

チャリ

2014年
10月号
October
vol.0042

発行:エコレ編集部 エコレ紹介HP <http://ekorepo.jimdo.com/>
TEL 03-3825-9229 (平日10:00-15:00) E ekorepo@mopstudio.jp
発行部数:2000部 配布:新聞社、ポスティング、駅ラック、店置き 配布範囲:大体圏内

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お届け

朝日新聞

ASA江古田 練馬区明沢2-1-6 ☎03-3991-5908
ASA小竹向原 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
桜台にまたまた
本格派イタリアン誕生!
イタリアーナ/プリント

センスも良くて大人のお店って感じ!お客様は30代~50代のご夫婦が多いらしいよ。

ランチだけじゃなくて、ディナーにも来たいわ。

ランチ

- パスタランチ1200円 (パスタ、サラダ、ドリンク)
- ハンバーグプレート1500円 (限定10食!鳥取牛0円100%!)
- スペシャルメニュー3500円 前菜、パスタ、メイン、デザート

シマメイカと有機野菜のアーリオオーリオは、野菜たっぷり!素材の良さを感じます。都心でも、有名店に行かなくても、なかなかこれだけのものを食べられない気がします。それを地元で食べられるなんて、幸せ。桜台ナイスだわ。今回食べたのは有機野菜たっぷりメニューだけど、お肉料理もおすすんです。特に、鳥取万葉牛炭火焼は、ぜひ食べて欲しいわ。料理長をしていた鳥取のOsteria Monte Mare Tottorine(有名店よ!)にいたときのルートで、珍しいものが手に入るらしい。よし、記念日はここで、5500円スペシャルコースを食べることに決めたいわ!メインは鳥取万葉牛炭火焼よ。

しかし、桜台ってなんでこんなにイタリアンやフレンチができるんだろう。

行かずに済むのわがし。

イタリアーナ/プリント italiano vino e saci

03-6914-7580 練馬区桜台1-44-5 Map E3
営業11:30-13:30(L.O) 18:00-21:00(L.O)
【土・日・祝】11:30-13:30(L.O) 17:00-21:00(L.O)
火曜休

千川通りから桜台通りに入って右側。こんなところに!??って場所に素敵なイタリアンがオープンしました!元オーナーご夫婦が住んでいた住宅を改装。イタリアンブルーを基調としたセンスが光る店内です。

オーナーシェフは、イタリアでも修行を積み、丸の内や西麻布のイタリアンで腕を磨いた方。独立するなら地元で、桜台にお店を開いたんだわ。

今までの付き合いや経歴から、野菜、魚、肉すべてが独自のルート。これは、素材から期待ができます!

ソムリエの奥様もイタリア葡萄酒経歴ありの本格派。ご夫婦で本土島を経営されているんです。桜台も素敵になったもんだわ。

ディナー

コース 3800円 (前菜、パスタ、メイン、デザート、コーヒー)
スペシャルコース 5500円 (お突き出し、前菜2種、パスタ、メイン、デザート、コーヒー)

鳥取万葉牛炭火焼

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!

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。

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。

眠っている楽器は、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!

くつもバッグも、もちろん使用済みでもOKです。

無料引き取り以外にも、通常の家具や家電の買い取りも募集しています!出張見積り(無料)もOK!あからないことがあれば、ご連絡下さいね。

持ち込み大 歓迎!
ダンボール箱でお願います*

ダンボールの箱は開けておいて下さいね。

1回の回収につきダンボール大4箱程度が可能です。

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

時間は相談して下さい。

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くれました!

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

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致します。里親様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
10月の定休日は22日(水)、23日(木)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。

☆桜台ペットクリニック プロデュース

あたくし、えこねこのネコ社長です。

みんな 嬉びにきてニャー。

七三にチビビがネコ社長

あの一社長、ちょっとお昼寝いただいても?

