

親子のコミュニケーションを育む

北海道おやこ新聞

習い事を探すなら!

こどもじゅく 検索

資料請求・体験申込み
ABCカンタン

スマホ・パソコンOK!

北海道おやこ新聞 編集部

発行 特定非営利活動法人 おやこコミュニケーションネット

TEL 011-815-0855

FAX 011-827-6011

Eメール 085@oyako-shinbun.com

〒003-0005 札幌市南区豊川3条1丁目2-1-11

北海道おやこ新聞 検索

※紙面の全てのQRコードの読み取りには、
ご契約に応じ通信料がかかります。

2024年9月号 VOL.58

●今月号のご案内●

- P1～P3 インタビュー記事
- P4 親子でクッキング
- P5 頭の体操
- P6 体操教室・児童デイサービス
- P7 お出かけ情報
- P8 スポーツ情報

抽選でプレゼントが当たります!
応募要領はP7

次号は12月10日(火)の発行です。

「ひびきあい」のあふれる学校づくり

「自分が大切にされている」と実感できる学校に

札幌市立北白石小学校 校長 小林 俊晴

大好き!北白石小

本校は、昭和43年に北郷小学校から分離する形で開校し、現在は570名の児童が在籍しています。最大の特徴は、北白石小学校と北白石中学校が同じ校舎内に併設されている合築校舎(小中学校の校舎が一体化した校舎)であることです。玄関は別々ですが、小中学校の生徒が同じ建物内にいるため、図書館やグラウンドを共有したり、グラウンドで中学生の部活動を小学生が見学したり、運動会前に「走り方」を中学校陸上部の先生の指導のもと、陸上部員と一緒に練習したりするなど、様々な場面で中学生の活動に触れる機会があります。小中学校が連携を取りながら、9年間子どもを育てる小中一貫教育に取り組んでいます。本校の子どもたちは、とても素直で子どもらしいです。



子どもたちが「学校に行ってきた!」と心が満たされ、自分が大切にされていると実感できるように「ひびきあい」を目指しています。授業や縦割り活動などを通じて、様々な意見を出し合う対話力やコミュニケーション能力の育成に重点を置き、失敗を恐れず自信をもって行動する自己肯定感を高め、相手の感情や意図を理解する他者理解を育てます。

「あいさつ」は、人の心に温かさや信頼感を与えます。あいさつをするのと親しみが湧き、相手との距離が縮まり、コミュニケーションがスムーズに進みます。また「明るく元気なあいさつ」には、周りの人たちの笑顔にする力があります。本校では、笑顔があふれる学校になるように、あいさつ運動を行っています。白石区のマスコットキャラクターである「しろっぴー」も「ALL白石おやこ会」の協力のもと、あいさつ運動に参加してくれました。今後は生徒会と児童会が連動して、北白石地区全体にあいさつの輪が広がっていくことを目指していければと思っています。

どうして勉強するの? その理由は、将来の選択肢を広げるためです。世の中は、学力や学歴だけが重視されるわけではなく、将来自分が「なりたい!」と思った時、学習している多くの選択肢の中から好きなものを選ぶ可能性が高まります。学習していないと「将来の選択の幅が狭まってしまおう」という状況になりかねません。もちろん、学習しなくても立派な人はたくさんいますが、学力が全てではありませんが、小学校で習う学習は、生きていく上で必要な基礎学力です。買い物に行くと計算ができなければ苦労するし、適切な言葉遣いができなければ恥ずかしい思いをしてしまいます。これらは、生きていく上で最低限必要となるのです。

「みんなで学習するのは楽しい!」「人と話すことが楽しい!」と、一人一人が自分らしさを発揮できる学校生活を送れるように、これからも教職員一同尽力して参ります。

「あいさつ」は、人の心に温かさや信頼感を与えます。あいさつをするのと親しみが湧き、相手との距離が縮まり、コミュニケーションがスムーズに進みます。また「明るく元気なあいさつ」には、周りの人たちの笑顔にする力があります。本校では、笑顔があふれる学校になるように、あいさつ運動を行っています。白石区のマスコットキャラクターである「しろっぴー」も「ALL白石おやこ会」の協力のもと、あいさつ運動に参加してくれました。今後は生徒会と児童会が連動して、北白石地区全体にあいさつの輪が広がっていくことを目指していければと思っています。

どうして勉強するの? その理由は、将来の選択肢を広げるためです。世の中は、学力や学歴だけが重視されるわけではなく、将来自分が「なりたい!」と思った時、学習している多くの選択肢の中から好きなものを選ぶ可能性が高まります。学習していないと「将来の選択の幅が狭まってしまおう」という状況になりかねません。もちろん、学習しなくても立派な人はたくさんいますが、学力が全てではありませんが、小学校で習う学習は、生きていく上で必要な基礎学力です。買い物に行くと計算ができなければ苦労するし、適切な言葉遣いができなければ恥ずかしい思いをしてしまいます。これらは、生きていく上で最低限必要となるのです。

「みんなで学習するのは楽しい!」「人と話すことが楽しい!」と、一人一人が自分らしさを発揮できる学校生活を送れるように、これからも教職員一同尽力して参ります。

令和6年8月23日(金)、24日(土)に川崎市で開催された第72回日本PTA全国研究大会に札幌市PTA協議会を代表して参加しました。貴重な機会をいただき誠にありがとうございます。

