

子育て・習い事・教育情報

北海道おやこ新聞

乳幼児版

発行 北海道おやこ新聞 編集部
NPO法人 おやこコミュニケーションネット
011-815-0855
FAX 011-827-6011
085@oyako-shinbun.com
〒005-0003 札幌市南区豊川3条1丁目2-1-111
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、お手持のスマートフォンにアプリをダウンロードする必要があります。
※広告の掲載についてはメール又は電話でお問い合わせ下さい。

Vol.30
2023年春号
夏号は6/28発行の予定です。

●目次●
P1 児童会館・幼児教室
P2 スポーツ情報
P3 体操教室・合唱団
P4-P5 習い事情報
P6 お出かけ情報
産科情報 他
★ プレゼント応募要領
P7 体操教室・児童デイサービス
P8 食育情報・習い事情報

配布・設置場所
札幌市保健センター
札幌市児童会館
札幌市子育て支援総合センター
札幌市立保育園・私立幼稚園/保育園
子ども読書施設など

年4回毎月3万部発行
春号 2/28 夏号 6/28
秋号 8/28 冬号 11/28

新型コロナウイルスの感染拡大防止に関するお知らせ
本紙に掲載された習い事・医院などの各施設では、新型コロナウイルスの感染防止策を徹底して取り組んでおります。詳細は、各施設のホームページ又は直接お問い合わせください。

0歳からの習い事選び!
ラクラク検索サイト
「こどもじゅく」
お得なキャンペーン情報が満載!!

今すぐアクセス!

乳幼児期の「今」しかできない 親子のコミュニケーションを楽しみましょう!



発寒南さくら児童会館は、昨年1月に発寒南小学校に併設してオープンしました。地下鉄東西線「発寒南駅」から徒歩5分と利便性がよく、公園や川遊びもできる、とてもよい環境にあります。以前は、発寒南小学校の児童だけが利用できる「発寒南小ミニ児童会館」でしたが、児童会館にリニューアルして、0歳から就学前までの乳幼児と保護者が自由に集い、遊ぶことができるようになりまし



た。午前中は、近くの幼稚園児と先生がお散歩コースとして立ち寄り、多目的ホールで体を動かして楽しく過ごしています。

午後は、小学生の子どもたちが園帰りの幼児さんのお世話をしながら、まごとの相手をして遊んでくれています。「午前中からのびのびと遊ばせたい!」「いろいろな絵本にふれさせたい!」「親子サークル活動の会場として利用したい!」など、様々な目的で児童会館を利用することができます。

札幌市児童会館・ミニ児童会館

下記のQRコードから「札幌市児童会館一覧」を見ることができます!

お近くの児童会館を探したい方はこちらから▶

札幌市児童会館の公式サイトはこちら▼

札幌市児童会館 検索

※お客様の契約に応じ通信料がかかります。

乳幼児期のお子さんには本能のままに感情を出して、泣き顔から一瞬で笑顔になったり、音や目に入る刺激がこわくて泣いたり怒ったり、大人のように先々のことを考えて行動しているわけではなく、今この瞬間を生きています。喜怒哀楽の激しい乳幼児期の子育ては大変ですが、親が子どもの感情を否定せず、受け止め認めると、子どもは素直に感情を表現することができ、感情豊かな子どもに育ちます。ですから、「今」しかできない親子のコミュニケーションを楽しんでください。

★発寒南さくら児童会館
札幌市西区発寒2条4丁目1-1
発寒南小学校
☎011-213-9185

幼児教育の必要性

こどもクラブ 専務取締役 相原 貴海

脳科学の研究では「人間の脳の発達は6歳までにほぼ100%完成する」と言われています。幼児期の教育がその子の将来の知能や人格に大きな影響を与えることがわかりました。

幼児期に育てたい能力
さまざまな学びをスポンジのように吸収する幼児期に育てたい2つの力があります。一つは言語を理解するために文字を書いたり、算数の計算、知識を増やすという学習の基礎となる力を伸ばすこと!根気よく練習することも大切です。もう一つは、初めて聞くことでも柔軟に対応し、解決する能力、新しいことを生み出す能力、人に伝える能力などが必要です。そして、どちらの能力を伸ばすのにも必要なのは「お話をよく聞く」ことです。

卒業生の声
「スムーズに勉強が進んだ」
幼児期から学習の習慣を身につけることにより、日々の学習が自然になり、小学校入学時に他の児童と差がつくことにより、やる気も引き出されました。幼児期の1年間は、同年代でも生まれた月が離れていると幼児の能力には大きな差があるように価値が重く、小学校入学前から通うことで小学校以降の勉強で大きなアドバンテージ(優位性)になりました。自分のレベルに合わせた授業をしてもらえること、幼児期の英語・知能教育を重視しているところ、的確に対応してもらえるところがとてもいいです。

幼児クラスの特長
発達著しい時期だからこそ、総合的に知力、能力を伸ばします。
★言語、数字、図形、常識、記憶、推理、運動、制作など小学校入学前に必要な準備も万全です。
★頭を柔らかく!ひらめき
★知能プリントで発想力UP!
★考える力を育てます。
★少人数対応型の指導で先生、お友達とコミュニケーション能力も高め、頑張る



2023年 **こどもクラブ**

春のご入会キャンペーン

2023年5月末日まで
※期間中にご入会手続きを完了された方対象

今だけの **特典**

入会金 無料!!

お友達・ご兄弟と一緒にご入会で **5000円分の商品券プレゼント**

体験参加＆その場でご入会で **知育玩具プレゼント**

1・2歳 おかあさんといっしょだから安心

- 1歳プチあいあいコース (月2回/60分)
- 2歳あいあいコース (週1回/80分)

好奇心いっぱいの時期に、お母さんといっしょに遊びを通じた経験を積み重ねることが発達の基礎となります。

3歳・年少・年中・年長 安心して小学校入学を迎えるために

- 総合発展コース (週1回/90分)

各年齢に合わせた内容で、全ての基となる「言語・数」のほか、様々な分野を総合的に取り入れ、考える力を養います。

小学生 **DoMS** トムス

小学生になったら・小学生塾DoMS(小1~6年生)
少人数制対話形式で国算理社(生活科)の他、幼児コースから引き続き実践的な学びでしっかりと学力を身につけます。

1歳 2歳 3歳 年少 年中 年長 小学生
英語コース 2歳~小学生

50th Anniversary

小学校受験クラス・立命館慶祥小学校・教育大附属小学校
・現年中対象

英語コース・2歳半~中学生
学校の英語授業へ自信を持って取り組めるように...
英検にも対応!

各クラスとも年度途中からでもご入会いただけます。

各コース 予約制
無料体験受付中!

