

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
簡単! 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 札幌市南区通川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、
ご契約に応じた通信料がかかります。

2025年12月号 VOL.64

- ◆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 保育士資格取得

抽選でプレゼントが当たります!
応募要領はP7

次号は3月10日(火)の発行です。

輝く未来へ 笑顔で歩む 札幌校

明るく元気な子

進んで学ぶ子

思いやりのある子

札幌市立札幌小学校 校長 佐賀 主昌

本校は創立97年を迎え、3年

後に創立100周年を迎える、札幌市の東区にある歴史ある小学校です。現在、在籍児童数441名です。この周辺地域は竹スキー発祥の地としても知られています。

本校は「楽しい学校・ハッピースクールライフ」を目標に各活動を行っています。

■体を動かす楽しさ

休み時間に縄跳びや体力測定、跳び箱などの運動週間を行ったり、フィンランド発祥の新しいスポーツ「モルック」(ポウリングに似たゲーム)を導入したり、自主的に楽しめる運動環境を整えています。また、チーム編成やルールづくりは子どもたち自身が行い、6年生が審判やコーディネーターを担当したり、能力や年齢に関係なく楽しめるように新しいルールを考えたり、意図的にハナデをつけたら、体を動かすだけでなく「考える楽しさ」を実感します。



■人と関わる楽しさ

運動会では、6年間表現運動として、「よつちよれ」を行います。上級生がお手本を見せて、下級生たちに演技を伝えています。下級生は上級生にあこがれや安心感を持ち、翌年は自分がリーダーになる意識が芽生えています。また、下級生は上級生にすべてを任せるのではなく「する・見る・知る・支える」の4つの視点を大切に、人のがんばりを認め、仲間を支える経験を通して、思いやりと主体性を育みながら

人との関わりを楽しみます。

感謝の気持ちを大切に

私たちは、毎日の生活の中でたくさんの人に支えられて生きています。何かをやり遂げた時、「自分の力だけでできた」と思いがちですが、よく考えると、助けてくれた人や応援してくれた人、自分からこそできたのです。だからこそ、「ありがとう」という感謝の気持ちを忘れずにいたいのです。「ありがとう」という感謝の言葉は、お互いの気持ちを温かくし、人間関係をつなぐ力になります。支えてくれるすべての人への感謝を忘れないことこそが、子どもたちがこれから時代を幸せに生きていくための心の力になるのです。

楽しさをつくり出す力

変化の激しいこの時代、子どもたちは将来思いどおりにいか



校長 佐賀 主昌

ない困難な問題に出会うこともあるでしょう。その時代のなかで幸せに生きていくためには、「楽しそうだな」「やってみよう」という気持ちを原動力にして、「自ら学ぶこと」「友だちと協力すること」「人を思いやり、命を大切にする」「健康で元気に過ごすこと」「人と上手に関わること」に取り組むことが、成功体験や達成感をたくさん味わうことが大切です。こうした経験を通して「できた」「楽しい」と感じることが自信や挑戦する力となり、将来社会に出た時に困難を乗り越える力や、新しいものを生み出す力につながります。この「自ら楽しさをつくり出す力」こそが、変化の多い社会の変化に対応し、幸福に生きていくための土台になるのです。

これからの子どもたちにとって「楽しい札幌小学校」となるように、教職員一同尽力して参ります。

日本PTA北海道ブロック

研究大会について

札幌市PTA協議会

会長 高原 周作

令和7年10月4日(土)、5日(日)の2日間にわたり、第72回日本PTA北海道ブロック研究大会宗谷管内・稚内大会を開催しました。

初日は、稚内東中学校などで開催した分科会において、家庭教育、学校支援などに関する提言、参加者同士の討議等が行われました。また、特別第1分科会では中学生討論会、特別第2分科会では玉城はる氏による講演が実施されました。

2日目は、元THE BOOMボーカル宮沢和史氏による記念講演「戦後80年を迎えて」を拝聴しました。講演では、代表曲「鳥唄」に込められた真の意味、大団の事情に翻弄された沖縄の歴史、戦争の悲惨さなどが穏やかな口調で語られました。

「てつぺんから広げよう!」子育ての輪と和史氏をスローガンに掲げた本大会を通じて得られた知見、人とのつながりが皆様の今後の活動等への一助となれば幸いです。ご参加いただいた皆様、準備・運営にご尽力いただいた皆様に心より感謝申し上げます。



