

子育て・習い事・教育情報

北海道おやこ新聞

乳幼児版



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
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.34 2024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・水泳教室
- P4-P5 習い事情報
- P6 お出かけ情報
- 保健センター
- ★ 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・子育て情報

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
子ども病舎施設など

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

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!!
「こどもじゅく」で習い事を探そう!

水泳 体操 体球 テニス
音楽 絵画造形 パレエ 書道
児童発達支援・放課後等デイサービス
英語 幼児教室 学習塾 などの
資料請求や体験申込がカンタンにできる!!

今すぐアクセス!

子育ての話しながら、楽しい時間を過ごしましょう!

ぜひ、子育てサロンに遊びに来てください!

菊水やよい児童会館 館長 松尾知実



菊水やよい児童会館は、1975年に開館し、48年目の歴史ある児童会館です。

子育てサロン 毎週火・水・木曜日(9時~12時)に子育てサロンを開催しています。ボランティアの方々の協力をいただき、保護者と子どもたちは地域の方々とのふれあいをとても喜んでいます。

3月は「かえるのおもちゃ工作」、4月は「このぼりの工作」を予定しております。親子で工作を楽しんでみませんか? 児童会館では毎月の行事を記載したおたより

を配布しています。

以前子育てサロンに來館していたお子さんが小学生になり、児童会館に遊びに来てくれた時に、とても成長を感じました。保護者の方からも、「あの時子育ての話聞いてくださってありがとうございます」と笑顔でお話しました! と笑顔でお話

してくれました。幼児から高校生までが利用対象である児童会館では、お子さんの成長に長く寄り添えることが大きな魅力であると感じています。

お子さん一人ひとりには個性があり、子育てに正解はありません。子どもは成長のスピードにはそれぞれ違いがあります。子育ての悩みや不安など、他の保護者と話をすることで、気持ちになることでもあります。みんなで子育ての話しながら、楽しい時間を過ごしましょう。いつでも気軽に遊びに来てください。

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

※お客様のご契約に応じた通信料がかかります。

011-841-5150

「なぜ、勉強しないダメなの?」子どもに反抗される前に

こどもクラブ 専務取締役 相原貴海

最近「プチ思春期」という言葉を耳にします。プレ思春期の9~10歳は、脳の発達やホルモンの影響で感情が不安定になり、学習面でもつまづきやすくなります。小学3年生になると、算数では割り算・分数・単位、図形なども増えて、各教科の難易度がグンと上がり、理科と社会も加わるので、学習面では大変重要な時期になります。それに伴って親は「ゲームばかりやらないで勉強しなさい」ということが多くなりますが、「なぜ、勉強しないダメなの?」と子どもに反論されて困る、という話をよく聞きます。子どもにすれば、今まで家に帰れば好きなことをして良かったのに、ある日突然「勉強しなさい!」といわれても反抗心でやる気が無くなってしまふのです。勉強の習慣を身につけるには、就学前の学習環境がとても大切なのです。

幼児期にしておくべきこと

まずは親が子どもの前で本を読んだり、調べ物をして、知る喜びや楽しさを伝えましょう。何をすれば後々役に立つのか、また努力をして成功した人のエピソードなどを子どもにわかりやすく話すことで、「善い行いとは何か」が、小さいお子様なりにわかってきます。そして幼児期から①本を読んだり書いたり机に向かう習慣をつける②テレビやゲームは好きなものを選んで、一日一時間に③善い行いをすれば褒められる④自分のためになることを体感する:などの生活習慣を身につけることが重要です。

子ども自身が「善い行いとは何か」がわかって「勉強したくない」というのと、勉強をする意味もわからないで「何で勉強なんかな?」とでは大きく違います。

こどもクラブでは、お子様の成長より「一歩先を行く子育て・勉強の方法」をアドバイスしていきます。幼児期に机に向かう習慣や知る喜び・わかる楽しさを経験すると、小学生になった時に、学校の授業で「わかる」「できる」が増えて勉強が楽しくなります。ぜひ一度、就学前に体験授業にお越しください。



専務取締役 相原 貴海

下記の広告もご覧下さい。

春のご入会 キャンペーン

2024年5月末日まで

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!

市内全教室 無料体験受付中! 予約制

| | | |
|-----------|------------------------------|--------------|
| 札幌大通教室 | 中央区南1条西1丁目8-2高桑ビル(旧丸井今井南館)8F | 011-222-7743 |
| 札幌駅前教室 | 中央区北4条西3丁目1-6 交洋駅前ビル6F | 011-201-0080 |
| 札幌円山教室 | 中央区南1条西27丁目 マルヤマクラス 3F | 011-614-5449 |
| サンピアザ教室 | 厚別区厚別中央2条5丁目 サンピアザ 3F | 011-895-9312 |
| イオン札幌麻生教室 | 北区北39条西4丁目1-5 イオン札幌麻生店 3F | 011-726-4363 |
| 手稲駅前教室 | 手稲区手稲本町2条4丁目4-35 エーアイビル 2F | 011-694-2858 |

小学生 DoMs 小学生塾ドムス(小1~6年生)

