

# 親と子のコミュニケーションを育む 北海道おやこ新聞

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。

北海道おやこ新聞 編集部  
発行 特定非営利活動法人 おやこコミュニケーションネット  
TEL 011-815-0855  
FAX 011-827-6011  
085@oyako-shinbun.com  
〒003-0005 札幌市南区池田3条1丁目2-111  
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、ご契約に応じたバレット通信料がかかります。

2020年7月号 VOL.37  
●今月号のご案内●  
P1 子育て情報  
P2-P3 インタビュー 記事  
P4 親子でクッキング  
P5 頭の体操  
P6-P7 お出かけ情報・本の紹介  
P8 スポーツ情報  
抽選でプレゼントが当たります!  
応募要領はP7  
次号は9月30日(水)の発行です。

## 育児の悩みは「子育てLINEトーク」を利用しよう

公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会 総務課主幹 寺田 陽子  
NPO法人コミュニケーション実践センター 副理事長 寺田 陽子

約40年間、児童会館を中心、さまざまな子育て支援の場をおして、子ども・保護者・教育に携わる人たちと関わってきました。

子どもにとって親は、唯一無二のかけがえのない存在です。子どもはいつも親に安心と信頼という絆を求めています。しかし、親も落ち込んだり、イライラして子どもに100%愛情が注げない時もあります。そんな時は「今、気持ちに余裕がないので、話を聞いてあげられなくてごめんね」と謝ったり、「○○ちゃんのこと大好きだよ、一番大切な存在なんだよ。」と子どもへの愛情を言葉で伝えてあげましょう。子どもは安心して自分らしさを発揮します。

子どもの性格や成長スピードはその子その子で違います。子育ては、大事なところはきっちり押さえて



寺田 陽子

も、小さなことまではこだわらず、多少のことには動じない余裕をもつことが大切です。

しかし子どもが大きくなるにつれて、子育ての悩みやわからないところがどうしても多くなります。気軽に悩みを話せる相手がなければ、話してスッキリできません。知人には知られたくない内容だったり、相談できる相手がいないと、一人で悪い想像をどんどん膨らませてしまいます。

今回は、そんな辛い思いをする前に是非利用してほしいLINE相談「子育てLINEトーク」をご紹介します。

「反抗期の叱り方がむずかしい」「ゲームばかりして勉強しない」「時間に追われて、つい感情的に怒って罪悪感が残る」など、子育て中の悩みは尽きることがありません。そんな時に、LINEを通じて相談員がアドバイスをする「子育てLINEトーク」を開発しています。児童会館の館長・指導員、元教員など子育て経験のある相談員が順番に対応します。一対一なので、話にくい内容であっても心配はありません。相談は無料。匿名OK。妊娠中から育児全般の気になること、聞いて見たいこと、妊娠中の方から子育て中の保護者(親・祖父・祖母・叔父など)を対象にご相談などをお受けします。

※相談は1日1回、最大で30分程度です。  
※相談内容の秘密は守ります。

## 子育てLINEトーク お気軽にLINEしてくださいね

小学生のお子さんがある保護者の方を対象にLINE相談を受け付けています。「反抗期の叱り方がむずかしい」など、子育ての悩みをお気軽にご相談ください。メッセージの受信は24時間受け付けています。LINEの返信・トークは下記の時間になります。匿名OKです。

LINEトーク時間：火・木 13:30～16:30 ※祝日除く 期間：2021年3月30日(火)まで

左のQRコードから友達登録をして、トークからご相談ください。(受付は24時間です。)※5分以上応答がない場合は、相談を終了します。【お問い合わせ】NPO法人コミュニケーション実践センター そだちの杜 TEL 080-9614-7502 ※電話での相談は受け付けておりません (協力) 公益財団法人さっぽろ青少年女性活動協会(札幌市児童会館指定管理者) こども若者事業部こども事業課

LINEトークの利用者さまを対象として、2020年12月頃より札幌医科大学医学部公衆衛生学講座からのアンケート調査を予定しております。(JSPS 科研費基盤(C) 課題番号 18K02445 研究代表者: 大浦麻絵) 研究参加は自由です。参加されないことによる不利益はありません。札幌市、北海道、そして我が国の今後の公的子育て支援策推進のためにご協力をお願い申し上げます。

「新北海道スタイル」安心宣言  
札幌市PTA協議会 会長 土田 修

学校生活が再開され、朝の子どもたちの笑い声が帰ってきました。今年度の札幌市PTA協議会の活動は感染拡大を防止しながらの活動となります。新型コロナウイルス感染症は無症状や軽症の人であっても感染を拡大させてしまう可能性があります。新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するためには、自らを感染から守るだけではなく、自らも感染者であるかもしれないという対応が必要です。ウイルスの終息宣言やワクチン・治療薬の供給が行われるまでは感染拡大を防ぐための「新しい生活様式」での生活を続けていく必要があります。当協議会は「新北海道スタイル」の構築を目指し、7つの習慣化(マスク・手洗い、健康管理、換気、消毒、距離、呼びかけ、お知らせ)に取り組みと共に、「新北海道スタイル」安心宣言を行います。感染拡大の防止に努めてまいります。

今後とも皆さまのご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

### 夏のキャンペーン体験受付中!

オンライン授業好評受付中!  
(3歳~30分)

#### 体験当日入会特典と入会金0円&7月分月謝無料

期間:2020年8月31日迄 ※プライベートの特典は入会金0円のみ ※体験料500円(プログラミング1,000円)

<b>旭ヶ丘土曜日4時間(初級・中級)</b> [月謝] 週1回 ¥20,500 外国をイメージした一軒家で4時間英語向けの国際育成コース。英会話・英検・コミュニケーション力を習得します。	<b>旭ヶ丘学童クラブ ※送迎あり</b> [月謝] 週1回 ¥20,000・週2回 ¥35,000 火~金 15:00~19:00(4時間) 英会話・英検を中心に英語多読と視覚英語教材でより英語力を強化します。
<b>4技能クラス(初級~準中級/中級~上級)</b> [月謝] 週1回(2時間) ¥14,200~ 外国人講師(英会話60分)と日本人講師(英検60分)のレッスン。 <b>帰国子女3時間・4時間</b> [月謝] 週1回(3時間) ¥18,500・(4時間) ¥20,500 デイパートやサイエンスなど英語で行いながら総合的な英語力を高めます。	<b>円山土曜日4時間(初級/中・上級)</b> [月謝] 週1回(4時間) ¥20,500 4時間英語向けの国際育成コース。英会話・英検・コミュニケーション力を習得します。 <b>中学生クラス グローバルエリート養成コース</b> [月謝] 週1回(2.5時間) ¥22,000 英検90分と英会話60分のレッスン。高校生で英検準一級取得を目指します。

