

まちがいさがしに挑戦しよう！まちがい5コあるよ！

※あるきながらさがすのはダメだよ！おうちに帰ってからチャレンジしてね。



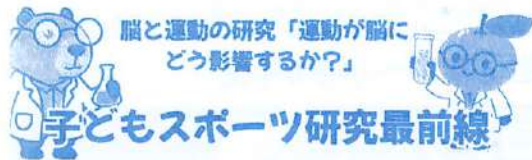
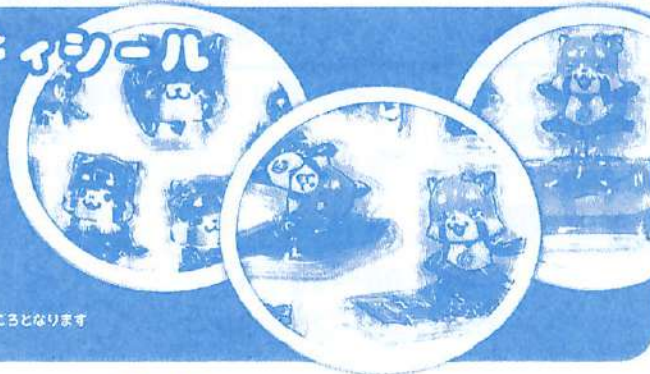
## ラダリーキャンディシール

体操クラブ  
会員ページにて販売中

入会特典キャンペーン  
入会者1名につき1シート贈呈

対象：2026/4/1～5/31に体験  
⇒2026/4/1～6/30に入会

※お申し込み期間は入会後1か月半～2か月ごととなります



脳と運動の研究「運動が脳に  
どう影響するか？」

子どもスポーツ研究最前線

●● 最終の研究をのぞいてみよう！ ●●

慶応義塾大学 牛山潤一教授の研究室で行われた研究によると、トランポリンを使用した脳と運動の研究論文が学会で発表されました。

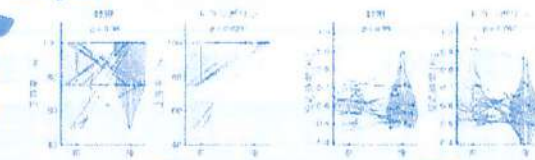
Q. 実験ではトランポリン運動にどんな効果がみられた？

A. 抑制機能みたいな、ある種「賢さ＝自分のふるまいを自覚的に選択できる機能」に向上が見られたのは、とても興味深い。

Q. 「抑制機能」ってなに？

A. 抑制機能で結果が出ているのは、「そのときやるべきことをやる」ということ。学びに向き合う素地が整うきっかけになるかもしれない。たとえば、注意力散漫な性質の子が、オンオフの切り替えができるようになるかもしれない。

### Go/NoGo課題



トランポリン条件のみ、介入後で圧縮率が有意に向上した。  
→10分間のトランポリン運動によって抑制機能が向上したと考えられる。

Q. 「トランポリン運動」はどのように注目されているの？

A. こどもたちはここにしているのに、(体には) ストレスがかかっていることがわかった。これはすごいこと。ストレスがかかっているにもかかわらず感じるわけじゃないということ。有酸素運動でいえば、「20分走りつづける」は無理。その意味では、トランポリンにはトランポリンの独自性がある。同程度の肉体的身体的な負荷を、通常のランニングで与える場合には、少なくとも過去の有酸素運動は、30分走らせるなどが研究内容だった。

Q. 「トランポリン運動」にほんなことが期待できるの？

A. 「トランポリンすると勉強ができるようになる」とは言えないが、のちにやる勉強のための、すこしいい脳のウォーミングアップだという話はいえるかもしれない。

# 体操って、楽しい!!



4メートルの  
大型トランポリン!

てつぼうも  
あるよ!

## 体操クラブ

## 部員募集中!!

## 無料体験受付中!



# ヨロコとカラダを そだてる体操クラブ



## 体操の6つの特徴

体幹アップ

集中力アップ

バランスアップ

柔軟性アップ

全身運動

個人種目だから  
自分のペースで出来る

思いやり  
責任感など

## 5つの非認知能力を引き出します!!

1 開放性

新しいことに挑戦  
しようとする

2 勤勉・誠実性

物事を真面目に  
取り組む

3 外向性

積極的に他人と  
関わろうとする

4 協調・調和性

相手を思いやる  
心の優しさ

5 神経症傾向

イライラしない  
精神の強さ

※非認知能力とは、感情や心の働きなど数値として測ることができない能力です。  
身に付けると、心の土台となり、将来社会を生き抜く力が強くなります。

### 通われている保護者さまの声をご紹介します

何事も諦めがちな性格が、  
家で自主的に練習したりして  
諦めない姿勢がみられる様になった。

朝の目覚めを良くする力をかたと思います。また、挨拶が大きな声で  
言えるようになりました。

サッカーでのドリブルを見ていると  
体幹がしっかりしたように感じます。  
また、すぐに疲れたと言わなくなりました。

跳び箱に苦手意識がありましたが  
先生がいていいに子どものペースを  
教えてくださり、6段が跳べるようになりました!

