

親と子の「コミュニケーション」を育む

北海道おやこ新聞



習い事を探すなら!

こどもじゅく 検索
資料請求・体験申込み
カンタン!

スマホ・パソコンOK!
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 札幌市南区道川3条1丁目2-111

2026年3月号 VOL.65
●今月号のご案内●
P1~P3 インタビュー記事 他
P4 親子でクッキング
P5 頭の体操
P6 体操教室・児童デイサービス
P7 お出かけ情報
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4月25日(土)の発行です。

未来を切り拓く 人間性豊かな子どもたちの育成

笑顔が輝く たくましい子(体)
進んで学び よく考える子(知)
思いやりのある 心豊かな子(徳)

札幌市立三里塚小学校 校長 鶴飼 麻未

三里塚小学校は清田区にある、在籍児童数374名の小学校です。校舎裏には三里塚公園がフェンス越しに隣接しており、木の实探り、虫探しなど自然と触れ合いながら四季の変化を楽しめる緑豊かな環境にあります。また、地域の方々の協力も厚く、子どもたちへの声かけや見守りを積極的に、安全な通学を支援してくれています。

まずは「やってみる」

これからは、答えのない問題に向き合っていくかなければならない時代です。現代社会では、仕事の仕方や価値観などが大きく変化し、一つの正解を覚えるだけでは対応できない場面が増えていきます。答えのない問題に向き合い、自分で考え、工夫し、行動する力が求められます。計

イチイタイム

1・6年生の児童が月に1・2回、縦割りグループで交流する「イチイタイム」があります。ゲームや遊びをチーム対抗で行いながら、協力して物事を進める大切さを学びます。高学年はリーダーとして活動を進め、低・中学年はそれぞれの役割を果たすことで、相手の立場を考える思いやりや、自主性・責任感を養



算や決められた作業はAIや機械が担い、人には「考え、工夫する力」がより必要とされます。その力を育てるためには、子ども頃から失敗を恐れずに「やってみる」経験を重ねることが大切で、特に好奇心にあふれた低学年の時期は、挑戦することもやり直すことも受け入れやすい時期です。日々の対話を通して、子どもたちの「やってみよう」という気持ちをあと押ししましょう。「やってみたらわかった」「こう考えてみた」「こう考えた」という成功体験の積み重ねが、将来の生きる力につながっていきます。

子どもとの対話を大切に

「今日の宿題はどれからやる予定?」「工作で箱を準備しているときには、何を作ろうとしているの?」など、忙しい毎日の中でも、少し立ち止まって子どもに具体的な質問をしてみよう。そうしたら関わりを通して、子どもが何を考え、どんな思いで過ごしているのかが見えてきます。あわせて、子どもに自分の考えを言語化する力をつけていくことにもなります。親に認められたり、「こうしたらいいよ」と助言されたりすることで、子どもはワクワクする気持ちが引き出されて、前向きな姿勢へとつながります。

3月は一年のまとめとなる大切な時期です。少しの時間でもいいので、子どもと向かい合い、好きなものを一緒に食べながら、この一年で経験したことや成長したことを話してみよう。親から認められた成長は子どもの自信となり、新しい年度を前向きに迎える力になります。これからは子どもたちがワクワクしながら挑戦できる環境づくりに、職員一同、より一層尽力してまいります。



校長 鶴飼 麻未

令和8年度札幌市文教施策に関する要望書について
札幌市PTA協議会
会長 高原 周作

令和7年10月、当協議会から札幌市教育委員会に「令和8年度札幌市文教施策に関する要望書」を提出し、12月24日(水)に回答書を出された上で意見交換を行いました。本要望書は、全市会員の皆様から寄せられた6千件を超える意見を当協議会総務委員会がとりまとめたもので、オンライン授業の取組強化、教職員の増員・加配や専任教師の配置、エアコンの早期設置などを盛り込みました。これに対して教育委員会からは、ICT機器を活用した支援の好事例の共有、教職員増員や少人数学級拡大の国への要望、可能な範囲でのエアコンの前倒し整備等を行うとの回答をいただきました。

今後もし引き続き、子どもたちを取り巻く教育環境の充実に向けて、このような対話の機会を設けていただけるよう活動を進めてまいります。本件に引き続き、札幌市教育委員会、当協議会総務委員会をはじめ、関係者の皆様にご協力をお願いいたします。

JUN SPORTS CLUB
代表 村重 欣延

春休み短期教室(体操・スイミング・英語)受付中!! 3/29(日)~31(火) (対象:2歳6ヶ月~高校生)

春休み短期教室 日程・お申し込みはこちら▼

白石教室(体操・水泳・英語) 月夜教室(体操・英語) あいの里教室(体操) 清田教室(体操)

体操入会特典(白石・月夜・あいの里・清田) 入会金0円+指定Tシャツ+進級ノートプレゼント
水泳入会特典(白石) 入会金0円+指定キャップ+指定水着プレゼント
英語入会特典(白石・月夜) 入会金0円+指定Tシャツ+プレゼント
※2026/4/1(水)~4/30(木)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

子ども発達支援センターグループ 北海道最大規模専用体育館 土曜日限定体操教室 2025年5月リニューアルオープン!

