

可能性の引き出しの鍵を一つずつ開けて

昨日より今日、今日より明日へと

ほんの少しでも成長、前進を続けていくことが

大きな可能性につながります。

児童発達支援・放課後等デイサービス **びーすまいる** 代表 東面 健



代表 東面 健

障がいのある子どもやその可能性がある子どもが自立して生活していくために「療育」という支援があります。児童発達支援は未就学児（0歳～6歳）を対象に、そして放課後等デイサービスは小・中・高校生（6歳～18歳）を対象に、一人ひとりの障がい特性や発達状況に合わせて、困りごとの解決と将来の自立、社会参加などを目指して支援・サポートを行っています。

子育ての不安や悩み

子どもには得意なこともあれば、苦手なこともあり、その幅も100人100様です。親にとって子どもの成長はうれし反面、子育てには不安と悩みが付きものです。しかし、子どもの成長スピードは思いのほか早く、子育てを楽しくめるのもあっという間です。なかなか思うようにいかないことも多いと思いますが、今しか味わえないこのお子様との貴重な時間を楽しくみてほしいかがでしょうか。

一人で悩まずに

「うちの子、何かできないことがあるとすぐに投げ出

し、暴れてしまう…」や「すぐに癇癇を起してしまう…」などと、もし悩んだりつらい時は、外部の手助けを受けましょう。何が原因で、どの程度の感情の乱れなのかにもよりますが、お子様が「できる」のに「やっつけていない」のか？「やりたくてもできない」のか？を専門機関に相談し見極めてもらうことで、違った角度から考えることができます。心配であれば区役所の子育て相談、支援課や地域の相談員等に相談してみるのがよいでしょう。自分だけの目線で判断するよりも自分以外の（信頼できる）人からみてどうなのかを聞いて、自分の考えとすり合わせてみると「自分の考えだけではなくてそういう見方や考え方もあるんだ」と疑問や不安が解決したり、子どもにどう対応したら良いのかが見えてくると思います。

運動(体操)療育

「乱暴な言葉を使う」「ちょっとしたことでお友達をすぐたたく」など、すぐに興奮状態になり、感情を抑えられない場合は、感情のコントロールや自己肯定感を育む方法として運動(体操)療育があります。運動は脳の前頭野を刺激し、脳の発達を促します。前頭野は意思や集中力、我慢する力をつかさどるところです。思いきり身体を動かし「興奮」と交感神経を刺激し「興奮」すると副交感神経が働きます。この「興奮」と「抑制」の感情コントロールを繰り返していくことで、少しずつ上手に感情をコントロールできる力が身につきます。また、前頭野を活性化働かせること、子どもたちの精神的な落ちつきや集中力にもつながります。

ゲームとユーチューブ

スマホやタブレットが普及したことで、子どもたちもゲームやユーチューブ動画などを楽しむ機会が増えました。しかし「ゲームやユーチューブばかりでなにもしない」「自分からやめられない」と悩んでいるご家庭も多いようです。まわりのお友達等の影響もあり、特に子どもはその時に一番楽しいことに気持ちが向いてしまうので、つねにゲームやユーチューブに気持ちが流れてしまいます。時を決めたりルールを決めた

子どもには多くの「引き出し」があります。できないと思ってしまうことは、「引き出しが開いていない」だけです。びーすまいるで多くのお子様の成長を見てきて、私たちのやるべきことは子どもたちの心に寄り添い、この開かれていない引き出しの「新たな鍵」を見つけ、開くことで「やればできる」という喜びや感動を感じてもらおう事だと確信しています。ぜひお子様の可能性の引き出しを開いてあげてください。

