



2014年
7月号
July
vol.0039

発行: エコレポ編集部
TEL 03-3825-9229 (平日10:00-15:00) ekorepo@mapstudio.jp
発行部数: 2000部 配布: 新聞折込、ポストメグ、駅ラック、店舗等 配布範囲: 大塚圏内・池袋圏内

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 練馬区旭町2-1-6 03-3991-5908
ASA小竹由南 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
千エンバロサロン
Bergamio
ベルガミオ

3月末、江古田ゆうゆうロードになんとエレガントなお店がオープンしました。あの芸術品のようなピアノはなんだ?と思っ人も多いはず。



実はここ、久保田章千エンバロ工房製作のルドゥーテ・千エンバロを常設したスタジオなんです。ところで千エンバロって??

千エンバロは、ピアノのご先祖様のようなもの。ピアノが弦を叩く非構造の対して、千エンバロはギターに近く、プレクトラム(爪)で弾くことによって弦を共振させて音を出す「撥弦楽器(はつげんがっき)」。だから、音が全然違います。そして、何よりも見た目が美しい! その昔、貴族の女性の間で流行したというも物内得です。



7~8月のイベント

夏休み自由研究にピッタリ!

ペーパークラフトで、自分だけの夢の千エンバロをつくってみよう!

参加料 一人500円 30分

夏休み企画 子どもから参加できる千エンバロ体験&ミニコンサート。

参加料 一人500円 30分

千エンバロの構造の説明と、弾き語りのミニコンサート。イベント最後に千エンバロにさわれるよ!

利用料
千エンバロレッスン5000円~
音楽レッスン3000円~
ボディマッピング3000円
千エンバロ貸し出し2000円
部屋貸し1000円、ミニコンサート、全てご予約制。

オーナーはソプラノ歌手の鷹山美緒さん。おじいさまは二科会理事だった画家の鷹山宇一さん。幼い頃からバラや美しい音楽、芸術に触れて育ち、いつか美術・音楽・建築が融合したイベントを企画したいと思っていました。最近、上野の森美術館、大丸心斎橋、松坂屋名古屋本店、ひろしま美術館などで千エンバロのコンサートをプロデュース。その行く先々で千エンバロは大人気。もっと千エンバロを身近に触れてほしいと、音楽の街江古田に小さなサロンをオープンしたそうです。

ベルガミオでは、千エンバロを始め、音楽・パルクウェイ・リコーダーなど古楽器のレッスンを受けます。講師は国内外で活躍する一流の演奏家ばかり。一流の楽器に触れられるとあって、生徒さんが急増中なんです。また、音楽を演奏しない方にも気軽に千エンバロに触れてほしいというオーナーの思いから、ミニコンサート(30分お一人500円、お茶付き)も開催しています。



千エンバロサロン Bergamio ベルガミオ
050-3563-2046
info@bergamio.com
練馬区栄町44-6wisteriabox101号 Map E3
11~18時(会費様により9~11時、18~21時の時間帯利用も可能)
日・祝日、水曜日休

ご自宅の不要品、引き取りに行きます!

いらないものは 次々のステージへ
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!



沢山のリサイクル品をフィリピンに送れました! ありがとうございます!!

まだまだ募集中です*

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。



眠っている楽器には、もう一度活躍の場を!

小物の電化製品は、まだリサイクルできます!



多少欠けたくらいならおっケー。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ください!



くつもバックも、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、ベビーカー、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)。明らかにゴミと見なされるもの。詳しくはお問い合わせ下さい)



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を、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!

1回の回収につきダンボール大4箱程度が可能です。

持ち込み大 歓迎!

ダンボール箱がおすすめです!

同マンションやご近所などで、共同で集めてもらえるご協力あります。ダンボール箱に入れ、玄関先やマンション1階に出しておいて下さいね。回収日: 毎週火曜、木曜、日曜の12時~18時

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

ダンボールの箱は開けておいて下さいね。



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。当店運営の桜台ベック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)

☆桜台ベッククリニック プロデュース

電話: 03-6914-4818
練馬区旭丘1-73-1 三田ビル2階
営業: 12:00-22:00
7月の定休日は2・9・16日(全て水曜日)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。

ブランド古着お売り下さい

BAZZSTORE-リユースのお店です

夏モノ買取強化中!!

