

2025

10  
&  
11

vol.  
252

# 光が丘 ima'am®

毎日の暮らしに、  
この街の彩りを。



Special Feature

いまを輝く人

知られざる練馬区の魅力を  
ユーモアの力で広めたい

# HAPPY IMA HALLOWEEN

10.1Wed~31Fri





# Contents

2025 10&11  
vol. 252

## 2 Special Feature いまを輝く人

知られざる練馬区の魅力を  
ユーモアの力で広めたい

## 4 いまを召し上がれ いつもとひと味違う食べ方で トマト尽くしを楽しもう!

## 6 イマコレ! スタッフ完全ガイド IMAのおすすめグルメ

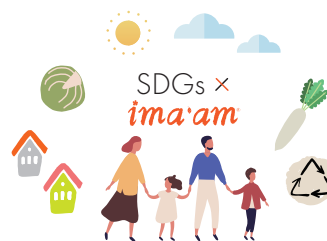
## 7 IMA HALL EVENT SCHEDULE/ IMAホール小噺「落語女子」

## 8 わたしのいきつけ 子どもに伝えたい おすすめのスポーツ教室

## 10 おたのしみカレンダー

## 12 読者プレゼント / いまのIMAから 〈ハウス オブ ローゼ〉

## 13 IMAにゃんCAFE/ IMA NEWS



SDGsとは、Sustainable Development Goalsのことで日本語にすると、「持続可能な開発目標」。ここには、17の目標が定められています。私たちは、光が丘 ima'am®を通じて、目標の11「住み続けられるまちづくりを」の達成に貢献してまいります。

※掲載内容が変更になる場合がございます。  
※施設・店舗の営業時間変更や休業、イベントの中止・延期など、詳細につきましては各施設およびイベント主催者のホームページ等でご確認いただきますよう、お願いいたします。  
※光が丘IMAの各テナントについては施設の営業時間に準じます。

Cover illustration : natsuko kawatsu / illustration : Freepik.com

# 2025 Autumn Festival

オータムフェスティバル

香りある、まちの庭  
四季の香ローズガーデン  
HIGASHIKOEN SHIKINOKUJI ROSE GARDEN

10/11 sat ▸ 11/9 sun

9:00-17:00

**オータムコンサート**

11月9日(日) ①11:00~ ②14:00~

弦楽四重奏の華やかな音色と花が織りなす至福のひとときをお楽しみください。

演奏：早稲田大学交響楽団 弦楽四重奏団のみなさま  
曲目：映画『アラジン』より「ア・ホール・ニュー・ワールド」ほか

**四季の香マーケット & カフェ**

フェスティバル期間中  
10:00 ~ 16:00

【所在地】練馬区光が丘5-2-6(都営地下鉄大江戸線「光が丘駅」下車/A4出口/徒歩6分)  
 【開園時間】9時~17時  
 【休園日】火曜日(祝休日の場合は開園、翌平日休園)  
 年末年始(12月29日~1月3日)  
 【お問い合わせ】03-6904-2061(第一園芸みどりのまち共同事業体)

10月中旬~11月中旬ごろが秋バラの季節です。  
※気候により前後する場合があります。

フェスティバル期間中は火曜日も開園しています。





## 知られざる練馬区の魅力を ユーモアの力で広めたい

練馬区あるあるや大根のギャグを通じて地域の魅力を楽しく発信する、お笑いコンビ「ねりまだいこん。」の“だいこん”こと影山直柔さんと“むらむらの”こと村野俊一さん。光が丘を中心とした練馬区の魅力とこれからのチャレンジについて伺いました。

ima'am®では、練馬区で活躍する素敵な人にスポットを当て、その魅力と人物像に迫ります。



今回の  
いまを  
輝く人

ねりまだいこん。

(左)だいこん(影山 直柔)さん・  
(右)むらむらの(村野 俊一)さん  
お問い合わせ:  
info@nerimadaikon.com



IMA HALLでのお笑いライブにて。

「名は体を表す」を  
体現するお笑いコンビ

「おつねりさまです!」  
お疲れさまと練馬を掛け合わせた  
オリジナルの挨拶とともに、笑顔で  
現れた「ねりまだいこん。」のお二人。  
もとはトリオで活動していたのが、  
2012年にコンビとして再始動す  
ることが決定し、その際に単独ライ  
ブでコンビ名を募ったところ、候補の  
中から「ねりまだいこん。」が圧倒的  
な人気で選ばれました。それからは、  
改名効果からか練馬区からの依頼が  
次々と来るようになり、自ずと練馬  
区PR芸人としての立ち位置が確立  
されていったそうです。