ジュンスポーツクラブ 白石 ☎011-867-7000 札幌市白石区角通1丁目北2-1	ジュンスポーツクラブ 月夜 ☎011-858-3500 札幌市平野区月夜3条1丁目1-23	ジュンスポーツクラブ 清田 ☎011-858-3500 札幌市清田区北野5条2丁目6-30	ジュンスポーツクラブ 白石 ☎011-776-7485 札幌市白石区あいの里3条3丁目2-10
---	---	---	---

児童発達支援・放課後等デイサービス ジュン・ハートは障がい児専門体操塾としてジュンスポーツクラブ体操教室のコーチが指導しています。 ジュン・ハート

ジュン・ハート(清田) ☎011-887-3333
ジュン・ハート(月夜) ☎011-888-1900
ジュン・ハート(あいの里) ☎011-801-1111
ジュン・ハート(清田) ☎011-868-3000
ジュン・ハート(白石) ☎011-858-3131
ジュン・ハート(白石) ☎011-867-7020
ジュン・ハート(白石) ☎011-776-7485

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「歯の生える場所をつくらせてあげる」という根本的な矯正治療のことです。「健康的な歯並び」という将来への財産とその価値。根本的な矯正治療でお子様の将来にわたる笑顔につながってほしい。悪くなってから治すのではなく、「お口の健康を守り育てる」皆様の健やかな生活をサポートしていきます。

札幌市白石区の歯科医院
JR白石駅から徒歩1分!
三好プリベント歯科
院長 三好 弘祐

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 白備会
MIYOPURI 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] [三好プリベント歯科] [検索]

先の目標を持つことの大切さ

そこには世界が一気に広がるワクワク感と
知らなかった自分に会える大きな感動があります

株式会社ファイターズスポーツ&エンターテインメント 事業企画部 張子謙（ウエスリー）

海外で働くことを決めた理由

私が北海道日本ハムファイターズで働く道を選んだ背景には、「台湾のサッカーをワールドカップに出場させたい」という強い夢がありました。台湾で生まれ育ち、幼少期から野球・バスケットボール・サッカーを親しみ、なかでもサッカーへの思いは人一倍強いものでした。しかし台湾代表の世界ランキングが低く、まだ一度もワールドカップに出場したことがありません。その現状を目の当たりにし「まだ誰も道を切り開いていないのだから、自分が先頭に立ちたい」と強い決意と夢を抱くようになり、今から何を準備すべきかを計算し、24歳でイギリスのスポーツ大学院に進学し、スポーツビジネスの専門知識を学び、卒業後はイギリス・プレミアリーグのチーム・ウェストハム・ユナイテッドで実務経験を積み、実践力を磨きました。

北海道日本ハムファイターズと面談の機会を得ました。面談では夢と熱意に共感いただき、日本と台湾のスポーツ界をつなぐ架け橋となり、両国の交流に貢献したいという思いから、ファイターズでキャリアを築くことを決意しました。

入社して1年半、現在は海外向けの業務を担当し、外国の方に日本の野球の楽しさを伝えるとともに、エスコンフィールドHOKKAIDOが北海道の観光地の一つとして、知っていただくような海外にも発信しています。また、台湾の銀行や企業にスポンサーとして協力いただき、「台湾デー」などの国際交流イベントを企画・運営し、外国の方が球場をより楽しめる環境づくりに取り組んでいます。その結果、今期の海外からの来場者数は約3万6千人に達し、その約6割が台湾からの来場者となりました。



張子謙

困難を乗り越える

イギリスのサッカーチームで働き始めた最初の1か月間は誰にも声をかけてもらえず、大きな孤独を感じていました。教科書で学んだ英語と職場で使われる実践的な英語との違いは想像以上に大き

く、イギリス特有の言い回しや早い発音についていくことができません。思うように意思疎通が折れそうになりました。そんな時、母から「自分で選んだ道なのだから、あきらめずに切り開きなさい」と励まされ、「これは文化の違いにすぎないんだ」と前向きに捉え、積極的にイギリス流の話し方や表現を学び、同僚をランチタイムや仕事後にバーに誘っていききました。「チームに受け入れられた」と実感できた瞬間、胸が熱くなったことは今でも忘れられません。この経験から、苦しい問題に直面したときこそ、親や周囲の支えを力に変えて、自分で考え、決断し、行動することの大切さを学びました。困難を乗り越えた後には、想像を超える成長と喜びに出会える。その学びが、次の挑戦へと踏み出す力になっています。