少人数制で国算理社(生活科)のほか、幼児コースから引き続き実践的な学びでしっかりとした学力を身につけます。

こどもクラブ 0120-115-181

本部受付(9:00~17:00/土日祝除) こどもクラブ

2024 GAME SCHEDULE

@エスコンフィールド HOKKAIDO

ES CON FIELD HOKKAIDO 1周年シリーズ 4/5(金)~21(日)

| | | | | | | |
|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 4/2(火) 18:30 vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス | 4/3(水) 18:30 vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス | 4/5(金) 18:00 vs. 埼玉西武ライオンズ | 4/6(土) 14:00 vs. 埼玉西武ライオンズ | 4/7(日) 13:00 vs. 福岡ソフトバンクホークス | 4/16(火) 18:00 vs. 福岡ソフトバンクホークス | 4/17(水) 18:00 vs. 福岡ソフトバンクホークス |
|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|

ES CON FIELD HOKKAIDO 1周年シリーズ

| | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|
| 4/19(金) 18:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 4/20(土) 14:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 4/21(日) 13:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 4/27(土) 14:00 vs. オリックス・バファローズ | 4/28(日) 13:00 vs. オリックス・バファローズ | 4/29(月・祝) 13:00 vs. オリックス・バファローズ |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|

みんなのパン&スイーツまつり 5/10(金)~12(土)

| | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|
| 5/10(金) 18:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 5/11(土) 14:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 5/12(日) 13:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ | 5/14(火) 13:00 埼玉西武ライオンズ | 5/15(水) 13:00 埼玉西武ライオンズ |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|

LIVE DAYS! ~心踊る大交流戦~

| | | | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 5/21(火) 18:00 vs. オリックス・バファローズ | 5/22(水) 18:00 vs. オリックス・バファローズ | 5/23(木) 18:00 vs. オリックス・バファローズ | 5/31(金) 18:00 vs. 横浜DeNAベイスターズ | 6/1(土) 14:00 vs. 横浜DeNAベイスターズ | 6/2(日) 13:00 vs. 横浜DeNAベイスターズ |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|

LIVE DAYS! ~心踊る大交流戦~ 5/31(金)~6/16(日)

| | | | | | |
|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 6/11(火) 18:00 vs. 中日ドラゴンズ | 6/12(水) 18:00 vs. 中日ドラゴンズ | 6/13(木) 18:00 vs. 中日ドラゴンズ | 6/14(金) 18:00 vs. 読売ジャイアンツ | 6/15(土) 18:00 vs. 読売ジャイアンツ | 6/16(日) 14:00 vs. 読売ジャイアンツ |
|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|

来場プレゼント ● 平日デーゲーム開催 ● FAV FAVメンバー限定来場プレゼント

■2024.1.23現在 ※掲載内容は変更になる場合がございます

ES CON FIELD HOKKAIDO パーソルパ・リーグ公式戦 日本生命セ・パ交流戦

対象試合 4/2(火) ▶ 6/16(日) 計 30 試合

チケット好評販売中

チケット購入は Fチケット

対象2試合で使える! 観戦チケット招待クーポンプレゼント

抽選で100組 200名様

対象試合 4/19(金) 18:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ / 4/21(日) 13:00 vs. 千葉ロッテマリーンズ

応募はコチラ

応募期間 | 2月28日(水)~3月31日(日)

当選の方には4月8日(月)までにメールにてクーポンコードを送付します

※応募にはFビレッジアカウントが必要となります
※対象エリアはMAIN LEVEL・STAR LEVELの指定となります

エスコンフィールドHOKKAIDOグッズを3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。

球場公式サイト

HOKKAIDO CONSADOLE SAPPORO

攻め勝つ。開幕二連戦。

| | |
|----------------------|----------------------|
| 2024 WJBL LEAGUE 第3節 | 2024 WJBL LEAGUE 第4節 |
| 3.10 | 3.16 |
| 13:05 KICK OFF 札幌ドーム | 14:00 KICK OFF 札幌ドーム |
| VS. 浦和レッズ | VS. FC町田ゼルビア |



2024 HOME GAME SCHEDULE

| | | |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 第3節 3/10(日) 13:05 札幌ドーム | 第4節 3/16(土) 14:00 札幌ドーム | 第6節 4/3(水) 19:30 札幌ドーム |
| 第7節 4/6(土) 14:00 札幌ドーム | 第9節 4/20(土) 14:00 札幌ドーム | 第10節 4/27(土) 13:00 札幌ドーム |
| 第12節 5/6(月・休) 14:00 札幌ドーム | 第14節 5/15(水) 19:00 札幌ドーム | 第16節 5/25(土) 14:00 札幌ドーム |
| 第19節 6/23(日) 14:00 札幌ドーム | 第21節 6/29(土) 14:00 札幌ドーム | 第23節 7/13(土) 14:00 札幌ドーム |
| 第26節 8/10(土) 14:00 札幌ドーム | 第27節 8/16(金) 19:30 札幌ドーム | 第29節 9/1(日) 14:00 札幌ドーム |

<http://www.consadole-sapporo.jp/> コンサドレ 検索

チケットの購入はこちら

プレゼントNo.1 ご招待券ペア 5組10名様

4月3日(水)の名古屋グランパス戦 (19:30 キックオフ / 札幌ドーム) ご招待券をペア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。

リポタンキッズ PLAYLOT

by BorneLund

親子で楽しめる イベントも実施!!