ネコ社長 SP

ネコ社長秘書 ベロベロ

ロイス(♂)
犬でもタスキでもおれませんが、猫なんです。いつも大相棒のチビとみんを癒してある癒し系ネコ

ネコちゃん紹介その41

桜台ペットクリニック
桜台ペットクリニックにかわしい看板が付きまして!見に来てね。

ブランド古着お売り下さい

バズストアはお持ちいただいたお品物を一点一点お見積りさせていただく
衣料・服飾特化型のブランド古着リサイクルショップです。
着られていない衣服はクローゼットに眠っていませんか?
オークションに出す時間がない。量り売りはちょっと、そんな方は是非当店をご利用ください。
お見積りのみでも喜んでお受け致します。ただ今秋冬物好評買取中です。

江古田で始まるECOプロジェクト
BAZZSTORE-リユースのお店です。

秋冬モノ買取強化中!!

BAZZSTORE
Used Select & Recycle
www.bazzstore.com

■江古田店 Map E3
TEL 03-6908-0112
東京都練馬区旭丘1-58-11 キウモビル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

■下北沢北口店
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
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)

※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歳未満のお客様買取ご利用不可です。

その後の結果報告~

現役幼稚園ママに聞く!

幼稚園入園対策

9月5日(金)に行われた「幼稚園入園対策」の結果報告!
記事:よこも

私が自分の子供の幼稚園を探し始めたとき、あまりの情報少なさにびっくりしたことを今でも覚えています。HPには載っていないリアルな情報を届けたい! そんな想いから開催したのがこの会でした。

第1回目は5月に実施、今回は2回目になります。定員30組に申し込め、50組以上の申し込みが殺到し、ママ達の興味深さを改めて感じました。特に驚いたのは、来園入園ではないお子さんを持つママが半分くらいいたこと。今は、保育園だけでなく、幼稚園に入るのも難しい時代。ママ達も不安なようです。



参加してくれた幼稚園ママは13人。皆さん、私の想いに共感し、ボランティアで時間を作ってくれました。



前半は全体で、説明会、願書のもらい方、面接の詳細等をお話ししていただき、後半は、ブースごとに分かれ、個別相談の時間を設けるスタイルに進めましたが、参加したママ達からは、「話を聞いて幼稚園選びのポイントが見えてきました!」「幼稚園によって全く違うので、とても参考になりました。」「個別にじっくりお話を伺えて、本当に助かりました。」との嬉しい声をたくさんいただきました。皆さんありがとうございました!



個別指導!

早稲田育伸ゼミナール

桜台駅前教室

早稲田育伸ゼミナールは、開進第二・三小中学校を中心に、豊玉第二小中学校、西武線沿線都立・私立・公立中高一貫校に通う高校生さんの上位校・難関校高校受験・大学受験をサポートする個別指導塾。英語検定や数学検定の会場にもなっています。

講師は、東大や東大の国立講師ばかり。決まったカリキュラムで教えるのではなく、より良い勉強方法を、自身の経験を生かして、親身になって教えてくれます。年も近く、受験に勝ち抜いた先輩だからこそ、生徒も素直について行けるところはありますね。

早稲田育伸ゼミナールの特徴と言えば、やはり塾長。子育てカウンセラーの資格を持ち、4人のお子さんを育てたママとして、生徒だけでなく、お母さんにとっても良い相談役です。勉強面だけでなく、子どもの反発期にどう向き合えば良いかなど、様々な相談にも親身になってくれます。塾長に預けたから、子どもが道を外さず受験まで行けたと感謝している親御さんは多数!

受験を成功させるためには学力だけでなく、メンタルやモチベーションが必要です。子ども本人が乗りこえようという気持ちが大変。早稲田育伸では、本人のやる気をどこまで育てるかというところを重視しています。

実際、不登校だったお子さんが、ここだけは自主的に通っていたそうです。生徒と塾長、先生の関係が良いのが伺える教室でした。

田中塾長
4人の子どもの中学、高校、大学受験を経験し、その経験からママたちの良い相談役に

店頭には資料や教材もあります。入塾だけでなく、「自宅での勉強に使う資料だけを相談して買う事」もできます。一般では売っていない教材もここで購入する事ができますよ。

サリナママのウフウフな話

結婚してもモテる女

久しぶりに海外生活しているMちゃんと会いました。20年前の話。ヨーロッパの自動車会社のプース担当をしたMちゃんはヨーロッパ人と恋に落ちてしまった。Mちゃんは当時、有名演出家と結婚していたが、離婚後、その国の言葉も話せないのに、彼の国に行ってしまった。友人たちは、あまりのMちゃんのスピードについていけないほど。