ジュンスポーツクラブ JUN SPORTS CLUB



代表 村重 欣延

冬休み短期教室(体操・スイミング・英語)受付中!! 12/26(金)~28(日)(対象:2歳6ヶ月~高校生)

冬休み短期教室 日程・申し込みはこちら▼	英語教室無料体験はこちら▼
白石教室(体操・水泳) 月曜教室(体操) あいの里教室(体操) 白石教室・月曜教室(英語)	白石教室・月曜教室(英語)
体操・英語入会特典(白石・月曜) 入会金0円+指定Tシャツ+進級ノートプレゼント(体操のみ) 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(金曜日・福地駅前店福祉会館・福路5条4丁目1-20)	あいの里教室入会特典 ①当日体験後のご入会に入会金 5,500円⇒0円 ②福路教室への入会も同特典で可能 (金曜日・福地駅前店福祉会館・福路5条4丁目1-20)

子ども発達支援・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(白石) ジュン・ハート(月曜) ジュン・ハート(福路) ジュン・ハート(白石) ジュン・ハート(白石) ジュン・ハート(白石)	ジュン・ハート(白石)
☎011-887-3333 ☎011-888-1900 ☎011-801-1111 ☎011-886-3000 ☎011-858-3131 ☎011-867-7020 ☎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

JR 白石駅 徒歩1分!

三好プリベント歯科

明功不動産さん裏駐車場12台 他3台(詳細はお問い合わせください)

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 白樺会

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

小学校の学習で大切なこと

小学生のうちは、頭が柔らかく吸収力も高い時期です。学習習慣と考える力を育て、学びの土台をしっかり築きましょう。

進学ブラザグループ 円山校 校長 上新 真也

小学校の学習で大切なこと

大切なこと

小学校の勉強で一番大切なのは、何よりも「学習習慣」を身につけることです。「さあ、勉強しよう」と思っても、

「学習習慣」を身につけるには、毎日「何時に勉強するか」を決めておくことが大切です。例えば、家に帰ったら手を洗い、おやつを食べたあとに机に向かう。このように勉強を日常生活の流れに組み込むのが最も効果的です。

学習習慣の身につけ方

「考えること」を繰り返すことで、「地頭（柔軟な思考力や直感的な判断力）」が育まれます。現在は学習指導要領の見直しにより、漢字の学習量が増え、英語も教科として加わりました。そのため学習内容はより多く・難しくなり、小学校5・6年生の時点で将来の進路が見えてくるのもいわれます。一方で、中学生になると「むずかしいからもういいや」とあきらめがちになり、高校生では「自分には必要ないからやらない」と避ける傾向も見られます。だからこそ、小学生のうちに学習習慣をしっかりと身につけておくことが大切です。基礎的な知識や考える力があれば、中学生以降の学びの土台となり、より多くのことに興味を持てるようになります。

「学習習慣」を身につけるには、毎日「何時に勉強するか」を決めておくことが大切です。例えば、家に帰ったら手を洗い、おやつを食べたあとに机に向かう。このように勉強を日常生活の流れに組み込むのが最も効果的です。

中学受験の勉強

中学受験の勉強は、合格を目指すだけでなく、小学校で学んだことの総まとめとして有効です。そして、中学受験の模擬試験は知識の応用力や活用力を確認するよい機会になります。目標とする中学校に合格できればもちろん素晴らしいことですが、たとえ受験をしなくても、また受験の結果が思うようでもなく、小学校時代にしっかりと学んだ子は、中学校に入ってから学力の伸びが違います。その過程で培った努力や思考力は、公立中学校に進学した後の学びにも大きく生かされます。

第三者の存在の必要性

子どもにとって一番の存在は親ですが、思春期や反抗期を迎える時期には、第三者の存在がとて大切で、特に小学校高学年から中学生になると、親とのコミュニケーションが取りにくくなる子どもも多く見られます。しかし、家庭では反抗的でも、塾では問題を起こすことはほとんどありません。成長過程の中で外面が良くなる一方、家庭では甘えが反抗として表れるのだと思われれます。