「こどもクラブドムス」
孤食ばかりでは心配です
家族団らんの食卓は情報基地
年々暮らしの中には便利なものが増え、時間に余裕ができるはずなのに今や小学生までが忙しいと言っています。その忙しさから一人で食べる「孤食」が増えています。家族それぞれが忙しいので、一緒に食事をとることは簡単ではありませんが、孤食が続くと食事の量も噛む回数も減り、好きなのしか食べないので栄養が偏ってしまいます。孤食が学習面、知識面、共感力（色々な人の立場や考えを理解する）などにもマイナスの影響を与えているのではないかと心配になります。またSNSの普及に伴い現代は、家族団らんの食事が唯一親子でコミュニケーションできる貴重な時間です。楽しい食事は親子の対話を弾ませ、思わぬ話が飛び交います。子どもはその対話の中から親の考え方や新しい情報を知り、今まで興味のないことにも目を向けられる絶好のチャンスになります。またテレビから流れてくる世の中の出来事やニュースについて「今世の中で何が起きているのか？」など親の言葉がけ次第で子どもは新しい情報へ興味、知識、共感へと繋がっていきます。楽しい食事は子どもにとってまさに情報基地です。家族団らんの楽しい会話は、子ども達の心・頭の栄養となり、学習意欲や学力アップにつながります。

1歳からはじめる楽しく学ぶ幼児教室
こどもクラブの小学生塾部門
DoMS ドムス
無料体験受付中!
少人数・応答型対話形式指導
受験対策も万全!
秋のご入会キャンペーン
入金金無料など
詳しくは公式サイトで
キャンペーン期間:12月末日まで
対象 小学1~6年生
【始める】
【みる】
【やる気アップ!】
【楽しく学ぶ!】
しっかり基礎を定着させ、発展に導く!
「考える脳づくり」をしていきましょう。
目標到達のプロセスを考えて行動する習慣を身につけることが、人生を豊かにします。
中学受験をめざすなら低学年から基礎力・応用力を!
中学受験実績 北嶺中・立命館慶祥中(SP)
日大中(スポーツアクティブ)・光星中 等
お問い合わせ・申し込みはフリーダイヤル・公式サイトへ!
0120-115-181

札幌大通教室 011-222-7743
中央区南1条西1丁目9-2 高島ビル9F
札幌駅前教室 011-201-0080
中央区北4条西3丁目16 交洋駅前ビル6F
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
サンピアサ教室 011-895-9312
厚別区厚別中央2条5丁目 サンピアサ3F
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
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・エービル2F
西友元町がしせい教室 011-782-3885
東区北24条東20丁目4-1 西友元町北二十路東店2F

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
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】
びーすまいる 札幌市厚別区厚別東2条6丁目1-1 ☎011-809-6006
びーすまいる EAST 札幌市厚別区厚別東4条8丁目17-1 ☎011-375-1501

冬の短期教室12/26(火)・27(水)開催! 参加者受付中!!
お得なレッスン料で受講できます!
料金 1レッスン:1,600円、2レッスン:3,100円、
(税込) 3レッスン:4,500円、4レッスン以上:1,000円追加
保育士と児童発達支援管理責任者の資格を持つコーチがマット運動・跳び箱・鉄棒をメインに前転・後転からバク転や前宙など難しい技も指導します。
落ち着かないお子さんや体力があまって寝ないお子さんはいませんか?
GLAD体操教室 ☎090-2057-6123
お申し込みはこちら

PLAY CHRISTMAS F VILLAGE

2023 11/1 WED
12/25 MON

北海道日本ハムファイターズの新球場「エスコンフィールドHOKKAIDO」を核としたエリア「北海道ボールパークFビレッジ」では、シーズンイベント第4弾としてクリスマスの高揚感が高まるイベントを実施します。



みんなのXmas音楽祭

12/24 SUN



北海道にゆかりあるプロのアーティストから小学生、高校生まで様々な音楽をお楽しみいただけます。イベントの最後にはクリスマスソングを合唱し、Fビレッジの夜空にXmas色に彩られた花火、約1000発が打ち上がります。自由席は小学生以下無料です。

冬のワークショップ クリスマス飾り F VILLAGE Snow Park



- 12/16(土)・17(日)開催!
- 1 天気を予測!?天気管作り
 - 2 ポータブル顕微鏡作り
 - 3 羊毛フェルトの馬作り教室
 - 4 クリスマス飾りアート教室
- 予約必須
詳細はHPをご覧ください。

初心者でも手軽に手ぶらでスキー体験ができる「Snow Park」が誕生。スキー&ウェアのレンタルやプライベートレッスンもあるので、初めてスキーを滑る方でも安心です。12月中旬以降には「そり・雪遊び」エリアも。冬の楽しさを味わいましょう。

北海道日本ハムファイターズ 上沢直之投手に聞いてみました!