全天候型のあそび場! 広さは、ポーランドの直営施設では最大規模となる約1,900㎡。カフェや世界のあそび道具が揃うショップもあり、雨の日や雪の日も、気温や天候を気にせず1日中家族でゆったり過ごせます。野球観戦の前のご利用はもちろん、週末や観光で一日めいっぱい楽しむ家族のお出かけにもおすすめです。

| 時間別料金 | 最初の30分 | 延長30分ごと |
|---------------------|-----------------------------------|--------------------|
| 子ども 6ヶ月~12歳(小学生) | 900円(税込) | 500円(税込) |
| 大人 | 【非試合日】900円(税込) 【試合日】1,400円(税込) | 大人は延長料金が かかりません |

・安全管理のため原則として保護者1名に対して、お子様3名まで入場が可能です。
・大人のみ、子どものみのご入場はできません。

「1DAYパス」は「Fチケ」(北海道日本ハムファイターズ公式オンラインチケットサイト)にて、事前に購入いただけます。

住所 エスコンフィールドHOKKAIDO 北海道北広島市Fビレッジ1 1F FIELD LEVEL
TEL 011-398-3267

悪天候でも屋内で思い切り遊べる!

多種な動きを体験
アクティブ・オーシャン



のびのび過ごせる芝生ゾーン
つどいの森



静のあそびをじっくり楽しむ
ディスクパビリオンタウン



場内には、全身が弾むトランポリンや回転遊具など、さまざまなからだの動きをダイナミックに体験できる遊具が勢ぞろい。日常生活ではなかなか体験できない、揺れや回転の動きにもチャレンジしてみよう。

まるで屋外にいるかのように家族でのびのび過ごせる芝生のゾーン。日本初登場の大きなお城「ロビニア キャッスル」を、物語の主人公になった気分で探検してみよう。

ごっこ遊びや想像力や創造性を育む表現遊び、世界各国のブロックやゲームにチャレンジ。ワークショップでは、プレイヤーが家族と一緒に楽しめるあそびのヒントをご紹介します。

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!



水泳



体操



英語



白石 子ども専用複合施設 キッズスポーツパーク

白石店 春休み短期教室は右記QRコードからお申込みができます!



月寒 北海道最大級の体操専用体育館!

月寒店 春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 3日間短期教室 3月28日(木)~30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|---------|------------|---------|-----|---------------|
| 3日間キッズ | 9:30~10:20 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥5,800 |
| 3日間ジュニア | | 新年長~小学生 | 16名 | (会 員外) ¥6,100 |

体操 2日間短期教室 3月28日(木)・29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|---------|-------------|---------|-----|---------------|
| 2日間キッズ | 11:20~12:10 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥4,100 |
| 2日間ジュニア | | 新年長~小学生 | 16名 | (会 員外) ¥4,400 |

体操 1日体験短期教室 3月30日(土)

| 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~新年長 | 12名 | (会 員) ¥2,100 |
| 1日ジュニア①(鉄棒・跳び箱) | | 新年長~小学生 | 16名 | |
| 1日キッズ②(跳び箱・トランポリン) | 13:10~14:00 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員外) ¥2,300 |
| 1日ジュニア②(マット・トランポリン) | | 新年長~小学生 | 16名 | |
| 1日キッズ③(鉄棒・トランポリン) | 15:00~15:50 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥2,100 |
| 1日ジュニア③(マット・跳び箱) | | 新年長~小学生 | 16名 | |

体操 1日間親離れリトル体験 3月28日(木)・29日(金) ※会 員外・どちらか1日体験

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|-----------------|-------------|---------|----|---------------|
| リトル(マット・トランポリン) | 13:10~14:00 | 2歳半~3歳児 | 5名 | (会 員外) ¥2,300 |

体操 トランポリン体験 3月29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|--------|-------------|---------|-----|-------------------------------|
| トランポリン | 15:00~15:50 | 新年長~中学生 | 16名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |

体操 会 員限定! マット & 鉄棒特訓教室 3月28日(木)・29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|------------|-------------|---------|-----|--------|
| 鉄棒特訓(28日) | 15:00~15:50 | ジュニアクラス | 12名 | ¥2,100 |
| マット特訓(29日) | | | 12名 | |

※鉄棒は後ろ回り、足掛け上りのみ。マットは倒立ブリッジ、倒立前転のみ。

水泳 2日間短期教室 3月28日(木)・29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|----------|-------------|-----------------|----|-------------------------------|
| はじめてキッズ | 10:00~10:50 | 年少~新年長 (初参加) | 6名 | (会 員) ¥4,100 (会 員外) ¥4,400 |
| キッズ | | 年少~新年長 | 6名 | |
| はじめてジュニア | | 新1年生のみ (初参加) | 6名 | |
| ジュニア | | 新1年生~新6年生 | 8名 | |

水泳 1日ペビー体験コース 3月30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|----------|-------------|---------|-----|--------|
| ペブースイミング | 10:00~10:45 | 5ヵ月~2歳児 | 15名 | ¥1,650 |

