こどもをつなぐ、まちとつなぐコミュニケーションペーパー

キッズ★アリペ

こどもまんなか

vol.171

2026.11/20(金)
編集:アリオス・こどもプロジェクト

今号の内容

P1 ●あそび工房開催予定
●☆てんしのほほえみ☆クリスマス!
●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「あかちゃんとおでかけ、どこいく?」
●いべんと えとせとら

P4 ●いわきアリオスからのお知らせ
アリオス キッズルーム・シアター #67&#68
●おもちゃクリニック治療日誌 令和8年11月

Alios paper for KID'S

第150回

アリオス・こどもプロジェクト

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~
- 紙しばい
- 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お持ちください
●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

☆てんしのほほえみ☆ クリスマス! ~パネルシアター☆メドレー~



予定プログラム

#1 ☆てんしのほほえみ☆ ~はじまるよ~
#2 あきのうた(まつぼっくり~どんぐりころころ)
#3 やきいもグーチーパー #4 とんぼのめがね

暗いお部屋にキラキラ光るブラックシアター!!

#5 ほしのクリスマス
#6 ゆき #7 サンタクロースがやってくる
#8 あわてんぼうのサンタクロース

Alios KIDS ROOM PROGRAM アリオス キッズルーム・プログラム

①すくのび広場 in アリオス〔いわき緊急サポートセンター〕
②親子 de フィット 講師:吉田美保
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いっしょにAsobo♪〔一般社団法人Wendy〕
⑤ママフィット with ベビー 講師:大石紅美子
2027.1/29(金)、2/26(金)も開催♪
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取りください
※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、子ども用トイレは開館時間中いつでもどうぞ

12月 キッズルーム予定表

※こちらの情報は11月20日現在の情報です

日	月	火	水	木	金	土
		1 ② 14:00~15:00	2	3 ③ 10:00~11:30	4	5
6 ④ 10:00~11:30	7	8 全館休館日	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18 ⑤ 14:00~15:00	19
20 ① 10:00~15:00※	21 ① 10:00~13:00※	22 ⑥ 10:00~11:30	23 ① 10:00~13:00※	24	25	26
27 ⑤ 13:30~14:30	28	29 年末年始休業	30 年末年始休業	31 年末年始休業		

※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

発行:いわき芸術文化交流館アリオス 〒970-8026 福島県いわき市平字三崎1番地の6 電話 0246-22-8111(代表) ファクス 0246-22-8181

特集

あかちゃんとおでかけ、どこいく？



助産院 HUGさんへ行ってきました！

～助産院で見つけた、ママの「わたし時間」～

仕事に家事に、こどもとの毎日は大忙し。
特にあかちゃんのお世話が続く時期は、
ママも疲れがたまってしまうことがありますよね。
今回は、ママがあかちゃんと一緒に安心して過ごせる場所、
いわき市山田町の「助産院 HUG」を訪ねました。
施設を見学し、利用中のお母さんにもお話を聞いてきました！

まるで、もうひとつのわが家

木のぬくもりを感じる多目的ホールは、親子がゆったり過ごせる場所。あかちゃんを助産師さんにお願いして、ママはお昼寝やおしゃべりなど、思い思いの時間を楽しめます。
食事やお風呂を済ませて帰れるのもうれしいポイント。帰宅後の家事が少し減るだけでも、気持ちにゆとりが生まれそうです。



利用中のママにインタビュー



個室や家族で滞在できるお部屋があり、日帰りや宿泊での利用ができる助産院HUG。
お店へのおでかけとは違ってゆっくりと過ごせるからこそ、利用者同士が日常をともにするような感覚も生まれます。同じくらいの月齢のあかちゃんを育てるママ同士、おしゃべりできるのも楽しみのひとつ。この日の利用で、インタビューに答えてくれたYさん。この日は上のお子さんはパパにお願いして、個室での利用でした。

ママひとりで抱え込まないために



あかちゃんが生まれると、生活は大きく変わります。家族と暮らしていても、育児の悩みを誰に相談したらよいか迷うことも。
助産院では産後ケアのほか、親子が参加できるイベントなども行っています。イベントを通じて助産師さんや保健師さんと顔なじみになることで、困ったときにも相談しやすい関係が生まれるのだそうです。



スタッフさんたちが
率先して声をかけてくれるので、
安心してあかちゃんをお願いすることが
できます。
手づくりのおいしいご飯もいただけて、
しっかり休息もとれました。
ほかのママの子育ての様子を見れたりもして、
がんばっているのはみんな
同じなんだなって感じました。



