

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

E 085@oyako-shinbun.com

〒003-0005 札幌市南区道川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、
ご契約に応じ通信料がかかります。

2026年9月号 VOL.68

- ◆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12月10日(木)の発行です。

まんなかにも思いやりがある学校をつくらう!

くまわりも自分もだいじにできる前田中央の子

札幌市立前田中央小学校 校長 前田 真奈美



校長 前田 真奈美

本校は、全校児童442名とともに、今年で開校40周年を迎えました。近くには前田公園があり、子どもたちは公園で遊んだり、身近な自然に触れたりしながら、のびのびと過ごしています。

思いやりを行動に!

前田中央小タイム・きらめきウィーク

本校の重点目標は、「まんなかにも思いやりがある学校」です。今年度は、思いやりの気持ちを持つだけでなく、実際の行動に移すことを大切にしています。2学期は、「当たり前のことを当たり前にやろう。」を合言葉に、一つずつ実践していきます。

その一つが「椅子ピタ」です。席を離れるときに、椅子を机の下に入れます。教室が整うだけでなく、周りの人が通るやすすくなるなど相手を思いやる行動にもつながります。また、授業の始まりには「スイッ



一歩踏み出す大切さ

小学生の6年間は、これから

生活について考えます。

私たちは楽しみながら健康な

生活について考えます。

これからの職員一同、子ども

たちの心を大切にしながら、自

分の夢や目標に向かって、小さ

な一歩を大切にしながら挑戦で

きるよう支えていきます。

の人生を歩んでいくための大切な時期です。子どもたちの心には「愛情タンク」があると、私は思っています。周りの大人が「いつも見てくれるよ」「あなたのことを大切に思っているよ。」と言葉や行動で伝え、そのタンクを満たしていく。すぐに目に見える変化がなくても、あきらめずに愛情を注ぎ続けることが大切です。タンクがいっぱいに満たされた時、子どもは心から人を信じ、新しいことに挑戦したり、困難を乗り越えようとしたりする勇氣をもてるのだと思います。たとえ失敗しても、そこから学び、自分の力でもう一歩、前に進むことが、これからの人生を生きる力につながります。

令和8年8月21日(金)、22日(土)に奈良県で開催された「第74回日本PTA全国研究大会」に協議会を代表して参加してまいりました。貴重な機会をいただきありがとうございます。

初日は分科会に出席し、天理市長・並河健氏による基調講演「統廃合しない。先生が辞めない。」(これもまんなか)の学校・地域づくり」を拝聴しました。また、パネルディスカッションでは、学校を地域活動のハブとする取組などについて様々な専門家の意見を伺い、学びを深めました。

2日目は全体会に出席し、小名木善行氏による記念講話「日本の心をつなぐ(和の力)」を拝聴しました。また、つながりを深めるためのPTA活動等の推進に向けた大会宣言を決議しました。

本大会で得た知見を今後の活動に生かすとともに、会員の皆様に広く共有したいと考えておりますので、今後ともよろしくお願いたします。

日本PTA全国研究大会

札幌市PTA協議会

会長 高原周作

ジュンスポーツクラブ

JUN SPORTS CLUB

代表 村重 欣延

10月特別体験会

10/11(日)(対象:1歳4カ月~小学生)

体験料:500円(通常1,650円) ※ベビー・リトルクラスは0円

白石

体操・英語

白石店お申し込み

月寒

体操

月寒店お申し込み

11月体験会 11/8(日)

(対象:1歳4カ月~小学生)

白石

体操・スイミング・ダンス

体験料:500円

詳細はジュンスポーツクラブ公式HPをご覧ください

月寒

体操

子ども専用施設 キッズスポーツパーク 北海道最大級体操専用体育館 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	ジュンスポーツクラブ 月寒	ジュンスポーツクラブ 白石	ジュンスポーツクラブ 月寒
011-867-7000	011-858-3500	011-858-3500	011-776-7485
札幌市白石区南郷通1丁目2-1	札幌市豊平区月寒3条1丁目1-23	札幌市白石区北郷5条2丁目6-30	札幌市文区あいの里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(月寒)	ジュン・ハート(白石)	ジュン・ハート(月寒)	ジュン・ハート(白石)	ジュン・ハート(月寒)	ジュン・ハート(白石)	ジュン・ハート(月寒)
011-887-3333	011-888-1900	011-801-1111	011-886-3000	011-858-3131	011-867-7020	011-776-7485

10月入会受付中

まずは無料体験から! 随時受付中

勉強の秋! 多種多様なコンテンツで お子さまの可能性を引き出します!