「名前が先行した形ではありません





(上)「ねりまシティ・ウィザード・フェスティバル」など、区が手がけるホットなプロジェクトに呼ばれることも。(下)光が丘のイベントでもお馴染みの顔となり、光が丘IMA公式キャラクターIMAにゃんともすっかりお近付きに。

## 地域愛×ユーモアで ほかにはないPR活動を

そんな「ねりまだいこん。」は光が丘でもさまざまなイベントに出演し

が、区にまつわるネタの考案やさまざまなイベントに参加する過程で地域のことをもっとよく知るようになり、地元愛はどんどん深まっています」  
そう話すのは、生まれも育ちも練馬区のだいいんさん。コンビ結成にともない江古田に移り住んだという相手のむらむらのさんも、今では練馬区のおすすめるお店案内が特技と言えるほど地域のことをよく知っている

ており、今年の夏は「よさこい祭りin光が丘公園2025」の公式アンバサダーにも就任。全3日間のステージMCという大役を務めました。  
「よさこい祭りで見たと声かけられることもあり。色々な活動を通して光が丘地域での認知度が徐々に高まっていることが嬉しいですね」

イベントやロケを重ねるうちに、光が丘は区外から遊びに来る人も多い街であることに気が付いたのだいこんさん。ご自身も子どもの頃は光が丘公園などに自転車で頻繁に遊びに来ており、結婚後は光が丘IMAが大好きな奥様と一緒によく

ショッピングに訪れているとか。老若男女問わず人を呼び込む力を持つことが、この街の大きな特徴でありポテンシャルではないかと話します。  
「このような魅力をもっとたくさんの人に知ってもらえるように、今後は区内だけに留まらないPR活動を展開していきたいと思っています」  
その第一歩として、練馬の姉妹都市・長野県上田市でライブをすることが目下の目標であり、楽しみだとか。  
「いずれは23区ライブツアーもやってみたいですね。今後の期待や伸びしろなどをユーモアに昇華することで、より興味を持ってもらえるという点がお笑いの醍醐味。この強みを活かして、僕たちにしかできない魅力発信をしていきたいです」  
まずは「おつねりさまを浸透させるところから！」と言って笑うだいいんさんの隣で、むらむらのさんも自身の抱負を語ります。  
「いつか光が丘に住むことが僕の夢です。その暁には、ご近所付き合いをよろしくお願いします！」  
地元愛に溢れた練馬ナビゲーター芸人「ねりまだいこん。」の活躍に、期待は高まるばかり。今後ますます地域を盛り上げ、全国に練馬区の名を広めていくってことでしょう。

## NERIMADA IKON's column

### 年々アップデートする活動から目が離せない！

「ねりまだいこん。」として練馬区選挙啓発大使や練馬警察署広報大使なども務めるお二人。区内の小中高校で選挙を絡めたネタを披露するなど、地域の子どもたちに向けた活動も精力的に行っています。また、毎年「練馬みどりの葉っぱい基金」に売り上げを寄付しているチャリティーライブも10年

※各種ライブや活動の詳細は公式ホームページをご確認ください。

目を迎え、今年も11月に豪華ゲストを招いて開催する予定です。ちなみに、今後は村野さんの芸名をファンが考えた名前から抽選で決めるそうで、「むらむらの」はその映えある第一号だそう。もしかしたら、自分が考案した芸名で活動する年度もあるかも！？





# いつもとひと味違う食べ方で トマト尽くしを楽しもう!

いまを  
楽しめ  
vol. 26



野菜料理家  
いがしかなさんが  
教える  
いま食べ  
レシピ♪

大人にも子どもにも人気のトマト。そのまま食べるのはもちろん、丸ごと焼いたり、ご飯と炊き込んだり、手作りのタレにしたりと、実は幅広い料理に使えます! トマトの色々な魅力を味わってもらえたら嬉しいです♪

🔍 レシピで使用した野菜を  
ピックアップ! 今回は ▶ トマト

ヨーロッパでは「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれるほど栄養満点のトマト。特に、抗酸化作用がある赤色の色素成分リコピンが豊富に含まれ、油を使って加熱調理することで吸収率はさらにアップします!