初日は全体会、開会行事、全体基調講演及びグループディスカッション、2日目は実践発表、記念講演、閉会行事及び大会宣言等が行われました。「ウェルビーイングの実現」をスローガンとした本研究大会で、著名な講師の方々の講演を拝聴するとともに、日本全国から集まった参加者と活発な意見交換を行いました。「ウェルビーイング」が容易に定義づけできる言葉ではないことが、参加者の多様な考え、思いを引き出すことにつながり、充実した議論を行うことができたと感じました。

本研究大会で得た知見を今後の活動に生かすとともに、様々な場面で会員の皆様に広く共有させていただきたいと考えておりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

JUN スポーツクラブ
JUN SPORTS CLUB

代表 村重 欣延

10/14(月・初)スポーツの日 特別体験会

白石 体操・スイミング バトミントン
白石店お申し込み

月寒 体操・英語
月寒店お申し込み

体験料 各教室 500円

当日限定 体験当日に入会すると
入会特典 入会金0円(通常5,500円) + 体験料(500円) キヤッシュバック!

子ども専用施設 キッズスポーツパーク 北海道最大級体操専用体育館 土曜日限定体操教室

ジュンスポーツクラブ 白石 ☎011-867-7000 札幌市白石区南郷通1丁目北2-1	ジュンスポーツクラブ 月寒 ☎011-858-3500 札幌市豊平区月寒東3条1丁目1-23	ジュンスポーツクラブ 清田 ☎011-858-3500 札幌市清田区北野5条2丁目6-30
--	--	---

児童発達支援・放課後等デイサービス ジュン・ハートは障がい児専門体操塾として
ジュンスポーツクラブ体操教室のコーチが指導しています。 ジュン・ハート 検索

ジュン・ハート ☎011-867-3333	ジュン・ハート・アップ ☎011-888-1900	ジュン・ハート・ジョブ ☎011-801-1111	ジュン・ハート・月寒 ☎011-886-3000	ジュン・ハート・白石 ☎011-858-3131	ひんこども館 ☎011-867-7020	☎011-867-7007
--------------------------	------------------------------	------------------------------	-----------------------------	-----------------------------	-------------------------	---------------

できるだけ抜かずにキレイな歯並びを!
早めの治療スタートがカギです。まずは無料相談を。

増え続ける子どもの歯並びの問題を根本的に解決したい。顎顔面矯正とは「歯の生えそろう場所をつくってあげる」という根本的な矯正治療のことです。「健康的な歯並び」という将来への財産とその価値。根本的な矯正治療でお子様の将来にわたる笑顔につながってほしい。悪くなってから治すのではなく、「お口の健康を守り育てる」皆様の健やかな生活をサポートしていきます。

院長 三好 弘祐

札幌市白石区の歯科医院

JR 白石駅から徒歩1分!

●白石中央病院 ●三好プリベント歯科

駐車場 15台 (無料) 明功不動産さん裏駐車場12台 (その他3台(詳細はお問い合わせください))

無料相談: CTによるお子様の顔面骨格3Dが確認いただけます。お気軽にご相談ください!

医療法人社団 白樺会

三好プリベント 歯科

〒011-863-1122 平日 9:30 ~ 17:30 土曜 9:30 ~ 16:00 休診 日曜・祝日
札幌市白石区平通3丁目北5-22 (感染症対策実施歯科医療機関) [三好プリベント歯科] (検索)

2024/10/6(日) NEW OPEN!!

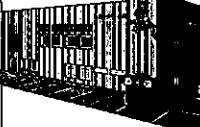


ますます注目を集めているボルダリングは、東京オリンピックで正式種目となったスポーツクライミングの競技の一つです。壁を登ることで筋力・知力・想像力が鍛えられたり、小さな子どもから年配の人でも気軽に始められることから、「一度やってみたい」という人が増えています。

9月末ごろ完成予定 /

親子でボルダリングに挑戦してみませんか？
ボルダリングの魅力は…

1. 年齢・性別に関係がなく、楽しめます。
2. 道具は動きやすい着替えがあればOK
3. 夏でも冬でも室内で快適に楽しめます。
4. 全身の筋肉が鍛えられてダイエットにも効果的！
5. 成功体験を何度も味わうので自信が付きまします。



営業時間
月～金 10:00～13:00
17:30～23:00
土・祝日 12:00～21:00
日 10:00～21:00

オープン記念キャンペーン

初心者・経験者問わず、大歓迎！
お一人でのボルダリングはもちろん
お友達を誘ってのグループ参加も大歓迎です！

入会金 ￥0

※ビギナー会員限定
※別途 体験レクチャー必須

業界最安クラス!! 平日 ￥660

【適用条件】

- ・保護者様が通常バス会員であること
- ・保護者様必ず同伴であること
- ・親バス会員1名につき子ども1名まで

業界初!! 親子パスで中学生以下

￥0

各種キャンペーンは予告なしに終了する場合がございます。

アカラクライム
栄町ボルダリングジム

2024.10 NEW



札幌市東区北38条東15丁目1-19 (レイズ体操クラブ栄町の東隣2F)
地下鉄東豊線「新道東」駅より徒歩7分、「栄町」駅より徒歩8分
※現在、お問い合わせはインスタグラムDMよりお待ちしております。