当校では換気・消毒の徹底など新型コロナウイルス感染症対策を実施しています。

英語学校 **イングリスチスブラッシュ** ☎(011)213-7361

旭ヶ丘校 札幌市中央区南13西23 4-1(明通ターミナルより徒歩2分)  
 円山校 札幌市中央区南1西24 レクシス美歩道3F  
 (地下鉄東西線円山公園駅から徒歩3分)

資料請求・体験申込はこちら  
 ※入会金など別途、料金は税別

### 無料体験受付中!!

体験当日入会特典あり! 入会金40%OFF!!

創造力を育てます!

**児童コース**  
「自分」を表現する力を育みます!  
[対象] 7歳~12歳 ※1回のレッスンは60分  
[授業料] 7,481円(税込)/月(月3回/年間36回)  
※入会金5,500円~、教材費(初回のみ)5,690円~

素材の特質や用具の技術を楽しみにつけます!

**可能性を引き出す絵画造形**  
自分の思いや考え、感情を器に表してみよう。何かが真似ではなく、自分だけで独自のものを生み出す楽しさが、自信に繋がります。講師代表! 香徳美由子

東光あいの星教室 ウイング発声教室 西区センター教室 プロムセンター教室  
 新札幌教室 コープ大谷地ルシー教室 多数の幼稚園でもコースを提携しております。お気軽にお問い合わせ下さい。

**カワイ絵画造形教室** ☎011-644-3979

# 子どもの頃からよく噛む習慣を

噛まない子ども、噛めない子どもが増えていきます。  
よく噛むことは、全身の健康維持に大きな効果があります。

加藤歯科医院 院長 加藤 誠也



院長 加藤 誠也

昔の食事は、噛み応えのある硬い食べ物が多かったので「よく噛んで食べる習慣」がありました。しかし現代の食事は、食文化の変化・食品の加工技術の進歩により、柔らかい食べ物を食べる機会が増えて、歯の土台となる顎の骨が成長不足になり、噛み合わせや歯並びの悪い子どもが増えていきます。成長期の子どもにとって「よく噛んで食べる習慣」は、全身の健康維持に大きな効果があります。「よく噛んで食べる習慣」をしっかり身につけましょう。

## よく噛んで食べるメリット

- 唾液がたくさん分泌されて消化を助ける。
- 満腹感が得られるので、過食を防ぎ、肥満の防止になる。
- 脳の働きがよくなり、記憶力や判断力などがよくなる。
- 脳内に緊張を和らげる物質が増えるので、気持ちが落ちつき、集中力が高まる。
- (例)野球選手がガムを噛んでいるのは平穏な心を落ち着かせるため。
- 顎の骨が大きく丈夫に育つ

## 歯並びの乱れ

歯が本来生えるべきところから外れて生えたり、重なって生えてくることを歯列不正、不正咬合、顎関節症といいますが、歯列不正(歯並びの乱れ)のまま放置しておくと、鼻の穴の通りが悪くなったり、口呼吸になり、口唇が乾燥して割れる・扁桃腺が腫れる・中耳炎や咳が出るなど、さまざまな症状を引き起こします。治療法として、抜歯しないで矯正する「顎顔面矯正」があります。

顎顔面矯正は、顎の骨が成長している過程で行います。その理由は顎の骨が軟らかいうちに矯正するとコントロールしやすく、また骨が成長する力を利用して行うことができるので、高い効果が期待できます。治療期間も短くて、費用も抑えることができます。

## 顎顔面矯正を始める目安

- 顎顔面矯正は始めるのが早ければ早いほど改善効果が期待できます。遅くても6歳〜10歳までに始めた方があらゆる面でリスクが少なくなります。
- 乳歯が生えそろう時期(反対咬合であれば早期治療が必要です。)
- 初めて永久歯が生えてきた時(6歳位に一度歯列をチェックしましょう。)
- それ以降はいつでも

③それ以降はいつでも上顎の成長が盛んな時期は10歳くらいまでなので、6歳以降はできるだけ早い方が良好な結果が得ることが出来ます。

## 大人の歯磨きのポイント「寝る前」にしっかり磨く!

「毎日歯をしっかりと磨いているのに、なぜむし歯や歯肉炎になったんだろう」と思っている大人の方も多いと思います。それは、年齢を重ねていくと歯周病で少しずつ歯茎が下がって、歯と歯茎の間の隙間が広がってしまふからです。歯ブラシでしっかりと磨いているつもりでも、その隙間にある歯

## 習い事検索サイト こどもじゅく

お母さんたちに人気の「こどもじゅく」は水泳、体操、体育、空手、サッカー、学習塾、英語教室、音楽、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ととても便利!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おすすめです!

## 人気のポイント!

- 最新の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12時に届きます。(会員登録無料)
- お子様のお誕生日で占う子育て占い(毎週月曜日更新)
- 子どもと大人の悩み相談が無料で受けられます。(匿名OK)

「利用者からのコメント」習い事がジャンル別一覧になっているので、とても見やすいです。指導者の声や保護者の声を書きました。気になる3つのスクールの資料請求が一度にできたので、とても便利でした。(下記の広告もご覧ください)

## 歯を抜かずに治す 子どものための矯正治療をしています。

無料矯正相談を行っています! 矯正相談の流れ

はじめに口の中の状態を知っていただくためにレントゲンを撮り、お子様のお口の状態をみながら、歯の矯正が必要な場合は矯正治療(メリット、デメリット)の説明や体の成長と歯並びの関係性等をお母さん、お父さんのご質問に答えながらご説明しております。治療開始につきましては、治療内容を確認したうえでご判断していただきます。 院長 加藤 誠也

住所 東区北30条東7丁目3-18  
駐車場が4台〜10台に増えました。  
歯医者さんにかかりたいけど心配な方。是非HPをみてください!  
加藤歯科医院 札幌市東区 検索  
朝 10時〜夜 8時まで診療

011-722-8020  
安心 東区の歯医者さん

歯科・小児歯科・矯正歯科  
**加藤歯科医院**

## 子どもの習い事・学習塾探しなら!

地域密着型 教育サイト

スマホ、パソコンで!!  
**こどもじゅく** 検索

スイミング 体育 体操 英語 学習塾 家庭教師  
音楽 絵画 造形 ロボットプログラミング教室  
そろばん 児童発達支援・放課後等デイサービス

ジャンル・年齢・地域で、一括検索OK!

