

子育て・習い事・教育情報

北海道おやこ新聞

乳幼児版



子育て・習い事・教育情報

北海道おやこ新聞

乳幼児版

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通信料がかかります。

★あいの里ひがし児童会館

札幌市北區あいの里3条7丁目9-1

☎011-778-2358



あいの里ひがし児童会館 館長 大高 圭一

子育て・習い事・教育情報

北海道おやこ新聞

乳幼児版

サッポロファクトリー 教室オープン!

無料体験受付中!

かしこくなる早期教育! もじ・かず・知能開発

講師一同お待ちしております!

こどもクラブへの資料請求・無料体験のお申し込みも上記QRコードから簡単にできます!

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)

発達をバランスよく促す「知能遊び」を展開。保護者様と一緒に経験することで、お子様も安心して楽しく学ぶことができます。

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きます。

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!

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 8F(1階ジュンク堂) 011-222-7743

札幌駅前教室 中央区北5条西5丁目 sapporo55ビル 3F(1階紀伊国屋書店) 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

サッポロファクトリー教室 中央区北2条東4丁目 サッポロファクトリー2条館 1F 0120-115-181

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」のほかに、様々な分野をバランスよく育てていきます。年長クラスでは国語・算数にチャレンジ! 安心して入学準備ができます。

小学生塾 DoMs

小学生塾DoMs (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



第3弾

7/18 [SAT]

9/2 [WED]



エスコンフィールドHOKKAIDOグッズを
5名様にプレゼントいたします。
募集要項はP6をご覧ください。 球団公式サイト



新規スクール生募集中
自立心とソーシャルスキルを育みます

CONSA DOLE
サッカーを
はじめよう!

無料体験随時受付中

札幌市 旭川市 東川町 岩見沢市 中標津町 釧路市 釧路町 室蘭市 北広島市 恵庭市

CONSADOLE
SOCCER SCHOOL
コンサドーレサッカースクール

☎ 011-777-5314 | school@consadole.gr.jp
コンサスクール 検索

株式会社 コンサドーレ
〒062-0045 札幌市豊平区羊ケ丘 1 番地

体験申込はこちら 詳細はこちら

プレゼントNo.2
オリジナルグッズ
3名様
北海道コンサドーレ札幌オリジナルグッズを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。

ファイターズ
超
夏祭り

超アツい夏がやってくる!

7/25 (SAT) 26 (SUN) 7/31 (SAT) 8/1 (SUN) 2 (MON)
vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス vs. 千葉ロッテマリーンズ

8/7 (FRI) 8 (SAT) 9 (SUN) 8/11 (TUE) 12 (WED) 13 (THU)
vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス vs. 埼玉西武ライオンズ

8/18 (TUE) 19 (WED) 20 (THU)
vs. 福岡ソフトバンクホークス

ジュンスポーツクラブ夏休み短期教室(体操・スイミング・英語)参加者募集!



水泳



体操



英語

夏休み短期教室のお申込みはWEBのみ

白石 子ども専用複合施設 キッズスポーツパーク

白石教室 夏休み短期教室 お申込みはこちらから▶

体操 2日間短期教室 7月30日(木)・31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
初参加2日間キッズ	11:30~12:20	年少~年長	12名	(会員外) ¥4,730
初参加2日間ジュニア		年長~小学生	14名	

体操 2日間短期教室 7月31日(金)・8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
2日間キッズ	13:30~14:20	年少~年長	12名	(会員) ¥4,290
2日間ジュニア		年長~小学生	14名	(会員外) ¥4,730

体操 1日短期教室 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
1日キッズ	10:00~10:50	年少~年長	12名	(会員) ¥2,200
1日ジュニア		年長~小学生	14名	(会員外) ¥2,420

体操 1日バク転教室 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
バク転教室	11:30~12:20	年長~高校生	20名	(会員) ¥2,200 (会員外) ¥2,420

体操 1日リトル教室 7月30日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
リトル教室	10:00~10:50	2歳6ヶ月~3歳児	6名	(会員外) ¥1,650

体操 1日ジュニア教室 7月31日(金) [種目] マット・鉄棒

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
レベルアップジュニア	10:00~10:50	年長~小学生 ※条件有	10名	(会員) ¥2,200 (会員外) ¥2,420

