

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
TEL 011-815-0855
FAX 011-827-6011
E 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、お客様の契約に応じたパケット通信料がかかります。
※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.33 2023年冬号

春号は2/28発行の予定です。

●目次●
P1 児童会館・幼児教室
P2 保育士資格取得・合宿団
P3 体操教室・子育て情報
P4-P5 習い事情報・スポーツ情報
P6 お出かけ情報・音楽教室
★ 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・歯科保健センター

配布・設置場所
札幌市保健センター
札幌市児童会館
区保育・子育て支援センター
札幌市立保育園・私立幼稚園/保育園
子ども医療施設など

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

仮面ライダー スーパーライブ 2024



日時 2024年2月23日(金・祝)
会場 カナモトホール
詳細はP6をご覧ください。
石森プロ・テレビ朝日・ADK EM・東映

心も身体も元気に子育てをしていきましょう!

ぜひ子育てサロンに遊びにきてください!

丘珠ひばり児童会館 館長 大石 佳美



丘珠ひばり児童会館は、1996年に開館し、今年度で27年目になります。玉ねぎ畑が数多くある地域で、北丘珠みどり公園をはじめ、少し足をのぼせばモエレ沼公園やさくらんぼなど多くの公園がある環境です。また地域との交流も盛んで、様々なイベントも行われています。



12月中旬にはクリスマス会も予定しています。子育てサロンでは地域の民生委員の方が月に何度か来てくれていて、乳幼児のお子さんとの交流はもちろんのこと、お母さんとも楽しく話したり、気軽に悩みなどを話せる環境です。また月に2回ほどボランティアの方に来ていただいで、お母さん達にきてください。お子さんもお母さんもきっと元気になれるはず。子育ては決して一人ではできません。ご家族、地域の方、お友達、子育てサロンをぜひ頼って、一緒に心も身体も元気に子育てをしていきましょう。

札幌市児童会館・三三児童会館

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

※お客様のご契約に応じた通信料がかかります。

011-785-6137

「習い事に行かない」と言われて困る時こそ、黙々と継続は力なり

専務取締役 相原 貴海

幼児期になると、自分のやりたいことを言うようになるので、親としては少しでも子どもの才能を伸ばすために、本人の好きなことをさせてあげたいと思うものです。しかし、通い始めて「行かない」と激しく抵抗されると「このまま続けたいのだろうか」と悩んでしまいます。子どもが「行かない」という理由は様々ですが、今回は、「行かない」と抵抗しても、行けば不思議にきちんと授業を受けているお子様のケースについてお話しします。

「継続は力なり」です。

こどもクラブは、何かの技術を学ぶ為の学習ではなく、人間が生きていくために必要な学び方を伝えています。ですから「ここで終わりにする」「これはやらなくていい」「嫌だからやらない」と子どもが思うのではなく、努力は当たり前でなく、出来ることができるようになるから楽しいんだ!という経験を身に付けてもらいたいと考えています。

2023 秋のご入会 キャンペーン

2023年12月末日まで

※期間中にご入会手続きを完了された方対象

入会金 6,600円 無料!

そのほかお得な特典がいっぱい!

※受験コースは対象外

くわしくは公式サイトで!

こどもクラブ

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 (週1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本となります。

3歳・年少・年中・年長・総合発展コース (週1回/90分)

安心して小学校入学を迎えるために

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。

小学校受験クラス

ペーパー指導の他、様々な内容を実践。集団制作や集団遊びなどに必要なコミュニケーション能力を高めています。

小学生部 DoMS ドムス

小学生になったら

- 小学生塾ドムス(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。

英語コース・2歳半~中学生

英検にも対応! 自信を持って英語の授業へ取り組めるように!

予約制 各教室 無料体験受付中!

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

こどもクラブ

0120-115-181

本部受付(9:00~17:00/土日祝除)

子育て経験をキャリアに!? 保育士資格を取得しませんか?

こども學舎 施設長 河村泰孝

本學には平均年齢36歳の、全103名の学生が、保育士(国家資格)取得を目指し学業に励んでいます。その内、66名は子育て経験者であり、自身の子育て経験が大いに強みとなる「保育」の仕事に就きたいと考えている方が増えています。子育てを通じて、子どもの尊さを体感し、子育て経験を活かして保育士になることを「夢」に据える方が増えることはとても嬉しいことです。



2年制の午前授業!?
バイトと両立ができる!?
こども學舎は、平成25年度に、NPO法人運営としては全国で初めて、厚生労働大臣より保育士養成施設として指定された新しい学校です。

また、近年、午後保育補助として学生を採用して下さる保育園が増えています。この両



卒業時に学位や称号を併せて付与する、大学・短大・専門学校とは異なり、保育士資格付与に必要な授業に絞ることで、同じく2年制の保育士養成専門学校と比べ、約半分の授業時間で運営することが出来ます。平日9時30分~12時5分の「午前授業」なので、午後の時間には保育園でアルバイトと両立することができ、保育の実践を積み重ねる経験が就職活動の大きな後押しとなることなど、学業だけに縛られない学生生活をおくれるのも本學の特徴です。

立を支持して下さる約100ヶ所の保育園や認定こども園と「連携協定」を締結しています。保育現場と保育士養成校が手と手を取り、保育士になる夢を抱く学生を応援する、素晴らしい試みが始まりました。

一番の心配事
「学費」問題を解消!?
これまで多くの相談に応じ、一番のネックとなる「学費」の問題を次の両面から解決したいと取り組んでいます。相談者個々にあわせて、利用できる国の制度を説明・案内し、ケースによっては学費以上の、国や自治体からの給付金を得て学費提案をしています。加えて本學は、学生が計画する納入計画の通り学費を納入することが出来る「個別納入」を開始しました。利用する国の制度から入金となる月に学費を多く納入し、その他の月はアルバイト料から少なめに納入することも可能で、計画的に自立した学生生活がおくれます。保育士になる「夢」実現の後押しとなるのではないかと期待しています。