子育ての悩みに答える 話して聞いて「子育てLINEトーク」

対象：子育て中の保護者（親・祖父母・叔父母など）

子育て中のちょっとした心配、不安。
誰かに話を聞いてほしいな、と思ったら。

小学生をもつご家庭では、生活習慣や友達関係などさまざまな子育ての悩みを抱えています。「子育てLINEトーク」では、小学生の成長や子ども同士のかかわりなど、子育ての悩みについて、適切なアドバイスを行います。相談員は元児童会館館長や職員、元教員など長年子どもと接していた、経験豊かな人材が、1対1でお答えします。もちろん匿名もOK! 相談内容の秘密は守ります。「子育てLINEトーク」にご登録の上、お気軽にご相談ください。

■LINEトーク時間 火・金 13:30～16:30 ※祝日・年末年始除く
■下記のQRコードから友達追加をして、トークからご相談ください。

■メッセージは24時間、土日祝日、休業日いつでも受け付けています。
相談員が順番に対応。

■相談は無料。

■相談は1日1回、最大で30分程度。

※5分以上応答がない場合は、相談を終了。

■登録者には月2回子育てに役立つ「LINEトークヒント」が送られます。(無料)



まずは「お友達登録」を!▶
(1対1のトーク用)



「LINEトークヒント」
内容はこちら▶



【お問合わせ先】NPO法人コミュニティワーク研究実践センター

副理事長 寺田陽子

札幌市中央区南8条西2丁目 市民活動プラザ星園

TEL080-9614-7502 ※電話での相談は受け付けていません

※上記の事業は2024年度日本郵便年賀寄付金配分事業の助成を頂いています。

里塚児童会館
遊びや体験から学ぶ

里塚児童会館は、1992年に開館し、今年度で32年目になります。近くには公園が多く、子どもたちが遊ぶ環境に恵まれています。

児童が自由に参加できる「さ」とつか「ファーム」では地域ボランティアの方に畑おこしや花壇の手入れなどの協力を頂いています。キュウリ、トマト、ズッキーニを育てて収穫する体験を通して、子どもたちは喜びや食べ物の大変さを学んでいます。児童会館では、人と関わりながら子どもたちの「生きる力」を育むことを目的として、様々な体験ができるように工夫しています。

10月26日(土)13時30分～16時に一年に一度のお祭り「さ」とつか「ファスティバル」があります!ゲーム・工作・ステージ発表など楽しいことがいっぱい!幼児から大人まで楽しめる内容になっていますので、ぜひ遊びにきてください! (参加費300円)

子どもたちには、思いっきり楽しく遊んでほしいと考えています。遊びから様々な人の考えや思いを知ることができたり、ルールを学ぶことができます。また、お友だちの新たな一面も見発見することができまます。遊びや体験を通して、のびのびと成長してほしいと願っています。



札幌市
里塚児童会館
館長 大門 更紗

シングルマザー・ファザーの方 保育士資格を取得しませんか?

給付金を
受給して



学生が利用する国の制度をご紹介します!
高等職業訓練促進給付金
※選定者の給付金
最大293万円
【利用対象】児童扶養手当受給中のシングルの方

国の制度併用で、約538万円給付・借入できた利用事例も! 説明会・個別相談で詳しくご紹介いたします!

子育て・仕事をしながら通いやすい環境です!
「ここなら学べる」をカタチに。

午前授業 午後は子育て・仕事を両立。9:30～12:05(2年制)

社会人多数 子育て経験者67名在学。学生の平均35歳(10代～60代)

無料託児 授業中、預け先のないお子さんを預かります。(定員:7名)

【国家試験免除】卒業時に保育士資格を取得

説明会開催中!
ぜひご参加ください!
Web・電話でお申し込みください!

【体験授業＆授業見学会】(定員:8名)
10/16(水) 10:00～11:15

【体験授業＆国の制度事例説明会】
10/20(日) 13:00～15:00

厚生労働大臣指定保育士養成施設
こども學舎 ☎011-616-1771
札幌市中央区大通西18丁目2番8号(地下鉄 西18丁目駅 3番出口より徒歩1分)

札幌市児童会館・ミニ児童会館

札幌市児童会館・ミニ児童会館は、異年齢集団での遊びをとおして、仲間作りをすすめて、子どもたちの校外(放課後)生活を豊かにし、地域における交流を深めることを目的として設置している施設です。



下記のQRコードから
「札幌市児童会館」を見ることが出来ます!
各児童会館の住所・アクセス・マップ・ブログ
お便りなど最新情報が盛りだくさん!!

各区の札幌市児童会館・ミニ児童会館の情報は

☐ 札幌市児童会館 検索

※ご予約に応じてバケット通信料がかかります。

習い事検索サイト「にどもじゅく」



学習塾 水泳 体操 空手 書道 英語 音楽
絵画造形 バレエ スポーツ家庭教師 幼児教室
児童発達支援・放課後等デイサービス などの
資料請求や体験申込がカンタンにできる!!

