

光が丘 ima'am®

毎日の暮らしに、
この街の彩りを。

2026

4
&
5

vol.
255



Special Feature いまを彩る人
光が丘のいまを
温かい色彩にのせて

PORSCHE



Porsche初のフル電動SUV、 新型Macanの特別展示会実施。

4月18日(土)-19日(日) 10AM-6PM
開催場所:光が丘IMA 光の広場

■ 来場記念品:アンケートにお答えいただいた来場者様に記念品をご用意しております。

※1組様につき1点とさせていただきます。また十分な数をご用意しておりますが、品切れの場合はご容赦ください。



ポルシェセンター練馬
ポルシェ正規販売店
179-0082
東京都練馬区錦2-18-16
03-6906-6420

Contents

2026 4 & 5
vol. 255

光が丘
ima'am®

ima'am®とは…
光が丘IMAのイマとフランス語の
マダムを足した光が丘のマダム(ママ)を
イメージした造語です。

2 Special Feature いまを彩る人

光が丘のいまを 温かい色彩にのせて



4 いまを召し上がれ

ワンパン2品同時調理でラクラク! 新生活の夕食

6 IMA NEWS

光が丘IMAの新店特集

7 IMA HALL EVENT SCHEDULE/ IMAホール小噺「スター誕生!？」

8 光が丘さんぽ 春のピクニック in 光が丘公園

掲載店舗で
使える
クーポン付き



10 おたのしみカレンダー



12 読者プレゼント/ IMA×エポスカード

13 IMAにゃんCAFE



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」。ここでは、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



寄り彩る、まちの庭
四季の香ローズガーデン
Shikigakou Shikinokori Rose Garden

バラの見ごろは例年
5月中旬～下旬です。
気候により前後する
場合があります。

2026 ROSEGARDEN FESTIVAL

5.1 Fri - 6.7 Sun



ローズガーデンコンサート
5月31日(日) ①11:00～②14:00～

春のバラに囲まれて、
武蔵野音楽大学のみなさまによる
華やかなサクソフォンの音色をお楽しみください。



四季の香ローズガーデン10周年

2026年5月に、四季の香ローズガーデンは
10周年を迎えます。

新たなフォトスポットや特別イベントなどお楽しみに!



【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)
【開場時間】 9時～17時(フェスティバル期間中は18時まで)
【休園日】 火曜日(祝祭日の場合は開園、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)

フェスティバル期間中は
火曜日も開園しています。



光が丘のいまを 温かい色彩にのせて

2020年から光が丘ima'am®の顔として誌面を彩り続けている表紙イラスト。
そのかわいらしく温もりに満ちた絵柄に、
毎号心待ちにしているファンも少なくありません。
イラストを手がけるカワツ ナツコさんに、
制作の舞台裏とima'am®への想いをお聞きました。

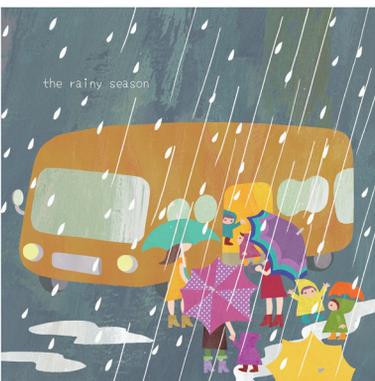


今回の
いまを
彩る人

イラストレーター
カワツ ナツコさん

公式HP
natsukokawatsu.com

かずくま公式Instagram
kazukuma123



カワツさんのイラストの原点となっている、貼り絵の技法。その温かな感性をベースに、線画やデジタル画など多彩な表現へと世界を広げています。

心の内から手繰り寄せた
イラストレーターへの道

光が丘の日常を鮮やかな感性と温かな筆致で描き出し、読者を楽しませてくれるima'am®の表紙イラスト。手がけるのは、ポップなキャラクターから大人向けのクールな線画まで、多彩なタッチを描き分けるイラストレーター・カワツ ナツコさんです。幼少期から図工が好きで、絵を描く仕事を抱いていたというおぼろげな憧れ思いが明確な目標に変わったのは、結婚・出産という大きな転機を迎えてからでした。

「育児に専念する毎日はとても幸せでしたが、その反面、社会から取り残されてしまうような心細さを抱くこともありました。自分自身のためにやりたいことは何だろうか？と自問自答を繰り返した時、イラストレーターへの思い



(左)これまで手がけた30点の中で最も印象に残っていると話す2022年12-1月号の表紙イラスト。四季の香ローズガーデンのイルミネーションを楽しむ恋人たちを描きました。
 (右)練馬大根の漬け樽という珍しいモチーフに挑戦した2023年10-11月号の表紙も、刺激的な経験だったと振り返ります。

「がはつきりとした形になったんです」
 それから、早朝4時から6時までの2時間を充てるなど、育児の合間を縫って勉強に明け暮れる生活が始まりました。通信教育でイラストの基礎を徹底的に叩き込み、出版社への持ち込み営業やコンクールへの出品を重ねるなど、自らの足で道を切り拓くべく奮闘する日々。そのひたむきな歩みが、ついに憧れだった業界への第一歩へと繋がったのです。

