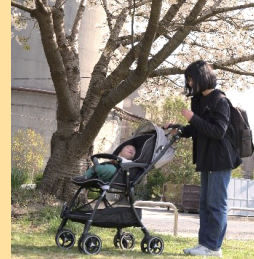




新しく3名の『すくすくプチ』を迎え、子育て情報紙をお届けします！

≡ 新メンバー紹介 ≡

「すくすくプチ」の企画や編集は市内在住のママ達(すくすくプチママ)が行っています。ママ目線で、身近で分かりやすい日立市の子育てに役立つ情報を発信しています。

あやママ  日立在住5年目、1歳娘のママです。車な子連れお出かけ、日々楽しんでます！発見や喜びを共有できたり嬉しいです。	りほママ  日立市暮らし4年目。昨年出産した息子と市内の遊び場をめぐることが最近の楽しみです。お役立つ情報をお届けできるよう頑張ります！	アリーナママ  息子と娘の育児に日々奮闘中です！すくすくプチの制作に携われて嬉しいです。これから役立つ情報を発信していければと思います！
--	--	---

子育てに役立つ商品の詰め合わせ「おめでとうばこ」のプレゼント開始！

日立市で住民登録をした令和7年4月1日以降に出生した児童の父母を対象に、「おめでとうばこ」のプレゼント申し込みができるようになりました。詳しい申請方法などは、市のHP(右のQRコード)をチェックしてください。



- 1 -

編集後記 ～卒業メンバーより～

“すくすくプチママ”を卒業した3名です。皆さまありがとうございました。

【天野さん】

9年間にわたり、すくすくプチママとして務めて参りました。結婚と共に始まった日立市での生活は、取材をきっかけに広がったご縁のおかげで思い出深いものとなっています。お世話になった皆様に感謝申し上げます。また、読者の皆様におかれましても、本紙が育児の彩りを添える存在となれたらうれしく思います。今後のすくすくプチにもどうぞご期待ください！

【関さん】

5年間、お世話になりました。子育ての話をする仲間が欲しい、子育ての情報を知りたいと思った時に出会ったのがすくすくプチでした。すくすくプチママに仲間入りし、取材をしたり記事を構成したり。初めての事で難しく感じることもありましたが、それ以上に楽しく毎回ワクワクしながら参加しました。すくすくプチママは多彩な方が多く、刺激を受けて私も色々なことにチャレンジしました。それは私にとって大きな財産となり、今後の目標にも繋がることになりました。すくすくプチには感謝でいっぱいです。事務局のみなさん、すくすくプチママのみなさんありがとうございました。これからも応援しています。

【大野さん】

卒業することになりましたが、日立市子育て情報編集委員(すくすくプチママ)になれて本当に良かったと思います。様々な場に行けて、出会いにも恵まれて世界が広がり、貴重な良い経験でした。何より素敵なおすくすくプチママ達との活動はいつでも楽しかったです！めけてるうちに、すぐにふざける私にも優しくてありがたかった！ママ達自身が知りたい内容を自分達で決めて、取材したり調べて、記事も伝わりやすさを追求して何度も校正を繰り返して完成するすくすくプチ。長い活動の中、色々な記事を作ってきたことが懐かしい。誰かの役に立てていたら嬉しいなあと思うばかり…この日立市の素晴らしい活動をこれからも沢山のママ達が繋いでいくことが楽しみです。それを一読者として楽しみにしています。



お世話になりました😊

✉メール募集中！

質問やご意見など、お問い合わせはこちら



【発行】日立市
【編集】すくすくプチママ：北岡エリ子 高梨里美 西岡朋実 永澤朋代 大岡麻友 齋藤いな 藤田優貴 岡田彩 菊地里穂 村上アリーナ

【問合せ先】日立市保健福祉部子ども局子育て支援課 〒317-8601 日立市助川町1-1-1 ☎0294-22-3111(内線 478) IP☎050-5528-5071 ✉kosodate@city.hitachi.lg.jp

日立市HP



ひたちこそだて
おうえんウェブ



- 5 -

すくすくプチママたちのトイトレエピソード集

子育ての大きなお悩みの一つ「トイトレ」。現役子育て中のすくすくプチママに、トイトレ体験談をアンケートしました！少しでも皆さんの参考になりますように。

ちょっとずつで
大丈夫！



① みんなはいつから始めた？

1歳

- ・オムツ交換の時にトイレに座らせたり、時々トレーニングパンツを履かせることから始めました。
- ・イヤイヤ期前にスタートしました。一旦お休みを挟んだりしたけど、焦らずゆるりとできて良かったです。