彼との間には二人の子供にも恵まれ、現在はその国と日本のビジネスのコンサルティングをしているMちゃん。今思うと、外国人とのご主人との出会いは運命だったのかも。でも、そう思うのはMちゃんも今、幸せだからであって、不幸な日々だったとしたら、こんなふうには思えないよな。まっとう。

今は、子育ても落ち着き、仕事も忙しなくなるMちゃん。その国のコーディネーターと言えば、彼女の名前が挙がるくらい、業界でも有名になってしまいました。しかし、結婚しても年を重ねても、彼女はモテる!! 日本に帰って来ると、お誘いのメールや電話が何本も! 先日若手からお誘いがあったらしい。ほとんどの女性は、若手人だからと、ホイホイついていくみたいだけど、Mちゃんは「私のために時間を作ってくれる男性のほうがかあいいから、一方的なお誘いには応じないわ」だそう。海外生活しながらの楽しみは、日本のTV。ドラマでは今、話題の「一屋暮らし」が気に入っている。今回、仕事で数週間滞在中、何よりも嬉しいのが、「屋敷の最終回」がリアルタイムで見られること。なんだぞうです。

サリナママ
練馬区西口 CAFE & BAR SALINAのオーナー。
ドラマ「一屋暮らし」のキャストの一人が「HERO2」のキャストの方があつた! と思われは私だけでしょうか?

チャコのおら?

こんにちは。いちかフェのチャコです
第59巻は大人のメンズ。

江古田北口ゆうゆうロード新桜台方面に歩き、税務署通りに分かれるところの右手にある「おら」と目を引く素敵なブティック CORAGGIO このお店は洋服と同じくらいイタリアンな感じの素敵な大人のメンズがいます。

オーナーの将太郎さん 46歳。新潟県三条市出身
18歳の時に雪国田舎より東京へ!と上京、フリーターを経て、お姉さんがやってた洋服屋を手伝い、その後、江古田にCORAGGIOを開店。小学生の頃は、剣道で毎年県大会優勝するほどの名手。ニコニコと語るその笑顔に見惚れながら、おしゃべりが楽しくて、ついつい洋服の話で盛り上がり、長居しちゃいました。

イタリアのインポートものから国内のデザイナーまで、自ら仕入れて、いまは秋冬物やフェレットのニットがオススメ
エコレボを見たって言ってください、10月いっぱいまで10%OFF

CORAGGIO
練馬区栄町35-3
PHONE 03-3557-2004
12:00-20:00
定休日なし不定休

チャコ
「盛り場の入り口にあるいちかフェ。料理、イベント企画、全てを切り盛りするcha.co。店内はアーティストやピエマ、ワンちゃん連れで賑わっている。 Map E6

早稲田育伸ゼミナールは、開進第二・三小中学校を中心に、豊玉第二小中学校、西武線沿線都立・私立・公立中高一貫校に通う高校生さんの上位校・難関校高校受験・大学受験をサポートする個別指導塾。英語検定や数学検定の会場にもなっています。

講師は、東大や東大の国立講師ばかり。決まったカリキュラムで教えるのではなく、より良い勉強方法を、自身の経験を生かして、親身になって教えてくれます。年も近く、受験に勝ち抜いた先輩だからこそ、生徒も素直について行けるところはありますね。

早稲田育伸ゼミナールの特徴と言えば、やはり塾長。子育てカウンセラーの資格を持ち、4人のお子さんを育てたママとして、生徒だけでなく、お母さんにとっても良い相談役です。勉強面だけでなく、子どもの反発期にどう向き合えば良いかなど、様々な相談にも親身になってくれます。塾長に預けたから、子どもが道を外さず受験まで行けたと感謝している親御さんは多数!