習っている保護者の声、先生(指導者)からのメッセージ、アクセスマップなどもすぐに見られるよ!

お子様の誕生日で占う子育て占いは毎週月曜日更新!  
子ども&大人の歯の悩み相談受付中!(匿名OK!)

# けっしてあきらめない、不屈の精神

「こんな大きなケガを3回やったら、

選手生命が断たれるだろう。」という声を聞いて、

「絶対に復活してやる」と反骨精神に変わった。

北海道コンサドーレ札幌 MF(ミッドフィルダー) 深井 一希



MF 深井 一希

札幌に生まれて、小学生からコンサドーレの下部組織のチームで大好きなサッカーをしてきました。2002年のワールドカップで小野伸二選手のプレーする姿を見て、かっこいい、こんな選手になりたい、とあこがれて「絶対プロのサッカー選手になる！」と目標をもちました。

## 不屈の精神

しかし、2013年にトップ

チーム昇格後すぐに左膝前十字韧带断裂を負い、またケガから復帰した翌年に右膝前十字韧带断裂と半月板損傷を負い、さらに2017年のJ1リーグの試合で左膝前十字韧带断裂と半月板損傷を負いました。サッカー選手にはケガはつきものですが、韧带の断裂は選手生命が左右されるくらい重症度が高いので、ケガした瞬間はとても気持ちが悪落ち込みました。しかし「こんな大きなケガを3回やったら、選手生命が断たれるだろう。」という声を聞いて「絶対に復活してやる！」と反骨精神に変わりました。それは「サッカーが好きだからあきらめたくない。応援してくれて

いる家族の方がもっとショックを受けていると思うと申し訳ない。」という気持ちで心を奮立たせました。私が今こうしてプロの選手としてサッカーができていますのは、チームメイト・コーチ・スタッフ・両親・友達、たくさんの人たちが自分を支えて応援してくれたこと、そしてケガをしていてる状況でも期待して契約し続けてくれたクラブチームがあるからこそです。自分には恵まれていて、有り難いことから感謝しています。

## 素直な心と謙虚さをもつ

子どもの頃からどんな人の

意見にも耳を傾けて、素直に受け止めることを大切にしています。人のことをよく見ていると、プロでも素人でもその人の努力や素晴らしい可能性に気づきます。すべての人から学ぼうとする謙虚な気持ちと、素直に聞き入れる心を持つことが、自分を成長させる大きな力になると思います。また、自分以外の人が言われている時も「自分だったらどうする」と考えたり、それまでに見えてなかったいろいろな事に気づいたり、知らなかった情報を吸収することがあります。

## プロサッカー選手になるための必要な条件

### ■技術の面

小学生からずっと「うまく

なろう」という強い意識をもって努力することが私の原点です。前より少しでもまくなるように、一回一回の練習を大事に、一つ一つこだわりのをもってプレーしていきなさいと思うなら、教をこなすだけではなく、やるべきことはきっちりやると常に意識して、もっともっと練習の質も練習量も上げて、本気で取り組むことが必要です。

### ■ぶれない心を持つ

目標を明確に持ち、何と

しても達成してやるという強い意志を持つことが大切です。中学生や高校生になると、まわりの友達もいろいろな遊びをするようになるので、絶えず誘惑が付きまとうようになります。目の前に誘惑が訪れても、絶対ぶれない心を持ち、目標に向かってどれだけ頑張れるかが大事になります。

### ■自分を正確に知る

早い段階で、自分の長所と短所をしっかりと定義（正確に説明）できることが大事です。自分のどこをしっかりと伸ばし、ど

こを克服するのか、自分の性格やプレーなど、自分で整理できている人はサッカーだけに限らず、その道の上に行けるチャンスがあると思います。

## コンサドーレの魅力

つらい時もうれしい時も北海道全体（サポーター）が一体となって、一緒に闘えることを心からうれしく思います。今年は無観客試合からスタートしますが、どんな状況であっても変わらずに応援してくれている人たちが共に闘い、わたしたちのプレーで皆さんに勇気や感動を与えられるようにしっかりと地に足をつけてがんばりたいと思います。

## 負けないで突き進もう！

今年には新型コロナウイルス感染症の拡大で、当たり前の日常生活が奪われて、思う通りにいかないことがたくさんあります。でも、それを理由に目標をあきらめたり、見失って目標に向かっても自分の目標に届かない、どんな状況でも突き進んでほしいです。一生懸命やっていたら、絶対に報われる時がきます。だから、自分に負けないで前に突き進もう！

## こんな時こそ

「基礎」が大切！

個別指導Axis 北海道本部 責任者 関口和宏

6月から学校が再開されたとは言え、長い休校期間中に学習へのモチベーションの低下を多くの子どもたちが感じており、すぐに取り戻すのは容易なことではありません。このようなときには学習の初めに「導入」としての「基礎学習」をお薦めします。

具体的には算数の計算問題や国語の漢字の書き取り、といったもので構いません。学習の一番最初に少しずつ、それも毎日コツコツと取り組むことです。日々の取り組みは計算10問に漢字10問、といった程度で難しい問題に取り組みする必要はありません。むしろ前学年の復習などすら解ける問題がベストです。これらを解いて丸つけをし、間違いがあればやり直しもします。ここま

で10分程度で取り組めるものが理想的です。繰り返しますが大切なのは毎日取り組むことです。そのためには毎日取り組める程度のものであることが重要です。この基礎学習の目的は学習への感覚を取り戻すこと。直接的に学力向上を図ろうとする必要はありません。これらのいわば「準備運動」を終えてから、本格的な取り組み課題に移ればよいのです。

**体験受講 受付中!!**

**ロボットプログラミング講座**

無料体験授業実施中!!