2歳

- ・夏に始めました。洗濯も楽で風邪をひく心配も少なかったです。
- ・2歳児クラスに上がってから本格的に始めました。

3歳

- ・下の子は上の子の反省を生かし、焦らず子どもペースでやりました。



開始時期はひとそれぞれ。子どもがトイレに興味を持った時が始めのタイミングで楽しくトイトレしていこう～！

② 使ってよかったものはある？

・トイレの踏み台

…少し高価格だけど、木製だと安定感があって良かった！

・便座がウレタン素材の補助便座

・補助便座シート

…洗濯可能でシールタイプが便利！

・トイトレトレーニングパット

…パンツに貼り付け、おしっこをするとあえて不快感が残るもの

・蓋つきバケツ…漬け置きで洗濯が楽になる♪

・布おむつ

…布おむつライナーを併用して洗濯が時短できたよ！

便座が冷たくて嫌がる時や、寒い冬におすすめ！

③ おまる・補助便座、どっち使った？

補助便座派が多数！！

- ・掃除がラク♪
- ・好きなキャラクターのものがGOOD！
- ・保育園でも便座なので、補助便座を使ったよ

おまるも良いかも？！

- ・おまると補助便座、2wayになると、子どもの気分で選べて良かった！
- ・補助便座はうんちの時に踏ん張りがきかず、おまるで慣れてからの方がスムーズだったかも…😊？

④ コレ、やって良かった！

・布おむつの使用

・おむつなし育児

→時々おむつを外す時間を作ったり、おむつ交換の度にトイレに座らせていたよ。

・パンツの上からオムツを履く

→あえて不快感を出すことで、自分からトイレに行くようになった。約一週間くらいでパンツだけに失敗しても、片付けが楽でした！

・できたらラッキーという気持ちで早くからやらせてみる！

・「トイトレ中だけ」と割り切る気持ちを持つ！

→カーペットやジョイントマットは、トイトレが完了したら捨てる決めてしています👍👉



その子のペースがあるので、お友達と比べずに焦らずゆっくり待つあげることも大切かも🍀

⑤ これで誘ったらトイレに行ってくれた😊

- ・ごほうびシールを使うとトイレに誘いやすくなりました！(トイレに座れた・おしっこができた・うんちができたの3種類用意しました)
- ・トイレの中専用の絵本を用意し、「トイレで絵本読もうか！」と誘っています。
- ・絵本を使って「どんなうんちが出るのかワクワクするね！」とうんちガチャをしています。
- ・好きな柄のトイレットペーパーを設置したら、楽しくトイレに行ってくれています♪
- ・子どもの好きなものになりきってトイレに誘いました！「電車で行く？消防車で行く？」と、どちらも「行く」が答えになる選択肢にして、選んでもらっていました。
- ・子どもと一緒にパンツを買いに行きました。お気に入りのパンツでやる気アップ！
- ・きょうだいを見て学ぶ！お兄ちゃんを見ているので「トイレかっこいい！」と年少でトイトレ完了しました☆

おすすめトイトレ絵本／



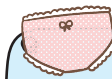
「おとこのこトイトレ」JINCO (著) ポプラ社



「おんなのこトイトレ」JINCO (著) ポプラ社



「おむつのなか、みせてみせて！」ヒド・ファン・ヘネヒデン (著)、松永りえ (翻訳) バイインターナショナル



クスッと笑えたエピソード

珍しくグズグズしていたら、脱衣所でポトツとうんちが……トイレに行くと言う勇気がなく、困っていたと思うと思わず可愛くて笑ってしまいました😊

⑥ こんな時、どうしてた？～自宅・園での体験談～

- ・うちの子の幼稚園の入園説明会で、「トイトレを完了してきて」と言われて焦りましたが、自宅で根気よく誘いました。8割方完了して幼稚園に入園。お友達の姿に刺激を受けて、家でも自ら進んでトイレへ行くようになりました。
- ・保育園ではトイトレを頑張ってくる反面、家では失敗続き…。家では子どもの気持ちを尊重し、オムツも使って様子を見ました。そのうち「今日はパンツとオムツ、どっちが良い？」と聞くと「お姉さんパンツ！」と言う日が増えてきたので、本人の気持ちに任せました。
- ・休みの日は、園でトイレに行くタイミングの時間と同じ時間に行くようにして、トイレのリズム作りから始めました。おしっこが出来るようになった頃から、昼間はトレパンにして夜はオムツといった感じで、ゆるゆる進めました。
- ・夜のオムツは全然外れませんでした。思い切って「夜はオムツ！」と割り切りました。すると自然にトイレで目が覚めるように！5歳過ぎても夜はオムツでしたが、いつかは絶対外れるもの。親も子も焦らずで良いのかなと思います。