こどもクラブ

0120-115-181



3.30 PLAY BALL

新時代 FIGHTERS
FANS ARE OUR TREASURE

北海道日本ハムファイターズ
2023 GAME SCHEDULE

4/14(金) 18:00 vs 埼玉西武ライオンズ
4/15(土) 14:00
4/16(日) 13:00

4/18(火) 18:00 vs 千葉ロッテマリーンズ
4/19(水) 18:00
4/20(木) 18:00

4/25(火) 18:00 vs オリックス・バファローズ
4/26(水) 18:00

4/28(金) 18:00 vs 福岡ソフトバンクホークス
4/29(土) 14:00
4/30(日) 13:00

5/5(土) 18:00 vs 東北楽天ゴールデンイーグルス
5/6(日) 14:00
5/7(月) 13:00

5/13(土) 14:00 vs 千葉ロッテマリーンズ
5/14(日) 13:00

5/16(火) 18:00 vs 埼玉西武ライオンズ
5/17(水) 18:00
5/18(木) 13:00

5/23(火) 18:00 vs 福岡ソフトバンクホークス
5/24(水) 18:00
5/25(木) 18:00

5/30(火) 18:00 vs 東京ヤクルトスワローズ
5/31(水) 18:00
6/1(木) 18:00

6/6(火) 18:00 vs 広島東洋カープ
6/7(水) 18:00
6/8(木) 18:00

6/9(金) 18:00 vs 阪神タイガース
6/10(土) 14:00
6/11(日) 13:00

平日デーゲーム開催



北海道コンサドーレ札幌 2023年ホームゲーム日程!

北海道コンサドーレ札幌をみんなで応援しよう!

ホーム開幕戦!!	月	日	試合開始	対戦相手	会場
2月	25日(土)	15:00	ヴィッセル神戸	札幌ドーム	
	3月12日(日)	15:00	横浜F・マリノス		
4月	1日(土)	19:00	川崎フロンターレ		
	23日(日)	14:00	アビスパ福岡		
5月	3日(日)	14:00	鹿島アントラーズ		
	6日(土)	14:00	FC東京		
	19日(金)	19:30	京都サンガF.C.		
6月	27日(土)	13:00	名古屋グランパス		
	24日(土)	14:00	セレッソ大阪		

2023 Jリーグ YBCルヴァンカップ 日程表

月	日	試合開始	対戦相手	会場
4月	19日(水)	19:00	サガン鳥栖	札幌ドーム
5月	24日(水)	19:00	横浜F・マリノス	
6月	18日(日)	18:00	ジュビロ磐田	

北海道コンサドーレ札幌 公式ホームページ

チケット 発売日

パ・リーグ公式戦 / セ・パ交流戦
4/14(金) ~ 6/11(日) 計31試合

スタンド座席先着販売

FAV先行発売 各日10:00~

3/15(水)	3/16(木)	3/17(金)	3/17(土)
ランク5	ランク4	ランク3	ランク2・1

一般発売 3/19(日) 10:00~

ご購入は Fチケット

ES CON FIELD HOKKAIDOステッカー [2種] を20名様にプレゼントいたします。応募要領はP6をご覧ください。

CLUB CONSADOLE 2023 北海道コンサドーレ札幌 オフィシャルファンクラブ

クラブコンサドーレ会員になると公式戦チケットの先行購入など楽しい特典がたくさん! 北海道コンサドーレ札幌をみんなで応援しよう!

ジュニア会員
年会費: 2,000円 (税込)
対象: 中学生以下

さらに ジュニアシートでお得に観戦!
+1,000円 (税込)

ルーキー会員
年会費: 1,000円 (税込)
対象: 新入会の方 (全年齢対象)

さらに 新入会限定のお得なプラン! いくつかの特典をお試し体験!

プレゼントNo.1
観戦チケットペア 5組10名様

4月23日(日)のアビスパ福岡戦(14:00 キックオフ / 札幌ドーム) 観戦チケットをペア5組10名様にプレゼントいたします。応募要領はP6をご覧ください。

習い事選びなら「こどもじゅく」教育サイト! 春の子育て応援キャンペーン!

携帯・スマホ・パソコンで「こどもじゅく」検索

北海道にもようやく春が訪れて「そろそろ習い事をはじめようかな」と考えているお母さんも多いでしょう。お母さんたちに人気の「こどもじゅく」は乳幼児から小学生、中学生の教育・子育て情報が満載! 北海道の子ども教育情報の最新版サイトです。水泳、体操、体育、空手、バレエ、スポーツ、家庭教師、幼児教室、学習塾、英語教室、音楽、絵画造形、書道、学童保育、児童発達支援・放課後等デイサービスなど、ジャンル別に検索できるのでとても便利!

各クラスの内容、通っている保護者の声、指導者からのコメントなどがわかりやすい、参考になると好評です。また、資料請求・体験の申し込みが簡単にできるので、習い事を探している方にとっても便利! (会員登録無料)

こどもじゅく教育サイト 人気のポイント!

- ① 習い事スクールや学習塾の情報ページがクラス別でわかりやすい。
- ② 入会特典割引やキャンペーン情報などお得な情報がメルマガで毎日届く。
- ③ 悩めるママ必見! 子育て占い(無料)が人気! 鑑定歴20年の松橋ナオ先生が、一週間の親子の運勢をお子様誕生月から占います。当たる! おもしろい! と大好評です。

今がチャンス!! 春の子育て応援キャンペーン!

こどもじゅくに会員登録録(無料)しよう! 毎日お昼12時に、あなたのスマホやパソコンにメルマガが届きます。メルマガには、お得な習い事キャンペーン情報・子育て占い・最新教育情報などが満載! 会員登録録(無料)は右のQRコードから! こどもじゅくの「春の子育て応援キャンペーン」では、資料請求又は、体験申し込みをした方の中から、毎月先着50名様にQUOカード(500円分)をプレゼントします。応募期間は2023年4月30日(日)まで。※一世代1回限りです。是非この機会をお見逃しなく! ※発表は発送をもって代えさせていただきます。

今すぐアクセス!

お客様の予約に応じた通信料がかかります。

ジュンスポーツクラブ春休み短期体操+水泳教室参加者募集!



白石店限定!
体操・水泳の「3日間短期教室」をお申し込みの方は
各コースから**500円割引!!**

入会特典 [体操]入会金0円+指定Tシャツ+進級ノートプレゼント
[水泳]入会金0円+指定水着+スイムキャッププレゼント

定休日/日・祝 駐車場あり
ジュンスポーツクラブ 検索

資料請求・体験申込

白石 子ども専用複合施設 キッズスポーツパーク

月寒 北海道最大級の体操専用体育館!

体操 3日間短期教室 3月29日(水)~31日(金) 白石店 春休み短期教室お申込み▶

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
初参加キッズ	9:30~10:20	初参加の新年少~新年長	12名	(会 員) ¥5,800
初参加ジュニア		初参加の新年長~小学生	16名	(会 員外) ¥6,100
キッズ①	11:00~11:50	新年少~新年長	12名	(会 員外) ¥6,100
ジュニア①		新年長~小学生	16名	

体操 3日間短期教室 3月29日(水)~31日(金) 月寒店 春休み短期教室お申込み▶

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ①	9:30~10:30	新年少~新年長	24名	(会 員) ¥5,800
ジュニア①		新年長~小学生	18名	(会 員外) ¥6,100
キッズ②	11:00~12:00	新年少~新年長	12名	(会 員外) ¥6,100
ジュニア②		新年長~小学生	28名	

体操 2日間短期教室 3月29日(水)~30日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	13:00~13:50	新年少~新年長	12名	(会 員) ¥4,100
ジュニア		新年長~小学生	16名	(会 員外) ¥4,400
トランポリン	14:30~15:20	新年長~小学生	16名	

