



¥0*free
ご自由にお取りください

ココフィレ cocofiler[®]いわき 2022年6月 / 第37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♪人と地域をつなぐ情報誌



なに色が好き？ あか あお きいろ
あれあれ？ まざったら いろんな色が でてきたよ
ふしぎだな たのしいな

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「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。

2022年6月 ココフィレいわき事務局

*本紙は「令和4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。

ふたばであそぼう！ 2022「冒険ひろば」

「自らの責任で自由に遊ぶ」ということを原則に人や自然との関わりの中自由な発想でのびのびと遊ぶことができる場所、それが冒険ひろばです。プレーリーダーや地域の大人が見守る中で子どもたちの「やってみよう」を応援します。「ここも」「からだも」、全力であそぼう！



- 開催日：6月4日(土)・7月2日(土)
- 開催時間：9:30~14:30
- 会場：川内村いわなの郷
- 対象：幼児~小学生(幼児は保護者同伴)
- 持ち物：飲み物・汚れてもいい服装・着替え・帽子
- 参加方法：申込不要/入退場自由
- *荒天は中止といたします。
- 安全管理者を1名以上配置して開催します。

【お問合せ】

- メール
cotohana.net@gmail.com
- 当日連絡先
090-8926-7608(cotohana)



絵本ミュージアム 「Aloha」



いわき湯本駅、駅前ミニシアター『KURAMOTO』2階に絵本ミュージアム「Aloha」がオープンしました。1000冊の絵本が読み放題♪曜日によりミニシアターで映画上映もあり、絵本を中心に誰もが交流できるスペース時間貸ししています。1階ではハンドメイド雑貨、絵本などの販売とセルフカフェ、ストリートピアノもあり自由に弾くことができ、くつろぎのスペースとなっています。3階は古い館♡と、コワーキングスペースがあります。お気軽にお立ち寄りください♪

- 場所：いわき市常磐湯本町天王崎 32-3 (KURAMOTO 2階)
- 【絵本ミュージアム営業日】水・木・土・日/10:00~16:00
- 【ミニシアター】水・木・日 上映時間 13:00~15:00
(上映中、絵本読み放題はお休みとなります。)

*土曜日は絵本の読み聞かせなどワークショップイベントを開催予定です。

【お問合せ】■電話：080-5741-3236(吉成) ■メール：fujimi@ha-suke.name

- *駐車場について
 - ・施設専用の駐車場はありません。
 - ・湯本駅前広場駐車場、他近隣有料駐車場のご利用をお願いします。
- *絵本ミュージアム「Aloha」ご利用の方には駅前広場駐車場のサービス券有

浜通りとびっくす

「居宅支援事業所 ケア・コンシェルジュ」

「ケア・コンシェルジュ」はいわき市にあるケアマネジャーの事務所です。いわき市にお住まいの方の介護保険の利用をお手伝いしています。只今新規のご利用者様を募集、ご相談は無料です。

- 介護制度の受け方がわからない。
- 市役所やデイサービスでケアマネジャーが必要と言われた。
- 家族の介護に悩みがある。
- どの介護サービスをを選んでよいかわからない。

などなど、ご連絡くださいませ。

居宅介護支援事業所 ケア・コンシェルジュ
(事業所番号:0770408524)

【お問い合わせ】

- 住所：いわき市平字作町 1-3-15
- TEL：0245-84-7401 FAX：0246-84-7402 (担当：馬目)
- 営業時間：平日 8:30~17:30
- メール：setsu_m@rencontrellc.com ■HP：https://www.rencontrellc.com



いわき市で
ケアマネジャーを
お探しの皆様へ
只今、ご新規のご利用者様
募集中!!

2022 mama café ままカフェ 《ママカフェ@いわき》

今年度の日程

7/8	9/9	11/11
R5	1/20	3/10

(奇数月・第2金曜日 1月のみ第3金曜日)

ママカフェは…震災後のふくしまで暮らしていくこと。ご自身のこと。お子さんやご家族のこと。

誰かに話したかったこと。困っていることや不安な気持ち。そんな思いを受け止める場所です。今年度は県内9か所で開催。Wendyはいわきの会場になっています。毎回、楽しい企画(教室)を準備していますのでお気軽にお問い合わせください。



事前予約制
(託児が必要な方は申込時にお伝えください)

- お問合せ先：ふくしま母子サポートネット (NPO法人ビーンズふくしま)
- TEL：024-573-0150
- Mail：info-mamacafe@beans-fukushima.or.jp



掲示板

*各イベント情報は、市内感染状況などにより予定が変更となる場合もございます。おでかけの際は、主催者へお問い合わせください。

正月町おうち保育園®「わくわくデー♪」

色が変わるアイシングカップケーキや子どもビールを作りながら「なぜ?ふしぎ?」の発見が楽しめる「食べられる実験」を行います。

- 日時：6月11日(土)・7月9日(土)
- 時間：10:00~12:00
- 場所：正月町おうち保育園 (いわき市平字正月町 19-8)
- 参加費：1,000円
- 対象：小学生
- 定員：3名(事前予約制)