小4 練成クラス

豊富な問題集を通して、教科書内容の完全理解・定着から応用力を養成します。

小6 南北TOPクラス

東海・北陸の合格をめざすハイレベル指導で全国トップレベルの学力を養成していきます。

小1 玉井式魔法の国語

テストとアプリのメリットを活用し文章読解・漢字・文法をバランスよく学習して国語力を伸ばします。

小4 英検コース

各級に对应的教材と指導で小学生のうちから英検3級・4級・5級合格を目指します。

小1 プロクラ

マイクラの世界観を活用してプログラミング的思考を伸ばします。

小1 玉井式国語的算数

読解力やイメージする力を養い、長い文章から式を立てたり工夫して解く力を養います。

小1 玉井式KIWAMI AAA+

「国語」と「算数」をタブレットでくり返し学習して「イメージング力」を養います。

小4 パーソナルスタディ

算数年式のテキストを用いて、苦手な分野に絞って復習していきます。漢字・計算などの基礎学力を養成します。

札幌練成会

■お申し込み・お問い合わせ: 随時受付または電話受付(受付時間: 12:00~19:00)

TEL(011)707-5555

本部/札幌市北区北8条西5丁目

ホームページからも申し込み・お問い合わせができます

「準備」の重要性

「準備」は、自信を持って練習や試合に取り組むための土台づくりです。いつチャンスが来ても力を発揮し、よい結果につながるための大切な行動です。

北海道コンサドーレ札幌 GK(ゴールキーパー) 田川 知樹



GK 田川 知樹

サッカーとの出会いは、小学2年生の時です。兄と一緒に転校先の小学校のサッカー部に入学しました。

サッカーの魅力は、「ボール一つで、性別や年齢を問わず、多くの人を笑顔にできるスポーツ」だと思います。ゴールキーパーである自分の最大の武器は、身体能力を生かしたセービング(体を投げ出してゴール前のボールを止めること)と、広い守備範囲です。

自分のプレーでチームの勝敗を左右できるおもしろさと、シュートを止めてチームが勝利した時の喜びは、ゴールを決めた時と同じくらいうれいものがあります。その反面、ミスが直接失点につながるプレッシャーや、責任の重さもあります。

「準備」の重要性

ゴールキーパーは、いつでもどんなシュートが来るかわからないからこそ、「準備」がとても重要です。私は「試合のワンプレーで人生が変わる」という信念を持ち、毎朝6時に起きて体をほぐし、その後、体操(基礎トレーニング)を長い時間行います。自宅でしっかりと準備をして、練習場

に着いたらすぐにスイッチを入れ、練習に入れる状態にするようにしています。この意識は、プロ入り後、横浜F・マリノスで先輩のゴールキーパーが準備する姿を間近で見たことで芽生えました。当時、マリノスはJ1優勝争いをしていて、「これくらい準備をしなければ、J1の舞台で優勝するのは難しい」と感じたことが、自分の意識を変えるきっかけになりました。十分な準備が自信を生み、その自信が心の余裕となって、プレーにも良い影響を与えます。

挫折・ケガを力に変える

育成時代にセレクトション(選考)に落ちたり、プロになつてから試合に出られない時期に大きなケガをしたり、「このままプロとして続けていけるのだろうか」と不安になることがありました。しかし、ケガをした時に「この経験をこれから生かせるかどうかは自分次第だ」と考え直し、体のケアや練習・試合への準備、体の使い方を一から見直しました。その結果、ケガをすることが減り、その

サポーターへの思い

北海道コンサドーレ札幌の魅力は、北海道の豊かな自然と食の魅力に加え、ドームでの圧倒的なホームの雰囲気、サポーターの熱さです。日本トップレベルのホーム感があります。また、アウェイの試合にも多くのサポーターが駆けつけてくれることに、

子どもたちへのメッセージ

今の皆さんには、無限の可能性が広がります。「やってみたい!」と思ったら、まず挑戦してみてください。失敗しても、それは終わりでではなく、成長するための一歩です。失敗を恐れず、自分を信じて、夢に向かって何度でも挑戦しましょう!