体操 2日間短期教室 3月29日(水)~30日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
初参加キッズ	12:30~13:30	初参加の新年少~新年長	12名	(会 員外) ¥4,200
初参加ジュニア		初参加の新年長~小学生	16名	

体操 1日短期教室 3月31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	13:00~13:50	新年少~新年長	12名	(会 員) ¥2,100
ジュニア		新年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,200

体操 1日チャレンジ教室 3月29日(水)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
鉄棒・トランポリン	14:00~15:00	新年少~新年長	各 12名	(会 員) ¥2,100
マット・跳び箱		新年少~新年長		(会 員外) ¥2,200

水泳 3日間短期教室 3月29日(水)~31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
初参加Sキッズ	10:00~11:00	初参加の新年少~新年長	各 10名	(会 員) ¥5,800
初参加Sジュニア		初参加の新年長~小学生		(会 員外) ¥6,100
Sキッズ①	11:30~12:30	新年少~新年長	各 10名	(会 員外) ¥6,100
Sジュニア①		小学生		
Sキッズ②	14:00~15:00	新年少~新年長	各 10名	
Sジュニア②		小学生		

体操 1日チャレンジ教室 3月30日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
マット・トランポリン	14:00~15:00	新年少~新年長	各 12名	(会 員) ¥2,100
鉄棒・跳び箱		新年少~新年長		(会 員外) ¥2,200

体操+水泳 1日短期教室 3月31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	体操 14:30~15:20	新年少~新年長	各 12名	(会 員) ¥3,100
ジュニア	スイミング 15:40~16:40			小学生

体操 1日チャレンジ教室 3月31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
跳び箱・トランポリン	14:00~15:00	新年少~新年長	各 12名	(会 員) ¥2,100
マット・鉄棒		新年少~新年長		(会 員外) ¥2,200

学童保育ジュンスポーツアフタースクール OPEN! 来年度募集開始! 体験受付中!

学童期のころとからだを育てる
豊富な習い事

ジュンスポーツアフタースクールでは、学童期の成長に重要と言われている様々な習い事を豊富にご用意しています。

体操・水泳・英語・学習など「知育系習い事」と「スポーツ系習い事」を「文武両道をバランスよく」お子さま一人ひとりにあった習い事を受講できます。

各カリキュラムは「自発的に行う」ことを目標にしており、効果的かつ効率的にお子様の経験へとつながります。

今年度も小1~小6 対象にアフタースクールの会員を受け付けております。只今、体験受付中!!

お気軽にお問合せください。



代表 村重 伸延



学童期のころとからだを育てる豊富な習い事
学童保育 ジュンスポーツアフタースクール

札幌市白石区南郷通1丁目北2-1

地下鉄東西線「白石」駅7番出口徒歩1分

受付 直通 TEL 011-867-9972
お問合せ 代表 TEL 011-867-7000

ジュンスポーツクラブの運動プログラムを取り入れた「児童発達支援・放課後等デイサービス」ジュン・ハートのくわしい内容はP4をご覧ください。

体操・スイミング・英語をはじめたらジュンスポ!!

ジュンスポーツクラブ
JUN SPORTS CLUB

白石 TEL 011-867-7000
月寒 TEL 011-858-3500
清田 TEL 011-858-3500 (月寒店にてお問合せ)

札幌文化芸術劇場 hitaru

HBC少年少女合唱団
2023年度新団員募集中!!

歌うことが大好きな小学4年生以上の児童を対象に、無料体験・見学を行っています。初心者大歓迎!! 楽譜が読めなくても大丈夫! 歌が大好きな人、大募集!! 一緒に歌いませんか?

月額: 週2回 3,500円 制服代ほか別途
ジュニアクラス(小学生) 火 16:15~18:00 土 14:00~16:30
テレビ・ラジオ出演・海外公演・アーティストとの共演等があります。
※コロナウイルス感染対策をしっかりと行っています。

HBC少年少女合唱団事務局 札幌市中央区北1条西5丁目
[無料体験 お申し込み・お問い合わせ]
TEL: 011-232-5842 (平日 10:00~17:00)
FAX: 011-251-4455 メールアドレス: utau@hbc.co.jp

0歳からのラクラク 春の子育て応援キャンペーン中!!

習い事検索サイト「こどもじゅく」

「こどもじゅく」で習い事を探そう!
学習塾 幼児教室 英語 水泳 空手
体操 パレエ 音楽 絵画造形 書道

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!!

「春の子育て応援キャンペーン」では資料請求又は、体験申し込みをした方!!
毎月先着50名様にQUOカード(500円分)プレゼント!! (詳細は2ページをご覧ください)

こどもじゅくに会員登録(無料)すると北海道おやこ新聞のプレゼントにカンタンに応募できます!

こどもじゅく 検索

**春からはじめよう！
健康な身体づくり**
JSS清田
スイミングスクール

スイミングの効果
スイミングは、水による浮力を受けるため、体重が軽くなるので、成長期の子どもは関節や骨に負担をかけずに全身の筋肉をバランスよく鍛えることができ、また水の冷たさによる刺激が体温調節機能を向上させて皮膚感覚を強くしたり、呼吸を調整しながら全身運動をすることで、風邪をひきにくい丈夫な身体をつくりやすくなります。お風呂を怖がっていた子

**運動で「体・脳・心」の成長を養う
ジュン・ハートの「知動療育」**

月齢や年齢に合わせて体操専門の指導者がマット・とび箱・鉄棒・トランポリン・ボールなどを中心に段階別指導しています。また、体操(運動)を行うことで、脳を活性化することにより、知育に必要な土壌を作ります。子どもの興味・関心・好奇心に応じた様々なアプローチを行い、子どもの能力や才能、資質を更にのびのびと育みます。

ジュンスポーツクラブ運営の「児童発達支援・放課後等デイサービス」

発達に心配のあるお子様の成長を家族と見守る、児童発達支援・放課後等デイサービス「ジュン・ハート」は、発達心理学を基に体操(運動)を中心に、身体能力の向上と社会適応を目指した体操療育を行っています。子ども一人ひとりの純粋な心を大切に見守りながら、体操・運動を中心とした療育をとおして、本来持っている力を引き出しながら、眠っている可能性を広げていきます。

- **子どもの運動能力を伸ばす「36種類の基本的動作運動プログラム」**
発達に心配のある子どもは、身体の動かし方がうまくできないことが多くあり、それが原因で発達に大きな影響を与えることがあります。運動能力を伸ばすためには、脳や神経の発達が著しい幼児期に「走る・まわる・とぶ」などの36種類の基本的動作をより多く経験することが必要です。ジュン・ハートでは、母体である体操教室ジュンスポーツクラブの「36種類の基本的動作運動プログラム」をとりいれて、7つの運動能力(走る・とぶ・なげる・バランス・柔軟性・まわる・力加減)を育みます。
- **一人ひとりの発達にあわせた療育**
体操療育の他にも音楽やリトミックなどを通しての感覚・心身の発達支援をしています。また、形・色の違いを見分ける(形の弁別)視知能力の訓練や、ボタンを留めたり、小さい物をつまむ時に必要な指先の動かし方や使い方を学びながら、感覚機能を向上させます。また聴いた情報を記憶しながら頭の中の記憶を整理したり、文字の読み書きを練習しながら、自分で考える力や自主性を育みます。