水泳 3日間じっくりコース 3月28日(木)~30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|-----------|-------------|-----------|----|-------------------------------|
| 水慣れキッズ | 11:30~12:20 | 年少~新年長 | 6名 | (会 員) ¥5,800 (会 員外) ¥6,100 |
| プール大好きキッズ | | 年少~新年長 | 6名 | |
| 水慣れジュニア | | 新1年生 | 6名 | |
| すいすいジュニア | | 新1年生~新6年生 | 8名 | |

水泳 1日体験コース 3月28日(木)~30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|---------------|-------------|-----------|-----|-------------------------------|
| リトルスイミング(28日) | 14:00~14:50 | 2歳~3歳児 | 6名 | ¥1,650 |
| ジュニア①(28日) | | 新1年生~新6年生 | 8名 | |
| キッズ①(29日) | 14:20~15:10 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |
| 新1年生ジュニア(29日) | | 新1年生のみ | 6名 | |
| キッズ②(30日) | | 年少~新年長 | 12名 | |
| ジュニア②(30日) | | 新1年生~新6年生 | 8名 | |

体操 2日間短期教室 3月28日(木)・29日(金) 種目: 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) |
|--------------|------------|---------|-----|-------------------------------|
| 2日間 初参加キッズ① | 9:30~10:30 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥4,100 (会 員外) ¥4,400 |
| 2日間 初参加ジュニア① | | 新年長~小学生 | 16名 | |
| 2日間キッズ① | | 年少~新年長 | 12名 | |
| 2日間ジュニア① | | 新年長~小学生 | 16名 | |

体操 2日間短期教室 3月28日(木)・29日(金) 種目: 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) |
|----------|-------------|---------|----------|---------------|
| 2日間キッズ② | 11:15~12:15 | 年少~新年長 | 24名(2班制) | (会 員) ¥4,100 |
| 2日間ジュニア② | | 新年長~小学生 | 32名(2班制) | (会 員外) ¥4,400 |

体操 1日チャレンジ教室 3月28日(木)

| 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) | 13:00~14:00 | 年少~新年長 | 各10名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |
| 1日キッズ②(跳び箱・マット) | | | | |
| 1日ジュニア①(鉄棒・トランポリン) | | 新年長~小学生 | | |
| 1日ジュニア②(跳び箱・マット) | | | | |

体操 1日チャレンジ教室 3月29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|---------------------|-------------|---------|------|-------------------------------|
| 1日キッズ③(跳び箱・トランポリン) | 13:00~14:00 | 年少~新年長 | 各10名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |
| 1日キッズ④(マット・鉄棒) | | | | |
| 1日ジュニア③(跳び箱・トランポリン) | | 新年長~小学生 | | |
| 1日ジュニア④(マット・鉄棒) | | | | |

体操 1日チャレンジ教室 3月30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|---------------------|-------------|---------|------|-------------------------------|
| 1日キッズ⑤(マット・トランポリン) | 13:00~14:00 | 年少~新年長 | 各10名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |
| 1日キッズ⑥(鉄棒・跳び箱) | | | | |
| 1日ジュニア⑤(マット・トランポリン) | | 新年長~小学生 | | |
| 1日ジュニア⑥(鉄棒・跳び箱) | | | | |

体操 1日3種目チャレンジ教室 3月30日(土) 種目: 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 | 9:30~10:30 | 年少~新年長 | 12名 | (会 員) ¥2,100 |
| 3種目 ジュニア | | 新年長~小学生 | 16名 | (会 員外) ¥2,300 |

体操 バク転体験・アクロバット教室 3月30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|----------|-------------|--------|------|---------------|
| バク転体験 | 11:15~12:15 | 年長~高校生 | 各15名 | (会 員) ¥2,450 |
| アクロバット教室 | | | | (会 員外) ¥2,600 |

清田 土曜日限定体操教室!

清田店 春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 3月28日(木)・29日(金)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|-----------------------------|-------------|--------|------|-------------------------------|
| 2日間キッズ① (マット・跳び箱・トランポリン) | 10:00~10:50 | 年少~新年長 | 各10名 | (会 員) ¥4,100 (会 員外) ¥4,400 |
| 2日間キッズ② (鉄棒・跳び箱・トランポリン) | 11:20~12:10 | | | |

体操 1日チャレンジ教室 3月30日(土)

| クラス | 時間 | 対象 | 定員 | 料金(税込) |
|------------|-------------|--------|-----|-------------------------------|
| 跳び箱・トランポリン | 13:20~14:10 | 年少~新年長 | 各8名 | (会 員) ¥2,100 (会 員外) ¥2,300 |
| 鉄棒・トランポリン | | | | |
| マット・トランポリン | | | | |
| 鉄棒・トランポリン | 14:40~15:30 | | | |

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・清田)
[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 来年度募集開始! 体験受付中!

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言われている様々な習い事を豊富にご用意しています。
「[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をが受講できます。
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。

春休み期間のみ利用OK! 1日から利用OK!