以来、多方面でその手腕を発揮しながら、絵本や作品集の出版に個展の開催など、精力的に表現の場を広げてきたカワツさん。2020年には光が丘Ima'am®の表紙を飾るイラストレーターに抜擢され、毎号の表紙は今年やすっかり地域に親しまれる存在になりました。

「Ima'am®との出会いがなければ生涯描く機会がなかったかもしれないモチーフを手がけられることが、一番楽しいですね。例えば、大きな鍋いっぱい豚汁のイラストも印象的でした。毎

見慣れた景色を愛おしい物語に



(左) 深いラインで描かれるスタイリッシュな線画は、カワツさんのもう一つの真骨頂。
 (右) 個展や期間限定のポップアップストアなども精力的に展開しています。

「見慣れた光が丘の日常に、カワツさんならではの温もりが吹き込まれていく。次はどんな物語が描き出されるのだろうと、心躍らせながら次号を待つひととき。そんな密かな楽しみが、これからも地域に暮らす私たちの心を優しく包み込んでくれることでしょう。」

「光が丘のさまざまな景色を私なりの表現で紡いでいく中で、光が丘は私にとっても身近な場所になりました。こうして実際に訪れてみると、また感慨深いものがありますね。そんな思いから、今回の表紙には私の心に刻まれた光が丘IMAの風景を描いています。読者の皆さんにはこれからも、表紙を見て『あ、ここはあそこだ!』と地元ならではの発見を楽しんでいただけたら嬉しいです」

号、巻頭特集のテーマを汲み取りながら、風景の中にキーとなる人や物をどう溶け込ませるか。二つの要素を編み上げていくプロセスも、難しさの中に高揚感を与えてくれます」
 もともと、紙の質感を生かした貼り絵の手法を得意としているカワツさん。デジタル貼り絵を機にデジタル作画の楽しさにも触れ、自由な挑戦を称えてくれるIma'am®の環境で、その面白さを存分に発揮できていることも嬉しいと話します。

「光が丘のさまざまな景色を私なりの表現で紡いでいく中で、光が丘は私にとっても身近な場所になりました。こうして実際に訪れてみると、また感慨深いものがありますね。そんな思いから、今回の表紙には私の心に刻まれた光が丘IMAの風景を描いています。読者の皆さんにはこれからも、表紙を見て『あ、ここはあそこだ!』と地元ならではの発見を楽しんでいただけたら嬉しいです」

Natsuko Kawatsu's column

親子の時間を彩る『かずくま』の世界

温もりあふれる画風を活かし、絵本作家としても活動するカワツさん。物語から作画までを一貫して手がけた代表作『かずくま』は、親子で数字の“さがしっこ遊び”を楽しめる一冊となっています。文字の読めない小さなお子さんでも夢中になれる工夫が満載で、「かず」への興味が

芽生え始めた時期の知育パートナーとしてもぴったり。作中に登場する愛らしいキャラクターは、お薬手帳やテーブルウェアなどのグッズでも展開中。不定期で開催されるポップアップストアやオンラインショップで手に取ることができるので、ぜひチェックしてみてください。



2026年2月に重版決定! 小学館より発売中。
 かずくま公式サイト: <https://kazukuma123.com>

ワンパン2品
同時調理で
ラクラク!

新生活の夕食

いまを
仕上げ
vol.29



野菜料理家
いがらしかなさんが
教える
いま食ベレシピ♪

春の陽気に誘われて、光が丘IMAの生鮮食品街にも瑞々しい春野菜が届きました。そこで、今しか味わえない旬の食材を使って、何かと忙しい春にパッと作れて心も満たされる新生活応援レシピを考案してみました。さっそく、今夜の夕食にいかがですか？



Salmon with miso, sautéed new potatoes with salted kelp and butter

Tambori Pork & Spring Cabbage "Bird's Nest" Eggs

Recipe 1

タンドリーポーク& 春キャベツの巣ごもり卵

漬け込み不要で簡単♪
食欲をそそる豚肉に
旬の春キャベツを
添えて

材料(2人分/調理時間30分)

〈タンドリーポーク〉

- 豚もも肉 …………… 300g
- エリンギ …………… 1本
- 赤パプリカ …………… 1/4個

- A
- ヨーグルト …………… 大さじ2
 - カレー粉 …………… 大さじ1
 - オリーブオイル …… 大さじ1
 - にんにくチューブ …… 小さじ1
 - しょうがチューブ …… 小さじ1
 - 塩 …………… 小さじ1/2

- 粗挽き黒こしょう …… 少々
- パクチー …………… 適量(お好みで)