こどもクラブ「ドムス」勉強で親子喧嘩をしないために

「子どもが勉強しないので、いつも親子喧嘩になってしまっています。どうしたらよいのですか?」とよくご相談を受けます。まず大切なことは、お子様を観察し、勉強をしない原因を見つけ、勉強を促すことです。テストの点数や勉強時間だけで判断せず、「どこを間違えているのか」「どこがわからないのか」「勉強に向かえる環境や気持ちになつていないのか」などをよく観察しましょう。「早くやらないさ!」「どうしてこんなミスをするの?」など、子どもを追い詰める言葉は、かえって逆効果になることもあります。原因が学習面にある場合は「どの教科の、どの部分が分からないのか」を具体的に確認し、必要なら塾も視野に入れ、つまづきが大きくなる前に解決することが大切です。子ども自身が気持ちや誘惑を整理し、「今やるべきこと」に向かつてがんばる力を育てることも大切です。



こどもクラブ専務取締役 相原 貴海

「わからない!」を「わかる!」ようにする基礎充実をはじめました!



こどもクラブの小学生塾 DoMS 小学1~6年生

- 札幌駅前教室 011-201-0080
中央区北5条西5丁目sapporo55ビル3F(近サポロファクトリー)
- 札幌大通教室 011-222-7743代
中央区南1条西1丁目8-2 高島ビル8F(ジャンプビル上階)
- 札幌円山教室 011-614-5449
中央区南1条西27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
- サンピアザ教室 011-895-9312
厚別区厚別中央2条5丁目サンピアザ3F(北洋行上階)
- サッポロファクトリー教室 0120-115-181
中央区北2条東4丁目サッポロファクトリー2条館1F

基礎・応用をしっかり定着させ合格に導く! 合格実績 北嶺中・立命館慶祥中(SP一般) 日大中(SA・GC)・光星中等

無料体験受付中! 0120-115-181 本部受付9:00~17:00(土日祝除く)

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、また通学やアンサンブルを通して協調性や責任感が身に付きます。

4歳からの小学生からのピアノコース 1曲弾ける喜びを体験してください! 「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いたします。

全コース無料体験受付中! お気軽にお問合せください。 カワイ音楽教室 011-231-8674 (火~土) 10:00~17:30 https://music.kawai.jp/ カワイ音楽教室 検索 キャンペーンなどの最新情報はこちら



ファイターズガールが
スタジアムをご案内

スタジアムツアー

《好評開催中》

詳細・購入はこちら



Fビレッジの人気施設をぜんぶ楽しめる
ワンデイパスポートが登場!!

F VILLAGE 1 DAYパス

《好評開催中》

詳細・購入はこちら



「エスコンフィールド最高到達点」からの
眺めを体験しよう!

ESCON FIELD SKY WALK

《好評開催中》

詳細・購入はこちら



札幌市
平和児童会館
館長 児玉 奈緒美

これからの子どもたち一人ひとりの成長をサポートしながら、温かく見守っていききたいと思っています。

平和児童会館は、1992年に開館し、今年度で34年目になります。山にかこまれた、自然のあふれる環境に立地しており、子どもたちにとってとても恵まれた環境です。「ハタケターニム」では地域の方にいただいた植物の種や苗のお世話をしたり、成長の様子を観察しています。植物を育てることで、「太陽の光、水、土の大切さ」「成長を待つことの大切さ」など、実際の体験を通して学ぶことができます。また、植物を育てる中で、お友達と協力しながら、思いやりや協調性も育まれます。子どもたちには、「自分は楽しい」「これは嫌だな」と感じた気持ちを大切にしながら、お友達のことも思いやり、いろいろなことに挑戦していつてほしいと思います。その中で、自分ができることが少しずつ増え、「こんなこともできるんだ」と自信を持てるようになることが大切です。また、挑戦を積み重ねていくと、以前より少しずつ進歩し、できることが増えていくという実感ができます。

