

すくすくすくすくママ

ご意見等を
募集中!
vol.36
2021.7

今号は…
■すくすくママに新しく2名のメンバーが加まりました
■ママ・パパといっしょにおうちで緑日ごっこ♪
■日立で夏を満喫!!
～すくすくママおすすめスポット～

ママ・パパといっしょにおうちで緑日ごっこ♪

夏にぴったりなひんやり冷たいおやつや水遊びにも使えるおもちゃの作り方を
ご紹介します。簡単なのでぜひ親子で作ってみてね♪

すくすくママに新しく2名のメンバーが加まりました!

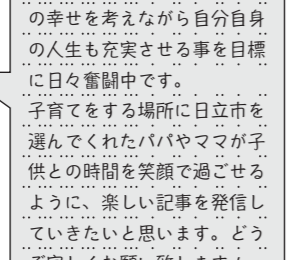
日立市内の子育てに役立つ情報を発信してきたすくすくプチ。
編集は市内在住で子育てに奮闘中の「すくすくママ」が行っています。
今号より新たに加わった2名のメンバーをご紹介します。

Mikimama みきママ
2歳♀、3人家族



2年前に第一子を出産しました。初めての育児では、子供の幸せを考えながら自分自身の人生も充実させる事を目標に日々奮闘中です。子育てをする場所に日立市を選んでくれたパパやママが子供との時間を笑顔で過ごせるように、楽しい記事を送りたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します!

Erikomama えりこママ
3歳♂ 1歳♀ 4人家族



この度、新しくすくすくプチママとして活動することになりました! 同じ子育て中の目線で、読者の皆さんに楽しく役に立つ情報を提供できればと思っています。よろしくお祈り致します!

**18歳までの医療費が
実質無料
になりました!**

令和3年4月から小児医療福祉費支給制度(マル福)が拡充され、外来・入院ともに0～18歳(高校生相当)のお子さんの自己負担金が戻りました。

申請が必要ですので、手続きをお忘れなく!(申請書は4月に市から送付しました。)

問合せ先: 国民健康保険課
TEL 0294-22-3111

編集後記 ～卒業メンバーより～

すくすくプチの編集委員になった時、まだ幼稚園入園前だった子どもは今や小学2年生。時が経つのはあっという間です。日立市の様々な子育て情報を発信しつつも「こんなことができるのか!」「それ、知りたかった!」という驚きや発見の連続で、楽しく学ばせていただいたように思います。編集委員の皆様、子育て支援課の皆様、本当にお世話になりました。改めて御礼申し上げます。これからは一読者としてすくすくプチを楽しみにしています!

(小林)

“すくすくママ”を卒業した2名です。
皆さま、ありがとうございました。

5年間、大変お世話になりました。「出身も経歴も年齢もバラバラの人々が、すくすくプチ作成という目標に向かって力を合わせる…七人の侍みたい!ステキ!」と、いつも思っていました。ペンは剣より強い。数十年後に子育てを振り返ったとき、すくすくプチの思い出があることを嬉しく思います。これからは読者として応援しています!ありがとうございました。

(大西)

ご協力ありがとうございました

国民健康保険課様、日立シビックセンター様、にぎわい施設課様、都市整備課様、スポーツ振興課様 (すくすくママより)

【発行】日立市
【編集】すくすくママ:天野里佳 大野ゆき子 朽津美穂 小室有梨 齋藤容子 渡邊朋美 岸安希子 開いくえ 政田優 富田美貴 北岡エリ子
【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

メール募集中!

すくすくプチでは、ご意見やご質問をお待ちしています!あなたの声が誌面になるかも??

宛先/kosodate@city.hitachi.lg.jp
件名/「すくすくプチ」
本文/ご意見ご質問などの後、最後にペンネームをつけて送ってください。

例えば…
・お子様の絵(年齢とペンネームも)
・市内の知りたいイベントや施設
・特集してほしいこと
・おすすめ情報
・子供の言いまわしがいい
・ママのつぶやき
・悩み相談
・子育てあるある

送信

/ などなど何でもご自由に!