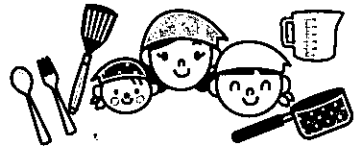
お便り情報が満載!
今すぐアクセス!
ご契約に応じた通信料がかかります。

こどもじゅく 検索

子どもでも作れる!
簡単に美味しい!

料理研究家 星澤 幸子 先生の

親子でクッキング



自然という先生

夏もあつという間に通り過ぎ、実りの秋です。夏休みに子ども達と沢山思い出を作られたと思いますが、忙しい日々を過ごしていると、もうずっと前の事の様に感じられているのではないのでしょうか。たかが遊びですが、されど遊び。好奇心旺盛で立派な大人にして世に送り出す大事業の一環ですから、夏休みの遊びといえど家に帰れば疲れ果てていた事を思い出します。

そしてこの季節は田畑も、森も色を変えて目も口も楽しませてくれます。この時期は美味しい食材が沢山あって、どんなものをテレビで紹介するか迷ってしまう程です。大事に育てられ、丁寧に調理された食材は食卓へ上がっても輝きを放っています。綺麗に洗って並べられて売られている野菜たちも、もともとは土に育てられた自然そのものです。天候と折り合いをつけ、地中の様々な微生物と共生し、様々な個性を身につけてきました。その全ての個性を理解することはできなくても、愛情をもって接すれば食材も応えてくれると思います。

～「自然はすべての真の知識の源である」レオナルド・ダ・ヴィンチ～

北海道は自然の宝庫です。畑に入ったりするのもいい経験ですが、涼しくなった今時期は山登りが最高です。周りを見渡せば、手ごろな山が沢山あるのではないのでしょうか。挨拶をしながら登山道をゆけば、季節の移り変わりをより身近に感じられます。今回ご紹介するレシピに出てくるキノコ類も、食べられるかは別にしてその辺に生えているはず。なぜそのような色形になったのかは見当もつきませんが、写真を撮って調べてみるのもいいかもしれません。

今回は食欲の秋にふさわしい、鮭とキノコのあんかけ丼です。この記事を書いている今はまだ鮭は始まっていますが、北海道の美味しい鮭が沢山捕れるのを祈るばかりです。



料理研究家
星澤 幸子

北海道南富良野町生まれ
星澤クッキングスタジオ主宰

札幌テレビ初の夕方のワイド番組の放送開始から毎日生出演し、料理を紹介して30年。紹介数は7,500品にのぼる。それによるギネス記録保持者であり、自己の記録を更新中。

recipe

鮭とキノコのあんかけ丼

① 塩鮭は骨を外して一口大に切り、酒とコショウを振りかけてしばらく置き片栗粉をまぶします。キノコはさっとすすいで石づきを外し、しめじはほぐし、シイタケは5mmの厚さに切ります。ショウガは千切りに、きくらげも戻して千切りにします。



② 分量の水と調味料を鍋に入れて沸騰させてから、鮭、キノコ、ショウガを入れて火を通し、水溶き片栗粉でとろみを付けてご飯にかけ、青しその千切りをあしらいます。

材 料 (2人分)

- 塩鮭..... 2切れ
- 酒、コショウ..... 少々
- 片栗粉..... 大さじ1杯
- しめじ、シイタケ..... 各1/2パック
- きくらげ..... 2g
- ショウガ..... 1片
- 水..... カップ1杯
- 調味料
- 酒..... 大さじ2杯
- てんさい糖..... 大さじ1杯
- 塩..... 小さじ1/2杯
- 水溶き片栗粉..... 少々
- ご飯..... 2膳
- 青しそ..... 5枚

宮の森スポーツ倶楽部 体験受付中!

ジュニア 体育 基礎から応用技術を身につける! 新宮の森・宮の沢 東麻生・新さっぽろ 月謝 週1回(60分) 7,700円 ※1歳半~中3	ゴールデ ィックス スポーツに必要な運動能力を3つのプログラムで多角的に向上させていきます。 ・神経系(走る練習) ・球技系(投げる・捕る) ・リズム系(真似する力) 宮の森 月謝 週1回(50分) 8,800円 ※プレGK(年少・年中)、GK(年長~小6)
ジュニア テニス 初心者から選手まで年齢・レベル別クラス 新宮の森・宮の沢・東麻生・新さっぽろ 旭川・東麻生 月謝 週1回(40分~) 6,105円~ ※4歳~高3	バトミントン 初心者から選手まで年齢・レベル別クラス 宮の森・宮の沢・東麻生 新さっぽろ・東麻生 月謝 週1回(60分~) 7,700円~ ※小1~一般
ジュニア ゴルフ 宮の森・宮の沢 東麻生・新さっぽろ 月謝 週1回(70分) 9,625円~ ※小1~中3	

※金額は全て税込。各施設月謝が異なる場合があります。初回のみ、事務手数料が別途かかります。

新宮の森	札幌市西区西町4丁目2-1	011-666-5555
宮の森	札幌市中央区北3条西27丁目	011-641-2022
宮の沢	札幌市西区宮の沢1丁目	011-638-3338
東麻生	札幌市東区北35条3丁目	011-723-6767
新さっぽろ	札幌市東区東1条中央3条6丁目	011-895-6070

全施設の詳細はこちら(東麻生、旭川も含む)▲

RAD認定校 初心者大歓迎!! 女の子・男の子大募集!!