校長 上新 真也

親以外の大人と関わる場として、塾は身近で有効な存在です。集団指導では学校とは異なるコミュニケーションが生まれ、共に学ぶ仲間が生まれることで、さまざまな考え方に触れる機会も増えます。こうした経験を通して、家庭でも意欲的に取り組むようになり、自主性も育まれます。第三者との関わりは、子どもの成長に良い影響を与える大切な要素です。塾は学力向上だけでなく、人間形成にも役立ちます。

ワクワク感のある生活を

小学生のうちに、勉強を通してさまざまな活動や「頭を使うこと」に取り組むことは、将来の力につながります。「問題を解けて楽しい」「宿題を頑張って褒められてうれしい」とワクワクする経験も、その力になります。また勉強以外にもさまざまな挑戦を重ねるほど、子どもは「できることが増えて楽しい」と心が弾みます。こうしたワクワクする気持ちは、「自分にもできる」という自信や自己肯定感を育て、子どもの人生をより豊かにしてくれます。

こどもクラブ「ドムス」

テストのためではない
次世代の学びとは

近年「大学全入時代」と言われ、定期テストの減少や廃止など、従来の評価方法が変化しています。大学入試も筆記試験だけでなく自己推薦型が主流となり、これからは「何をどう学ぶか」が個人に委ねられる時代です。テストが減ることで一見楽になったように見えますが、自ら学ぶ姿勢がなくなり、学力の差は広がってしまっています。人がよりよく生きるためには「教養」が欠かせません。「なぜ学ぶのか」を親子で考えることが、次世代の学びです。同時に、小学校で学ぶ基礎学力の重要性も伝えていくことが大切です。知識がないと社会に出てから困る場面がたくさん出てきます。例えば、読解力がなかったり、計算がわからないと金銭管理や業務処理を間違えたり、国語力がなくて文章作成や報告・相談などうまく伝えられず、誤解や行き違いが生じやすくなります。学びは単なるテストのためではなく、「自分らしく生きる力」を支える土台なのです。

こどもクラブドムスでは、理科・社会を含む5教科に加えて、思考力を育てる学習に取り組んでいます。小学生のうちに幅広く学び、「どうしてだろう？」と自ら考える力を育てています。



こどもクラブ
専務取締役
相原 貴海

こどもクラブの小学生塾

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（近伊勢野車道駅）
- 札幌大通教室 011-222-7743
中央区南1条西1丁目B-2 高島ビル6F（ジャンク堂上）
- 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（北洋銀行上）

国・算・理・社 教科科学力の定着！



- ・特進コース
- ・英語コース
低学年のうちから
英検 対話クラスあり
- ・中学受験コース
「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
2025年12月末まで
入会金無料キャンペーン中！

合格に導く！ 中学受験コース
合格 北嶺中・立命館慶祥中(SP)
不合格 日大中(SPA77)・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）

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
児童発達支援・放課後等デイサービス
びーすまいる・びーすまいるEAST
車でのご来校あり

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？
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

習い事検索サイト「こどもじゅく」

お好きな情報を見よう！
学習塾 水泳 体操 体育 空手 英語 音楽
絵画造形 パレエ 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
送料がかかります。

子どもでも作れる!
簡単で美味しい!

料理家 星澤雅也氏の

親子でクッキング



親子で楽しく作しましょう!

気がつけば、もうすぐクリスマス! お子さんにも挑戦しやすいレシピのプレゼントです。準備から一緒にお手伝いしてもらえば、いっそう楽しんでくれるはず。今回はザ・クリスマスレシピから「パリパリチキンレッグ」と「彩りカップ寿司」をご紹介します。忙しい時こそ、調味料をきちんと計って作ってみてください。味付けに迷う時間を省けた分、ご家族と過ごす時間が増えるはずです。どうぞ素敵なクリスマスをお過ごしください!



料理家
星澤 雅也

プロフィール

北海道札幌市生まれ 41歳
北海道の料理研究家で実母である星澤幸子主宰の星澤フードサービスに勤務。2016年8月に家庭料理『ほしざわや』を自身で開業、現在は一日一組限定で営業している。札幌テレビの夕方ワイド番組で毎週金曜日に料理コーナーに生出演。2児の父。

recipe

パリパリチキンレッグ

- 鶏肉は、裏側の骨の両側に包丁を入れます。
- ジャガイモは皮をこすり洗いで、くし形に切り、玉ネギは根を付けたまま4等分に、ニンジンも長く4等分に切ります。沸騰した湯で野菜をサッと茹で、塩、コショウ、油をまぶしておきます。野菜を茹でた後の湯で、鶏肉の表面に火が通るまで茹でます。
- 湯切りして、塩、コショウ、しょうゆをまぶして、表面にハチミツをぬり、野菜と一緒にオーブントースターで焼きます。
- 時々ハチミツをぬりながら、関節の部分に串を刺しても、血が出なくなるまで焼きます。出た焼き汁の油を取り鍋に入れ、しょうゆ、ウスターソース、酒を入れてソースにします。