- 体操
- スイミング
- ボルダリング
- 英語
- 学習
- 食育
- スポッ利用可能

学童保育 ジュンスポーツアフタースクール

受付 直通 TEL 011-867-9972 札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 詳細・受付はこちら▲
お問合せ 代表 TEL 011-867-7000 地下鉄東西線「白石」駅7番出口徒歩1分 一部送迎可

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P5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 TEL 011-867-7000 札幌市白石区南郷通1丁目北2-1

月寒 TEL 011-858-3500 札幌市豊平区月寒東3条11丁目1-23

清田 TEL 011-858-3500 札幌市清田区北野5条2丁目6-30 (月寒店にてお問合せ)



3月入会特典!! (期間 3/1~3/28) 事務手数料 5,500円税込無料!!

全コース体験受付中!! 詳細はお問い合わせください。
1歳半~小学生の体育教室は、年間48回の年齢別コースです。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・体操・縄跳び・ボール運動・ミニスポーツ (サッカーほか)

コース

- **幼児・児童体育教室** ※新宮の森、宮の沢、東麻生、新さっぽろで開講
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・返事をするの大切さや協調性・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** ※全施設で開講 4歳~中学生までは年齢別、細かい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** ※宮の森、宮の沢、東麻生、新さっぽろ、恵庭で開講 基本技術を学び、運動能力の発達や体力の向上を目指す楽しいレッスンです。
【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)** ※宮の森で開講 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 (月謝) ※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。運動不足解消に、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 札幌市宮の沢1条1丁目 011-668-3838 宮見沢 岩見沢市4条西3丁目であえーる5F 0126-25-5660
東麻生 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/pages/store_search 新規開校・体験申込



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



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 新規開校・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220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220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)
【月謝】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は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220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/>



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



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 初心者の方も大歓迎! お気軽にお問合せください。 小学校4年生・5年生・6年生の皆さん

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

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 <https://www.hbc.co.jp>

CONTACT 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

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。~

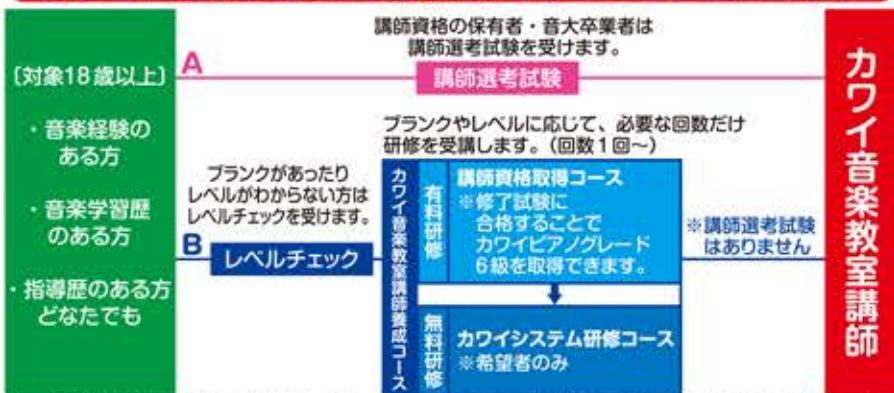
たくさんある習い事の中から、昔も今も人気不衰なのが「ピアノ」です。さらに近年、脳科学的に「ピアノを習うと脳が活性化し、集中力や記憶力などが向上する」と言われ、ピアノの人気はますます高まっています。最近では、講師1人に対して生徒が1名のプライベートレッスンが人気。そこで今回、カワイ音楽教室では、ピアノ講師を募集しています。昔、ピアノ指導の経験がある方、子どもが好き、ピアノが好きなママからのご応募をお待ちしています。子育ての経験や幼いころから習ってきたピアノ経験を生かして、カワイ音楽教室講師になりませんか?

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 レッソンは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な方、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



0歳から通える英会話教室 今がチャンス!月謝2カ月無料!

EFLは開校28年間研究を重ねた独自のカリキュラムで将来実践的に使える英語を身につけます。講師は全員ネイティブスピーカー。今なら入会特典として、0歳・1歳のお子様は「最大月謝6カ月無料」2～3歳・新年長～新小3のお子様は「月謝2カ月無料(※)」になります。
※新年長～新小3のお子様は3/23(土)迄に無料体験を済ませ、3/30(土)迄に諸経費を納入した新規の方に限ります。

クラス

- 乳児0歳～3歳(1歳ごとの年齢別クラス)
週1回50分 ※1クラス5人まで
保護者と一緒だから安心!英語のみの環境で「見て理解」「聞いて理解」を積み重ねながら、非常に高い聞いて理解する力を身に付けていきます。保護者の方がレッスン中に英語を話す必要は全くありません。
【乳児クラス特典】正規レッスンの他に月2回まで無料のレッスンを受講できます!
 - 幼児4歳～6歳(1歳ごとの年齢別クラス)
週1回50分 ※1クラス6人まで
英語を理解しどんどん身に付けていくコースです。フォニックスを導入し、読み書きも始めます。※フォニックスとは、aを「ア」、bを「ブ」、cを「ク」と発音する、文字と発音の規則性のことです。初めての単語も読み取り、聞いて正しく綴るために非常に有効なテクニックです。
 - 小学生コース(6レベル分け)
「聞く、話す、読む、書く、理解する」英語の基礎を英語で身に付け、着実に英語力を高めていきます。会話ができるようになるためのしっかりとした土台作りをします。レベル5、6以上で立命館慶祥中学校の個性出願の認定資格となります。
 - 中学生～大学生のコース(10レベル分け)
生徒一人ひとりに合ったコースで、コミュニケーション力(文章を素早く組立て、長く流暢に話す)を伸ばすことを重点にレッスンをを行います。
- 月謝11,000円(税込)～※コースにより料金は変わります。お問い合わせください。
※小学生以上は追加受講可能な読み書き、会話の専門コースもあり。