02747498・02747499・02747500・02747501・02747502・02747503

## 体操クラブ詳細

!!わたしたちが教えています!

担当指導員 1

はせべ りゅうた 先生

担当指導員 2

さかきばら しんご 先生

運動が苦手な子でもトランポリンを  
やれば運動が好きになれるかも!  
色々なことに挑戦して長谷部先生と  
一緒にがんばろう!

先生と一緒にトランポリンをたくさん  
飛んで体操を好きになろう!

【体操クラブ名】 木崎体操クラブ

【練習会場】 さいたま市立 木崎中学校 武道場

【練習日】 火 曜日 ※クラブ年間スケジュールに準ずる

【直近の練習日】:

※体験時・入会時に「年間スケジュール」をお配りいたしますので、ご確認ください。

【練習時間】

① 19:00~19:55

② 19:55~20:50

※クラスコード

S036A

S036B

定員

24名

24名

名

※定員制のため、満員のクラスの場合もございます。予めご了承ください。

【対象学年】

① 年中~小学6年生 ② 年中~小学6年生

## 無料体験のお申し込みはコチラ!!

運動が得意な子、苦手な子も一度体験してみよう!

※無料体験は、おひとり様1回限りです

手順1 右のQRコードを読み込みサイトへアクセス  
(URL: <https://onl.bz/gmNX8yr>)



手順2

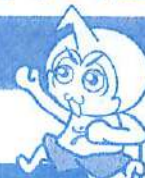
体験申し込み用フォームにて必要事項を入力し送信で完了!

※お申込み時に必要なもの: ☆クラスコード ●プリント番号

※docomo・au・Softbank・楽天等のキャリアメール以外のメールアドレスをご使用ください

体操クラブ支援・協力: 地域スポーツ振興協会 ■ [info@sports-association.org](mailto:info@sports-association.org)

クラブの  
詳細・Q&Aも  
コチラ!



学べば変わる、家計も未来も。

参加費  
無料

たったの1時間で学べる！

家族の未来に寄り添う

# お金の授業

各回  
先着30名  
限定

オンライン  
(zoom)  
開催

4/22 水 4/24 金 4/25 土

4/26 日 5/2 土 5/3 日

10:00 ▶ 11:00 ・ 事前予約制

講師プロフィール



上路 紗希 (あげじ さき)

3人の子育てをしながら日本各地でオンラインマネーセミナーを行う現役ママ。“一生お金に苦労しない方法”をお届けする子育て世帯専門のファイナンシャルプランナーです。資産づくりの基本をわかりやすくお伝えします！

※金融商品の勧誘は一切ありません！

スマホで  
カンタン  
3分で♪

お問合せ

家族の未来に  
寄り添う会

✉ kazokuyorisou@gmail.com

🏠 <https://kazokuyorisou.com>

お申込みは  
今すぐこちらの  
QRコードから！



後援：埼玉県教育委員会

※裏面もお読みください！

# 保護者の皆様へ

## “何にどれだけお金がかかるのか” 把握していますか？

2022年4月から成人年齢の引き下げやキャッシュレス化の進展を受けて学習指導要領が改訂され、子どもたちが小学校から金融について学ぶ時代になりました。では、私たち大人は金融について、いつ・どうやって学ばいいのでしょうか。「やらなければ!」と思っても、毎日子育てや家事・仕事に追われ、家計と向き合う時間がないという忙しいみなさんのために、まずは家計管理・資産形成のコツをご紹介します!

### セミナーの3本柱

ねんきん定期便や源泉徴収票があると◎

- 1 ためる・ふやすのお話**
  - 日本の経済状況や制度をわかりやすく解説。
  - 無理なく行う資産の増やし方とは?
- 2 まもる・けずるのお話**
  - FPが考える税金対策と保険のポイントはココ!
  - 将来あなたが年金をいくらもらえるのか計算しよう!
- 3 家族の未来を考えるマネープラン**
  - お金の攻め方・守り方って?
  - 資産づくりの軸はライフプランにあり!

