



ココフィレ

cocofiler[©]いわき

¥0 * free

ご自由にお取りください

2014年12月/第7号

フリーペーパーココフィレいわきは、子育てサポートWendyが地域応援の一環として発行しています。

人と人・心と心をつむぐフリーペーパー みんなが集う心の交流♪イベントやお教室の情報誌



「三日月のクリスマス」

今年は三日月のクリスマス。

夜空を見上げるとサンタさんや雪の妖精が冬の楽しいことを運んできてくれるようです。

第7号発行のために描き下ろして下さった絵です。切り取って飾ることもできます♪

この度は、いわきでがんばっている方を応援するフリーペーパー「ココフィレ いわき版」を手にとって頂きましてありがとうございます。

「cocofiler」は、造語です。(coco)ここから(filer=フランス語で紡ぐ)発信し、つむいでいく物語という意味です。

Wendyが震災後に広島で出会った、素敵なフリーペーパー「ココフィレ」。気軽に絵本を読んでもらいたい、子育てを応援したいというコンセプトに共感し、ぜひいわきでも、震災に負けることなくがんばっている方々を応援するフリーペーパーを作りたい、という願いをお伝えしたところ、快くご協力を頂いて「ココフィレいわき版」として発行することができました。

広島の「ココフィレ」と同じく、手にされた方の心に灯りがともる、スイッチがつく、誰かと出会う、何かと出会う…そんな、きっかけになれたらと思っています。

2014年12月 ココフィレいわき事務局

～ママの手から伝わる愛情～
ベビーマッサージ教室Happy smile



0歳からの赤ちゃんとのコミュニケーションのベビーマッサージ。全身を3回にわたってのしっかりレッスン・体験レッスンなどあります。マッサージにより効果はいろいろ！便秘解消・夜泣き軽減・免疫力UP♪ママも赤ちゃんも自然とHappyに…そしてsmileになりますよ♥

日時：12月5日/12日/19日(金) 10:30～12:00
場所：いわき市平中町20
参加費：1回2,000円×3回(オイル・防水シート込)
※レッスン詳細はHPをご覧ください。
<http://happy-smile-iwaki.jimdo.com/>
連絡先 Happy smile 伊藤 恵 0246-84-5110

～手作り雑貨にかこまれて～
クラフト市場



県内外の作家さんの作品が集まります。ゆっくり流れる時間の中で好きなスタイルの手仕事から生まれた作品たち。皆さまのお越しをお待ちしています。

日時：12月12日(金) 11:00～15:30
場所：いわき芸術文化交流館
アリオス 5 F 大1ハーサル室
(福島県いわき市平三崎1-6)

連絡先 クラフト市場
090-9741-4918
<http://ameblo/craft-hinatabocco/>

とことんクリスマス会



クリスマス仕様に飾った広場で、親子でたくさん遊んでください。女の子には「アナ雪ドレスで写真コーナー」も。

日時：12月12日(金) 11:00～16:30
12月13日(土) 10:00～16:00
場所：とことん広場(イトーヨーカドー平店4階)
参加費：無料
入場対象者：0～6歳までのお子さんとその保護者

連絡先 NPO法人いわきNPOセンター
TEL 0246-35-5411
sue-aki@agate.plala.or.jp
<http://www.iwaki-npo.org/>

♪Let's HULA♪
フラスタジオ生徒募集



Aloha! フラ&ポリネシアダンススタジオ [ハラウナマモトゥリパ]です。お子さんと一緒にレッスンできる [ママ&ベビークラス]

4歳からのお子さんなら[ケイキクラス]もちろん大人だけのクラスもあります♪ハワイ本校、東京の日本校と同じレッスンが受けられます。体験レッスンは無料です!

日時：月3回 曜日はクラスによって異なります
料金：3,240円～
場所：いわき市泉町下川境ノ町58-1 (南部清掃センター近く。県道沿い。)
連絡先 トゥリパいわきスタジオ
TEL 090-9827-5399 iwaki@tulipajapan.com
<http://www.tulipajapan.com>

子ども♥あいネット×いわきアリオスあそび工房
第3回子ども♥あいネットフェア



市内の子育て支援団体による、ブースにてワークショップや相談、情報提供、活動紹介など。豊間小の児童により制作された短編映画の上映もあり。

日時：12月20日(土)
10:00～12:00 (開場9:40)
場所：いわき芸術文化交流館アリオス
2階カンティナーネ・共有スペース
参加費：無料 *予約不要

連絡先 子ども♥あいネット事務局(飯田)
TEL 090-4725-7636
(問い合わせ受付時間：9時～17時)

明るい未来へ みんな笑顔でつながろう
クリスマス交流会



*講演会11:00～ 講師：高城 康さん
テーマ「自分が活かせるコミュニケーションと来年の目標！」

*相談会10:30～
タロット占い、カラー占いもあり
他工作、おもちゃや絵本紹介など
*キビタンが来ます♪お子さまにはキビタンからのプレゼントもあります!

