



ココフィレ

cocofiler いわき

¥0 * free

ご自由にお取りください

2020年6月/第29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



雨の音ってどんなかな？ しとしと ざあざあ ぴちゃんぽちゃん
アジサイの香ってどんなかな？ 鼻近づけたら、しずくがついた
からだいっぱい感じてみたら、世界はいろおと溢れてる
ほらみて！雨から虹が生まれたよ！

!! コロナに負けるな!!

みんなに届け!!
応援号

こんな時こそ
心を
ひとつに!!

今回の「ココフィレ いわき版」は、コロナの影響でイベント情報をお伝えできません。

その代わりに、日頃からWendyに
関わってくださったり

応援してくださっている方々の
メッセージや情報をご紹介します。

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、きっかけになればと思っています。

2020年6月 ココフィレいわき事務局

本紙(ココフィレいわき)は、いわき市ボランティア活動助成交付金により作成しています。



安齋 有美子さん
RTA指定スクール
Hapitoki
ファーストサイン講師

ママになる不安や心配も楽しみに変えて、妊娠・子育てを楽しい時間に！
親子のふれあいを大切にしたい、おくるみタッチケア、ベビーマッサージ、ベビースキンケア、ファーストサインなどの親子教室を開いています。
今春からは、お子様とご家族の今を残す、お外フォトの写真撮影もスタートしました。
今まで通りにはいかないこともありますが、今出来ることを思い切り楽しみましょう！
笑顔でお会い出来るのを楽しみにしております。
マタニティさんから通える親子教室
連絡先：hapitoki555@gmail.com
https://hapitoki-iwakibaby.amebaownd.com/



飯田 亜由美さん
認定NPO法人
いわき放射能市民測定室
たらちね

この数か月間、新型コロナウイルスの感染拡大によって、私たちの生活は一変してしまいました。目に見えないものを恐れるこの感覚は、2011年3月の原発事故を思い出します。自然や人との触れ合いの中で子どもたちの感性は磨かれ、心も体も成長します。
新型コロナウイルスの感染拡大が一日も早く収束し、子どもたちが安全な環境でのびのびと健やかに成長していけるよう願っております。
連絡先：0246-92-2526
https://tarachineiwaki.org/



上野 由美子さん
ドレミピアノ教室講師

普段は平で幼稚園生～ピアノ個人レッスンをしています。その他0歳から就園前の親子対象のリズム遊び。
ポビークラブのスタッフとしても活動しています。子育て中のママ、そしてお子様に笑顔～がモットーです。
新しい楽器・新しい手袋シアター。また一緒に笑顔で楽しむ事が出来る日を待ちにしています。沈みがちな気分時は窓を空けて深く深呼吸をして親子で歌を歌ってくださいね。スッキリしますよ！
連絡先：090-6780-6892
yuu-ue.19211629@docomo.ne.jp



笠井 彩美さん
iroha
ベビーフォトグラファー
Ayami

4人の子育てに励みながら、こどもたちに関わる仕事をしていけたらなと少しずつ活動しています。
我が家でも3月から自粛生活に努め、毎日のように子供たちと自宅で過ごしていました。この不安定な生活の中ですが、今が踏ん張る大事なときなんだと奮起して日々の生活が少しでも彩れるように小さなことでも工夫して子供たちへの楽しみとなるようにしています！
お母さんたちも気を張って、大変な毎日ですよ。きつともう少し！子供たちの笑顔が続くよう、一緒に頑張らしましょうね！
ベビーフォト・たった前のベビーを対象としたフォトを撮影、提供。データによる納品なので安価で手軽に参加できます。お気軽にお問い合わせください。
https://www.instagram.com/ayamiphotography.iroha



笠間 真紀さん
特定非営利活動法人
ままはーと 代表

重い障がいや医療的ケアが必要な、重症心身障害児者のデイサービス「どりーむず」と「かむ」を運営しております。特定非営利活動法人ままはーとです。
在宅ケアが必要なお子様とご家族、きょうだい達の応援団として、子ども達の笑顔と地域をつなげられるような活動をしていきたいと考えております。
新型コロナウイルス感染拡大防止の影響で、学校が休校になり、子ども達も大人達もしんどい日々を乗り越えました。
まだまだ不安はありますが、こんな時こそ、助け合って、支え合ってがんばりましょう！
連絡先：0246-68-8266
http://mamaheart-iwaki.com/