平和児童会館
子どもたちの成長を見守る

平和児童会館は、1992年に開館し、今年度で34年目になります。山にかこまれた、自然のあふれる環境に立地しており、子どもたちにとってとても恵まれた環境です。「ハタケターニム」では地域の方にいただいた植物の種や苗のお世話をしたり、成長の様子を観察しています。植物を育てることで、「太陽の光、水、土の大切さ」「成長を待つことの大切さ」など、実際の体験を通して学ぶことができます。また、植物を育てる中で、お友達と協力しながら、思いやりや協調性も育まれます。子どもたちには、「自分は楽しい」「これは嫌だな」と感じた気持ちを大切にしながら、お友達のことも思いやり、いろいろなことに挑戦していつてほしいと思います。その中で、自分ができることが少しずつ増え、「こんなこともできるんだ」と自信を持てるようになることが大切です。また、挑戦を積み重ねていくと、以前より少しずつ進歩し、できることが増えていくという実感ができます。

平和児童会館
子どもたちの成長を見守る

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。



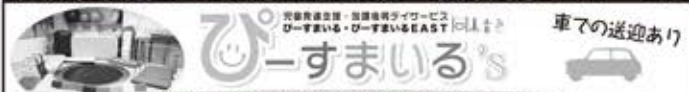
下記のQRコードから「札幌市児童会館一覧」を見ることができます!
各児童会館の住所・アクセス・マップ・ブログ・お便りなど最新情報が盛りたくさん!

各区の札幌市児童会館
ミニ児童会館の情報▶



札幌市児童会館 検索
※ご契約に応じて通信料がかかります。

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



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、落ち着いて行動する...運動を行う事でそんな効果もある事をご存じですか?
ぴ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▶】
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

RAD認定校 初心者大歓迎!!女の子・男の子大募集!!

バレエは年齢が関係なく、美しい姿勢やしぐさが身に付きます。綺麗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) 代表 奥原 由香子 月謝:週1回6,000円(税込)→レッスン45分~(振替あり)

無料体験受付中!
今なら入会金 無料!

ユカコ バレエ アカデミー
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 KIC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。

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



リトルボイス

1998年に公開された映画「リトルボイス」は親の抑圧から解放され、自分らしく歌う事が出来るようになった少女の感動的な話です。幼い時から親の過干渉を受けてきた人は、頭の中で「自分には無理だ」「失敗したらどうしよう」という声が聞こえて行動を制限して、自分らしく生きられない人が多いのだそうです。このリトルボイスという英語が実際にあって「内なる声 / 囁き」という意味です。逆も然り、親が「私は恵まれている」とか「仕事をもらえてラッキーだ」と前向きな言葉を使えば、その囁きは子どもの未来にどれほどプラスに働くことか。繰り返しになりますが、幼少期に親にどのような声掛けをされて育てられたかが人格に大きく影響するのは必然です。親にしてみれば「転ばぬ先の杖」で、出来る事なら病氣も怪我もせず、無事に育って欲しい、と祈るような気持ちで育てている訳ですが、その親心が必ずしも子どもの役に立たないのが現実なのかもしれません。

「こうしたら怪我をするかもしれないね、でもやりたいんだよね、では頑張ってやってみよう!」そう言える心整えも親業には必要ではないでしょうか。行動すれば、結果は伴います。怪我という結果も「自己責任」という基本を教えてあげましょう。誰かをケガさせる事もあるでしょう。そのとき、親が先に謝ってしまえば、子どもは「自分のしたこと責任を持つ」ということを学ぶ機会を失ってしまいます。親業とは口で言って子どもを躾けていても、決して子どもは思い通りにはなりません。自分自身が食も、言葉も整えて子どもと接する事が教育の核心なのかもしれません。色々申し上げましたが、これからの季節は美味しいものも沢山出てきていい季節です。是非ご家族で温かい食卓を囲まれて下さい。



