



小さな秋を見つけよう

親子で 秋さんぽ

親子で秋を見つけてみよう

秋はスポーツやアートなどに関連する催しやハロウィンなど、楽しいイベントが多い季節です。また、さわやかな秋晴れに恵まれることが多く、家族でのお出かけが楽しい季節でもあります。なかでも、秋の公園は子どもたちにとってまさに宝の山。マツボックリやどんぐり、くるみなどの木の実を集めたり、キノコを探してみたり…。鮮やかに色づいた落ち葉を足音高く踏みしめるだけでも楽しいですよ。本格的な冬がやってきてしまう前に、小さな秋を見つけに遊びに出かけてみてはいかがでしょうか。

何して遊ぶ？

葉っぱかるた

「これと同じ葉っぱがあるかな？」と一緒に落ち葉のカルタとりはいかがですか。綺麗な色の葉っぱを紙に貼って、親子で落ち葉アートを作ってみるのもおすすめ！

オーナメント作り

マツボックリに色を塗り、ビーズ等でデコレーションするだけでオリジナルのミニツリーに変身！錐で穴を開けて紐を通せば、オーナメントにもなりますよ♪

栗拾い

軍手と火バサミを持って、宝探しにレッツゴー！地面が固いところに栗を置き、両足の靴でイガを挟んでグリグリと栗を取りだします。頭の上に落ちて来ることもあるので、帽子とジャンパーは忘れずに。

どんぐり虫に要注意！

子どもたちが大好きなどんぐり。持って帰ってきたまま放置して、虫が湧いて困ったことはありませんか？どんぐりにはゾウムシの幼虫が多く、工作に使ったり長期間室内に置いておく予定なら注意が必要です。一度煮沸をして天日干しをするのが一般的な殺虫方法ですが、もっと手間がかからないのが「冷凍」。ビニール袋に入れて1週間程冷凍保存し、その後天気がいい日に乾燥させましょう。なお、電子レンジでの乾燥はNG！爆発する恐れがあります。

西区&近郊 おすすめ紅葉スポット

農試公園



赤から黄色に紅葉するサンルーム(ツインキャップ)のツタは見事の一言。公園内には落葉樹が多く、黄金色に輝く並木道の下、落ち葉のじゅうたんを踏みしめながら歩くことができます。また、公園の横を流れる琴似発寒川では、10月中旬～11月いっぱい頃までサケが遡上する姿も楽しめます。

円山公園



花見スポットとして有名な円山公園ですが、園内にはカツラやヤマモミジ、イタヤカエデやイチヨウなど紅葉する木があり、例年10月中旬から見頃を迎えます。北海道神宮や円山動物園とも隣接しているので、お出かけついでの散策もおすすめ。運が良ければ野生のエゾリスが見られるかも！

宮丘公園



33ヘクタールの広大な面積を誇り、手稲山の裾野に広がる自然豊かな公園。園内には散策路や展望台があり、色づいた木々や冬眠前の虫たちを様々な角度から観察できます。交通アクセスもよく、地下鉄宮の沢駅から徒歩10分ほどなので、近場のハイキング気分でも出かけてみては。

イベントスケジュール

◆ちえりあ映画会

「美女と野獣(1994年・実写)」を上映します。

■日時 10月24日(火) 9時30分開場、10時開演

■会場 札幌市生涯学習センター1F
ちえりあホール(西区宮の沢1-10)

■入場料 無料(要整理券)

■申し込み 不要、直接会場へ

■問い合わせ 札幌市生涯学習センター ちえりあ メディアプラザ
011-644-6822

◆山の手図書館

絵本の読み聞かせ会

■日時 10月17日(火)、24日(火)

15時～15時30分
「やきいもするぞー」
「ねないごだれだ」ほか
「のしいおはなし会」
「おはなしがごとく」

■日時 10月21日(土) 幼児向け：14時～14時20分 「ねことねずみ」ほか
小学生向け：14時30分～15時 「みつけどり」ほか

■大人のお話会

■日時 10月30日(月) 10時30分～12時
「黒いお姫様」ほか
「腹話術バラエティショー」

■日時 11月4日(土) 14時～14時45分
「はかばかしい手品」ほか

■会場 山の手図書館 2F多目的室(西区山の手4条2丁目) ■申し込み・費用 不要

■問い合わせ 011-644-6822

◆ちあふる・にし

子育て講座「教えて！ナース ～病氣編～」

■日時 11月7日(火) 13時30分～14時30分

■会場 西区保育・子育て支援センターちあふる・にし集会室(二十四軒3条5丁目6-1)

