



ココフィレ

cocofiler[©]いわき

¥0 * free

ご自由にお取りください

2016年9月/第14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



「コスモスの夜」

秋のコスモス畑にきれいなお月さま。
ようせいのあかちゃんもうさぎのあかちゃんもねているからしずかにしなきゃ、
でもなにかステキなことがおこりそうだね。*うさぎが何匹いるかかぞえてみよう。

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。

2016年9月 ココフィレいわき事務局

おはなし聴き屋オーリーブ 親支援・子育て支援
第一回キャラ弁教室開催



幸せになる魔法の言葉、「うれしい」「楽しい」「おいしい」につながる、キャラ弁をとおして子供との深く優しい絆を増やしませんか！仕事をしながら女の子二人を育てているママさんが教えるキャラ弁教室です。最後に作ったお弁当をお子さん達とワイワイガヤガヤ一緒に食べて終了となります。

日時：9月4日(日) 10:00～12:00
 場所：いわき市洋向台集会所
 参加費：1,500円 定員：12名
 持ち物：エプロン・お弁当箱(二個)・包丁・まな板
 連絡先 おはなし聴き屋 オーリーブ
 TEL 080-8216-4599
 info@ohanashi-olive.com

おはなし聴き屋オーリーブ 親支援・子育て支援
第一回パパの簡単お料理教室



ママにお休みのプレゼント！ふだん言えない感謝の言葉のかわりに愛情こめて、奥さんやお子さんの為にお料理を作ってみませんか！栄養士さんが教えるあまりお金をかけずになるべく冷蔵庫にある材料で作れる、後片付けも簡単なお手軽料理をお教えいたします。

日時：9月18日(日)
 場所：いわき市洋向台集会所
 参加費：2,000円
 定員：12名
 持ち物：エプロン・包丁・まな板
 連絡先 おはなし聴き屋 オーリーブ
 TEL 080-8216-4599
 info@ohanashi-olive.com

ばるっ子クラブイベント
アレルギーのキホンについて学ぼう！



様々なアレルギーのキホンを「環境アレルギーアドバイザー」の講師より分かりやすく学べてアレルギー対応商品の試食も予定しています☆ぜひ！この機会にご参加くださいね～！

日時：9月22日(木・祝) 10:00～12:00
 場所：パルシステム福島 いわきセンター
 (いわき市常磐西郷町落合)
 参加費：大人(中学生以上) 300円
 こども 200円 託児あり(200円)
 連絡先 ばるっ子クラブ 代表 吉田
 TEL 090-2889-9057 ※要予約

ピースアクションinヒロシマ派遣報告会
第1回折り鶴へいわカフェ



8/4～8/6、原爆の日に合わせて広島に行ってきた映像、写真、そして肌身で感じた感想を皆様にご報告します！

また、広島の名産を楽しみながら、折り鶴を通してへいわを語り合う会、『折り鶴へいわカフェ』も開催。お気軽にご参加ください。

日時：9月25日(日) 10:00～12:30
 場所：パルシステム福島 いわきセンター
 (いわき市常磐西郷町落合)
 参加費：無料(ユニセフの募金箱を設置)
 連絡先 パルシステム福島 ユニセフ平和担当 吉田
 TEL 090-2889-9057 ※要予約

美腸Life



(写真はイメージです。当日のお料理と異なります)

夏から秋へと移り変わる時期の不調は実は腸が持つ働きが関係しているのです。栄養士の中村寛子先生の美腸講座です。

日時：9月26日(月) 10月12日(水) 11月14日(月)
 10:30～13:30
 場所：N' campagne recette
 四倉町上仁井田字松葉129の1
 参加費：1,500円(お子様のランチプレート+300円)
 定員：8名
 連絡先 西山 紀子
 TEL 090-2367-5510
 N-campagne@docomo.ne.jp

受験者募集！
第2回いわき学検定



「いわき学検定」ではいわき市の知識について実力を図ることができます。1次試験で「優」の成績の方が2次試験へ進めます。2次合格された方へは「いわき学博士号」が授与されます。

《1次試験》
 日時：10月8日(土) 14:00～15:30
 《2次試験》
 日時：10月29日(日) 14:00～15:30
 会場：いわき市生涯学習プラザ
 受験資格：中学生以上であればどなたでも
 受験料：無料
 詳しくは「第2回いわき学検定」でネット検索
 連絡先 いわき地域学会 副代表幹事 夏井
 TEL 090-4884-3237

にがおえFACTORY
『にがお絵ぬりえ』体験教室



あなたの「にがお絵」を、彩り豊かに仕上げてくださいませんか？ペットの「にがお絵」も大歓迎！絵本プレゼント！先行予約受付中！！

日時：10月22日(土) 10:00～15:00
 場所：平体育館及び市民運動場
 (いわき市平字正内町6-1)
 参加費：500円(完全予約制)
 (☆事前に写真を送ってくれた方、400円でOK！)
 連絡先 にがおえFACTORY はらだ
 TEL 0246-84-5791
 r.harada@fukurawaseiki.co.jp