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

デミいらずの煮込みハンバーグ

- ① 豚ひき肉をポリ袋に入れ、塩、コショウ、酒を少々入れ粘りが出るまでよくもみます。玉ネギの半分はみじん切り、半分を千切り、シメジは石附を取ってからほくしておきます。
- ② 玉ネギのみじん切りをひき肉に加え、よく混ぜてから半分に成型に作り直します。
- ③ フライパンに油を熱してハンバーグを焼き、焼き目が付いたら返して玉ネギの千切り、シメジを加えて酒をふり、弱火にして玉ネギがしんなりするまでフタをして蒸し焼きします。
- ④ トマト水煮、調味料を加え、塩、コショウ少々で調味し4~5分煮て味を染ませます。



材 料 (2人分)

豚ひき肉.....150g
塩、コショウ、酒.....各少々
玉ネギ.....
1/2個(みじん切り)+1/2個(千切り)
シメジ.....1パック

油.....大さじ1杯
酒.....大さじ2杯

トマト水煮.....カップ1杯
調味料
トマトケチャップ.....大さじ2杯
ウスターソース.....大さじ2杯
粒マスタード.....大さじ1杯
塩、コショウ.....各少々

子どもの習い事・学習塾探しなら!

0歳からのラク
習い事検索サイト 「こどもじゅく」

学習塾 幼児教室 水泳 体操 体育 英語
音楽 絵画 造形 書道 バレエ テニス
スポーツ家庭教師 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!

お得なキャンペーン情報
(入会割引や特典など)
随時更新中!!



詳しくは
こちらから!

「子育て占い」が人気です!! 毎週月曜日更新!
「歯の悩み相談」受付中!(匿名OK!)

習い事ラクラク検索サイト「こどもじゅく」 秋の子育て応援キャンペーン!!



今がチャンス! QUOカードが当たる!!

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「秋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9月15日(火)~2026年10月31日(土)

※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!

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」

トンボが葉っぱに止まっていたぞ!
この秋を乗りきるには、桃(もも)と栗(くり)と算数だ!ももくりさんすう。
さあ、今日も楽しく算数に取り組んで、みんなで楽しい算数時間を過ごそう!

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。

わんだい
?

のんさん、はなさん、きくさん、みるさん、けいさんの5人で、けん玉のトメケンをしました。

5人ができたトメケンの合計は30回です。

また、のんさん、はなさん、きくさん、みるさん、けいさんの順番で、トメケンがたくさんできました。

できた回数の少なかった3人(きくさん、みるさん、けいさん)の合計は、回数の多かった2人(のんさん、はなさん)の合計のちょうど半分です。

① トメケンが一番たくさんできたのはだれですか? また、一番回数が少なかったのはだれですか?

② トメケンができた回数の多かった2人(のんさん、はなさん)の合計と少なかった3人(きくさん、みるさん、けいさん)の合計は、どちらが多かったでしょう。

③ 回数の多かった2人(のんさん、はなさん)の合計は、何回ですか?

④ 一番の人は、何回トメケンができましたか?

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～

こんにちは! 時々まぶしいくらい晴れてる日がありますよね。そんな日に屋上で空の青さと真っ白い雲を眺めていると、生きてるな!と感じます。今回の問題は、一文一文をていねいに読みながら考えていくと解けるように作ってあります。途中で分からなくなったら、どうということなのか子どもと一緒に考えてあげたり、図を書くのを手伝ってあげたりするといいかもかもしれません。今回も、楽しい「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orはがきで応募してね!

Q

おとうさんは45さいです。

子どもたちは6さいと3さいです。

子どもたちの年をあわせて、おとうさんの年においつくのは何年後ですか。

応募方法は、
P7を
ご覧下さい。



7月号の答えは「37回」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

星澤フッキングスタジオ

☎011-615-8085 札幌市中央区大通西15丁目3-24

おやこで挑戦!!

2022算数オリンピック・キッズ部門金メダル獲得!
この教室出身者が東大や医学部などに進学実績あり

さんすう教室体験会&説明会 開催!

算数オリンピックに挑戦したい君!月に一度、一緒に勉強しませんか?

