



# ココフィレ cocofiler<sup>®</sup> いわき 2021年12月 / 第35号

¥0\*free  
ご自由にお取りください

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♪人と地域をつなぐ情報誌



ピカピカおやさいそだったよ！  
モリモリオおきなだいこんさん！へんなかたちのにんじんさん！  
おとなりさんへもおすそわけ どんなりょうりになるのかな？

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、素敵なおフリーペーパー「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。

2021年12月 ココフィレいわき事務局

\*本紙は「令和3年度いわき市まち・未来創造支援事業補助金」により発行しています。

# 浜通りとぴっくす

## ママフェスinいわき

### 「福島に住んで。」頑張る地域応援事業

「子どものために地方暮らしを考えた。でも、移住ってなかなか勇気が出ない。」そんな子育て中のパパママ必見! ママフェス in いわきは、移住を考えたご家族さまをサポートしています。いわきに住むママたちはとにかくパワフル元気! 年末年始のお休みに、そのパワーの秘訣を感じてみませんか?

#### 内容

- café hug にて託児付きママ交流会♡
  - いわきで子育て中のママ(有:保育士資格)や子育て関連機関とおしゃべり☆
  - パパママが移住相談や住まい探しの際の託児無料
  - おしごと体験キッズ&いわき観光ツアー
  - ①R3年12月29日(水) 畜産農家のお仕事体験&パワースポットめぐり
  - ②R4年1月10日(月・祝) 介護職、シェフのお仕事体験&室内遊び場
  - ③R4年1月29日(土) エステティシャンのおしごと体験&港が見える公園&café
- ※すべてIWAKIふるさと誘致センターへ登録した方は無料の限定サポートです。ご登録されていない方は託児1H/1,000円、送迎3,000円となっています。詳しい内容は、下記へお問い合わせください。

■お申込・問い合わせ先 ママフェスinいわき実行委員会 代表 草野里衣  
■TEL:090-8789-1070 ■メール:r.k.19850320@gmail.com

## いわき自転車文化発信・交流拠点ノレル?

11月7日、いわきFCパークの1階に「自転車文化発信・交流拠点ノレル?」がオープンしました。「自転車」を中心に、スポーツを通じた交流の場として開かれたNORERU?では、自転車や観光に関する情報の発信、メカニック教室や補助輪はなし教室などの各種イベントも開催予定。お気軽にお立ち寄りください!

- 営業時間:月・木・金曜日 10:00~20:00 / 土・日・祝日 10:00~18:00
- 住所:いわき市常磐上湯長谷町釜ノ前1-1 いわきFCパーク1F
- 定休日:火、水曜日(祝日の場合は営業)
- HP: <https://noreru-iwaki.jp> ■お問い合わせ:0246-85-0170



撮影:鈴木宇宙

## Seaman's Life



現役ライフセーバー・看護師など専門資格を持つメンバーが、福島海を通じた魅力を多くの方に知ってもらうため、オーシャンアスリート育成からマリンスポーツ体験まで幅広い活動を行っています。海沿いの古民家風の建物 Seaman's house ではマタニティ・子育て中の方を対象にした企画も開催します。

※予約の方には、直接会場をご案内いたします。お気軽にご連絡下さい♡

#### 開催企画

- 「Aiko's マタニティサロン」  
～骨盤体操で元気な赤ちゃんを産もう!～
- 日 時 12月4日(土) 10:30~12:00
- 参加費 2,500円(ホットドリンク付き)
- 希望者は終了後、助産師と懇談できます
- 定員 6名程度 / 経過が順調な妊娠26週以降の妊婦
- 【インストラクター】齊藤愛子
- 「美樹yoga ~アロマヨガ~」
- 日頃の忙しい日常から離れ、ご自身の呼吸に耳を傾け、心とカラダをほぐす癒しのひととき。アロマの香りに包まれながらリラックスした後は、抗酸化作用のあるフレッシュなお野菜と果物のスムージーをどうぞ
- 日 時 12月2日(木)/12月16日(木) 10:00~11:30
- 参加費 2,000円(フレッシュスムージー付き)