受験を成功させるためには学力だけでなく、メンタルやモチベーションが必要です。子ども本人が乗りこえようという気持ちが大変。早稲田育伸では、本人のやる気をどこまで育てるかというところを重視しています。

実際、不登校だったお子さんが、ここだけは自主的に通っていたそうです。生徒と塾長、先生の関係が良いのが伺える教室でした。

早稲田育伸ゼミナール桜台駅前教室
東京都練馬区豊玉上2-14-13 4F
豊玉ビル1F
03-6914-7471(時間外のご連絡でも携帯へ転送されます)
16:00-21:00(月-金) 14:00-18:00(土)
体験・見学いつでも大歓迎です!

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!

※小学生未満の子供は保護者ご同様の料金がかかります
※4歳以上小学生未満の子供は別途料金がかかります

朝がラクになる2つの技術

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
- 髪が多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水成分をたっぷり入れて、内側からしっとりツヤやかに

| |
|---|
| 【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+秋冬おすすめカラー ※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

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

練馬区 練馬 橋本
住所 練馬区豊玉上6-25-24 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

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」などと言われていますが、リフォームの時期はなかなか決めにくいもの。費用を抑えて、長く快適に暮らすためには、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。

before
after

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。お客様に立った提案と丁寧な施工!

「エコレボ見た」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

全社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
練馬区大塚学園1-2-19 営業: 9時~18時 土・日・祝日営業
お問い合わせ ☎ 0120-970-617

アメリカ生まれの科学的トレーニング! **LOL** フィットネスクラブ

わずか15分でも効果的

- Eコマンドシステム
- 産後の体型直し
- 体質改善
- 冷え性改善
- 筋肉持久力の増加
- 脂肪燃焼

短時間で効果的なトレーニングができる評判の、サーキットトレーニングジムが江古田にオープンしました!
サーキットトレーニングとは、有酸素運動(脂肪燃焼)と無酸素運動(筋肉トレーニング)を交互に繰り返すことにより全身の機能を向上させるトレーニング。オリンピック選手も取り入れている科学的なものです。短時間で効果を出せることから、幅広い年齢層の方から支持されています。

短い休憩だから、予約なしで予めに行けるのも魅力的。



LOLフィットネスクラブには、30代~70代と、幅広い年齢層の方が通っています。その7割が女性。買い物途中、家事の合間やお子さんの幼稚園や小学校に行っている間に15分程度空けて、日々の運動不足を解消できます。



このマシンや台を、あらかじめ決めた順番で循環(サーキット)することで、全身すべての筋肉や機能を運動させることができます。

自己流のトレーニングは、頑張りすぎてヒザを痛めたり、腰痛が悪化したなど、危ないことも多い。自分ほどの筋肉を鍛えたら良いのか、どうしたら理想のプロポーションに近づけるかなど、プロのトレーナーが安全に且つ効果的な方法を教えてくれるので、安心して身体を動かせます。



有酸素運動で脂肪燃焼! 長くはやらなくても大丈夫!



太ももが引き締まるトレーニング!

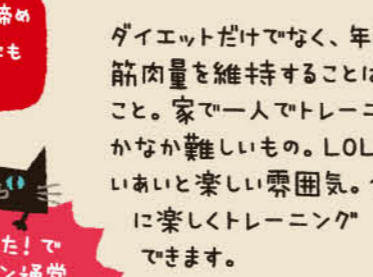


二の腕引き締めバスタップにも効果的。

加圧トレーニングは専門のトレーナーがマンツーマン指導します。(チケット制)



男性向けの、筋力トレーニングマシンもあります。



ダイエットだけでなく、年齢と共に減っていく筋肉量を維持することは、健康にも必要なこと。家で一人でトレーニングを行うのは、なかなか難しいもの。LOLの会員さんは和気あいあいと楽しい雰囲気。仲間もできて、一緒に楽しくトレーニングできます。

LOL フィットネスクラブ

03-5946-6502
練馬区栄町32-4 Map G3
営業時間 9:30-22:00(休み時間13:00-14:30)
土・日・祝 10:00-19:00(休み時間13:00-14:00)
定休日:毎週金曜日、第3日曜日
<http://lolfitness.jp/>

フルタイム月6500円(税込)マシン使い放題

エコレポ見た! 体験レッスン通常1500円+無料ジム手数料2,160円+入会金10800円が完全無料!