2023シーズンも終わり、エスコンフィールドHOKKAIDOで行われた秋季キャンプでは来季に向けて守備練習を中心にレベルアップを図りました。先発の一角を担った上沢投手に、今シーズンの振り返りやオフに取り組みたいことを聞きました。



オフに取り組んだことが上手く結果につながらず苦しいシーズンでしたが、長いイニングを投げられたことはよかったです。今シーズンできなかったことを見直して、しっかりとメジャーで戦える体づくりをしたいです。僕がメジャー挑戦を目指すように、夢を口に出すのは悪いことではないと思います。ぜひ、やりたいことや目標に向かって頑張ってください。

SNS @naoyukiwasawa @u.no15

上沢直之投手のサイン色紙 3名様プレゼント!

応募要領はP7をご覧ください。

ES CON FIELD HOKKAIDO STADIUM TOUR

グラウンドウォークをはじめ、チームエリアやインタビューエリアなど「世界がまだ見ぬボールパーク」の裏側をファイターズガールがご案内します。



- ◆プレミアムツアー | 所要時間 約60分
非公開のホームチームエリアを唯一見学できる少人数制の特別感あふれるツアーです。まるでファイターズの選手になった気分を味わえるプレミアム体験をご提供いたします。
- ◆ベーシックツアー | 所要時間 約50分
基本的な球場見学や記者会見を行うインタビューエリアの見学に加えて、選手と同じ目線でグラウンドから球場の迫力を体験いただけます。

ツアー実施スケジュール、詳しいルートなどの情報はスタジアムツアー特設サイトをご確認ください。

2024 SEASON SCHEDULE 2024 試合スケジュール

オールスター開催予定!2年目のエスコンも注目



札幌市 苗穂・本町児童会館 館長 伊藤 伸二

苗穂・本町児童会館の前身は苗穂児童会館で令和5年4月1日に本町小学校と合築となりました。苗穂児童会館から数えると開館から40年目となります。「百人一首クラブ」は近隣の児童会館で集まって1月に実施予定の「百人一首大会」に向けて練習に励んでいます。今年度は初心者の子どもの参加も多くあり、大会優勝を目指すチームと楽しむことを目的に活動しています。チームに分かれて練習しています。「トーンチャイムクラブ」は、子どもたちのやりたいとの声を尊重して実施しています。トーンチャイムは普及型のハンドベルとして開発された楽器ですが、その美しい余韻と柔らかく心に沁み入るような音色は、ハンドベルとはまた違った魅力を持った楽器として愛されています。地域のお祭りや児童会館で実施するクリスマスイベントでの発表に向けて、練習をしています。児童会館では、異年齢の子どもたちが同じ空間で過ごしていますので、様々な事が起きます。お友達との考え方の違いや共感できることを知る場でもあります。子どもたちには、自分の気持ちや考えも大切にしながら、お友だちの事も尊重して大切にすることを学んでほしいと思います。

苗穂・本町児童会館 自分もお友達も大切に!

RAD認定校 初心者大歓迎!!女の子・男の子大募集!!

バレエは体幹が鍛えられ、美しい姿勢やしぐさが身につきます。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) 代金 奥泉 由香子 月謝: 週1回6,000円(税込) ※レッスン45分(編替あり)

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 ※RAD認定校:プロ養成クラスあり
YUKAKO BALLET ACADEMY 資料請求・体験申込

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。

無料体験受付中!!

体験当日入会特典あり! 入会金40%OFF!!