言語を覚える近道

言語を覚えるうえで一番大切なのは「わからないことは恥ずかしくない」「聞くことで成長できる」という姿勢です。「わからないことは素直に聞く」と

「子どもクラブ」ドムス

2025年7月号に「スマホ・ゲームのやり過ぎに気づける子どもに育てる」という内容を掲載したところ、多くのありがたいコメントをいただきました。今回は、子どもが「それはよくない」と気づけるための方法をご紹介します。

- ① 物事のよい点・悪い点を100個考えさせる。無理にでも100個考えることで、気づけなかった面に目を向けられます。
- ② 自分の気持ちと相手の立場の両方考えられるように促す。小さいうちは「やりたい」気持ちが強くて、目の前のことに夢中になりがちです。しかし、別の見方を考えることで、考え方の幅が広がります。「ゲームはやめなさい」と言う代わりに、「よい点と悪い点を一緒に書き出してみようか」と親子で考えてみましょう。すると、子どもは自分とお母さんの気持ちを比べながら、「これはよくないかもしれない」と気づけるようになります。

なりたいたい自分になるために

夢を持ち、将来なりたいたい自分の姿を思い描き、そのために今、何ができるかを考えて行動していきましょう。新しいことに挑戦すれば、うまくいかないこともありますが、でも、失敗やできないことは決して悪いことではなく、大切な「学びのチャンス」です。「むしろかしく考えすぎず、まずはやってみよう」という気持ちで大切にし、世界の人と交流し、さまざまな文化や考え方にふれることが大切です。そうした経験は視野を広げ、より大きな夢の実現につながります。好きなことを見つけ、目的に向かって自分で考え、行動する人生は、とても豊かで実りあるものになります。



子どもクラブ 専務取締役 相原 貴海

ことモクラブの小学生塾

DoMS

小学1～6年生 ドムス

札幌駅前教室 011-201-0080
中央区北5条西5丁目sapporo55ビル3F(9階)札幌駅前上階

札幌大通教室 011-222-7743
中央区南1条西1丁目8-2 高島ビル8F (ジュン堂上階)

札幌円山教室 011-614-5449
中央区南1条西2丁目 マルヤマクラス3F

手稲駅前教室 011-694-2858
手稲区手稲本町2条4丁目4-35 エーアイビル2F

イオン札幌麻生教室 011-726-4363
北区北39条西4丁目1-5 イオン札幌麻生店3F

サンピア教室 011-895-9312
厚別区厚別中央2条5丁目サンピア3F(北洋館上階)

サッポロファクトリー教室 (新教室オープン準備中)
中央区北2条東4丁目サッポロファクトリー2条館1F

春期講習受付中

- ・特進コース
- ・英語コース (英検2級クラスあり)
- ・中学受験コース

低学年のうちから「国語・算数」だけでなく「生活科・理科・社会」にも対応

少人数・応答型・対面の指導

2026年5月末迄

入会金無料キャンペーン中!

0120-115-181

無料体験受付中!

合格に導く! 中学受験コース

合格 北嶺中・立命館慶祥中(SP)
実績 日大中(SPAアクティブ)・光星中

本部受付 9:00～17:00(土日祝除く)

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

びーすまいる's

車での送迎あり

運動は、身体だけではなく「感情」を育てていきます

自分の気持ちをコントロールする、落ち込んで行動する…運動を行う事でそんな効果もある事をご存じですか?
びーすまいるでは一人ひとりの能力に合わせた運動療育を通じて、身体能力と社会適応能力の向上を目指し、「こころ」と「からだ」を育てていきます。

【見学・体験・お問い合わせはこちらから】

びーすまいる びーすまいる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

RAD認定校 初心者大歓迎!!女の子・男の子大募集!!

バレエは体が鍛えられ、美しい姿勢やしぐさが身につきます。同僚な曲に合わせて体を動かし、健全な心と体を保ちましょう!
(幼児・小学生～大人まで) 代読 奥泉 由香子

無料体験受付中!
今なら入会金無料!

YUKAKO BALLET ACADEMY

totonowell スタジオ 北13条スタジオ
札幌市中央区北8条西15丁目26 KICCビル3F totonowell 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。

南高・北高 突破模試

立ちはだかる難関を突破できるのは、志高きトップ生のみ。
キミの未来へとつながる突破模試に、さあ挑戦しよう!

2026

3/20 金・祝 **開催**

札幌南高・札幌北高などの
難関校を目指す

新小4~新中3
(現小3~現中2) 対象!