※ウール、ニット、セーター等、一部冬物アイテム買取終了致しました。

BAZZSTORE
Used Select & Recycle
www.bazzstore.com

■江古田店 Map D3
TEL 03-6908-0112
東京都練馬区旭丘1-58-11 キョウトビル1F

■桜台店 Map E3
TEL 03-5946-9863
東京都練馬区豊玉上2-21-18 ジェイコート桜台1F

■北北北口店
TEL 03-6407-1405
東京都世田谷区北沢2-31-3 第5FMビル1F

■千歳鳥山店
TEL 03-6407-1405
東京都世田谷区南鳥山5-11-3 NEW OPEN

営業時間 11:00~22:00(買取受付21:30まで)

ママコモカーテン

江古田のミッドの向かいにできた、江古田まはらクリニックに行ってみました！私、感動しました(≧≦)病院から帰るとお風呂で落ち着いた院内の診察室はPadでサクサク待ち時間が表示されるのでその間に面白い物もできちゃうキッズスペースや診察室にまでDVDがあって、子供もワクワク

そして何より先生が丁寧よくハイテンションで診察してくるので、鼻水の引きが大嫌いな娘は泣き止んでくれたので診察室が寒いとガキガキをさせてくれるお母さんともママや子どもに優しい病院でした。ありがたーいー！

…とある本の一節にこんな言葉を見つけました。
【母が変われば家庭が変わる。土壌が変わる。社会が変わる。世界が変わる。】まずは1番身近で大切な家庭の中で、できることから始めれば、それがいつか世界を変えることも出来るかもしれない!!それがママコモガーデンの使命なんじゃないかな(≧≦)なんて勝手に大きな志を持っています。

まこ
体育大卒業後、幼稚園教諭や学童教員などを歴任後、独身生活を満喫し30歳で結婚。3歳の娘(この年から幼稚園入園)と主人と江古田地域で3人暮らし。ママコモガーデン代表。

ママコモガーデンのモットーは【みんなで作るコミュニティ】。
詳しくはこちら <http://mamacomo.jimdo.com/>

チャコある? チャコトリ、男じゃな??

こんにちは。いちカフェのチャコです。第2弾は居酒屋店長のイイ・オトコ。

江古田駅南口を出て右へ。線路沿いを歩いて1分の焼鳥居酒屋「トサカトモミジ」の店主(イイ)さん36歳独身!(彼女募集中)がどうですよー

10席のカウンターと4人掛けのテーブル席を一人で切り盛りしてる、できるオトコ。カウンターに座って彼としゃべりするのも楽しいです。福島県出身高校時代はバスケットキャプテン。「もてない」と言っていました。どうだか。ニカッと笑った時の歯が白いです。それ見たさに面白い事言いたくなるくらい。夜になるとほとんど満席状態。女性客も多いです。¥60(税抜)からある串焼きは、新鮮な鳥肉を、まずは塩でいただいて。甘くてとろけるタレもいい!他にもポテトサラダ、ご飯も美味しいです。焼鳥は炭火焼なので、良さんが焼いてるその前の席がオススメですよ*

トサカトモミジ
練馬区栄町4丁目西村ビル102 Map D-3
tel.03-6914-8832
17:00-24:00/無休
エコレポ特典:ホームページがないので、直接行ってみて「エコレポ見ました」でドリンクサービスあり!

チャコ
「鹿田一」の会場の入口にあるいちカフェ。料理、イベント企画、全てを切り盛りするchaco。店内はアーティストやピエタ、ワンちゃん連れで賑わっている

えこねこ

NO.1癒しスポット 江古田の猫カフェ

えこねこのねこちゃんの日

12時
いらしゃいませ!
開店すぐは、ご飯前の元気なねこちゃんがお出迎え! 猫じゃらしにジャンプ!

13時
お昼前になると、みんなソワソワ。スタッフの周りをうろちょろ。そして、一心不乱にご飯を食べる姿がかわいい!