ご紹介したい国の制度は6つほどあり、申請要件を満たしている場合、右下の3つの制度を併用できる事例もあります。

お知りになりたい方は、お電話または個別相談をご予約下さい。

■国の制度(一部)
①札幌市保育士修学資金貸付

最大160万円の貸付
保育士資格取得後に、市内保育園などで5年以上勤務すると全額返済免除

②専門実践教育訓練給付金
約100万円給付
【対象】雇用保険加入実績2年以上(複数の加入期間の合算可 ※要件あり)

③高等職業訓練促進給付金
最大293万円給付
【対象】シングルマザー・ファザー
■日曜開催「国の制度事例説明会」※託児あり
令和5年12月17日(日) 13時30分~15時30分
■平日開催「授業見学会」※託児あり
令和5年12月13日(水) 10時~11時15分

「個別相談」
ご予約の日時をお知らせ下さい。
☎011-616-1771



子育てママ・社会人多数在学 保育士資格を 取得しませんか? 国家試験の受験免除

- 体験授業&授業見学会(定員:8名)
12月13日(水) 10:00~11:15
テーマ「保育の魅力~共に育ちあう子ども・保護者・保育者~」
実際の授業を見学したい方にオススメ!
- 体験授業&国の制度事例説明会
12月17日(日) 13:30~15:30
テーマ「ゲームは制限したほうがいい?~子育てのギモンに心理学はどう応えるか~」
国の制度を知りたい方にオススメ!



【卒業生から入学を考えている方へメッセージ】
支えてくれる先生や素敵な仲間が待ってます!
2021年度 入学生Tさん【午後の過ごし方】認定こども園(実習先・就職先)でアルバイト

こども學舎の個別相談で国の制度を知り、シングルマザーでも挑戦できることを知りました。また、卒業と同時に資格取得ができることも入学の決め手となりました。学費面・生活面での不安は国の制度を利用することで解決できました。実習などで辛いときは、自分と同じような環境であったり、悩みを分かち合える仲間がいることで乗り越えることができました。社会経験を経て、学生に戻ると学びの感じ方や捉え方も変わっており、とても新鮮な2年間を送ることが出来ます。年齢や環境で入学を悩んでいる方も、支えてくれる先生や素敵な仲間が待ってます! ぜひ一歩踏み出してみてください。

ママさん学生66名!
103名在学/平均36歳(10代~70代)

学費支払いの解決策紹介!
国の制度利用で、約538万円受給できた事例も!

学費の個別納入!
年間の学費をご自身の計画で納入OK!

学費支払いのお悩み解消!?
国の制度って何?
【2021年度実績】学生が利用できる国の制度事例

- 返済不要の給付金293万円受給
- 学費の70%給付(112万円)受給
- 貸付金 約133万円借入
※要件を満たすと返済免除

約538万円
詳しくは個別相談にて! ご予約ください!

厚生労働大臣指定保育士養成施設
こども學舎 TEL011-616-1771 「資料請求」「説明会」「個別相談」は、お電話・Webからご予約頂けます。
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)

出願受付中 (2024年4月入学)
こども學舎の「今」を発信中! Instagram

HBC少年少女合唱団 新団員募集

無料体験・見学受付中

- ◆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年生の皆さん
- ◆練習場所:HBC本社地下1階

初心者の方も大歓迎!お気軽にお問合せください。



CONTACT お問い合わせ
HBC少年少女合唱団事務局
〒060-8501 札幌市中央区北1条西5丁目
アクセス:地下鉄さっぽろ駅・大通駅より徒歩5分

お問い合わせ
TEL:011-232-5842(平日10:00~17:00)
MAIL:utau@hbc.co.jp URL:https://www.hbc.co.jp
SNS更新中! X(旧Twitter):@HbcJuniorchoir Instagram:@hbcjuniorchoir

ホームページからもお問い合わせいただけます。
HBC少年少女合唱団 検索

ジュンスポーツクラブ冬休み短期体操+水泳教室参加者募集!

白石 子ども専用複合施設 キッズスポーツパーク
白石店 冬休み短期教室は右記QRコードからお申込みができます! (詳細) 下記のクラスの詳細はこちら▶
1日体験教室、親離れリトル トランポリンクラス

体操 2日間4種目短期教室 12月27日(水)~28日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
2日間キッズ①	9:30~10:20	年少~年長	12名	(会 員) ¥4,100
2日間ジュニア①		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥4,400

体操 1日体験短期教室 12月26日(火)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ①(マット・トランポリン)	11:20~12:10	年少~年長	12名	(会 員) ¥2,100
1日ジュニア①(鉄棒・跳び箱)		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

体操 1日体験短期教室 12月27日(水)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ②(跳び箱・トランポリン)	11:20~12:10	年少~年長	12名	(会 員) ¥2,100
1日ジュニア②(マット・鉄棒)		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

水泳 わがままコース 12月26日(火)~28日(木)の中から好きな日程を選べる

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
水慣れキッズ	13:30~14:20	年少~年長	各6名	(セット価格) 1日だけ (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300
プール大好きキッズ		年少~年長		2日間セット (会 員) ¥4,100 (会 員外) ¥4,400
水慣れジュニア		小学生	各8名	3日間セット (会 員) ¥5,800 (会 員外) ¥6,100
すいすいジュニア		小学生		落ちる・習った事がある

水泳 親離れ・水慣れコース 12月26日(火) 小さいお子様でもはじめる習い事!