〈春キャベツの巣ごもり卵〉

- 春キャベツ …………… 1/8個 (150g)
- ベーコン …………… 4枚(40g)
- 卵 …………… 2個
- 塩・粗挽き黒こしょう… 各少々

- 1 エリンギを横半分にしてから縦4等分に切り、赤パプリカは乱切り、パクチーはざく切りにする。春キャベツ、ベーコンは細切りにする。
- 2 ボウルに A を混ぜ合わせ、豚もも肉・エリンギ・赤パプリカを加えて混ぜる。半量ずつをそれぞれクッキングシートで包み、2セット作る。
- 3 別のクッキングシートに春キャベツ・ベーコンを半量ずつのせて塩をふり、包む。同様にもう1セット作る。
- 4 フライパンに水150ml(分量外)を入れて2と3を並べ、蓋をして中火で沸騰させる。弱火で15分蒸し、春キャベツ&ベーコンの上に卵を割り入れてから、5分を目安に肉に火が通るまでさらに蒸す。
- 5 タンドリーポークに粗挽き黒こしょうをふり、パクチーをのせる。春キャベツの巣ごもり卵に塩・粗挽き黒こしょうをふる。

Recipe 2

鮭のねぎ味噌チーズ焼き& 新じゃがの塩昆布バター

チーズの芳醇なコクと
絶妙な塩の旨みが
春の美味しさを
引き立てる

材料(2人分/調理時間30分)

〈鮭のねぎ味噌チーズ焼き〉

- 鮭の切り身 …………… 2切れ
 - スナップエンドウ …… 6本
 - しめじ …………… 1/4株
 - ミニトマト …………… 2個
 - 小ねぎ …………… 1本
 - ピザ用チーズ …………… 30g
- A
- 味噌 …………… 大さじ1
 - みりん …………… 大さじ1/2
 - 白いりごま …………… 少々
 - 塩 …………… 少々



〈新じゃがの塩昆布バター〉

- 新じゃがいも …………… 2個(300g)
- 塩昆布 …………… 10g
- バター …………… 15g
- 粗挽き黒こしょう …… 少々

- 1 鮭の両面に塩をふって5分おき、水気をふきとる。
- 2 スナップエンドウを斜め半分に切り、しめじをほぐす。ミニトマトはへたを取る。
- 3 新じゃがいもは8mm幅の半月切りにして水にさらし、水気をきる。
- 4 クッキングシートに鮭1切れをのせ、混ぜ合わせた A をぬってピザ用チーズをのせる。周りに2の野菜を半量のせて包む。同様にもう1セット作る。
- 5 別のクッキングシートで3を半量ずつ包んだものを2セット作る。
- 6 フライパンに水150ml(分量外)を入れて4と5を並べ、蓋をして20分を目安に火が通るまで蒸す。
- 7 鮭にきざんだ小ねぎ・白いりごまをふる。じゃがいもに塩昆布・バターをのせ、粗挽き黒こしょうをふる。

How to memo



Step 1

シートがはみ出ると燃える危険があるため、必ずフライパン内に収めましょう。



Step 2

水がなくなると焦げ付きの原因になるため、水量は適宜追加しながら調整してください。

IMAから食卓へ

〜Shopping & Cooking〜

旬が弾ける「ARIYAMA」の野菜と、創業60年の歴史を誇る老舗「あまいけ」の厳選肉で、さらに美味しく!

プロの目利きが光る「ARIYAMA」には、今この瞬間にしか味わえない旬の彩りが溢れています。その隣、老舗の信頼を背負う「あまいけ」が提供するの、食卓を格上げする上質な精肉。イマチカが誇る至高の食材で、今晚のレシピを最高の一皿にしてみませんか?

ARIYAMA

イマミセB1F ☎03-5967-1650

新じゃがいも 5個(540g) / 349円
春キャベツ(半玉) / 170円
※ともに撮影時の価格です。



あまいけ

イマミセB1F ☎03-3977-5581

豚もも切り落とし(466g)/895円
(100g当り192円)
※撮影時の価格です。



話題のショップが
続々オープン!

光が丘IMAの新店特集

待望の有名店から注目のショップまで、光が丘IMAに8店舗がニューオープン!
光が丘ライフがもっと便利に楽しくなる、
最新のショップラインナップを一挙にご紹介します。



ブランジェ浅野屋

イマミセB1F / ペーカリー

3/6(金) OPEN



1933年(昭和8年)創業の、軽井沢に本店を構えるペーカリー。伝統的な製法のパン作りを受け継ぎながら、信州産など厳選した素材を使用し、パン本来の美味しさを追及した商品を提供しています。

karendo

イマミセ1F / 生花・造花・花関連雑貨・菓子

3/8(日) OPEN



お花を通してすべての人に「ドキドキ・ワクワク」を伝える、進化系フラワーショップ。誕生日や記念日、お悔やみなどのさまざまなシーンに合わせたフラワーギフトをご用意しています。生花はもちろん、枯れないソーブフラワーやブリザードフラワーなど、幅広いラインナップを展開しており、贈る側も受け取る相手も驚くフラワーギフトをご提案いたします。

フレッシュダイトー

イマミセB1F / 青果

3/24(火) OPEN



北から南から日本の味覚を食卓へ四季折々の自然の恵みをお届け! 美味しいフルーツと新鮮野菜をお値打ち価格にてご提供します。イキのいい八百屋さんがご来店を心よりお待ちしております!