18時
おやつを手渡しできます。今日一番のモチモチタイム! 引っ掻き、かみつき注意!

20時
夕飯。缶詰パーティーの時も!

22時
まだまだ元気に遊ぶねこちゃん達。そろそろ閉店。またのご来店お待ちしております。

えこねこのスタッフねこを紹介するねこ

カール(♂)
雄猫。社長。ちびっけワ3分。お客のむねに寄り、痛れなくさせてしまうずばらしい営業力。

はな(♀)
小柄でぷっくり。おやつの時はおぼろげな瞳にメラメラが。

えこ(♀)
筋肉質なボディが特徴。とても活発でスポーツマンな層の厚い猫。

よし(♀)
とっても猫さん。おんぶが大好きな甘えん坊お嬢さん。溜まるの好き。

ねこちゃんとの出会いカフェ「えこねこ」
電話: 03-6914-4818
練馬区栄町1-73-1三田ビル2階
営業時間 12:00-22:00
休日:不定休

サリナママのウクウクな手

おうちのお店には神様か?

お店でお昼寝をしていたら初めて金縛りにあいました。おかしな?と思いき、お寺の娘でもあり、霊感のあるお友達、M子ちゃんにお店に来てもらうことにしました。お店にお線香・日本酒・粗塩・神・(さかき)を用意し、M子ちゃんに祈りをこめておきました。

すると、粗塩に立てたお線香の煙が舞い上がった。目の前で現実に起こっている事に手は動かしませんでした。そして、M子ちゃんが「今から神様おすからね」と言い、両手をバンバンと叩いたの。目にはみえなかつたけど、神様が降りてきてくれたらしい。それ以来へんな現象がおこることはなかった。

M子ちゃんから、お参りに行って来たほうがさらに良いよと言われ、広島の一蔵鳥神社(いつくしまじんじや)へ。お参りのかきや、おみじまんじゅうをいただいたときには、すっかり神様を忘れてしまっていました。

現在もお店の一角に神棚をつくり神様をおまつりしています。お店での御札の交換はかなりあるようです。M子ちゃんいわく、自分自身の中にちゃんとお守りして下さる神様がいらっしゃるようです。きっと、みなさんの中にも神様がいるのでしょ。たまには開いてみるのもいいかも。ぜひとも早くしてあげてください。いいことが起きるかもかもしれませんよー

サリナママ
練馬区西口CAFE&BAR SALINAのオーナー。安宿総管理夫人。花田景子さんも会って管理! 映画「マダム・イン・ニューヨーク」公開中。がんばるママたちに見ていただきたい作品です*

エコダマのポッコリアイス

おしゅ〜! 女の子が大好きなかき氷の食べ歩きポコ。

今年もまた夏がやってきた! 今年さらに暑くなるって、想像すると恐ろしいポコ。

さあ、今年もユメゴコキの新作かき氷お届けポコ! 今年もおしゃれなかき氷が開発されたポコ。今年はおカキテルにもなったポコ。夜もいける!

カララやフルーツも乗ってるから、食谷がない時は、ランチの代わりにしたいポコ。ボリューム満点なランチセットは900円。子連れでも行きやすい貴重なおしゃれカフェだから、ママたちの集まりにもいいポコ。

アイスボール850円
果物がたっぷり!!
アイスがシャベットになって。最後はアイスクリームとして、美容と健康にいいかき氷

カキアイス・チョコスペシャル700円。
かき氷にチョコといちごのソースをかけ、アイスとフルーツをのせて。

CAFE ユメゴコキ
(夜はTRANCE AS 88 倉1作スペースインバトラばる)
03-6915-8637 練馬区練馬1-33-6 Map A-3
営業 10:00-17:00 (ランチタイム 11:00-15:00)

独自のカット技術で「リピーター率96%」

髪に悩みがある人ほど体験してほしい
カット技術だけで朝がこんなにラクになる
毎日がサロン帰りの仕上がり...

Hair&Resort **feast ar**

パリ国際大会など、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

お子様1人カット無料!