Grilled whole tomato caprese

あつあつのトマトと  
クリーミーなモzzarellaが  
絶妙にとろけ合う!



How to memo

トマトの座りが不安定な場合は、底を少し切って平らにしましょう。

## Recipe 1

## 丸ごとトマトの焼きカプレーゼ

材料(4人分／調理時間20分)

- トマト ..... 4個
- ベーコン ..... 60g
- モzzarellaチーズ(ひとくちタイプ) ..... 80g
- にんにく ..... 1片
- バジルの葉 ..... 大8枚
- オリーブオイル ..... 大さじ1
- 塩・粗挽き黒こしょう ..... 各少々

- 1 トマトのヘタの部分を切り取って蓋を作り、器になる部分の中身をスプーンでくり抜く。
- 2 ベーコンを1cm角に、バジルは1.5cm角に切り、にんにくはみじん切りにする。
- 3 フライパンにオリーブオイルを入れて中火で熱し、ベーコンをカリカリになるまで炒めて取り出す。
- 4 同じフライパンににんにくを入れて炒め、香りがたったらベーコンを戻し入れる。モzzarellaチーズ、バジルを加えてさっと炒め、塩・粗挽き黒こしょうをふる。
- 5 1のトマトに4を1/4量ずつ入れる。
- 6 オーブントースター(230度)の天板にアルミホイルを敷き、5とトマトの蓋をヘタを下向きにして並べ、塩・粗挽き黒こしょうをふって5分ほど焼く。

※くり抜いたトマトの中身は冷奴にのせてポン酢やごま油をかけたり、カレーやスープに使うのもおすすめです。





*How to memo*  
鶏肉の分厚い部分に  
切り込みを入れると、  
火の通りが均一になります。

## Recipe 2

## トマトだれの油淋鶏

材料(2人分／調理時間30分)

- 鶏もも肉 …… 2枚(約600g)
- トマト …… 1個(150g)
- 長ねぎ(白い部分) …… 10cm

- A**
- 酒 …… 大さじ1
  - しょうゆ …… 大さじ1
  - しょうがチューブ …… 4cm

- 片栗粉 …… 適量
- 揚げ油 …… 適量

- B**
- しょうゆ …… 大さじ2
  - 酢 …… 大さじ1
  - 砂糖 …… 大さじ1/2
  - ごま油 …… 小さじ1
  - にんにくチューブ …… 2cm
  - しょうがチューブ …… 2cm

- レタス …… 適量
- スプラウト …… 適量

- 1 鶏もも肉の余分な脂を取り除き、分厚い部分に浅い切り込みを入れる。混ぜ合わせた **A** をもみこんで15分おき、片栗粉をまぶす。
- 2 トマトを1.5cm角に切り、長ねぎはみじん切りに、レタスは千切りにする。
- 3 トマト、長ねぎ、**B** を混ぜ合わせてトマトだれを作る。
- 4 揚げ油を160度に温め、1の鶏肉を皮目を下にして4分揚げる。裏返して3分を目安に火が通るまでさらに揚げる。強火にしてもう一度裏返し、1分ほどカラッと揚げる。
- 5 器にレタスを広げ、食べやすい大きさに切った4の鶏肉をのせる。トマトだれをかけ、スプラウトをのせる。

*Fried chicken with tomato sauce*

ジューシーな揚げ鶏に  
トマトがごろごろ入った  
タレをたっぷりかけて



*Rice cooked with tomatoes*



*How to memo*  
だし汁は市販の  
だしパックを活用して  
手軽につくりましょう♪

## Recipe 3

## トマトの炊き込みごはん

材料(4人分／調理時間10分 ※炊飯時間を除く)