- 完全予約制: Instagram・FacebookのDMまたは、お電話にてご連絡下さい。 ■TEL:090-4931-1638
- Instagram Facebook

## ママカフェ@双葉郡

双葉郡浪江町・富岡町の2会場で、ママ同士の交流カフェを開催します。クラフト体験やおいしいお菓子でのティータイム、楽しくおしゃべりしましょう! 双葉郡、近隣市町村へお住まいの方の参加大歓迎です。お問い合わせの上、ぜひご参加ください。

#### スケジュール

- 富岡会場 富岡町社協1階教室(富岡町中央1丁目8-1) 12月7日(火)・2022年2月1日(火)
- 浪江会場 道の駅なみえ大会議室(浪江町幾世橋知命寺60) 2022年1月11日(火)
- 持ち物 いつものお出かけセット ●開催時間 各回10:00~11:30 ●参加費 300円
- ※都合により開催日・会場が変わる場合がございます。コトハナホームページ内を必ずご覧ください。コトハナホームページのイベント情報ページ、もしくは、下記 URL より申し込みフォームへ進めます。

■お申し込み(事前申込要)  
<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSefCTVrGcmocS12ClRTHXG6mHnDdxO0rNiHsCdDitO5ehg-w/viewform>

■主催: ふくしま子どもの心のケアセンター (NPO法人ビーンズふくしま) ■協力: いわき・双葉の子育て応援コミュニティ cotohana



## 掲示板

### 洋向台マルシェ

ひとりぽっちを作らない! 買ひ物が困難な洋向台で、子育て世代から高齢の方の多様な世代が交われる井戸端を目的に、毎月第4日曜に開催されるマルシェです。毎回おもしろい、魅力たっぷりの商品が並んでいます。出店者も募集中です!

- 次回開催日:12月26日(日)10時~14時
- 駐車場:東北エンタープライズ第一駐車場、第二駐車場、洋向台クリニック駐車場
- 詳細については、Instagram をチェック @olive.olive.68
- ※雨天決行・荒天中止となります。

【お問合せ】洋向台マルシェ事務局 080-1657-6067 (佐藤)

### ギャラリー Kibaco

Delica Café Kibaco では、9名の作家さんの素敵なハンドメイド雑貨が常時、展示販売されています。お店の営業中に購入可能です。美味しいランチを食べに行きながら、素敵な雑貨に癒されてみませんか?

- 営業時間:平日・祝日/11:30~15:00 土日/11:00~15:00 (定休月曜)

いわき市下神谷字下川原 103-2 TEL:0246-84-7752

### はまちる勉強会

子育てで障がい児支援、誰もが暮らしやすい地域づくりなどをテーマに毎月、勉強会を開催。オンライン配信も行っていますのでご参加もお気軽にご参加ください。

- 「すべての子ども達の最善の利益を保障するための、制度づくりを考える」
- ゲスト: 汐見裕幸さん (日本保育学会会長、東京大学名誉教授、白梅学園大学名誉学長)
- 日時:12月17日(金)19:00~20:00
- 参加費無料

- 「いろんな育ちがあってOK!(仮)」
- ゲスト: 新妻陽子さん (NPO法人わくわくネットいわき)
- 日時:2022年1月17日(金)19:00~20:00
- 参加費無料
- 会場:古滝屋1階ロビー(いわき市常磐湯本町3函208)



### はまちるフォーラム

- vol.4 和光の教育実践をいわきに生かす ドキュメンタリー映画「あこがれの空の下」を上映。
- ゲスト: 北山ひとみさんと美さん(和光小学校校長)
- 聞き手: 松崎利香さん(いわき市公立保育士)
- 日時:12月18日(土)13:30~16:30(映画上映時間100分)
- 会場:ボレロレシネマズいわき小名浜
- \*zoomによる配信は15時過ぎからの講話のみとなります。

【お問い合わせ・お申込先】はまだり大学はまだりサポートちるどれん TEL:0246-43-0373 Eメール: childsupport@hamadori-daigaku.com