日時：12月23日(火・祝) 10:00～14:00
場所：いわき市総合保健福祉センター
多目的ホール

参加費：300円
連絡先 いわき緊急サポートセンター 前澤由美
TEL 080-6055-1099 iwakikinsapo@gmail.com
<http://iwakikinsapo.jimdo.com>

中之作・清航館でお餅つき体験!
大・餅つき大会



中之作港の目の前にある 築200年の商家「清航館(せいこうかん)」では、落語会、邦楽コンサート、展覧会やお料理教室など、古民家の雰囲気を活かしたイベントを開催しています。

今年最後のイベントは、餅つき大会! 杵と臼を用意して行う餅つき体験・試食はもちろん、参加下さった方に鏡餅のプレゼントも! (先着順)

日時：12月28日(日) 10:00～
会場：清航館 前庭(小雨決行)
(いわき市中之作字川岸10)

参加費：無料
連絡先 中之作プロジェクト
TEL 0246-55-8177

<http://toyorder.pl.bindsite.jp/nakanosaku/>

キレイを叶えるサロン Happy Soil
スキンケアモニター募集

HappySoilでは、スキンケアモニターを募集いたします。モニターになると、ルクエスキンケアセット(1ヶ月分)、カウンセリング、超音波エステ4回等、11,980円のところ、4,104円で体験いただけます。お肌のお悩みに合わせたアドバイスとスキンケア、エステで、1ヶ月でお肌をきれいにしていきます。



日時：御希望の日時をご予約ください
場所：いわき市平堂根町1-1
美容室maCo*Coro内 HappySoil

連絡先 Happy Soil (土屋)
TEL 090-6547-1930
happysoil@i.softbank.jp

避難先生活を終えて戻ってきたママ達のカフェ
ままカフェ@いわき



久しぶりの福島での生活の事や、お子さんの事、ママ自身の事も含めてみんなでしゃべりませんか? お子さんには楽しく遊べるスペースをママ達には美味しいお茶とお菓子ををご用意して待っています。いつ来ても、いつ帰ってもOK! 申込みもいりません。お気軽にお越しください。

日時：毎月第3火曜日 10:00～12:00
12月16日(火)・2015年1月20日(火)
場所：いわき産業創造館
(「LATOV(ラトブ) 6F」)
※2時間分の駐車場代は無料になります。

参加費：無料
連絡先 ふくしま子ども支援センター
TEL 024-573-0150
info-ccsd@beans-fukushima.or.jp

ご家族をケアするセラピストになりませんか？ 初級リフレクソロジスト養成講座

英国式リフレクソロジーは痛くない・優しいタッチで足裏を刺激。深いリラクセスが得られます。



初級講座は理論の基礎と20分程度の実技ができるようになる講座です。楽しく学んでご自分やご家族をケアするファミリーセラピストになりませんか？

優しい刺激の足裏健康法なので、大人はもちろん、お子さんにもやってあげられます。

少人数（1～2名）制なので、じっくり学べます。

開催日：受講ご希望の方との調整にて決定します

時間：10:00～15:00

場所：RTA指定スクール アイル

（いわき市郷ヶ丘2116-9 ハイツ明星1-1A）

※ご自宅へでの出張教室も可能です

受講料金：17,000円

（テキスト・専用ジェル・修了証・ランチ込）

連絡先 RTA指定スクール アイル 矢代純子

0246-68-6852 rta_air@coral.plala.or.jp

*ご希望の日時（第二希望まであればなお可）をお知らせください。施術中は留守番電話になります。

～人と人とのつながりを大切に～ 音楽教室 angel musica



小さいお子さまから大人の方まで、音楽を通して人と人とのつながりを大切にしませんか？

初めての方も大歓迎ですので、

お気軽にお問い合わせ下さい♪

来年4月からは、小名浜教室もスタート予定!!