肩甲骨を動かして代謝アップ! 姿勢も良くなります。

こんにちは。LOL フィットネスクラブスタッフの鹿嶋です。1マシン1分程度で1週15分。効果的に脂肪燃焼、筋肉トレーニングを行います。

オーナーはプロ格闘家。今流行りのボクササイズも体験できます!(チケット制)

今、注目の体幹トレーニングもありません。初心者の方はバランスのポーズから始めてください。これだけでモッコウ疲れ!

エコレポ土曜園内で起こったニュースを伝えるニコゴ!

エコレポ Times

自分で何か始めたい女性必見!

「おうちでサロンや教室を開きたい!どんな手続きから始めたいの?」などなど、自分で何か始めるときに突っ込んでおきたい経理や税金のことを聞ける、女性向けセミナーを行います。
●11月8日(土) 9時~12時 参加費2500円 ※エコレポHPからご予約ください。



講師/井上しのぶ
経理士(簿記1級) 改正前経理士法にて、税理士試験税法3科免除取得。AFP(ファイナンシャルプランナー)、宅建士(不動産取引主任者)(大阪府知事免許)

- 1個人事業主ってどんなもの?
 - 家計簿感覚で始められる経理
 - 扶養内で働くか、扶養を外れるか
 - 初心者におすすめの無料経理ソフト他
- 詳しい内容&ご予約は <http://ekorepo.jimdo.com>
エコレポ主催

2児の母。転勤の多い夫について、家族でアメリカへ。そこで、母でありながら自立した女性の姿を見て、いつか自分も独立したいと決意。帰国してからは、会社勤務を経て、夫のお子さん保育園に入らず、身動きが取れない状況でありながら、会社を設立。自身の経験を生かし、起業したい女性を応援している。

10月25日は江古田のママフェス!



ママコモ・ガーデン

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手作りビューティグッズ。フリーブースでは、ヨガやダンス、英語リミックなどを無料で楽しめます。タイムスケジュールはFacebookで!

10月25日(土) 10時~18時/入場無料
場所: 九段地蔵集会所
詳しくは <http://ja-jp.facebook.com/pages/mamacomogarden/>
mamacomogarden@gmail.com (お問い合わせ)



10月31日は練馬のママフェス!

子育て中のママたちに楽しい時間を提供したいと、練馬区在住のママ2人が立ち上がりました! 遊びに来るのはもちろん、「何かやってみたい...」と思っているママさん次回はずいぶん出店してみよう! お手伝いいただけるサポーターさん募集中!



10月31日(金)/入場無料
場所: ココネリ3階
詳しくは <http://ameblo.jp/hugner/>

9月現在決定している出店者
スイーツ雑貨・布小物他/キッズ・ママの手作り雑貨/ハンドメイドアクセサリー・キッズバリエーション/セルスキヤク&メイク/家庭でカンタンにできる「おうち整体」/耳つぼせレーザー体験/加圧トレーニング/ヘッドス/心の健康屋さん*トキとの仲間達*クレーアートデコ体験/make! ロールケーキ他。
当日はエコレポも置いてあります! さらさら。

ヤマハ英語教室 江古田センター ヤマハ音楽教室

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~

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
●おどのおもちゃばこ (1歳児)
●赤りんご (2歳児)
●おんがくながよし (3歳児)
●幼児科 (4・5歳児)

エコレポ見た! でプレゼントあります!

安心と信頼のヤマハ
エークラスミュージック株式会社
☎03-6915-8663

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。

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) → ¥3900(税込)

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)

ピッコポ コーラス・リミック

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・リミック
練習曲1分

おとこの 午前レッスン
¥6,000~¥2,000
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

ひよこ クラス 音取り~1歳半

2~5歳児 クラス 幼稚園プレ学年~年長さんまで 学年別クラス。

無料体験レッスン 実施中!!

ポコアポコ音楽教室
☎03-5946-2166 <http://www.poco-a-poco.jp/>

落着いて診療を受けられる 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%と云われます。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、再発根管治療。矯正歯科は開院1周年を迎えることになりました。これも皆様のご愛顧のおかげと、心より感謝申し上げます。

平日は夜20:00~土日も営業!