### 福島県内の 子育てオンライン支援情報

●スポまっついわき  
いわき市を中心に活動しているスポーツチームの紹介や、メンバー募集・対戦募集を掲載しています。募集も応募も簡単! お子さまの習い事や、近くのスポーツチームの情報チェックにも活用してみてください。

▶ <https://spomatch-iwaki.com/>  
\*スポまっついわきさんの登録・閲覧・掲載は全て無料です。

●しゅふコミ  
福島県に暮らす主婦による主婦のためのコミュニティ「しゅふコミ」。

Instagram・LINE公式でのオンラインコミュニティや、福島県内の子育て情報お得情報、お出かけスポット紹介など役立つ情報メディアブログの他、主婦のスキルをいかしたお仕事「しゅふは街の広報部」を運営、主婦と社会を繋ぐ活動をしています。

▶ <https://shufucomi.com>



### Wendy イベント情報

### 「広島に避難してきた私たち」 ~あの日から10年~そしてこれから~ 「アスチカ」の歩み・記録 2011-2021

Wendyの代表理事が2012年に広島で設立し、現在も活動している「ひろしま避難者の会アスチカ」が、東日本大震災により広島県内に避難した約100世帯、330名の会員と関わりを持った方との記録として発行した1冊。様々な立場から10年を振り返り「今」残しておきたいことを寄せられています。「今後想定される大規模災害に備えてほしい」「困難な時にも、前に進むきっかけになれば嬉しい」といった願いも込められています。記録は「アスチカ」とゆかりのある福島県内の施設や全国の関係団体へ配布されています。Wendyにも閲覧用として置いてありますので、是非ご覧ください。



### これからのイベント

### 女性と子どもの発達講座 「子どもたちの未来のために ~それぞれの発達~」

医療創生大学心理学部臨床心理学科教授 山本 佳子 先生



12月7日(火) 10:00~12:00 (直接参加)800円 (お子さま見守り無料) (オンライン参加)500円

#### 当日のタイムスケジュール

- 9:45 受付→10:00~10:05 ご挨拶→10:05~12:00 先生のお話→12:00~ アンケート記入後解散
- ★託児利用の方は、お子さまの飲みもの・おやつ・おむつ等をご準備ください。
- ★タブレットの無料貸出もあります。ご希望の際は、裏面その他欄にご記入ください。

会場 Wendyいわき 〒970-8026 いわき市平字内町 45-6 ※駐車場には限りがございます。事前にご連絡下さい。

申し込み専用フォーム  
スマホでQRコードを読み取り、必要事項をご記入ください。  
[https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeln-1xbU6a9916a4K-Bwm9HzmhcuDuvATvK8Hy7a2k4zVUQ/viewform?usp=sf\\_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeln-1xbU6a9916a4K-Bwm9HzmhcuDuvATvK8Hy7a2k4zVUQ/viewform?usp=sf_link)

◆くわしいお問い合わせ・お申し込みは TEL(080)9252-6624 (座間) 平日 10:00~17:00



### 福島県地域で支える子育て推進事業 「あかもち交流会」

お誕生日と生まれた時間で個性と才能を診断する「あかもち」自分の強みと特徴を知って、子育てやコミュニケーションに活かしましょう。ご家族の診断も可能ですので、お気軽にご参加ください!

2022年 1月24日(月) 10:00~12:00

参加料 500円 会場 Wendyいわき

申し込み専用フォーム ◆くわしいお問い合わせ・お申し込みは TEL(080)9252-6624 (座間) 平日 10:00~17:00



### 子育てを学ぶ会 「育てにくい子どもを知る」

児童発達支援センターわくわくキッズ 新妻 陽子 先生

2022年 2月25日(月) 10:00~12:00

参加料 500円 会場 久之浜地区 定員8名程度 ※会場などの詳しい内容はお問い合わせください。

申し込み専用フォーム ◆くわしいお問い合わせ・お申し込みは TEL(080)9252-6624 (座間) 平日 10:00~17:00



### 「科学寺子屋 た・ら・ち・ね」第1弾 おしえて! ゆずる先生魚とはどんな生きものだろう?

- 日時:12月27日(月)13:00~15:00 参加費無料
- 会場:いわき市中央公民館 調理室
- 定員:12名 ※申込制 定員になり次第、締め切り
- 対象:小学生以上の学生(保護者同伴不可)