体験レッスン随時受付中♪

*レッスン中は電話に出ることができませんので、

メッセージを残して下さい。

こちらからお電話させていただきます。

連絡先 音楽教室 angel musica 星 綾

TEL 090-2601-8603

aya.cantabile-jan.20@ezweb.ne.jp

ふたば商工株式会社 旧警戒区域に行ってみっぺ



大地震、大津波、原発事故による放射能汚染がどんなものなのか？

マスコミでは報道されない真実を、たくさんの方に知っていただくために、地元人間が案内する旧警戒区域視察研修事業を行ってまいります。

日時：12月13日（土）

9:30 いわき駅前ミスタードーナツ出発

14:30 いわき駅到着

その他の日程、内容についてはHPをご覧ください。

<http://311futaba.jimdo.com/>

連絡先 ふたば商工株式会社

旧警戒区域視察研修事業部

311.futaba@gmail.com

ゴスペルクワイア ラブフィーキッズ&ラブフィー



愛と希望の歌☆ゴスペルと一緒に歌いませんか？キッズも大人も楽しく活動しています。

地元イベントに多数出演しています♪

月に一度、プロの講師によるワークショップも開催しています。キッズ、大人共にいつでも

メンバー募集中！

日時・会場：ブログに随時UPしています。

ブログ http://blog.livedoor.jp/love_feast/

参加費：無料。復興支援のためにいわきホーム

チャペルがサポートしています。

申込み：不要。直接会場にお越しください。

連絡先 いわきラブフィーストゴスペルクワイア事務局

TEL 0246-38-4244

ihcgospel@gmail.com

加圧&ピラティス スタジオpino ピラティス体験半額キャンペーン開催



あなたもピラティス始めませんか？

運動不足の方、ストレス溜まっている方、

痩せたい方、楽しみたい方、身体を整えたい

方などなど・・・

どなた様も気軽にご参加頂けます♪

期間：12月1日（月）～12月27日（土）

場所：スタジオ pino

体験料：パーソナル/2,160円

グループ/1,080円

※当日入会の方に限り体験料無料に!!