園によってトイトレ方法は様々。まずはおうちでトイレに行く習慣をつけてみよう♪

- 2 -

COOL

1 金色姫伝説

養蚕の神様にまつわる伝説

昔、小貝ヶ浜に繭の形をした船が流れつき、割ってみると中から美しい姫が…！インドから流れ着き、養蚕の技術を伝えたと言われる金色姫です。金色姫は宝石のような赤い貝の首飾りを身につけていたそう。その貝は、現在も小貝ヶ浜に打ち上がるサンショウガイだと言われています。養蚕神社では、金色姫の伝説を詳しく知ることができます。

養蚕神社
小貝ヶ浜
川尻町
★★

2 七夕磯

七夕にまつわるロマンチックな伝説

昔、7月のある夜、七色の雲に乗った男女が会瀬の沖合にある2つの岩に舞い降りました。仲睦まじくしている様子から、彦星と織姫星なのだろうと言われました。会瀬は倭武天皇(ヤマトタケル)が皇后と出会った場所であると言われていたこともあり、この「出会い」の伝説が生まれたと考えられています。この岩は引き潮の時にだけ現れます。

会瀬漁港付近
会瀬町
★(ベビーカー可)

COOL

3 賀毗禮の高峰

古来より神々が住むとされる常陸国最古の霊山:御岩山

昔、立速日男命(タチハヤヒオノミコト)という神様が降り立ちました。しかしその神聖な場所に村人が大小便をしてしまい、村に災いが起こりました。怒りを鎮めるため、神様を祀り『どうかここを避けて、高い山の清浄なところに鎮まってください』と祈ると、祈りが届き賀毗禮の高峰に登りました。近年は全国有数のパワースポットとしても注目されています。

御岩神社
入四間町
★★★★

COOL

4 泉が森

知人ぞ知る恋愛のパワースポット

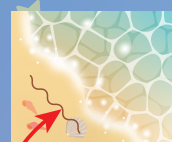
その昔から、泉が森では、老若男女が飲食物を持参し、集い、飲んで、遊び、楽しんだと伝えられています。出会いの場である泉が森は、知人ぞ知る恋愛のパワースポットとなっています。常緑樹が生い茂る中に、弁財天を祀る祠とこんこんと湧き出るエメラルドグリーンの泉があり、訪れる人々を癒しています。

泉神社
水木町
★★

知ってゾクゾク！ 行ってひんやり！ 子連れでも大人だけでも楽しめる！

日立のミステリーとクールスポットで涼みませんか？

日本最古の書物の一つである『常陸国風土記』には、日立市内の各地に残る伝説や伝承が多く記載されています。日立市固有のものや、他に比べ独自性・優位性を持つものなどの「ひたちらしさ」を紹介する『ひたち物語』のミステリースポットをすくすく目線でリサーチしてきました！



小貝ヶ浜緑地
片道1時間程度



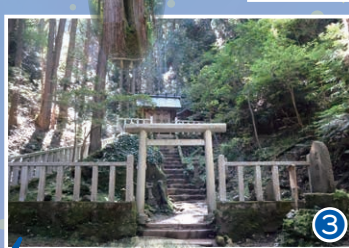
1



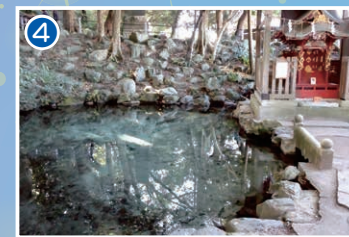
2

2 会瀬交流センターから徒歩約4分のところにある津神社から見る景色がきれい！海が間近で見えて綺麗だよ！角度により岩が3つに見えて、「子どもが生まれたのかな？」と想像するのも楽しかったな。

1 金色姫が身につけていた赤い貝殻を探してみよう。波が打ち寄せた跡の砂に沿って探すのがコツ。赤い小さな巻貝だよ。小貝ヶ浜と養蚕神社間は、国道か山側の小貝ヶ浜緑地から徒歩で行けるよ！小貝ヶ浜緑地は自然がいっぱい、ハイキング気分、映画のロケ地にもなったよ！