プチメイン

イマミセ2F / 子供服・雑貨

3/27(金) OPEN

petit main

トレンドファッションに子どもらしさをプラスした、デイリープライスで楽しめるガールズ&ボーイズブランドです。

エイチ・ビー

イマミセ1F / レディスファッション

3/7(土) OPEN



女性が思い描く「大人の女性」。ノンエイジ・カジュアルを切り口に、個性・デザイン・素材にこだわった上質感のあるファッションをご提案いたします。

韓美膳DELI

イマミセB1F / 韓国惣菜

3/17(火) OPEN



百貨店などで展開するレストラン『韓美膳』の料理をご家庭でも楽しめるように展開された、韓国料理のデリショップ。ご飯に合うキムチやナムルはすべて手作りにこだわり、厳選した食材を使用しています。その他、ヘルシーで元気の出るお弁当やキンパ、チヂミなどをテイクアウトでご提供。「韓国料理をもっと気軽に楽しんでもらいたい」そんな思いで、さまざまな韓国料理をオシャレに美味しく表現します。

ダロワイヨ

イマミセB1F / 洋菓子

3/25(水)
OPEN



フランス王家の食膳係として歴史を刻んできた美食の名店。スペシャリテの「マカロン」をはじめ、ダロワイヨ発祥のチョコレートケーキ「オペラ」などを作り続けています。創業時代から続く手作りの技を現代に蘇らせ、独創性の豊かさや高い品質の商品をお客さまに提供することが、ダロワイヨのこだわりです。

KOMEHYO買取センター

イマミセ2F / ブランド品・貴金属買取

4/3(金) OPEN



宝石、時計、ブランドバッグ・小物、衣料の買取専門店。専門スタッフが親切・丁寧に対応いたします。査定料・キャンセル料・手数料はすべて無料。お気軽にお立ち寄りください。

IMA HALL EVENT SCHEDULE

2026

4

April

>>>

2026

5

May



IMA HALL

2026年 開場17:30 開演18:00

※公演時間は約90分

第425回 2月20日(金)
第426回 3月13日(金)
第427回 4月17日(金)
第428回 5月15日(金)
第429回 6月19日(金)
第430回 7月17日(金)
第431回 8月21日(金)
第432回 9月18日(金)
第433回 10月16日(金)
第434回 11月20日(金)
第435回 12月18日(金)

2027年
第437回 2月19日(金)
第438回 3月19日(金)

春風亭正朝と
愉快な仲間たち

IMAのまふせ
寄席

木戸銭は100円以上お気持ちで
この木戸銭は(株)新都市ライフホールディングスの社会貢献事業の一環として練馬区社会福祉協議会に寄付しています。

新春IMA寄席
第436回
2027年1月9日(土)
お楽しみ抽選会あり
※抽選結果は後日お知らせします

主催：IMA HALL (株)新都市ライフホールディングス
TEL: 03-3976-2000 (受付時間 平日9:30-17:00)
TEL: 070-7604-5230 (公演日専用ダイヤル)
※お問い合わせは03-3976-2000まで
※お問い合わせは03-3976-2000まで

協賛：練馬区 練馬区社会福祉協議会

第427回・第428回IMA寄席 ～春風亭正朝と愉快な仲間たち～

公演日程

2026年4月17日(金)・5月15日(金)
開場 17:30 開演 18:00 ※公演時間は約90分

出演

春風亭正朝 他

公演内容

春風亭正朝が平成元年(1989年)の第1回以来主任を務め、木戸銭100円から気軽に本格的な落語が楽しめる落語会として長年地元で親しまれている、IMAホールの看板公演です。

料金

無料/全席自由

ロビー内に設置されている木戸銭箱に、100円以上のお気持ちをお願いいたします。この木戸銭は、株式会社新都市ライフホールディングスの社会貢献事業の一環として、練馬区社会福祉協議会に寄付しています。

2026年4月イベントスケジュール

共催 第35回 リトミッククラス

1,000円

0～1歳半頃 10:15～ 1歳半頃～ 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。

17日
金

主催 IMA寄席 第427回

木戸銭100円～ 18:00開演

2026年5月イベントスケジュール

共催 第36回 リトミッククラス

1,000円

0～1歳半頃 10:15～ 1歳半頃～ 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。

15日
金

主催 IMA寄席 第428回

木戸銭100円～ 18:00開演

春風亭正朝師匠の
IMAホール小噺

vol.
11

「スター誕生!？」



この秋、姪っ子弟子の春風亭一花が真打に昇進する。先輩を何人か抜く抜擢の昇進である。新たなスター誕生の予感だ。彼女が一朝師匠の元に弟子入りしてすぐ、私はIMA寄席の前座をお願いした。以来一花はIMA寄席のレギュラー前座として修行を積んだ。謂わば一花はIMA寄席育ちなのだ。さらに、5年前に金原亭馬好さんと結婚