定員：グループ/4名様

※パーソナル、グループどちらも要予約

連絡先 スタジオpino TEL 0246-68-8630

masterstretch.ck.2013@gmail.com

月に一度の癒し系イベント いい癒Cafe



リラクセス&リフレッシュ時間は
いかがですか？

お子様連れでも大歓迎ですよ♪

毎月の出展内容は、HPをご覧くださいね！

日時：毎月26日 11:00～16:00

場所：元祿彩雅宿 古滝屋 8F

（常磐湯本町三函208）

入場料：無料

公式サイト：<http://www.iiyu.org/>

連絡先 癒し空間Ran-Ran

TEL 050-3825-2168

re.ranran@gmail.com

くりーむそおだ(託児付教室) あろまさうるす 香りのするおそうじ用重曹パウダーづくり



重曹は、汚れを落としたいやな臭いも消してくれ
るすぐれもの。抗菌、消毒作用のある天然の植物

の香りをブレンドして、パワーアップしたおそう
じ用重曹パウダーをつくりましょう♪

いつものおそうじも楽しくなるかも♪

託児システム有り（1名500円）

日時：12月17日（水）10:00～12:00

会場：Wendy（平字正内町45-6）

定員：8名

参加費：1,500円（材料代込・ドリンク付）

連絡先 Wendyいわき TEL 080-1810-4371

sodamahry2007@docomo.ne.jp

Wendy'sカフェ miniクリスマスおしゃべり交流会♪



日々の事など、お茶のみしながら気ままに

おしゃべりしませんか？年齢は問いません。

どなたでも初めての方もお気軽にどうぞ♪

お一人の参加も、お子様連れも大歓迎です！

（保育スタッフが見守ります）

日時：12月24日（水）10:00～12:00

会場：Wendy（平字正内町45-6）

参加費：500円（ドリンク・スイーツ付）

*申し込み制ですので、お問い合わせ下さい。

連絡先 Wendyいわき

TEL 080-1810-4371

sodamahry2007@docomo.ne.jp

くりーむそおだ(託児付教室) 日本の“おと”教室



お箏(こと)・三味線・胡弓…和楽器の音色で癒
されましょう。

第2回も生田流お箏

日本に古くから伝わるお箏・三味線・胡弓に触
れ、音色を味わってみませんか？プチ解説付き

の伝統楽器の体験教室です。初心者も大歓迎♪

ぜひ音を奏でる楽しさを感じてください。

託児システム有り（1名500円）

日時：2015年1月19日（月）10:00～12:00

会場：Wendy（平字正内町45-6）

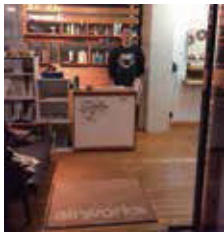
参加費：1,500円

連絡先 Wendyいわき TEL 080-1810-4371

sodamahry2007@docomo.ne.jp

人と人

「人を美しくできる人を創る」



佐藤 友明さん

福島県いわき市平鍛冶町13
国府田ビル2F
ヘアサロン『エアワークス』

こんにちは、airworks hairlifeはお客様ひとりひとりをしっかりとカウンセリングし、最高のヘアスタイルのためのスタイリング、アレンジ、ヘアケア方法をお伝えします。上質なヘアデザインと心からのおもたなしをコンセプトにした癒しの空間のなかで、リラックスした時間をお過ごしください。

小さなサロンなのでお客様も家族連れや子供さんのカットも多いですよ。0歳から12歳までのカット2160円です。似合うお子さんの髪型見つけましょう。大好評の炭酸スパ X 炭酸泉 x炭酸スチームで頭皮と髪をキレイにケアできます。トリプル炭3は2160円です。人を美しくできるのが僕らの仕事。

これこそが原点ですよ。

お店でスタッフ一同おまちしています。

第8号は、佐藤さんからつむいで(ご紹介)頂いた『フロランタンと焼き菓子のお店 Lanthanum』の永山さんをご紹介します。

心と心

佐藤さんオススの一冊



からすのパンやさん

作・絵/かこさとし
出版社/偕成社

からすの子供達の活躍でパン屋が大人気に。からすの(家族)の(助け合う気持ち)にハラハラ、ワクワクする作品です。お子さんに読んであげてください。

佐藤さんオススの場所

フロランタンと焼き菓子のお店

Lanthanum

可愛いテディベア、鳥かご、ユニコーン他にも色々なアイシングクッキー



を作ってくれる永山さん。彼女の世界観は見えていてあきないです。お店の雑貨もなんだかいいし、プレゼントやギフトにぴったりです。フロランタンは僕が大好きで病み付きの美味さ。

住所 いわき市平字二町目23 TEL 0246-24-2121
営業時間 12:00~19:00 定休 月曜日、火曜日

ココフレいわき 発行... チャイルドケアトータルサポートサービス Wendy
Wendyは「あったらいいな!」を形にしています。

Wendy'sカフェ

お友達同士の交流の場として、また教室開催など自由に集える空間の開放をしています。月に数回、テーマ別の交流会も行なっています。

Wendy's Room

子育て支援として、0歳児(6ヶ月)から小学6年生までのお子様を対象に「お子様の一時預かり」を行なっています。お得なフレンズ・パックもあります。

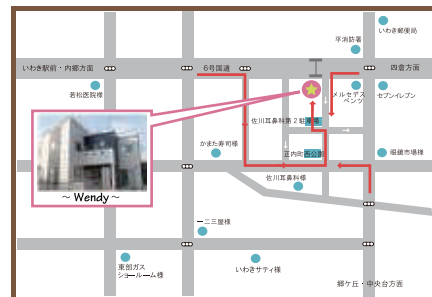
くりーむ・そおだ

小さなことから「そおだ!」と思ったことを実現させましょう、というコンセプトで、気軽に参加できるお教室を紹介・企画しています。お子様連れ歓迎!

お問い合わせ

<http://www.to-ho-net.co.jp/wendy/>
TEL 080-1810-4371
E-mail: wendy@to-ho-net.co.jp

*毎週火曜日、西日本からの野菜を販売しています。



所在地:いわき市平字正内町45-6

「ココフレいわき」企画・制作・発行... Wendy & KEY FORCE(Web制作・DTP)

表紙イラスト... 加藤ひさこ <http://ameblo.jp/nijjirotsumugi/>

*ココフレいわきに情報を掲載したい方、イラストを発表したい方を募集しています。ご希望の方は下記HP内の投稿フォームへ。

<http://www.to-ho-net.co.jp/wendy/> *お問い合わせは wendy@to-ho-net.co.jp まで。

*次回発行は来年3月の予定です。2月10日までに情報をお寄せください。

※本誌の無断転載・複写を禁じます。