

【今号の特集】

- 探検隊おすすめ!!
おそうじ便利グッズ
- はじめてのかがかく
- 子どもの歯科相談
- 新市長が語る!
もっと知って日立市の魅力
- 日立市からのお知らせ



「お花の水やり」
みなかわ みおちゃん(5才)



探検隊おすすめ!! おそうじ便利グッズ

秋。湿度も低くなり、普段気になる汚れも落とすには最適な季節!

早めの年末掃除を始めてみませんか?

今回はお掃除に便利なものをご紹介します。

* EM菌を使用したお掃除スプレー

人や動物に無害で、環境にも影響しない、安全な善玉菌の力でお掃除効果が驚くほどありますよ。

うちでは、湿度が多くてカビてしまった場所に一吹き。数時間後にはきれいになっています。

子供が吐いてしまったけれど、お洗濯が難しい布団などの匂いも無くなります。

一つあると、様々なものに使えます。おすすめです!

参考 URL <http://www.em-seikatsu.co.jp>

* ペットボトルでお掃除ブラスタイプ

水を入れたペットボトルのキャップをブラシにつけかえるだけで、どこでも簡単に水洗いができます。

サッシの溝、浴室や洗面台の蛇口まわりのお掃除に最適。100円ショップでも購入できますよ!



めくってね



赤ちゃんから4歳まで参加OK!

「はじめてのかがかく」に親子で参加しよう!

～日立シビックセンター科学館～



探検隊は、「面白素材でキーホルダーづくり」と「おうちにあるもので染色体験」に参加してきました。

2つの講座ともテーブルは無く、下にシートを敷いただけのざっくばらんで堅苦しくない雰囲気。ベビーカー参加可、出入り自由ということもあり、参加していた子供たちは1、2歳くらいからと、とてもぎやかでした。

親子ですることは、プラ板に絵を書いたり、布をゴムでしばったりほいたりなど、簡単なもの。もちろんスタッフの方も手伝ってくれます。そして出来上がった作品に、子供たちは興味津々の。玉ねぎで白い布が黄色に染まったり、光でビーズの色が変わったり、びっくりしながらも大喜びでした!!



染色体験でこんなのができたよ!



【担当の方から】

自分に子どもができて、親子で過ごせる時間を提供したい、小さい子どもたちにも科学館を楽しんでほしいと思うようになり、「はじめてのかがかく」を企画しました。体験が上手くできなくてもいいので、親子で科学館に行くきっかけにしてくださいね。科学館デビューをお待ちしています!!



キーホルダー、2つもできたよ!!



それぞれ協力(?)して、作っています

プチ TeaTime

毎日忙しいお母さん、たまにはズボラ料理作っちゃいませんか? 常備品を使って、お鍋1つで作れるパスタを紹介します。わが家の子ども達(年長、小3)もパクパク食べていますよ!

サバみそ缶 de トマトパスタ (2人分)

(材料)

- ・サバみそ缶 1コ
- ・トマト水煮缶 1コ
- ・オリーブ油 大さじ1~2
- ・たまねぎ 1コ
- ・ニンニクみじん切り 1かけ
- ・鷹の爪(唐辛子) 1本(お好みで)
- ・パスタ 100~150g



(作り方)

- ①たまねぎは粗みじん切りにする。唐辛子は割って種を取り除く。
- ②鍋か深めのフライパンに、ニンニク、唐辛子とオリーブ油を入れ熱して香りをつけたら、たまねぎを入れて炒める。
- ③トマト缶、水を50~100cc入れ煮立てたら弱火にしてサバ缶を加えて軽く混ぜる。
- ④パスタを半分折って加えしばらくの間パスタをほぐすように混ぜてから蓋をして表示より1分ほど長く煮たら塩コショウで味をととのえる。
- ⑤火を止めてオリーブオイルを適量加えて混ぜて出来上がり!