対象 小3~中3 80分×2回 7,400円/月

小1・小2の方には【入門編】から

対象 小1・2 40分×2回 4,000円/月

通う曜日が選べます パソコンが初めてでも大丈夫 いつからでも始められます

**個別指導 80分×2回の無料体験も実施中!**

高校生 | 高卒生 | 中学生 | 小学生

**個別指導Axis**

受付時間: 14:30~20:00(火~土)

資料請求・体験申込 詳細はこちらから▶

大通校 011-290-7321 円山校 011-590-0981 麻生校 011-708-5321

屯田校 011-299-5977 栄町校 011-748-3381 琴似校 011-590-0662

新札幌校 011-801-5781 平岸校 011-816-3777 月寒中央校 011-867-9777

野幌校 011-290-7321 詳細はお問い合わせください! 0120-500-222 ※費用は税込

**子どもの運動神経がグングン伸びる!**

**「ゴールデンキッズ」開講!!**

**宮の森校 無料体験受付中!!**

ゴールデンキッズは3つのプログラムで運動神経を多角的に向上させます。

- 走り方プログラム「走り方」の練習を中心に、体の使い方や足踏みの理解を深めながらトレーニングをする。
- ドッジボールプログラム「ドッジボール」を中心に相手のあらゆる動きに対応する練習をする。
- リズムプログラム テンポの速いリズムミカルな動きの練習(真似)をしながら、学習速度を高める。

毎レッスン、本気で取り組んでいます!ぜひ動画をご覧ください!

是非一度、宮の森校の無料体験にお越し下さい!

[1期] 3ヶ月制 (5・7・10・1月スタート) ※途中入会も可 [定員] 14名

[対象] 年長~小学6年生 [月会費] ¥7,800(税別) ※入会金・ユニフォーム代別添

**宮の森スポーツ倶楽部 宮の森校**

札幌市中央区北3条西27丁目1-1 ☎011-641-2022

子どもでも作れる!  
簡単に美味しい!

料理研究家 星澤 幸子 先生の

# 親子でクッキング



## 和が身を守る

皆様いかがお過ごしでしょうか。体調は崩されていませんか?ご気分は麗しく有られますか?などという言葉は愚問でしてでしょうか。まさしく晴天の霹靂(へきれき)のごとく、世の中がいやおうなしに大変換期を迫られました。この見えない脅威と期限無しの戦いは、類を見ない出来事として記憶される事でしょう。そして今私達の判断が、子供や孫の世代まで爪痕を残さないようにと願うばかりです。2020年はオリンピック二度目の開催に国を挙げて取り組み、皆様も楽しみにされていらっしゃる方も多いでしょう。札幌はマラソン会場に指定され、降って湧いた朗報にワクワクしたのが随分昔に感じます。1964年の東京オリンピックは戦後復興の象徴として全日本人を勇気づけ、1972年の札幌冬季オリンピックではインフラ整備や世界のホストになる事で、札幌・北海道も大いに活気づきました。力を合わせこの戦いを生き抜き、来年の今頃には世界復興の象徴として輝かしいオリンピックが日本で開催される事を心から願っています。

日本の発病者は欧米に比べて、発症率も死亡率も桁違いの少なさです。日本人の規律と清潔さを重んじる協調性の結果でしょう。そして要因のひとつに「日本食」にあるのではないかと考えます。同じ動物にも様々な種類があり、住む土地の食材を取り込みながら独自の進化を遂げてきました。そして無数の菌やウイルスと戦い、共存することで長い時間をかけて免疫力を獲得しました。今こそ味噌や納豆等の発酵食品や、海藻(寒天の原料は天草)等の和食の力を信じ、北海道の力強い食材と組み合わせて体を強くしてあげましょう。

「和が身を守る」今家族の為にできる事を精一杯やるつもりで、手作りしてあげてください。



料理研究家  
星澤 幸子

北海道南富良野町生まれ  
星澤クッキングスタジオ主宰

札幌テレビ初の夕方のワイド番組の放送開始から毎日生出演し、料理を紹介して28年。紹介数は6,800品にのぼる。それによるギネス記録保持者であり、自己の記録を更新中。

### recipe

### フルーツのせ牛乳かん

- ① [牛乳かん] 鍋に牛乳、粉寒天をふり入れて火にかき、鍋底をこすりながらてんさい糖を入れて煮溶かして、一度沸騰させます。一度沸騰させたら器に入れて冷やし固めます。
- ② [シロップ] 別の鍋に水とてんさい糖を入れて火にかき、溶けたら冷まします。フルーツは食べやすい大きさに切ります。
- ③ 牛乳かんが固まったら格子状に包丁を入れ、フルーツをのせてシロップを注ぎます。



### 材 料

- 牛乳……………カップ 3 杯  
粉寒天……………4g  
てんさい糖……………大さじ 3 杯  
※白砂糖でも可
- シロップ  
水……………カップ 1/2 杯  
てんさい糖……………大さじ 5 杯  
※白砂糖でも可
- キウイ、イチゴ等お好みの果物  
……………適量

## JUN ジュンスポーツクラブ JUN SPORTS CLUB

夏の短期教室受付中!  
(小学生参加クラス)



幼児クラスの詳細はQRコードまたはお問い合わせください▲

特典① 短期教室期間内に入会すると  
入会金 → 0円 + 指定Tシャツ  
5,500円(税込) プレゼント

特典② 8/31(月)までに入会すると  
入会金 → 半額 + 指定Tシャツ  
5,500円(税込) プレゼント

ジュンスポーツクラブ 月寒 ☎(011)858-3500  
札幌市豊平区月寒東3条1丁目1-23 (P有)  
地下鉄東西線「南郷18丁目」駅または地下鉄東豊線「南郷」駅よりバス

ジュンスポーツクラブ 東札幌 ☎(011)831-5500  
札幌市白石区東札幌4条3丁目1-21 (P有)  
地下鉄東西線「東札幌」駅より徒歩6分

### 月寒 北海道最大級の体操専用体育館!

体操1日間	7/23(木・祝)	一般A・B ¥2,200 C ¥3,300
A マット・鉄棒教室	11:10~12:10 (定員:12名)	
B 跳び箱・トランポリン教室	13:30~14:30 (定員:12名)	
C バク転教室(マット)	15:00~16:30 (定員:20名)	

体操1日間	7/24(金・祝)	一般A・B・C ¥2,200 C ¥3,300
A マット・鉄棒教室	9:30~10:30 (定員:12名)	
B 跳び箱・トランポリン教室	11:10~12:10 (定員:12名)	
C 逆上がり教室(鉄棒)	13:30~14:30 (定員:12名)	
D バク転教室(マット)	15:00~16:30 (定員:20名)	