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
リトルスイミング	11:20~12:05	2歳~3歳児	10名	¥1,650

水泳 3日間じっくりコース 12月26日(火)~28日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	10:00~10:50	年少~年長	12名	(会 員) ¥5,800
ジュニア		小学生	16名	(会 員外) ¥6,100

水泳 2日間短期教室 12月26日(火)~27日(水)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	11:20~12:10	年少~年長	12名	(会 員) ¥4,100
ジュニア		小学生	16名	(会 員外) ¥4,400

体操+水泳 1日体験教室 12月26日(火)・27日(水)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	体操 14:00~14:50	年少~年長	各12名	(会 員) ¥3,100
ジュニア	水泳 15:10~16:00	小学生		(会 員外) ¥3,300

月寒 北海道最大級の体操専用体育館!
月寒店 冬休み短期教室は右記QRコードからお申込みができます!

体操 2日間短期教室 12月26日(火)~27日(水) マット・跳び箱・鉄棒・トランポリン

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
わくわくキッズ①	10:00~11:00	年少~年長	各12名	(会 員) ¥4,100 (会 員外) ¥4,400
わんぱくキッズ①		年長~小学生	各16名	
チャレンジジュニア①	13:30~14:30	年少~年長	各12名	
ステップアップジュニア①		年長~小学生	各16名	

体操 1日体験短期教室 12月26日(火)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ①(鉄棒・トランポリン)	11:45~12:45	年少~年長	12名	(会 員) ¥2,100
1日ジュニア①(マット・跳び箱)		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

体操 1日体験短期教室 12月27日(水)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ②(マット・跳び箱)	11:45~12:45	年少~年長	12名	(会 員) ¥2,100
1日ジュニア②(鉄棒・トランポリン)		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

体操 1日体験短期教室 12月28日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ③(マット・トランポリン)	10:00~11:00	年少~年長	12名	(会 員) ¥2,100
1日ジュニア③(跳び箱・鉄棒)		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

体操 バク転体験 12月28日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
バク転体験	11:45~12:45	小学生~高校生	20名	(会 員) ¥2,450 (会 員外) ¥2,600

体操 1日3種体操体験 12月28日(木) マット・跳び箱・鉄棒

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
3種目キッズ	13:30~14:30	年少~年長	14名	(会 員) ¥2,100
3種目ジュニア		年長~小学生	16名	(会 員外) ¥2,300

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(白石・月寒)
[水泳]入会金0円+水着+スイムキャッププレゼント(白石)

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

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! 体験会&説明会開催!

学童期のこ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されている様々な習い事を豊富にご用意しています。[知育系習い事会員]「スポーツ系習い事会員」「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が受講できます。今年度も小1~小6対象にアフタースクールの会員を受付しております。只今、体験受付中!! お気軽にお問合せください。

代表 村重 欣延

体験会&説明会開催! [対象 年長以上] **12月10日(日) 10:00~11:30**

※実際にお子様体験できます。体験会・説明会
※15名程度の定員になっております。お申し込みは
※事前にご予約ください。

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

脳と心の成長に効果抜群 **体操** 専門知識を持ったスタッフが作る年齢と段階に応じたカリキュラムで、お子さまの成長を促します。

小学生に人気の習い事 No.2 **学習** 宿題のサポートなどの学習支援を行います。

食でからだを育てる **食育** 食での栽培収穫などを通じて食育を体験し学びます。

小学生に人気の習い事 No.1 **スイミング** 独自のプログラムで幅広いクラス設定で初めてのお子さまでも安心。25mプールで楽しく水泳を学べます。

東京2020でもメダリストが誕生 **ボルダリング** 専用の施設を完備しているため楽しくボルダリングに挑戦できます。

2020年度から必修化 **英語** 学校英語授業のフォローアップや能力に応じた英語指導を行います。

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・英語をはじめならジュンスポ!!

白石 札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 TEL 011-867-7000
月寒 札幌市豊平区月寒東3条11丁目1-23 TEL 011-858-3500
清田 札幌市清田区北野5条2丁目6-30 TEL 011-858-3500 (月寒店にてお問合せ)

子育ての悩みに答える **話して聞いて「冬休み子育てLINEトーク」**
対象：子育て中の保護者(親・祖父母・叔父母など)

「イヤイヤ期のとき、どう対応したらいいの?」「ご飯をあまり食べてくれない」など、子育ての悩みについて適切なアドバイスをしてくれるLINE相談「子育てLINEトーク」を開設しています。相談員は、元児童会館職員(館長)、元教員など長年子どもたちと接している、子育て経験のある人たちです。1対1。匿名OK! 相談内容の秘密は守ります。お気軽にお問い合わせ下さい。子育てに関する困りごとをすぐにお話ししていただけるように、実施日を増やしました。定例の火曜日、木曜日のほかに12月は27日、28日、1月は4日、10日、11日、17日、18日に行います。(時間は13:00~16:30) まずは、下記のQRコードからお友達登録して下さい。

■LINEトーク時間 火・木 13:30~16:30 ※祝日・年末年始除く
■右記のQRコードからお友達追加をして、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
※上記の事業は2023年さぽーとと基金の助成を頂いています。

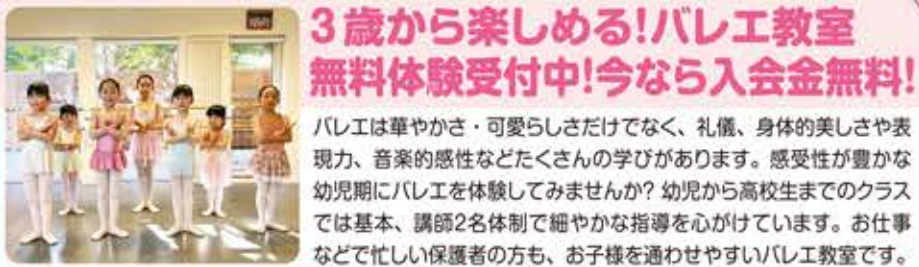
母親劇団「ぐるーぶえるむの森~お話しを楽しもう!」

お話しを楽しもう! part 1
小さな頃から生の劇を楽しむことは、子どもの感性を育み、非認知能力を高めることになります。是非、劇場に足を運んでください。
【日 時】2023年12月9日(土) 開場 10:30 開演 11:00
【出 演】ぐるーぶえるむの森
【演 目】クリスマスあそび劇「ペーパースート」、三匹のこぶたクリスマス ver.
【入場料】3歳児以上:300円(3歳児未満は無料)
【会 場】札幌市子ども人形劇場こぐま座(札幌市中央区中島公園1-1)