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】8,250円(税込)/月(月3回/年間36回)
※入会金5,500円(一部教室は11,000円)
教材費(初回のみ)5,690円~ ※料金は全て税込

可能性を引き出す絵画造形
自分の思いや考え、感情を絵に表してみよう。何かの真似ではなく、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。

東光あいの里教室 西区センター プロム山鼻センター 新札幌教室
コープ大谷地ルーシー教室 多数の幼稚園でもコースを開講しております。お気軽にお問い合わせ下さい。(札幌市・旭川市・紋別市)
カワイ絵画造形教室 (カワイ絵画フェスティバル) WEB公開中 ☎011-644-3979

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!

各々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

※この契約に応じてパケット通信料がかかります。

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



行事を大切にするという事

今年もあれよあれよと1年が終わろうとしています。あの暑い夏が今ではすっかり懐かしいです。少々気が早いですが、今回はお正月には欠かせないエビを使った見た目にも華やかなレシピをご紹介します。エビはその見た目からもわかるように『曲がった腰と長いひげ』が長寿をあらわしているとされ、『目が飛び出している』外見から『めでたし』とも云われるのだとか。お正月こそ丁寧なお食事をしながら、そんな雑談を子どもとあけて欲しいものです。そして初詣に行ったり、美味しい物を食べたり、お掃除をしたり、初日の出を眺めたりして1年のはずみをつけられて下さい。

地球の動物や、宇宙からすればなんの事もない区切りでしょう。それでも私達はこの1年365日のシリウス歴を紀元前45年ごろから使い続け、歴史を語る上での指標として残してきました。そして1年の始まりはフランスなら人形入りのケーキを食べたり、アメリカは正月休みは1日で南部では煮豆を食べたりと様々にお祝いするようですが、日本のお正月はお年玉や書き初め、しめ飾りや、鏡餅、お節や遊びの百人一首まで。他国にはない並々ならぬ思い入れを感じます。長い歴史の中でこういった区切りを大切に、文化も料理も練り上げられてきました。私はこういった行事や豊かな食べ物があるお陰でこの日本が故郷だなと感じるのだと思います。

今は子どもに関する行事も少なくなったり、簡素化されるようになりました。ご夫婦で働いているご家庭も多く、世の中のスピードもずいぶん速くなり時間もないのでしょう。私も仕事をしながら3人の子育てをしましたが、時間が余るなんて事はありませんでした。当時は『イクメン』などという言葉もありませんので、夫も特に手伝ってくれるわけでもなく、肩こりはいつもで、背中に入れていたような状態でした。それでもお正月には家族揃って余所行きの服を着てお節を囲ったものです。今ではこういった行事や、節句は子ども達が物事を考えるうえでとても重要だと思っております。何事も区切って整理し、順序立てて組み立て、時期を見て判断する。口で言うよりずっと難しい事ですが、こういった行事を小さいうちから体験すれば、きっと折り目の正しい美しい日本人になってくれると信じています。皆様におかれましてはご健康にはくれぐれもご留意されて、どうぞ良い年末年始をお迎えください。



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

エビの味噌だれ焼き

- ① 有頭エビは塩水で洗ってから、背に包丁を入れて切り離さないように開きます。
- ② ①のエビに酒とコショウを振りかけて15分ほど置きます。
- ③ 調味料を混ぜ合わせて、エビの身にのせ、オーブントースターで軽く焼き色が付くまで焼き、取り出します。
器に盛り、青のりをあしらひ、折松葉（飾り包丁）にした大根を添えます。



材 料 (2人分)

- 有頭エビ……………4尾
- 酒、コショウ……………少々
- 青のり……………少々
- 大根……………適量
- 調味料
- 味噌……………大さじ1杯
- 卵黄……………1個
- てんさい糖……………小さじ1杯

仮面ライダー スーパーライブ2024

日時 2024年2月23日(金・祝) ①11:00 ②14:30
会場 カナモトホール [札幌市民ホール] (札幌市中央区北1条西1丁目)
料金 前売り券 4,000円(税込) 全席指定(3歳以上)
※開演時間・内容・出演者は都合により変更になる場合がございます。
※2歳以下でもお席が必要な場合は有料となります。
※小学生以下のお子様は保護者同伴でご入場下さい。
公演チケットは、チケットぴあ、ローソンチケット 他
プレイガイドにて12/9より発売開始です!
お問合せ キャラクターライブ事務局
011-218-2255(土・日・祝を除く 平日10:00~17:00)