体操3日間	8/10(月・祝)~12(水)	一般 ¥6,100
ジュニア①	9:30~10:30 (定員:12名)	
ジュニア②	11:10~12:10 (定員:12名)	
初参加向け教室	13:30~14:30 (定員:12名)	

体操2日間	8/10(月・祝)・11(火)	一般A ¥4,200 B ¥6,100
A 開脚跳び	15:10~16:10 (定員:12名)	
B 前宙・バク宙体験	15:10~16:40 (定員:15名)	

体操1日間	8/12(水)	一般 ¥2,200
跳び箱・前跳び	15:10~16:10 (定員:10名)	

英語1日間	7/23(木・祝)	一般 ¥1,650 ※定員:各10名
①11:00~11:45	②13:00~13:45	③14:30~15:15

### 東札幌 少人数制!

体操1日間	7/23(木・祝)	一般 ¥2,200
ジュニア体験(対象:初参加)	10:00~10:50 (定員:5名)	
ジュニア②	11:30~12:20 (定員:5名)	
ジュニア③	13:00~13:50 (定員:5名)	
跳び箱特別	14:30~15:20 (定員:5名)	

体操1日間	7/24(金・祝)	一般 ¥2,200
ジュニア体験(対象:初参加)	10:00~10:50 (定員:5名)	
ジュニア②	11:30~12:20 (定員:5名)	
ジュニア③	13:00~13:50 (定員:5名)	
鉄棒特別	14:30~15:20 (定員:5名)	

体操3日間	8/10(月・祝)~12(水)	一般 ¥6,100
ジュニア①	10:00~10:50 (定員:5名)	
ジュニア②	11:30~12:20 (定員:5名)	
ジュニア③	13:00~13:50 (定員:5名)	

体操2日間	8/10(月・祝)・11(火)	一般 ¥4,000
バク転	14:30~15:20 (定員:10名)	

英語1日間	8/10(月・祝)	小2以上 一般 ¥1,650 ※定員:5名
11:30~12:15	(8/10・11の2日間参加可)	¥3,000

英語1日間	8/11(火)	小2以上 一般 ¥1,650 ※定員:5名
11:30~12:15	(8/10・11の2日間参加可)	¥3,000

# おやこで挑戦!!

# 頭の体操



くじら式文章題  
よむ、かく、わかる!  
**さんすう**  
教室

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

暑い夏の到来だ!  
暑さに負けず、くじらと一緒に算数をしよう!  
問題提供  
パシフィック・セミナー(くじら塾)  
同頁の広告もご覧下さい。



- 2枚のトランプの数字をかけると24です。  
小さい方のカードの数字が一番大きくなる時、  
大きい方のカードの数字はいくつ?
- くじら小学校の児童は、288人です。男子が女子よりも12人少ないそうです。  
くじら小学校の男子は何人ですか?
- 0、1、2、3、4、5の6つの数字を1回ずつ使って、6ケタの数を作ります。  
2番目に大きな数と2番目に小さい数をたすといくら?
- $9+99+999+9999=$

この答えは  
7ページだよ!



## おうちのかたへ コミュニケーションのコツ!!

～パシフィック・セミナー 北山義晃先生より～

算数を好きになっていく段階で、最も大事なのが「信頼できる大人(できれば保護者)と、一緒に問題を読んで、一緒に考える」という過程です。よく読むということ、絵や図を書くということ、そして、たくさん考えて、「わかった!」気持ちを共有してあげること。これらのコミュニケーションを通して、お子さんはきっと算数を好きになり、得意になっていくことでしょう。ぜひ、子どもと一緒にたくさん考えて、たくさん「わかった!」を共有してあげてください。こんな質的な時間はそうはありません。今のうちだけです!

## 宿題クイズ

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

◎ 今日、トライアスロンの大会でした。私は、ゴール直前で  
すぐ前にいる6位の人を抜いてゴールしました。  
ゴールした私の順位は何位だったでしょう?  
絵にかいて考えてみましょう。

応募方法は、  
P7を  
ご覧下さい。

4月号の答えは 20 でした。

## 星澤幸子 お家でオンラインクッキング

### 「北海道郷土料理」

7月～12月  
(全5回)  
10:30～11:00

日程・費用・参加方法につきましては  
星澤幸子オフィシャルサイトをご確認下さい。



星澤幸子オフィシャルサイトは  
こちらのQRコードから▶



先生と一緒に楽しくお料理できます♪

## 星澤クッキングスタジオ

☎011-615-8085 札幌市中央区大通西15丁目3-24

8月12日(水)までに入会すると...

## 夏期講習入門コース無料!

7/20(月)～8/23(日) 夏期講習

やる気を引き出し、一人ひとりの夢をかなえる個別指導!!  
あなただけのオリジナルカリキュラムを作成します!

夏得キャンペーン! 8月12日(水)までに新規入会した小1～高2...が対象です!  
3つのお得!! ※「入門コース」は、国算または英数を基本とするコースです。  
「おやこ新聞をみた」としていただく、3つの特典が受けられます。

① 夏期講習(個別指導) 4コマ無料

小1～小6(正規料金)5,000円/中1～中3(正規料金)5,400円～6,400円

② 8月分(月謝) 授業料 0円

※週1回(50分/1コマ) 通常月謝 小1～小6 3,600円、中学受験 4,100円、中1～中3 4,000円～4,200円

③ 入会金 15,000円⇒0円

※料金は全て税込

白石校 白石区本郷通4丁目北8-15くじらビル(南郷小・白石中そば)  
通川校 南区通川3条2丁目4-12(通川駅前・平岸街道沿い)  
福住校 豊平区西岡3条1丁目6-7(水源地通沿い・羊丘中区内)  
豊平校 豊平区豊平8条1丁目1-3 扇井ビル2階(豊平公園駅すぐ) 詳細はこちら  
個別指導のパシフィック・セミナー ☎(011)868-8808

## YURIKO

SOCCER STADIUM  
札幌市南区常盤127-1

入会金・月謝なし

女子サッカー(対象)小学2～6年生

初心者・経験者大歓迎!