お話しを楽しもう! part 2
冬休み中、子育てサロンのお休みの時に天気を気にせずに、いつでもご覧いただけます。
【配信日時】2024年1月を予定 【出 演】人形劇団 みりえり
右上のQRコードから子育てLINEトークに登録していただくと、専用URLを送信します。
「ぐるーぶえるむの森」とは
私たちは子どもたちに「生」の舞台を届けたくて、札幌の幼稚園・児童館・やまびこ座で活動中の「児童劇をつくっているグループ」です。メンバーはみんな子育て真っ最中の母親ばかりです。1994年 エルムの森児童会館から生まれたので、「ぐるーぶえるむの森」と名付けました。

まずは「お友達登録」を!
(1対1のトーク用)

【お問合わせ先】NPO法人コミュニティワーク実践センター 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2023年さぽーとと基金の助成を頂いています。



3歳から楽しめる!バレエ教室 無料体験受付中!今なら入会金無料!

バレエは華やかさ・可愛らしさだけでなく、礼儀、身体的美しさや表現力、音楽的感性などたくさんの学びがあります。感受性が豊かな幼児期にバレエを体験してみませんか? 幼児から高校生までのクラスでは基本、講師2名体制で細やかな指導を心がけています。お仕事などで忙しい保護者の方も、お子様を通わせやすいバレエ教室です。

幼児クラス・小学生クラス ※対象:3歳~

初めてのお子さんで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)冬特別入会金無料(2024/1/31まで)
【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

バレエを習うことで得られる効果

バレエは技術だけではなく、姿勢がよくなる、身体が柔らかくなる、あきらめない心が育つなど、身体面・精神面の成長により効果があります。またバレエの動きには、「思い通りに自分の身体を動かす」「バランスを取る位置をキープする」など、他のスポーツに通じる基礎的な動作が多く含まれています。

黒田バレエ教室

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」
☎011-702-5658 <http://kuroda-ballet.com/>



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守りながら、体操・運動を中心とした療育をおして、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 村重欣延 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。

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	〇費用、送迎については各店舗にお問い合わせ下さい。
ジュン・ハートムフ	札幌市清田区北野5条3丁目4-2 011-888-1900	
ジュン・ハートアビ	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3条11丁目1-23 011-858-3131	
ジュン・ハート青森	札幌市清田区西5条5丁目1-25 011-801-1111	
ジュン・ハート白石	札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7020	
ジュン・ハートほたる	国府市緑地1丁目11-2 0138-52-1000	
ジュン・ハート岩見	札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7007	

8月1日OPEN!! 児童発達支援 こどもあふくずみ

児童発達支援(対象1歳~6歳)見学・体験受付中!!

いろいろなことに挑戦して子どもの可能性の芽を育てましょう!!
子どもの可能性は無限にあります。最初から「無理だ」とは決めずに、チャレンジする場をつくと子どもの可能性の芽が育ちます。こどもあは、「脳を活性化させるには、運動が不可欠である」という考えのもと、ご家庭ではなかなか出来ない様々な運動に挑戦する機会を作り、挑戦する楽しさ、社会のルールや人への思いやりを身につけます。



体幹トレーニング スキー遠足 スキー検定 ボルダリング
※こどもあ各スポーツの指導者は専門のエキスパートです。
※療育に関するくわしい内容は、右下QRコードよりご覧いただけます。
こどもあ 児童発達支援・放課後等デイサービス こどもあ
にしおか 札幌市豊平区西岡3条9丁目5-15 ジョインタービル1F ☎011-376-5575
もいわ 札幌市南区南35条西11丁目1-3 ☎011-588-7766
NEW! ふくずみ 札幌市豊平区西岡5条1丁目1-9 ☎011-376-5756
(営業時間) 月~金 9:00~18:00 土 9:00~16:00 (休業日) 日、お盆、年末年始、国民の祝日

PLAY CHRISTMAS

2023 11/1 WED
12/25 MON

F VILLAGE

北海道日本ハムファイターズの
新球場「ESコンフィールドHOKKAIDO」を含むエリアが
「北海道ボールパークFビレッジ」に初めてのクリスマスがやってきます。
あたたかな光と音楽の演出に、
訪れた人々の心に華やかな冬の思い出を刻みます。

みんなのXmas音楽祭

北海道にゆかりのあるアーティストをはじめ、北海道内で活動する合唱団や吹奏楽団、ダンスキッズたちによる音楽祭を開催。アットホームな空間で、音楽に浸るひとときをお過ごしください。北海道出身の大黒摩季や武田真治、榎原みほらアーティスト5組によるクリスマスコンサートが行われ、クリスマスソングの大合唱に合わせて、Fビレッジの夜空に花火が打ち上げられます。チケット概要やイベント詳細は、特設サイトをご覧ください。自由席は小学生以下無料となります。

【日程】12月24日(日)
【時間】11時開場 12時開演~18時30分終演
【場所】ESコンフィールドHOKKAIDO

チケット詳細はこちら

F VILLAGE Snow Park

初心者でも手軽に手ぶらでスキー体験ができる「Snow Park」が誕生。スキー&ウエアのレンタルやプライベートレッスンもあるので、初めてスキーを滑る方でも安心です。12月中旬以降には「そり・雪遊び、エリアも。冬の楽しさを味わいましょう。

【日程】~2024/2月末
※定休日:2024年1月3・4・5日/毎週火曜日(2024年1月から)
【営業時間】9:30~16:00

〈他にもイベント盛りだくさん!〉

クリスマス緑日

【日程】12/2(土)、3(日)、9(土)、10(日)、16(土)、17(日)、23(土)、24(日)、25(月)
【時間】10:00-17:00
※12月23日(土)のみ16:00まで
【体験チケット】1枚1,000円(税込)
【場所】ES CON FIELD 1F そらとはし前

クリスマスイルミネーション

【日程】~12/25(月)
【点灯時間】15:00~21:00
【場所】Fビレッジ 2F エリア周辺

冬のワークショップ

予約必須
詳細はHPをご覧ください。

12/16(土)・17(日)開催!