変えられるのは自分だけ。



※よんでくれてありがとう。  
このチラシはおうちのひとにわたしてね。

### セミナー参加特典

講師や担当FPによる  
**無料個別相談**  
プレゼント!!!

セミナー内で出た  
悩みや不安は、  
ココで相談できるから  
安心!!!

子供の進学が間近に迫っていて、「お金が足りない!」と強く感じている今日この頃です…。この講演を“もっと若い時”に聞いておきたかったです。家族にも伝えたいです。  
(40代夫婦)

今までずっとお金のことが気になっていましたが、実際には何をしていたのかわからず不安ばかりでした。初めてFPの方のお話を聞いて、将来の不安をなくすためにも自分たちでお金を作る必要性を感じました。  
(30代女性)

“あのとき参加してよかった”

という声を日本各地から  
いただいております!



### お問合せ

家族の未来に  
寄り添う会

✉ kazokuyorisou@gmail.com  
🏠 https://kazokuyorisou.com

お申込みは  
今すぐこちらの  
QRコードから!





LIONS FRIENDLY CITY

フレンドリーシティとは、株式会社西武ライオンズの地域コミュニティ活動「L-FRIENDS」の一環として、「連携協力に関する基本協定」を締結しているパートナー都市の総称です。

フレンドリー  
シティ  
限定

2026年埼玉西武ライオンズ 主催試合

# 抽選で無料ご招待!!

休日開催を含む20試合を対象に、  
合計 抽選で各試合1,000人

## 20,000人を無料で ご招待いたします!

#16  
隅田知一郎  
投手

#51  
西川愛也  
選手

#62  
滝澤夏央  
選手

対象試合①

5/8金~24日

抽選受付期間

4/2木~12日

当落発表 4/17金

対象試合②

7/14火~24金

抽選受付期間

5/28木~6/21日

当落発表 6/26金

対象試合③

7/31金~8/20木

抽選受付期間

6/11木~7/5日

当落発表 7/10金

# 概要

対象の2026年埼玉西武ライオンズ主催試合に、各試合抽選で1,000名さまを無料でご招待いたします。下記の応募方法をご確認のうえ、ご応募ください。ご家族・ご友人でペルーナドームでの試合観戦をぜひお楽しみください。

## 応募対象

フレンドリーシティの市町村にある幼稚園・保育園、小学校・中学校・高等学校・大学、役所・役場などで当ご案内を受け取ったご本人およびご家族・ご友人

## 応募対象試合

2026年5月8日(金)～8月20日(木)の埼玉西武ライオンズ主催試合20試合

※抽選で合計20,000名さまを無料でご招待いたします。

※応募対象試合は、変更となる場合がございます。

※応募対象試合の日程は、下記「応募期間」でご確認ください。

※応募試合数に制限はなく、希望される場合は複数試合にお申込みいただけます。

## 対象席種

内野指定席A・B・C(3塁側)

※最大3名さままで無料でご招待となります。4名さま以上のご観戦をご希望のお客さまにつきましては、当選後、追加でチケットをお買い求めいただくことは可能です。ただし、ご招待のお席と、連続したお席の確保をお約束するものではありません。

※ご希望の複数試合にお申込みいただけます。

## 応募期間

対象試合	抽選受付	当落発表
5/8(金)～5/10(日) 5/22(金)～5/24(日)	4/2(木)10:00～4/12(日)23:59	4/17(金)
7/14(火)～7/16(木) 7/22(水)～7/24(金)	5/28(木)10:00～6/21(日)23:59	6/26(金)
7/31(金)・8/2(日) 8/7(金)・8/9(日) 8/14(金)・8/16(日) 8/19(水)・8/20(木)	6/11(木)10:00～7/5(日)23:59	7/10(金)

※試合日程・受付スケジュールは、変更となる場合がございます。

## 応募方法

埼玉西武ライオンズオフィシャルサイト内の専用ページより、ご応募ください。

※お申込みには「2026年埼玉西武ライオンズファンクラブ会員」または「埼玉西武ライオンズチケット会員(無料)」でのログインが必要です。登録がお済みでない方はご入会のうえお申込みください。

①オフィシャルサイトにアクセス (<https://www.seibulions.jp/ticket/community>)

