや回収もしています

セカンドストア

電話: 03-5912-0082
練馬区栄町10-3 Map C-3
営業 11:00-19:30 休日: 水曜日

ヤマハ英語教室 ヤマハ音楽教室 江古田センター

0歳児英語教室が今秋スタート

えいご★デビュー 体験説明会開催中!

10月9日 11:00~

ハロウィンなどの「英語圏のイベント」に触れ、親子いっしょに歌ったり、体を動かしたり、絵カードでお話してもらったり、ヤマハならではの楽しいイベントです。

月額3,500円/月2回

ヤマハ英語教室

- えいごでいっしょ (1歳児)
- リズムポケット (2歳児)
- ポップコーントーク (3歳児)
- トキッズ (4・5歳児)

ヤマハ音楽教室

- おとのおもちゃばこ (1歳児)
- 赤りんご (2歳児)
- おんがくなかよし (3歳児)
- 幼児科 (4・5歳児)

「エコレボ見た!」でプレゼントあります!

安心と信頼のヤマハ

イークラスミュージック株式会社

☎03-6915-8663 営業: 10:00~20:00 (レッスン状況により変更する場合がございます。)

1Fなのでベビーカーでも楽々

産前よりキレイなママに

産後に開いた骨盤の戻し時

産後2ヶ月以上6ヶ月未満である。
お尻を小さくしたいと思っている。
産後のサイズで新しい洋服を買いたくない。
体重は減ったが、体型が戻らない。
恥骨や股関節に違和感がある。腰痛がある。

骨盤が緩くなっている産後に正しく骨盤を戻しましょう! お子様連れでも来院大歓迎!

産後の体型の崩れはダイエットでは戻らない! お尻を小さくするチャンスよ!

産後の骨盤矯正

¥7560 (通常) → ¥3800 (税込) ※初回限定

沢山のママさんが「あいきの骨盤矯正を受けてよかった!」とその効果を実感!

あいき はり灸整骨院 武蔵大学前

☎03-6326-6226 (要予約) 整体、マッサージ、産後骨盤矯正、鍼灸、美容鍼

あいきはり灸整骨院 練馬区栄町9-13 Map C-3

リトミック

0歳児からシニアまで みんな楽しく音楽レッスン!

ピアノ・うた コーラス・リトミック 編み物講座1分

おとのおもちゃばこ 午前レッスン ¥6,000~ /月2回~ お子さまが通園・通学中に趣味を満喫♪初心者大歓迎! 平日10:20~14:30

さくらんぼ クラス 1歳半過ぎ~2歳 ¥3,800~¥5,800 /月3回

赤ちゃんはお母さんの声が好き。親子のスキンシップを回り、身体を通して音楽の感動を伝えていきましょう。

歩行も上手になり聞くほどに音楽を聞き分け、歩く、走る、回る、跳ぶ、ゆれるなどの動きができるようになってきます。色々な楽器や歌に触れ、音に対する集中力を高めていきます。

無料体験レッスン実施中!!

幼稚園プレ学年~年長さんまで学年別クラス。

ポコポコ音楽教室 Map C-3

☎03-5946-2166 http://www.poco-a-poco.jp/ 練馬区練馬1-18-23 グランディール伊藤1階 ホームページは必ずお電話にてご確認ください。

沼袋ソレイユ歯科・矯正歯科

落ち着いた診療を受けられる 個室型診療ルーム

デジタルレントゲンを導入
モニター画面でお口の状態を見てもらいながら、くわしく治療方針を説明します

一般の根管治療は、再発率が50%と聞かれます。
歯の神経の治療は、実はとても難しい治療です。そのため、当院では学会認定医による自費根管治療で、より確実に治療できるよう努力しています。

院長 好孝
先月9月3日、沼袋ソレイユ歯科・矯正歯科は開院一周年を迎えることとなりました。これも皆様の支えのおかげと、心より感謝申し上げます。
東北大学歯学部卒業、歯学博士に在りて、東京医科歯科大学の教授、総務局長を経て、2012年、開院に至る。

平日は 夜20:00~ 土日も営業!

