



子どもをつなぐ、まちをつなぐコミュニケーションペーパー

キッズ★アリペ

vol.170

2026.10/23(金)

編集:アリオス・子どもプロジェクト

今号の内容

- P1 ●あそび工房開催予定 ●おもちゃクリニック開院!
●アリオス キッズルーム・シアター#67
●アリオス キッズルーム・プログラム開催予定
- P2・3 ●市民編集員の特集「うちに来てくれる子育てサポート」
●いべんと えとせとら
- P4 ●Pick up!
「ぶちまるひろば」「はらべこべんとうをつくろう」
●おもちゃクリニック治療日誌 令和8年10月

Alios paper for KID'S

みみより!
情報

第150回

アリオス・子どもプロジェクト

あそび工房

クリスマススペシャル

12/20日 14:00~16:00

会場 いわきアリオス 本館2階
カスケード ほか

参加費 無料 ●クラフトコーナー
●☆てんしのほほえみ☆クリスマス!
～パネルシアター☆メドレー～
●スポーツスタッキング
●“おもちゃクリニック”開院 ほか

おもちゃクリニックからお願い

- 診察するおもちゃは、1家族2点までです
- 付属の充電器や、説明書がある場合は一緒に持ちください
- おもちゃの退院時、ドクターが治療内容の説明と動作確認を行います。できるだけ“おもちゃクリニック”開院時に引取りをお願いします

今後の あそび工房 開催予定

第151回あそび工房 2027.1/23(土) ※11月はお休み

おもちゃクリニック開院!



11/21土

14:00~16:00

いわきアリオス
本館1階 アートスペース

アリオス キッズルーム・シアター #67

ダンスアートであそぼう

12/7月

①10:30 ②15:30

会場 いわきアリオス
本館1階 キッズルーム

参加費 無料 (要事前申込)

対象・定員

2歳以上の未就学児とその保護者
各回7組

講師 中田瑞歩 (ダンサー)

協力: K.GROUP

※広報紙「アリオスペーパー vol.108」から、午後の回の開始時間が変更となりました

10/30金
10:00~
受付開始



Alios KIDS
ROOM
PROGRAM

アリオス キッズルーム・プログラム

- ①すくのみ広場 in アリオス (いわき緊急サポートセンター)
- ②ママフィット with ベビー 講師: 大石紅美子
12/18(金)・27(日)・2027.1/29(金)も開催♪
- ③ママもパパもいっしょにベビーマッサージ (産後ケアハウス さい)
- ④親子ふれあいあそび 講師: 秋山里美
- ⑤なかよしクラブ (児童発達支援/放課後等デイサービス MY ALL)
- ⑥がんばるママに、わたし時間を (To me.)

(参加費) 無料 ※①以外は要事前申込

キッズルームのご利用について

キッズルーム・プログラムや貸館利用のない時間帯は開放時間となります。どうぞご利用ください。

利用時間 8:30~20:00

利用受付 ご利用前に本館1階 インフォメーションで番号札をお受けください

※ご利用者数のカウントのためです。ご協力をお願いいたします

※お子さんのみでの利用はせず、かならず大人同伴でご利用ください

※キッズルーム内の授乳室、子どもトイレは開館時間中いつでもどうぞ

11月 キッズルーム予定表

※こちらの情報は10月23日現在の情報です

日	月	火	水	木	金	土
1 ②	2	3	4	5 ③	6 ④	7
13:30 ~ 14:30		貸切		10:00 ~ 11:30	14:00 ~ 15:00	
8	9	10 全館 休館日	11	12	13	14
						貸切
15	16	17	18	19	20	21
						貸切
22 ①	23 ①	24 ⑤	25 ①⑥	26	27 ②	28
10:00 ~ 15:00※	10:00 ~ 15:00※	10:30 ~ 11:30	10:00~ 13:00※ 10:00~ 12:00		14:00 ~ 15:00	