沼袋ソレイユ歯科 矯正歯科
〒165-0025 東京都中野区沼袋4-29-1
TEL 03-5942-9280
WEB <http://nba-do.com/>

ソラレ 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
大人になるまでバイオリンレンタルキャンペーン

ピアノ/バイオリン/ギター/チェロ/コントラバス/フルート/オーボエ/クラリネット/サクソフォーン/トランペット/トロンボーン/サックス/ドラム/パーカッション/エレクトリックギター/ベース/ミュージック・ビジネス/音楽理論/作曲/ミュージック・ナレッジ/音楽史/音楽の歴史/音楽の文化/音楽の科学/音楽の心理学/音楽の社会学/音楽の政治学/音楽の経済学/音楽の法学/音楽の医学/音楽の教育学/音楽の宗教学/音楽の哲学/音楽の倫理学/音楽の美学/音楽の芸術学/音楽の人類学/音楽の考古学/音楽の民族学/音楽の民俗学/音楽の言語学/音楽の文献学/音楽の書写学/音楽の音楽学/音楽の音楽史学/音楽の音楽社会学/音楽の音楽心理学/音楽の音楽政治学/音楽の音楽経済学/音楽の音楽法学/音楽の音楽医学/音楽の音楽教育学/音楽の音楽宗教学/音楽の音楽哲学/音楽の音楽倫理学/音楽の音楽美学/音楽の音楽芸術学/音楽の音楽人類学/音楽の音楽考古学/音楽の音楽民族学/音楽の音楽民俗学/音楽の音楽言語学/音楽の音楽文献学/音楽の音楽書写学/音楽の音楽学/音楽の音楽史学/音楽の音楽社会学/音楽の音楽心理学/音楽の音楽政治学/音楽の音楽経済学/音楽の音楽法学/音楽の音楽医学/音楽の音楽教育学/音楽の音楽宗教学/音楽の音楽哲学/音楽の音楽倫理学/音楽の音楽美学/音楽の音楽芸術学/音楽の音楽人類学/音楽の音楽考古学/音楽の音楽民族学/音楽の音楽民俗学/音楽の音楽言語学/音楽の音楽文献学/音楽の音楽書写学/音楽の音楽学

エコレポ持参で入会金無料!

| | | |
|-------------|-------------|--------------|
| 月1回 (¥1200) | ¥4,800 (税込) | ¥5,184 (税込) |
| 月2回 (¥2400) | ¥7,200 (税込) | ¥7,512 (税込) |
| 月3回 (¥3600) | ¥9,600 (税込) | ¥10,080 (税込) |

音楽教室ソラーレ
03-6915-8634

月に1回、自分へのご褒美に...

子育で・主婦業・PC・立ち仕事・育児 腰痛 ストレス 更年期...

スウェディッシュオイルトリートメント
お試しコース 70分
¥8530(通常) → ¥5970

女性専用リラクゼーションサロン
Shion (シオン) 他メニューはHPをご覧ください
03-6915-8220
MAIL: info@shion.in Map [C3]
江古田 シオン 検索

世界無形文化遺産 ギャップ・キリム じゅうたん 展

2014年 10月6日(月)~12日(日) 12:00~19:00 最終日16:00まで
主催:アートダイジェスト
http://artdigestpublishing.com/
問い合わせ先:080-5010-1710 福田

レンタルギャラリースペース
江古田 やまぎやかりー
URL: http://yakiho.com
email: info@yakiho.com
東京都葛飾区栄町2-4-8 Map [C3]

VitaminDance

ストレッチ&ジャズダンス
火曜日10時~
一回1000円のみ

江古田駅2分 Map [C3]
スタジオ・ラクーンにて
小さなお子様連れOK!

Email: vitamindance@gmail.com
詳しくはアメブロ→ビタミンダンスで検索

技術と品質にこだわったネイルサロン

ご新規様 30%
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!
(サンプルの中から選べます)

高級プレミアムミクモ 70本
通常価格 7020円 → 5400円

ネイル&エクステ、ハンド&フットの同時施術も可能

Bian nail&eyelash 美 an
03-6753-4696
営業時間:10:00~19:00 Map [A3]
練馬区練馬1-19-8 神谷ビル102
※ネイリスト アイリスト募集中

チェンバロを弾いてみませんか?