スイミング 3日間短期教室 泳・泳お~(えいえいお)コース 7月30日(木)~8月1日(土) ~がんばる心も身につく~

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ	9:30~10:20	年少~年長	6名	(会員) ¥6,380
ジュニア		1年生~6年生	16名	(会員外) ¥6,930

スイミング 2日間短期教室 す~いすいコース 7月30日(木)・31日(金) ~楽しみながら水泳の基礎を学ぶ~

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズ①	11:00~11:50	年少~年長	12名	(会員) ¥4,290
ジュニア①		1年生~6年生	8名	
キッズ②	13:45~14:35	年少~年長	6名	(会員外) ¥4,730
ジュニア②		1年生~6年生	8名	

※ジュニアは本科生11級以上の参加不可

スイミング 1日短期教室 8月1日(土) ~夏にプールデビューするなら~

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
水慣れキッズ①	11:00~11:50	年少~年長(初参加)	12名	(会員) ¥2,200
水慣れジュニア①		小学生(初参加)	8名	
水慣れキッズ②	13:45~14:35	年少~年長	6名	(会員外) ¥2,420
水慣れジュニア②		1年生~6年生	8名	

※初参加者のみ

スイミング 泳力検定コース 7月30日(木)~8月1日(土) ~スピードとテクニック練習を重点的に練習~

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
特訓	13:45~14:35	ニチレイ泳力検定 受験者	10名	(会員) ¥7,880 (会員外) ¥8,430 1種目検定料含む

※最終日にニチレイ泳力検定会を実施(2種目検定の場合はプラス1,500円)
泳力検定会は短期教室終了後に実施(開始予定 15:00~)

ベビークラブ 本科内短期教室 8月3日(月)～8月31日(月)

クラス	時間	対 象	定 員	料 金(税込)
体操ベビー水曜日	11:00～11:50	1歳4ヶ月～2歳児と 保護者1名	2名	(2回コース) ¥2,365
体操ベビー金曜日			2名	
水泳ベビー火曜日	11:00～11:45	5ヶ月～2歳児と 保護者1名	3名	(4回コース) ¥4,730
水泳ベビー木曜日			3名	
英語ベビー水曜日	11:00～11:30	1歳4ヶ月～2歳児と 保護者1名	2名	
英語ベビー金曜日			2名	

水泳リトルクラス 本科内短期教室 8月の火、土曜日 ※8/11(火・祝)~15(土)は休講日

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
水泳リトル火曜日	14:30~15:15	2歳~3歳児	2名	(2回コース) ¥3,465
水泳リトル土曜日	10:00~10:45		2名	

水泳キッズクラス 本科内短期教室 8月の火~金曜日 ※8/11(火・祝)~15(土)は休講日

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
水泳キッズ火・木曜日	15:40~16:40	年少~年長	2名	(2回コース) ¥4,290
水泳キッズ水・金曜日	①15:40~16:40 ②16:40~17:40		各2名	

水泳ジュニアクラス 本科内短期教室 8月の火~金曜日 ※8/11(火・祝)~15(土)は休講日

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
水泳ジュニア火・水・木曜日	①15:40~16:40 ②16:40~17:40	1年生~6年生	各2名	(2回コース) ¥4,290
水泳ジュニア金曜日	①15:40~16:40 ②17:40~18:40		各2名	

※本科内短期教室にお申し込みの方はお電話にてお問い合わせください。

月寒 北海道最大級の体操専用体育館!

体操 2日間4種目短期教室 7月30日(木)・31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①	9:30~10:30	年少~年長	18名	(会員) ¥4,290
2日間ジュニア①		年長~小学生	24名	
2日間キッズ②	11:15~12:15	年少~年長	18名	(会員外) ¥4,730
2日間ジュニア②		年長~小学生	24名	

体操 1日チャレンジ教室① 7月30日(木)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
鉄棒 & トランポリン	13:00~14:00	年少~年長	14名	(会員) ¥2,200
		年長~小学生	16名	(会員外) ¥2,420

体操 1日チャレンジ教室② 7月31日(金)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
マット & トランポリン	13:00~14:00	年少~年長	14名	(会員) ¥2,200
		年長~小学生	16名	(会員外) ¥2,420