代表 村重 重延より 幼児期に全身運動を行うと脳の運動制御機能と知的機能の発達に良い影響を与えます。幼児期はタイミング良く動いたり、力のコントロールなどの身体の動きを調整する能力が著しく向上する時期です。ジュン・ハートは体操教室が母体の児童発達支援体操として、体操療育を中心に子どもの発達を支援しています。お気軽にお問い合わせください。

**春の短期教室
3/27(月)~30(木)
開催予定!**
詳しい内容はこちらから▼

がプールに通いはじめて頭から水をかけても全然平気になったと喜ばれることもあります。当スクールでは水難事故から身を守るために「安全水泳」の指導を行っています。子どもの頃から水中での身のこなしと、息を止める技術を覚えていけば、自分を守る自己防衛力が身につきます。

**初めてのお子様でも大丈夫!
ベテランコーチがしっかりサポート!**

幼児は水遊び~4泳法(クロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)まで、一人ひとりのペースに合わせた段階別指導で楽しみながら着実にレベルアップしていきます。長年実績のあるコーチ陣なので初めての親離れも安心!泣き虫っ子も大歓迎!!です。また乳幼児期の水中運動は体力もつき、情操も豊かに育んでいきます。

わいわいキッズ・スイム
幼児のための水遊び、水慣れから少しずつ泳ぎを覚えていくので安心です。たとえ泣いていても、水が怖くても大丈夫です。ベテランコーチがお子様をしっかり指導するので、楽しみながら水泳の基本もしっかり身につきます。
【対象】2歳6ヶ月~年長 【月額】5,940円(税込)
【1回の授業】月・火・木・金(45分)

ベビー&ママシェイプアップコース
お子様の体調や忙しいお母さんのご都合にあわせて授業が受けられる自由出席制。お母さんのシェイプアップも兼ねた産後ダイエットにも適したプログラムです。
【対象】0歳6ヶ月~3歳 【月額】5,940円(税込)
【1回の授業】月・火・木・金(50分) 自由出席制※自由出席制は、開講日なら何回でも通えます!

JSSスイミングスクール清田

札幌市清田区平岡7条2丁目1番25号
札幌中央/札幌7条1丁目 徒歩1分 北極館/札幌7条2丁目 徒歩2分
☎011-881-0115 受付 月・火・木・金 10:30~19:30
時間 水 14:00~19:30 土 9:00~15:15
定休日/日 駐車場/あり <http://www.jss-group.co.jp/kiyota/>

児童発達支援・放課後等デイサービス ジュン・ハート

ジュン・ハート 札幌市清田区北野5条2丁目2-23 011-887-3333
ジュン・ハートムーフ 札幌市清田区北野5条3丁目4-2 011-888-1900
ジュン・ハートジョブ 札幌市清田区北野5条2丁目6-30 011-886-3000
ジュン・ハート月見 札幌市清田区月見東3条11丁目1-23 011-858-3131
ジュン・ハート厚別 札幌市厚別区厚別5条2丁目1-25 011-801-1111

〇費用、通塾については各店舗にお問い合わせ下さい。
ジュン・ハート白石 NEW OPEN!
札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7020
ジュン・ハート美瑛 札幌市美瑛区美瑛4条3丁目1-21 011-831-2900
ジュン・ハート滝川 滝川市滝川1丁目11-2 0138-52-1000

**2歳~6歳サタデープリスクール
STEM教育導入**

当校では目的に応じてクラス分けをしています。

【対象】初級・中上級
4時間どっぷり英語づけ!長時間英語で過ごすので、会話力と文法力の両方を効果的に身につけます。外国人講師が中心に行うバイリンガルコース。

只今、入会金0円、また幼児コースは限定5名、入会後の3月の授業を無料でお受けられます。※おやお新開校を見た方はスタッフにお伝えください。期限2023年3月20日(月)迄

乳幼児期から英語教育を受けるメリット

人間の脳は生まれた直後から3歳まで急速に発達し、9歳でピークをむかえます。脳は学習に最も適した時期があり、その時期を過ぎると努力をしても限界が生じてしまいます。臨界期とは、その最終ラインのことです。英語だけでなくすべての言語教育の臨界期は、9歳くらいまでといわれています。近年の脳科学の研究では言語(英語)の習得は3歳までが最も効果的であるという結果が出ています。乳幼児期からたくさん英語の音声を聞き、たくさん話すことで、脳に英文法(基礎)のネットワークができてくるので、小学校・中学校で英語を学ぶうえでとても有利になります。

体験会受付中!
【対象】新1年生(年長※非会員) 3月4日(土)・11日(土) 10時30分~11時20分 (場所)円山校
非会員の新1年生を対象に、体験授業(50分)を行います。保護者の方には小・中学校の授業の説明などを行います。

春のキャンペーン実施中!
只今、入会金0円、また幼児コースは限定5名、入会後の3月の授業を無料でお受けられます。※おやお新開校を見た方はスタッフにお伝えください。期限2023年3月20日(月)迄

0歳からの英語学校イングリッシュスプラッシュ 土日もオープン!

2歳~6歳のサタデープリスクール
【対象】3歳~6歳
【月額】1レッスン4時間 週1回23,100円
STEM教育導入
外国人講師と4時間どっぷり英語づけのバイリンガルコース。会話力と文法力の両方を効果的に身につけます。日本人バイリンガル講師のサポートも万全!人数限定で2歳児の受講可能。初級・中級のレベル別クラスです。在籍中のスクールの生徒が英検準2級(文部科学省認定)を取得した実績もあります。

旭ヶ丘学童クラブ 送迎あり!
円山学童クラブ 新規開講!
【対象】小1~小6 授業 月・火・水・木・金 15:00~19:00
【月額】週1回 23,100円 週2回 39,600円
4技能(英会話60分・英文法/英検60分)、プログラミング、異文化教育、ドラマクラス、サイエンス・アートを学びます。英語を使って英語以外の教科を学ぶイメージ教育を導入。※低学年のお子様は、近隣の小学校までお迎えに行きます。(帰りは要相談)

0歳~3歳のマミー&ベビークラス
【対象】0歳~2歳のお子様と保護者1名
【月額】平日1回40分 週1回 7,700円
土日1回50分 週1回10,450円
0歳~2歳のお子様とお母さん(保護者1名)と一緒に英語にふれるクラスです。音楽専門指導者と外国人講師による英語リトミックを親子一緒に楽しめます。

認可外保育園 2歳からのプリスクール
【月額】4時間コース 週1回 26,950円 週2回 33,682円
5時間コース 週1回 33,682円 週2回 49,500円
STEM教育導入 ※送迎あり
4~5時間どっぷり英語づけ!外国人講師が英語教育&幼児教育を行う少人数制。アメリカのカリキュラムをベースに英語遊びをとおして、楽しみながら英語を学びます。日本人バイリンガル講師の保育サポートも万全!