した。馬好さんは去年一足早く真打に昇進したが、何を隠そう(何も隠してない)光が丘生まれ・育ちの地元っ子である。そんな関係もあり馬好さんも前座時代、IMA寄席の前座を務めてもらった。つまり、私は二人の「愛のキューピッド」なのである。ずいぶん汚いキューピッドだけど、IMA寄席から生まれた噺家夫婦、実にめでたい。

IMA HALL
街に彩りを。

掲載価格はすべて、新税率(10%)に基づく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。



貸しホールのお問合せ

☎03-3976-2000

受付時間：平日9:30～17:00

春のピクニック

in 光が丘公園

広大な空の下、のびのびと躍動する春の休日。
お花見からレクリエーション、デイキャンプまで、春満開の光が丘公園を遊び尽くそう！



1

芝生広場の隣には BBQ 広場も！



2

桜の名所で知られる光が丘公園。初春にはソメイヨシノをはじめ約1,000本の桜が見頃を迎えます。



ちびっこ広場には思いっきり体を動かせる遊具が充実！

3



焼きたてパンが並ぶ売店。「光が丘メロンパン」が名物。

4



光が丘公園マップ Hikarigaoka Park Map



光が丘公園
練馬区光が丘二・四丁目 ほか
常時開園・入園無料・駐車場あり(有料)
☎ 03-3977-7638(サービスセンター)
☎ 03-3977-4125(BBQ予約受付)

若葉の香りをのせた清々しい風が吹く、新緑の季節がやってきました。天気の良い週末は、東京ドームがすっぽり入るほど広大な光が丘公園の芝生広場で、子どもたちをのびのび遊ばせながら、ゆったりとピクニックを楽しんでみませんか？ 芝生広場の隣にはBBQ広場(要予約)もあり、ピクニックからの流れで野外ランチを楽しむファミリィも。お腹いっぱい食べたあとは、隣接のちびっこ広場で”わんぱく第2ラウンド”がスタート！ 楽しみが尽きないので、子どもたちも大満足間違いなしです。園内にある子ども虫あそび広場やバードサンクチュアリで武蔵野の自然も満喫しつつ、家族で春の休日を丸一日遊び尽くしましょう！

木漏れ日が揺れる、まぶしい緑を駆け回る



スマートに楽しむ、春のピクニック術

手ぶらでOK! ピクニックグルメは 光が丘駅直結の「イマチカ」で賢く調達

光が丘公園ピクニックのお供は、多彩な店舗が軒を連ねる光が丘IMAの食品街「イマチカ」で揃えるのが正解! お弁当や惣菜、サンドイッチなどの軽食が目移りしてしまうほど豊富なうえ、新鮮な生鮮食品も充実

しているため、BBQの買い出しにも困りません。駅から公園まで続く「ふれあいの径」は広々としたフラットな道で、重い荷物を積んだアウトドアワゴンやベビーカーでもストレスなく移動できるのも嬉しいポイント。

カメラのキタムラ

イマミセ 1F ☎ 03-5967-1381

キタムラオリジナル レンズ付フィルムII



エモーショナルな雰囲気でも人気が再燃しているレンズ付フィルム。一瞬の思い出を、枚数限定の特別な一枚に残しませんか?

キタムラオリジナル
レンズ付フィルムII/
通常価格2,480円

特別価格1,980円で
販売中!

2026年5月6日(水・祝)まで。

Afternoon Tea LIVING

イマミセ 1F ☎ 03-6909-8025

山中塗ロゴワークス 抗菌サークルランチボックス



シンプルで使い勝手の良いサークルランチボックス。メイン料理用の大サイズと、サラダやフルーツ入れに最適な小サイズの2個セットです。

山中塗ロゴワークス
抗菌サークルランチ
ボックス2個セット/
1,760円



本体は電子レンジと
食器洗浄機使用OK!

おともにしたい

PLUS 1

春のアウトドアを
おしゃれに楽しもう♪
心弾むアイテムを
光が丘IMAでゲット!

MUK MOCABROWN

イマミセ 2F ☎ 03-6909-9855

ソラニ遮光5段ミニمامミニ50

パステルカラーを中心とした
全6色から選べます。



小さいバッグやポケットにも収まりやすいフラットタイプの折りたたみ傘が、さらに軽量になって登場! 必要な時にさっと取り出せて便利です♪

ソラニ遮光5段ミニمامミニ50
/3,520円

靴下屋

イマミセ 2F ☎ 03-6909-2130

Ag+ 除菌クリーン2WAY アームカバー/レッグウォーマー

UVカット率
98%以上!

伸縮性があり、程よくフィットする着け心地で人気。綿素材でサラッとしているので、季節を問わず快適に使用できるのも魅力です。

Ag+ 除菌クリーン
2WAYアームカバー/
レッグウォーマー/
1,100円



ima'am® 読者の皆さまへの特別企画。ぜひ、クーポンをご利用ください!

