

年度初(始)めの区P連交流会～有志でやってみた～
の
有志と参加者による

完全主観
なんでも3選

たまにはひとりで現実逃避！

市内(近郊含む)おすすめサウナ施設3選 !!

※道内もだいたい抑えているので、方面とコンセプトがあれば、おすすめ 施設 出せます！

◆「ニコーリフレ」 朝バイキングでカニ食べながらゆっくり過ごす午前中コース

- ・南3西2、交通アクセスよし、札幌を代表する男性専用サウナスパ施設
- ・7-10まで食べられる朝のバイキング1400円に、冷凍紅ズワイガニが出されるので、気軽にカニを楽しめる。別注文だけどお酒も飲める。
- ・時間を合わせればロウリュサービスも受けられる
- ・入浴や食事の前後で、リクライニングスペースで漫画や昼寝も楽しめる
- ・アカスリやボディケアも有料で受けられる
- ・入館料はそこそこかかる。料金システムも理解しないとうまく使えない。必要があれば フォローしますし、今度会えた時に最大24時間滞在可能な無料券さしあげ ます
- ・(24時間営業している施設なので、昼間や夜も行ける。カニは朝だけ。)

◆地下鉄南郷7丁目徒歩圏の銭湯:「美春湯」でゆったりいやされて湯上りに絶品焼き鳥コース

- ・地下鉄南郷7丁目徒歩圏にある銭湯、美春湯
- ・広くは無い、ベーシックなつくりながらも、ちゃんと世代交代できていてしっかり運営してくれてる施設
- ・サウナはやさしめだけど、熱湯バイブラの湯が44度くらいでしっかり熱々になれる。サウナで体内をしっかりとあたためた後に、汗を流して熱湯バイブラで体表をしっかりとあたためたら、ラードでスープを覆った札幌味噌ラーメンのような、無敵の身体になれる。そのまま水風呂に入ると天国一直線。
- ・水風呂がいい。すごくいい。さわやかさのかたまり。
- ・客層は身体にイラストがある人が多いけど、あたたかな地域コミュニティが形成されてる風。居心地がいい。
- ・本郷通商店街とか、近くに飲食店が多いので、湯上りの飲食も楽しめる。おすすめは「ジャンボやきとりつかさ」で湯上りの綺麗な身体にまた焼き鳥のけむりをまといながらいただく冷え冷えビールと絶品焼き鳥のマリアージュ。

たまにはひとりで現実逃避！ 市内(郊含む)おすすめサウナ施設3選 !! つづき

◆「プレミアホテルキャビン札幌」の日帰り入浴で重厚な温泉・サウナを味わう

- ・すすきのの南西方面の外れに位置。
- ・札幌市内サウナではわたしは1番クオリティが高いと思ってる。
- ・日帰り入浴は2500円ほど。高い。少しだけ技があり、日曜日に行くと、次回 利用券が貰えるので実質半額とか、道新ぶんぶん倶楽部特典だと、2人で行けば1人分無料とかあるので要チェック。デフォルトで、ポイント制度があり、2回行けば次回無料になるので、実は額面よりはやや安く使える。他の割引とは併用できない。
- ・温泉が結構すき。擦り傷切り傷系によく効くと感じる。紙で指を切ったりとかしたら、とりあえずキャビンのお湯につかりに行きます。
- ・サウナは、手作り感溢れる構成。照明暗めでしっかり熱くなれる。サウナ室の 側面に立てられた木の板があり、そこにロウリュ用のお湯をかけて湿らせる と、室内の湿度をたすことが出来て、蒸し蒸し熱々度をカスタマイズできる。セルフロウリュもできる。
- ・水風呂はコンパクトだけど、冷え感十分。
- ・浴室内の椅子で休憩しても良いし、露天(階段でフロア3階分を登る必要あり！)ですすきのの外気を浴びながらゆっくり過ごしてもいい。隣の焼肉屋さん「トリ」から流れてくる匂いでお腹を空かせるのもありあり。

◆番外編:千歳の外れにたたずむ、道内イチ濃いモール泉が湧き出る湯「松原温泉」

- ・お湯のみ、サウナなし。水風呂もなし。
- ・コンパクトなつくりながら、湧き出るお湯は1級品。十勝に負けない濃さの モール泉が湧いてる。 泉質も2種類ある。
- ・長沼経由で厚別からは比較的行きやすい
- ・男湯と女湯を隔てるすりガラスがエモーショナルでセクシー。
- ・行き帰りに長沼の「あいちゅランド」で最高のソフトクリーム体験もあわせて。