体操 1日チャレンジ教室③ 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
跳び箱 & トランポリン	9:30~10:30	年少~年長	14名	(会員) ¥2,200
		年長~小学生	16名	(会員外) ¥2,420

体操 1日チャレンジ教室④ 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
マット & トランポリン	13:00~14:00	年少~年長	14名	(会員) ¥2,200
		年長~小学生	16名	(会員外) ¥2,420

体操 1日バク転チャレンジ 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
バク転チャレンジ	11:15~12:15	年長~高校生	12名	(会員) ¥2,530 (会員外) ¥2,640

あいの里 ジュンスポーツ体操教室 BOLD

体操 1日短期教室 8月2日(日)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズクラス	10:00~10:45	年少~年長	各10名	(会員) ¥1,320
ジュニアクラス	11:30~12:15	小学生		(会員外) ¥1,650

英語 1日短期教室 8月1日(土)

クラス	時間	対象	定員	料金(税込)
キッズクラス	13:30~14:00	年少~年長	各10名	¥880
ジュニアクラス	14:45~15:15	小学生		

あいの里教室 夏休み短期教室 お申込みはこちらから▶

全店共通 期間中の入会特典!

【体操】入会金0円+指定Tシャツ+進級ノートプレゼント

【スイミング】入会金0円+指定キャップ+指定水着プレゼント

【英語】入会金0円+指定Tシャツプレゼント

※2026/8/3(月)~8/31(月)までに入会した場合は、入会金半額に各教室の上記の特典をプレゼント

【ベビー体操・ベビー英語】入会金0円+指定Tシャツプレゼント

【ベブスイミング】入会金0円+フィックスプレゼント

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。

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)

NEW! ジュンスポーツ体操教室 BOLD あいの里教室

TEL 011-776-7485 札幌市北区あいの里3条3丁目2-10

定休日/日・祝 駐車場あり

資料請求 体験申込

ジュン・ハート

TEL 011-867-9972

TEL 011-867-7000

学童期のころから育てる豊富な習い事

ジュン・ハート アフタースクール

2026年度本科生 若干募集! 体験随時受付中!

送迎あり! ※指定地域のみ 詳細・受付はこちら▶

札幌市白石区南郷通1丁目北2-1

札幌市豊平区月寒東3条11丁目1-23

札幌市清田区北野5条2丁目6-30



スムーズな入園・入学にむけて 一人に一人の先生が対応!!

就学前までの発達に心配のあるお子様を対象に療育・支援を行う教室です。言葉がなかなかでない、お友だちとうまく遊べない、自分の気持ちを伝えられないなど、できるだけ入園・入学後の活動で困らないように、お子様の特性にあわせて個別プログラムを作成し、一回2時間のなかでお子様一人に一人の先生が「療育・保育・教育」の3つの発達支援を行います。

スムーズな就園・就学を目指して

落ちつきがなくじっと座ってられない、感情のコントロールができない、集中して物事に取り組めない・・・など、お子様の成長には個人差があり、必要な発達支援の内容は異なります。当教室は、一人ひとりの子どもの意思を受け止めながら、その子の個性・特性・学習面の進み具合にあわせて、825項目の基準ステップを基に、段階的に個別プログラムを作成し進めます。お子様の成長に必要な、ことば、社会性スキル、認知学習、生活スキルを応用行動分析学(ABA)に基づいた825項目の基準ステップを基に、子どもが自ら行動して「こんなことができるんだ!」と個々の課題をクリアして自信をつけていきます。細かく段階分けされたステップを、一つずつ登っていくことによって目標を達成していくプロセスを見つけていきます。

下記の2つの教室は同一法人が運営していますので、個別療育・集団療育の両方に連携して通うことができます。

- ◆「てらぴあぽけっと 札幌福祉教室」は幼児対象の個別クラスの児童発達支援の教室
- ◆「こぼんはうすさくら札幌月寒教室」は、幼児・小学生対象の集団クラスの児童発達支援・放課後等デイサービスの教室