■講師 ちあふる・にし看護師

■対象 0歳～就学前の子と保護者

■定員 親子15組・先着順

■費用 無料

■申し込み 10月24日(火)から電話で
011-641-6954
(西保健センター1F 西区子育て支援担当係)

■受付時間 月～金曜日(祝日をのぞく) 9時～17時

■問い合わせ ちあふる・にし 011-613-7882

◆第12回 文化祭

オカリナや大正琴、三味線マンドリンなど様々な演奏が楽しめます。軽食コーナーもあり、出入り自由です。のお気軽にご覧下さい。

■日時 11月3日(金)・祝、10時～15時

■会場 二十四軒会館大ホール

■入場 無料・出入り自由

■主催 二十四軒会館コミュニティサロン等運営協議会

◆第44回 三角山市場

地域の手作り作家さんの作品や福祉作業所の生産品が並び、手作り雑貨市です。

■日時 10月14日(土) 10時～15時

■会場 レンガの館ホール(西区八軒1西1)

■入場料 無料

■主催・問い合わせ 三角山放送局
011-640-3330

※諸事情により、事前の予告なく変更される場合があります。

えほん だいすき!

My Recommended Books



びっくり まつぼっくり

多田 多恵子 文 / 堀川 理万子 絵
福音館書店

まつぼっくりには、ふしぎがいっぱい。まつぼっくりのタネの、くるくるまわる不思議なダンス。雨の日と晴れの日では、かさの形が変わります。閉じたまつぼっくりを持って帰ったら、次の日に大変身! さあなにがおきたのでしょうか? 親子でびっくり手品もできますよ。まつぼっくりをひろったら、ぜひ挑戦してみてください。

子どもが自然に興味を持つきっかけになった本のこの本を読んだ翌日は、必ず公園に連れて行かれます(笑)。



今月のおすすめ人
主婦
ようこさん

わが家の アイドル

えま
高柳 瑛愛 ちゃん
1か月



元気で明るい子に育ちまおうに



ちびこみ 広場



地域の皆さんの掲示板です。身近なイベント紹介、サークル募集、投稿、質問等、なんでも自由にご利用下さい!

アルテピア40周年記念 親子アートクラブ 色とりどりの夢 キンビでばくはつ!! ~親子で作る流木アート~

流木に色をつけカラフルな立体作品を作ろう!
作品は11月5日~30日の期間、ロビーに展示するよ!

- 日時 2017年11月4日(土) 10:00~12:45
- 会場 北海道立近代美術館 2階造形室
(札幌市中央区北1条西17丁目)
- 講師 ダム・ダン・ライ氏(彫刻家)
- 対象 小学生と保護者
- 参加料 無料
- 定員 50名
- 応募方法 住所・氏名・ふりがな・年齢・学年・性別・電話番号を記入の上、往復ハガキで申し込み。10月17日(火)必着。(応募多数の場合は抽選)



主催 一般社団法人 北海道美術館協力会 (アルテピア)
共催 北海道立近代美術館
後援 北海道立三好太郎美術館・札幌市・札幌市教育委員会

■問い合わせ

一般社団法人 北海道美術館協力会
〒060-0003 札幌市中央区北3条西18丁目2-7
TEL 011-644-4025

Let's Circle!