②応募フォームに必須事項を入力ください。

③簡単なアンケートにご回答をお願いします。

④ご指定のメールアドレスに、抽選結果のメールを送信します。

⑤ご当選の場合、メールの内容に従い、チケットのご確認をお願いいたします。

※ご当選された方には、スマートフォンで表示・ご入場可能な、QRチケットのURLをお送りいたします。また、ご当選された場合、「ライオンズチケット(web)」⇒「マイチケット」からQRチケットをご確認いただけます。メールが届かない場合は、ご応募された際にログインしていたアカウントの「マイチケット」をご確認ください。なお、落選された場合は「マイチケット」にQRチケットは表示されません。

※フィーチャーフォン(ガラケー)からもお申込みできますがフィーチャーフォン(ガラケー)ではQRチケットを表示することができません。PCでチケットを印刷してお持ちいただけるなど、チケットをご提示できる方法がある場合のみお申込みください。

会員登録&  
ご応募は  
こちら!



## 注意事項

※ご当選後のキャンセルはできません。

※チケットの不正な転売行為は禁止です。転売されたチケットをお持ちになってご来場された場合、入場をお断りする場合がございます。

※お申込み時点ではお席の確保は保証されておりません。ご当選連絡をもって確定いたします。確実にご観戦をご希望される場合、販売中の前売券をお買い求めください。

※受付完了メールを送信しますので、[@seibulions.co.jp]の受信可能設定をお願いいたします。

※プロ野球の全ての試合には、「試合観戦契約約款」「特別応援許可規定」「写真・動画等の撮影及び配信・送信規程」「観戦・応援ルール」が適用されます。詳細は、オフィシャルサイトをご確認ください。

## お問合せ

埼玉西武ライオンズインフォメーションセンター TEL:0570-01-1950

平日10:00～18:00 主催試合開催日(デーゲーム10:00～18:00/ナイター10:00～20:00)

応募方法をチェックして、ペルーナドームにご家族・ご友人とプロ野球を観に行こう!

4/4 sat ▶ 5/24 sun   
Happy Spring Festa 2026



#春、フルスクリーン

ネモフィラ 数量 約53万本 / 見頃 4月上旬~下旬



アイランドポピー 数量 約70万本 / 見頃 4月上旬~5月初旬

※天候等により開花状況や見頃時期は前後します。 ※公園内での動植物の採取は禁止となっております。  
※GW期間中は大変な混雑が予想されます。ご来園の際は公共交通機関をご利用いただくなど、混雑緩和へのご協力をお願いします。 ※写真はイメージです。

森林公園

国営武蔵丘陵森林公園 管理センター

TEL 0493-57-2111



最新情報は  
HPをチェック!  
森林公園 検索



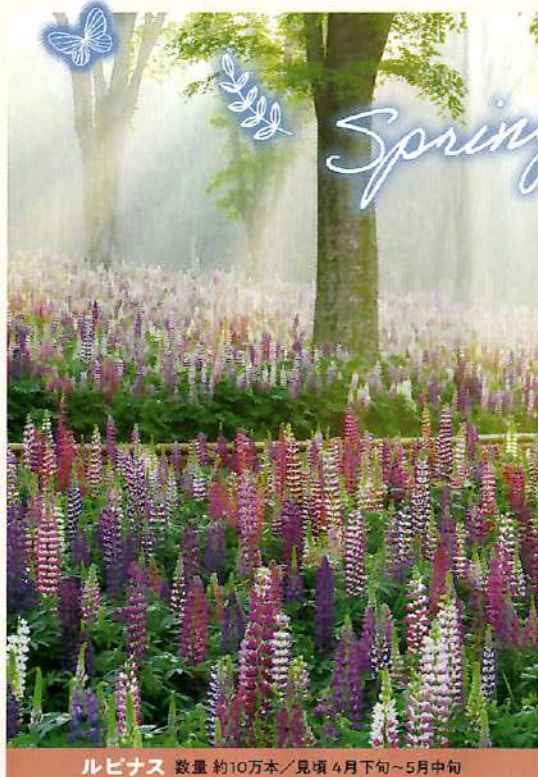
みどりをはぐくむ  
明日のために  
©Expo 2027

EVENT INFORMATION

※イベントは予告なく変更、中止する場合がございます。

- 🕒 時間
- 🏠 会場(受付場所)
- ☔ 雨天時
- 👤 参加費
- 👤 定員(対象)
- 📅 当日受付

その他イベント盛りだくさん!  
イベント詳細は公園HPをご覧ください。



ルピナス 数量 約10万本/見頃 4月下旬~5月中旬



カラーリーフガーデン チューリップほか 見頃4月~5月



4/4~26は  
「江戸の花さくらそう」の  
展示も開催します

サクラソウ 見頃 4月上旬~下旬



デルフィニウム 数量 約4,000株/見頃 5月上旬~下旬



ジャーレーポピー 数量 約30万本/見頃 5月下旬



今、見頃の花・生き物  
詳しくはこちら

楽しいイベント盛りだくさん!GWを遊び尽くそう!!