- 白米 …… 2合
- ちりめんじゃこ …… 20g
- ミニトマト …… 16個(約200g)
- 青じそ …… 8枚
- しょうが …… 1片
- かつお節 …… 2パック(10g)

- A**
- だし汁 …… 300ml
  - みりん …… 大さじ2
  - しょうゆ …… 大さじ1/2
  - 塩 …… 小さじ1/4
  - ごま油 …… 小さじ4
  - 白いりごま …… 少々
  - 粗挽き黒こしょう …… 少々

- 1 白米を洗い、水気をきる。
- 2 ミニトマトのヘタを取り除き、しょうが、青じそを千切りにする。
- 3 炊飯器に白米を入れ、しょうが、**A**を加えて混ぜ、ミニトマトを広げて炊飯する。
- 4 炊き上がった器に盛り、ちりめんじゃこ、かつお節、青じそをのせる。ごま油をまわしかけ、白いりごま、粗挽き黒こしょうをふる。

口いっぱい広がる  
トマトのやさしい旨みに  
心もほっこり温まる



# イマコレ! スタッフ完全ガイド

## IMAのおすすめグルメ

IMAで働くスタッフに、おすすめをズバリ聞く企画!  
今回は、IMAのグルメ特集です。

## 選ぶ楽しみが尽きないIMA DININGで、 今食べたいのはコレ!

多彩な飲食店が集結し、よりどりみどりの美味しさに溢れたIMA DINING。  
スタッフお気に入りのお店から、食欲の秋にガッツリ食べたい一品を選んでもらいました。

9月末  
OPEN



ダナパニ  
イマミセ4F IMA DINING

とびきり  
大きいナンは  
必食!



バターチキンカレー/  
850円



ダナパニの

### “バターチキンカレー”

老若男女に愛される、まろやかでコクのある味

新店が光が丘にオープンするとのことで、待ちきれず姉妹店に行ってきました! 一番人気のバターチキンカレーは、バターのコクと甘み、スパイスのバランスが絶妙で、愛されるのも納得の一品。さらに、ふわふわのナンは驚きの大きさと、食べ応えも抜群です。光が丘でも通うこと間違いなし!

光が丘IMA(株式会社 新都市ライフホールディングス)  
丹野 亮吾さん

COOK BARNの

### “常陸牛ミスジステーキ”

スタミナチャージに欠かせないご馳走

ブランド牛のステーキを気軽に食べられることが嬉しくて、よく利用しています。中でも赤身と脂身のバランスがよい常陸牛のミスジステーキがお気に入り。ちょっと疲れた時など、肉をしっかりと食べてエネルギーを補給したい時に、自分へのご褒美として食べる人が多いです。

光が丘IMA(株式会社 新都市ライフホールディングス)  
菊池 勇人さん



食べれば  
元気が  
みなぎります!



常陸牛  
ミスジステーキ/  
1,500円  
(ライス・スープ付き)

COOK BARN  
イマミセ4F IMA DINING  
☎ 03-6904-0229



精肉店直営1971 肉井やまと  
イマミセ4F IMA DINING  
☎ 03-6904-0686

牛タン×  
お茶漬けが  
合うんです♪



ローストビーフ  
牛タン重/ 1,300円



精肉店直営1971 肉井やまとの

### “ローストビーフ・牛タン重”

他にはない贅沢な組み合わせがたまらない!

お店のリニューアルにともない、セットの薬味と出汁で3度も4度も味変を楽しめる肉重シリーズができてからというもの、肉井やまとに夢中です。特に、ローストビーフ牛タン重は、他では目にしない贅沢な組み合わせと、お茶漬けにしたときの美味しさが何ともしえず好きです。