STADIUM TOUR

ツアー実施スケジュール、詳しいルートなどの情報はスタジアムツアー特設サイトをご確認ください。

2024 試合スケジュール

プレゼント No.4

上沢直之投手のサイン色紙

2名様プレゼント!

応募要領はP6をご覧ください。

4

1歳半～小学生の体育教室!! 年間48回の年齢別コース

年齢、状況に応じて1クラスにコーチ2名以上が入り、運動基礎能力やバランス感覚を身につけます。

【対象】 1歳半～小学6年生 **【月謝】** 7,370円
【授業】 週1回/60分 **【内容】** 集団行動・手遊び・音楽体操・縄跳び・ボール運動・ミニスポーツ(サッカーほか)・マット・とび箱・平均台・鉄棒・体力測定 など
 ※体験受付中!!

コース

- **幼児・児童体育教室** ※岩見沢、恵庭、旭川除く
1歳半～3歳(年少)クラス マット・鉄棒・音楽体操など全身運動を行いながら、運動の楽しさ・できた喜びを実感していきます。親離れの練習をしながら、挨拶・返事をするこの大切な協調性・社会性も学びます。
4歳・5歳(年中・年長)クラス 小学校体育の基礎となる運動能力を身につけます。スポーツのルールを覚えて楽しみながらお友達同士競争心を養い、目標達成できるまで頑張りぬく粘り強さを身につけます。
【月謝】 7,370円(週1回) **【1回の授業】** 60分
- **テニス** 4歳～中学生までは年齢別、細かなレベル別に分かれて、テニスの基本・マナー・ルールを覚えながら上達する楽しさや喜びを実感します。軽量ラケット・スポンジボールを使用。
【対象】 4歳～ **【月謝】** 5,775円～(週1回) **【1回の授業】** 40分～
- **バドミントン** 基本技術を学び、運動能力の発達や体力の向上を目指し、楽しく上達できるレッスンです。(宮の森、宮の沢、奥麻生、新さっぽろ、恵庭で開催)
【対象】 小学1年生～大人 **【月謝】** 7,370円～ **【1回の授業】** 60分～
- **ゴールデンキッズ(運動神経向上スクール)** ※宮の森で開催
 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)
【対象】 プレGK(年少・年中)、GK(年長～小学6年生)
【月謝】 8,800円(週1回) **【1回の授業】** 50分

システム

- **事務手数料** 5,500円 教材費など別途 ※小学生クラスの詳細はお問い合わせください。
- **曜月費(冬季11月～3月)** 550円(月額) ※料金は全て税込

ジュニア体育部門 課長兼インストラクター 佐々木雄次 さん

運動を通して、できないことができるようになる成功体験は子どもに自信を持たせ、心も身体も強くたくましく成長していきます。運動不足になりがちに冬に、何かスポーツをはじめませんか? 体験レッスンは随時受付中です!! 是非、お気軽にお越しください!!

宮の森スポーツ倶楽部

新宮の森 札幌市西区南町南4丁目2-1 011-666-5555 新さっぽろ 札幌市厚別区厚別中央3条6丁目 011-895-6070

宮の森 札幌市中央区北3条西27丁目 011-641-2022 恵庭 恵庭市緑町2丁目1-1 えにあす1F 0123-39-3591

宮の沢 札幌市宮の森宮の沢1条1丁目 011-668-3838 岩見沢 岩見沢市4条西3丁目であえる5F 0126-25-5660

奥麻生 札幌市東区北35条東3丁目 011-723-6767 旭川 旭川市忠和7条1丁目 0166-63-3445

定休日/各校による 駐車場/あり https://www.hoo-sports.com/new_miyanomori/facility/kids 資料請求・体験申込

冬の体験受付中!! 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(随時あり)
【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)
 ※曜月費別途(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/>

仮面ライダー スーパーライブ2024

14:30 公演チケット ペア2席4名様

日時 2024年2月23日(金・祝) ①11:00 ②14:30
会場 カナモトホール [札幌市民ホール] (札幌市中央区北1条西1丁目)
料金 前売り券 4,000円(税込) 全席指定(3歳以上)

※開演時間・内容・出演者は都合により変更になる場合がございます。
 ※2歳以下でもお席が必要な場合は有料となります。
 ※小学生以下のお子様は保護者同伴でご入場下さい。
 公演チケットは、チケットぴあ、ローソンチケット他プレイガイドにて12/9より発売開始です!
 お問い合わせ キャラクターライブ事務局 011-218-2255(土・日・祝を除く 平日 10:00～17:00)

ひろがるスカイ!プリキュア ドリームステージ

14:30 公演チケット ペア2席4名様

日時 2024年1月14日(日) ①10:30 ②14:30
会場 カナモトホール [札幌市民ホール] (札幌市中央区北1条西1丁目)
料金 前売り券 4,000円(税込) 全席指定(3歳以上)

※開演時間・内容・出演者は都合により変更になる場合がございます。
 ※2歳以下でもお席が必要な場合は有料となります。
 ※小学生以下のお子様は保護者同伴でご入場下さい。
 公演チケットは、チケットぴあ、ローソンチケット他プレイガイドにて好評発売中!
 お問い合わせ キャラクターライブ事務局 011-218-2255(土・日・祝を除く 平日 10:00～17:00)

そろばん・あんざんを習うと どんなメリットがあるの?