バレエは体幹が鍛えられ、美しい姿勢やしぐさが身につきます。綺麗な曲に合わせて体を動かし、健全な心と体を保ちましょう!(幼児・小学生~大人まで) (代宮・奥宮・由香子 月謝 週1回 7,000円(税込) 90分レッスン45分(指導あり))

無料体験受付中! 今なら入会金 無料!

ユカコ バレエ アカデミー YUKAKO BALLET ACADEMY

totonowellスタジオ 札幌市中央区北8条西15丁目28 KICビル3F totonowell

北13条スタジオ 札幌市北区北13条西3丁目1-26

090-3019-2982 [受付時間] 10:00~20:00 ※出られない場合は折り返しご連絡いたします。

えんぴつ書き方とふで習字の両方指導 少人数制 道内20教室

秋の特別キャンペーン! 60分授業が2回無料!!

[入会特典]高級筆セット&入会金0円(11月末日まで)

時計台前本部 東北・東地区会館 西区発寒福祉会館 西区八軒中央会館 西区発寒交流会館 手稲区稲穂教室 東区東来集会所 札幌北会館 篠路5条 美園4条 白石ほんどおり 里塚2条教室 森林公園会館 厚別信濃会館 小樽市望洋台 小樽市朝里 江別市イオン江別 恵庭恵み野

持ち物はふでとえんぴつだけ! 重い道具の持ち歩き不要の教室です。(加藤正統主宰)

寒道会書道 011-832-5254 090-4870-4039 札幌市中央区北1条西3丁目3-41 マルイ時計台ビル9階

おやこで挑戦!!

頭の体操



くじら式文章題
よむ、かく、わかる!
さんすう教室

子どもでもとける!
大人でも難しい!
親子で楽しむ!! 「コミュニケーション教育」

子どもでもとける!大人でも難しい!
食欲の秋とともにくじらからの挑戦状もやってきた。
おいしいものをたくさん食べて、おもしろい問題をたくさんとこう!

問題提供
パシフィック・セミナー(くじら塾)
同頁の広告もご覧下さい。

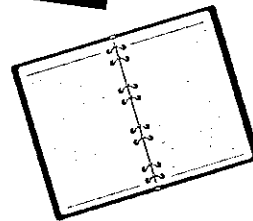


だいichi君は、1,000円札を持って、文房具屋さんにえんぴつ5本とノート2さつを買いに行きました。
おつりで400円のチョコを買いたかったのですが、少したりませんでした。

ところが、文房具屋さんが60円おまけしてくれたので、帰りにお菓子屋さんと、ちょうどそのチョコを買うことができました。えんぴつ3本とノート1さつが同じねだんです。

- ① だいichi君が買ったチョコはいくらでしたか?
- ② だいichi君は、文房具屋さんでおつりをいくらうけとりましたか?
- ③ おまけしてもらわなければ、おつりはいくらでしたか?
- ④ えんぴつ5本とノート2さつで、いくらですか?
- ⑤ ノート2さつは、えんぴつ何本と同じねだんですか?
- ⑥ ノートは1さついくらでしょう?

答えは
7ページだよ!



おうちのかたへ コミュニケーションのコツ!!

～パシフィック・セミナー 北山義晃先生より～

「どこがわからない?」ではなく、「どこまでわかる?」かを聞いてあげると、頭の中が整理整頓され、謎解きのように少しずつ問題が解けていきます。まず、問題文の中から、答えやヒントを探していきましょう。今回は問題文が長くてちょっと難しい気もしますが、よく読んで、答えやヒントを探していきとくことできるはず。どんなに問題文が長くても、結局は短いことばの集まりなので。自然に考えて解いていくとノートの値段がわかるように作ってあります。お子さんが、上手に答えを見つけられないときは、一緒に見つけるお手伝いをしておいてください。それでは、楽しい「さんすう時間」をお過ごしください。

宿題クイズ

この問題は、抽選でプレゼントが当たる宿題クイズです。
「よむ、かく、わかる!さんすう教室」(北山義晃・北山あさ著)をプレゼント!
答えは、ホームページにはがきで応募してね!



てんとむしが10メートルの木の根元に登ろうとしています。
2メートル登ったとき、「いま午後1時40分だよ」と、とんぼが教えてくれました。
てんとむしが、同じ速さで登ると、木のてっぺんにつくのは何時何分ですか。
てんとむしは、昼の1時に木の根本を出発しましたよ。

応募方法は、
P7を
ご覧下さい。



7月号の答えは11/243でした。

料理研究家 星澤幸子先生の YouTube簡単料理講座

YouTubeで
星澤先生の簡単料理講座を
視聴できます。(無料)



視聴は
こちらから▶

星澤クッキングスタジオ

☎011-615-8085 札幌市中央区大通西15丁目3-24

おやこで挑戦!!

2022算数オリンピック・キッズ部門金メダル獲得!
この教室出身者が東大や医学部などに進学実績あり

さんすう教室体験会&説明会

算数オリンピックに挑戦したい君!月に一度、一緒に勉強しませんか?