年少・年中・年長クラス
【対象】3歳~未就学児 STEM教育導入
【月額】1レッスン60分 週1回9,350円
外国人講師から英会話(聞く、話す)を学び、バイリンガル講師からBBカード(絵カード)を使って顔を踏みながら、センテンスを覚えていきます。※少人数制クラス

幼児プレ4技能2時間クラス
【対象】3歳~年長(初心者~初級/中~上級)
【月額】1レッスン2時間 週1回16,500円 定員 6名
「外国人講師の英会話(60分)」と「バイリンガル講師によるフォニックス(英語の読み書き)(60分)」の2時間クラスです。幼稚園へのお迎え、預かり保育あり。※英検ジュニア・英検5級を目指す中・上級クラスもあります。STEM教育導入

オンラインレッスン好評受付中!
(3歳~/30分~)
☎(011)213-7361
イングリッシュスプラッシュ 検索

【英算国】学習型学童保育 無料体験授業&説明会開催

アデック札幌福住校は、学校の宿題と英語・算数・国語の三教科が学べる【英算国】学習型学童保育です。「放課後の時間を有効活用して、子どもに学習習慣や基礎学力を身につけたい」というお子様対象の学童保育です。現在、毎週土曜日に無料体験授業&説明会を行っています。入会金無料キャンペーンも実施中です。ご予約・その他の日程をご希望の方はお問い合わせください。

【算国英】学習型学童保育のメリット

近年、共働き家庭が増えて、放課後にお子様を学童保育に預ける保護者が増えています。小学生が放課後と長期休みに過ごす時間は、年間約1,600時間あり、小学生の「放課後の過ごし方と学力の差」が重要視されています。「放課後の時間を有効活用して学力を伸ばしたい」「帰宅後に宿題や復習をする負担を減らしたい」というお子様対象の【英算国】学習型学童保育です。当校は学童保育の時間の中で、経験豊富な講師指導のもと、学校の宿題や基礎学力となる算数・国語・英語を集中学習して学力の向上を目指します。ご希望の方はロボットプログラミングコースの受講も可能。

- 算数(1日45分) パズルを使い、問題のルールを理解する思考力を高めます。
- 国語(1日45分) 文章を速く正確に読み解く速読速解力を伸ばします。
- 英語(1日55分) 「読む・書く・聞く・話す」の4技能をネイティブ講師によるオンライン学習やアプリで身につけます。

【月額】【算国英】学習型学童保育 19,800円(税込) (週1回300分) ※週5回(月~金)まで通うことができます。その他のコースもあり。

習い事として単独で通うことも可能

- アデック知能開発コース【月額】9,900円(税込) (週1回60分) [対象1歳児~年長] 年齢別にグループ指導又は完全個別指導を選択 幼稚園受験・小学校受験にも対応可能
- 国語(速読速解力) + 算数(パズル & 思考力) [対象年長~小6]【月額】13,200円(税込) (週1回90分) 文章を「読み解く」能力や速読力は学習効率や成果に直結します。
- 英語【月額】8,800円(税込) (週1回55分)
- ロボット・プログラミング【月額】14,300円(税込) (月2回90分×2回)

代表 藤井和人 小学1年生は「勉強が好き・きらいが決まる」学力において生涯で最も大事な一年です。幼児・小学校低学年から勉強する時間の確保やわかりやすく教えてくれる学習環境があると自ら勉強に取り組むようになります。子育てのアドバイスや学習個別相談、無料体験授業を行っています。※学習障がいや学習の遅れのあるお子様もご相談ください。

アデック知力育成教室 札幌福住校

札幌市豊平区月寒東1条15丁目1-20 メール福住ビル2F
☎011-850-9582 10:00~19:00 (日祝休)
<https://adecc.jp/school/fukuzumi>
【関連事業】 児童発達支援・放課後等デイサービス こぱんはうすさくら 札幌月寒教室

自立力・表現力・心を育みます! 土日祝日もお預かりできます!

勉強についていけない、お友達とうまく遊べない、集中して物事に取り組めないなど、発達・成長に心配のあるお子さまや、障がいを持ったお子さまを対象とした、児童発達支援・放課後デイサービスです。ご家族の不安に寄り添いながら、お子さま一人ひとりに最適なプランを作成し、お子さまの笑顔あふれる未来を目指します。

知能改善訓練の重視

基本的には文字やプリントでは表せない、お子様の認知力・想像力を重視しています。ぬり絵やお絵かきは自由に描くのではなく、できる限り模写や枠の中に線を入れる、文字を入れるなどどこまでどのように描いているのかを確かめながら、決められた条件を理解して行動できるように導いていきます。

他者との関わりを重点にシつけやルールを吸収する力の充実

音楽・絵本・遊びをとおして感情や情緒を豊かに育てます。また、整理整頓、あいさつなど、「社会に出ていくための最低限のしつけ」を一つひとつ繰り返して学んでいきます。子どもが自発的に出来るようになったら、少しずつルールを守る学習をしていきます。※トイトレーニングも行っています。

児童発達支援・放課後等デイサービス こぱんはうすさくら 札幌月寒教室

札幌市豊平区月寒東1条6丁目6-14 ☎011-374-5791
【営業時間】平日9:00~18:00 土日祝日・長期休暇9:00~17:00 <https://copain-sakura.com/>

幼児期の運動はとっても大事! 小さな悩みでもご相談ください!

スポーツ専門技術を有する指導者、障がいヘルパー、保育士、教員資格を取得した指導者が、お子様の成長に合わせた運動プログラムを作成し、「からだ」と「こころ」のバランスを整える運動療育を行います。様々な体育器具を使用し、身体能力の向上はもちろん、上手な感情のコントロール力や社会適応能力の育成を目指します。

感情をコントロールする力を育む

運動は脳の前頭前野を刺激し、脳の発達を促します。「思いきり身体を動かし、体を活動させる交感神経」と「座って製作したり、人の話を聞くなど気持ちを落ち着かせる副交感神経」を繰り返し刺激することで、自分の感情をコントロールすることができるようになります。集中力も身につけていきます。

1歳6ヶ月から通えます!

「成長が遅れているかも...」「落ち着きがなくて...」「すぐに乱暴をしてしまう...」そんな心配をされていませんか?のびのび運動できる空間で、楽しみながら身体を動かして汗をかく、五感で感じたことを身体で表現する...このような様々な動きが脳や神経を刺激して、身体と心の成長により効果をもたらします。ぜひ一度ご相談ください!