片山 裕子さん
Kahana Hula 代表

こんな時こそ意識して欲しいのが【自分を大切に】すること。
外へ外へと意識が向きがちで不安感が強いママこそ、自分はどうしたら楽しいのか、笑えるのかを考えてみて下さい。
ママが笑顔でいるだけで、子ども達は幸せです。私は4人の子育てをしながら、ママを笑顔にしたいという想いで活動を続けてきました。
リフレッシュの為にストレッチ＆フラレッスンの他に、カウンセリングもスタートします。
頼って頂けたら嬉しいです！
*オフィシャルLINE https://lin.ee/glhWMy4
https://www.instagram.com/uka.yuuco



草野 祐香利さん
特定非活動営利法人
Commune with 助産師
NPOこみゅーん 代表

コロナ禍の中で、新たないのちを育む妊産婦と乳幼児家族の皆様へのいのちを守る感染予防の日々、妊産婦や子育ての教室やサロンは休止、出産入院中は家族面会もない状況です。
「こみゅーん」では三密を避け、助産院での母子支援を継続しています。教室やサロン・クラブは、オンラインでの実施を始めました。
訪問型子育て支援ボランティアも再開し、「いわさば」は有益な情報を提供していきます。どうぞ、一人で悩まず、いつでも気軽にご連絡ください！
連絡先：0246-23-3303 http://cw-jyosanshi.com/



佐藤 まさみさん
ベビマとママエステサロン
Tampopo
ベビーマッサージ講師

上の子が通う子ども園の休園、なんと4人目出産直後のことでした。
今までにない事態に子育て中のママや妊婦さん、子ども達多くの不安やストレスを抱えていることと思います。そんな時はお子さんをぎゅーと抱きしめてみて、イライラ不安がお子さんとの幸せ時間になっちゃうかもですよ♡
尚、サロンは6月再開予定です。
また笑顔でお会いできるのを楽しみにしております^^
連絡先：080-5742-6401
tampopo1032@gmail.com
https://ameblo.jp/tampopo1032/



菅波 香織さん
はまどおり大学
(いわき法律事務所 弁護士)

はまどおり大学は、「答えは1つじゃないよ」を合い言葉にし、子どもから大人まで誰もが学べる場です。
ウイルスの影響で大人も子どもも様々な困難な状況にあると思いますが、そんなときにも、お子さんの気持ちを聴いてみるのがとても大切だと感じます。
私たちは、現在、オンラインで、子どもたちが何を感じているかを聴き取り組みをしています。「最近嬉しかったことは？」と聴いてみると、子どもの考えが見えるきっかけになるので、お薦めです。
誰もが暮らしやすい地域を目指して、対話などの取り組みを続けるなど、活動していきたいと思っています。困ったことがあったら、是非ご連絡ください。
https://hamadori-daigaku.com/



関内 千瑞佳さん
いわき転入女性の会
代表

『いわき転入女性の会』は、文字通り、夫の転勤等でいわき市に転入してきた女性のための会です。
「いわきに引っ越してきた途端にコロナ騒ぎで友達がいない」「困っている事を誰に聞いたらいいか、わからない」という方きつとらっしゃいますよね？
そんな時に私たちの会がお役に立てればいいな、と思います。
また気楽に人と会えるようになったら、ぜひ私たちの会に遊びに来てくださいね。
連絡先：iwakitennyu@yahoo.co.jp



曾我 泉美さん
NPO法人ふくしま震災
孤児・遺児をみまもる会
理事長

震災孤児・遺児のみならず、福島の子どもたちの明るい未来のために、安全な屋内遊び場を開放しています。
また、家庭内の悩みごと気軽に相談できる「心の相談室」も開設し、新型コロナウイルスで、休校となり家にいる機会が多くなったお子様との接し方でお悩みのお母さまのご相談を、休むこと無く行っております。
今後感染拡大防止に留意しながら、親子が楽しくて心が軽くなる場所として営業を続けて参ります。
コロナに負けるな！ともに頑張らしましょう！
チャイルドハウスふくま
連絡先：0246-88-9940 www.fukushima-child.com