【お申込み・お問合せ先】

- 電話：080-6003-4980
- メール：shogatu.ouchi@gmail.com

親子でリフレッシュ♪ベビーマッサージ

ふれあい親子の絆を深めます♡月齢に合わせてふれあい方を、講師が丁寧にレクチャーします。お土産にプチスイーツ付き♡ご参加ください。



- 日時：6月18日(土) 10:00~12:00
- 会場：HUG ME(いわき市中央台)
- 参加費：3,000円 (初回別途オイル代)
- 対象：首すわり後~ ねんね期の赤ちゃんとママ
- 定員：2組
- 持ち物：いつものお出かけセット

【お問合せ先】

- RTA 指定スクールつきにご 齋須朋子
- 電話：070-2307-2614 ●メール：tsuki.niko.saisu@gmail.com
- 公式LINE：@160fqbbe ●Instagram：@tsuki.niko



「もぐのび」リーフレット配布しています。

いわき市アレルギーつぎ交流会「もぐのび」は、アレルギーのお子さまを持つ市内のママが中心となって活動しています。今回完成したリーフレットには、専門医のアドバイスやアレルギーの最新 & お役立ち情報を掲載。Wendyのほか、市内施設やアリオス館内にも配置してあります。お子様のアレルギーでお困りの方は、お手にとってご覧ください。



- (Twitter/Facebook) @mogunobi (Instagram) @mogunobi_are
- 【お問合せ先】mogunobi.are@gmail.com (代表：緑川)

~笑顔が広がる&繋がる~「Happy マルシェ」

フリーマーケットにお名前・手形足型アート & ハンドメイド作品・野菜や発酵食品などの各種販売に、整体やキッズコーナーなど内容盛りだくさん!ご家族みんなで楽しめるマルシェです。友達の家遊びにいく感覚でお出かけください♪

- 日時：6月19日(日) 10:30~13:00
- 場所：いごくBOX (いわき市常磐西郷町岩崎 28-10)
- 参加費：無料
- 駐車場：あり

【お問合せ先】

- 電話：080-5742-6401 佐藤まさみ
- メール：mamacoco1032@gmail.com



「発酵カフェ ありがとう」新月の日にオープン!

カラダ喜ぶ発酵おぼんざいやです。お米の加工品、糍商品、米粉の焼き菓子、甘酒ドリンクなど販売しています。ホッとくつろげる「カフェ」、ふらっと気軽に立ち寄りください。



- 開催日：6/29(水)・7/29(金)・8/27(土)
- 時間：11:00~15:00
- 場所：発酵カフェ ありがとう (いわき市四倉町上仁井田字松葉 116)

【お問合せ先】

- 電話：090-2367-5510
- メール：n-campagne@docomo.ne.jp

いっしょにあ・そ・ぼ♡

今年4月開園の家庭的保育施設「ぐーぐーきっず」。0歳から3歳のお子さんを中心にお預かりしています。(一時預かりは、0歳から5歳児まで)ゆったりとした時間のなかで、こどもを主体とした保育を行なっています。施設開放日には、どなたでもお越しいただけます。一緒におもちゃやお砂場で遊びましょう♡



- 日時：6月15日(水) 9:30~10:30
- 場所：ぐーぐーきっず (いわき市小名浜鳥居北 99-12)
- 持ち物：お茶・帽子 ■参加費：無料

【お問合せ先】

- 電話：0246-52-0661(松川) メール：googookids.matsukawa@gmail.com

子育て オンライン支援情報

●使っていますか?ヘルスケアアプリ「HELPO」

昨年からいわき市で運用されているヘルスケアアプリ「HELPO」。24時間365日、医療専門家への健康相談チャットや、お近くの病院の検索ができます!プレママや小さなお子さまのいる方は、是非ご利用ください。

▶http://www.city.iwaki.lg.jp/www/sp/contents/1634796882862/index.html



●子どもたちの居場所「こども食堂」情報

子どもたちへ安価または無料の食事と、居場所づくりなどを目的とした「子ども食堂」市内でも増えてきました。子どもは高校生まで対象としていますが、大人も交流の場として参加できる会場もあります。

※詳しい内容や実施日・時間帯等については、各運営団体等にお問い合わせください。



●いわき市オンライン申請について

いわき市では、行政手続のオンライン化を進めています。ご自宅のパソコンやスマートフォンを利用して一部申請や届出を行うことができるようになります。産後ケア事業の利用や聴覚再検査、不妊・不育症相談などが原則いつでも申請可能です。詳しい内容や利用はいわき市HP(QRコード)をご利用ください。



Wendy イベント情報

お問合せ・お申込み TEL: 080-9252-6624 (座間) 平日 10:00~17:00

いわき市まち・未来創造支援事業 「癒しヨガ」

毎日の暮らしでちょっと疲れがちな私たち。自分と向き合う時間、心と体を整えてくれるヨガで、毎日のセルフケア方法を学びませんか?

