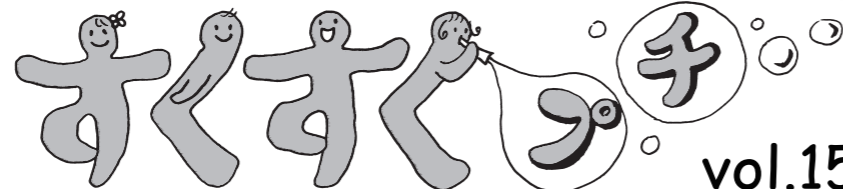


ひたち子育て
三三通信



vol.15 2014.7

The New team!

新しい子育て情報探検隊がスタートしました!

読者の皆さんこんにちは。

前号の「すくすくプチ」で新たに募集を行った子育て情報探検隊。新メンバーも含めた新チームは4月から元気いっぱい始動しました。真夏の太陽のようにメラメラ燃えていますよ!今号を読み進めると、私たちの情熱を感じていただけると思います。

もちろん、涼しい気分になれる記事も掲載されています。後ほどお楽しみくださいね♪

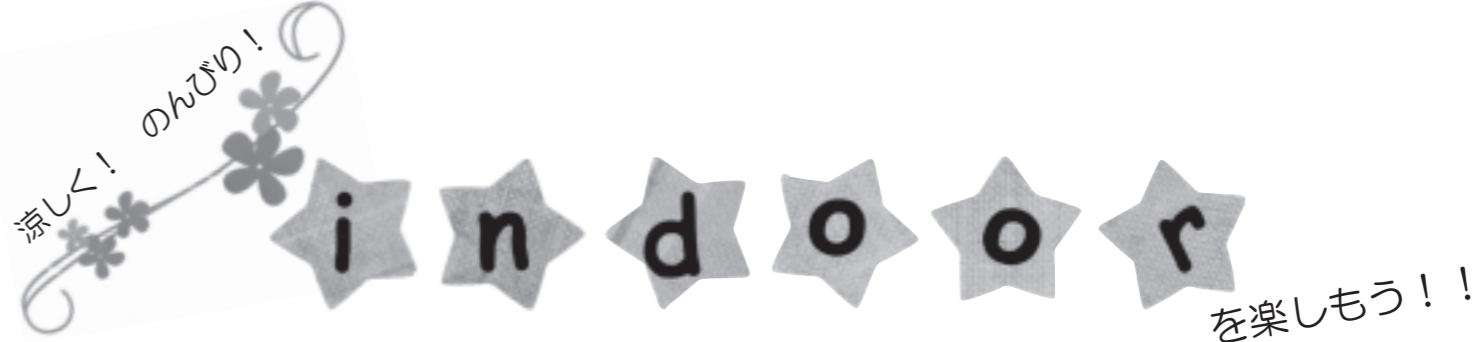
私たち探検隊は、常にアンテナを高く張り、子育て情報の収集を心がけています。ママ友との何気ない会話や、たまたま隣り合わせたママのふとしたつぶやきなど、気になることはすくすくにノートにメモ。そして子育て中の方々が少しでも『日立市で楽しく子育てができる』ことを願って記事を書き、「すくすくプチ」と「日立市行政放送」から情報を発信しています。

新メンバー加入でさらにパワーアップした探検隊。これからもどうぞ宜しくお願い致します!

【今号の特集】

- 新生活子育て情報探検隊!
- すずしく!のんびり indoorを楽しもう!
- 暑い夏でも体を動かそう!日立市の水遊びスポット

New members!



日立シビックセンター科学館・天球劇場

『体験』を通してみんなで自然科学に親しもう!

科学館、プラネタリウムというと、小学生以上の大きなお子さんたちが楽しめる施設というイメージを抱きがちですが、乳幼児連れにもとっても楽しめる施設です。お天気悪い日、「さあどこへ行く?」と迷った時にはぜひ科学館へ! 屋内でも楽しめる体験型の展示物や、サイエンスショーを開催しています。小さな赤ちゃんがぐずっても大丈夫! 授乳室もあり、その近くにはキッズコーナーがあります。私たち探検隊の子供たちもお邪魔しましたが、とっても夢中になって遊んでいました。目の届くところで遊ばせることができるって安心できますね! 平成26年度 夏の特別展は『恐竜たんけんランド』です! 未だ謎が多く残る恐竜...今年は展示とともにもちろん体験も通して、恐竜について親しむことが出来ます。開催期間:平成26年7月19日(土)~

天球劇場と言われるこのプラネタリウムは、世界有数の機器を使い(国内ではこちらの天球劇場を含め二つしかないとのこと!), 頭上全体で素敵な星空が楽しめます。

新たに子供向けのプログラムも導入し、子供たちにもより身近な存在となってきています。映画とも違い、頭上いっぱいを使って繰り広げられるお話しに、赤ちゃんも含め子供たちは目を輝かせて見ていました。また、ベビーカー利用者でも大丈夫です。入り口で預かってもらえ、上映後は出口まで移動しておいてくださいました。今後は子供向けの番組を継続的に取り入れていきたいの方針ですが、通常のプログラムでも、暗い中、座って星空を見るというのは、そばにママやパパなどがいれば、案外子供には新鮮で楽しいものようです!