光が丘IMA(株式会社 新都市ライフホールディングス)  
甚野 太我さん

# IMA HALL EVENT SCHEDULE

10 >>> 11  
October November



## IMAクラシックコンサート2025



**公演日程** 11月14日（金）【開場】17:30 【開演】18:00

### 料金

**全席指定（税込）**  
●S席 5,000円 ●A席 一般4,500円／学生3,500円

※学生＝小学生～大学生・専門学校校、各種学生

■要身分証明書

学生券を購入された方は当日学生証・顔写真付き身分証をお持ちください。

※未就学児入場不可。

### チケット 販売期間

2025年9月1日（月）～2025年11月11日（火）

チケットぴあ ▽WEB <https://t.pia.jp/> 【Pコード：303-014】

ローチケ ▽WEB <https://l-tike.com/> 【Lコード：36136】

イープラス ▽WEB <https://eplus.jp/>

カンフェティ ▽WEB <https://www.confetti-web.com/>

※当日券については、チケット販売終了後にIMAホールHPにてお知らせいたします。

### 10月イベントスケジュール

### 11月イベントスケジュール

17日  
金

#### 共催 第30回 リトミッククラス

1,000円 0～1歳 10:15～ 2歳以上 11:15～

※参加者（幼児）1名＋保護者2名まで。※兄弟・姉妹の場合など、+幼児1名につき500円。※各クラス定員15組・先着順。※事前予約制（空きがある場合は当日受付可）。※当日現金払い。

#### 主催 IMA寄席 第421回

木戸銭100円～ 18:00開演

14日  
金

#### 主催 IMAクラシックコンサート2025

全席指定

S席 5,000円 A席 一般4,500円／学生3,500円

■要身分証明書

学生券を購入された方は当日学生証・顔写真付き身分証をお持ちください。

※未就学児入場不可。

※当日券については、チケット販売終了後にIMAホールHPにてお知らせいたします。

21日  
金

#### 共催 第31回 リトミッククラス

1,000円 0～1歳 10:15～ 2歳以上 11:15～

※参加者（幼児）1名＋保護者2名まで。※兄弟・姉妹の場合など、+幼児1名につき500円。※各クラス定員15組・先着順。※事前予約制（空きがある場合は当日受付可）。※当日現金払い。

#### 主催 IMA寄席 第422回

木戸銭100円～ 18:00開演

春風亭正朝師匠の  
IMAホール小噺



「落語女子」



「落語女子」という言葉があるそうだ。最近、落語が好きで若い女性が増えていて、そういう女性を指しているらしい。言われてみれば都内の寄席にも若い女性の姿が目立つようになった。昔は寄席のお客さんはおじさんと、爺さん婆さんばかり。若い女性なんていなかった。いたとしたら寄席好きの彼氏に無理矢理連れて来られたような方ばかり

だった。それが若い女性が増えてきたというのは、落語の将来にとって有り難いことである。しかし、だからといってこれが「落語女子ブーム」とまでは言えない。そこまで爆発的な人気ではない。なぜなら私の所へは落語女子は一人も来たことがないから。なんとか私個人にも落語女子ブームが来て欲しいものだ。

IMA HALL  
街に彩りを。

掲載価格はすべて、税込価格となります。  
記載の時刻は開演時間となります。  
公演の内容は変更する場合がございますので、予めご了承ください。  
公演の詳細や最新情報はIMAホール公式WEBサイトをご覧ください。



貸しホールのお問い合わせ

☎03-3976-2000

受付時間：平日9:30～17:00



子どもに通わせたい

## おすすめのスポーツ教室

練馬区の「いきつけにしたい」スポットを紹介するコーナー。  
今回は、お子さまが通いたくなるスポーツ教室の特集です。



## ☑ N.S.T.P サッカースクール

「自分に期待しよう」を合言葉に  
可能性を伸ばすオンリーワンの指導

**光**が丘初となる駅直結の屋外フットサルコート「CITY NSTP FIELD」で行われているのは、生まれも育ちも光が丘の村田代表が「地元をサッカーで盛り上げたい」と2019年に始めたN.S.T.P サッカースクール。サッカーの楽しさを学んだり、より高みを目指すべく挑戦したりと、多様なレベルやコースから自分に合ったクラスを選べるほか、現役選手やJリーグ経験者というコーチ陣の層の厚さも魅力。次のステップのために今やるべきことを考えさせる指導で、目標に向かって楽しく成長できる環境を与えてくれます。



DATA

光が丘IMA イマミセ5F  
2020nstp@gmail.com







## ☑ インドアテニススクール

### NAS光が丘

テニスが初めてでも大丈夫！  
楽しみながら上達できる!!