田子 恵子さん
株式会社あんど
株式会社A&アンド
代表取締役

普段は家族支援の現場(児童発達支援、放課後等デイサービス)と、保険代理店として金融アドバイス等広く活動しています。
いつも自分より子どもや家族を優先してしまう、頑張っている貴方へ。
なんて事ない出来事にも、苛立ちを覚えたり、パートナーへの不満が出る事も。
そんな時は、自分のザワザワしている気持ちを大切に、「私が私を護ろうとしてくれて有難う」と自分を労ってあげてください。
貴方の頑張っている姿は必ず見ている人がいますよ。ほんの少しでも、不安が減ります様に。
連絡先：0246-43-0373 http://uand-iwaki.com/



中村 祥子さん
ブラクーチェ
ベビーシッター

ワークショップを通じて多世代がゆるく繋がる居場所づくりをしています。お子さまをお預かりするベビーシッターとしても活動しています。
自粛中は子どもたちと様々なチャレンジをしました。植物を育ててみたり、虫を飼ってみたり、お料理や工作をしたり、オンライン学習を試してみたり、毎日が新しいチャレンジと発見で、ワクワクしながら家族と過ごす時間を楽しみました。
不安に目を向ければキリがなく、どこまでも考え込んでしまいますが、目の前の小さな変化に心を寄せ、どんな状況でも穏やかに軽やかに過ごせますように！
連絡先：TEL090-9637-3308
https://m.facebook.com/BabyNakamura.S/



二瓶 由香さん
CANOA
美骨セラピスト

慣れない自粛期間、仲良しのお友達と会えなかったり学校のイベントがなくなってしまったり
大変な思いをしたお子様達、そして前例のない事態の中、日々お仕事でされているお父さんお母さん。
そして医療従事者の皆様大変な中で本当にありがとうございます。緊急事態宣言も解除されましたが、心身の疲労がたまっているかと思えます。ご自身とご家族の健康を第一に毎日を送ってくださいね！
施術により皆様に癒しの時間を提供できる日ももうすぐです。コロナに負けず頑張りましょう！
連絡先：080-3338-5539
http://www.instagram.com/canoa39/



橋爪 弘子さん
ISD個性心理学
あかもち
マスターインストラクター

赤ちゃんともち講師の橋爪弘子です。
【あかもち】は、お子様の為の統計分類学による個性と才能、育て方を知ることが出来ます。
そしてママやパパも自分と相手を知り直球コミュニケーションを取る秘訣がわかります。
コロナ自粛で家族の密着度が増えました。コミュニケーショントラブルを笑いながら回避できるのが【あかもち】の楽しい部分です。
笑いは免疫力にも心にもいいですよ！
ぜひ知ってこのコロナを乗り切りましょう♡
https://m.facebook.com/pages/category/Art/667366526955486/



引地 晴子さん
子育てポピークラブ
代表

5月27日(水)からの第1回「子育てつどいの広場」開催に向けて年7回の活動準備を進めていたところですが、今回の新型コロナウイルスへの感染防止のため、緊急外出自粛の状況ですので、子育てポピークラブの活動も5月～8月まで一時お休みします。
9月になりましたら前期の内容も取り入れより楽しく充実した活動でご案内しますので、楽しみにお待ちしております。
まだ厳しい状況は続きますが少しだけほっとしましたね。笑顔で頑張りましょう。
連絡先：090-3367-5257
poppynoegao@xrh.biglobe.ne.jp



田中 照美さん
Cocotonetへココトネットへ
ベビーマッサージ&
スキンケア
タッチケアスペシャリスト

私達の生活を大きく変えてしまった新型コロナウイルス。お出かけしたり、お友達と会って話せない。
普段当たり前にしていたことが制限されて、見えない敵と戦って、不安がいっぱい。
そんな毎日ですが、家族との時間が増えたり、何気ない普通の事に感謝できたり、自分を見つめ直す良い時間だった、大切な時間にもなったと思っています。
まだ不安もいっぱいですが、今できることを考えて、またみんなで笑って過ごせる日を楽しみに、1日1日を大切に過ごしていきます♡
普段はママと赤ちゃんが楽しく過ごせるお教室を開催しています。ぜひ遊びに来てくださいね♡
連絡先：090-2790-1081
https://www.facebook.com/cocotonette/