※本館1階 アートスペースでの開催

ご予約・お問合せ

アリオスチケットセンター ☎0246-22-5800 10:00~20:00 ※毎週火曜定休

アリオス キッズ・プログラム最新情報 いわきアリオス WEBサイト <https://iwaki-alios.jp>



特集

悩んだりすることもしばしば。
今回は、そんな親子に寄り添い、市内で自宅まで来てくれる母子の支援活動をしている
NPOやサービス、新しい支援制度について紹介します。

妊娠・出産・子育て。うれしいこともいっぱいある一方で、初めてのことに困ったり、
悩んだりすることもしばしば。
今回は、そんな親子に寄り添い、市内で自宅まで来てくれる母子の支援活動をしている
NPOやサービス、新しい支援制度について紹介します。

子育てで中も頼る・休むを、大切に。



NPO法人 じつは助産師だけじゃない! Commune with 助産師 (以下、こみゅーん)さん

NPOこみゅーんには、複数の助産師をはじめ、栄養士・保健師・理学療法士など様々な専門職のスタッフがいます。
また、地域の先輩ママや学生など、多くのボランティアも活動に関わり、助産院での相談や産後ケア、家庭への訪問支援、地域での交流など、子育て家庭に寄り添う活動を行っています。



[ところ] 平谷川瀬2丁目11-12
[営業時間] 9:00~17:00(平日)



Instagram



公式LINE

家事や育児を手伝ってくれる 「産前産後ヘルパー事業」

いわき市からの委託事業として、妊娠中から産後1年のご家庭を対象に、家事や育児をサポートします。

＼ こんなことをお助けできます (^o^) /

- 食事準備 ● 片付け ● 掃除 ● 買い物等 ● 授乳
- おむつ交換 ● 沐浴・入浴補助 ● 兄弟・姉妹の保育



ヘルパーさんからの
ひとこと

ママたちへ、
今必要なサポートを
届けて安心して
子育てができるように、
気持ちに寄り添いながら
サポートするよう
心がけています。

子育て中の悩みを話せる 「ホームスタート」

[対象] 妊娠中から小学生までのお子さんのいる家庭

研修を受けた地域ボランティアがご家庭を訪問し、お話をしたり、育児や家事を一緒にに行います。



そのほか、
こんな支援もあります



授乳や赤ちゃんの相談 「こみゅーん助産院」

- 母乳・乳房ケア
- 授乳相談 ● 産後ケア
- 来院/訪問/オンライン相談



親子で過ごせる場所 「こみゅーんステーション」

- 食育・離乳食教室
- ベビーマッサージ体験
- マタニティストレッチ

親子や女性同士の交流 「さんさんリビング」

中高生の居場所 「てん・ステップ」

市内で利用できるその他の訪問型支援・サービス

仕事や家庭のライフスタイル、困りごとに合わせて！
そのほかにも頼れる支援があります。

地域で子育てを支え合う 「ファミリー・サポート・センター」

子育てを「手伝ってほしい人」と「手伝いたい人」が会員となり、地域で支え合う仕組みです。保育施設への送迎や、一時的な預かりなどに利用できます。いわき市WEBサイト



自宅で保育をお願いできる「ベビーシッター」

自宅などで子どもの保育をお願いできる民間のサービス。市内にもキッズラインなどからお願いできるシッターさんがいます。利用できる年齢や時間・料金・対応内容などはサービスごとに異なるので、事前に確認してくださいね。



キッズライン

2026年9月1日からスタート!