プレゼントNo.7
14:30
公演チケット
ヘア2種4名様

ひろがるスカイ！プリキュア トリムスター

日時 2024年1月14日(日) ①10:30 ②14:30
会場 カナモトホール [札幌市民ホール] (札幌市中央区北1条西1丁目)
料金 前売り券 4,000円(税込) 全席指定(3歳以上)
※開演時間・内容・出演者は都合により変更になる場合がございます。
※2歳以下でもお席が必要な場合は有料となります。
※小学生以下のお子様は保護者同伴でご入場下さい。
公演チケットは、チケットぴあ、ローソンチケット 他
プレイガイドにて好評発売中!
お問合せ キャラクターライブ事務局 011-218-2255(土・日・祝を除く 平日10:00~17:00)

プレゼントNo.7
14:30
公演チケット
ヘア2種4名様

北海道コンサドーレ札幌 オフィシャルファンクラブ

CLUB 2024 CONSADOLE

アガる! アツい! ハまる!

ファンクラブ限定 スタジアムイベントで
選手たちのプレーや
サポーターの応援が
試合当日は
選手と心を通わせたい!

詳しくはこちら▶

入会受付中

おやこで挑戦!!

あ・た・ま 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」

朝、晴れてると気持ちがいいけど、寒いですよ〜
そんな時はやっぱり算数ですね!
さあ、みんなで「くじらからの挑戦状」をやってみよう!

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。



① 一日に15ページずつ読んで、17ページずつ読んで、8日目に読み終わる本は何ページですか?

② 12ページの本を一日に4ページずつ読んでいくと、何日目に読み終わりますか?

③ 12ページの本を一日に5ページずつ読んでいくと、何日目に読み終わりますか?

④ 一日に15ページずつ読んでいくと、8日間で何ページ読めますか?

⑤ 一日に15ページずつ読んで、8日目に読み終わる本は、一番短いと何ページですか?

⑥ 一日に17ページずつ読むと8日かかる本は、何ページから何ページの本ですか?

⑦ 一日に15ページずつ読んで、17ページずつ読んで、8日目に読み終わる本は何ページですか?

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～

気づけば日向を選んで歩いている今日この頃、楽しく算数してますか? まず、問題をよく読んでみましょう。それから、簡単な数字をその問題に当てはめて考えてみましょう。親子で、「こうかな? そうかな?」と一緒に考えたりすると、盛り上がります。あとは、推理小説の謎解きをしていくように、分かったところから1つずつ考えを進めていくと、あっという間に時間が過ぎます。今回も、親子で、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・北山あさき著)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!



① 100円玉と50円玉と10円玉が2枚ずつあります。

② おつりが出ないちょうどのしはらい方は何通り?

応募方法は、
P7を
ごダウンロードし、



9月号の答えは「10日目」でした。

料理研究家 星澤幸子先生の YouTube 簡単料理講座

YouTube で
星澤先生の簡単料理講座を
視聴できます。(無料)



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

1月14日(日)までに入会すると...

冬期講習「はじめて講座」無料!

12/25(月)~1/14(日) 冬期講習

冬得キャンペーン! やる気を引き出し、一人一人の夢をかなえる個別冬期講習!
4つのお得!! 1月14日(日)までに新規入会した小1~高2生(※)が対象です。
※受験生は対象外です。

① 冬期講習(はじめて講座) 4コマ無料
[小1~小6] 5,720円~6,160円 / [中1~中3] 6,600円~7,920円 / [高1~高2] 8,800円~9,020円

② 1月分月謝⇒0円 ③ 教材費 小6今期無料
(※)小4~小6 週2~4コマ通った場合、月謝8,580円~17,600円が0円

④ 入会おめでとう割 (通算) 入会金 16,500円⇒0円 ※料金は全て税込
通常月額(1コマ50分)小学生 4,180円~、中学生 4,730円~

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▲

宮の森スポーツ倶楽部 体験受付中!