ご協力ありがとうございました

日立シビックセンター科学館の皆様
取材のご協力ありがとうございました。

【編集後記】 猛暑が過ぎ、残暑を通り過ぎて一気に秋が来てしまったような今年の夏。そして、先日の大雨の被害。もし、わが身に起きたら・・・と思うと、ゾッとします。日頃から災害への備えが大切ですね。さて、我が家の長男、入学からあっという間に半年がたちました。2学期になってだんだん勉強も難しくなってきました。初めての夏休みでは、絵日記や作文の宿題をなかなかやろうとせず、私はイライラ、ハラハラ(笑) 冷静になって考えると、元気に健康で過ごしてくれればそれが一番なのだが、子育てをしているとこうあってほしい、と欲もでてくる。みなさんのお家ではどう過ごされたのでしょうか・・・? (佐々木)

【発行】日立市 日立市ホームページ・ひたちすくすくガイド
【編集】ひたち子育て情報探検隊: 鬼澤亜矢子 加古由岐子 古曳英理 齋藤香里 佐々木智世 鈴木麻沙子 塚本真由美 所佐知子 福地美喜 皆川泰子
【問合せ先】日立市保健福祉部子ども局子ども福祉課 〒317-8601 日立市助川町1-1-1 ☎0294-22-3111(内線338) IP☎050-5528-5071 fax0294-22-3011 ✉kodomo@city.hitachi.lg.jp



歯科医ママに聞く! 子どもの歯科相談



歯医者さんと友達になろう!

「食生活と仕上げ磨きについて」

食生活

甘いものは虫歯菌の栄養源となり歯を溶かす酸を出して虫歯を作りますが、その他の飲食品も虫歯の原因となります。なので、お菓子でないからと安心しすぎないようにしましょう。おやつは栄養を補うものであるという点を考慮すると、甘いものである必要はなく、おにぎりなどのほうがリスクが低いです。

ちょこちょこ食べや、長時間口の中に食品があることも虫歯になりやすくなります。

仕上げ磨き

自分で上手にできるようになる10歳頃までは必要です。歯垢はプラークと呼びます、これは食べかすではなく口内の細菌がほとんどです。これを落とすのが歯磨きです。

ポイント

- ①食後、日中歯ブラシができなかったときには、就寝前には必ず(虫歯は主に就寝中に作られます)
- ②膝に頭をのせて見やすい姿勢で
- ③鉛筆持ちにして強すぎない力で
- ④虫歯になりやすいポイントを意識して(図の黒い部分参照)
- ⑤小さく横に振動させるように動かして



プラス歯の根元です



- ・歯と歯がくっついて隙間がない箇所には糸ようじ(デンタルフロス)もしてあげてください。大人用のもので構いません。
- ・歯磨きの時間がないときは水かお茶でゆすぐだけでも!
- ・歯磨き粉は基本的にはうがいができるようになってから。使わなくてもOKです。
- ・どうしても嫌がるというときには、リスクの高い下の奥歯から磨き始めると良いでしょう。
- ・磨き残しや汚れている箇所を確認しながら磨ける染め出し機能付きの歯磨き粉もあります。仕上げ磨きに不安がある方やどうしても本人に任せて磨かせる日は使ってみるのもおすすめです。



実は！
こんなに凄かった！



新市長が語る！ もっと知って日立市の魅力！

みんな知ってた？

5月に就任された小川春樹新市長に探検隊の2人が日立市の魅力について聞きました！



かみね動物園

茨城県唯一の動物園。えさやりや抱っこ等動物とふれあえるだけでなく、「夜の動物園」や「どうぶつ総選挙」など様々なイベントも開催しています。4年後には60周年を迎えるので、さらに発展させていきたいですね。周辺には、「ホリゾンかみね」「市民プール」「レジャーランド」「遊園地」もあり一日中遊べます。

食べ物

日立市の気候はとても恵まれています。実は、りんご栽培の南限、みかん栽培の北限が日立なんです。日立港にあがる魚介類もあり、海のもの、山のもの、すべて集まっています。

安全

日立市は子どもが巻き込まれる犯罪件数が茨城県の中でとても少ない市です。ラジオ「FMひたち」では子どもの下校時間になると「見守り」をお願いするメッセージが流れたり、ボランティアで行ってくれる地域の防犯団の方が登下校を見守ってくれ、子どもの安全を守っています。

科学館・プラネタリウム

日立駅そばにある「日立シビックセンター科学館・天球劇場」科学に関する展示物はもちろん、おもしろくてためになる科学実験ショーや工作、実験体験コーナーもあり、遊びながら科学を学べます。プラネタリウムは、国内に2つしかない世界有数の機器を使っていて、大人から子どもまで楽しめるプログラムを上映しています。プラネタリウムで当日の夜に見える星や星座の予習をしてから、屋上で天体望遠鏡を使って実際に観察するイベントも行っているのぜひチェックしてみてください。