## 選手募集!!

練習場 5月～10月末 札幌 YURIKO サッカースタジアム(南区常盤)

10月末頃～4月末 Futsal 練習場ヴェルデ(白石区東札幌)

練習日 毎週土曜日(17:00～19:00)

連絡先 070-5608-3223(梅田:問い合わせは午後からお願います) 月謝もないので助かります。(Aさん)

お手伝いが一切なく、

YURIKO ガールズサッカークラブの成績

第14回 札幌なでしこリーグ(少女の部)優勝 第35回 会長杯札幌少女大会2019優勝  
第69回 札幌市民大会サッカー大会 優勝 第3回 VAUER CUP 優勝  
(第38回女子サッカー少女の部)優勝 第3回 北海道 NADESHIKO フットサルリーグ  
第10回 YURIKO カップ優勝 2019 優勝

YURIKOガールズサッカークラブ  
・他のチームに所属していても構いません。・ご父母のお手伝いは一切ございません。

遊ぼう！  
学ぼう！！

# おやこでお出かけ情報

各施設のHPはこちら  
※スマートフォンの方専用



※天候その他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をご覧ください。

## 北海道グリーンランド

プレゼントNo.3  
入場券10名  
ペア5組10名様

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！最後はカードを使ってバトルに挑戦！勝ってオリジナルグッズをゲットしよう！ヒーロー・ヒロインのキャラクターショーなど多数開催。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 ☎ 0126-22-2121

アクセス 札幌 I.C. から高速道路を利用して30分 URL <http://www.h-greenland.com/>

土・日・祝 9:00～17:00 (平日 10:00～17:00)

前売入場券：おとな(高校生以上) 1,500円、子ども(3歳～中学生) 1,000円  
(※お得な入場券は、コンビニエンスストアでお買い求めください)

## 札幌市青少年科学館

プレゼントNo.5  
展示室  
プラネタリウム  
セット券 3名様

科学の世界であそぼう！

北海道最大のプラネタリウムで星を見よう！見たり触れたり遊びながら、科学を学ぼう！休館等に変更になる場合がありますので、お問合せ下さい。

住所 札幌市厚別区厚別中央1条5丁目2-20 ☎ 011-892-5001

アクセス 地下鉄東西線「新さっぽろ」駅1番出口正面

9:00～17:00

毎週月曜、祝日の翌日

URL <https://www.ssc.slp.or.jp/>

中学生以下無料、大人[展示室] 700円 [プラネタリウム] 500円

## ファンタジーキッズリゾート新さっぽろ

プレゼントNo.4  
1日遊び放題ご招待券  
電子ペア10組20名様

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、最大全高12mのクライミングウォールをはじめ、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。

住所 札幌市厚別区厚別中央2条5-7-2 サンピアザ1階/2階 ☎ 011-804-7788

アクセス JR[新札幌]駅直結、地下鉄東西線「新さっぽろ」駅直結 (年中無休(サンピアザ臨時休業を除く))

10:00～19:00 (休日は20:00) URL <http://www.fantasypressort.jp/sapporo/>

子ども1日遊び放題：[平日] 990円 [休日] 1,300円 (子ども料金各種プランあり)  
大人(時間無制限)：[平日] 520円 [休日] 710円

※駐車場完備(2時間まで無料) ※年会費1家族様につき350円

## 札幌市児童会館・ミニ児童会館

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

下記のQRコードから「札幌市児童会館一覧」を見ることが出来ます！各児童会館の住所・アクセス・マップ・ブログ・お便りなど最新情報が盛りだくさん！

各区の札幌市児童会館ミニ児童会館の情報は  
札幌市児童会館 検索

※ご契約に応じてパケット通信料がかかります。

### 緊急事態宣言中の児童クラブの利用

新生児童会館 館長 八幡美樹

児童会館は、子どもを取り巻く環境(家庭・学校・地域社会)の地域社会に属し、地域の人たちに支えられながら、異年齢の仲間たちと過ごす「安全で安心して遊べる楽しい居場所」です。子どもたちは遊びながら、時々ポロっと「つぶやく」ことがあります。その「つぶやく」から家庭環境や友人関係の不安などを感じ取る場合があります。このポロっと出る「つぶやく」こそが子どもの本音なのです。私たちが指導員は信頼される第3の大人の存在として、子どもたちの心に寄り添いながら、健やかな成長の支えとなるよう努めています。

今回の新型コロナウイルス拡大防止の緊急事態宣言は、年度変わりの一歩あわただしい時期に実施されました。児童会館では、家で留守番することができない(児童クラブに登録している)児童を8時45分～19時までお預かりしました。(18時～19時は有料。希望者のみ)特に新一年生は、新しい環境に変わり緊張から体調不良につながるよう、仲間づくりがスムーズにできるように、仲間づくりをしました。しかし休校中の児童クラブに通う子どもたちは、朝夕方まで限られた空間で活動することへのストレスと疲れが溜まり、普段発しないような奇声をあげたり、不安と心細さからスキンシップを求めてくる低学年児童が多くなりました。



札幌市  
新生児童会館  
館長 八幡美樹

保護者の声より  
・感染リスクを背負いながら、児童会館職員は命をかけて毎日全力で消毒などの感染対策を徹底し、子どもの安全と安心を守り、笑顔で接してくれたことに、感謝しかありません。  
・コロナの大変な時にも、いつもと変わらない笑顔で対応して下さい、本当に感謝しています。児童クラブがなければ仕事を続けることができませんでした。ありがとうございます。

保護者の方々は、私たちの生活を守るために、医療従事者として、また市民の暮らしを支える種々様々な職種で働いていきます。皆さまには心からの感謝の気持ちを伝えるとともに、いつの時も安心して仕事ができますよう、これからも全力で児童会館運営に携わって参ります。

休校中に行った感染予防対策  
■ソーシャルディスタンスを実施  
■勉強・昼食は長机に最大2名、同じ方向を向いて座る  
■朝・昼・夕方の(1日3回)検温  
■こまめな手洗いうがい徹底  
■遊具・館内の壁と床の消毒徹底  
■窓やドアを開けて換気の徹底  
■館内は必ずマスク着用  
■館内外での事業の自粛、中止

## 子育てママ・社会人多数在学 保育士資格 を取得 国家試験の受験免除

■体験授業×国の制度事例説明会

7月12日(日) 13:30～15:30

テーマ「心理学からみる子どもの褒め方叱り方」

■体験授業×授業見学(定員:6名)

7月22日(水) 10:30～11:40

テーマ「運動の効用」

オンラインでも  
参加できます！  
(日曜日のみ)

道内初！  
午前授業  
9:20～12:40(2年制)  
こどもルーム  
無料託児/定員7名

【在校生から入学を考えている方へメッセージ】  
午前授業なので、子育ても仕事もしながら通えます。

在校生1さん【授業終了後】認可保育園で週5回保育補助としてアルバイト

学費や生活費が心配でしたが見学の際、母子家庭への給付制度や貸付制度について詳しく教えて頂き不安が解消されました。午前授業なので、子育ても仕事もしながら通えると思いを決めました。こども学舎は子育てをしながらもしっかりと勉強をすることができると思います。不安をお持ちの方は、見学などに来て頂き授業の様子を見て頂ければ解消されることも多いはずです。

ママさん学生86名!