校長 ローラより

言語習得は年齢が早ければ早い方が有利です。英語の吸収が早い乳幼児期から質の高い英語を始めると、高学年から始めた人比べて「聞き取り、発音、英語を英語だけで理解する力」の習得に大きな差が出ます。楽しみながら英語を理解しどんどん身に付けていく乳幼児コースの無料体験にぜひお越しください。



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 村重欣延より 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。



EFL Club 南郷校 ☎011-676-5555
札幌市白石区南郷通19丁目南2-13 クリスタル87 2F (地下鉄東西線「南郷18丁目」駅 3番出口)

EFL Club 円山校 ☎011-215-6161
札幌市中央区北1条西19丁目1-12 (地下鉄東西線「西18丁目」駅 3番出口)

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・ハートジョブ&ジュン・ハート白石は就労準備型もっています。 |
| 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・ハートほこだて 函館市戦治1丁目11-2 0138-52-1000 |
| ジュン・ハート厚別 | 札幌市厚別区厚別西5条2丁目1-25 011-801-1111 | びんごども居宅室 札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7007 |

「かわいいレオタードや衣装を着て踊りたい」「子どもの姿勢をよくしたい」という思いからバレエを始めるお子様が多いです。バレエをはじめると体力や精神力が強くなり、身のこなしやしぐさが美しくなります。バレエで身につけた外面(見た目)と内面(心)の美しさは、大人になっても役立つということから、習い事として昔から人気があります。

●あいつ・礼儀・感謝
バレエは武道のように「あいつ・礼儀・感謝する気持ち」を大切にしています。最後の「レヴェランス(おじぎ)」は、先生・仲間・ご両親に「ありがとう」の意味があり、毎回感謝の気持ちをもつことで、前向きな気持ちになり、心が豊かになります。

●集中力がつく
踊る順番や振り付けを覚えていくうちに、自然に記憶力・集中力が身につく。(小学校の)勉強面にもよい影響を与えます。

●正しい姿勢が身につく
柔軟性やバランス感覚が磨かれて正しい姿勢になり、日常生活での振る舞いや人との接し方も美しくなります。また、体の軸が鍛えられるので、

「かわいいレオタードや衣装を着て踊りたい」「子どもの姿勢をよくしたい」という思いからバレエを始めるお子様が多いです。バレエをはじめると体力や精神力が強くなり、身のこなしやしぐさが美しくなります。バレエで身につけた外面(見た目)と内面(心)の美しさは、大人になっても役立つということから、習い事として昔から人気があります。

●あいつ・礼儀・感謝
バレエは武道のように「あいつ・礼儀・感謝する気持ち」を大切にしています。最後の「レヴェランス(おじぎ)」は、先生・仲間・ご両親に「ありがとう」の意味があり、毎回感謝の気持ちをもつことで、前向きな気持ちになり、心が豊かになります。

●集中力がつく
踊る順番や振り付けを覚えていくうちに、自然に記憶力・集中力が身につく。(小学校の)勉強面にもよい影響を与えます。

●正しい姿勢が身につく
柔軟性やバランス感覚が磨かれて正しい姿勢になり、日常生活での振る舞いや人との接し方も美しくなります。また、体の軸が鍛えられるので、

RAD認定校 ※プロ養成クラスあり

初心者大歓迎!! 女の子・男の子大募集!!

春の無料体験受付中! 今なら入会金10,000円税込が無料!

音楽に合わせて楽しく踊ることで音楽性を養います
基本的なステップを学んでいきます
バレエで美しい姿勢を身につけます
リズム感を養い、表現力を身につけます

幼児クラス【対象】3歳～6歳 【曜日】月・火 ※レッスン60分(振替あり) 【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) ※暖房費別途

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。 ※クラスによってスタジオが異なります。

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!
「わんだふるぶりきゅあ」「仮面ライダーガッチャード」「暴上戦隊ブンブンジャー」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です。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イベントのビ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 ※営業日・営業時間等はHPをご覧ください。
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

1万人のママ・パパが知りたかった! 赤ちゃん育児なんでもQ&A

プレゼントNo.7
本
「赤ちゃん育児なんでもQ&A」
3名様



知っておくと安心できる
赤ちゃん育児の知識が満載です!

著者: 坂本昌彦
定価: 1,540円(税込)
出版社: 赤ちゃん和妈妈社

みんなのお悩みTOP10から素朴な疑問まで、151のQ&Aを掲載。ママ・パパの疑問にお答えするのは、小児科医・坂本昌彦先生です。創刊59年の歴史ある育児誌「月刊赤ちゃんと!」の人気連載に寄せられたのべ1万人以上の赤ちゃんの健康や病気に関するリアルなお悩みや気がかりをぎゅっと1冊にまとめました。

札幌市青少年科学館

2024年4月1日リニューアルオープン!