- 日時：6月29日(水) 10:00~12:00
- 会場：元祿彩雅宿 古滝屋(10F 大広間) (いわき市常磐湯本町三画 208)
- 参加費：500円 ●定員：8名(見守り託児付き)
- *動きやすい服装でお越しください。



ヨガ講師：葉谷弘子先生 (Re.yoga Lotus 代表)

いわき市まち・未来創造支援事業 「女性と子どもの食と健康講座」

女性特有の体調不良や年齢による変化、ホルモンバランスの乱れなど、ちょっと気になる婦人科系の疾患について、楽しく学んでしっかり備えましょう。

- 講師：医療創生大学 看護学部 特任教授 久米美代子先生(柏キャンパスよりオンライン)
- 日時：7月13日(水) 10:00~12:00
- 会場：Wendy (いわき市平字正内町 45-6)
- 参加費：800円(見守り託児あり)・500円(オンラインの場合)



〈教室開催について〉新型コロナウイルス感染者数の動向により、教室開催の延期、または中止、日程変更・人数変更・開催時間の短縮などの対策により実施となる場合もございます。予めご了承ください。

人と人

橋詰 光子さん
訪問理美容 どこでもロダン

「ぜひぜひ、ぜひぜひ、ぜひぜひ」



内郷御厩町へアークリエイティブ・ロダンに勤務し、主に訪問サービス・移動式店舗での施術を担当しています。私生活では、小学生の娘・中学生の息子の元気な母ちゃんです。自身が子育てを始めた際に感じた気持ち、子供達を通して出会ったママ達とのコミュニティーをきっかけに寄り添う美容師を目指し産前産後ママヘルパー・地域子育て支援員の資格を取得、2017年よりママのための訪問理美容サービスもスタート。産前産後のお母さん・身体が不自由なお子さん、発達障害の特性があるお子さんなどの施術は同じ母として沢山の学びがあります。多様な子育てを知り成長過程を見守れるのも私の原動力！時には子育て情報をお伝えしたり。仕事を通して自分たちに何ができるか地域での役割を模索していきます。

◆第38号は、橋詰さんからつむいでいただいた

〈一男一女イクメン奮闘中!! 福島のを映す アート × ストーリー写真家 熊田 誠さん〉をご紹介します。

心と心

おススメの一冊

「オリーブの森」

原作・文 ミスターボパイ
絵 鈴木伽采



震災後、市内でオリーブプロジェクトを立ち上げた方の実話の絵本。あまり世にはでていないかもしれませんが、子供たちに聞かせたい一冊。読み聞かせボランティアで三月になると読んでいた本です。
(※発行所いわきスマイルコンシェルジュ)

おススメの場所

昨年、子どもたちと一緒に参加した四倉町の田んぼアート。



田植えから稲刈り、出来上がったお米を食べることは子どもたちの食育にも繋がりが貴重な体験でした。田んぼアートは檜葉町でも開催されドローンにより撮影されたこの

写真は、檜葉町映像クリエイターの松本淳さんによるもの。震災後の福島を思うみんなの願いが詰まった田んぼアート。松本淳さんの活動、「福島田んぼアートプロジェクト」の活動を詳しく知りたい方は Facebook で検索してみてください♪

*R4年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、田んぼアートは開催されません。

Wendy スタッフ推しスポット

〈いわき市フラワーセンター 子どもの広場〉

石森の高台にあるフラワーセンター。広い敷地には四季折々の花々がたくさん咲いています。「子どもの広場」はお花を眺めながら歩いた、ちょっと奥にあります。小鳥のさえずりを聞きながら森の中で遊んでいるような気分になりますよ。これからの季節はバラや紫陽花が見頃になりますね。是非、行ってください♪ (担当スタッフ 座間 育子)



■所在地：〒970-8018 いわき市平四ツ波石森 116 ■TEL：0246-22-5667

編集後記

色とりどりの紫陽花に、梅雨の訪れを感じる季節になりましたね。これから10月頃までは、1年の中でも降水量が多い「出水期(しゅつすいぎ)」に当たります。「自分は大丈夫」という思い込みを捨て、災害に備えてくださいな♪(三浦)

新緑が気持ちのいい季節。ウォーキングしたい気持ちはあるけれど、なかなか行動に移せない…

重い腰をそろそろ上げたいなあ。まずはシューズ買わないと!(座間)

先日、息子が10才になりました。誕生日祝いをウっかり準備し忘れて…年々、子の成長と自分の老化をヒシヒシ感じます。いつもの倍にして、渡しました。(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

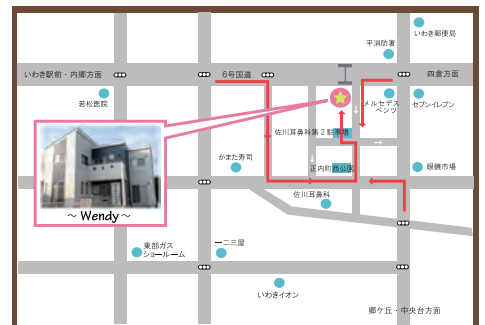
お友達同士の交流の場として、また教室開催など自由に集える空間の開放をしています。月に数回、テーマ別の交流会も行っていきます。

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・バックもあります。

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 まで。

*次回発行は2022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。



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

※本誌の無断転載・複写を禁じます。