カメラのキタムラ
有効期限 4/1~5/31受付まで

ダビングご利用時
お会計総額から **500円引き**

※カメラのキタムラ光が丘IMA店 店頭受付のみ。※おまとめ割引との併用可。※必ずクーポン券を切り取ってお持ちのうえ、ご注文の際に店舗スタッフにお渡してください。※お一人様1回のお会計で1枚限り有効。

靴下屋 靴下屋
有効期限 4/1~4/30まで

550円(税込)以上の
ご購入で **100円引き**

※光が丘IMA店のみ有効。※3足1,100円商品とセール商品、コラボ商品は対象外。※必ずクーポン券を切り取ってお持ちのうえ、お会計時に店舗スタッフにお渡してください。※お一人様1回のお会計で1枚限り有効。

先着
50名様

MUK MOCABROWN
有効期限 4/1~5/31まで

3,300円(税込)以上の
ご購入で **100円引き**

※光が丘IMA店のみ有効。※セール商品、特価品は対象外。※必ずクーポン券を切り取ってお持ちのうえ、お会計時に店舗スタッフにお渡してください。※お一人様1回のお会計で1枚限り有効。

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



地元愛あふれるお祭りから、親子で夢中になれるワークショップまで！連休や週末のお出かけがもっと楽しくなる春の催しをピックアップしました。

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



3

東京島酒と
八丈島ふれあい祭り

伊豆諸島が誇る本格焼酎「東京島酒」や、八丈島の豊かな文化・特産品が集結する祭典。多彩な銘柄の試飲に加え、こだわりの島グルメも存分に堪能いただけます。島ならではの温かな活気と美酒を味わいに、ぜひ会場へ足をお運びください。

- 📅 5月23日(土)～31日(日)
- 📍 光が丘公園 光のアーチ広場
- 🕒 10:00～18:00
- 🌐 <https://shimazake-hatijohureai.themedia.jp>

こども緑日や飲食模擬店も
多数出店！

2

一部の会場では、
練馬区公式キャラクター
ねり丸が登場するかも！第44回
練馬こどもまつり

練馬区内の児童館、地区区民館、厚生文化会館の計38施設で実施される、5月の恒例イベント。親子や子ども同士で楽しめる工作やゲームを用意してお待ちしております。ぜひ、ご家族そろってお近くの施設へ遊びに行ってみてください。

- 📅 5月9日(土)
- 📍 児童館(17館)/
厚生文化会館(1館)/地区区民館(20館)
- 🕒 10:00～12:00(受付は11:40まで)/
13:00～16:00(受付は15:30まで)
- ☎ 03-5984-5827
(練馬区子育て支援課)



1

ローズガーデン
フェスティバル

毎年大人気の、春の恒例イベント。開園10周年の節目となる今回は、記念セレモニーやあゆみパネルの展示など、アニバーサリー企画が目白押し！他にも、フォトスポットやコンサート、ワークショップなど、バラに囲まれて過ごす贅沢な時間をお届けします。

- 📅 5月1日(金)～6月7日(日)
- 📍 四季の香ローズガーデン
- 🕒 9:00～18:00(入園料無料・期間中無休)
- ※開園10周年記念セレモニー /
5月2日(土)10:00～12:00(予定)
- ※イベントの詳細はホームページをご覧ください。
- ☎ 03-6904-2061
- 🌐 <https://www.shikinokaori-rose-garden.com>

開園10周年記念セレモニーでは、
著名なバラの育種家による
トークイベントも！

光が丘IMAのイベント



3

世界にひとつだけの鯉のぼりづくり

白地の鯉のぼりに自由に色や模様、絵を描いてオリジナルの鯉のぼりを作ろう! 「自分に描けるかな?」「デザインが思いつかないかも…」という心配はご無用! デザインのヒントになる見本や、使いやすい道具をたくさん用意してお待ちしております。お友達やご家族と「次は何色にしようか?」なんてお喋りしながら、ゆったりとした時間をお過ごしください。

- 📅 5月4日(月・祝)・5日(火・祝)
- 📍 光が丘IMA 光の広場
- 🕒 11:00~17:00 ※最終受付16:30 各日150名



当日はIMAにゃんも遊びに来るかも!?



2

「いらっしゃいませ!」の音が響く、ワクワク体験型マーケット♪



子ども夢の商店街

大好評だった前回に続き、待望の第2弾を開催! 子どもたちが「お店屋さん」や「オンゴト」に参加して、おもむき通貨を手に入れながら起業や就職体験をすることができます。前回開催時よりもコンパクトな会場となりますが、さまざまな仕事を選ぶことができます。たくさんのご応募、ご来場をお待ちしております!