3



4

4 湧水につけると文字が浮かび上がる「水みくじ」は全国でここだけ！叶い紐、厄割玉、目洗いの泉、泉龍木などもあり、多くの参拝客が来る人気スポット。向かいのイトヨの里泉が森公園は、小さな子ども遊べる芝生があるのでおすすめ。夏は水遊びもできるよ！

7 鬼滅の刃の聖地と言われる太刀割石まで約50分。登山のアプリ、YAMAPを入れておくルートがわかって便利だよ。御岩山と比べると、道は比較的整備されていて登りやすい印象。土日は他の登山客の方もいるけど、平日は少ないみたい。車で登山口駐車場まで行く時は、十王ダム側から行くルートがおすすめ。



7



6



5

3 御岩山には188体の神様がいて、仏様も祀っている神仏混合の珍しい神社だよ。御神木の三本杉には天狗が住んでいるのだから！御岩山の山頂には片道7時間程で行けるけど、険しい山道もあるので動きやすい服装と水分は必須！山頂からの眺めは最高なので、達成感があるよ！

5 大壺神社は、星と織物にゆかりがあり、有名な映画『君の名は。』のスピノフ小説にも出てくる。神社の境内には東天紅鶏(とうてんこう)という長く鳴く鶏がいたり、大きなおみくじもあるので、子どもと一緒にいくととても楽しいよ！大きなおみくじは重いので気をつけてね。

6 フクロウが毎年4月下旬頃に東南アジアから訪れ、駒つなぎのイチョウで子育てをする！ヒナに出会えたらそっと見守ってあげてね。本殿横にある出雲大社のお社前にハートに見える石が埋まっているよ。その左脇に立って拍手を打つと鳴き龍の音が聞こえるかも…！(実際に現地で体験できたよ！)



8

編集後記

せっかくの夏号だし、子どもも大人もワクワクすることがしたいね！ということから今回の異色企画が持ち上がりました。今回の現地体験にあたり、詳細な場所が分からず地元の交流センターへ駆け込んで教えていただいたり、散策中に遭遇した方にお話を伺ったり、この機会にたくさんの地元の方と交流できたのもとても良い経験でした。★4の場所は、大人だけで気分転換に行くのもおすすめです！虫除け・日焼け対策を忘れずに楽しい夏休みをお過ごしください！



拾ったサンショウガイと一緒に他の貝殻を入れてみたよ！

ひたちのミステリースポット

ひたちのミステリースポットの詳細はこちら▶

ひたちクールスポット

ひたちクールスポットの詳細はこちら▶



COOL

5 宿魂石

星の神を封じ込めた岩

昔、日本創建の時代に神様同士の争いがありました。天照大神に遭える2人の強い神様が、各地の神々を服従させましたが、星の神様である甕星香香背男(ミカボシカガセオ)だけは最後まで服従させることができませんでした。そこで織物の神様、倭文神武葉槌命(シトリガミタケツチノミコト)が遭われ、大きな石に香香背男を封じました。その石を「宿魂石」と言います。

大壺神社
大みか町
★★

COOL

6 駒つなぎのイチョウ

武家文化を色濃く残す神社にそびえる巨大な御神木

征夷大将軍だった坂上田村麻呂が、大久保鹿嶋神社に蝦夷征伐の戦勝祈願をした時に、イチョウの木に駒(馬)をつないだという伝説に由来します。樹齢550年以上(地元樹木医の観察によれば1000年を越えるとも…)と推定され、代を重ねながらたくましく生きている姿に感動します。

大久保鹿嶋神社
大久保町
★(ベビーカー可)

COOL

7 八幡太郎義家伝説

天下一と謳われた武將にまつわる“奇岩”の数々

八幡太郎義家(源義家)の伝説が数多く残る日立市。義家は現在の豎破山に戦勝祈願に行ったその晩、大太刀を授かる夢を見ます。目を覚ますと、枕元には夢で授かった大太刀が置いてありました。その太刀で斬ったとされるのが豎破山にある太刀割岩です。豎破山山頂までは片道約2キロ、1時間程度で登れます。

黒前神社
豎破山(たつれさん)十王町黒坂
★★★★

COOL

8 諏訪の水穴

信州諏訪湖に続くと言われる清水湧き出る鍾乳洞

水戸黄門徳川光圀も訪れた鍾乳洞。その昔、諏訪神社の神官であった万年太夫藤原高利は、この地に起きる災害は信州諏訪湖に通じるとされる水穴が関係すると聞き、夫妻で水穴に入ったが再び帰らなかったという伝説があります。高利が刻み残した像とその後光圀が諏訪神社に奉納した像は、日立市郷土博物館で見ることができます。

諏訪町
★★★