10/17(土) 小2・3 10:30~11:30
小4・5 12:30~13:30

対象 親子10組(小2~小5とその保護者)

参加料 1組 ¥500(税込)

会場 パシフィック・セミナー白石校(地図参照)

お申込み (011)802-8833 受付:月~金11~20時

またはHPから「くじら塾」検索

◇小学生の兄弟姉妹(複数)での参加も可能です。お申込みは、

受付時に人数をお申し出ください。10/16(金)迄

※乳児・幼児のお子様を連れての参加はご遠慮ください。

◇10/24(土)からの「算数オリンピック 対策授業」の体験会です。



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) ☎(011)868-8808
澄川校 福住校 豊平校 平岡校

個別指導のパシフィック・セミナー 詳細はこちら▲



札幌栄町ポルダリングジム

ギッズスクール

土曜日 12:00-12:55

日曜日 10:00-10:55

体験受付中!

アカラクライム

札幌市東区北38条東15丁目1-19 ☎011-788-9697
akalaclimb.sakaemachi

ギッズスクール詳細は
HPをご覧ください



RAISE

スポーツの秋！レイズで体操はじめよう！

体験&入会

キャンペーン

キャンペーン期間
11/28(土)まで

体験料
1,760円

500円

※即日入会で
キャッシュ
バック

&

入会金

5,500円

※体験後、即日入会の場合のみ

0円



期間中のご入会で

指定Tシャツ + 指定靴下 プレゼント！

など、ほかにも特典もりだくさん！



栄町店
体験申込み



宮の沢店
体験申込み

体験予約はこちらから

冬休み
短期教室

詳細は次号！

12/28(月)～29(火) 開催予定



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…」そんな悩みありませんか？レイズ体操クラブでは褒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



レイズ体操クラブHP

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9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



北村温泉ホテル

源泉100%かけ流しが自慢の温泉でゆっくり疲れを癒そう!

札幌から車で約1時間。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、サウナも設置。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。

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、北村温泉下車すぐ
6:00～22:00(最終受付21:30) URL <https://www.kitamuraonsen.com/>
大人(中学生以上)750円 小人(小学生以下)350円 ※大人のみ入湯税50円含む

プレゼントNo.4
ご入浴券(大人)
ペア5組10名様

札幌市青少年科学館

作って楽しい! 遊んで楽しい科学館のワークショップ!

動くしかけや工夫が盛りだくさんの楽しいワークショップ。
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]800円 [プラネタリウム]550円
URL <https://www.ssc.slp.or.jp/>

プレゼントNo.5
展示室
プラネタリウム
セット券3名様

星野リゾート トマム

秋に旬を迎える鮭をとことん味わい尽くすイベントを初開催!

星野リゾート トマムでは、今秋、「とことん鮭フェス」を初開催します。
限定鮭グルメやワイン、ユニークなゲームなど、大人から子どもまで鮭の魅力を存分に楽しめるイベントです。

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)
料金 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～
(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>

プレゼントNo.6
ペアリフト1日券
2組4名様

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1万匹の大群のマイワシがうねりを
作り出す迫力の鯉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!

住所 登別市登別東町1丁目22 ☎0143-83-3800
アクセス 札幌 I.C から高速道路を利用して約90分(登別東 I.C から約5分)、
JRで約80分(「登別」駅下車徒歩5分)
料金 おとな(中学生以上)3,200円、子ども(4歳～小学生)1,600円、乳幼児(3歳以下)無料
駐車料金(1日)普通車:500円、自動二輪:200円 URL <https://nixe-aqua.com/>

プレゼントNo.7
入館ご招待券
親子ペア5組10名様

HPから
応募OK!