あたらしい展示物がたくさん! 見て触れて考えて、科学の楽しさを体験しよう!
※開館直後は混み合うことが予想されるため、WEBからの来館予約が便利です。詳しくはHPから。
【時間】[5月~9月] 9:00~17:00 [10月~4月] 9:30~16:30
【料金】中学生以下無料、大人[展示室] 700円 [プラネタリウム] 500円

住所 札幌市厚別区厚別中央1条5丁目2-20(休館日:毎週月曜、毎月最終火曜、祝日の翌日)
TEL 011-892-5001 札幌市青少年科学館 検索

プレゼントNo.6
展示室
プラネタリウム
セット券 3名様

プレゼント応募要領

応募方法 ①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▶



北海道日本ハムファイターズ
「観戦チケット(無料)招待クーポンプレゼント」

4/19(金)・21(日) エスコンフィールド HOKKAIDO で開催される
千葉ロッテマリーンズ戦に抽選で100組200名様をご招待!
P2のQRコードから直接応募してください。

応募締切日 3/11(月) 到着分まで

- 1 北海道コンサドーレ札幌
4/3(水)「グランパス名古屋戦」(札幌ドーム)
観戦チケットペア5組(10名)様

応募締切日 4/7(日) 到着分まで

- 2 北海道日本ハムファイターズ
エスコンフィールド HOKKAIDO グッズ 3名様
- 3 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)2024/10/20(日)
- 4 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
- 5 北村温泉ホテル
ご入浴券(大人)ペア10組(20名)様 (有効期限)2024/12/31(火)
- 6 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
- 7 赤ちゃん和妈妈社
「赤ちゃん育児なんでもQ&A」3名様

①~⑦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。

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▶



0歳からのラクラク 子育て占い&歯の悩み相談もあるよ! 習い事検索サイト「こどもじゅく」

お得なキャンペーン情報が満載!!

「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 テニス
体操 体育 書道 音楽 絵画造形 パレエ
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!!
ジャンル・年齢・地域で、一括検索OK!

●子育て占いは毎月曜日更新!お子様の誕生日で占います!
●子ども&大人の歯の悩み相談受付中!!「歯並びが気になる」「正しい歯の磨き方を知りたい」など、匿名でもOK!

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



今すぐアクセス▶

きっと運動が、好きになる。

レイズ体操クラブ

3/28(水)・29(金) 2日間
曲げ集中!

はる 春やすみ短期教室

たんききょうしつ

- 日程** 3月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** | 宮の沢店 各コース57名 | 栄町店 各コース38名
※先着順
- 料金** | 宮の沢店 3,600円(税込) | 栄町店 3,100円(税込)

申し込み WEB予約または希望店舗へお電話よりお申込みください。
※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 3月21日(木)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%



3/14(水)・18(日) 限定料金
500円

宮の沢店 ワンコイン体験会

たいげんかい

- 対象** 3才6カ月~小学2年生
- 時間** 14:45~15:35
- 定員** 各日12名 ※先着順
- 料金** 500円(税込)

申し込み WEB予約または、宮の沢店へお電話よりご予約ください。



送迎バスプランあります

レイズ体操クラブ宮の沢店では、お仕事や家庭のご都合で授業の時間に間に合わない方向けに、バス送迎+保育プランをご用意しております! バスには保育者が同乗し、体操授業後は時間までお預かりする安心安全のプランです。詳しくはホームページをご確認ください。



近年の脳の研究結果で、**運動を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。

外装リニューアル!



レイズ体操クラブ 〒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 〒063-0826
西区発寒6条8丁目7-1
Tel.011-688-5886

道内最大級の体操体育館!



短期教室・体験会

WEB予約



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



ソレイユの森 栄町

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

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

他店舗も見学・体験、随時受付中です!

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 アクティブ

東区北37条東16丁目2-5
地下鉄東豊線「新道東駅」より徒歩5分!

放課後等デイサービス
2024年4月~

増員決定!

見学・体験受付中!

児童発達支援も空きあります◎
011-299-4870



ドランボリン
全道事務所にあります

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!

手軽に作れて栄養満点! 親子どんぶり



- 鶏もも肉は一口大に切り、玉ねぎは薄切りにする。
- 鍋に(A)を入れて中火にかけ、煮立ったら①を入れ、弱火にして鶏肉に火がとおるまで煮る。
- 卵は白身が残るくらいに軽くといておく。
- 卵を鍋の中心に 2/3 ほど入れ半熟状になったら、グリーンピースと残りの卵を入れて火を通す。
- ご飯の上に盛り付け、完成です。

材料 (2人分)

| | | | |
|---------|---------|--------|-------|
| ごはん | どんぶり 2杯 | (A) | |
| 鶏もも肉 | 150g | だし汁 | 150ml |
| 玉ねぎ | 中 1/2個 | しょうゆ・酒 | 各大さじ2 |
| 卵 | 3個 | 砂糖・みりん | 各大さじ1 |
| グリーンピース | 少々 | | |

幼児期に豊かな味覚を育みましょう!