ようこそ！いわき市へ！
転入女性交流のつどい



転入者同士、同じ立場で交流できることで、毎年好評をいただいています！今年には10月に『トマト収穫体験』バスツアー、12月にクリスマス交流会の2本立てです！詳細はお気軽にお問い合わせください！

日時：10月25日(火) 9:30～13:30
 12月13日(火) 10:15～12:00
 参加費：各500円
 定員：各30名
 募集対象：転入3年以内の女性
 連絡先 いわき市男女共同参画センター
 TEL 0246-27-8694
 danjokuyodosankaku@city.iwaki.fukushima.jp

Iwakiの愛がつながる子育て
第5回こども♥あいネットフェア



市内の子育て支援団体やサークル等の紹介、ワークショップや活動体験♪その他子育て情報がいっぱい詰まったイベントです！ぜひ☆お越しください～！

日時：11月12日(土) 12:00(開場)～15:00
 場所：いわき芸術文化交流館アリオス2階
 カンティナー・共用スペース
 参加費：無料
 予約：不要
 連絡先 こども♥あいネット実行委員 吉田
 TEL 080-1810-4371
 Facebook「こどもあいネット」で検索できます！

フラ&ポリネシアダンススタジオ
メンバー募集中



ALOHA! [トゥリパいわきスタジオ]です。
大人気! 子連れOKな「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よ♪
シェイプアップはもちろん、ストレス解消や
癒しに…いかがですか? 見学・体験レッスンは
無料です。お気軽にお問い合わせくださいね♪

日時: 月3回 曜日はクラスによって異なります。
場所: いわき市泉町下川境ノ町58-1
参加費: 3,240円～

(家族割や複数クラス受講割あり)

連絡先 トゥリパいわきスタジオ
TEL 090-9827-5399
y-u-k-o.apr10@i.softbank.jp

Wendy'sカフェ テーマ別交流会
30代・20代ママ 集まれ～♪



要望の多かった「ママが同じ年代の交流会」
シリーズ! 9月は30歳代ママ、10月は20歳代マ
マの皆さんの交流会です。
共通の話題や、今さら聞けない悩みなど・
情報交換、お友達作りには是非どうぞ～!

日時: 30代ママ 9月13日(火) 10:00～12:00
20代ママ 10月28日(金) 10:00～12:00

会場: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 500円(ドリンク代込)

お子様は保育スタッフが見守ります。

連絡先 Wendyいわき TEL 080-1810-4371
sodamahry2007@docomo.ne.jp

みんなでおしゃべりCaf'e Time♪
双葉町のママ交流会開催♪



双葉町のママを対象にした交流会開催です!
育児のアレコレ、いわきの美味しいお店情報等
みんなで集まっておしゃべりしませんか?
双葉町出身のママや、双葉町に嫁いだママも
大歓迎です♪
お子様と一緒にお気軽にご参加ください♪

日時: 9月16日(金) 10:00～12:00
場所: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 500円(ドリンク付)

*事前にお申し込みください。

連絡先 双葉町復興支援員 鈴木
TEL 070-5569-2397
ysuzuki@futabamachi-s.com

くりーむそおだ(託児付教室)
保険相談会・ライフプラン交流会



託児あり♪のWendyで生命保険の疑問を解決し
ませんか?
ファイナンシャルプランナーが、生命保険全般・
学資保険・がん保険・投資・貯蓄・教育費・住
宅ローン・相続等の疑問にすべてお答えします。
10月はライフプランについて学べる交流会も。

日時: 保険相談 9月21日(水) 13:30～15:30
ライフプラン交流会 10月21日(金) 10:00～12:00

場所: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 無料(ドリンク付) 託児: 無料

連絡先 Wendyいわき
TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

くりーむそおだ(託児付教室)
「PetitZakkaの癒し」
～羊毛フェルトのお教室…ハロウィン～



羊毛でハロウィンリースを作成しましょう♪
形の土台は作成していきますので、初めての方
でも簡単です。リースは直径約17cmです。

日時: 9月23日(金)・10月6日(木)
10:00～12:00

場所: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 2,200円(材料費・ドリンク代込)

*材料は全て(キット・針・スポンジ)付いています。

託児システム有 1名500円別途・要予約

連絡先 Wendyいわき
TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

くりーむそおだ(託児付教室)
陶芸教室 かたち
～カフェオレボール～



陶芸体験で世界にたったひとつの器を作りま
せんか? 作って楽しく、また焼き上がり後
使って楽しい! 粘土の手触りを感じつつ楽し
い時間を過ごしましょう♪

日時: 10月5日(水) 9:30～12:00

場所: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 3,000円(材料費・ドリンク代込)