プレゼント応募要領



※①～⑧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▲

締切 10/28(水)→到着分まで

- 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
- 北海道コンサドーレ札幌
田川 知樹選手の直筆サイン色紙 3名様
- 北海道日本ハムファイターズ
WE LOVE HOKKAIDO & FIGHTERS ユニフォーム 5名様
- 北村温泉ホテル
ご入浴券(大人)ペア5組(10名)様
(有効期限)発行日より約6ヶ月間
- 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)2027/10/31(日)
- 星野リゾート トマム
ペアリフト1日券 2組4名様
(有効期限)2026/12/1(火)～2027/4/5(月)
- 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)2027/1/16(土)
- 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

①～⑧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 ⑨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。

札幌市こども人形劇場こぐま座

インクルーシブ文化祭「まぜこぜフェスティバル2026」

障がいのある、国籍、文化的背景、年齢などを超えて、すべての子どもとその
家族が楽しめるイベントです。(パフォーマンス、あそび、ワークショップ、展示、
こぐまシエ等)

日時: 10月3日(土)・4日(日) 13:00～16:00
会場: 札幌市こども人形劇場こぐま座・中島児童会館・中島公園遊具広場
料金: 参加費無料(劇場公演、その他一部有料公演あり)

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/geki/jou/yamabiko/index.html> ※詳しくはHPで!

P5 おやこ挑戦!! 頭の体操こたえ

よむ、かく、わかる!
さんすう
教室

- トメケンが一番たくさんできたのは、のんさん。
一番回数が少なかったのは、けいさん。
3番目の文に、「のんさん、はなさん、きくさん、みるさん、けいさんの順番で、
トメケンがたくさんできました。」と書いてあります。
- トメケンができた回数の多かった2人(のんさん、はなさん)の合計の方が、多かった。
4番目の文に、「できた回数の少なかった3人の合計は、回数の多かった2人の
合計のちょうど半分です。」と書いてあります。
- 20回
5人の合計が30回。2人(のんさん、はなさん)の回数は、3人(きくさん、
みるさん、けいさん)の2倍です。
「半分の反対は、2倍」ということは、理解しておくといいですね。
1・2番の人の合計…30÷3×2=20
- 12回
2人(のんさん、はなさん)の合計は20回で、2人の回数のちがいは4回です。
合計の数(20回)に4をたして、半分にすると一番できた人(のんさん)の
回数になります。
一番できた人の2倍…20÷4=24
一番できた人の回数…24÷2=12

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

FIGHTERS

FAV ファイターズオフィシャルファンクラブFAV
新規入会受付中

年会費3,900円でお好きなアイテム1つもらえる!

		
ラウンドショルダーバッグ	光るしゃけまるペンライト	ビッグステンレスタンブラー
		
マルチウォールポケット	カスタム折りたたみコンテナ	1,000Fマイル

さらに小学生以下なら!

観戦チケット
5試合分もらえる!

梅田地区特等 × 5

カプセルトイ
毎日1回無料!
(Game-dayのみ)



入会・詳細
はこちら



そのほかお得な特典盛りだくさん!



WE LOVE HOKKAIDO & FIGHTERS

ユニフォームを
5名様にプレゼントいたします。
募集要項はP7をご覧ください。

球団公式サイト



新規スクール生募集
自立心とソーシャルスキルを育みます



コンサドールで
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 北広島市 恵庭市 室蘭市 釧路市 釧路町

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



☎011-777-5314

school@consadole.jp

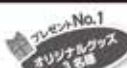


体験申込はこちら

株式会社 コンサドール

〒062-0045 札幌市豊平区羊ヶ丘1番地

詳細はこちら



北海道コンサドール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。

できるだけ抜かずにキレイな歯並びを!
早めの治療スタートがカギです。まずは無料相談を。



増え続ける子どもの歯並びの問題を根本的に解決したい。顎顔面矯正とは「歯の生えそろう場所をつくってあげる」という根本的な矯正治療のことです。「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。



院長 三好 弘祐

札幌市白石区の歯科医院



無料相談:CTによるお子様の顔面骨格3Dが確認いただけます。お気軽にご相談ください!

医療法人社団 白優会

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

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

ダンスで念願のバク転が出来るようになった!
野球・サッカー・バスケット等をはじめの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6,600円 プライベートレッスン
兄弟・お友達と一緒に複数名でも料金は同じです。
※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!

◆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、
その後の練習方法を覚えよう! 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!

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

運動神経が良くなるプログラム
「スポーツコーディネーションプログラム」を導入!

**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!

定額 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)
美しき丘会場 日 13:00~14:00 (定員16名)
詳細はお問い合わせください