材 料 (2人分)

鶏骨付きモモ肉	2本
塩、コショウ、しょうゆ	各少々
ハチミツ	大さじ1杯
ジャガイモ	1個
玉ネギ	1/2個
ニンジン	小1/2本
塩、コショウ、油	各少々
ソース	
焼き汁	適量
しょうゆ	適量
ウスターソース	適量
酒	適量
クレソン(付け合わせ)	4本

recipe

彩りカップ寿司

- 米は炊く30分前に研いで炊飯器のメモリの水に浸しておきます。酢、てんさい糖、塩を加えて混ぜて炊きます。
- 酢飯と白ごまを混ぜ合わせ粗熱を取っておきます。ちりめんじゃこはさっと水をくらせて、アルコールを飛ばした酒を振りかけて置きます。卵は良く溶きほぐして塩とてんさい糖を加えて混ぜ、油少々を熱したフライパンで、炒り卵を作り、半熟で火からおろします。ブロッコリーは小房にしてから、塩と油を入れた湯で色よく火を通し、半分はみじん切りにします。カニ蒲鉾は半分に切っておきます。
- カップの半分の高さまで酢飯を入れ、みじん切りのブロッコリー、炒り卵を平らにのせます。その上に酢飯をのせて平らにし、炒り卵、ブロッコリー、カニ蒲鉾をキレイに盛ります。



材 料 (4人分)

酢飯	
米	2合
酢	大さじ1杯
てんさい糖	小さじ2杯
塩	小さじ1杯
白ゴマ	大さじ2杯
ちりめんじゃこ	20g
酒	少々
卵	4個
塩	少々
油	少々
ブロッコリー	1/2個
塩	少々
てんさい糖	小さじ2杯
油	少々
カニ蒲鉾	4本



ムーミン谷の物語を巡る体験型イベント

ムーミンと光の世界

2026 1.1 THU 祝日



詳しくはこちら
2.23 MON 祝日

エスコンフィールドHOKKAIDO
Panasonic CLUB LOUNGE内

F.VILLAGE

ES CON FIELD.



ムーミンと海の光をさがしにいこう



オーロラの下での出会い



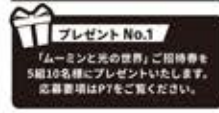
雲にのって幸運のちょうちんさがし



ムーミン モルックフィールド



ムーミンババのクラフトプレイグラウンド



プレゼント No.1

「ムーミンと光の世界」ご招待券を5組10名様にプレゼントいたします。応募要項はP7をご覧ください。

© Moomin Characters™

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」

今年もやっぱり雪が降り、どんどん日が短くなっていく。
よし、こんな時こそ算数だ!!
子どもでもとける!大人でも難しい!
親子で楽しむ!!くじらのさんすう教室!

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
?

くじら小学校の1年生が、みんなで手をつないで輪になっています。1年生は1組から3組まであり、どのクラスも10人ずついます。
先生が「1組の人と2組の人が手をつないでいるところをはなさない。」と言いました。すると、手をつないだグループが5つできました。

それから、また手をつなぎ、もとの輪にもどりました。

今度は先生が「2組の人と3組の人が手をつないでいるところをはなさない。」と言いました。すると、8つのグループに分かれました。

次に、3組の人と1組の人が手をはなすと、10このグループに分かれました。

もとの輪にもどり、今度は同じクラスどうしが手をはなすと、いくつかのグループに分かれるでしょうか。

- ① 5人で手をつないで輪をつくと、手をつないでいるところは何か所ありますか?
- ② 30人で輪をつくり、2か所で手をはなすと、輪はいくつのグループに分かれますか?
- ③ 1組の人と2組の人が手をつないでいるところは、何か所ありますか?
- ④ 同じクラスどうしが手をはなすと、いくつかのグループに分かれますか?