- 📅 5月2日(土)・3日(日・祝)
- 📍 光が丘IMA 光の広場
- 🕒 10:40~16:40
- 🌐 <https://www.f-money.com>



1

みずみずランド

本物のサメやオマールエビに触れるチャンス! 磯のタッチプールや宝物潮干狩りなど、ワクワクが止まらない体験型水族館が、今年も光が丘IMAにやってきます。海のペンダント作りやフラップ制作のワークショップもあるので、ぜひご家族揃ってお楽しみください!

- 📅 4月11日(土)・12日(日)
- 📍 光が丘IMA 光の広場
- 🕒 10:00~17:00 ※最終受付16:30
- 💰 入場料 / 800円 ※2歳以下無料。 ※お支払いは現金のみになります。

スタンプラリーも同時開催! 館内を周ってスタンプを集め、シールをゲットしよう。

全部あそべる水族館が光が丘IMAにやってくる!
あもべる水族館 親子でアソビが盛りだくさん!
 2026年4月11日(土)~4月12日(日)
 10:00~17:00 (最終受付16:30)
 光が丘IMA イマゼ1F 光の広場
 入場料 800円(税込) (2歳以下無料)
 プレゼント! たくさん集めよう!
 みずみずランド 100%OFF 100%OFF 100%OFF 100%OFF

2026 4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	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

2026 5月 カレンダー

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

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
4/21 TUE.



読者プレゼント PRESENT

No.1 3名様

IMAにゃんフェイスぬいぐるみ キーホルダーマスコット

IMAにゃんの顔が印象的なマスコットキーホルダーが登場！癒されること間違いなしです。



No.2 6名様

IMAにゃん・AMIにゃん フェイスヘアクリップ

髪飾りとしてはもちろん、鞆や洋服に付けるのもおススメ！フワフワクリップで日常を彩りましょう♪
※種類はお選びいただけません。



No.3 3名様

ダロワイヨ 季節のマカロン詰め合わせ(8個入)

パリのエスプリ香るダロワイヨのマカロン。五感で楽しむ贅沢なひと皿が、大切な人の笑顔を咲かせます。

※内容は季節により変更になる場合がございます。

P6で紹介



No.4 3名様

カメラのキタムラ キタムラオリジナルレンズ付 フィルムⅡ

ノスタルジックな描写で人気のレンズ付フィルムで、今しかない思い出を特別な一枚に残してみませんか？

P9で紹介



No.5 5名様

Afternoon Tea LIVING 山中塗ロゴワークス抗菌 サークルランチボックス 2個セット

ソフトなカラーリングで上品に仕上げているため、幅広い年代の方におすすめです

P9で紹介



No.6 5名様

横浜くりこ庵 光が丘店限定『IMAにゃん焼き』2匹 プレゼントチケット

外はカリッと中はふんわり。やわらかい食感が特徴で、冷めてもしっかり美味しくお召し上がりいただけます。

P13で紹介



※光が丘IMA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。

エポスカード特典

毎月月末の土・日は、
光が丘IMAのカフェ・レストランで **10%OFF!**

毎月月末の土・日に、光が丘IMAのカフェ・レストラン(一部店舗を除く)にてエポスカードでお支払いいただくと、お会計金額から10%OFFになります。

4-5月の実施日 4月25日(土)・26日(日) / 5月30日(土)・31日(日)

エポスカードをお持ちでないお客さまも、イマミセ1F・2Fの
IMAエポスカード特設カウンターおよび4FのIMAエポスカードセンターにて
即日発行ができます。ご入会はWEBからのお申し込みもOK!



詳しくは
コチラ

●対象店舗 スターバックスコーヒー / ゴンチャ / サーティワン アイスクリーム / 麻布茶房 / オムライスの店 卵と私 / 洋麺屋 五右衛門 / Italian Kitchen VANSAN / NENE CHICKEN&ジョン/ハット / カッフェ イタリアン・トマト / サイゼリヤ / 精肉店直営 焼肉やまと / リンガーハット / 自家製麺 杵屋 / 中華料理 唐苑 / とんかつ和幸 / 蕎麦処 いなたや / 海鮮魚力 / 光が丘 井の庄 / 丸亀製麺 / COOK BARN / タナバニ / モスバーガー / 精肉店直営1971 肉丼やまと / 桃園茶寮 / マリオンクレープ / オリブの木 / ドトールコーヒーショップ / 海鮮処 魚さま
※10%の割引はご請求時に反映されます。※10%OFF等エポスカード会員限定のOFFご優待開催中は、通常のポイント付与となります。※スマホ決済(Apple pay, Google Pay™など)でのお支払いは、エポスカードの特典対象外となります。※Apple PayはApple Inc.の商標です。※Google PayはGoogle LLCの商標です。※(株)エポスカードの規定によりご入会いただけない場合がございます。また、審査にお時間を要する場合がございます。※一部対象外商品・サービス・ショップがございます。

IMA × エポスカード



光が丘IMAでお馴染みの
エポスカード通信が、今号から新登場!