児童発達支援・放課後等デイサービス ぴーすまいる

ぴーすまいる 札幌市厚別区厚別東2条6丁目1-1 ☎011-809-6006
ぴーすまいるEAST 札幌市厚別区厚別東4条8丁目17-1 ☎011-375-1501
【お問い合わせ時間】平日10:00~18:00 土曜日9:00~15:00 資料請求・体験申込

年長さん2ヶ月無料体験受付中!! 小学生無料体験も受付中!! 道内300教室

【春の入会特典】入会金無料! さらに①九九表・珠算・暗算練習帳 ②通学カバン③ワンタッチそろばんの入学セットプレゼント! ※③当社規定あり そろばん・あんざんを習うと、基礎学力となる「読み・書き・計算」が楽しみながら身につきます。道内に300教室あります。是非、無料体験にお越しください。無料体験は持ち物不要です。

Information

そろばん・あんざんはプリント練習で生徒の意欲を高めます。当クラブ独自のワンタッチそろばんは小さいお子さんでも使いやすい長さなので、無理なく学習できます。
【対象】年長~ 【入学金】4,730円(税込)
【月額】週1回4,730円(税込) 週2回6,600円(税込)
※教材費・検定試験受験料・履修料がかかります。

そろばん教育で6つの脳力アップ

- ①注意深く観察する力
- ②イメージやひらめきの力
- ③記憶する力
- ④集中する力
- ⑤情報を処理する力
- ⑥速く聞き・速く読む力

早くからそろばんに慣れ親しんで、数字・計算に強くなりませんか?楽しいそろばん・あんざん教室の無料体験に是非お越しください。無料体験は持ち物不要です。

〈そろばん・あんざん〉パワーっこクラブ

【文部科学省後援の検定試験会場指定校】道内300教室
本部：札幌市東区東苗穂4条1丁目7-5
☎0120-248-428 (携帯からは011-783-6665)
お近くの教室は「パワーっこクラブホームページ」または右のQRコードから! <http://www.powerkko.co.jp/>

春の体験受付中!! 今なら入会金無料! 3歳~女の子・男の子・初心者大歓迎!!

バレエの技術とともに豊かな心と、踊ることを楽しむ気持ちを大切にしています。練習するたびに体幹が鍛えられて姿勢が良くなり、美しい立ち姿が身につきます。踊りの順番や注意点を覚えながら練習するので、自然に瞬時の判断力・自分で考える力・集中力が身につく、自分の感情を表現していくうちに豊かな感性が育まれます。あいさつや礼儀も学びます。

幼児クラス

楽しく踊ることで音楽性・リズム感を養います。
【対象】3歳~6歳 【曜日】月・火 ※レッスン45~60分(服装あり)
【場所】北13条スタジオ 【入会金】10,000円(税込)
【月額】週1回6,000円(税込) 週2回10,000円(税込)
※履修費別途(クラスによってスタジオが異なります)
※小学生以上のクラスについてはお問い合わせください。

バレエの効果

- 練習しているうちにのびのびと自分を表現することが楽しくなり、人前で発表する力が養われます。
- バレエの基礎を身につけると、姿勢やバランス感覚がよくなり、体幹が鍛えられるので、他のスポーツ(ダンス・体操など)にも対応できる身体がつくれます。[RAD認定校] プロのバレエダンサーを目指すクラスもあり

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 <https://www.yukako-ballet.com/>

カワイ絵画造形教室 無料体験受付中!!

体験当日入会特典あり! 入会金40%OFF!!

素材を通してイメージを広げ想像し 表現する喜びを味わいます。

大人気の作品発表の場です!

絵本フェスティバル!

その子の想いを描いた 世界に1冊だけの絵本を作りませんか?

カラスがきたよ、誰がかくれているの?

幼児コース

3歳~6歳 授業料7,481円/月 (材料費、書籍費含む) 月3回 年間36回

児童コース

7歳~12歳 授業料7,481円/月 (材料費、書籍費含む) 月3回 年間36回

※入会金5,500円(一部教室は11,000円) 教材費【初回のみ】5,690円~、1回60分、料金は全て税込
※札幌市内に表記している教室以外の多数の幼稚園でコースを開講しています。お近くの教室をご案内致しますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

【カワイ絵本フェスティバル】Web公開! ▶

お問い合わせ ☎011-644-3979 ▲資料請求 体験申込

東光あいの里教室 札幌市北区あいの里1条5丁目2-3 東光ストアあいの里店内3階	西区センター 札幌市西区琴似2条2丁目 高道ビル3階	プロム山鼻センター 札幌市中央区南22条西12丁目1-2 東光ストアプロム山鼻店内1階	新札幌教室 札幌市厚別区厚別中央2条5丁目3-31 第一生命ビル2階	コープ大谷地ルーシー教室 札幌市白石区栄通り18丁目5-35 コープさっぽろルーシー店内3階
---	---	--	---	---

下記の欄の
詳しい内容は
QRコードから
確認できます。



おやこのお出かけ情報

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



※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。お出かけ前に各ホームページで最新情報をご確認ください。

北海道グリーンランド

わくわくドキドキのアトラクションや人気のキャラクターショーで楽しもう!

新感覚アトラクション「カード迷路 ぐるり森大冒険」が子どもに大人気! 迷路を進みながらゲームや謎解きをクリアすると「ぐるりカード」がもらえるよ!
「ひろがるスカイ!プリキュア」「仮面ライダーギーツ」「王様戦隊キングオージャー」「ウルトラマン」などのキャラクターショーを多数開催。詳しい日程や内容は、HPをご覧ください。

住所 岩見沢市志文町1015番地いわみざわ公園
TEL 0126-22-2121
北海道グリーンランド 検索

プレゼントNo.3
入園ご招待券
ペア5組10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、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! 人気No.1イベントのピンゴ大会は親子で楽しく参加できます!

住所 札幌市厚別区厚別中央2条5丁目7-2 サンピアザ1F
TEL 011-804-7788
ファンタジーキッズリゾート 検索

プレゼントNo.4
1日遊び放題
ご招待券 親子ペア
10組20名様

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
TEL 0126-55-3388
北村温泉ホテル 検索

プレゼントNo.5
ご入浴券(大人)
ペア10組20名様

札幌市こどもの劇場やまびこ座

世界人形劇の日「札幌市児童会館人形劇フェスティバル」

3/21「世界人形劇の日」に合わせて「札幌市児童会館人形劇フェスティバル」を開催! 札幌市内の児童会館、ミニ児童会館がやまびこ座に集結し、計8作品を第1部、第2部に分けて連続上演します。
【日時】3/21(火・祝) 第1部: 12:30~14:00 第2部: 14:30~16:00
【会場】札幌市こどもの劇場やまびこ座 【料金】入場無料 ※要予約

住所 札幌市東区北27条東15丁目
TEL 011-723-5911
札幌市こどもの劇場やまびこ座 検索

知るほど楽しい! パンク町田のゆかい痛快!

動物の子育ての世界



楽しいイラスト満載で
どんどん知りたくなる!

著者: パンク町田
イラスト: 亀澤裕也 麻生羽呂
定価: 1,100円(税込)
出版社: 赤ちゃん和妈妈社

身近な動物から珍しい動物までの子育てを絵日記風に紹介。ページをめくるたびに、新しい発見や驚きに出会えるはず! 思わず「へー」「ほー」「ふ〜ん」と声が出ちゃう! ワクワク楽しい! 動物たちの子育てエピソード満載の一冊です。

プレゼントNo.6
本
「動物の子育ての世界」
3名様

プレゼント応募要領

応募方法: はがき、北海道おやこ新聞ホームページ、右記のQRコードから

- 応募締切日 3/30(木) 到着分まで
- 北海道コンサドーレ札幌
4/23(日)「アビスパ福岡戦」(札幌ドーム)観戦チケットペア5組(10名)様
 - 北海道日本ハムファイターズ
ES CON FIELD HOKKAIDO ステッカー(2種) 20名様
 - 北海道グリーンランド
入園ご招待券 ペア5組(10名)様 (有効期限)2023/4/22(土)~10/22(日)
 - 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
 - 北村温泉ホテル ご入浴券(大人)ペア10組(20名)様 (有効期限)2024/3/31(日)
 - 赤ちゃん和妈妈社
「知るほど楽しい! パンク町田のゆかい痛快! 動物の子育ての世界」3名様