<p>ジュニア 体育</p> <p>基礎から応用技術を身につける! 新宮の森・宮の沢 東麻生・新さっぽろ</p> <p>① 週1回(60分) 7,370円 ※1歳半~中3</p>	<p>ゴルフ テニス</p> <p>初心者から選手まで年齢・レベル別クラス 新宮の森・宮の沢 東麻生・新さっぽろ 岩見沢・旭川・恵庭</p> <p>① 週1回(45分) 5,995円 ※4歳~高3</p>	<p>ジュニア ゴルフ</p> <p>宮の森・宮の沢 東麻生・新さっぽろ</p> <p>① 週1回(70分) 9,625円 ※小1~中3</p>	<p>ゴールデ キックス</p> <p>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。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・神経系(走る練習) ・球技系(投げる・捕る) ・リズム系(真似する力) <p>宮の森</p> <p>① 週1回(50分) 8,800円 ※プレGK(年少・年中)・GK(年長~小6)</p>	<p>バトミントン</p> <p>初心者から選手まで年齢・レベル別クラス 宮の森・宮の沢・東麻生 新さっぽろ・恵庭</p> <p>① 週1回(60分) 7,370円 ※小1~一般</p>
--	---	---	---	--

※金額は全て税込。各校月額が異なる場合があります。初回のみ、事務手数料が別途かかります。

新宮の森 札幌市西区西町南4丁目2-1 ☎011-666-5555
宮の沢 札幌市中央区北3条西27丁目 ☎011-641-2022
宮の森 札幌市西区宮の沢1条1丁目 ☎011-668-3838
東麻生 札幌市東区北35条東3丁目 ☎011-723-6767
新さっぽろ 札幌市厚別区厚別中央3条6丁目 ☎011-895-6070

全校の詳細はこちら(恵庭、岩見沢、旭川も含む)▲

きっと、運動が好きになる。

RAISE

レイズ たいそう 体操クラブ

ほめる型指導で、みんな伸びます。

3日間集中!

ふゆやすみ 短期教室

日程 2023年 12月27日(水)・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 各店舗/各コース 先着52名

料金 宮の沢店 5,400円(税込) / 栄町店 4,600円(税込)

申し込み WEB予約または、希望店舗へお電話よりご予約ください。
※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 12月20日(水)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%



レイズ栄町店 会員保護者様



インタビュー



Kちゃん親子

- ☆ 体操を始めて良かったと思うことはありますか?
A 学校体育のマット運動など、苦手意識がなく積極的に取り組んでいます。
- ☆ レイズ体操クラブに通い始めて、成長を感じている点はありますか?
A あいさつやマナーも学べていると感じています。
- ☆ 体操を始めようか迷っている方へメッセージをお願いします!
A 体操は全身運動なので、運動の基礎が身につく、子どもの将来の選択肢が広がると思います。



笑顔がと〜っても素敵なKちゃんとお母様、取材協力ありがとうございました!



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「遊ぶ、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、遊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「頭蓋をたくさん動かせることで、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「運動が苦手なかなが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求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。



代表 高田 元気



体験の予約ができます

体験料・料金の確認ができます

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
011-790-8003



栄町店 外装リニューアル!

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
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
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。



トランポリン
全施設にあります!