118名在学  
平均36.6歳(10代～70代)

学費支払いの解決策紹介!

国の制度利用で、  
約500万円受給できた事例も!

2020年3月  
就職率100%(60名)

児童福祉施設の  
就職率95%(57名)

国の制度って何?

2020年度 支給  
学生が利用できる国の給付金事例

1.返済不要の給付金293万円受給  
2.学費の70%給付(約100万円受給)  
3.貸付金160万円借入

約560万円  
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

こども学舎

TEL 011-616-1771

「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)

AO出願合格者  
入学金30万円免除



遊ぼう!  
学ぼう!!

# おやこの楽しもう!

札幌市こどもの劇場やまひこ庭  
札幌市こども人形劇場こくま庭  
詳細はこちら



## 「生き物の意外な一面を紹介!」

### 『おもしろい! 進化のふしぎ ざんねんないきもの事典』



地球には、すごい能力をもつ生き物がたくさんいます。でも一方で、思わず「どうしてそうなった!？」とつっこみたくなる「ざんねん」な生き物も存在するのです。この本では、進化の結果、なぜかちょっとざんねんな感じになってしまった122種の生き物たちをご紹介します。

監修：今泉忠明  
イラスト：下間文恵/徳永明子/かわむらふゆみ  
定価：990円(税別)  
出版社：高橋書店

プレゼント  
No.6  
本プレゼント!

『おもしろい! 進化のふしぎ ざんねんないきもの事典』を2名様にプレゼント! 応募要領はP7をご覧ください。

## 「家族みんなで楽しめる!」

### 『あるかしら書店』



この本屋さんでは、「あったらいいな」という本や夢いっぱいグッズが、次から次へと飛び出します。読んだらきっと「本ってやっぱりいいよねえ」と言いたくなってしまふエピソードが満載。大人気の絵本作家ヨシタケシンスケさんの豊かな発想力がめいっぱい詰まった、ますます本が好きになってしまふ一冊です。

著者：ヨシタケ シンスケ  
定価：1,200円(税別)  
出版社：ポプラ社

プレゼント  
No.7  
本プレゼント!

『あるかしら書店』を2名様にプレゼント! 応募要領はP7をご覧ください。

## 「北海道おやこ新聞7月号」 プレゼント応募要領

HPから応募OK! 応募には北海道おやこ新聞のホームページをご利用下さい。  
北海道おやこ新聞 検索

\*①-⑩は企業・団体様から皆様へのプレゼントです。

締切 8/18(火)→発表は発送をもって代えさせていただきます

- ①北海道日本ハムファイターズ 選手直筆サイン色紙 5名様  
※選手は選ぶことができません。
- ②北海道コンサドーレ札幌 ルーカス・フェルナンデス選手&藤村選手&田中選手3名の直筆サイン色紙 5名様
- ③北海道グリーンランド 入園ご招待券 ベア5組(10名)様(有効期限)2020/10/18
- ④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
- ⑤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
- ⑥北海道おやこ新聞編集部 『ざんねんないきもの事典』2名様
- ⑦北海道おやこ新聞編集部 『あるかしら書店』2名様
- ⑧パシフィック・セミナー (P5の宿題クイズの答えをお書き下さい) 問題集『よむ、かく、わかる!さんすう教室』2名様

①-⑩のプレゼント名(第2希望まで) 住所(〒) 保護者名 ご連絡先(TEL)  
この新聞を手にした日 お子様の学年 ⑩応募の方はクイズの答えをお書きのうえ、ホームページまたは、はがきでご応募下さい。◆この新聞のご意見や感想なども是非お書き下さい。

はがきの宛先 〒005-0003 札幌市南区澄川3条1丁目2-1-111  
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  
新型コロナウイルス感染拡大の恐れを考慮し、各イベント等の主催者の判断で急遽中止する可能性があります。お出かけの際は、事前にご確認頂くようお願い致します。皆様には感染予防対策および拡散防止のため、正しい知識を持ち、適切な感染予防対策に努めて頂きますようお願い致します。

## 札幌市厚別区にある児童発達支援・放課後等デイサービス

児童発達支援・放課後等デイサービス  
ぴーすまいる同よこ

運動だけでなく、「気持ちのコントロール」が難しいお子様もぜひご相談ください!  
指導員は長年にわたるスポーツ現場で培ってきた経験豊富な人材ばかり!  
一人ひとりにあわせて運動プログラムを作成し、身体能力の向上と社会適応能力の育成を目指した療育活動を行います。運動を通して「からだ」と「こころ」を育てていきます。

見学・体験・お問い合わせはこちらから▶

ぴーすまいる 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

## P5 おやこ挑戦!! 頭の体操をたえ

- ① 6  
トランプの数は、1～13です。この中でかけて24になる組み合わせは、(2, 12)、(3, 8)、(4, 6)の3通りです。小さい方のカードの数字が一番大きくなるのは(4, 6)のときです。ですから、答えは「6」です。
- ② 138人  
288人から女子を12人引くと、男子の数と女子の数がそろいます。それを2で割ると、女子の数がわかります。  
288-12=276人…男子の数の2倍 276÷2=138人…男子の数
- ③ 645555  
一番大きい数：543210 二番目に大きい数：543201  
一番小さい数：102345 二番目に小さい数：102354  
543201+102354=645555
- ④ 11106  
4つの数は、それぞれ10、100、1000、10000より1小さい数です。ですから、それらを足して4を引くと答えが出来ます。  
9 +99 +999 +9999  
=10-1+100-1+1000-1+10000-1  
=10+100+1000+10000-4  
=11110 -4  
=11106

## 運動が苦手なお子様から選手・アスリートまで指導!

# スポーツ家庭教師

縄跳びが上手になりたい!速く走りたい!  
野球・サッカー・バスケット等をはじめる前に基礎を身につけたい!