幼児期にさまざまな味を経験し、美味しさを知ることで、味覚が発達します。だし汁や野菜、果物など食材本来の甘さや風味を使い、薄味でも美味しいと感じる味覚を育てましょう。今回のおすすめメニューは、手頃な食材で作れる親子どんぶりとお茶の味のスコーン、春が旬のいちごを使った甘さ控えめのホールジャムです。お子様とクッキングを楽しみましょう!



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当。

朝食やおやつに! スコーン&煮いちご

スコーン

- バターは1cm角に切って、冷蔵庫に入れておく。
- ボウルに(A)を入れて混ぜ、バターを加えて粉と擦り合わせ、牛乳を加えてひとまとめにする。
- ②をラップに包み、冷蔵庫に30分ほどおく。
- 打ち粉をふった台の上に生地をのせ、2cmの厚さにのばし、型で抜く。
- 天板にクッキングシートを敷き、④を並べ、200℃に予熱したオーブンで15分程焼く。



煮いちご

- いちごは洗ってヘタをとり、水気をふきとる。
- 鍋にいちごと砂糖を入れて軽く混ぜ、常温で30分おく。
- ②を強めの中火にかけ、沸騰したらレモン汁を加え、とろみがつくまで煮る。

材料

スコーン(6個分)

| | | |
|-----|-----------|------|
| (A) | 薄力粉 | 150g |
| | ベーキングパウダー | 大さじ1 |
| | 砂糖 | 大さじ1 |
| | バター | 40g |
| | 牛乳 | 70ml |
| | 打ち粉(薄力粉) | 少々 |

材料

煮いちご

| | |
|------|-------------|
| いちご | 1パック(230g程) |
| 砂糖 | 70g |
| レモン汁 | 大さじ1 |

からだ育ちは心育ち~乳幼児期の食の大切さ

「からだ育ちは心育ち」と言うように、食は心と体をつないでいます。子どもは安心して意欲的にパクパクと食べると、機嫌よく集中して遊び、そのあとはぐっすり眠りにつきます。よく食べ、よく眠る子は、日々活力が蓄えられるので、好奇心旺盛に行動したり、興味あることに挑戦したり、子ども自身の能力を発揮しながらどんどん可能性を伸ばします。また「みんなで食べると美味しいね」「〇〇ちゃんと一緒に食べると楽しい!」と一緒に食事をする喜びや安心感から、家族や友達とのつながりを感じ「自分も相手も大切にしよう」という自尊心が育まれます。美味しく食べる、楽しく食べることで心が満たされて、心身ともに健康に成長していきます。つまり、食べることは命の源だけでなく精神の安定や心の発達にも大きく影響するのです。乳幼児期は「食」のスタート地点という意味でとても大切です。だからこそ、乳幼児期には「食べることは楽しい」という気持ちを育てましょう。

食べ物の好き嫌いのある子に、好きな動物のお弁当やキャラ弁当を作ったら、それまで苦手だったものが食べられるようになったという話をよく聞きます。好き嫌いの克服のきっかけとして、お子様が好きなものをイメージしたお弁当をつくってみませんか?



お弁当作りのポイント

- 食中毒に注意!!
 - ・手洗い、加熱はしっかりと!
 - ・水分が出ないもの・
 - ・完全に冷まして蓋をする(保冷剤を添える等)
- 食べきれる量を入れる
- 食べやすい大きさに!
- 隙間なく詰める ※量(主食3:主菜1:副菜2)
- 白・赤・緑・黄・茶の彩り豊かに!

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: 子育てに関わるすべての大人(親、祖父母、叔父母など)

雪解けの季節、環境の変わり目(幼稚園、保育園の卒園、小学校入学、引越しなど)はお子さんたちが体調を崩しがちです。特に小さなお子さんほど言葉でうまく伝えることができないために、夜泣き、癇癇、チックなどを起こすことが多くなります。親にとっても忙しい時期でストレスが増すばかり。そんな時にLINEトークにお気持ちを伝えてください。相談者は元児童会館職員(館長)、元保育園長など長年子どもたちと接してきた子育て経験のある人です。1対1で相談内容の秘密は守ります。安心してご利用ください。まずは、下記のQRコードからお友達登録をして下さい。

- LINEトーク時間 火・金 13:30~16:30 ※祝日・年末年始除く
- 右記の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」「子育てヒント(子育て情報)」「イベントのお知らせ」などを配信します。(無料)



まずは「お友達登録」を! ▲登録者に配信される内容の一部ご紹介▲ (1対1のトーク用)

一人て悩みを抱え込まないで子育ては、「何でこうなるのかな」と悩みがつきものです。かわいい、楽しいだけではいけないのが現実です。誰かに相談したくても、身近な人には話しづらかったり、専門家には相談するのは敷居が高かったり、誰にも話せないまま一人で育児や子育ての悩みを抱えているお母さんが多くなっています。悩みを抱えたときは、誰かに話すだけで気持ち



寺田 陽子

が楽になることもあります。育児や子育てについて気軽に相談できる「子育てLINEトーク」があります。匿名OK!相談は無料、相談内容の秘密は守ります。お気軽にご相談ください。「子育てLINEトーク」のご利用方法は、左記をご覧ください。

子育てにかかわる悩みを LINEで相談しよう!

公益法人さつぽろ青少年女性活動協会 総務課主任 NPO法人コミュニケーションワーク研究実践センター 寺田 陽子