ソレイユの森 栄町
札幌市東区
北38条東15丁目1-22
レイズ体操クラブ栄町2階
児童発達 なし | 放課後 ○
011-374-6363

ソレイユの森 麻生
札幌市北区
北38条西5丁目1-52
エミュー麻生1階
児童発達 △ | 放課後 △
011-374-7084

ソレイユの森 アクティブ
札幌市東区
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
札幌市北区
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
札幌市西区
発寒6条8丁目7-1
レイズ体操クラブ宮の沢2階
児童発達 △ | 放課後 △
011-590-9105

※2023年11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。

札幌市こどもの遊園地やまひこ庭
札幌市こども形庭地こくま庭
詳細はこちら



北海道グリーンランド ホワイトパーク

プレゼントNo.6
リフト券(大人4時間券)
ペア5組10名様

ファミリースキーやレベルアップにはおすすめのスキー場です！札幌 I.C. から高速道路を利用して30分。ファミリーやビギナーの方に最適なゲレンデで、お子様連れでも安心です。冬休み期間はジュニアスキー講習会も開催！ロジも3ヶ所と充実！300台収容の無料駐車場も完備。お得なプランも多数ご用意しています。詳細はHPをご覧ください！

ジュニアスキー 講習会(小学生対象)	1月~2月(10回程度を予定)	詳細はHPをご覧ください。
ジュニアスキー 検定会	1月~2月(4回程度を予定)	

住所 岩見沢市志文町1056番地いわみざわ公園 ☎0126-22-2121 🕒9:00~16:00
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/>

ファンタジーキッズリゾート新さっぽろ

プレゼントNo.5
1日遊び放題ご招待券
親子ペア10組20名様

ゼ～ンぶ遊び放題！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、抗菌で安心なサラサラすなば、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日中遊べる室内遊園地！

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
子ども1日遊び放題：[平日]1,190円 [休日]1,600円(子ども料金各種プランあり)
大人(時間無制限)：[平日]720円 [休日]1,010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
URL <http://www.fantasyresort.jp/sapporo/> ※営業日・営業時間等はHPをご覧ください。

北村温泉ホテル

プレゼントNo.6
ご入浴券(大人)
ペア10組20名様

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.kitamuraoansen.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

さっぽろばんけいスキー場

プレゼントNo.7
大人&子ども
ペア4時間券10組
大人1人+小学生以下1人

21時まで遊べる！札幌都心から車で20分のファミリースキー場

傾斜がゆるやかでファミリーで楽しめるセンターコース。一般ゲレンデとは別の安全なエリアを確保しているわくわくスノーランドは、ミニコース・ソリ・チューブなど、お子様が安心して遊べる雪遊び場。スノーエスカレーターで、移動も楽らく。

住所 札幌市中央区盤渓410 ☎011-641-0071
アクセス JR札幌駅より、地下鉄、バスで約30分
🕒9:00~21:00 ☎無休 URL <https://www.bankei.co.jp>
👤わくわくスノーランド1日遊び放題(3歳以上)900円
※その他リフト料金はHPでご確認ください

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 12/21(木)→発表は発送をもって代えさせていただきます。

- キャラクターライブ実行委員会
仮面ライダースーパーライブ 2024
2024/2/23(金・祝)14:30公演チケット ペア2組(4名)様
- キャラクターライブ実行委員会
ひろがるスカイ!プリキュアドリームステージ
2024/1/14(日)14:30公演チケット ペア2組(4名)様
- 北海道日本ハムファイターズ
上沢直之投手の直筆サイン色紙 3名様
- 北海道グリーンランド ホワイトパーク
リフト券(大人4時間券) ペア5組(10名)様
(有効期限)2023-2024シーズン終了まで
- 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
- 北村温泉ホテル ご入浴券(大人) ペア10組(20名)様
(有効期限)2024/3/31(日)
- さっぽろばんけいスキー場
大人&子どもペア4時間券10組様(大人1人+中学生以下1人)
(有効期限)2023-2024シーズン終了まで
- 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 ⑧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

- ※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。(はがきの方は当日消印有効、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にのみ利用いたします。

P5 おやこ挑戦!! 頭の体操をたえ

さんすう教室

- 3日目 12÷4=3日目
- 3日目
同じ12ページの本なのに、一日に4ページずつ読んでも5ページずつ読んでもどちらも同じ3日目に読み終わるのは不思議ですね。
- 120ページ 15×8=120ページ
- 106ページ
15×7+1=106ページ
7日間毎日15ページずつ読んでいき、8日目にさいこの1ページを読みます。
- 120ページから136ページ
一番長い場合 17×8=136ページ...17ページずつ8日間読む
一番短い場合 17×7+1=120ページ
...17ページずつ7日間読み8日目に1ページ読む
- 120ページ
一日に15ページずつ読んでいくと8日目に読み終わる本は、106ページから120ページ
一日に17ページずつ読んでいくと8日目に読み終わる本は、120ページから136ページ
120ページの本だと、15ページずつ読んでいっても、17ページずつ読んでいっても8日目に読み終わります。

子どもの習い事・学習塾探しなら!