新しい支援制度 「医療的ケア児在宅レスパイト事業」

いわき市では2026年9月1日から「医療的ケア児在宅レスパイト事業」が始まりました。
人工呼吸器の管理や胃ろうなど、日常的に医療的ケアが必要なお子さんを在宅で介護するご家族が自分の時間をとれるよう、市と委託契約した指定訪問看護事業者が自宅などで家族に代わって看護を行います。

[対象] 所定の要件を満たす医療的ケア児の家族

[時間] お1人につき年間84時間まで

[費用] 利用者負担なし

※交通費・キャンセル料は事業者との契約により変わります。



※対象要件・申請方法は市の最新情報へ

いわき市WEBサイト

いべんと★えとせとら

Events Et Cetera

いわき市こども元気センター
11月の行事情報

【子育て支援事業】※申込不要

※のびのびサロン、にこにこサロン、
たんぼぼ教室の定員は先着30組です

のびのびサロン

【対象】0～1歳 ※毎回バスタオル持参

11/11(水)、18(水)、25(水)

10:00～11:00

市役所出前講座

「この本読んだ?楽しい読書」(11日)

AED講習・誤飲のお話 勿来消防署

(当日先着15組)(18日)

外部講師による産後ケア(25日)

にこにこサロン

【対象】1～2歳

11/6(金)、13(金)

10:00～11:00

新聞紙あそび(6日)

外部講師による音楽を楽しもう(13日)

たんぼぼ教室

【対象】2～3歳

11/5(木)、26(木)

10:00～11:00

市役所出前講座

「この本読んだ?楽しい読書」(5日)

勿来消防車両見学(26日)

※要事前申込 先着20組

ハッピープレイス

【対象】未就学児

11/2(月)、9(月)、10(火)

16(月)、24(火)、30(月)

10:00～11:00(うち20分)

絵本、紙芝居、リズムあそびなど

11/17(火) 10:00～11:00

COCOMU にこにこ親子じかん

「こどもの心と脳がぐんぐん育つ、絵本の
読み方選び方講座」この他、「ダンス教室」や「フラダンス教室」
なども開催しています(申込制)。
くわしくはWEBサイトをご覧ください

こども元気センター 行事予定 検索

【ところ】植田町本町一丁目12

【お問合せ・お申込み】

いわき市こども元気センター 63-2884

アクアマリンふくしま
アクアマリンハロウィーン開催!
10/31(土)

本館2階 大水槽「潮目の海」前

●13:00～14:20

アクアマリンボディペイントシール・
コスチューム撮影

※シールはなくなり次第終了

水族館の生き物のボディペイントシールを
つけよう! 衣装や小物の貸出あり☆

●15:00～(15分間)

ごんべえと撮影会

シーラカンスのごんべえと
一緒に記念写真を撮ろう!
お菓子のプレゼントもあり☆※別途、入館料(大人 1,850円、
小～高校生 900円、未就学児 無料)が必要

【お問合せ】アクアマリンふくしま 73-2525

いわき市
内郷子育て支援センター
11月のプログラム

おやCoCoセミナー

●11/20(金) 10:00～10:30

「ちょっと気になる卒乳について」

×市保健師

おやCoCoわくわく広場

●11/18(水) 10:00～10:40

「音あそびの時間」

●11/21(土) 10:00～10:30

「おはなしの時間」

×おはなし会「わっ!」

おやCoCo 作ってあそぼ!

11/11(水) 10:00～10:30

12(木) 10:00～10:30

【対 象】1歳3ヵ月から就園前の親子

おやCoCoクラブ

●11/24(火) 10:00～10:30

「おやCoCoいっしょに
リズムダンス」

【対 象】歩行可能な就園前の親子

【お申込み】

11/1(日)受付開始

※いずれも要事前申込

※申込締切は各プログ

ラム実施5日前の12時



お申込フォーム

【ところ】内郷高坂町四方木田188

【開館時間】9:00～17:00

※月曜日、祝日

12/28(月)～1/4(月)は休館日

※収容人数を超える場合、入館

をお断りすることがあります

【お問合せ】内郷子育て支援センター

26-0452

●11/13(金) 10:00～11:00

「プラザ子育て相談会

～子育てコンシェルジュ相談会」

(講師: 平地区保健福祉センター

子育てコンシェルジュ)も開催!