日立市HP(携帯版) ひたちすくすくガイドHP




しゅわしゅわゼリー

【材料】
・ソーダ(加糖)…………… 250ml
・ゼラチン…………… 5g
・色をつけたい時は好みのシロップ…………… 大さじ1

【作り方】
①ゼラチンを大さじ2の水でふやかしておく
②小鍋にソーダ50mlを入れて温め、火を止めてから①を加えてよく溶かし、バットに流し入れる
③②のバットに残りのソーダを少しずつ注いで冷蔵庫で冷やし固める
④③をフォークで崩して容器に入れてお好みでトッピングする

※お好みでかき氷のシロップを入れて色をつけることもできるよ!



小玉スイカのフルーツポンチ

【作り方】
①小玉スイカを半分カット。(ギザギザに切ると見た目のインパクトUP!)
②スイカの果肉をスプーンで丸くり抜き、皮の器を作る。
③②で作った器の中に好きな果物やフルーツ缶、炭酸水を入れて混ぜる。



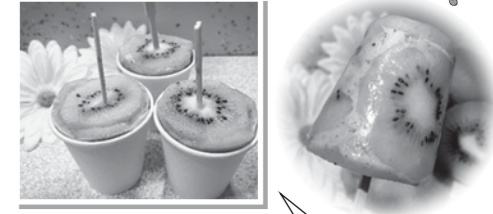

見た目も可愛い!紙コップでつくるキウイアイス

【材料】
・キウイ…………… 中3個
・プレーンヨーグルト…………… 100g
・きび砂糖…………… 40g

【用意するもの】
・紙コップ(ミニサイズ)…………… 4個
・アイススティック棒…………… 4本

【作り方】
①キウイを輪切りにし、半分ずつに分ける。半分はヨーグルト、きび砂糖と混ぜてミキサーへ
②残り半分の果物は紙コップの内側に敷き詰める。果物を敷き詰めた紙コップに①を流し込む。上から蓋をするように果物をのせる。真ん中にアイス棒を差し、一晩ほど凍らせて完成!

黄桃の缶詰1つ(固形部分)、生クリーム100g、きび砂糖40gで黄桃味も作れるよ!



排水溝ネットで簡単!金魚すくい

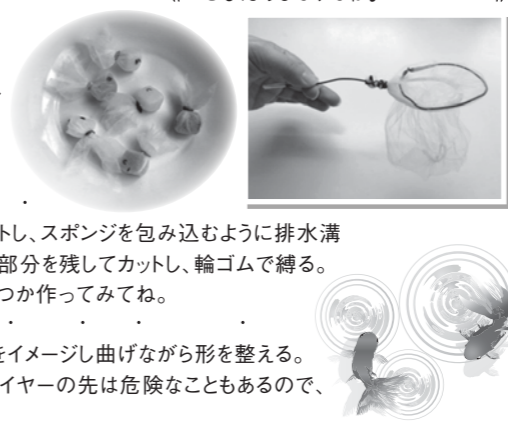
★金魚
【材料】
・家庭用カラー スポンジ
・排水溝ネット
・輪ゴム

★すくい網
【材料】
・ワイヤー等
・排水溝ネット
・輪ゴム

【作り方】
★金魚
①スポンジをハサミで好きな大きさにカットし、スポンジを包み込むように排水溝ネットをかぶせる。金魚のしっぽになる部分を残してカットし、輪ゴムで縛る。
②油性ペンで目を書き完成。金魚をいくつか作ってみてね。

※茶こしやスプーン、穴あきおたまなどお家にあるもので代用できるよ。ぜひためしてみてくださいね♪


※底に穴を開けるとシャワーにもなるよ!