**受験料
無料**

模試会場

大原簿記情報専門学校札幌校
札幌市北区北6条西8丁目

出題範囲

1月までに学習した内容と知識を
活用する応用問題

新小4・5	9:00~11:00 [国算]
新小6・新中1	9:00~11:40 [国算英]
新中2	9:00~13:35 [国数社理英]
新中3	9:00~14:30 [国数社理英]

模試受験者の保護者様対象

同時開催 **入試突破説明会**
3/20(金・祝)

模試を受験する新中1~新中3対象

事前開催 **事前学習会**
3/15(日)

24時間受付

**お申し込み・詳細は
ホームページへ!**

南高北高突破模試

検索



詳細はホームページでご確認ください。

3/14(土)正午締切

主催/**進学プラザグループ**

お問い合わせはこちら ▶ **フリーダイヤル ☎0120-30-1082** 火~土10:00~21:00 (日・月曜休)

教育本部/札幌市北区北6条西7丁目5-2

*フリーダイヤルは、お問い合わせのみの対応となります。



札幌市
平岡児童会館
館長 四登 有未

平岡児童会館は、1986年に開館し、今年度で40周年を迎えた歴史ある会館です。住宅街の中にあり、大きな公園(平岡北公園)が隣にあるのどかな環境です。町内会館の「わかば会館」と併設しており、多くの方が利用しています。町内会の活動も活発でお祭りやお神輿等の行事には、児童会館の子どももたくさん参加させていただいています。畑クラブやアイスキャンディー大作戦では、地域のボランティアの方が、親切丁寧に指導してくれますので、子どもたちも楽しそうに活動しています。

中高生に人気があるふりむたいむ(中学校生の夜間利用は水金の週2回、中学生19時まで、高校生21時まで)という時間があります。4月より中学生になる現在小学校6年生にむけて「ふりむたいむ」を3月13日(金)17時~19時に実施します。小学生の利用とは異なる雰囲気を感じてもらいます。中学生になってもぜひ遊びにきてください。卒業や進級で環境が変わると、新しい出来事が待っています。子どもたちには失敗を恐れず、様々なことに挑戦してほしいと思います。実際に経験することで、自分で考え、行動できる自主性が身につく、子どもたちが成長する大切な一歩となります。

平岡児童会館
経験は成長への一歩

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、仲間作りをすすめて、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」を見ることができます!
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たくさん!

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。



習い事検索サイト「こどもじゅく」

学習塾 水泳 体操 体育 空手 英語 音楽
絵画造形 バレエ スポーツ家庭教師 幼児教室
書道 児童発達支援・放課後等デイサービス などの
資料請求や体験申込がカンタンにできる!!

こどもじゅく **検索**



▲今すぐアクセス!

ご契約に応じて通信料がかかります。

習い事ラクラク検索サイト「こどもじゅく」 春の子育て応援キャンペーン!!

お母さんたちに人気の「こどもじゅく」は乳幼児から小学生の教育・子育て情報が満載!北海道の子ども教育情報の最新版サイトです。

こどもじゅくに会員登録(無料)すると、お得な習い事キャンペーン情報・子育て占い・最新教育情報などがメルマガで毎日お昼12時に届きます。会員登録(無料)は右下のQRコードから!

こどもじゅくの「春の子育て応援キャンペーン」では、資料請求又は体験申し込みをした方の中から、毎月先着30名様にQUOカード(500円分)をプレゼントします。

応募期間:2026年3月10日(火)~2026年4月30日(木)

*一世帯1回限りです。是非、この機会をお見逃しなく!

*発表は発送をもって代えさせていただきます。

こどもじゅく **検索**



▲今すぐアクセス!

子どもでも作れる!
簡単で美味しい!

料理研究家 星澤 幸子 先生の

親子でクッキング



伸びる節目

竹に節があるように、学年が上がる度に特に小学生の頃はみるみる成長します。それは単に体が大きくなるというだけではありません。けじめや節目、何らかの責任や役が付く事を教えるのも大切な親の役目です。もし竹に節が無かったら弱々しいはずだからです。子どもの成長は瞬間…もっと一生懸命子育てするべきだった!と後悔する前に、今年度の成長はしっかり褒めてあげて、進級したらああしよう、こうしよう小さな目標と一緒に考えて新年度に臨みたいものです。

日々忙しく過ごしていても、躰は口やかましく思われてもおろそかにできません。話し方、靴揃え、箸の上げ下ろし、挨拶、いずれも大人になった時、お里が知れると揶揄されるのは生まれ育った家のあり方の事です。食事の内容もご留意下さい。難しい事は有りません、ご飯と具沢山味噌汁とお漬物が基本です。納豆や小魚も必須です。沢山食べるは昭和の話で、今は良い物を適量頂くのが通説です。