①~⑥のプレゼント名(第2希望まで) 住所(〒) お名前(保護者) ご連絡先(TEL) この新聞を手にした日と場所
お子様の年齢 お書きのうえ、ホームページまたは、はがきでご応募ください。 ◆この新聞を読んだご意見や感想なども是非お書き下さい。
〒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 ※厳正なる抽選のうえ、当選者へ発送致します。
※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。(ホームページからの締切は、締切日の23:59までです。)
※発表は発送をもってかえさせていただきます。※当選の可否はお答えできません。※応募頂いた個人情報は抽選・発送のみに利用致します。

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



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
mivopuri 三好プリVENT 歯科
miyoshi prevent dental clinic
011-863-1122 平日9:30~17:30 土曜9:30~16:00 休診日曜・祝日
札幌市白石区平和通3丁目北5-22【感染症対策実施歯科医療機関】
ホームページはこちら
歯の治療、定期検診、子どもの矯正治療、大人の矯正治療、審美治療 他
三好プリVENT 歯科 検索

顎顔面矯正は、歯並びをよくする矯正治療といふよりも「本来歯が並ぶ顎の大きさまで顎の幅を



院長 三好 弘祐

顎顔面矯正は、歯並びをよくする矯正治療といふよりも「本来歯が並ぶ顎の大きさまで顎の幅を

(右上の広告もご覧下さい。)

質問

4歳の娘の歯並びが「この生え方で大丈夫かな」と心配になります。三好プリVENT 歯科 院長 三好 弘祐

「この生え方で大丈夫かな」と心配になります。顎顔面矯正を始める時期は、早ければ早いほどいいと言われています。10代を超えると、顎の大きさや形が決まるため、大人になってから歯並びを矯正するのは至難の業です。その理由を「ボタンのかけ違い」に例えると「あれ? ボタンの位置がずれてる」と2つ目のボタンをかける時に気づいてかけなおすと、3つ目からは正しい位置にボタンがかけられます。しかし10個目のボタンでかけ違いに気づくと、ほぼ全部かけなおすことになるので時間も費用もかかります。つまり、永久歯が生えはじめる5歳~10歳の間を目安に矯正治療を行うと、骨の成長する力を利用して本来の顎の大きさを広げることができるので、短い治療期間で治療費も安くすみす。小さなお子さんは口呼吸と上顎の発育と歯並びには深い関わりがあります。定期的に歯医者さんに行つて歯の状態を診てもらいましょう。

回答

歯と口の役割

歯と口には「食べ物を噛みくだいて消化吸収を助ける」「発音を明瞭にする」「表情を豊かにする」など、生きていくための役割があります。そして、もう一つ大切な役割は「呼吸」です。歯を並べる顎の上には鼻が乗っています。顎が成長不足になると鼻腔が狭くなるため、鼻の通りが悪くなつて口呼吸になります。口呼吸になると気道を確保するために姿勢が悪くなり、正しい飲み込み(嚥下)ができなくなつたり、アレルギー体質を助長したり、目に見える歯列不正(歯並びが悪い状態)へと繋がってきます。顎の成長不足が「負のスパイラル」を作っていきます。つまり成長期は「歯」よりも「口(顎)」の成長が大切なのです。

レイズ体操クラブ体験キャンペーン実施中!今なら体験料 1,000円(税込)!

栄町店 18:45~幼児・小学生クラスあります! 循環バスあり!

宮の沢店体操専用体育館としては道内最大級!



春休み3日間集中短期教室受付中! 3/29(水)~31(金)

【対象】4歳~小学生 初心者大歓迎!!

短期教室からご入会の方へ、
お得な入会特典をご用意してお待ちしております!
申込用紙のアンケートで班分けを行います。
鉄棒・跳び箱・マット・トランポリンのうち
1日3種目をローテーションで練習します。
進級システムにそって段階を追って練習する
ので、体操が初めてのお子さまも大歓迎です!

ご予約は各店にお電話ください!

コース	時間	定員	料金
A	11:00~12:00	52名	栄町店 4,600円(税込)
B	14:00~15:00	52名	宮の沢店 5,400円(税込)



栄町店
札幌市東区北38条東15丁目1-22
☎011-790-8003

宮の沢店
札幌市西区発寒6条8丁目7-1
☎011-688-5886

※お電話にてご予約後、1週間以内に直接お店まで本申込にお越しください。

レイズ体操クラブ 宮の沢 送迎バス & お預かりイラン

お仕事やご家庭の都合で授業の時間に間に合わない保護者様のために、安心・安全のバス送迎、お預かりプランをご用意しました。

送迎バスには 保育者が同乗します



1日目のみ 幼稚園・保育園 卒業生など 保護者の負担を減らすため 必要相談

対象 体操クラス①②③・プレ上級クラス 上級クラス・専門クラス

料金 ※平日プランと土曜日プランの併用可
週1回コース 体操の会費 + 2,200円(税込)
週2回コース 体操の会費 + 3,300円(税込)

平日お迎え & お預かりプラン

※預りは各ご家庭でのお迎えが必要です。

お迎えバス曜日別方面

月	1便目		2便目	
	1号車	2号車	1号車	2号車
月	二十四軒方面	八軒方面	八軒方面	二十四軒方面
火	西野方面	稲積方面	稲積方面	西野方面
水	二十四軒方面	八軒方面	八軒方面	二十四軒方面
木	二十四軒方面	稲積方面	稲積方面	二十四軒方面
金	二十四軒方面	西野方面	西野方面	二十四軒方面

お預かり時間

1便目利用	2便目利用	2便目利用
18:00まで	19:00まで	19:30まで
延長(当日、延長料金330円を別途支払ってください)		
18:30まで	19:30まで	なし



土曜日お迎え & お送りプラン

お迎えバス方面 ※土曜日にお預かりサービスはございません。授業終了時間に合わせたバスでお送りします。

1便目		2便目		3便目	
1号車	2号車	1号車	2号車	1号車	2号車
二十四軒方面	八軒方面	西野方面	稲積方面	八軒方面	二十四軒方面



本格派カフェ「カフェ・ド・レイズ」 団体予約や貸切も可能です!(平日のみ)



一般の方も大歓迎! テイクアウトもできます。小上がりやキッズスペースでお子様連れでも安心!お席のご予約も可能です!!

「カフェ・ド・レイズ」メニューはこちら▶



「児童発達支援・放課後等デイサービス ソレイユの森宮の沢」 児童発達支援 9月から(月)(水)(金)も開講のため増員決定! 見学・体験受付中!



トランポリン・ボルダリング設備

施設情報は こちら▶



レイズ体操クラブ
体験のご予約は各店にお電話ください!

栄町店
札幌市東区北38条東15丁目1-22
☎011-790-8003

宮の沢店
札幌市西区発寒6条8丁目7-1
☎011-688-5886

資料請求
体験申込▶



子どもがよろこぶ! 食育レシピ

おいしく食べて、すくすく成長!