10/19(土) 小2 10:00~11:00
小3・4・5 11:30~12:30

対象 親子10組(小2~小5とその保護者)

参加料 1組 ¥500(税込)

会場 パシフィック・セミナー白石校(地図参照)

お申込み (011)802-8833 受付:月~金11~20時

またはHPから くじら塾 検索

◇小学生の兄弟姉妹(複数)での参加も可能です。お申込みは、

受付時に人数をお申し出ください。 ※乳児・幼児のお子様を連れての参加はご遠慮ください。 10/17(木)迄

◇10/26(土)からの「算数オリンピック 対策授業」の体験会です。



白石校 白石区本郷通4丁目北8-15くじらビル
(南郷小・白石中そば) ☎011-868-8808

澄川校 福住校 豊平校 平岡校

個別指導のパシフィック・セミナー 詳細はこちら▶

3月苗穂本町地区センター開校!!体験受付中!!

体験当日入会で入会特典あり!

体操の指導経験豊富なコーチがマット運動・跳び箱・鉄棒をメインに
前転・後転からバク転や宙宙など難しい技も指導をします。

苗穂教室開講日 金曜日 ①15:00~15:50 ②16:00~16:50

詳しい内容は、お電話又はQRコードからお問い合わせ下さい▶

グランド GLAD体操教室 ☎090-2057-6123

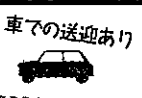
スタジオ:札幌市北区北28条西5丁目1-26 Air Bld.3階 minapa

NEW 札幌市東区本町2条7丁目2-10 苗穂本町地区センター体育室

札幌市厚別区にある児童発達支援・放課後等デイサービス



ぴーすまいる's
運動は身体だけでなく「感情」を育てていきます



自分の気持ちをコントロールする、落ち着いて行動する「運動」を行う事でそんな効果もある事をご存じですか?
ぴーすまいるでは一人ひとりの能力に合わせた運動療育を通じて、
身体能力と社会適応能力の向上を目指し、「こころ」と「からだ」を育てていきます。

【見学・体験・お問い合わせはこちらから▶】

ぴーすまいる ぴーすまいるEAST 札幌市厚別区厚別東4条8丁目17-1

☎011-809-6006 【お問い合わせ時間】平日 12:00~18:00 土曜日 9:00~15:00



秋 運動

秋の体験キャンペーン

今なら！実際のレッスンを

1000 円(税込)で
体験できます！

※週別体験料 1,760円

クラス・時間割・料金等、詳しくは公式HPをご確認ください。



6歳から12歳頃までの期間を「ゴールデンエイジ」といい、この時期の運動器・運動習慣で人の運動能力は決まると言われています。近年の脳科学の研究では「跳ぶ、まわる、ぶら下がる…」など様々な運動が脳を刺激して、感情のコントロール力・記憶力・学習の認知能力を高める効果があると発表されました。また、跳んだりはねたりするトランポリンの上下運動は、脳幹を刺激し前頭葉をたくさん働かせることで、集中力や感情をコントロールする力を高めます。とは言っても「運動が苦手」でなかなか積極的に取り組めない…。そんなお悩みありませんか？レイズ体操クラブでは褒める型指導でお子様のやる気を引き出し、自己肯定感を高めるお手伝いをします！ぜひ一度体験にお越しください。



レイズ体操クラブ 栄町

〒007-0838
東区北38条東15丁目1-22 Tel.011-790-8003



レイズ体操クラブ 宮の沢

〒063-0826
西区発寒6条8丁目7-1 Tel.011-688-5886



児童発達支援・放課後等デイサービス

ソレイユの森

ソレイユの森は、レイズ体操クラブのカリキュラムを取り入れた運動療育を実践し、感情のコントロールやコミュニケーション力の成長を促します。

2024年
10月

ソレイユの森 栄町

NEW オープン！

児童発達支援・放課後等デイサービスとちろき！

新規利用

◆ ◆ ご予約受付中 ◆ ◆ ◆

※栄町店は建設中のため、見学・利用手続き等現在、全ての手続きはアクティブ店で行っております。

ソレイユの森 栄町 new!

東区北38条東15丁目1-19 レイズ体操クラブ栄町 隣
011-299-4870 ※現在のお問い合わせ窓口は、アクティブ店です。

送迎範囲はこちら

廃来方面まで送迎も行っております！
詳しい送迎範囲は右の二次元コードより
(また、送迎範囲外もご相談ください！)



他店舗へ見学・体験・利用受付中！

ソレイユの森 アクティブ

東区北37条東16丁目2-5
児童発達 ◎ | 放課後 △
011-299-4870

ソレイユの森 麻生

北区北38条西5丁目1-52
児童発達 ◎ | 放課後 △
011-374-7084

ソレイユの森 屯田

北区屯田4条6丁目8-16
児童発達 ◎ | 放課後 △
011-790-7403

ソレイユの森 宮の沢

西区発寒6条8丁目7-1
児童発達 △ | 放課後 ×
011-590-9105

ソレイユの森 more

東区北38条東15丁目1-22
児童発達 × | 放課後 △
011-374-6363

各施設のHPはこちら
※スマートフォンの方専用



おやこのお出かけ情報

休天候や主催者の都合で内容が変更になる場合があります。お出かけ前には各ホームページで最新情報をご確認ください。

札幌市こどもの劇場やまびこ座
札幌市こども人形劇場こくま座
詳細はこちら



北村温泉ホテル

2021年3月リニューアルオープン！

日常から離れた癒しの空間！泉質は強塩泉で成分の浸透圧が高く、保温性が抜群！43℃の源泉100%かけ流しが自慢の温泉です！露天風呂、大浴場などのほか、岩盤浴も設置（90分 600円）。多くの女性のお客様にゆっくりくつろいでいただけるよう女性専用の休憩室を新たに設けました。日帰り温泉も宿泊も楽しめます。JR「岩見沢」駅より無料シャトルバス運行中です。詳しくはお問い合わせ下さい。