「そろばん・あんざん」
パワーっこクラブ

科学的な分析でそろばん・あんざんは、子どもの脳力アップに驚くべき効果があるといわれています。

● **集中力が高まる**
 決められた時間内に問題数をこなしたり、答えが違おうと、何度も繰り返し計算するので、知らず知らずのうちに集中力が鍛えられます。

● **記憶力がアップする**
 計算する時は右脳を使います。右脳は記憶することと得意です。目で見たものを右脳でイメージとして記憶し、瞬時にたくさん

情報をため込むことができます。級が進むにつれ計算する桁も多くなると、ますます右脳を鍛えられるので、どんどん記憶力がアップします。

● **情報処理能力が速くなる**
 短時間で大量の数字を正確に計算するので、注意深く観察する力、記憶する力、判断力などの情報処理能力が鍛えられます。

年長さんは、そろばんをはじめめる前に「数を数える、数を比べる、数の順序や順番」など、算数の基礎となる勉強を楽しみながら、ゆっくり、じっくり行います。是非一度無料体験にお越し下さい。

下記の広告もご覧下さい

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250教室

【冬の入会特典】 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250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式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・曜月料がかかります。

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。無料体験では持ち物不要です。

〈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250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/>

幼児期の運動はとっても大事! 小さなお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、教員資格を習得した指導者が、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、五感を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

定休日/日・祝日 駐車場/あり <https://www.psmile.jp/> [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

北海道コンサドーレ札幌 オフィシャルファンクラブ

入会受付中

CLUB 2024 CONSADOLE

アガる! アツい! ハマる!

- ファンクラブ限定スタジアムイベント
- 選手たちのプレーやサポーターの応援が
- 試合日以外は選手とのふれあいで

詳しくはこちら

下記の欄の
詳しい内容は
QRコードから
確認できます。



おやこでお出かけ情報

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 ホワイトパーク

ファミリースキーやレベルアップにはおすすめのスキー場です！
札幌 I.C.から高速道路を利用して30分。ファミリーやビギナーの方に最適なゲレンデで、小さなお子様連れでも安心です。ロッジも3ヶ所と充実！300台収容の無料駐車場も完備。お得なプランも多数ご用意しています。詳細はHPをご覧ください！
【リフト料金 4時間券】おとな：2,100円 子ども・シニア：2,000円

住所 岩見沢市志文町 1015番地いわみざわ公園
TEL 0126-22-2121

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

さっぽろばんけいスキー場

21時まで遊べる！札幌都心から車で20分のファミリースキー場
傾斜がゆるやかでファミリーで楽しめるセンターコース。一般ゲレンデとは別の安全なエリアを確保しているわくわくスノーランドは、ミニコース・ソリ・チューブなど、お子様が安心して遊べる雪遊び場。スノーエスカレーターで、移動も楽らく。

住所 札幌市中央区磐溪410
TEL 011-641-0071



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

サッポロテイネスキー場

今シーズンもテイネで冬を遊び尽くそう！
「恐竜キッズパーク」は、スノーエスカレーター完備で小さなお子様も安全にラク登れます。人気のティラノサウルスや顔出し恐竜など、雪上にフィギュアがいっぱい！トリケラトプスのすべり台も人気です！親子そろってソリやチューブで楽しみましょう！スキーやスノーボードの初体験にもおすすめです。

住所 札幌市手稲区手稲本町 593
TEL 011-682-6000

ひろがるスカイ！プリキュア みんなもヒーロー！きらめきメモリー！

「ひろがるスカイ！プリキュア」のイベントがサッポロファクトリーで開催決定！
「ひろがるスカイ！プリキュア みんなもヒーロー！きらめきメモリー！」の世界にお出かけ！遊びに来たお客様がプリキュアになりきって遊べる体験型イベント！
【日時】2024年1月2日（火）～14日（日）10:00～17:00（最終入場は16:30）
【料金】大人（中学生以上）当日1,500円、前売1,300円、子ども（小学生以下）当日1,000円、前売800円

住所 サッポロファクトリー 3条館3階 特設会場（札幌市中央区北2条東4丁目）※料金は税込 ※3歳以上有料
TEL 011-218-2255（札幌事務局）

プレゼント応募要領

応募方法⑧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 12/21（木）到着分まで
- キャラクターライブ実行委員会 仮面ライダースーパーライブ 2024
2024/2/23（金・祝）14:30 公演チケット ペア2組（4名）様
 - キャラクターライブ実行委員会 ひろがるスカイ！プリキュアドリームステージ
2024/1/14（日）14:30 公演チケット ペア2組（4名）様
 - 「ひろがるスカイ！プリキュア みんなもヒーロー！きらめきメモリー！」イベント（サッポロファクトリー）
ご招待券ペア5組（10名）様（会期）2024/1/2（火）～14（日）
- 応募締切日 2024/1/14（日）到着分まで
- 北海道日本ハムファイターズ
上沢直之投手の直筆サイン色紙 2名様
 - 北海道グリーンランド リフト券（大人4時間券）ペア5組（10名）様
（有効期限）2023-2024 シーズン終了まで
 - ファンタジーキッズリゾート 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）
 - サッポロテイネスキー場 大人もOK！リフト1日券 2名様
（有効期限）2023-2024 シーズン終了まで
 - さっぽろばんけいスキー場 大人&子どもペア4時間券10組様（大人1人+中学生以下1人）
（有効期限）2023-2024 シーズン終了まで

①～⑧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
お子様の年齢をお書きのうえ、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。
宛先 〒005-0003 札幌市南区澄川3条1丁目2-1-111
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。
（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。 ※厳正なる抽選のうえ、当選者へ発送致します。

習い事検索サイトにどもじゅく

お得なキャンペーン情報が満載!! 「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 体育 パレオ 音楽 絵画造形
（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!!