土日も開所しています

当教室では、お子様の興味や関心に寄り添いながら、発達の促進、ご家庭での対応の困りごと、友達と楽しく遊ぶことなど、さまざまな目標に向けた発達支援を行っています。小学校入学後に困らないよう、どのようなサポートが必要かを一緒に見つけ、まずはご家族の不安に寄り添うところから始めています。お気軽に見学・体験にお越しください。

代表 藤井和人より
お子様の成長には個人差があり、必要な発達支援の内容は異なります。当教室では、スムーズな就園・就学を目指して、お子様一人に一人の先生がお子様の特性に合わせて療育を行っています。また、保護者様のご心配ごとについても随時ご相談をお受けしております。どうぞお気軽に見学・ご相談にお越しください。

児童発達支援 てらぴあぽけっと 札幌福祉教室

札幌市豊平区月寒東1条15丁目1-20 メーブル福祉ビル2F

☎011-850-9582 受付時間(月~日) 10:00~17:00

<https://terapiapocket.com/>

【関連事業】児童発達支援・放課後等デイサービス こぼんはうすさくら 札幌月寒教室



RAISE

今なら

お試しレッスン無料!

保育園・幼稚園

出張型 体操指導 はじめました!

体操専門コーチが保育園・幼稚園へ出張し、【マット運動】【跳び箱】【鉄棒】など、園児たちへの体操指導を行っています。

選ばれる3つのポイント

01

専門コーチが サポート

経験豊富なコーチが一人ひとりに合わせた指導を行います。



02

安心の プログラム

年齢や発達に合わせたプログラムで安心して取り組みます。



03

園の特色強化

体操指導を取り入れることで、園の魅力・差別化につながります。



レイズ
体操クラブ TEL 011-688-5886

お問合せ・申込みは、お気軽にご連絡ください

WEB申し込み・
詳細はコチラ!



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。



造形



絵画



大人気の
作品発表の
場です!

みつけ
(年長 男児)

土の中をよく知っている
アイデアいっぱいの楽しい絵本です。



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、誰かかくれているの?



幼児コース 年少~年長

授業料 8,250円/月(材料費、書籍費含む) 1回60分/年36回



※入会金 5,500円より、教材費【初回のみ】6,400円
※料金は全て税込

※札幌市内に表記している教場以外の
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

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) (ピアノ) (リトミック) (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」は毎週月曜日更新!お子様の誕生月で占います!
- 「子育て悩み相談Q&A」も好評です!!
- お子様の歯とお口の悩みは「歯の悩み相談」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

今すぐアクセス



お母さんたちに人気の「こどもじゅく」は水泳、体操、バレエ、幼児教室、学習塾、英語教室、ピアノ、リトミック、絵画造形、児童デイサービス・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、参考になると思います。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おすすめです!

習い事検索サイト「こどもじゅく」人気のポイント!
■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。(会員登録無料)
■誕生月の子育て占いがとても参考になる。(毎週月曜日更新)
■子育ての悩み相談・歯の悩み相談がためになる!と好評!



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・数の違いを見分ける（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 さん

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	（じゅんこども相談室）011-867-7007	札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7020
ジュン・ハートムーブ	札幌市清田区北野5条3丁目4-2 011-888-1900	札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7020	
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・ハート日る	札幌市白石区南郷通1丁目北2-1 011-867-7020
ジュン・ハート月る	札幌市豊平区月寒東3条11丁目1-23 011-858-3131	ジュン・ハートびゅあ	札幌市北区あいの里3条3丁目2-10 011-776-7485
ジュン・ハート厚別店	札幌市厚別区厚別西5条2丁目1-25 011-801-1111	ジュン・ハートほこて	函館市鏡台1丁目11-2 0138-52-1000

小学1年生になったら、練成会に行こう！

9歳の壁を越える鍵は「玉井式国語的算数」

教育界でよく語られるのが「9歳（小4）の壁」です。小学1・2年生で勉強が得意だった子どもが、小学4年生頃からは急に勉強についていけなくなることを指します。その理由は、学習内容の変化です。低学年までは、丸暗記や単純計算など文字から直接つながる学習でしたが、小学4年生になると「分数」「余りのあるわり算」「文章問題」など、抽象的な問題が多く出てくるからです。この「9歳（小4）の壁」を乗り越えるには低学年のうちから「文字や数字を組み立ててみましょう。」