手軽な材料で! “華やか”押し寿司



- ① ご飯はかために炊き、(A)の合わせ酢をかけて酢めしを作り、冷ましておく。
- ② 卵に(B)を入れよく溶き、薄く焼き、千切りにする。
- ③ ツナに熱湯をかけ、汁をきり、(C)を入れ、炒る。
- ④ 人参は薄く輪切りにして花形に抜き、ひたひたの水と砂糖を入れてサッと煮る。
- ⑤ いんげんは塩ゆでして、斜め薄切りにする。
- ⑥ 密閉容器(タッパーやケーキ型など)にラップを敷き、人参・いんげん・かにかまぼこを並べ、その上に卵、ご飯1/3量、ツナそぼろ、残りのご飯の順に重ねる。ラップをのせて押す。
- ⑦ ⑥を20分ほど落ち着かせ、皿に返す。

材 料 4人分

米	2合	ツナ缶	2缶
(A)合わせ酢 調味料		(C)調味料	
酢	1/3 カップ	砂糖	大さじ1
砂糖	小さじ2	酒	大さじ1
塩	小さじ2/5	醤油	小さじ2
卵	3個	人参	1/4本
(B)調味料		砂糖	大さじ1/2
砂糖	大さじ1	いんげん	150g
塩	少々	塩	少々
		かにかまぼこ	4本

親子で楽しくクッキング!

春のおすすめメニューは、押し寿司とみたらし団子です。押し寿司のツナそぼろは甘過ぎず、手頃な常備菜として、活用できます。豆腐入りの白玉団子は、モチモチで、時間が経ってもかたくなりません。きな粉や胡麻など味いろいろ楽しめます。

料理は、親子のコミュニケーションの機会。押し寿司の具材を並べて押したり、白玉団子をこねたり丸めたり、是非、お子様と一緒に作ってみて下さい。



管理栄養士 渡辺 久理子
【経歴】病院に25年勤務
調理師養成専門学校講師、
保育園の献立作成などを担う。

“モチモチ”みたらし団子



- ① ボウルに白玉粉と絹ごし豆腐を入れてよくこねる。(かたい時は、水を少々加える。)
- ② ①をだんごにまるめ、熱湯でゆでる。(浮き上がってから1分程、ゆでる。)
- ③ ②を冷水にとり、ザルにあげて、水気をきる。
- ④ 鍋に(A)を入れて、とろみがつくまで火にかける。
- ⑤ ④を器に盛り付け、②をかけて完成。

材 料 4人分

白玉粉	100g	(A)タレ 調味料	
絹ごし豆腐	100g	砂糖	大さじ2
水(かたい時に少々)		醤油	小さじ2
		水	大さじ2
		かたくり粉	小さじ1

知っておきたい栄養素
体の発育が著しい幼児期に、特に必要な栄養素の種類と働きを紹介しします。
エネルギーの素となる
栄養素(三大栄養素)

発育の盛んな幼児期の食事は、特に栄養のバランスが大切です。バランスの良い食事とは何か、具体的にはどうすればバランスが良くなるのか、今回はポイントを紹介しします。

幼児期の食事のポイント
幼児は一日三回の食事だけでは、必要な栄養量を十分に摂取することはなかなかむずかしいものです。一度に食べられる量が少ないので、幼児の間食は栄養の補給源として大切です。間食には、乳製品や果物やひと口サイズおにぎり、パンなどを与えましょう。食事で肉や魚を食べたがらない子どもには、タンパク質が豊富なチーズやヨーグルトなどの乳製品を与えたり、間食で炭水化物の多いパンやタンパク質が豊富な食材を加えれば、自然と幼児に必要な栄養量を摂取することができます。一度の量は、親の食事の半分くらいが目安です。

たんぱく質
肉、魚、納豆、豆腐
炭水化物
ごはん、パン、いも類
脂質
バター、マヨネーズ
例) 人参、ほうれん草、いちご

ミネラル
例) 牛乳、ワカメ、貝類
骨やホルモンなどの構成成分となり、神経、筋肉の働きなどを調整します。健康な体づくりのためには、毎日の食事をバランス良く食べることが大切です。元気にモリモリ食べて、免疫力をアップさせ、感染症に負けない体をつくりましょう。

ビタミン
例) 人参、ほうれん草、いちご
代謝を促し、体の活動を正常に保ちます。

黒田バレエ教室
札幌市(東区・南区・中央区)
アットホームなクラシックバレエ教室
東区栄町教室 / 南区藻岩下スタジオ
幼児・小学生クラス 無料体験受付中!!
春のキャンペーン! 入会金無料!



管理栄養士 渡辺 久理子
(上の食育レシピもご覧下さい)

例) 人参、ほうれん草、いちご
代謝を促し、体の活動を正常に保ちます。

例) 牛乳、ワカメ、貝類
骨やホルモンなどの構成成分となり、神経、筋肉の働きなどを調整します。健康な体づくりのためには、毎日の食事をバランス良く食べることが大切です。元気にモリモリ食べて、免疫力をアップさせ、感染症に負けない体をつくりましょう。

例) 人参、ほうれん草、いちご
代謝を促し、体の活動を正常に保ちます。

例) 牛乳、ワカメ、貝類
骨やホルモンなどの構成成分となり、神経、筋肉の働きなどを調整します。健康な体づくりのためには、毎日の食事をバランス良く食べることが大切です。元気にモリモリ食べて、免疫力をアップさせ、感染症に負けない体をつくりましょう。

例) 人参、ほうれん草、いちご
代謝を促し、体の活動を正常に保ちます。

保健センターでは 子育てに関するいろいろな支援を行っています

子育てで大切なことは、たくさん愛情を持って子どもを育てることです。しかし、子育てはなかなか思った通りにならないものです。「一生懸命努力しているのにどうしてうまくいかないのだろう」と一人で深く思い悩むこともあると思います。



ちょっとしたきっかけで悩みを解決する糸口が見つかったら精神的にとっても楽になります。札幌市各区保健センターでは、子育てに関するいろいろな支援を行っています。「健診・相談・教室日程」など子育てに関する情報は右下のQRコードからご覧いただけます。



子育て支援情報はここから▶

黒田バレエ教室

札幌市(東区・南区・中央区)
アットホームなクラシックバレエ教室

東区栄町教室 / 南区藻岩下スタジオ

幼児・小学生クラス 無料体験受付中!!

春のキャンペーン! 入会金無料!

まずは無料体験・見学! お気軽にお問合せください!

幼児クラス・小学生クラス	※対象:3歳~
初めてのお子さんもすぐにレッスンに溶け込んで、リズムに乗って楽しく踊るレッスンです。講師2名体制の少人数制(7~8名)	
月謝	藻岩下スタジオ 週1回 4,000円 (小2~4,500円)
	栄町教室 週1回 5,000円 週2回 9,000円
※幼児~大人クラス 個人・グループレッスン、コンクールレッスンあり	
※料金は全て税込	

011-702-5658

東区栄町教室 札幌市東区北48条東10丁目3 栄新和町内会館2F
南区藻岩下スタジオ 札幌市南区藻岩下3丁目1-22
中央区スタジオ NHK文化センター札幌教室 認定こども園「しらゆき夢」

教室紹介・講師紹介
保護者の声など
詳細はこちら▶