ペットボトルのバケツ


【材料】
・ペットボトル(2ℓ)
・紐
・油性ペン
・ビニールテープ

【作り方】
①ペットボトルを半分にか切る。
②切り口にビニールテープを貼る
③ふちの2ヶ所に穴を開けて紐を通して持ち手を作る
④油性ペンで絵を描いてできあがり



うちわを仰いで、大きさ色々シャボン玉

【作り方】
①うちわの紙の部分を破く。(ビリビリに破くのは子どもも楽しい!)キレイにとれないところは水やお湯でふやかして取って、骨組みだけにする。
②シャボン玉液を大きめの器に入れ、うちわをシャボン液につけてパタパタ仰ぐ。
仰ぐだけなので1.2歳の小さな子も簡単にできるよ!



日立で夏を満喫!

～すくプチママ

おすすめスポット

令和3年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、内容が変更となる場合がありますので、事前にお問い合わせください。

～サクリエ～

日 立シビックセンターの中の科学館が新しくなりました。すくプチママが「サクリエ」へ遊びに行ってきました。以前の科学館のイメージを残しつつも、大幅にリニューアルされていました。子どもたちも思いっきり遊んで楽しんでいました。

ベビーから遊べる【キッズガーデン】

- ★よちよち歩きのお子様も安心
- ★じゅうたんになっている
- ★ボールを転がして遊べる
- ★授乳室、おむつ替えOK

小さい子どもがいる場合は、パパと一緒に安心!

【ためしてハニカム】(3歳～)

日本最大級の大型科学体験ジャングルジム8階と9階を遊びながら行き来できる。

ズボンやスニーカーで行くのがオススメ!

【サイエンススクエア】

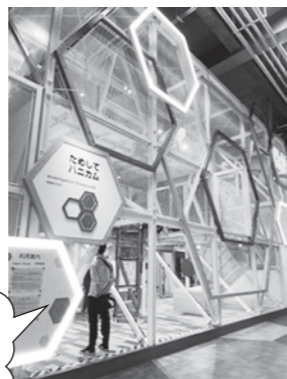
工作や実験などを行う。



【たんきゅうガレージ】

わたし、いえ、まち、ちきゅう、うちゅうのテーマごとにたくさんの体験型展示が並んでいる。

5つのエリアで楽しめる



ためしてハニカム



キッズガーデン

日立シビックセンター科学館「サクリエ」

幸町1-21-1 TEL:0294-24-7731
 (休館日) 毎月最終月曜日(祝日にあたる場合は開館)
 年末年始(12/28～1/4)
 ほか臨時休館あり

※現在は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、**土日・祝日及び7/21～8/31の入場は、事前予約制**となっています。

入場料	大人	小人等	幼児
科学館・天球劇場セット券	750円	300円	無料
科学館	500円	200円	
天球劇場	500円	200円	

- 下記を除く平日 9:00～17:00
- 土日祝・7/21～8/31 [午前の部] 9:00～12:00 [午後の部] 13:30～16:30



～奥日立きららの里～

自 然に囲まれた広大な敷地の中で、家族で楽しめるスポットがいっぱいの施設です。バーベキューをしたり、ふれあい牧場でポニーにえさをあげたり、やまびこ広場ではアスレチックやスウィングするターザンロープで思いっきり遊べます。

日本一長いすべり台「わくわくスライダー」は、かなりスピードが出るのでスリル満点! わくわくスライダーのりばの目の前のきらら館には新しく「kirara Café(きららカフェ)」がオープンしました! 「わくわくホットケーキ」や、極厚の「窯焼きホットケーキ」、オムライス、ナポリタン、他にも軽食やドリンクなどがあり、ちょっとした休憩にぴったりです!

また、4月にオープンした「駄菓子屋 きらら商店」には品揃え豊富な駄菓子や、昔懐かしいおもちゃが並んでいますので、大人も子どもも楽しめます!