(新庁舎完成イメージ)



(見守り風景)



(日立理科クラブ授業風景)

駅舎・市役所新庁舎

日立駅は2011年にリニューアル、日立市出身の建築家妹島和世さんの作品です。鉄道関係で唯一の国際デザインコンペティション「プルネル賞」の駅舎部門で優秀賞を獲得しているんですよ。新庁舎も、同じく妹島さんのデザインで建設中です。新庁舎の前にはアーチ状の屋根をつけて、そこを広場として市民に開放したいな、と思っています。

子どもセンター

12月1日から「日立市子どもセンター」を開設します。センターは、「日立家庭教育センター（西成沢町）」を7月に譲り受け、子育て支援の拠点として日立市が運営していきます。18才までの子どものことなら何でも相談できる場で、誰でも利用できます。緑の多い広い敷地があるのでぜひ遊び場としても使ってください。

映画ロケ地

海・山にかこまれ、工場などの独特の建物もある日立市は、よくドラマや映画の撮影に使われています。市民にエキストラを依頼することもあるので、興味のある方は参加してみてください。(これまでに撮影された映画)「魔女の宅急便、旭山動物園物語(かみね動物園)」「手紙(日立セメント)」「仮面ライダーシリーズ劇場版(新都市広場)」など

教育・スポーツ

企業の寄付もあり、「おもしろ理科先生」「日立理科クラブ」といったその道のプロが実験などを教えてくれたり、生態系の研究ができたりする環境教育に取り組んでいます。また、伝統芸能を学べる「文化少年団」や職業体験のできる「職業探検少年団」といったプログラムもあります。建設中の「池の川さくらアリーナ」では今までの市民が運動できる場としてはもちろん、2019年に行われる茨城国体の会場や2020年の東京オリンピックのキャンプ地として使っていけるといいですね。

日立市からののお知らせ

日立市子育て世帯住宅取得等支援助成の申請を受付ています！

※ 制度の詳細及び申請方法等については、市HPを御確認いただくか、地域創生担当までお問い合わせください。

日立市に「住みたい」・「住み続けたい」とお考えの子育て世帯を応援するため、市内に住宅(中古住宅含む)の取得等を行った方を対象に住宅取得等にあわせて購入した家具や家電品等の購入費用の一部を助成します。

- <助成内容>
 - 1 一般の子育て世帯：20万円分の商品券を交付
 - 2 3世代以上で同居する子育て世帯：10万円を加算し、合計30万円分の商品券を交付
- <対象者の主な要件>
 - 1 市内に次の要件を満たす住宅の取得等を行っていること。
 - (1) 平成27年4月1日以降に取得・増築・改築に係る契約を締結していること。
 - ※ 相続や贈与による取得、現在お住まいの住宅のリフォーム等は、対象になりません。
 - (2) 平成28年3月31日までに登記が完了していること。
 - 2 上記の住宅に居住し、住民登録をしている子育て世帯(義務教育修了前の子又は孫等)であること。
- <対象費用> 住宅の取得等にあわせて購入した耐久消費財(家具や家電品等の住宅に付帯するもの)の購入費用(総額50万円以上)
- <受付場所> 日立市役所第5庁舎2階 企画部地域創生担当
- <問合せ先等> 地域創生担当 TEL 0294-22-3111 内線448

『幸せを感じるとき』フォトコンテスト作品募集！

「幸せ」を感じられる幸せいっぱいの写真を「結婚」「妊娠・出産」「子育て」の3つの部門について募集します。あなたが体験したエピソードとともに心温まる写真をお寄せください。

<応募方法> 応募要領を確認のうえプリント写真(六つ切り又はA4)又は画像データ(1作品8MB以内のJPEGデータ)にてご応募ください。

<応募締切> 平成27年11月30日(月)まで ※必着

賞		副賞
最優秀賞	1点	市特産品(10,000円相当)
優秀賞	(各部門1点)	市特産品(5,000円相当)
入選	(各部門3点)	市特産品(3,000円相当)

<応募先・問合せ先> 子ども福祉課 TEL 0294-22-3111 内線394
〒317-8601 日立市助川町1-1-1 E-mail kodomo@city.hitachi.lg.jp
応募要領、応募用紙はこちらから [日立市 子ども](#) [検索](#)