持ち物: エプロン・手拭きタオル

託児システム有 1名500円別途・要予約

連絡先 Wendyいわき
TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

くりーむそおだ(託児付教室)
「RITZ」メイクレッスン♪



お子さんがいて、なかなか自分の時間がない
中でもやはりキレイ☆でいたいのが女性の願
いだと思います♪
忙しい毎日のハンドマッサージで癒しの時間
と、メイクのお悩みご相談下さい!
母親ではなく、女性に戻るひとときをお過ご
し頂ければと思います♪

日時: 10月11日(火)・10月18日(火)
10:00～12:00

場所: Wendy (平字正内町45-6)

参加費: 無料(ドリンク代)

託児システム有(無料・要予約)

連絡先 Wendyいわき TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

Wendyいわき
託児(一時預かり)のご案内



Wendyでは0歳児(6ヶ月)から小学校6年生までの
お子様の「一時預かり」などを行っています。

預ける理由は問いません。

お得なフレンズパック(3時間2000円)もあります。

*会員登録・入会金・登録料は必要です。

詳細はWendy HPをご覧ください。

<http://www.to-ho-net.co.jp/wendy>

*企業等のセミナー・会合時の出張託児も

ご相談ください。

営業: 平日 9:00～17:00

※その他の時間については要相談。

連絡先 Wendyいわき TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

Wendyいわき
「西日本のお野菜販売市」



西日本(おもに岡山県・広島県)の農家さん
が、無農薬、特別栽培にこだわっている
お野菜も多数あり、珍しいものや、卵、果実、
加工品などがある場合もあります☆
内部被ばくを心配しているお母さんのため
にも、「心の復興を応援!」の気持ちも
こめて☆(予約不要です)

開催: 毎月第2・第4火曜日
10:00～13:00(時間延長の場合あり)

場所: Wendy (平字正内町45-6)

お取り扱ひ商品につきましては…

「Wendyいわき facebook」で検索

連絡先 Wendyいわき TEL 080-9252-6624
sodamahry2007@docomo.ne.jp

人と人

「大人と一緒に・子供と一緒に ～食を通して世代間交流を～」



吉田 ゆかりさん

「こども食堂*みらいのたね」
運営団体「あすのたね」代表

「こども食堂」を知っていますか？今全国的に広がりを
見せつつある、子供が一人でも行ける安価(もしくは無
料)の食堂です。私たちは平第一区区民会館で毎月
1回、「こども食堂*みらいのたね」を開催し、子供だけ
ではなく地域の大人やお年寄りの方にもご協力いただ
いて、他世代間交流を図る活動をしています。

今は私たちの平の一角の小さい地域だけの活動です
が、いわき市内のあちこちにこのような地域の「居場所」
ができるような種まく活動になっていくことを願い「みら
いのたね」という名前をつけました。

こども食堂をやってみたいという方は、ぜひ、私たちの
活動を見学しに来てください。毎月1回、最終火曜日
に活動しています。

y-yoshida@kanou-kikai.comまで見学したい日の前
日までにご連絡ください。

第15号は、吉田さんからつむいで(ご紹介)頂いた
「YOGA LINO」代表 橋本智子さんをご紹介します。

心と心

吉田さんオススメの一冊



私と小鳥とすずと 金子みすゞ童謡集

作 金子みすゞ
JULA出版局

みすゞの目線で世界を見ると、とても穏やかでゆつた
りとした時が流れ、あたたかい気持ちになれます。
こどもはもちろん大人にもおすすめです。ふとめくった
1ページに、インスピレーションを感じるかも。

吉田さんオススメの場所

YOGA LINO ヨガリノ

初心者やシニア向けのクラスから、
アスリート向けのクラスまで幅広く
行っています。

★やさしいヨガ教室 (定期開催)

ゆかりの広場: 日曜日 9:00~10:15, 14:00~15:15

錦星こども園: 水曜日 17:45~18:55

※都合により変更となる場合がありますので、必ずご予約
ください。レッスンスケジュールにつきましては、Face
bookにてご確認ください。

<https://www.facebook.com/yogalino37>



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。

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！

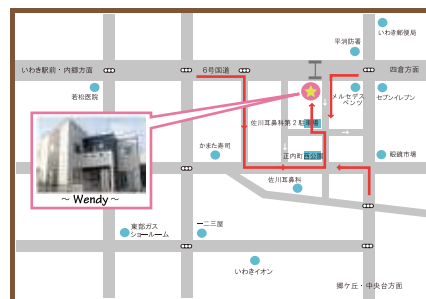
Wendy's Room

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。

お問い合わせ

<http://www.to-ho-net.co.jp/wendy/>
TEL 080-9252-6624
E-mail: wendy@to-ho-net.co.jp

*西日本のお野菜販売しています(詳しくは裏面参照)。



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/nijiirotsumugi/> ★表紙のクイズ:11匹

*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12月の予定です。11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。