だんだん暖かくなり、春のこえも聞こえてきました。良い季節の始まりです。新芽が芽吹くように美しく成長する子ども達を一番近くで見られるのは皆さんの特権です。

そして子どももそうですが、自分達もよく頑張っていると褒めてあげて下さい。親が折り目正しく満足して生活をしている姿を見せること以上に、子どもにとってよい躰はありません。子どもは言われた事はやらなくても、親のやった事と同じことをやります。

今回は缶詰を使って自分で海苔を巻いて食べるレシピです。家族で皆さんをねぎらいながら、温かい食卓を囲って頂ければ幸いです。



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30年。紹介数は7,500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

さかな缶と納豆の手巻き

- ① サンマの蒲焼きは、粗くほぐします。
小粒納豆に粒マスタードを混ぜます。
長ネギは、粗みじん切りにします。
- ② ご飯に①の材料を混ぜます。
4等分に切った海苔に、巻きながらいただきます。



材料 (2人分)

- サンマ蒲焼き缶…………… 1缶
- 小粒納豆…………… 2パック
- 粒マスタード…………… 小さじ1杯
- 長ネギ…………… 1/2本
- ご飯…………… 2膳
- 海苔…………… 2枚

ニッコースタイルニセコ HANAZONO



3月は晴天率が上がり、太陽も羊蹄山も姿を見せてくれる確率が高まる時期。
ニセコ HANAZONO リゾートの混雑しすぎない落ち着いた雰囲気の中、わくわく楽しい雪遊び♪ ゆったり楽しむニセコステイとお得な特典のついたこのプランでご滞在をお楽しみください。

<ホテル開業1周年記念の特別プラン!>

館内のレストランやバーでご利用いただけるダイニングクレジットが付いたお得なプラン。素泊まりと朝食付きの2つのプランをご用意しています。
ダイニングクレジットは、滞在中のお食事やお飲み物に利用できますので、朝食やディナー、カフェ&バーでの一杯や、お部屋でゆっくり楽しめるピックアップメニューのオーダーにも。詳細はこちらからご覧ください▶



北海道虻田郡倶知安町字岩尾別328番地51 ☎0136-55-6110

ご利用時間: IN 15:00 ~ / OUT 11:00 ※プランにより異なる
P: 屋外(無料)、地下(3,000円/1泊当たり) ※台数に限りがあります。公式HP▶



ピアノがそだてるまなびとこころ

・ピアノ×脳

楽譜を先読みしながら両手や足までも使うピアノの演奏は脳をフル回転させ、左脳・右脳をバランスよく発達させます。

・基礎学力UP

脳の発達により思考力・集中力・記憶力が高まることで国語や算数など基礎学力の向上にも貢献します。

・育まれる社会性

発表会やコンクールでの演奏は「人前で表現する力」につながり、また遠征やアンサンブルを通して協調性や責任感が身につきます。

4歳からの小学生からのピアノコース

ピアノの楽しさがわかる/おためし3回レッスン

ピアノチャレンジ

特典 受講料半額

さらに受講生全員へおためし楽譜集プレゼント!

2026年3月末まで

☎8,250円(税込)→4,125円(税込)

「弾かせる」ではなく「弾きたくなるレッスン!」

カワイオリジナルテキスト

「サウンドツリー」を使用
お子さまの成長にとって「何が必要か」を常に考えたレッスンをしています。

WEB 簡単ラクラクからお申込み!

カワイ音楽教室

https://music.kawai.jp/ カワイ音楽教室 検索

☎011-231-8674 (火~土) 9:30~17:30



おやこで挑戦!!

あ・た・ま 頭の体操



くしらす文章題
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」

いよいよ3月!さあ、春ですよ!
そしてもうすぐ新学年!よし、こんな時こそ算数だ!

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。



異なる自然数が10個あります。これらの和が121で、最大の数と最小の数の差が10であるとき、最大の数と最小の数は?
自然数: 1から順に1ずつ増えてできる数。小さい子に「数えてごらん」と言うと、ふつうは自然数で数え始める。数えるのに一番自然な数。

① 自然数で一番小さい数は何ですか?

3桁の自然数で5番目に大きな数は何ですか?

② 最大の数と最小の数の差が10の時、最小の数から最大の数まで数えると数字はいくつありますか?

③ 連続する11個の数字の和を求めましょう。

6~16の11個の数字の和、7~17の11個の数字の和、8~18の11個の数字の和は、それぞれいくつですか?

④ 問題の条件を満たすとき、最大の数と最小の数は?

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~

「知っていることの 使い方を工夫して 考えたと楽しい。」これは、勉強の本質のひとつだと思います。逆に考えるとよく分かります。「知らないことやよく分からないことを 人から言われるがままに 自分で考えることなくやらされると 楽しくない。」例えば、漢字の読み書きの練習は面白くありませんよね。しかし、漢字も含めて言葉をたくさんをたくさん知っていると、本を読んでも、自分の意見や考え方を文章にしているのも楽しいものです。知識を増やすのは、「工夫して考える」ことの元になるので、知識はしっかり増やしておきましょう。そうすることで、楽しく生産的なことを学べるようになっていきます。あたり前のことをあたり前に戻していくことが将来につながっていくのです。今回も、素晴らしい「さんすう時間」をお過ごしください。

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、ホームページががきで応募してね!