●大人気!子育て占い毎月曜日更新!

ママも大活躍!! ピアノ講師募集!

子育て経験をいかして、カワイ音楽教室講師になりませんか?

～子どもが好き、ピアノが好きなママからのご応募をお待ちしています～

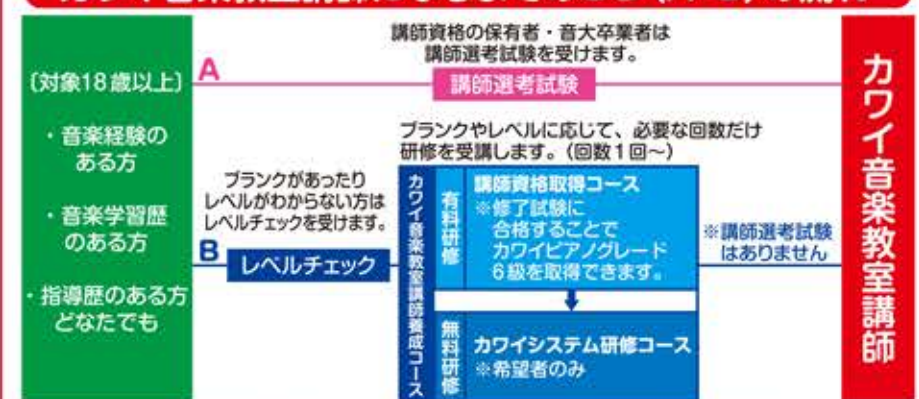
たくさんある習い事の中から、昔も今も人気不衰なのが「ピアノ」です。さらに近年、脳科学的に「ピアノを習うと脳が活性化し、集中力や記憶力などが向上する」と言われ、ピアノの人気はますます高まっています。最近では、講師1人に対して生徒が1名のプライベートレッスンが人気。そこで今回、カワイ音楽教室では、ピアノ講師を募集しています。昔、ピアノ指導の経験がある方、子どもが好き、ピアノが好きなママからのご応募をお待ちしています。子育ての経験や幼いころから習ってきたピアノ経験を生かして、カワイ音楽教室講師になりませんか?

ママの声 わたしでもできるかな??

Q 毎日働かないとダメですか?
A レッスは30分単位です。週2日から3日のスタートでOK。「扶養の範囲で」という方もたくさんいます。

Q 音大を出ていないのですが、大丈夫ですか?
A 音楽学習歴があるけど講師未経験の方、指導歴があるけどプランクが空いて不安な方には、所定の科目を修了後にカワイ音楽教室の講師として資格を得ることのできる講師養成の専門コースや研修制度があります。詳細は、下記をご覧ください。

カワイ音楽教室講師になるまでの2つ(A・B)の流れ



カワイ音楽教室講師は、子育ての経験がしっかりいかせるお仕事です。ご興味がある方は、お気軽にお問い合わせください。

personality & harmony

カワイ音楽教室

子育て中のママも活躍中!

011-231-8674

きっと、運動がすきになる。

RAISE

レイズ たいそう 体操クラブ



ほめる指導で、ぐんぐんのびす。

3日間集中!

ふゆやすみ 短期教室

- 日程** 2023年 12月27日(水)・28日(木)・29日(金)
- 対象** 4才~小学生
- 時間** Aコース 11:00~12:00 Bコース 14:00~15:00
- 定員** 各店舗/各コース 先着52名
- 料金** 宮の沢店 5,400円(税込) / 栄町店 4,600円(税込)
- 申し込み** WEB予約または、希望店舗へお電話よりご予約ください。
※ご予約後は本申込みのお手続きが必要のため、一週間以内に直接各店舗までお越しください。
- キャンセル** 12月20日(水)以降のキャンセルはキャンセル料がかかります。
授業開始7日前~前日までのキャンセル:料金の50%
当日以降のキャンセル:料金の100%



レイズ栄町店 会員保護者様



インタビュー



Kちゃん親子

- ☆ 体操を始めて良かったと思うことはありますか?
A 学校体育のマット運動など、苦手意識がなく積極的に取り組んでいます。
- ☆ レイズ体操クラブに通い始めて、成長を感じている点はありますか?
A あいさつやマナーも学べていると感じています。
- ☆ 体操を始めようか迷っている方へメッセージをお願いします!
A 体操は全身運動なので、運動の基礎が身につく、子どもの将来の選択肢が広がると思います😊



笑顔がと〜っても素敵なKちゃんとお母様、取材協力ありがとうございました!

レイズ体操クラブは2才6ヶ月~12歳まで
体験レッスン料金
¥1000
キャンペーン実施中!
※通常体験料金 ¥1760

近年の脳の研究結果で、運動すると神経系統が発達して、知的能力が向上する効果があるといわれています。レイズ体操クラブでは、とぶ・まわる・ぶら下がるなど、日常ではなかなか経験できない運動をくりかえし練習することで、運動能力の発達を促します。幼児期は神経系統が著しく発達する時期ですので、運動できる環境をつくるのが大切です。



代表 高田 元気

WEB予約



体験の予約ができます

公式HP



時間割・料金等の確認ができます

レイズ体操クラブ
栄町 〒007-0838
札幌市東区北38条東15丁目1-22
011-790-8003
NEW
栄町店 外装リニューアル!

レイズ体操クラブ
宮の沢 〒063-0826
札幌市西区発寒6条8丁目7-1
011-688-5886
送迎バスプラン
ご用意しております!
※宮の沢のみ
※詳しくはホームページをご確認ください。

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。

公式HP



ドランポリン
全施設にあります!