8月31日(日)

- 内 容: ★化石展示
★体験コーナー(化石発掘体験コーナー、コーパル磨き体験コーナー、恐竜ペーパークラフト、恐竜ぬり絵コーナー)
★飛び出す3D恐竜ポスター
★恐竜をテーマにしたアート展示
★シュミレーション・ライド『ドリームライド・ブル』の恐竜番組の上映
★ワークショップ『化石レプリカをつくろう』



などが予定されています! 楽しみですね!

★DATA★

住 所:日立市幸町1-21-1
T E L:0294-24-7731
休 館 日:毎月最終月曜日、年末年始(12/28~1/4)その他臨時休館
開館時間:10:00~18:00(入館は17:00まで)
入 場 料:大人(高校生以上) 科学館・天球劇場 各520円/セット券800円
小人(小・中学生、高齢者、障害者) 科学館・天球劇場 各320円/セット券400円
幼児 無料
U R L :http://www.civic.jp/

プチ TeaTime

暑くて食欲がない...でも何か食べたい、子供たちにもいいおやつを食べさせたい。そんな時にはさっぱりしたものが一番!! ビタミンCたっぷりのネーブルゼリーを手作りして親子共々涼しくなっちゃいましょう!

ネーブルゼリー

材料2人分

- ・ネーブル 1個
- ・砂糖 小1/2
- ・オレンジジュース 少々
- ・粉ゼラチン 2g
- ・水 大1
- ・ミントの葉 少量

エネルギー1個あたり62kcal

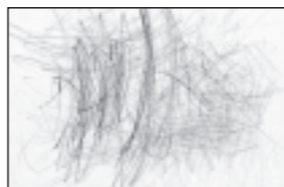


(作り方)

- ①ネーブルは横半分に切り、絞り器で果汁を絞る。果汁にオレンジジュースを足して全部で160ccにしておく。中身の果肉は皮からきれいにペティナイフのようなもので剥がし、皮はゼリーの器として使用する。
- ②鍋に絞り汁と砂糖を火にかけて砂糖を溶かし、沸騰させずにふやかしたゼラチンを加え完全に溶けたら火から下ろす。
- ③粗熱が取れたらネーブルの器に注ぎ、冷蔵庫で冷やし固める。
- ④ミントの葉を添えて出来上がり。



「パパ」
くらしげちほちゃん(4才)



「おばけ」
おかもと ゆいちゃん(3才)
さえちゃん(1才)

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・天球劇場の皆様、久慈サンピア日立スポーツセンターの皆様、かみね市民プールの皆様、記念図書館・多賀図書館・十王図書館の皆様、日立市スポーツ振興課・観光物産課・都市整備課の皆様、取材や情報提供にご協力いただき、ありがとうございました。

【編集後記】探検隊に入隊(?)した時はハイハイしていた娘も年中児さんになり、長男もあつという間に2年生。少しは手が離れたので気分転換できますが、子育ての悩みは質をかえて日々降りかかってくる~! 昨年末は子ども達と初めて天球劇場に行き、感心しまくり。日立に住んで10年になります。実は私、サンピア日立も訓練所も行ったことないんです。嬉しいことにまだまだ甘えん坊のお兄ちゃんと一緒に、この夏は思いっきり水遊びを楽しみたいです! (古奥)

【発行】日立市 日立市ホームページ <http://www.city.hitachi.ibaraki.jp/>
ひたちすくすくガイド <http://www.city.hitachi.ibaraki.jp/index.html?id=14>
【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 仁田美美子 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322) IP☎050-5528-5071 fax0294-22-3011 ✉kodomo@city.hitachi.lg.jp



日立市立図書館: 記念図書館・多賀図書館・十王図書館・南部図書館

全館共通イベント「としょかんポイント大作戦」(期間:7月1日から8月31日 対象3歳から中学3年生)

各図書館利用時にポイントカードにスタンプを押してもらえます。6ポイントで賞品がもらえますよ!全館共通なので、本をたくさん読んでポイントを集めてみてください! その他、絵本の読み聞かせや紙芝居を行うおはなし会を実施しています。詳細は市報をご覧ください。