プラザおはなし会

読み手: ☆てんしのほほえみ☆

11/13(金) 11:00～11:30

いわき市生涯学習プラザ

5階 遊びと憩いの広場

(平字一丁目1 ティーワンビル内)

【参加費】無料 ※申込不要

【対 象】乳幼児と保護者

【お問合せ】

いわき市生涯学習プラザ 37-8888

チャイルドハウスふくまる

●おはなし会「わっ!」による
読み聞かせ

11/13(金) 10:30～11:00

●親子でリズム体操

11/18(水) 10:30～11:00

チャイルドハウスふくまる

(四倉町字五丁目218)

【参加費】無料 ※申込不要

【お問合せ】

チャイルドハウスふくまる 88-9940

いわき市立
図書館おはなし会

11/14(土) 10:30～11:00

内郷公民館 2階 和室

読み手: おはなしたまてばこ

四倉公民館 1階 会議室

読み手: 四倉おはなしひろば

小名浜公民館 2階 会議室

読み手: サークルにじ

11/14(土) 11:00～11:30

いわき総合図書館

よみきかせひろば

読み手: 図書館支援ボランティア

11/21(土) 10:30～11:00

植田公民館 3階 視聴覚室

読み手: ふしぎなポケット

常磐公民館 2階 和室

読み手: 絵本ダイスキ

【お問合せ】総合図書館 22-5552

エデンひろば
こどもの成長と栄養

11/5(木) 10:00～11:45

児童発達支援センター エデンの家

(平字平窪字古館1-22)

【参加費】初回無料、2回目以降500円

【対 象】未就学児と保護者

【お申込み・お問合せ】

エデンの家 88-7741

いわき市総合
保健福祉センター 3階
ブレイルーム

【開放日】

毎週月・水・金曜日

(祝日、12/29～1/3は除く)

【開放時間】

月・金曜日 9:00～11:30、13:00～15:30

水曜日 13:00～15:30

※遊具のご利用は未就学児のみと
なります

●ママのためのリラックスヨガ

11/6(金) 10:30～11:00

●親子おとあそび

11/16(月) 10:30～11:00

●親子ゆるゆるストレッチ
& エアロビク

11/20(金) 10:30～11:00

●保育士による子育て相談

毎週水曜日 9:00～10:00

【ところ】内郷高坂町四方木田191

【お問合せ】こどもみらい部

子育てサポートセンター 27-8599

いわき市社会福祉協議会
「カンガルーひろば」

【開放日】月・金曜日

【開放時間】10:00～15:00

第3金曜日: 12:00～17:00

●からだを動かしてあそぼう

11/11(水) 10:30～(30分程度)

カンガルーひろば

【対 象】3歳未満の子どもとその保護者

【ところ】平字菱川町1-3

【お問合せ】

カンガルーひろば 21-3733(直通)

いわき市立
草野心平記念文学館
子ども映画会

11/21(土)

「ドナルドダック①」

11/28(土)

「トムとジェリー③」

各日 10:00～11:00、14:00～15:00

いわき市立草野心平記念文学館

小講堂

(小川町高萩字下夕道1-39)

【鑑賞】無料

※当日受付(先着順)

【お問合せ】

いわき市立草野心平記念文学館

83-0005

ahaha日和
～ご縁があるよ～

11/22(日) 10:00～15:00

道の駅 いわき・ら・ら・ミュウ

1階 南側休憩所

(小名浜字辰巳町43-1)

出会う。体験する。つながる。

お買いもの、つくる・あそぶ、写真を撮る、お
いしいもの、想いを集める、14店舗が大集
合。どんな好きに出会えるかな?「シールラリー」や、あなたの言葉が大きな
羽の一部になる「羽ブース」、ハズレなしの
「お楽しみくじ」(先着100名さま)でいろん
な楽しいを見つけよう。1つの出会いがま
た次のご縁へつながります

【お問合せ】

Instagram ahaha.kikou_seitai

タッチケアサロン
ふくしま心のケアセンター
による講話
リラクゼーションやセルフケア

11/25(水) 9:30～11:30

泉公民館 1階 和室

(泉町四丁目13-11)