とみた えみさん
*3才から通える色彩心理
のお教室ケセラセラ*
色彩心理カウンセラー

太陽の光には色の光が含まれています。
ご自宅が光がよく当たるお庭・ベランダ・窓辺にカラフルなお花があるだけで、刺激を受け気分があがるのはそのためです。
窮屈な毎日にも少しづつを感じてみると自然に前向きな気持ちになりますよ。
また、いつもの当たり前に『ありがとう』と言葉にしてみよう。
あなたもあなたの大切な人今日1日をすずす活力になります。
連絡先：ayuayu0216.t@gmail.com



前澤 由美さん
特定非営利活動法人
いわき緊急サポートセンター
理事長
すくのびくらぶ 代表

大震災、台風、コロナ…度重なる非常事態に誰もが不安でいっぱい。「子どものためにママが何とかしなきゃ」と悩みもやることもいっぱい。そんな時、私たちはママや子どもたちの味方です。病気の時も障がいをもっても「困った！」が「良かった～!!」になるように最善のサポートをします。一人で抱えないで、どうぞ私たちに相談下さい。解決できるよう一緒に考えます。また「すくのび広場」も6月4日～オープンします！ぜひご利用下さいね！
イトーヨーカドー4階 すくのび広場運営すくのびくらぶ
連絡先：080-6055-1099 (緊サポ・すくのび共通)
080-9011-9930
iwakinsapo@gmail.com sukunobi2711@gmail.com



三浦 恵美里さん
特定非営利活動法人
ビーンズふくしま
ふくしま子ども支援センター

福島で暮らすママたちが安心してお話ができる場としてWendyいわきさんと一緒に『ままカフェいわき』を開催しています。
休校の時間が長く見通しの立たない生活や、保育園に任せっぱなしでしたが今はとにかく時間がある。焦る必要もないので、のんびりと取り組んだところ、ご家族も不安で大変な思いをされていることと思います。ご家族とゆっくり過ごす時間が増えるのでこの機会をポジティブにとらえて一緒に乗り越えましょう！
連絡先：024-573-0150
info-mamacafe@beans-fukushima.or.jp



皆川 歩美さん
医療法人 医和生会
事業推進室

コロナの影響による保育園への登園自粛・在宅勤務・外出自粛。つまりは「子どもと家の中で一緒に過ごす期間」ということで、トイレトレーニングに励みました(笑)
これまでは「平日は時間がなくて…」と言いつつ、保育園に任せっぱなしでしたが今はとにかく時間がある。焦る必要もないので、のんびりと取り組んだところ、着実な成果がありました！
コロナ収束後に“お兄ちゃんパンツ”でお出かけできる日が楽しみです！！
連絡先：0246-21-5633 https://iwakikai.jp/



緑川 琴江さん
いわきアレルギーっ子交流会
もぐのび代表

アレルギー×防災の啓発活動しながら、今回のコロナ禍についてたくさん考えさせられました。
いろんな情報があふれすぎて、疲れちゃってませんか。ひとりで抱え込んでたりしてませんか。
こんな時こそ、つながりの再確認。直接会えなくても、話せる人とのつながりを大事にしたい。
アレルギーや備えについて、不安があればもぐのびFBをのぞいてください。
大丈夫、ひとりじゃない。一緒に乗り越える仲間が近くにいます。
連絡先：chiewicz_typer@yahoo.co.jp
http://www.facebook.com/mogunobi



山野辺 みゆきさん
株式会社キャンディきつず
代表

「笑顔つながる子育て支援」を企業理念とし、育児サポートに熱く取り組んでいます。
子育てをひとりでも頑張りすぎず、楽しく、笑顔で過ごせるようお手伝い致します。
自粛中に小学生二人、中学生一人の子どもたちに始め何をさせようか、悩みましたが子どもたち自身自分でスケジュールを考え取り組んでいる様子を見て、意外と見守るだけで大丈夫なんなんだと成長を感じました。嬉しかったことは未っ子がこの期間中に補助輪なしの自転車に、のれるようになったことです。
思い出に残る貴重な時間になりました。
今後も手洗いうがい、徹底と沢山体を動かしてコロナに負けない体づくりに励みましよう！！
連絡先：070-2018-1350 http://candy-kids.net/