この悩みは、カット技術で解決できます!

- 髪を乾かすのに時間がかかる
- 量がなくて思い通りにならない
- 髪がくしに引っかかる
- 髪がはねて大変

子どもの頃のような髪に戻るトリートメントで朝のスタイリング剤ももう、必要ない!

フィースト濃密トリートメント
髪質に合わせてトリートメントを調合。特殊な技術で髪内部に保湿成分をたっぷり入れて、内側からしっとりツヤやかに。

50% OFF

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

朝がラクになる2つの技術

【初めての方限定】トライアルメニュー

カット+オゾン頭皮スバ	通常価格 5,500円(+税)	4,500円(+税)
カット+春夏おすすめカラー	※ロング料金 500円(+税) -2,000円(+税)	通常価格 10,500円(+税) 7,500円(+税)
カット+濃密トリートメントカラー	※ロング料金 500円(+税) -2,000円(+税)	通常価格 16,500円(+税) 11,000円(+税)
カット+濃密トリートメントパーマ	※ロング料金 500円(+税) -2,000円(+税)	通常価格 16,500円(+税) 11,000円(+税)
カット+髪質改善 ナチュラルストレート	※ロング料金 500円(+税) -2,000円(+税)	通常価格 20,000円(+税) 18,000円(+税)
カット+リカラー	※ロング料金 1,000円(+税) -4,000円(+税)	通常価格 12,500円(+税) 10,000円(+税)
フィースト濃密トリートメント	通常価格 6,000円(+税)	3,000円(+税) 60% OFF

※料金はすべて税別です

新築以外すべてお任せください

マイホームで安く長く快適に暮らすお手伝いをします!

「マイホームのメンテナンスは5-10年に一度」などと言われてますが、リフォームの時期はなかなか決まにくいもの。費用を抑えて、長く快適に暮らしていくためには、適切な時期に、適切な箇所をメンテナンスしていく必要があります。

安心&低価格
全て自社管理
地域密着
年間300棟以上の実績

見積・相談無料
キッチンや浴室をもっと使いやすくしたい。
外壁のヒビや屋根の劣化が気になる。

気になることはなんでもお気軽にお問い合わせください。

全て自社管理する地域密着のリフォーム会社
一般建築士事務所
株式会社創和リハウス 練馬店
埼玉県さいたま市緑区 事業者登録制度 登録業者
練馬区大塚学園町7-2-19 営業: 9時~18時 土・日 祝も営業
お問い合わせ ☎ 0120-970-617

電話1本でスピード対応
自社施工員による確かな技術力。出来る限り迅速にご対応いたします!

アフターケアも自社管理
1人の担当者が見積もりから施工中、施工後も対応!

押し売りはしません!
地域企業は信用が第一。お客様側に立った提案と丁寧な施工!

「エコレポ見た」で見積依頼
ご注文・ご契約
外装工事

クオカード1000円分プレゼント!
内装工事費10%オフ!
足場代無料サービス

北国家具・輸入雑貨・インテリアショップ

ハルノビ & ソキット

エコちゃんしるべ

山の特選ショップ

買い物をする時は、電車に載って都心まで？いえいえ、練馬には、あざあざ遠くからお客様が来るお店があるんです。ご近所に住んでいるのに知らないのは、なんかもったいない!! ということで、今回は、エコちゃんおすすめのお店の2件を紹介しま〜す!



北国風インテリアと雑貨がいっぱいのかあいい店内。一点ものかほとんど。お店の商品もどんだんかあるから、まめにチェックに行きたい。部屋に置いたら、一気におしゃれ度が上がりそうなアイテムがそろっています。子どものおもちゃもこれだったら、おしゃれに飾れそう。

スウェーデンのメタミンプレート 1,095円(税別) ポップな絵に子どもも大喜び。

おすすめは、かあいい手作り風フック。1200円(税別)

デンマーク製のアンティーク家具。やっぱり素敵!