体験レッスン(1000円)実施中!
初心者大歓迎! 楽譜が読めなくても大丈夫!

チェンバロレッスン:初心者コース5,000円(45分)~
音楽レッスン:初心者コース3,000円(50分)~
練習室としてのご利用(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 新板台駅/徒歩3分(練馬区栄町44-6)
営業時間:11時~18時/不定休(開休日はご都合ください)

パロック音楽と生きる
Bergamio
http://www.bergamio.com Map [C3]

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 [C3]
江古田 anno 検索

エコレポ マップ

江古田駅周辺の詳細地図。エコレポ持参で10%オフの店舗や施設を赤いピンで示している。店舗名や住所、電話番号が記載されている。また、公園や学校などのランドマークも確認できる。

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・カチャ教室など

| | A Studio 68㎡ | | B Studio 30㎡ | |
|-------------|--------------|-------|--------------|-------|
| | 1時 | 定期 | 1時 | 定期 |
| 9:00-10:00 | 1000円 | 1000円 | 600円 | 600円 |
| 10:00-13:00 | 1800円 | 1500円 | 1200円 | 1000円 |
| 13:00-22:00 | 2200円 | 1800円 | 1400円 | 1200円 |
| 22:00-23:00 | 1000円 | 1000円 | 600円 | 600円 |

※料金は1時間のご利用料金です(税込)

詳しくはこちらから!
http://www.studio-racoon.com
スタジオ・ラクーン 練馬区栄町38-3 浅間湯2階 Map [C3]
お問い合わせ 080-4183-2406 (山田) info@studio-racoon.com

会計事務所様、税理士事務所様に特化した記帳代行サービス

980円/月~
無料で即日見積り致します!

「エコレポ見た」で1ヶ月分無料で会計入力致します。

英文経理職務代行サービス
外資系企業や海外進出をお考えの顧問先様をお持ちの事務所に!

自計化導入支援サービス
顧問先の自計化を進めていき、経営コンサルティング業務にシフトされた税理士事務所様に!

対応ソフト
・弥生会計
・JDL
・財務応援
・他

詳しくは <http://keiridesign.com>
経理デザイン 検索

1回1000円で本格ヨガを体験!

赤ちゃんとママの手を使ったコミュニケーション
特別講座「おててサイン」
11月25日12時~
ぜひ1人から1歳半くらい赤ちゃんとママ

ヨガ/子連れでヨガ/ピラティス/ベビーマッサージ/骨盤ケア整体
ネリヨガクラブ 検索

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!

体験・見学あり

1対2の個別指導
1授業80分3150円
少人数クラス4日/90分5800円!

拡大移転キャンペーン!

8月より下記の住所に移転しました。
みずほ銀行 南口
コープ どうぞよう
ファミリーマート

プレテストから明確になった、お子様の弱点に特化したドリルを無料でお作りします! その種類からママたちの悩みに合わせて! とても好評な教材です。

田中校長「4人の子どもの中学、高校、大学受験を支援し、その種類からママたちの悩みに合わせて!」

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 [C3] 早稲田育伸ゼミナール桜台駅前教室 検索

数学検定・英検準備会場

ママ塾
11月15日(土) 10:00(予定)
道路や子育ての悩み、ご自宅で勉強方法などを塾長に相談できる気軽な会です。塾生の保護者ではなくても参加できます。
また、ネット上のオンラインサロン「シナス」開設予定です。

店頭にて、各種検定資料、教材の相談も承っています。
お気軽に声をおかけください。

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! 妊娠さんのケア、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 (10/31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にも試して、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治療院。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。

カイロプラクティックオフィス ヒロ均整院
03-3991-9370
練馬区豊玉北5-32-11中村ビル2F
休日・木曜、日曜、祝日 Map [A4]

http://www.hiro-sakkoku.com
腰痛、肩こり、頭痛、骨盤矯正、プロポーション矯正、顔のゆがみ、スポーツ障害、五十肩、身体全体の痛み、シビレ