住所 岩見沢市北村赤川 156-7 ☎ 0126-55-3388
アクセス JR「岩見沢」駅から北海道中央バス月形駅前・北村農協行きで25分、北村温泉下車すぐ
6:00～23:30（最終受付 23:00）URL <https://www.kitamuraonsen.com/>
※大人（中学生以上）650円 ※小人（小学生以下）300円 ※大人のみ入湯税 50円含む

プレゼントNo.4
ご入浴券（大人）
ペア10組20名様

ファンタジーキッズリゾート新さっぽろ

ぜ～んぶ遊び放題！日本最大級の全天候型室内遊園地！

約2,500㎡（およそ750坪）もの広い室内には、大型のふわふわ遊具、抗菌で安心なサラサラすなば、好きなドレスに着替えて写真が撮れるファッションフォトスタジオなど思いっきり楽しめるアトラクションがいっぱい！赤ちゃん・幼児・小学生まで幅広い年齢のお子様と1日中遊べる室内用遊園地！
住所 札幌市厚別区厚別中央2条5-7-2 サンピアザ 1階/2階 ☎ 011-804-7788
アクセス JR「新札幌」駅直結、地下鉄東西線「新さっぽろ」駅直結
子ども1日遊び放題：[平日] 1,190円 [休日] 1,600円（子ども料金各種プランあり）
大人（時間無制限）：[平日] 720円 [休日] 1,010円
※駐車場完備（2時間まで無料）※年会費1家族様につき350円
URL <http://www.fantasyresort.jp/sapporo/> ※営業日・営業時間等はHPをご覧ください。

プレゼントNo.6
1日遊び放題ご招待券
親子ペア10組20名様

札幌市青少年科学館

作って楽しい！遊んで楽しい科学館の工作室！

動くしかけや工夫が盛りだくさんの楽しい工作室。
日曜・祝日に開催中。テーマは月替わり！詳細はHPをご覧ください。
住所 札幌市厚別区厚別中央1条5丁目2-20 ☎ 011-892-5001
アクセス 地下鉄東西線「新さっぽろ」駅1番出口正面
5月～9月 9:00～17:00 10月～4月 9:30～16:30
毎週月曜、毎月最終火曜、祝日の翌日 ※HPでご確認ください。※ご入館は開館の30分前まで
中学生以下無料、大人[展示室] 700円 [プラネタリウム] 500円
URL <https://www.ssc.slp.or.jp/>

プレゼントNo.6
展示室
プラネタリウム
セット券 3名様

さっぽろばんけいスキー場

【ばんけいのつり堀】土日祝日営業中！

川のせせらぎを聞きながらのんびり親子でつり堀が楽しめます。
※雨天や天候不良の場合、臨時休業する場合がございます。
※オープン期間につきましては、ホームページをご覧ください。
住所 札幌市中央区盤渓 410 ☎ 011-641-0071
アクセス JR札幌駅より、地下鉄、バスで約30分
10:00～17:00 ※受付締切 16:00
竿・えさ付 [60分] 750円、[120分] 1,400円 ※延長 60分毎 750円
URL <https://www.bankei.co.jp>

プレゼントNo.7
つり堀
60分（竿・えさ付）
ご招待券 10名様

HPから応募OK! プレゼント応募要領

※①～⑦は企業・団体様から皆様へのプレゼントです。

応募方法 はがき、北海道おやこ新聞ホームページ、上記のQRコードから

締切 10/10（木）→発表は発送をもって代えさせていただきます。

- さっぽろばんけいスキー場
つり堀り60分（竿・えさ付）ご招待券 10名様
（有効期限）2024/11/4（月・振休）※予定
- 北海道日本ハムファイターズ
ファイターズグッズ 5名様
- 北海道コンサドーレ札幌
出間恵努選手の直筆サイン色紙 5名様
- 北村温泉ホテル
ご入浴券（大人）ペア10組（20名）様
（有効期限）2025/3/31（月）
- ファンタジーキッズリゾート新さっぽろ
1日遊び放題ご招待券 親子ペア10組（20名）様
- 札幌市青少年科学館
展示室・プラネタリウム セット券 3名様
- パシフィック・セミナー
（P5の宿題クイズの答えをお書き下さい）
問題集「よむ、かく、わかる!さんすう教室」2名様

①～⑦のプレゼント名（第2希望まで） 住所(〒) 保護者名 ご連絡先(TEL)
この新聞を手にした日 お子様の学年 ⑦応募の方はクイズの答え をお書きのうえ、
ホームページまたははがきでご応募下さい。◆この新聞のご意見や感想なども是非お書き下さい。