お部屋のインテリアがかあいいってテンションあがるのよね〜



「エコレポ見た!」マムミーのステッカープレゼント

halnobi(ハルノビ)
練馬区豊玉4-4-3 Map A-4
03-3948-4352
営業時間 11:00~19:00
定休日 水曜日
http://www.halnobi.com

アウトドア

ソキット

「山の遊びと都会的な生活はどちらも大事」という提案のもと、様々なジャンルからセレクト。今年には山に挑戦! 人から、タウン使用したい人まで、使えるアイテムがそろっています。



お子さんとのプチアウトドアにも最適なリュックサックなどなど、お出かけが楽しくなりそう!



アウトドアスタイルはここで全部揃う!

この帽子は丸めて小さくなる!

サイズ調節可能! 軽くて透気性も抜群。アウトドアブランドの帽子は機能性がずばらしい! 帽子 3000円(税別)~

家で重宝! プラスチック製のマグカップ。カップ600円(税別)~

海におすすめのスタイル Tシャツ 3000円(税別)~

sokit(ソキット)
練馬区栄台4-5-7 Map A-3
03-3994-3822
営業時間 12:00~20:00
定休日 火曜日
http://www.sokit.jp

練馬駅北口すぐ!
ネイル&まつ毛エクステの癒しのサロン

Bian

練馬駅北口を降りてすぐ。丁寧な施術とアートのセンスがいいと評判の「美an」へ! 白を基調とした癒しの空間で、まつげエクステとネイルができます。スタッフも落ち着いた雰囲気なので、色々相談しやすい! サロンは、丁寧なところがやっぱり一番! ネイルもケアからしっかり時間をかけて施術するので、きれいが長く続きます。

すごくキレイな店内。全部で3席。今日は、ネイルとまつ毛エクステをお願いします。

チップのデザインが沢山あって迷っちゃう。どれも素敵!

チップのデザインは常に新しいものが多数! どれもセンスがいい!

ネイルとまつ毛の同時施術ができるのも嬉しいところ。忙しい時には助かります。

まつ毛エクステとネイル同時施術も可能! リラクシングソフターでの施術はリラックスできて、寝てしまいたいような心地よさ。

7月限定
エコレポキャンペーン

ラメカラデコレーション 3980円
シンプルアート1本サービス!
(サンプルの中から選べます)
高級プレミアムミンク毛 70本
通常価格 7020円 → 5400円

今年流行は貝殻や花柄。ネイルはナチュラル系をされる方が多いですが、フットは派手目の方が映えるようです。

今回はパステル系の上質なネイルです。フットは少し派手目。まつげエクステもきれいに付きました。

まつげエクステは、自分に合ったお店を見つけるのが大変でした。こちらで施術をしたと、とても丁寧でいい! ネイルもデザインがとってもかあいいです。夏になったらネオンカラーにも挑戦したいです。

nail&eyelash 美an
03-6753-4696
営業時間 10:00~19:00
練馬区練馬1-19-8

エコレポ広告募集中!

写真リサイズがおすすめです

¥15,000 (ダブルサイズは ¥30,000) ¥30,000

※料金は税抜き価格です

配布数全20,000部: 新聞折り込み・ポスティング・店置き

江古田駅ラック・練馬駅ラック

詳しくはこちらから
http://ekorepo.jimdo.com/
お問い合わせは担当まで
ekorepo@mapstudio.jp TEL:03-3825-9229

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。

骨盤が縮んでくれている産後に正しく骨盤を戻しましょう! お子様連れて来院大歓迎!

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・美容師
あいきはり灸整骨院 検索 練馬区栄台9-13 Map G-3

0歳児からシニアまでみんな楽しく音楽レッスン!

リズムック

ピアノ・うた コーラス・リトミック
練馬駅徒歩1分

ひよこクラス 3歳~4歳半 ¥3,800~¥5,800 /月3回

さくらんぼクラス 1歳半過ぎ~2歳

2~5歳児クラス 幼児園プレ学年~年長さんまで 学年別クラス。

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

歩行も上手になり驚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!!

ポコアポコ音楽教室 Map A-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読みください。

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 金切 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になりました。これも皆様の御愛顧のおかげと、心より感謝申し上げます。

平日は夜20:00~19:00まで! 土日祝も営業!

〒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