〒165-0025 東京都中野区沼袋4-29-1
TEL 03-5942-9280
WEB http://nbs-do.com/

診療時間 平日 10:00~13:30 15:00~20:00
土日 10:00~13:00 14:30~18:00
休診日 火曜・祝日

診療科目 歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

SOJARE ソラーレ

完全マンツーマンレッスン
選べる楽器
手ぶらでレッスン
楽器のレンタルも承ります

入会金 無料
クラリネット、フルートで入会した方

大人になるまでバイオリンレンタル無料キャンペーン

ピアノ/バイオリン/ギター/コントラバス/フルート/オーガニオン/クラリネット/フゴット/リコーダー/サックス/トランペット/トランプーン/ドラム/ミュージック/リコーダー/フルート/クラリネット/フゴット/リコーダー/サックス/トランペット/トランプーン/ドラム/ミュージック

エコレポ持参で入会金半額!

月1回 ¥4,800 (税込) 月2回 ¥7,700 (税込) 月3~4回 ¥9,600 (税込)

音楽教室ソラーレ
練馬駅前専用ダイヤル ☎03-6915-8634
☎03-6915-8539 (練) ビジョンミュージック

レンタルギャラリースペース 江古田 やさほ ギャラリー

気軽に作品を発表出来る場所として皆様にご利用をいたしたいと思います。
URL: <http://yakiho.com>

TEL: 03-6914-8070
email: info@yakiho.com
東京都練馬区栄町2-4-8 Map C33
学生割引あります

2014ねりフェス

10.01 WED

練馬区内の小学生、中学生、高校生と日本のトップダンサー達とのダンスショーケース!!

Beat Buddy Bol/JIL Entertainment Gallery/NUMBERS/SHOW GUN/SHUFFLE!!/S*tingz/Twigz Fam/タイムマシン/フォーメーション/吉仁豆腐/Nicole Deen

<http://tokyobridge.tokyo>

練馬文化センター 15時~(開演14時) 終演18時

TICKET: 一般 3,500円 高校生以下 2,000円 小学生以下に付き保護者同伴で席上にご入場の方に限り1名様無料。
主催: 株式会社アキノプランニング 制作: TOKYO BRIDGE お問い合わせ事務局 info@akinoplanning.com/03-6805-7945

雪華堂 販売スタッフ募集!!

募集要項

経験者歓迎! 高校卒業~55歳くらいまで
※週3~4日 土・日・祝日働ける方歓迎!
※勤務地: 赤坂本店・江古田駅前店・江原町店・昭和台店・水川台店・千川店・Enjo練馬高野台店

☆時給 9時~18時(昼休憩60分+休憩30分)
②10時10分~19時10分(昼休憩60分+休憩30分)
③9時~15時(昼休憩60分)

※休憩を挟まない場合は短縮可
④7時~9時(休憩なし) 製造・江原町店のみ
※勤務地により勤務時間帯が若干異なります
☆時給 870円 (研修期間最長2カ月)

03-0972-2522 株式会社 雪華堂

チェンバロを弾いてみませんか?

体験レッスン(1,000円)実施中!
初心者大歓迎! バラの音質が素晴らしい!

チェンバロレッスン: 初心者コース5,000円(45分)~
声楽レッスン: 初心者コース3,000円(50分)~
練習室としてご利用(チェンバロ含む): 2,000円(50分)~
バラを眺めながらチェンバロを聴く、ティールタイムコンサートはいかがですか?
ご予約制・30分・お一人様500円紅茶付き

チェンバロサロンBergamio (ベルガミオ)
お問い合わせ: tel 050-3563-2046 または info@bergamio.com
江古田駅/徒歩5分 新坂台駅/徒歩3分(練馬区栄町44-6)
営業時間: 11時~18時 / 不定休(開業日をご確認ください)