1から20まで足した数は

1から10まで足した数よりいくつ多いですか?

応募方法は、
P7を
ご覧下さい。



12月号の答えは「20通り」でした。

料理研究家
星澤幸子先生 & 星澤雅也氏の
Instagramをチェック!



料理研究家
星澤幸子先生
Instagram



料理家
星澤雅也氏
Instagram

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

4月7日(火)までに入会すると...

春期講習入門コース無料!

3/26(木)~4/7(火) 春期講習

進級応援キャンペーン! 家計も学習も応援!!

4つのお得!! 4月7日(火)までに新規入会した新小2~新高3(※)が対象です。
※「入門コース」は、国算または英数を基本とするコースです。
「おやこ新聞を見た」と言っていたら、4つの特典が受けられます。

① 春期講習(個別指導) 4コマ無料
新小6(正課料)8,140円/新中1(正課料)13,068円⇒0円

② 4月分(月謝) 授業料0円 ③ 英数教材費
新小6(正課料)9,680円/新中1英数(正課料)20,240円 新中1、年間無料

④ 入会金 16,500円⇒0円 ※1コマは50分 ※料金は全て税込

白石校 南郷小・白石中そば 豊平校 みどり小・八条中そば
福住校 南月寒小・羊丘中そば 澄川校 澄川小・平岸中そば
平岡校 清田小・北野台小そば「澄川校 移転リニューアル」詳細はこちら▲
個別指導のパシフィック・セミナー ☎011-868-8808

初級レクチャーがあるから安心!

初心者大歓迎!

ボルダリングジム

アカラクライム

札幌 栄町

〒007-0838
札幌市東区北38条東15丁目1-19 TEL 011-788-9697
平日 10:00-13:00 / 17:30-23:00
土曜日 13:00-21:00 日曜日・祝日 11:00-21:00

最新情報はインスタグラムにて
@akalacimb.sakaemachi

RAISE

《2日間コース》3/30月・31火

春休み短期教室 2026

3/1(日)
受付開始



対象
4歳~小学生

栄町店

2日間コース 3700円(税込)

Aコース 10:30~11:30

Bコース 13:30~14:30

各コース定員 26名



栄町店お申込みはこちら



対象
4歳~小学生

宮の沢店

2日間コース 4100円(税込)

Aコース 10:30~11:30

Bコース 13:30~14:30

各コース定員 56名



宮の沢店お申込みはこちら



申込み方法

WEB予約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。

キャンセル

3/23【月】以降のキャンセルはキャンセル料をいただきます。
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%



代表 高田 元気

6歳から12歳頃までの期間を「ゴールデンエイジ」といい、この時期の運動量・運動習慣で人の運動能力は決まると言われています。近年の脳科学の研究では「跳ぶ、まわる、ぶら下がる…」など様々な運動が脳を刺激して、感情のコントロール力・記憶力・学習の認知能力を高める効果があると発表されました。
また、跳んだりはねたりするトランポリンの上下運動は、脳幹を刺激し前頭葉をたくさん働かせることで、集中力や感情をコントロールする力を高めます。とは言っても「運動が苦手でなかなか積極的に取り組めない…」そんなお悩みありませんか？
レイズ体操クラブでは要める型指導でお子様のやる気を引き出し、自己肯定感を高めるお手伝いをします！ぜひ一度体験にお越しください。

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 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 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 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 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

※2026年2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

各施設のHPはこちら
※スマートフォンの方専用



おやこのお出かけ情報

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くま座
詳細はこちら



北海道グリーンランド

プレゼントNo.2
入園ご招待券
ペア5組10名様

遊園地には春からテレビの人気ものが大集合!

イベントが盛りだくさん! 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も多数開催予定! 開催日時などは、公式ホームページでチェックしてね。

北海道最大で高さ85mもある「大観覧車」や道内最長1,500mのジェットコースター「轟音」など人気のアトラクションが盛りだくさん!

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約30分

URL <https://www.h-greenland.com/>

※料金など、詳しくは公式ホームページをご覧ください。

札幌市青少年科学館

プレゼントNo.3
展示室
プラネタリウム
セット券3名様

作って楽しい! 遊んで楽しい科学館の工作室!