手作りお菓子やこだわりのコーヒーが  
集結する“青空マーケット”。  
ゆったりピクニック時間をお過ごしください!

**BOTANICAL  
PICNIC**

ボタニカルピクニック

5/2(土)~5(火・祝)

🕒 10:00~16:00 🏠 運動広場

📅 中止

ロープで木登りをしてみよう

~ツリーイング教室~

5/3(日)・4(月・祝)

🕒 ①10:00~②11:00~③13:00~  
④14:00~⑤15:00~

🏠 運動広場 📄 ¥1,500円

📅 中止 📄 各回15名

📅 当日受付

グラススキー体験

5/4(月・祝)~6(水・休)

🕒 ①10:30~②12:45~③14:30~

🏠 運動広場 📄 ¥700円 📅 中止

📄 各回15名 📅 当日受付

水遊び場

5/2(土)よりOPEN!!



春のおすすめグルメ



あまおう  
ソフトクリーム



ネモフィラ  
ソフトクリーム



春香る  
筍と菜の花のしらすピザ



森林公園オリジナル  
いちごスティックフィナンシェ

レンタサイクル

クロスバイク  
新車導入しました!!



SHINRIN HOTEL  
森林ホテル  
TEL:0493-57-0003  
天然温泉・露天風呂付き大浴場を完備!

森林公園 INFORMATION

住所 〒355-0802 埼玉県比企郡滑川町山田1920  
開園時間 9:30~17:00(3月~10月)  
休園日 4-5月は休園日なし  
電車 東武東上線「森林公園駅」下車 北口(池袋から急行で59分)  
立正大学・熊谷駅南口行き路線バス  
「滑川中学校」下車 徒歩約5分[南口]・  
「森林公園西口」下車 徒歩すぐ[西口]  
(土日祝は森林公園南口行き直行バス運行)  
バス 関越自動車道「東松山」J.C.から熊谷方面へ約10分



入園料金	一般	2日間通し券 (1日1回乗車可能)	団体料金 (20名以上)	年間 バスポート
大人 (高校生以上)	450円	500円	290円	4,500円
シルバー (65歳以上)	210円	250円	210円	2,100円
中学生以下	無料			

※年間バスポートは全国の国営公園で利用できます

駐車料金	普通車	大型車	原付自動二輪	駐車バスポート券*
	700円	1,700円	250円	5,500円

※駐車バスポート券は年間バスポートとのセット販売のみ

レンタサイクル 料金(3時間)	大人	小人	電動アシスト
	600円	350円	1,000円

森林公園花めぐり  
デジタルきっぷ  
好評販売中!

詳しくはこちら

※写真はイメージです。 ※料金はすべて税込表記です

作品募集

4/1(水)

6/19(金)

小学生・中学生・高校生それぞれに!

大会賞 5名

優秀賞 20名

副賞あり

俳句

NENRINPIC  
SAITAMA  
2026

ジュニア部門(小学生・中学生・高校生)

交流大会

ひらめきを  
五七五にしてみよう!



『ねんりんピック』ってなに?

60歳以上の方を中心とする  
スポーツ、文化、健康と福祉の  
総合的な祭典

さいたま市では  
テニス サッカー なぎなた  
軟式野球 俳句  
の5種目の交流大会を開催します

俳句交流大会は  
子どもからお年寄りまでどなたでも  
参加することができます

主催 厚生労働省 埼玉県 さいたま市 一般財団法人長寿社会開発センター

問い合わせ先 ねんりんピック彩の国さいたま2026さいたま市実行委員会事務局

(さいたま市福祉局長寿応援部ねんりんピック推進室内)