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～

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、お子さん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。こんな贅沢な時間はそうはありません。ぜひ、お楽しみください。

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・北山あさ恵)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

100円玉と50円玉と10円玉が2枚ずつあります。

おつりが出ないちょうどのしはらい方は何通りですか?

応募方法は、
P7を
ご覧下さい。



9月号の答えは「36個」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

1月14日(水)までに入会すると…
最大で69,300円(税込)が無料になります!

12/25(木)～1/14(水) 冬期講習

冬得キャンペーン!
5つのお得!!
一人ひとりにあったオリジナルカリキュラムを作成して、
苦手も得意も、あなたのペースでしっかり応援します!
1月14日(水)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(入門コース) 4コマ無料
(例)小6生:6,160円→0円

② 1月分月謝無料
(例)小6生:週4コマ 17,600円→0円

③ 入会金16,500円 無料

④ 小6限定今期 教材費
(英算or算国)無料
(例)小6生:20,240円→0円

⑤ 転塾の方 教材費 無料
今期 (英算or算国)

通常月謝(1コマ50分)小学生 4,180円～、中学生 4,730円～ ※料金は全て税込

白石校 南郷小・白石中そば 澄川校 澄川小・平岸中そば
稲佐校 南月寒小・羊丘中そば 豊平校 みどり小・八条中そば
平岡校 清田小・北野台小・平岡中そば
個別指導のパシフィック・セミナー 011-868-8808

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

初めの子も
みんなで楽しく
はじめてよう!

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

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

011-777-5314 school@consadole.gr.jp
コンサドールサッカースクール

会場情報は 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

RAISE 体操 クラブ



冬休み 短期教室



申込み
受付中



12/26 金 ~ 27 土 対象 満4歳~小学生

宮の沢店 ★2日間コース ¥4,100 (税込)

Aコース 10:30~11:30

Bコース 13:30~14:30

※どちらかのコースをお選びください

栄町店 ★2日間コース ¥3,700 (税込)

Aコース 10:30~11:30

Bコース 13:30~14:30

※どちらかのコースをお選びください

体操初心者♡大歓迎!

今なら /

体験料金
1000円

※通常体験料 1,760円

★時間など詳細は、ホームページ★

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。

※本申込みのお手続きが必要のため、申込み後一週間以内に直接各店舗までお越しください。
※WEB事前決済の場合は事前来店は不要です

キャンセル 12/19 [金] 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%



宮の沢



栄町



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! ぜひ一度体にお越しください。

レイズ体操クラブ
ホームページ



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

レイズ体操クラブ 宮の沢

063-0826
札幌市西区寒夏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



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

西区寒夏6条8丁目7-1
児童発達 △ | 放課後 ×

011-590-9105

※2025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ひこ座
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 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予定！ ロッジも3ヶ所と充実！

300台収容の無料駐車場も完備。詳細はHPをご覧ください！

【リフト料金 4時間券】おとな：2,400円 子ども・シニア：2,300円

【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 ●詳しくはホームページをご覧ください。

URL <https://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.7
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、抗衝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日中遊べる室内用遊園地！

【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】1,290円【休日】1,700円(子ども料金各種プランあり)

大人(時間無制限)：【平日】820円【休日】1,110円

※駐車場完備(2時間まで無料) ※年会費1家族様につき400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.5
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

札幌市青少年科学館

プレゼントNo.6
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/>

HPから
応募OK!

プレゼント応募要領



※①～⑨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 12/25(木)→到着分まで

① 北海道日本ハムファイターズ

「ムーミンと光の世界」ご招待券 ペア5組(10名)様
(有効期限) 2026/1/1(木・祝)～2/23(月・祝)

締切 2026/1/12(月・祝)→到着分まで

② 北海道コンサドーレ札幌

北海道コンサドーレ札幌グッズ 3名様

③ 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) 2025-2026 シーズン終了まで

④ ファンタジーキッズリゾート

1日遊び放題ご招待券 親子ペア10組(20名)様

⑤ 北村温泉ホテル

ご入浴券(大人)ペア10組(20名)様

⑥ 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) 2026/12/31(木)

⑦ 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) 2025/12/1(月)～2026/4/5(日)

⑧ 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) 2025-2026 シーズン終了まで

⑨ 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

①～⑨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2-111
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ください。
※応募いただいた個人情報等は当件のみに利用いたします。