「9歳の壁を越える鍵は「玉井式国語的算数」

算数の問題を解きながら、国語的な力も楽しく養えます。遊びながら考えよう

下記の小学校入学準備問題は、サイコロ（立方体）を作るときに「り・ん・ご」の文字をどこに置けばよいかを考えます。頭の中で形をイメージしながら、ぜひ親子で挑戦して組み立ててみましょう。

小学1年生になったら、練成会に行こう！

問題にチャレンジ！

【問題】サイコロ（立方体）の外がわの面に「りんご」とかきました。このサイコロ（立方体）をひらいたとき、それぞれの文字はどこにかいてありますか。文字の向きを注意して、展開図に文字をかいてみましょう。

ヒント 「り」の位置が変わると、年少→年中→年長とだんだんむずかしくなります！実際に紙にかいて切り、組み立ててみるとわかりやすいですよ。

① 年少さん向け

② 年中さん向け

③ 年長さん向け

札幌練成会

お申し込み・お問い合わせ 数量紹介または電話受付／受付時間：12:00～10:00
TEL (011) 707-5555
（札幌練成会 本部／札幌市北区北8条西5丁目）
ホームページには必見の教育情報・受験情報が満載！
https://www.renseikai.com/saprenseikai/

夏の体験受付中!! 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 【入会金】10,000円（税込）
【曜日】北13条 月・火 ※振替あり [totonowell] 金・土
【月額】週1回7,000円（税込）週2回11,000円（税込）
※暖房費別途（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けられます。[RAD認定校] プロのバレエダンサーを目指すクラスもあり

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/>

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

【夏の入会特典】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フ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練習で生徒の意欲を高めます。当クラブ独自のフ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】4,950円（税込）
【月額】週1回4,950円（税込）週2回6,600円（税込）
※教材費・検定試験受験料・暖房料がかかります。

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/>

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

運動は脳の前頭前野を刺激し、脳の発達を促します。「思いやり」を育み、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、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 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
定休日/日・祝日 駐車場/あり <https://www.psmile.jp/>

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▶

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

※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。

札幌市こどもの劇場
やまびこ座
札幌市こども人形劇場
こぐま座
詳細はこちら



北海道グリーンランド

遊園地は、2026年で開園40周年!

新感覚アトラクション「カード迷路 ぐるり森大冒険」がお子様に大人気! 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!
2026シーズンもテレビで人気のヒーローやヒロインのキャラクターショーを多数開催予定! 詳しい日程や内容は、公式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

星野リゾート トマム

「ファーム de とうきびフェス」を初開催します!

この夏、星野リゾート トマムでは、とうきびを心ゆくまで楽しむ「ファーム de とうきびフェス」を初開催します。白や黄色などとうきびを想起する色合いで彩られた開放的な空間で、北海道の夏の味覚とファーム星野の乳製品を堪能できるイベントです。日帰りの方も楽しみいただけます。

住所 勇払郡占冠村中トマム

TEL 0167-58-1111 (代表電話)

星野リゾート トマム

検索

登別マリンパークニクス

北海道最大級のスケール!約400種の海の仲間たちがお出迎え!

登別マリンパークニクスは、デンマークにある中世の古城をモデルにしたお城の中が水族館。アクロバティックにジャンプする迫力のイルカショーやバランス技や輪投げをするオットセイのパフォーマンス、1万匹の大群のマイワシがうねりを作り出す迫力の銀河水槽など北欧ロマンと海洋ファンタジーの癒し空間にぜひお越しください! JR 登別駅から徒歩5分。

住所 登別市登別東町1丁目22

TEL 0143-83-3800

登別マリンパークニクス

検索

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 8/16(日) 到着分まで

- 北海道日本ハムファイターズ 北海道日本ハムファイターズグッズ 3名様
- 北海道コンサドーレ札幌 北海道コンサドーレ札幌オリジナルグッズ 3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)2026年遊園地クローズまで
- 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(有効期限)2027/7/31(土)
- 星野リゾート トマム
雲海ゴンドラ券 ペア2組(4名)様(有効期限)2026/8/16(日)~10/13(火)
- さっぽろばんけいスキー場
つり堀り 60分(半・えさ付) ご招待券 10名様(有効期限)2026年夏季シーズン終了まで
- 登別マリンパークニクス
入園ご招待券 親子ペア5組(10名)様(有効期限)2026/10/31(土)

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 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
ご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2-1-111

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

※北海道おやこ新聞ホームページからの締切は、締切日の23:59までです。※厳正なる抽選のうえ、当選者へ発送致します。
※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抽選・発送のみに利用致します。

歯医者さんデビューならお任せください

「はじめての、かかりつけ。」
親子で通えます!!