手稲区

心身ともにリフレッシュできる場所3+ α選

【軽川桜並木】

桜の季節は、とても綺麗です。

【ていねプール】

夏は子供が喜びます！

16時越えたと揚げパンが半額になります 

【前田森林公園】

冬は歩くスキー、夏は歩くだけでも気持ち良いし、
バーベキュー広場もある！

インドのタージマハルがモデル？になってる？
メインカナルがある！紅葉も最高！

【乙女の滝】

自然の中をトレッキングしながら圧巻の滝に到着できる！

【稲積小の「いなづみ雪あかり」】

雪祭りに負けない位の雪像やライトアップが見れるよ。

2月に開催だよ！

☆裏情報☆

手稲探検隊に参加したら、
普段は入れない「手稲鉱山跡地」を見れる！
壮大な跡地に感動  普通は入れないよ。
※手稲探検隊～手稲区P連主催イベント

小・中学生の読み聞かせにおすすめの絵本3選

【バナナじけん】

※幼稚園から小学3年生くらい

- ・落とし物のバナナから次々と事件がおこる
- ・オチもしっかりある
- ・読み手も面白い

【はるさんと1000本のさくら】

※高学年

- ・未来への希望を託すことの素晴らしさが描かれた絵本
- ・優しい気持ちになれます

【かしこいさかなは考えた】

※中学生

- ・進化論をベースにした絵本
- ・ファンタジーだけど「進化ってこういうこと」が分かりやすい

大人に読んでもらいたい絵本

【世界でいちばん貧しい大統領のスピーチ】

- ・貧しい人とは持っていない人ではなく、もう持っているのにまだ欲しいと思う心の持ち主のこと
- ・絵本ながら、現代を生きる人に本当の豊かさを教えてくれる

【3びきのかわいいオオカミ】

- ・反戦を伝える作家さん
- ・武力や暴力じゃ止まらない争いを、いかにして止めるかをコメディタッチで描いてる

【わたしのいちばん あのこの 1ばん】

- ・1等賞の1番だけが大事なのかな
- ・わたしは「わたしのいちばん」が大事
- ・主人公の心の葛藤と成長が描かれてて、わたしのいちばんのおすすめ

親子で登れる市内・道内の山それぞれ3選

【札幌市内なら ...。】

①円山

- ・初心者向け。小学校低学年からOKで、巨木やエゾリスなどに出会える。

②藻岩山

- ・初級者向け。山頂から札幌市内が見渡せるので、自宅を探してみるのも .
- ・登山口が複数ある。

③八剣山

- ・初級者向け。南区豊滝にある岩山でスリル満点。下山後の もセットで。

【道内となると ...。】

①富良野岳原始ヶ原の滝巡りコース。

- ・小学校中・高学年から。
- ・アドベンチャー感満載。

②大雪山黒岳

- ・ロープウェイとリフトを利用すれば1時間で北海道の屋根に到達。

③貫気別山

- ・ルスツのスキー場の山。
- ・山頂でドカンと羊蹄山が現れる。
- ・山菜が豊富でもある。

おすすめのインテリアのお店市内 3選

SFに出てきそうな家具やアンティークな感じが好き

カンディハウスはお店に住みたくなっちゃう♡

・ノーチェ

[NOCE札幌のリンク](#)

・ウニコ

[unico札幌のリンク](#)

・カンディハウス

[CondeHouseのリンク](#)

今季注目のコンサドーレ札幌3選手

近藤 友喜 33

2023年12月30日、横浜FCから北海道コンサドーレ札幌に完全移籍加入と発表。

2024年12月16日、他クラブからのオファーがありながらもチームに残留。

右サイドからのドリブルに注目

出間 思努 99

藤野中・新陽高校卒

昨年からトップチーム登録

青木 亮太 11

トップ下。テクニックあり。

フリーキックの精度高い

【親子で楽しむゲーム】3選

○トランプ

ババ抜き・大富豪・神経衰弱など...、人数や時間やスペースの都合によってゲームの選択肢がたくさん！

オリジナルルールを設定して、手軽に楽しむことができます！

○ブロックス

ボード上に様々な形のピースを配置していく陣取り系ボードゲーム
感覚で攻めるもよし！

じっくり考えて攻めるもよし！

つい集中してしまうゲームです！

○ジェンガ

安全に攻めるか？

挑戦するか？

ドキドキハラハラ、スリル満点で盛り上がること間違いなし！

身近なもので ok!