【対象】中学生以下(ダンス、体育、水泳、野球、サッカー、鉄棒、かけっこetc)  
【料金】1時間6,000円 プライベートレッスンへ、団体(10名)まで ※10人単位で¥6,000増(送料別)  
※有料施設使用の場合、別途料金。※交通費は札幌市内無料です。

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

◆1回(60分)のレッスンで基本とコツがつかめます!  
1回のレッスン(60分)で基本となるスキルを身につけて、その後、練習方法を覚え、2回目以降はご要望に応じて承ります。  
1回のレッスンで「できるようになった」という声が多数!

7月号  
北海道おやこ新聞  
クーポン券  
トレーニング  
15分間  
延長無料!!

株式会社 **スポーツマインド**  
http://www.sports-mind.jp  
☎011-208-5556

有効期限 令和2年8月末日まで  
1レッスンにつき1枚限り有効

北海道のスポーツチームを応援しよう!!

# おやこのお出かけ情報



さあ、100%で始めよう。

【札幌ドーム開催分】

7/14 [TUE] 18:00 . 15 [WED] 18:00 . 16 [THU] 18:00 . 17 [FRI] 18:00 . 18 [SAT] 14:00 . 19 [SUN] 14:00  
vs. 千葉ロッテマリーンズ

7/28 [TUE] 18:00 . 29 [WED] 18:00 . 30 [THU] 18:00 . 31 [FRI] 18:00 . 8/1 [SAT] 14:00  
vs. オリックス・バファローズ

8/4 [TUE] 18:00 . 5 [WED] 18:00 . 6 [THU] 18:00 . 7 [FRI] 18:00 . 8 [SAT] 14:00 . 9 [SUN] 13:00  
vs. 埼玉西武ライオンズ

8/18 [TUE] 18:00 . 19 [WED] 18:00 . 20 [THU] 18:00 . 21 [FRI] 18:00 . 22 [SAT] 14:00 . 23 [SUN] 14:00  
vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス

※新型コロナウイルス感染症発生を懸念し、当該無観客での開催となります ※試合日程・時間等の掲載内容は変更となる場合がございます

プレゼント No.1  
選手サイン色紙  
プレゼント!

北海道日本ハムファイターズ選手直筆サイン色紙を抽選で5名様にプレゼントいたします。※選手は選ぶことができません  
応募要領はP7をご覧ください。

**FIGHTERS**  
公式SNS情報

公式 Twitter  
@FightersPR



公式 Facebook  
@fighters.official



公式 LINE アカウント  
[LINE ID]@fighters



公式 Instagram  
[ID]fighters\_official



公式 YouTube  
チャンネル



球団ホームページ <https://www.fighters.co.jp>



北海道コンサドーレ札幌  
2020年試合日程はこちら ▶



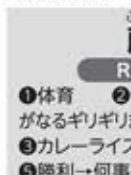
## 選手インタビュー

- 小学生の時、好きな教科はなんでしたか?
- 小学生の時、休み時間は何をして遊んでいましたか?
- 好きな給食は何でしたか?
- サッカー選手になっていなかったら、なにになりましたか?
- 好きな言葉を教えてください。



ルーカス・フェルナンデス  
LUCAS FERNANDES MF7

- 算数
- サッカー
- コシーニャ (ブラジルのココロケ) とさとうきびジュース
- 考えたことがないので、わかりません!
- 勝利



ふじむら れん  
藤村 怜  
Ren FUJIMURA FW16

- 体育
- サッカー (サッカーが好きすぎてチャイムがなるギリギリまでやっていて、よく先生に怒られました...)
- カレーライス
- 消防士
- 勝利→何事も勝つことが一番気持ちいいから



たなか しゅんた  
田中 駿汰  
Shunta TANAKA DF32

- 体育
- ドッジボール
- ラーメンが好きでした!
- 警察官
- 思い立ったらすぐ行動→この言葉を思い出せばなんでもだいたいやる気になれるから

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

プレゼント No.2  
選手サイン色紙  
5名様

北海道コンサドーレ札幌のルーカス・フェルナンデス選手 & 藤村選手 & 田中選手3名の直筆サインが入った色紙を抽選で5名様にプレゼントいたします。応募要領は P7 をご覧ください。

全施設にトランポリン設置! 楽しいから運動が好きになる!! 体験随時受付中!!

## レイズ体操クラブ 夏の短期体操教室 受付中!

鉄棒・跳び箱・マット・トランポリンの4種目を段階を追って練習します。

2日間コース 8/11(火)・12(水)

時間	定員	対象	料金
11:00~12:00	40名	4歳~小学生	3,000円(税込)

### 体操クラス

段階別指導なので運動が苦手な子でも楽しめます。\*開講日(月~金)

【時間】15:50~16:50・17:00~18:00 【対象】4歳~小・中学生

【月謝】週1回 5,500円(税別) 週2回 7,500円(税別) \*入会金等別途

\*上級クラス・専門クラス・育成クラス・選手クラスもあり。



レイズ体操クラブ 011-790-8003 札幌市東区北38条東15丁目1-22 1F

※新型コロナウイルス感染症等の予防のため、入館前の検温とマスク着用を義務させていただきます。

## 児童発達支援・放課後等デイサービス ソレイユの森屯田 相談・見学受付中!! (☎011-790-7403)



ボルタリング・トランポリン設置!!

児童発達支援・放課後等デイサービスソレイユの森ではトランポリンを中心に本格的な体操の設備が整っています。運動が苦手でも大丈夫! 発達に心配のあるお子様は是非一度ご相談ください。

住所 札幌市北区屯田4条6丁目8-16  
送迎あり 石狩・篠路・あいの里・屯田

児童発達支援 2歳~未就学児

放課後等デイサービス 小1~小6

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機関です。

ソレイユの森 011-374-6363	東区北38条東15丁目1-22 2F 放課後等デイサービス 小学4年~
ソレイユの森 アクティブ 011-299-4870	東区北37条東16丁目2-5 児童発達支援 3歳~未就学児 放課後等デイサービス 小学1~3年
ソレイユの森 麻生 011-374-7084	北区北38条西5丁目1-52 エミュー麻生 児童発達支援 2歳~未就学児 放課後等デイサービス 小学1~3年