ママとこどもの
はいしゃさん。

歯科矯正無料相談を行っています。

加藤歯科医院
011-722-8020

札幌市東区北30条東7丁目3-18

診療時間(9:00~13:00/14:30~19:00) 土・日・祝日のみ

休診(土・日・祝) 加藤歯科医院



「飲む量」よりも「飲み方」です。

「糖」が多すぎると、むし歯になりやすくなります。夏になると、「熱中症予防」にはスポーツドリンクがよい」とよく聞きます。スポーツドリンクは、水分だけでなく、汗で失われる塩分や糖分も補えるため、特にたくさん汗をかいたときや、食欲が落ちていないときには役立ちます。一方で、「糖分が多すぎると、むし歯になりやすくなります」と心配される保護者の方も少なくありません。実際、スポーツドリンクには砂糖が含まれているため、だらだら飲み続けるとむし歯のリスクが高まる可能性があります。

歯科医師の立場から見ると、特に気をつけたいのは「飲む量」よりも「飲み方」です。



院長 網塚 由美

これらの点を意識すると安心です。普段の水分補給は水や麦茶を基本にし、スポーツドリンクは「熱中症対策として必要な場面です上手に使う」という考え方がおすすめです。暑い夏を元気に過ごすために、熱中症予防とお口の健康、どちらも大切にしていきたいですね。

● 飲む前は避ける
● 飲んだ後の歯みがきを丁寧に行う

● だらだらと長時間飲み続けず、時間を決めて飲む
● 飲んだ後は、お茶や水を飲む

(右上の広告もご覧下さい。)

親子で通えます!!
「ママとこどものはいしゃさん」
加藤歯科医院 院長 網塚 由美



夏休み短期教室

2026

対象
満4才～
小学生

7/6(月) 申込開始！

栄町店

一期 8/3(月)・4(火) 二期 8/5(水)・6(木)

一期または二期
2日間コース 4,100 円(税込)

A 10:30～11:30

B 13:30～14:30

栄町店お申込みはこちら


各コース
定員
26名

宮の沢店

一期 8/3(月)・4(火) 二期 8/5(水)・6(木)

一期または二期
2日間コース 4,400 円(税込)

A 9:10～10:10

B 11:30～12:30

宮の沢店お申込みはこちら


各コース
定員
45名

申込み方法

WEBまたは希望店舗へお電話にてお申込みください。
※お一人様1コースのみの受講となります。※お電話での申込みの方は、本申込みのお手続きが必要です。申込み後、一週間以内に直接各店舗までお越しください。

受講店舗を選ぶ → 日付(一期 or 二期)を選ぶ → ① 時間を選ぶ(Aコース or Bコース) → WEBまたはお電話で申込み

キャンセル

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%


代表 高田 元氣

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。

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
Tel 011-790-8003


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
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



児童発達支援・放課後等デイサービス

新規利用受付中！

お気軽にご相談ください！

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。

全店施設に
トランポリンあります！


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

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 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 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 栄町

東区北38条東15丁目1-19

児童発達 △ | 放課後 △

011-374-6144

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

※2026年6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!

煮込まず時短で作れる! 夏野菜のキーマカレー

- ① 玉ねぎと人参はみじん切り、なすとトマト、パプリカは粗みじん切りにする。
- ② フライパンに油を熱し、にんにく、しょうが、玉ねぎ、人参をしんなりするまで炒め、合い挽き肉を入れて色がかわいたら、なす、トマトも加え、炒める。
- ③ ②にカレー粉をなじませ、パプリカ、コーン、④を加えて煮詰め、味を調える。
- ④ 皿に盛り付け、中央にゆで卵をトッピングする。



材 料 4人分

玉ねぎ	中1個 (150g)	カレー粉	小さじ2と1/2
人参	中1/3本 (60g)	コーン缶	40g
なす	小1本 (60g)	④	
トマト	中1/2個 (100g)	ケチャップ	大さじ2
パプリカ(赤)	中1/4個 (30g)	ウスターソース	大さじ2
油	小さじ1	水	50cc
にんにく(チューブ)	小さじ1/2	★トッピング	
しょうが(チューブ)	小さじ1/2	ゆで卵	
合い挽き肉	150g		

暑い夏を元気に過ごそう!