【お問い合わせ・お申込先】 認定NPO法人いわき放射能市民測定室たらちね TEL:0246-92-2526 Eメール: [toiawase@tarachineiwaki.org](mailto:toiawase@tarachineiwaki.org)

【お申し込み方法】 必要事項を確認・記載の上、下記メールまたはお電話へお申し込み下さい。お電話の方は受付時間:平日9:00~16:00となっています。また、メールでのお申し込みの際、返信メールがない場合は、受付できていない可能性がありますので確認のほどお願いいたします。

【必要事項】 参加されるお子さまの名前、年齢(学年)、性別、住所、連絡先(保護者)

## いわきの魅力を、どこでも誰とでも楽しめる! オンラインツアー!!

#### オンラインツアー概要

### おうちで「ミツロウラップ」をつくろう!!

おうちで簡単! 地球や人に優しい里山の知恵「エンガルの暮らし」を、楽しく学びます♪ 繰り返し使えて、プラスチックゴミの減量にもつながるミツロウラップづくり、みんなで体験してみましょう。

- 日程:12月12日(日)13:50~16:00
- 場所:オンライン(zoom 配信) ■定員:20名
- チケット料金:3,500円(事前に専用キットなど、送付品付き)
- 締切:12月5日(日)



詳しい内容・ご予約について→



### オリジナル年賀状づくり&かまぼこの飾り切り講座*いわきの逸品送付品付き!*

前半は、いわき伝統の遠野紙を使った年賀状作り★そして、極上の海の幸として有名な「常磐もの」をつまみに、名産かまぼこを使った「飾り切り」講座を開催します。手作りで、温かみあまるいわきのお正月をぜひ体感してください。

- 日程:12月19日(日)13:30~16:00
- 場所:オンライン(zoom 配信) ■定員:20名
- チケット料金:(逸品の内容が変わります。詳しくは申し込みサイトをご覧ください) ・基本のセット ¥3,000 (紙漉きセット&いわき情報案内&甘酒) ・基本のセット+α ¥5,000 (上記内容+いわきの逸品&地酒)
- 締切:12月12日(日)

※ご不明の場合は、下記問合せにお問い合わせください。

【お申し込み・お問い合わせ先】主催:いわき市、いわき観光まちづくりビューロー 実施主体:いわきツーリズムラボ(事務局:一般社団法人タタキアゲジャパン) お問い合わせ先: [iwakitourism@tatakiage.jp](mailto:iwakitourism@tatakiage.jp)



詳しい内容・ご予約について→



### PASSION KIDS 一緒に踊ろう!!

東京ディズニーランド元ダンサーのダンススクールメンバー募集中!! さあ楽しくダンスしよう!

- チアクラス(火曜16:30~17:15)
- ダンスクラス(木曜17:15~18:15)(ヒップホップ・ジャズ・テーマパークダンス・タップダンス)
- レッスン会場:郷ヶ丘会館(マンママリアさん裏) ■対象年齢:2才くらい~
- 入会金1,000円
- 月会費3,000円(チアクラス)4,000円(ダンスクラス)

【連絡先】代表 吉田美保 [passionmiho@softbank.jp](mailto:passionmiho@softbank.jp)



### ふたばの子育て応援コミュニティ cotohana (コトハナ) 情報誌 秋号発行

双葉郡の子ども・子育て関連情報がぎゅぎゅと詰まった情報誌。2021秋号が発行になりました。「ここで子育てをして良かった」と目指して、いわき・ふたばでの子育てを支援を通じた地域づくりに取り組む「コトハナ」さん。パパママに携帯してもらえぬ冊子を目指して、デザインや内容をこだわって作られています。見つけたら手に取ってご覧ください。いわき市内の屋内あそび場等に設置。