ポイントアップや会員限定優待など、光が丘IMAでのお買い物がぐっとスマートになるエポスカードの魅力、余すところなくご紹介します。すでに愛用中の方も、これからの方も、IMAライフがもっと輝く特典の数々を、ぜひチェックしてください。

楽しくトーク

IMAにゃんCAFE



今号の質問

みんなの地元とっておきグルメを教えてくださいゃ!

みんなにゃ、教えてくれてありがとにゃ。たくさんある中から、光が丘のグルメを中心に紹介するよ。

あまいけのコロッケを、サンメリーの食パンに挟んで食べると美味しいです。

女性・30代 あおいさん

これはいいことを聞いたにゃ! さっそく、ぼくも食べてみるにゃ。



初めて練馬大根で自家製たくあんを作りました。上手くできたので、来年はもっと作りたと思います。

女性・30代 みるきいさん

にゃんと! たくあんを手作りとは。これぞ地元の味だにゃ。



IMAにゃんのたい焼き!

女性・50代 にゃんにゃんさん

ナイスチョイス! 今号の読者プレゼントだにゃ。



光が丘公園内にある売店のメロンパン!

女性・20代 からあげさん

このメロンパン、人気があるにゃ! ごま回子もおいしいらしい。



練馬スパゲティ。給食でよく食べて好きだった。

女性・30代 さなママさん

練馬大根でつくるスパゲティだにゃ。小学生の女の子も同じメニューを教えてくださいゃ!



唐苑の酢豚。ジューシーで、かつヘルシー。

男性・50代 こっこさん

パパにゃん世代は唐苑推しが多いにゃ。パパにゃんも大好物!



次号の質問

みんなの雨の日の過ごし方を教えてくださいゃ!

参加者募集

教えて! みんなのとっておきわたしのイマ推しガイド

皆さま、お待たせいたしました!
ima'am®読者参加ページがパワーアップして復活します。

その名も、「わたしのイマ推しガイド」。あなたの「推し」が、誰かの「お気に入り」になる。そんなワクワクする連鎖を生み出しながら、一緒にima'am®を彩りませんか? ぜひ、ご参加ください!
たくさんのご応募、お待ちしております!

募集テーマ

教えちゃいます、光が丘の映えスポット
皆さまがおすすめする、光が丘周辺のフォトジェニックなスポットを教えてください。ご応募いただける方は、以下回答のうえ、WEBの応募フォームからお申し込みください。

1 光が丘の映えスポット 2 写真提供の可否

応募締切 4月21日(火)

※応募者多数の場合は、編集部より連絡させていただきます。
※ご参加いただく方には、後日アンケートフォームにて簡単な取材をさせていただきます。

次回予告

光が丘
ima'am®

6/1
mon.
発行予定

2026. 6 & 7 vol.256

編集後記

新年度第1号目は、ima'am®表紙のイラストを担当していただいているイラストレーター、カワツさんのインタビューから始まりました。今回のイラストはよく見るとカワツさんご本人の姿も! さらに、お気づきの方もいらっしゃると思いますが、内容も少しだけリニューアル。光が丘の「いま」の情報を盛りだくさんお届けします。読者の皆さまに参加いただくコーナーも復活! 皆さまの「とっておき」を、ぜひ教えてくださいゃね。

広告募集

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®編集部

☎03-3976-2001

✉ ima-imaam@nul.co.jp

ペットボトルが 新しいペットボトルへ!

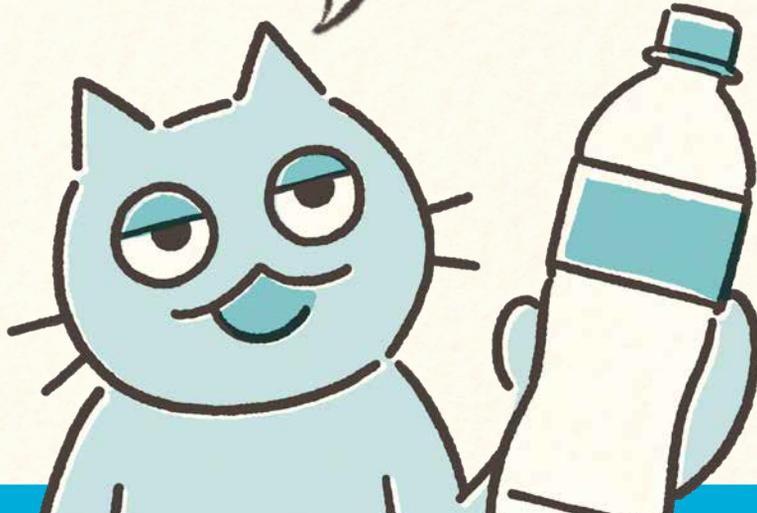


「水平リサイクル」 実施中

分別されたペットボトルを回収後、洗浄・粉砕して新しい
ペットボトルに生まれ変わらせる「水平リサイクル」に取り組んでいます。
みなさまも、ぜひ分別にご協力ください。

ボトルは資源!
サステナブルボトルへ

みんなも分別してにゃ〜



サステニャ