きがるに親子で楽しめる遊び 3選！

☆ドッチビー

フリスビーが柔らかいから当たっても痛くないし、外でも屋内でも楽しめます！

☆風船あそび

風船バレーや風船リフティング...

風船1つあれば、色々遊べちゃいます！

風船を膨らませて手を離すだけでも、子どもたち喜ぶこと間違いナシです！

☆シャボン玉

こどもの、飛ばしては追いかけて割ろうとする姿が、いくつになってもかわいい♡

ハンガーを輪っかに変形して毛糸をグルグル。大きなシャボン玉が楽しめます！

市内おすすめのパン屋さん3選

①白石区チャーリー

スタッフ考案のパンが多く、日々種類の違うパンが並ぶのが良い
[Charlieのリンク](#)

②桑園のココペライ

ハード系がお勧め。明太フランスとクロワッサンが絶品。
[Kokopelli-ココペライ®のリンク](#)

③西区西野ブーランジェリーミュール

創作パンが多く、フィリング(中身のクリームなど)が手作りの物が多く
生地もモチモチして美味しい

[Boulangerie mureのリンク](#)

自分へのご褒美に！！ おすすめの市内スイーツ屋さん3選

①MILK DO dore iku？

観て楽しく食べて美味しい生ドーナツ

②北の和菓子 四代 嘉心

一面ごま!!の箱の中から出てくる

"づくめ団子"

他にも期間限定の水羊羹やわらび餅など

③かど丸餅店

行列必至の"いちご大福"以外にも

キウイ・みかんと言ったフルーツ大福

から、他の大福・団子まで美味

同率3位 🍷

③PATISSERIE Bliss Bliss

絶品スイーツ(嵐が食べたとか **!?**)

"KOBEメモリー"というチョコケーキは美味

自分へのご褒美に！！

おすすめのパフェとパンケーキのお店それぞれ3選

●パフェ

『パティスリー・リーモ』

- ・ビジュアル○
- ・季節限定が魅力

『パフェ・珈琲・酒 佐々木』

- ・佐藤の姉妹店 堪能セットは予約可

『PATISSERIE・BY・S』

- ・旬の果物のパフェが○

※番外

『ピープル・ピーポ』

注文されてからアイスクリームを作るこだわりの店 終電に間に合わない 😭

●パンケーキ

『ROJIURA・CAFE』

- ・夜にパンケーキが食べられる スフレ系

『JINNO コーヒー』

- ・スフレ系 ランチも○

『any cafe』

- ・スフレ系 混んでいる

今季注目！！

日本ハムファイターズ3選手

フランミル・レイエス

現時点でパ・リーグホームラン数トップ

パワフルな打撃と威圧感で怖そうに見えるけど、ファンサービスの手厚さやメンバーと笑顔で話す姿が印象的

あだ名は「優しき大男」

郡司裕也

頭脳明晰

咄嗟の判断力が光るプレイや、ヒーローインタビュー等で見えるトークスキルの高さが魅力

今シーズンは現時点で3回のサヨナラヒットで勝利に貢献してる「サヨナラ男」

田宮裕涼

ファイターズのアイドル！計算なしでカワイイ。キャッチャー登録ながら、昨シーズンは途中パ・リーグ打率トップに並ぶバッティングスキルと、守備では盗塁を阻止する強肩「ゆあビーム」が魅力

厚別区のアイドル(?)はるさんと同じ誕生日！

親子で楽しめるオススメゲーム3選

TVゲーム編

小学生向け

世界のアソビ大全51

七並べや大富豪(トランプ)五目並べやリバーシ等、51種類のテーブルゲームが手軽に遊べるゲームです。簡単なルールだけど奥が深い、51種類の中にはハマるゲームが1つはあるはず！

ピクミン4

『引っこ抜かれて、あなただけについて行く〜♪』の歌で一世を風靡した謎の生物「ピクミン」を指揮して目標を達成していくアクションゲーム。親子2人プレイで協力して、ピクミンを引き連れ散歩をしてるだけでも楽しいです。

中学生向け

ドラゴンクエストXオンライン

「オンラインゲームの遊び方が問題だ」と心配になる話をよく聞きます。そんな時は一緒に遊んでみましょう。このゲームは言わずと知れたドラゴンクエストシリーズの10作目でSwitchでもプレイステーションでもPCでも遊べます。特徴は他の多くのオンラインゲームと違って、古くから遊んでいる人と新しく始めた人の差が小さい事、ドラゴンクエストらしいストーリーがちゃんとあってオンラインゲームが初めての人には特にオススメです。親子で一緒に世界を救ってみてはいかがでしょうか？