(住所) 入四間町863-1
 (問合せ先) 奥日立きららの里
 TEL:0294-24-2424

※カフェ 11:00～15:30(平日)
 10:00～16:00(土日祝)

(営業時間) 9:00～17:00(11/16～3/15は16:00まで)
 (定休日) 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日が休み)と12/29～1/3
 春休み・GW・7月・8月は無休
 (入場料) 大人 320円 小中学生 100円 幼児 無料
 ※いばらきキッズクラブカード提示で大人260円、小中学生80円

～東滑川ヒカリモ公園～

大 型複合遊具や、インスタ映えを意識した写真撮影用フレーム板などがあります。芝が広がっていて、芝滑りなども楽しめます。海がすぐ目の前で、とても癒されます。

シーマークスクエア屋上公園と歩道橋で繋がっていて、行き来できるので、お買い物しながら遊べるのが魅力です。

(住所) 東滑川町5-13-1
 (問合せ先) 都市整備課
 TEL:0294-22-3111



ヒカリモ公園



シーマークスクエア屋上公園
 (営業時間) 10:00～19:00

～十王パノラマ公園～

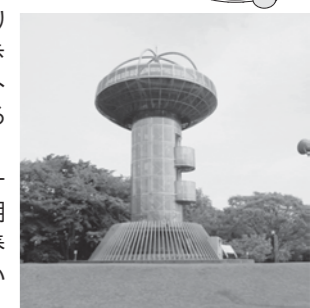
U F0型の高さ20mの展望台がシンボルの自然豊かな高台にある公園です。展望台には階段で自由に登ることができ、海から山まで大パノラマで眺望できます。

園内には長さ42mのロングローラー滑り台や、遊具・ターザンロープなどがあり子供に大人気! リスの目木道を散歩したり、広々とした芝生広場でシートを広げてお弁当を食べたりもできるので、家族で楽しめます!

眺望広場からは隣接している十王ダムを眺めることができ、十王湖の大噴水を見ることができます。春には桜の名所としても知られています。

トイレが新しくなり、おむつ交換台やベビーカーも備えています。

(住所) 十王町友部1085-6
 (問合せ先) 都市整備課
 TEL:0294-22-3111



諏訪梅林(鮎川)

石 造りの階段を降りると、すぐ目の前に綺麗な鮎川が流れています。階段の下には砂利のスペースもあり、小さい子どもでも遊びやすい! 川の中も砂利が多いので、ストラップ等が付いている脱げないサンダルで行くのがオススメ。川の流れが少し速い所や、深い所もあるので、必ず親子で遊びましょう! 3月中旬頃は、梅の花も見どころです。

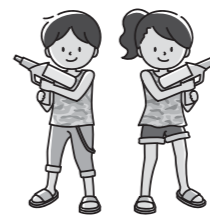
(住所) 諏訪町字山田
 (問合せ先) 都市整備課
 TEL:0294-22-3111



水遊びをする時は、お子さんから目を離さないように!



大雨の後は、水遊びはやめましょう



透 き通った綺麗な湧き水が流れる、自然豊かな公園です。公園内には水遊びスペースもあり、小さい子どもでも遊べますよ。広場で遊んだり、あずまやで休憩したり、公園内をお散歩したりと、親子でゆっくり楽しめます。湧水の奥は、すぐ隣を流れる泉川と合流しているの、泉川には入らないようにしましょう。

(住所) 水木町2丁目
 (問合せ先) 都市整備課
 TEL:0294-22-3111



プール(有料)

- ・かみね市民プール.....(住所) 宮田町3381-1 TEL 0294-23-3045
- ・じゅうおう市民プール.....(住所) 十王町友部1936 TEL 0294-39-2446
- ・久慈サンピア日立スポーツセンター... (住所) みなと町6-1 TEL 0294-53-5300

※令和3年度、海水浴場は新型コロナウイルスの影響により開設しません。