動くしかけや工夫が盛りだくさんの楽しい工作室。

日曜・祝日に開催中です。テーマは月替わり! 詳細はHPをご覧ください。

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

5月~9月 9:00~17:00 [10月~4月] 9:30~16:30

※毎週月曜、毎月最終火曜、祝日の翌日 ※HPでご確認ください。*ご入館は閉館の30分前まで

中学生以下無料、大人[展示室]700円 [プラネタリウム]500円

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

北村温泉ホテル

プレゼントNo.4
ご入浴券(大人)
ペア10組20名様

源泉100%かけ流しが自慢の温泉でゆっくり疲れを癒そう!

日常から離れた癒しの空間! 泉質は強塩泉で成分の浸透圧が高く、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 ☎0126-55-3388

アクセス JR「岩見沢」駅から北海道中央バス月形駅前・北村農協行きで25分、北村温泉前下車すぐ

6:00~23:30(最終受付23:00) URL <https://www.kitamuraonsen.com/>

大人(中学生以上)650円 [小人(小学生以下)]300円 ※大人のみ入湯税50円含む

星野リゾート トマム

プレゼントNo.5
雲海ゴンドラ券
ペア2組4名様

冬を最後まであそびきる「トマフェス」開催!

この3月、星野リゾート トマムでは「トマフェス」を開催します。

限定グルメや愛犬と楽しめる企画など、スキーをしない方も冬の北海道を満喫できるイベントです。みなさまのご来場をお待ちしております。

住所 勇払郡占冠村中トマム ☎0167-58-1111 (代表電話)

アクセス 新千歳空港から車で約100分、JRで約90分(トマム駅から無料送迎バスあり・予約不要)

トマム ザ・タワー 1泊12,900円~、リゾナーレトマム 1泊26,100円~

料全 (いずれも2名1室利用時1名あたり、税・サービス料込、朝食付)

URL <https://www.snowtomamu.jp>

HPから
応募OK!

プレゼント応募要領



※①~⑦は企業・団体様から皆様へのプレゼントです。

応募方法: はがき、北海道おやこ新聞ホームページ、上記の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をペア50組100名様にプレゼント」

対象試合 4/23(木) vs. 東北楽天ゴールデンイーグルス

P8のQRコードから直接応募してください。

【応募期間】2026/3/10(火)~3/31(火)

締切 4/12(日)→到着まで

- 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
- 北村温泉ホテル 入浴券(大人)ペア10組(20名)様
- 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) 2026/5/13(水)~10/13(火)
- ニッコースタイルニセコ HANAZONO
1泊2日朝食付きペア宿泊券1組2名様
※お部屋タイプスーパーリアツインまたはキング
(有効期限) 2026年7月中旬予定
- 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!さんずう教室」2名様

①~⑦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 ⑦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

※応募締切は、はがきの方は当日消印有効。
北海道おやこ新聞ホームページからは23:59まで
※厳正なる抽選の上、当選者へ発送いたします。
※発表は発送をもって代えさせていただきます。
※当選の可否、プレゼント応募についてのご質問・お問い合わせには
お答えできませんのでご了承下さい。
※応募いただいた個人情報は当件のみに利用いたします。

ニッコースタイルニセコ HANAZONO

プレゼントNo.6
1泊2日朝食付き
ペア宿泊券1組2名様

お客様それぞれの旅のスタイルに合わせたくつろぎを提供します!

ニセコエリアで12年ぶりの日系ブランドとして、オープン2年目を迎えたライフスタイルホテル。ニセコ HANAZONO リゾートの目の前というロケーションで、夏はサマーゴンドラやマウンテンライツ、冬はスキーやスノーチューブなどお客様と一緒に楽しめるアクティビティが盛りだくさんです。

住所 虻田郡倶知安町字岩尾別328番地51 ☎0136-55-6110

アクセス JRをご利用の場合 新千歳空港(CTS)→ホテル

JRエアポートライナー(札幌経由・小樽行き、約1時間10分)

小樽乗り換え・倶知安駅下車(約1時間~1.5時間)

倶知安駅からホテル行き無料シャトルバスまたはタクシー(10分)

URL <https://nisekohanazono.nikkostyle.jp/> ※宿泊の詳細は左上のQRコードからご覧下さい。

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くま座

春一番おめでとう公演

春休み期間中(3/26(木)~4/5(日))の公演は新入団・新入学のお子さんを無料ご招待いたします。春休みも人形劇をたくさん楽しもう!

※詳細は、やまびこ座・こくま座HPをご覧ください。

【会場】やまびこ座・こくま座 ※住所、電話番号は下記をご覧ください。

やまびこ座 住所 札幌市東区北27条東15丁目 ☎011-723-5911

こくま座 住所 札幌市中央区中島公園1番1号 ☎011-512-6886

URL <https://www.syaa.jp/sisetu/gekijou/yamabiko/index.html> ※詳しくはHPで!