食物繊維は便のかさを増やし排便しやすくする効果があり、腸内環境を整えることで免疫力をアップしてくれます。幼児は腸管自体が未熟で腹筋も弱い便秘になりやすく、お菓子やインスタント食品など、子どもが好む食品ばかりをとると便秘を誘発します。食物繊維を多く含む野菜や果物、芋類、豆類、きのこ類などを積極的に食べて、体力を維持しましょう。

今回のおすすめメニューは、野菜が豊富なキーマカレーとキャロットゼリーです。スパイシーな味のキーマカレーと爽やかな甘みのキャロットゼリーが食欲をそそります。



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当。

人参嫌いのお子様にもおすすめ! キャロットゼリー

- ① ゼラチンを水にふやかす。
- ② 人参は皮をむき角切りにし、電子レンジで2～3分加熱してやわらかくする。
- ③ ②とオレンジジュース、砂糖をミキサーにかける。
- ④ ③を鍋に入れて弱火で温める。①を加えて混ぜ、溶けたら器に注ぎ、粗熱をとり、冷蔵庫で冷やし固める。



材 料 4人分

ゼラチン	5g
水	大さじ4
人参	中1/2本 (100g)
オレンジジュース(100%)	200cc
砂糖	30g
★トッピング	
ミント	

旬の夏野菜をたっぷり食べて、暑い夏を元気に乗り切りましょう!

近年、30℃を超える暑い日が当たり前になってきた北海道の夏。気温や湿度が高くなると、食欲が落ちたり体が疲れやすくなったりします。のどが渇く前にこまめに水分をとり、バランスのよい食事を心がけて体調を整えましょう。また、この時期は食中毒が起こりやすい季節です。手洗いをしっかり行い、食品の保存や取り扱いにも気をつけながら、元気に過ごしましょう。

夏野菜で体の中から涼しくしましょう!

きゅうりやトマト、オクラなどの夏野菜には水分がたっぷり含まれています。汗で失われた水分を補い、体の熱をやわらげてくれるので、暑い夏を快適に

過ごす手助けをしてくれます。さらに、夏野菜に豊富に含まれているカリウムには、余分な塩分や水分を体の外へ排出して、体内の水分バランスを整えてくれます。旬の夏野菜を積極的に食べて、暑い夏を元気に乗り越えましょう。

ビタミンとリコピンたっぷり!夏のトマト

「トマトが赤くなると医者が青くなる」といわれるほど、旬を迎える夏のトマトにはビタミンAやビタミンCがたっぷり含まれています。赤い色素成分のリコピンには、体を元気に保つ抗酸化作用があります。また、うま味成分のグルタミン酸も含まれているため、肉や魚と一緒に煮込むと甘みやうま味がさらに引き立ちます。カレーやパスタ、スープなどに取り入れて、おいしく栄養を摂りましょう。

一人で悩まないで!! 子育ての悩みを相談しよう! 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)

「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)、元保育園園長など長年子どもたちと接していて、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。

■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。

相談員が相談日に対応。 ■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(見本)はこちら▲

【お問い合わせ先】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

※相談内容は公式LINEを使用していますが、守秘義務は保たれていますので、ご心配なくご利用ください。

一人で悩まないで
子育ては、悩みがつきものです。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。また、小学校に入学後の環境の変化に親子も悩み、相談先がない状況が生まれてきています。



寺田 陽子

誰かに話すだけで気持ち、悩みを抱えたときは、誰もが抱える悩みを、子育ては、悩みがつきものです。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。また、小学校に入学後の環境の変化に親子も悩み、相談先がない状況が生まれてきています。

子育てにかかわる悩みを
LINEで相談しよう!

NPO法人コミュニティワーク研究実践センター 寺田 陽子