星野リゾート トマム

プレゼントNo.7
ペアリフト1日券
2組4名様

滑っても滑らなくても楽しめる冬の最新情報をお届けします

星野リゾート トマムでは、新しいスキーレッスン「雪ッズ」の誕生や、「つきの de アブレスキー」、ドローンショーなど、滑走の有無に関わらず楽しめる冬の新コンテンツをご用意しています。

【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 12,200円～、リゾナーレトマム 1泊 25,400円～

料金 (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>

さっぽろばんけいスキー場

プレゼントNo.8
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)

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.bankai.co.jp>

●わくわくスノーランド(10:00～16:00)遊び放題(3歳以上)1,000円

※その他リフト料金はHPでご確認ください

P5 おやこ挑戦!! 頭の体操をたえ

よむ、かく、わかる!
さんすう
教室

① 5か所

② 2つ

何人で輪をつくっていても、2か所で手をはなすと、2つのグループになります。3か所で手をはなすと3つのグループ、4か所で手をはなすと4つのグループ、…になります。図を書いて確かめてみましょう。

③ 5か所

グループが5つできたので、手をつないでいたところは5か所です。

④ 7つ

30-5-8-10=7か所

手をつないでいるところは全部で30か所です。

1組と2組：5か所。2組と3組：8か所。1組と3組：10か所。

残りは、同じクラスの人どうしてつないでいるところです。

いつからでも
はじめよう。

【卒業生の声 ～入学を決めたきっかけ・学校生活・メッセージ～】

入学前から勤務する放課後等デイサービスで保育実習。
児童発達支援管理責任者の資格取得も目指したい。

令和6年度卒業 Oさん 【在学時午後の過ごし方】放課後等デイサービスで週6勤務・選択授業受講

障がいや生きにくさを抱えた子どもと関わる中で、正しい知識を身に付け、自分にできる支援を考えたいと思ったのが入学のきっかけです。必修授業は午前中で終わるので午後から働けることや、卒業することで保育士国家試験が免除されて資格が取得できるのも魅力的でした。

授業は外部講師を招いての講義が多く、今でも現場で働いていたり研究を続けているような方々がいらしゃるので、現場のリアルを知り保育士としてだけでなく一人一人として勉強になります。10～60代と様々な年齢のクラスメイトがいるので、授業ではいろんな視点や意見が飛び交いとてもおもしろいです。

将来は、保育士として子ども一人一人の個性を受け入れ、ひとりの人間として尊重しながら子どもたちが大人になった時のことを見据えた支援を保護者と協力しあって行けるような支援者になりたいです。児童発達支援管理責任者の資格取得も目指しています。こども学舎は、働きながら資格を取得したい方にとって魅力的だと思います。



子育てママ・社会人多数在学

卒業時に取得(国家試験の受験免除)

保育士資格を取得しませんか?

説明会のご案内

【平日・日曜】
1月と2月も開催!

■体験授業＆国の制度事例説明会

12月14日(日) 13:00～15:00

【体験授業】これからの保育～子どもから学ぶ保育者へ～

■体験授業＆授業見学会(定員:8名)

1月20日(火) 10:00～11:15

【体験授業】こどものわかってほしい!を考える
～多様なこどもの生きにくさ～

こども学舎の特徴

NEW

自宅視聴型授業(自宅受講可!)

仕事と両立しやすい「新しい試み」※受講条件あり・対象科目のみ

時間に縛られない
週3日程度通学

ママさん学生69名!

97名在学/平均39歳(10代～60代)

必修授業は午前のみ!

必修授業 9:30～12:05(2年制)

学費の計画納入!

年間の学費をご自身の計画で納入OK!

学費支払いの解決策紹介!

国の制度併用で約538万円受給・借入できた事例も!

出願受付中(令和8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

こども学舎

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)

こども学舎 公式Instagram

こども学舎の「今」を発信中!



資料請求

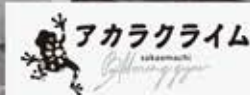


#ビギナー 2時間 660円～
#すきま時間に運動!
#親子割引あり!

札幌栄町エリア

ボルダリングジム

体験レクチャーがあるから安心!
初心者大歓迎!



〒007-0838
札幌市東区北38条東15丁目1-19
TEL.011-788-9697
@akalacimb.sakaemachi

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伺います!

◆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!

学年レクなどの
イベント
プログラムも
あります。

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