ソレイユの森 栄町

札幌市東区
北38条東15丁目1-22
レイズ体操クラブ栄町2階
児童発達 なし | 放課後 ○
011-374-6363

ソレイユの森 麻生

札幌市北区
北38条西5丁目1-52
エミュー麻生1階
児童発達 △ | 放課後 △
011-374-7084

ソレイユの森 アクティブ

札幌市東区
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 屯田

札幌市北区
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

札幌市西区
発寒6条8丁目7-1
レイズ体操クラブ宮の沢2階
児童発達 △ | 放課後 △
011-590-9105

※2023年11月時点 空き状況 ○…空きあり △…空き残りわずか(来年度に向けて体験予約受付中) ×…空き無し

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!

短時間の煮込みで楽々! トマト缶でハッシュドビーフ



- 牛肉は食べやすい大きさに切り、塩・こしょうする。玉ねぎは薄切り、しめじは石づきを切り落としほくす。
- フライパンにバターを入れて火にかけ、玉ねぎとしめじを入れて炒める。
- 牛肉に小麦粉をまぶし、②に加えて炒める。牛肉の色が変わったら(A)を加えて、煮立ったら弱火で10分程煮つめる。
- 茹でたパスタに軽く油をなじませ、ハッシュドビーフと共に盛り付け、
- 茹でたブロッコリーと星形に型抜きしたパプリカを添えて、完成です。

材 料 4人分

牛こま切れ肉……………200g	スパゲティ……………適量
塩・こしょう……………少々	油……………適量
玉ねぎ……………中1個	粉パセリ……………適量
しめじ……………1パック	ブロッコリー……………適量
バター……………大さじ1	パプリカ(赤・黄)……………適量
小麦粉……………大さじ1	
(A) トマト缶(カット)……………1缶(400g)	
水……………100ml	
ケチャップ……………大さじ3	
中濃ソース……………大さじ2	
砂糖……………小さじ1	

12月のお楽しみイベント「クリスマス」

今回の2品は材料もシンプルで、とっても簡単! ハッシュドビーフには星形のパプリカ、洋梨ゼラードにはカラーチョコスプレーやアラザンなどをトッピングして、クリスマスを演出! 楽々作って、お子様とクリスマスを楽しみましょう!

寒い季節を元気に過ごすには、良質なたんぱく質を豊富に含む肉・魚・大豆製品などをしっかりと、体を温めるしょうが・ねぎ・玉ねぎ・人参・南瓜などの野菜を積極的に食べることが大切です。汁物や煮込み料理がおススメです。



管理栄養士
渡辺 久里子
【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。

スックリ「やさしい甘さ」 洋梨ゼラード



- 洋梨缶詰(汁ごと)をミキサーに入れて、ミキシングする。
- ①に(A)を加えて、再度ミキシングする。
- ②を容器に移し、冷凍庫で冷やし固める。
- ③が固まったら、適当な大きさに切ってミキサーに入れ、ミキシングして、ゼラード状にする。
- 器に盛り付け、好みの物でトッピングする。

材 料 4人分

洋梨缶詰……………1缶(汁も含む)	★トッピング用
(A) 生クリーム……………50ml	カラーチョコスプレー……………適量
ヨーグルト……………30ml	アラザン……………適量
練乳……………30ml	

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る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▶

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。



院長 三好 弘祐

「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。

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 白協会
MIYOSHIPURI 三好プリベント歯科
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】

健康な歯でよくかんで食べることは、育ち盛りの子どもにとってもとても重要です。子どもの歯の健康を守るためには、むし歯のメカニズムをよく理解し、効果的な予防策を行い、子どもに正しい生活習慣を身につけてあげましょう。



院長 三好 弘祐

歯の健康は、全身の健康に大きく影響します。定期的に歯医者さんに行く習慣をつけることも健康な歯を守るために大切なことです。

(右上の広告もご覧下さい。)

毎日歯を磨いているのに むし歯になるのはなぜ?

三好プリベント歯科 院長 三好 弘祐

健康な歯でよくかんで食べることは、育ち盛りの子どもにとってもとても重要です。子どもの歯の健康を守るためには、むし歯のメカニズムをよく理解し、効果的な予防策を行い、子どもに正しい生活習慣を身につけてあげましょう。

昔は「むし歯の原因は口の中の菌が引き起こす」といわれていましたが、現代は「口のバランスが崩れて酸性になった時に、むし歯が発生する」といわれています。(※本来人間の口の中は唾液と唾液中の細菌によって中性(pH7)に保たれています。)むし歯の主原因が「糖」です。糖を食べると、口の中が酸性になり、むし歯菌が活発になるため、むし歯菌をつくりやすくなります。また糖質を制限すると、むし歯をつくる菌のエサ(糖)が減るので、必然的にむし歯になりにくい環境になります。飲料水には思っている以上に、糖が含まれている場合がありますので、お子様の歯の健康を守りながら、飲料水を与えましょう。

食べる糖の摂取量より頻度の方が重要です。お菓子やだらだら食べ続けたり、砂糖の入った飲料水を時間をかけて飲んでいたり、お口の中にずっと酸性のままなので、自らむし歯になりやすい環境を作ることになります。むし歯予防は1回に食べる糖の摂取量より頻度の方が重要なので、食べ物を口にする回数が1日4回以下ならむし歯の発生が低いので、次を目安にしましょう。

- 1日4回(朝、昼、夜以外におやつ1回)を目安に
- 2回の中に何も入れない時間を最低2時間とする

1個、ジュース1杯も1回にカウントされるので、食べる回数を増やさないように、食事の後にデザート(甘いもの)を続けて食べて1回の食事とするのもよいでしょう。