**N**AS光が丘のキッズテニススクールでは、多彩な練習メニューを通じてテニスに必要な「体の使い方」や「運動の楽しさ」を自然と身につけることができます。運動が苦手なお子様も、楽しみながら技術と体力を養えると評判。体験も随時受付中です！



#### DATA

光が丘IMA  
イマミセ5F  
☎03-3976-2811



## ☑ NPO法人SSC光が丘

### チアダンスチームLuna &キッズ・チアダンス

心を一つに目標に向かう喜びで  
ダンスがどんどん好きになる！

**練**馬区の総合型地域スポーツクラブが手がけるチアダンスチーム。ダンスを始めるきっかけ作りや体を動かす楽しさを育む「キッズチア」と、「United as One!〜絆をひとつに!!〜」を合言葉に積極的にトライするチーム「Luna(ルナ)」の2つのカテゴリーで活動しています。未経験者、初心者も安心して参加できます。



#### DATA

キッズ・チアダンス：  
光が丘体育館(練馬区光が丘4-1-4) 他  
チアダンスチームLuna：  
光が丘第二中学校(練馬区光が丘7-1-1) 他  
☎090-1765-2482  
(SSC光が丘チアダンスクラブ育成プロジェクト事務局)  
ssc-hikarigaoka@tiara.ocn.ne.jp



## ☑ 光が丘体育館

希望日だけの単発参加もOK!  
応募者多数の人気教室

**光**が丘体育館でも、子ども向けのさまざまな教室が開催されていることをご存じですか？例えば、キッズ体操や水泳、ダンスにジュニアパフォーマンスなど、お手頃な価格で学べると人気の教室が多数揃っています。もちろん、プールや屋内ランニングコースなどで自由に運動することも。ぜひ、気軽に訪れてみてください。

※申込方法は光が丘体育館へお問い合わせください。  
※定員の場合は空き待ちとなります。



#### DATA

練馬区光が丘4-1-4  
☎03-5383-6611  
開館時間:9:00~21:30  
休館日:毎月第2月曜日



今週は誰とどこに  
行こうかな？

Event Calendar

# おたのしみカレンダー

小さい  
お子さまと



ご家族で



お友達と



ご夫婦で



ペットと



グループで



光が丘に密着したお祭りや全国各地の  
グルメが楽しめるフェスティバルなど、  
10月・11月に楽しめる練馬区の  
イベントをご紹介します。

※開催予定のイベントも延期・中止になる可能性があります。  
各事務局等にお問い合わせください。

手のひらサイズの  
かわいい水族館が作れる  
ワークショップも♪



## ① あそべ～る水族館

光が丘IMAに水族館がやってくる！サメタッチや磯のタッチプール、  
ドクターフィッシュ体験で、生き物と触れ合って仲良くなろう。  
家族みんなで楽しく学びながら遊べます！

📅 10月4日(土)・5日(日)

📍 光が丘IMA イマミセ 1F 光の広場

🕒 10:00～17:00 ※最終受付 16:30

¥ 入場料／600円 ※2歳以下無料

※お支払いは現金のみとなります。



## ② 第42回 光が丘地区祭

光が丘地域の住民が主体となって行うお祭り。  
「ひとコミュニケーション・まちコミュニケーション」を合言葉に、  
子どもから大人まで楽しめる催しを用意しています。

📅 10月11日(土)・12日(日)

📍 光が丘区民センター・光が丘公園ふれあいの径・IMA光の広場

🕒 11日 10:00～17:00／12日 10:00～16:00

☎ 03-5984-1039(地域文化部 地域振興課 地域コミュニティ支援係)



各種模擬店のほか、  
光が丘地区小中学校の  
作品展や演奏もお楽しみに！



ワンちゃんの同伴もOK！  
リードを付けて遊びに来てね



## ③ ロハスフェスタ®東京 2025

ここでしか出会えない手作り雑貨やアクセサリ、こだわり食材のフードなど  
約350店舗が大集合！アップサイクルを体験できるワークショップなど、  
ぜひお楽しみください。