渡辺 朋子さん
tomo's aroma soap
手作りせっけん教室講師

皆さん、コロナの影響で手を洗ったり消毒する機会が増え手がカサカサしているなんて方はいませんか？
手作り石けんは合成界面活性材を含みませんので洗いがりがしっとり優しいのです。
Wendyさんでの教室が再開しましたら精油の香りでもホッとできる時間を作ってお待ちしております。
一緒に手作りの時間を楽しめる日が一日も早くきますように。
連絡先：popochan.lego46@gmail.com

皆さまに元気で
会える日を楽しみに
しています!!

Wendyで お手伝いしている スタッフからのメッセージ



三浦 綾

日頃よりウェンディに関わって
くださる皆様に感謝申し上げます。
私たちに訪れる数々の波。
乗り越える度に、おかげ様で
たくましくなっている気もしています。
たくさんのメッセージを詰め込んだ
応援号 ♡ お楽しみください。



座間 育子

困難な事が続いても必ず
道はある。大人たちが知恵
を出し合いこどもたちの
輝かしい未来の扉を
開いて
あげましょう!



柳谷 圭子

マスク越しでも、眼差しや
雰囲気や優しさは
伝わりますよね! 
ストレスが和らぐのは
そんな瞬間だったりします。
私も心がけるようにしています。



猪狩 杏奈

ウイルスが収束し、
みなさんと笑顔でマスクを
せずにお話できる日が、
一日でもはやく
きますように! 



猪狩 万理

感染予防で離れていても
皆の心はいつも繋がっている。
明けない夜はないと信じて
出来る事から
やっていこう。 



井上 ひろこ

世界中の人が今、できる事を
協力しあって、本当に感謝だね。
色々な悩みが発生してるけど、
一人で、抱え込まないで、
気軽に話しかけてね。 
一緒に解決していきましょう。



大野 章子

おうち時間は、もう充分…
でも季節は梅雨。
まだちょっと続きそうですね。
息抜き手抜きで、
乗り切りましょう! 



三本松 正子

在宅時間が長い時の楽しみは
やはり食べる事。甘い物を
テイクアウトで求め
「しあわせ♡」を満喫して
います。こんな時は自分流で
納得するのが一番です。



鈴木 美穂

我慢の中には「不満」が
ありますが
辛抱の中には「希望」が
あると思います。
耐え忍ぶ時ですが
頑張りましょう。 



田久 真美

環境の変化に不安や
ストレスを感じる事も
多いですが、こんな時こそ
互いに支え合い、みんなで
乗り越えて
いきましょう! 



原 恵美子

我慢、我慢の生活が続いて
いますが、きっと明るい
未来が待ってます。
頑張っ乗り越えましょう! 



吉田 智子

皆さま、いっぱい頑張っ
てますよね~。
好きな事をしたり、
考えたり、
話すことも、
応援したいです! 



渡部 由香利

まだ油断は出来ませんが
少しずつ日常が戻ってきました。
大切な人との接触が無くなくても
繋がりは無くなりません。
頑張りましょう! 

ココフィレいわき 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!

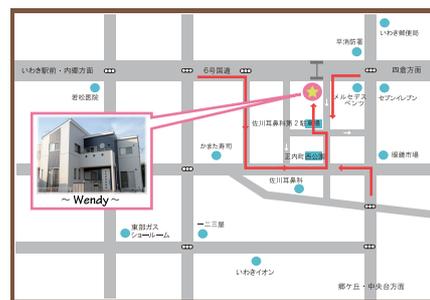
Wendy's Room

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

チャイルドケアトータルサポートサービス
Wendy ~ウェンディ~



所在地:いわき市平字正内町45-6

*西日本のお野菜販売しています(販売日は不定期)。

「ココフィレいわき」企画・制作・発行… Wendy & KEY FORCE (Web制作・DTP) 表紙イラスト… fuu-rii
*ココフィ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2020年9月の予定です。8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。