〜れっつ・サークル!〜
サークルNo.66



ママヨガ YOGA STUDIO -Jnana-

- 活動場所 西区、北区
- 活動日時 月曜日、各月2、3回
- 対象 女性、子連れ歓迎
- 入会金 なし
- 月会費 2,000円で3回、もしくは4回の子チケット制
(好きな時にお使い頂けます。)
- その他必要な経費 なし
- HP、E-mail等
<https://ameblo.jp/yogawisdom>
- 問い合わせ・申し込み
090-7647-2525
古川 美智子

『YOGA STUDIO -Jnana- ヨガスタジオ ジュニャーナ』は、2016年に札幌市北区でオープンしたヨガスタジオです。現在は北区と西区でママヨガクラスを定期的に開催しています。【北区クラス】では幼稚園ママさんや小学生のママさんが多いですが、お子様連れもちろん大歓迎。スタジオ内にオモチャ等の用意もあり、子どもを遊ばせつつヨガを楽しむことができます。一方、【西区クラス】は主に子連れママさんがメイン。産後一ヶ月の赤ちゃんから3~4歳の子どもと一緒にいる場合が多いので、キッズヨガや親子ヨガ、ベビーマッサージ等、その日のメンバーに合わせてヨガの内容を変えています。どちらのクラスも予約無しで自由に参加出来るのがポイント。子どもの体調や自身の都合に合わせて、いつでも気軽に参加できます。また無理なく長く通っていただくため、会費もリーズナブルに設定。3~4回分2000円の子チケット制で、ムダがなく安心です。また、出張ヨガや自宅ヨガも随時受け付け中! 3組以上から予約できますので、お気軽にお問い合わせ下さい♪

★掲載サークル募集★

「Let's Circle! (レッツサークル)」に登場していただけるサークルを募集しています。サークルの周知やメンバー勧誘にご利用下さい。1面販売所連絡先まで、ハガキ、FAX、e-mailにてご応募下さい。掲載料は無料です。

【投稿規定】
『我が家のアイドル!』、親子で楽しめる簡単レシピ、紹介『ハッピーリビング』、地域の掲示板『ちびこみ広場』への投稿や情報をお待ちしています。住所、氏名、電話番号を明記の上、(有)北海道新聞販売所(※1面)に連絡先記載)までご応募下さい。ハガキや封書、FAXやe-mailでもOK。採用された方には粗品を進呈致します。なお、いただいた写真は返却されませんので、あらかじめご了承の上ご送付下さい。

【編集部より】
10月11日は「安心・安全なまちづくりの日」。秋の地域安全週間に伴い、防犯啓発する様々な取り組みが行われます。とはいえ、子どもたちにとって一番大切なのはやはり家庭での取り組みです。普段から通学路や周辺の危険な場所を共有したり、いざと言う時の対応方法や連絡先の確認をしておくなど、しっかりとコミュニケーションを取り、防犯意識を高めておきたいものです。

~古新聞リサイクル~

古新聞7kgにつきスタンプ1個押印。貯まったポイントに応じて「生活用品」と交換いたします。

毎月決まった日に回収に伺います。(お住まいの地域によって回収日が異なりますのでご確認ください)

お申込は販売所までご連絡ください。

24日

25日

26日

二十四軒
1~2条
(1~7丁目)

二十四軒
3~4条
(1~7丁目)

琴似
1~4条
(1~7丁目)

食育応援! 親子で

HAPPY COOKING!

【材料(三角パイ4つ分)】

- 冷凍パイシート... 1枚
- かぼちゃ... 100g
- 砂糖... 大1
- 牛乳(生クリーム)... 10ml
- バター 10g
- 卵黄... 適量

冷凍パイシートを使った簡単かぼちゃパイです。ハロウィンのおやつにもオススメ!

簡単! 時短! ミニかぼちゃパイ



- かぼちゃは種とわた、皮を取り除き、一口大にカットします。冷凍パイシートは常温に出して解凍しておきます。
- 耐熱皿にかぼちゃを並べラップを被せ、600Wのレンジで約5分加熱します。熱いうちにバターと砂糖と牛乳を加え、溶かしながらかぼちゃペーストの完成。
- パイシートに小麦粉を少量うち、綿棒で軽く伸ばして4等分にカットします。
- 中央に②を乗せ、三角形になるように折って端をフォークで閉じます。
- 表面に卵黄を塗り、200℃余熱をしたオーブンで20分焼く。焦げそうになったら上にホイルをかぶせて焼いて下さい。

お手伝いポイント!

お手伝いポイント!

ひとくちメモ

かぼちゃによって甘さが違うので、甘さを見ながら砂糖の量を調節して。