ホームページ WEBマガジン



# 人と人

渡邊 彩さん

たくさんの人たちに  
支えられて



小川町のいわき市立草野心平記念文学館に勤務しています。文学館での仕事は、地元小川町出身の詩人草野心平や、さまざまな作家などについて紹介する企画展の企画立案や展示作業、資料の収集・整理・保管、催しの運営など多岐に渡ります。4月にいわき市暮らしの伝承郷から文学館へ異動してきましたが、同じ学芸員の仕事でも、分野によって内容が異なるため、先輩や同僚に教えてもらいながら取り組んでいます。

夫婦共にフルタイム勤務のため、2人の子どもは4人のじいちゃん・ばあちゃんに助けをもらいながら、またママ友や学童の指導員さん、スポ少や部活の保護者さんなど多くの方々にお世話になりながら育ってきました。さまざまな人との関わりの中で成長することで、世の中にはいろいろな考え方や価値観があることに子ども達が気付いてくれるといいな、と思っています。

◆第36号は、渡邊さんからつむいでいただいた  
多機能型重心児者デイサービス どリーむず 代表 笠間 真紀さん をご紹介します。

# 心と心

おススメの一冊

## 『あいしてくれて ありがとう』

作・絵 宮西達也

お互いに大切な相手のことを思う  
ティラノサウルスとパウパウサウルス。  
子ども達に読み聞かせをするたびに、  
心がじんとして、最後は涙声になってしまいました。



## おススメの場所

### 「草野心平記念文学館のアトリウムロビー」



ロビー正面からは、草野心平が過ごした上小川と阿武隈山地の雄大な風景が見渡せます。霧が立ち込めた山々、新緑、真っ青な空、夕焼けに染まった山々と集落、紅葉…見るたびに表情が変わります。また「絵本の広場」も併設しており、毎月テーマを変えてさまざまな絵本を紹介しています。いつでもだれでも、絵本を手にとって見ることが出来ます。

住所：〒979-3122  
いわき市小川町高萩字下駄道1番地  
TEL：0246-83-0005

## Wendy スタッフ推しスポット

### 〈白水阿弥陀堂〉

春は新緑、夏は蓮の花、秋は紅葉、冬は雪化粧する白水阿弥陀堂。

静かに心癒されたい時はお子さんと一緒にお堀の周りを散歩してはいかがでしょう。食パンを持参してカモや鯉にエサやりもできるので、お子さんも喜ぶと思います。



(担当スタッフ 佐藤香代)

■所在地：〒973-8405 いわき市内郷白水町広畑 221  
■TEL：0246-26-7008

## 編集後記

今年も残すところ1か月となりました。コロナウイルスへの緊急事態宣言が解除されて、一気に忙しさが増えています。寒くなりましたし…こんな時は、おでんをコトコトしながら、熱燗でも？などの妄想が止まりません。(三浦)



11月は暖かい日が続き、冬の訪れを忘れてしまいましたが紅白出場歌手のニュースを観て、急に焦りだしました。そういえば今年もあと少し…1年過ぎるのが年々早く感じるのは年齢のせいかな～(汗)(座間)

市内にも楽しいイベントが増えてきましたね。おうちで外で、みんなで楽しい時間が過ごせるよう…！情報も、お待ちしております。(大野)

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~

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

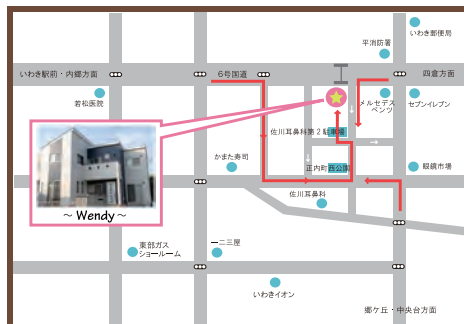
お友達同士の交流の場として、また教室開催など自由に集える空間の開放をしています。月に数回、テーマ別の交流会も行なっています。

### 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！



「ココフィレいわき」企画・制作・発行…Wendy 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](mailto:wendy@to-ho-net.co.jp) まで。  
\*次回発行は2022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。



所在地：いわき市平字正内町45-6  
<http://www.to-ho-net.co.jp/wendy/>  
TEL 080-9252-6624  
E-mail: [wendy@to-ho-net.co.jp](mailto:wendy@to-ho-net.co.jp)

※本誌の無断転載・複写を禁じます。