パロック音楽と生きたる
音楽経験のない方
お子様も受講できます

<http://www.bergamio.com> Map C33

anno

CUT(シャンプー・ブロー込) ¥4,000
COLOR&CUT(フルカラー) ¥8,500~
PERM&CUT ¥8,500~

子連れでも素敵なヘアサロンに行きたい
と言う、ママの声から

NEW OPEN
エコレポ持参で10% off

広々としたキッズスペースで
ママもお子さんも快適

open 9:00-19:00
close 火曜日
Tel 03-6914-7539
Address 練馬区栄町6-9 Map C33
江古田 anno 検索

エコレポ マップ

練馬区栄町周辺の詳細な地図。エコレポ（環境配慮型商品）の店舗やサービスが赤いピンでマークされている。店舗には「エコレポ持参で10% off」などの割引情報が記載されている。また、地図には公園、学校、駅などのランドマークも表示されている。

江古田音大通り 浅間湯2Fの レンタルスタジオ 利用者募集中!

ダンス、ヨガ、演劇、会議、カルチャー教室など

	A Studio 66㎡	B Studio 30㎡
1時	1000円	600円
2時	1000円	600円
3時	1800円	1500円
4時	1800円	1400円
5時	1000円	1000円
6時	1000円	600円

※料金は1時間のご利用料金です(税込)

詳しくはこちら! <http://www.studio-racoon.com>
スタジオ・ラcoon 練馬区栄町38-3 浅間湯2階 Map C33
お問い合わせ 080-4183-2406 (山田) info@studio-racoon.com

1回1000円で本格ヨガを体験!

【美キャンペーン】
9月のご予約をされた方は、練馬区西口のネイルサロンにて、**フットラメジエールネイル 4980円(通常) → 2000円**

※ラメやホロなど、種類や色は選べます。
※お一人様1回限りのサービスです。
※キャンペーンは9月末までになります。

ネリヨガクラブ 検索

電話でのお申込み 080-3157-6048

技術と品質にこだわったネイルサロン

最新仕様
ラメグラデーション ジェルネイル...3980円
シンプルアート1本サービス!
(サンプリングの中から選べます)

高級プレミアムミン毛 70本
通常価格 7020円 → 5400円

Brian nail&eyelash 美 an
☎03-6753-4696
練馬文化センター 練馬区栄町1-19-8 練馬ビル102
※ネイリスト アーティスト 募集中

補習から受験まで

東大・東工大の国立講師を中心とする大学生講師と経験豊富な社会人講師が徹底指導いたします!
【無料体験授業】「進路・子育て無料相談」随時受付中!

1対2の個別指導
1授業80分 3150円
少人数クラス月4回/80分5800円!

拡大移転キャンペーン!
プレストから明確になった、お子様の強みに特化したドリルを1教科無料で作り上げます! とても好評な教材です。

8月より下記の住所に移転しました。
早稲田育伸ゼミナール 桜台駅前教室 ☎03-6914-7471
練馬区豊玉上2-14-13 豊玉ビル1階 Map C33
早稲田育伸ゼミナール 桜台駅前教室 検索

数学検定・英検準会場・漢検認定教室
10月スタート! 大人の英語カフェ
英字の読書、洋楽の和訳、洋画の和訳などを和訳をしたり、感想を英語でディスカッションしたりしながら、英語に親しくなれます。
初級と中級の2段階で実施。週1回~詳しくはお問い合わせください。

CLASSY に掲載された

骨盤矯正メニュー
お腹がへこむ、下半身太り解消! 妊婦さんのケア、産後の骨盤矯正にも。

肩こり腰痛コース
痛みを感じない丁寧な施術です。

初回 ¥1,000 (9/30まで)
2回目以降は1300~2900円

身体も健康にさらにプロポーションにも変化もモデルさんも試して、驚きの結果が出ています。

世界選手権金メダリストやトップアスリートが通う有名病院。院長は世界体操のコンディショニングチームから選ばれた実力者。

カイロプラティックオフィス ヒロ均整院
☎03-3991-9370
練馬区豊玉北5-32-11 中村ビル2F
休: 日・木・金、日曜、祝日 Map A-4

<http://www.hiro-sakkoku.com>