月替わりテーマで、お子さまと気軽に参加
いただけます。

幼稚園、小学生の参加も大歓迎です

【参加費】無料 ※要事前申込

【お申込み・お問合せ】

子育て支援サークル ハートウォーミング

090-7935-1180

メール

heartwarming.toshiko@gmail.com

後援: 大熊町

子どもとあそぼう!
クリスマス☆ふわふわリース☆
(クラフトあそび)

講師: ☆てんしのほほえみ☆

11/28(土) 10:30～12:00

いわき市生涯学習プラザ

5階 和室

(平字一丁目1 ティーワンビル内)

毛糸やプチプチを使って、フワフワの「リー
ス」をつくって、あそびましょう!

【参加費】無料 ※要事前申込

【対象・定員】幼児と保護者 10組

【お問合せ】

いわき市生涯学習プラザ 37-8888

Pick up!



こどもをつなぐ、まちをつなぐ
おしゃべりしたり、つくってあそんだり楽しみ方いろいろ



ぷちまるひろば



「親子支援サポートチームまる」は、保育士をはじめ、さまざまな子育てのスキルを持つメンバーが集まり、親子が気軽につながり、ほっと安心して過ごせる場づくりを行っている団体です。これまでも市内各地で、「まるっと遊べるおしゃべりひろば」を開催してきました。11月の「ぷちまるひろば」では、木のおもちゃで遊べる木育広場やキッチンカー、ハンドメイド作品の販売のほか、保育士による講演などを予定しています。いわき市子育てコンシェルジュによるコーナーでは、子育て支援の制度や親子の関わり方などについて、予約なしで相談いただけます。ぜひ気軽に足を運んでみてくださいね。

11/21^土 10:00~15:00

株式会社アムーヴ 2階 アムーヴSDGsコンベンションホール
(泉町下川字須賀蛭535番地1)

参加費 無料 ※ワークショップ・販売・施術など一部有料
※授乳・おむつ替えスペースあり

お問合せ InstagramDMへご連絡ください
@iwaki.oyakoshien_maru



Instagram

はらぺこべんとうをつくろう



食べ物をテーマにしたユーモラスな作品で人気の絵本作家 はらぺこめがねによるワークショップ。

器に見立てたダンボールの台紙に、はらぺこめがね特製「はらぺこペーパー」を手でビリビリとちぎり、ベタベタと貼って、自分だけの特別なおいしい作品をつくります。

11/29^日 14:00~15:30

道の駅 いわき・ら・ら・ミュウ 2階 研修室
(小名浜字辰巳町43-1)

参加費 親子1組(2名) 1,000円 ※要事前申込 ※1名追加につき+500円

対象・定員 小学生以下のこどもとその保護者 30組

お申込み

持ち物 水のり 講師 はらぺこめがね

Instagram @aawl_jp

お問合せ oac_openartclub@aawl.jp



主催：OPEN ART CLUB(aawl合同会社内)

※申込締切 11/15(日)

おもちゃクリニック治療日誌

令和8年10月

文：須田秀隆

←トロンボーンを吹く おもちゃクリニック副院長

3音だけ音が鳴らない『KAWAIのピアノ』が入院しました。(診察No.676)



分解してみたところ、音が鳴らない鍵盤は、(写真1)のように鍵盤(白い部分)と音板を叩くハンマー(グレーの部分)が外れてしまっていました。

(写真2)のように鍵盤にハンマーを取り付け、組み立て直すとすべての鍵盤で音が出るようになりました。

治療完了です。



(写真1)



(写真2)

お問合せ アリオスチケットセンター 0246-22-5800

次号、キッズ★アリベvol.171は

11/20(金)の発行予定です

「アリオス・こどもプロジェクト」は、いわき芸術文化交流館アリオス ネーミングライツパートナー アルプスアルパイン株式会社、関影商事株式会社、株式会社GSユアさいわき、福島さくら農業協同組合 各社協賛の一部により運営しています