📅 10月17日(金)～19日(日)※雨天決行・荒天中止

📍 光が丘公園 芝生広場

🕒 10:00～16:30 ※入場券販売は終了時間の30分前まで

¥ 入場料／700円 ※小学生以下無料

☎ 06-6338-0641(ロハスフェスタ事務局)







## IMA にゃん INFO



### HAPPY IMA HALLOWEEN

毎年大人気のハロウィン・イベント。今年も光が丘IMAで、  
IMAにゃんグリーティングとフェイスペイントイベントが開催されます！  
今年も仮装をして、IMAにゃんとグリーティングを楽しもう！お菓子もゲットできるかも！？  
光が丘IMAに、みんなで来てね！

**A IMAにゃんグリーティング**

**B フェイスペイントイベント**

📅 10月25日(土)・26日(日)

📅 10月25日(土)・26日(日)



※どちらも、詳しくは光が丘IMAのホームページをご覧ください。



下関市や北九州市の  
特産品販売もお見逃しなく！



## 4 関門フェア 2025

山口県下関市と福岡県北九州市の「関門エリア」が一つになってお届けするイベント。  
食・観光・文化など、さまざまな観点での魅力をギュッと集めました。  
お子様向けのブースも多数ご用意しています！

📅 10月19日(日)

📍 光が丘IMA イマミセ1F 光の広場

🕒 10:00～16:00



## 5 全国都市農業フェスティバル 2025

都市農業の魅力を味わえる国内最大級のイベント！  
全国の32自治体に参加し、各地の農産物や料理、親子で楽しめる  
ワークショップなどの多彩なブースが立ち並びます。

📅 11月15日(土)・16日(日)

📍 光が丘公園、光が丘体育館ほか 🕒 10:00～16:00

☎ 03-5984-1498(都市農業担当部 都市農業課)

🌐 [https://www.city.nerima.tokyo.jp/kankomoyoshi/nogyo/toshinou\\_festival/festival2025.html](https://www.city.nerima.tokyo.jp/kankomoyoshi/nogyo/toshinou_festival/festival2025.html)



前回の来場者数は  
約36,000人！  
充実の2日間を楽しもう

## 10月 カレンダー

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
		1	2	3	4 1	5
6	7	8	9	10	11 2	12
13	14	15	16	17 3	18	19 4
20	21	22	23	24	25 A B	26
27	28	29	30	31		

## 11月 カレンダー

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15 5	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

応募フォームはコチラ

所要時間 約5分



応募の  
締め切りは  
10/21 TUE.



# 読者プレゼント PRESENT

## No.1 5組10名様

### IMAクラシックコンサート ペアチケット

11月14日(金) 開場17:30 開演18:00  
IMAホールで開催されるクラシックコンサートにご招待! [P.7で紹介](#)



## No.2 5名様

### 精肉店直営 焼肉やまとお食事券 (500円券×2枚セット)

店舗にてご使用いただける1,000円分のお食事券。全国の産地から厳選したA5クラスの和牛を中心に、高品質な焼肉メニューを秘蔵のタレとともにお手頃価格でお楽しみいただけます。



※使用方法等の詳細は券面をご確認ください。

## No.3 5名様

### IMAにゃんグッズ ポーチ&マスキングテープ

光が丘で大人気の、IMAにゃんのポーチとマスキングテープをセットでプレゼント! 日常をIMAにゃんで彩ろう♪



## No.4 3名様

### カメラのキタムラ FUJI FILM 写ルンです

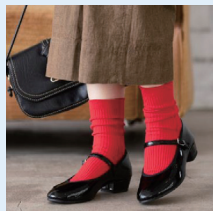
手軽にフィルム写真を! 巻いて押すだけで、誰でも簡単にフィルム写真を楽しめます。撮影後の現像や、データ化してスマホへの転送はカメラのキタムラへお任せください!