P5 おやこ挑戦!! 頭の体操をたえ

さんずう
教室

- 1、995
1番小さい自然数は数え始めの1。
3桁の自然数で一番大きいのは999なので、そこからカウントダウンしていきます。
- 11個
数えてみましょう。
- 121、132、143
それぞれ、真ん中の数を11倍すると和(合計)が求められます。
11×11=121 ... 6~16の11個の数字の和
12×11=132 ... 7~17の11個の数字の和
13×11=143 ... 8~18の11個の数字の和
- 最大18、最小8
最大の数と最小の数の差が10であるような10個の自然数を足して121になるということは、「最大の数から最小の数までの11個の和」から「その間の1個の数」を引くと121になるということです。
6~16の11個の数字の和(121)でも、8~18の11個の数字の和(143)でも、その間の1個の数を引いて121にすることはできません。
ところが7~17の合計132から11を引くと121ができます。
なので答えは、最大18と最小8です。

北海道のプロスポーツを応援しよう!!

おやこでお出かけ情報



ゴールデンウィークは家族でFビレッジへ

4/25 (SAT) 26 (SUN) 27 (MON) 28 (TUE) 29 (WED) 30 (THU)
5/1 (FRI) 2 (SAT) 3 (SUN) 5/4 (MON) 5 (TUE) 6 (WED)

来場プレゼント

小学生以下のお子様
来場2,000名様
ファイターズ
オリジナルキッズキャップ

Fビレッジの仕事にチャレンジしよう!
おしごと体験開催!



5/19 (TUE) 20 (WED) 5/21 (THU) 22 (FRI) 23 (SAT) 24 (SUN)

来場プレゼント

5/19 (TUE) メッシュエコバッグ (全10種・ランダム) 来場25,000名様

観戦チケット販売中

観戦チケット招待クーポンプレゼント
抽選で50組 100名様

2026年3月10日(火)~31日(火) 抽選の方は4月6日(月)~9日(木)までにメールにてご連絡いたします

HOKKAIDO CONSADOLE SAPPORO



2026

HOME GAME SCHEDULE

第7節 3/21 (FRI) 19:00 KICKOFF フタ	第9節 4/4 (SAT) 19:00 KICKOFF フタ	第11節 4/18 (SAT) 13:00 KICKOFF 札幌
第12節 4/25 (SAT) 19:00 KICKOFF フタ	第13節 4/29 (TUE) 19:00 KICKOFF フタ	第15節 5/6 (TUE) 19:00 KICKOFF フタ
第16節 5/9 (FRI) 19:00 KICKOFF フタ	第18節 5/23 (SAT) 19:00 KICKOFF フタ	

※最新の日程は公式ホームページをご覧ください。

チケコン

プレゼントNo.1 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P7をご覧ください。

春期講習会

おやこ新聞をみた!で
正規受講料の半額!!

新小4▶新小6

練成クラス

小6南北TOPクラス

【日数】授業6日+テスト2日

【特別受講料】※他の割引との併用はありません。
4,400円(税込) 4,950円(税込)

新小1▶新小3

玉井式国語的算数

KIWAMI AAA+

【日数】授業3日+テスト1日

【特別受講料】※他の割引との併用はありません。
各2,750円(税込)

新小1▶新小6 新学年入会 同時受付中

3/26(木)までに申込入会を同時に行なう必要がある

札幌練成会 TEL(011)707-5555

ホームページには必見の教育情報・受験情報が満載! <https://www.rensaikai.com/saprensaikai/>

NPO法人北海道ベースボールクラブ 初心者大歓迎
ホーネットス キッズベースボールクラブ

野球スクールの

白石区・厚別区 5月開講予定!

例(昨年の場合) いずれも60分
(小1~小3) 16:00~ (小4~小6) 17:00~

全19回21,000円(登録料、保険料込)
※一人親思いやり価格16,250円(税込)

野球が初めての方 OK!
女の子 OK!
保護者の方の当番などはありません。
バットグローブ 不要!

小学生対象の
トレーニングスクール
コーディネーションプログラムを用いて
運動能力を向上させます!

登録料 2,000円
料金 1回 1,000円
体験受付中!

※一人親思いやり価格: 1回 750円
江別会場 金 19:30 ~ 20:30 (定員 8名)
美しが丘会場 日 13:00 ~ 14:00 (定員 16名)
詳細はお問い合わせください

下記までお電話またはメールでお問い合わせ下さい。
野球スクール、スポーツ家庭教師の
お問い合わせは[担当]岡村まで
☎090-6216-3486
✉sports@sports-mind.jp
指導中で電話に出られない場合があります。折返しお電話致しますので、留守番電話にメッセージをお聞かせ致します。
くわしい内容・お問い合わせ▶

2026年度の受講をご希望の方は、右記までご連絡ください。
要項が決まり次第、内容をお送りいたします

野球スクール スポーツマインド