TEL 048-829-1452 FAX 048-829-1981 E-mail nenrin@city.saitama.lg.jp

このチラシは170,000部作成し、1部あたりの作成費用は3円です。

## 募集期間

令和8年4月1日(水)～6月19日(金) 必着



NENRINPIC  
SAITAMA  
2026

## 申込規定

・自作未発表作品を1人2作品まで ・テーマ指定なし ・申込無料

## 参加方法

### ①郵送での申込

「募集句投句用紙(ジュニア部門)」に必要事項を記入し、以下のあて先まで送ってください。

<あて先>

〒330-9588 さいたま市浦和区常盤6-4-4  
ねんりんピック彩の国さいたま2026  
さいたま市実行委員会事務局

投句用紙は、大会ホームページからもダウンロードできます。  
一番下の2次元コード、URLまたは検索ワードからアクセスしてください。

### ②インターネットでの申込

下の2次元コードまたはURLから、申込専用ページへアクセスし、必要事項を入力してください。

2次元コード



URL

<https://www.nenrinpic.net/moshikomi/haiku>

## 表彰

【賞】大会賞5作品・優秀賞20作品

※小学生の部・中学生の部・高校生の部からそれぞれ選出

【表彰式】令和8年11月8日(日)

RaiBoC Hall(さいたま市大宮区)

### 11月8日 スケジュール

- 午前の部(自由参加・事前申込不要)  
当日句受付  
武蔵一宮氷川神社・大宮公園周辺を散策して俳句を作ろう!
- 午後の部  
記念講演 講師:星野高士先生(俳人)  
募集句・当日句表彰式

詳しくは大会ホームページへ!

2次元コード



URL

<https://www.city.saitama.lg.jp/002/003/020/04/p127040.html>

ねんりんピック 俳句  で検索

RedsLand

～地域と共に、笑顔を重ね、いつまでも～

Reds  
Enjoy!

レッズランド

お友達と!

ファミリーで

# キッズフェスタ

★ レッズランドで一緒に遊ぼう!

同日『レッズランド20周年記念セレモニー』も開催!!

日程

2026年5月4日 月・祝

場所

レッズランド

(さいたま市桜区下大久保1771)

参加費

こども ▶ **無料** (18歳以下) おとな ▶ 500円

午前の部 10:00 ~ 12:30

午後の部 13:30 ~

※自由参加



ラグビー

なぞなぞ

## エンジョイ!全カスタンプラリー

カラダを使った  
アトラクションやクイズにチャレンジし、  
スタンプを集めてゴールを目指そう!

10:00 ~ 12:30

受付時間は 9:00 ~ 9:30



ドローン体験



パラスポーツ体験

## 人工芝でのびのび遊ぼう!!

グラウンドを自由開放いたします。  
だるまさんが転んだや、グラウンドをめいっぱい  
使って楽しめるミニゲームを予定しております。

13:30 ~ ※自由参加

バレーシアート

※写真はイメージです

お絵かき

お申し込み方法

先着300組

お申込み締切は4/24(金)23:59まで

雨天中止

\\ 詳細とお申込みはこちら / 昼食は各自で  
ご用意ください

2名以上からご参加いただけます。(こどもを含む) ※10歳未満のお子様は保護者同伴でご参加ください。

お申し込みは、レッズランドHPの専用フォームからお申し込みください。

※お申し込みいただいた方には、後日イベントの詳細をお送りします。

お申し込み締切

4/24(金) 23:59まで



QRコード

<https://www.redsland.jp/news/12276>

主催 ● 一般社団法人レッズランド / 一般社団法人浦和レッズ後援会 / さいたま市 PTA 協議会校区連合会

協賛 ● レッズランド育みパートナー【埼玉工業(株)、埼玉田中電気(株)、日清建設(株)、(福)まあれ愛恵会、  
(一社)さいたま市私立保育園連絡協議会、(株)ナグラ興産、(株)サイオー、関東図書(株)、積田冷熱工事(株)、  
(一社)さいたまスポーツコミッション、酒蔵力浦和本店、(株)浦和花見、(株)博愛社、(株)アストン、  
(一社)浦和レッズ後援会、シン建工業(株)、(株)ロイヤルコーポレーション、アイル・コーポレーション(株)、(株)別所不動産、  
(株)内田緑化興業、中島建工(株)、(株)積田電業社、(株)そらまめキッズツアー、サイデン化学(株)、(株)A-LINE】

協力 ● 浦和レッドダイヤモンドズ、浦和ラグビースクール、ボーイスカウトさいたま南地区協議会、日本フレームランニング連盟、(株)ドローンプリス、Koharubi、SAITAMA 彩ローズ、SHIBIRAKICheerleading Club BLOOMIES、青少年育成さいたま市民会議桜区連絡会(大久保・土合・栄和・田島・新開・中島)、さいたま市 PTA 協議会

後援 ● さいたま市教育委員会