はがきの宛先 〒005-0003 札幌市南区澄川3条1丁目2-111
北海道おやこ新聞編集部 おやこコミュニケーションネット 宛て
※プレゼントによって締切日が異なりますので、ご確認のうえご応募下さい。
（はがきの方は当日消印有効、ホームページからは23:59まで）
※厳正なる抽選の上、当選者へ発送いたします。
※発表は発送をもって代えさせていただきます。
※当選の可否、プレゼント応募についてのご質問・お問い合わせには
お答えできませんのでご了承下さい。
※応募いただいた個人情報は当件のみに利用いたします。

P5 おやこ挑戦!! 頭の体操をたえ

- 400円 よく読んで答えを見つけよう。
- 400円 おつりでちょうどチョコが買えたので、 $100 \times 100 = 10000$
受け取ったおつりとチョコのねだんは同じです。
- 340円 $400 - 60 = 340$ 円 $100 \times 100 \times 100 - 50 \times 10 = 1000000 - 500 = 999500$
60円おまけしてもらって、ちょうどチョコが買えました。
本当のおつりは400円よりも60円少なかったわけです。
- 660円 $1,000 - 340 = 660$ 円 $100 \times 100 \times 100 - 10 \times 10 \times 10 = 1000000 - 1000 = 999000$
おまけしてもらった前のおつりを、
買い物に持って行った1,000円から引きます。
- 6本 $3 \times 2 = 6$ 本 $11 \times 11 = 121$
- 180円 えんぴつ5本とノート2さつで、
えんぴつ11本分のねだんです。それが660円ですから
 $660 \div 11 = 60$ 円…えんぴつ1本のねだん
 $60 \times 3 = 180$ 円…ノート1さつのねだん
 $1111 + 1111 = 2222$

この合唱団だから経験できることがたくさんあります。

HBC少年少女合唱団 新団員募集

初心者の方も大歓迎です！ まずはお気軽にお問い合わせください

募集対象
札幌市内および近郊に住む
小学校4年生・5年生
6年生のみなさん

無料体験・見学受付中

お問い合わせ HBC少年少女合唱団事務局
☎ 011-232-5842 <https://www.hbc.co.jp>
平日 10:00～17:00 hbcjo@hbc.co.jp

札幌市中央区北1条西5丁目（地下鉄「さっぽろ」駅・大通駅より徒歩5分）



くわしくは



#行こうぜCS

ファイターズ

①エスコンフィールドHOKKAIDO

■ファーストステージ(ファイターズがレギュラーシーズン2位の場合)

10/12 SAT 14:00 - 13 SUN 14:00 - 14 MON 14:00

※第2戦でファイナルシリーズ出場チームが決定した場合、第3戦は開催されません

■ファイナルステージ(ファイターズがレギュラーシーズン1位の場合)

10/16 WED 18:00 - 17 THU 18:00 - 18 FRI 18:00 - 19 SAT 14:00 - 20 SUN 14:00 - 21 MON 18:00

※第3戦以降で日本シリーズ出場チームが決定した場合、その後の試合は開催されません

※試合開始時間、開場時間は変更になる場合がございます

ご購入は **Fチケット**

QRコード

球団公式サイト

QRコード

ファイターズグッズを5名様にプレゼントいたします。応募要項はP7をご覧ください。



招待 絶対J1残留! 大応援

招待企画実施中!

※チケットの販売状況によっては、招待企画が終了となる場合がございます。

北海道コンサドーレ札幌の出場選手選手の直筆サイン色紙を5名様にプレゼントいたします。応募要項はP7をご覧ください。

サイン色紙5枚

サイン色紙No.3

サイン色紙5枚

11 tower eleven baseball

エスコンフィールドHOKKAIDO

日本初の球場内野球アミューズメントエリア

予約不要! 試合のない日も楽しめる

3つのゲームメニュー

- 1 バッティング
しっかり打ちたい人におすすめ
- 2 ピッチング
ボールを投げたい人におすすめ
- 3 トスバッティング
みんなで楽しみたい人におすすめ

他にもグルメやギャラリーエリアでは貴重な展示品を無料で見学できます。

QRコード

1,000円

運動が苦手なお子様から選手・アスリートまで指導! スポーツ家庭教師

ダンスで念願のバク転が出来るようになった!

野球・サッカー・バスケット等をはじめめる前に基礎を身につけたい!

【対象】中学生以下(ダンス、体育、水泳、野球、サッカー、鉄棒、かけっこetc)

【料金】1時間6,600円 プライベートレッスン~

団体(10名)まで ※10人単位で¥6,600増(増枠は別注)

※有料施設使用の場合、別途料金。※交通費は札幌市内無料です。

レッスン申込 運動資格所有者と経験豊富なスポーツトレーナーがお伺いします! 資料請求はこちら

◆1回(60分)のレッスンで基本とコツがつかめます!

1回のレッスン(60分)で基本となるスキルを身につけて、その後の練習方法を覚えやす! 2回目以降はご要望に応じて承ります。

1回のレッスンで「できるようになった」という声が多数!

株式会社 **スポーツマインド**

http://www.sports-mind.jp

☎011-208-5556

有効期限 令和6年11月末日まで

1レッスンにつき1枚限り有効、初めてのご利用に限る

9月号

北海道おやこ新聞 クーポン券

トレーニング 15分間 延長無料!!