久慈サンピア日立スポーツセンター

オムツが取れていない子でも、幼児用プールに限り、水遊び用オムツの上に水着の着用で入水できます。

東日本大震災で津波被害を受けて以来、営業を中止していたスポーツセンターのプールが7/19にリニューアルオープンしました！

*プール

25m プールと子供用プールの二つがあり、25m プールは水深1～1.2m。貸出し用のビート板のみ使用可能で浮具は使用禁止です。子供用プールは水深0.7mの子供用と0.5mの幼児用があります。こちらも浮具は使用できませんが、幼児に着けるアームヘルパーはOK。入水には水泳帽の着用が必要です。遊具は子供プール側に赤と黄色の可愛い滑り台とキノコ頭の噴水があり、幼児プールにはウォーターガンが！

やんちゃ盛りのこどもが喜びそう♪

休憩は屋根付きベンチがありますが、広場にレジャーシート等を敷いても大丈夫。プールサイドのスペースにとってもゆとりがあるのでオススメです。

飲食の持込みが可能なので、お弁当を持参して夏の遠足気分を味わうのも良いのでは？

※ゴミは各自持ち帰りになります。



これが、おすすめの「ウォーターガン」写真手前側が幼児プール。子供プールとは柵で区切られています。



一緒に見学した息子はキノコ型の噴水に大興奮！

住所：日立市みなと町6-1
TEL：0294-53-8000
開館時間：10時から17時
開放期間：7/19～8/31
入園料：大人220円 小人50円
3歳未満無料
URL：ホームページはリニューアル中

*体育館

こちらでもリニューアルして今年の4月から再オープンしました。

体育館全面の1/6（バドミントンコート一面分）の広さから利用が出来るので、目的に応じて幅広い使い方が出来るそうです。

原則として利用日の一週間前に予約が必要ですが、急な場合でも予約状況に空きがあれば利用出来ます。

道具は基本的に持込みですが、貸出ししているものもあります。

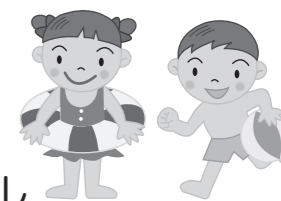
休憩は体育館の横にベンチがあつて、こちらも飲食が可能です。他に自販機のあるベンダースペースでも飲食出来ます。（プールと共用）



開館時間：8時から22時
使用料：（個人利用の場合）
大人100円/2H 小人40円/2H 3歳未満無料
※照明を使用する場合は50円/1H

日立の市民プール

オムツが取れていない子でも、幼児用プールに限り、水遊び用オムツの上に水着の着用で入水できます。



*かみね市民プール

7月1日から9月10日まで屋外プールも開放されます！※天候により使用できない場合があります。

探検隊オススメは室内の幼児プールです。近くにスライダーもあり、幼児プールとは柵で分かれています。小さなお子さんは大人と一緒に滑ることも可能です。思いの外スピードがでますので、気をつけてくださいね☆ 入水には帽子の着用が必要で、室内プールには遊具の持ち込みは出来ません。着替え室ロッカーは100円が必要（返却式）です。

住所：宮田町5-2-22
TEL：0294-23-3045
利用時間：9時から20時
定休日/毎週月曜日（祝日の場合は翌火曜日）12/31～1/2・3/25～3/31（なお4月、7/1～9/10は月曜日も営業しています）
入園料/高校生以上510円 小・中学生150円 小学生未満無料
URL：http://www5.ocn.ne.jp/~kamine

*十王市民プール

十王スポーツ広場内にある、夏季限定の屋外プールです。

設備の補修とペンキの塗り直しをして、リニューアルしました。大人用プール（25m）、子ども用プール（25m、水深0.8m～1.1m）、幼児用プール（すべり台付き、水深3.3m、0.5m（2段階））の3種類があります。しかも、すべり台は、大小2種類♪

家族全員で楽しめますよ！入水には水泳帽の着用が必要ですので忘れずに。浮具の持込は、幼児プールのみ可能、周りの方の迷惑にならない浮き輪程度で。

住所：十王町友部1936番地
TEL：0294-39-2466
利用時間：9時から17時
開放期間：7/1～9/10
入園料/高校生以上220円
小・中学生50円
小学生未満無料
URL：http://www.hasa.or.jp



探検隊おすすめ 日立市の 水遊びスポット 特集



日立の海・川

*諏訪梅林

夏は、自然の中で川遊びがおすすめ。一部川底を整備し浅くなっている部分があり、大人と一緒にであれば小さい子も楽しめます。川岸も階段状に整備されているところもあり、レジャーシートを敷いて座れます。冷たい水と木陰で、川に入らなくても涼しくすごせます！夏以外の季節も、花や木々を楽しみながらの散策も楽しいですよ♪

※雨が降った後や天候の悪い日は水量が多くなり、水流が速くなることがあります。一部深いところもありますので気をつけてご利用ください。



天気の良い日は子どもたちの笑い声が響きます♪

TEL：0294-22-3111
（日立市役所都市整備課）
住所：諏訪町守山田
P：35台
トイレ・休憩所・あずまや：各1カ所
URL：http://www.city.hitachi.lg.jp/park/

*海水浴場