## No.5 3名様

### 靴下屋 2×2リブソックス 2足セット

季節を問わない素材と程よい厚みの生地で、さまざまな服装や靴にマッチするシンプルな無地ソックス。足全体にフィットし、たくさん歩く日にも安心の1足です。



※画像はイメージです。

## No.6 3名様

### サーティワンアイスクリーム バラエティボックス レギュラー6個入りギフト券

選べる楽しさを持って帰ろう! 家族のだんらんや、みんなで過ごすひとときに。



※光が丘店のみ有効。詳しくは当選後にチケット面をご確認ください。※画像はイメージです。



左・ニーズに沿ったお店作りと丁寧な接客で、いつ訪れても心地よい雰囲気。

右・SNSで話題の天然温泉水を配合したボディスクラブは、光が丘店でも人気No.1!



話題のお店に聴く

いまのIMAから

vol.

26



ハウス  
オブ  
ローゼ

イマミセ2F  
☎03-3976-1931

秋冬のイチオシ!

### 肌をうるおいで満たす 高保湿美容液

高いうるおい保持力でリピーターの多いロングセラー商品。内側はぷるん、表面はさらりとしたコンディションが続きます。

モイスチュアコントローラー EX  
(30mL) / 7,700円



HOUSE OF ROSE



「ハウスオブローゼ」では、素肌がきを通してお客様一人ひとりの“自分らしい美しさ”を育むお手伝いをしています。取り扱い商品のほとんどが自社ブランドの自然派化粧品なので、お肌にやさしい製品が多いことでも喜ばれています。また、メイクアップ化粧品も豊富で、乾燥が

気になるこの時期は保湿成分を配合した目元専用ファンデーションが毎年大人気ですね。素肌がききの専門店だからこそできるケアがあります。ぜひ、いつでも気軽にお立ち寄りいただき、「こんなの欲しかった」というアイテムを手にとってみてください。(店長談)



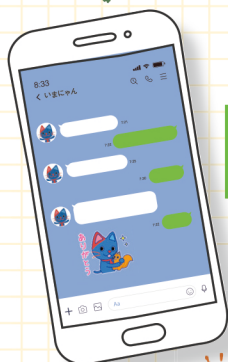
IMAにゃん  
からの  
お知らせにゃ!

楽しくトーク

# IMAにゃん CAFE

「IMAにゃん」の

LINEスタンプができたにゃ!



買って  
くれたら  
うれしい  
にゃ♪

おはよう!!



ありが  
とう



おつか  
れさま



わーい!



りよう  
かいで  
す!



スタンプは  
このほかにも  
あるにゃ!  
ここから  
購入できるにゃ



次号の  
質問

「ぼく(IMAにゃん)のグッズでほしいものはあるかにゃ?  
それはなにか、おしえてにゃ!」

## NEWS

9月末  
OPEN



### インド・アジア料理専門店 ダナパニが IMAダイニング内にNEW OPEN!

本格インドカレーともちもちの焼きたて自家製ナンの組み合わせは絶品です。  
ぜひお越しください。

イマミセ4F IMA DINING

光が丘  
ima'am®

12/1  
mon.

2025.12 & 2026 1 vol.253

#### 編集後記

お休みをいただいていたima'am®ですが今号より再開します! 久しぶりということもあり、巻頭は元気よく笑い芸人「ねりまだいこん。」さんに登場してもらいました。開店前のIMA DININGでの撮影とインタビューは、ネタ披露かと思うくらい爆笑の連続。ライブは必見です! 「わたしのいきつけ」はお子様向けのスポーツ教室を特集。参考にしていただけると嬉しいです。これからも、ima'am®をよろしくお願いします。

広告  
募集中

あなたも「光が丘ima'am®」に広告を掲載しませんか? ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

ima'am®編集室

☎03-3976-2255

✉ ima-imaam@nul.co.jp

# ポケモングッズをもらおう！ ピカチュウに会える！



誰でも  
参加OK

11月8日（土）・9日（日）  
光の広場 イベントスペースで開催

ポケモン  
グッズ  
もらえる！



ランチボックス



マグカップ



BOXティッシュ



シールシート



○グッズはなくなり次第終了。○お一人さま1回まで。○他の来店施策（抽選型）との併用不可。  
○予告なく変更になる場合がございます。○画像はイメージです。○詳しくはソフトバンク・ワイモバイルクルーまで。  
©Pokémon. ©Nintendo/Creatures Inc./GAME FREAK inc.