0歳からの フラック 習い事検索サイト 「にどもじゅく」

学習塾 水泳 体操 体育 英語 書道 空手
音楽 絵画 造形 パレエ テニス ゴルフ
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!!

「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!)

いつからでも
はじめよう。

【卒業生から入学を考えている方へメッセージ】

支えてくれる先生や素敵な仲間が待っています!

2021年度 入学生Tさん【午後の通こし方】認定こども園(実習先・就職先)でアルバイト

こども學會の個別相談で国の制度を知り、シングルマザーでも挑戦できることを知りました。また、卒業と同時に資格取得ができることも入学の決め手となりました。学費面・生活面で不安は国の制度を利用することで解決できました。実習などで辛いときは、自分と同じような環境であったり、悩みを分かち合える仲間がいることで乗り越えることができました。

社会経験を経て、学生に戻ると学びの感じ方や捉え方も変わっており、とても新鮮な2年間を送ることができます。年齢や環境で入学を悩んでいる方も、支えてくれる先生や素敵な仲間が待っています! ぜひ一歩踏み出してみてください。



子育てママ・社会人多数在学 国家試験の受験免除 保育士資格を取得

働きながら通える
午前授業
9:30~12:05 (2年制)
こどもルーム 設置
無料託児/定員7名

説明会のご案内

【平日・日曜】
1月と2月も
開催します!

■体験授業&授業見学会(定員:8名)
12月13日(水) 10:00~11:15
【体験授業】保育の魅力~共に育ちあう子ども・保護者・保育者~

■体験授業&国の制度事例説明会
12月17日(日) 13:30~15:30
【体験授業】ゲームは制限したほうがいいの?
~子育てのギモンに心理学はどう応えるか~

ママさん学生66名! 103名在学
平均36歳(10代~70代)

学費支払いの解決策紹介! 国の制度利用で、
約538万円受給できた事例も!

月々でも分納でも 学費の「個別納入」! 年間の学費を
ご自身の計画で納入OK!

学費支払いのお悩み解決! 国の制度って何? [2021年度実績] 学生が利用する国の制度併用事例

- 返済不要の給付金293万円受給
- 学費の70%給付(約112万円)受給
- 貸付金133万円借入

※要件を満たすと返済免除

約538万円
詳しくは個別相談にて! ご予約ください!

出願受付中(2024年4月入学)

「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。

厚生労働大臣指定保育士養成施設
こども學舎
KODOMO GAKUSHU

TEL 011-616-1771
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)

こども學舎 公式Instagram
こども學舎の「今」を発信中!

資料請求
QRコード

この合唱団だから経験できることがたくさんあります。



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、小学校4年生・5年生・6年生の皆さん

【お問い合わせ】HBC少年少女合唱団事務局

札幌市中央区北1条西5丁目(地下鉄さっぽろ駅/大通駅より徒歩5分)

☎電話:011-232-5842(平日10:00~17:00)

✉メール:utau@hbc.co.jp URL:https://www.hbc.co.jp

※詳しくは、ホームページまたは電話でお気軽にお問い合わせください。



詳しくはこちら

初心者の方も大歓迎!お気軽にお問い合わせください。

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へ、
団体(10名)まで ※10人単位で¥6,600増(※税込)
※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
の練習方法を覚えやすい!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!

学年レクなどの
イベント
プログラムも
あります。



12月号
北海道および新開
クーポン券

トレーニング
15分間
延長無料!!

有効期限 令和6年2月末日まで
1レッスンにつき1枚限り有効、初めてのご利用に限る