他にも助産院 HUGでは、
利用希望の増加を受けて居室の増室や
医療的ケア児のレスパイト支援など、
新たな取組みを進めています。

いわき市産後ケア事業

いわき市では、産後の体調や育児に不安を抱えるお母さんが安心して子育てに取り組めるよう、委託先である助産院などで「宿泊」や「日帰り」でママとあかちゃんのサポートを受けられる「産後ケア事業」を実施しています。

くわしくはこちら



助産院 HUG [ところ] 山田町砂方66-1
[電　話] 080-5972-2638
[公式サイト] https://hugiwaki.org/

Instagram

いわき市
こどもみらい部
【公式】Instagramで、
市内助産院の紹介を
しています。

Instagram

掲載の情報は11月20日現在のものです。開催内容が変更になることがあります。くわしくは各主催者へお問合せください。

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 12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、たんぽぽ教室の定員は先着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

12/2(水)、9(水)

10:00～11:00

外部講師による身近にフラを感じよう(2日) ※当日先着15組

音あそび(9日)

にこにこサロン

〔対象〕1～2歳

12/4(金)、11(金)

10:00～11:00

エプロンシアター(4日)

スタンプをしよう(11日)

※持ち物：ウェットティッシュ、タオル、汚れてもよい服装(スモックなど)

たんぽぽ教室

〔対象〕2～3歳

12/3(木)、10(木)

10:00～11:00

外部講師によるふれあいイングリッシュ(3日) ※当日先着20組

避難訓練(火災)(10日)

ハッピープレイス

〔対象〕未就学児

12/1(火)、7(月)、8(火)、14(月)、15(火)

10:00～11:00(うち20分)

絵本、紙芝居、リズムあそびなど

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

エデンひろば　音楽＆英語

12/3(木) 10:00～11:45

児童発達支援センター エデンの家
(平上平窪字古館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

12/11(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☆

12/11(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
(平字一町目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

いわき市 内郷子育て支援センター 12月のプログラム

おやCoCoセミナー

●**12/8(火)** 10:00～10:30
「食べる力は生きる力
ウイルスに負けない身体づくりと旬の食材」
×ふくしま食育実践サポーター

●**12/18(金)** 10:00～10:30
「幸せママの自己尊重トレーニング」
×市保健師

おやCoCoわくわく広場

●**12/16(水)** 10:00～10:40
「音あそびの時間」

●**12/19(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！

12/9(水) 10:00～10:30
10(木) 10:00～10:30
〔対　象〕1歳3ヵ月から未就園児

おやCoCoクラブ

●**12/25(金)** 10:00～10:30
「おやCoCoいっしょにYOGA」
〔対　象〕首がすわった頃から1歳6ヵ月までのあかちゃんとママ

〔お申込み〕
11/22(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

いわき市総合保健福祉センター 3階 プレイルーム

〔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**
12/11(金) 10:30～11:00

●**親子おとあそび**
12/14(月) 10:30～11:00

●**親子ゆるゆるストレッチ & エアロビック**
12/18(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

いわき市立 図書館おはなし会

12/12(土) 10:30～11:00
内郷公民館 3階 視聴覚室
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 3階 視聴覚室
読み手：サークルにじ

12/12(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

12/19(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

いわき総合図書館

第41回手づくり絵本展

12/1(火)～6(日) 10:00～17:30
いわき総合図書館 4階 学習室
(平字田町120)

こどもたちの楽しい作品、本格的に製本された絵本など、市民から寄せられた夢いっぱいの作品展です

〔参加費〕無料
〔お問合せ〕いわき総合図書館 22-5552

タッチケアサロン クリスマスツリーをつくろう

12/15(火) 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〕500円 ※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

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**
12/11(金) 10:30～11:00

●**親子でふれあいフィット**
12/16(水) 10:30～11:00

●**親子で英会話**
12/23(水) 10:30～11:00

●**クラウンとあそぼう**
12/27(日) 10:00～16:00

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

●クリスマス会をしよう

12/17(木) 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)

☆てんしのほほえみ☆ ままtoこクラブ「クリスマス会」

12/19(土) 10:30～12:00(10:20～受付)
植田公民館 2階 和室
(植田町南町一丁目2-2)

「クリスマスのうたあそび」や「ミュージックベルのワークショップ」「おたのしみ抽選会」など、みんなでたのしくあそびましょ！

〔参加費〕こども1人500円(プレゼント付)
※要事前申込
〔対象・定員〕
あかちゃん(2ヵ月～)と保護者(パパ・ママ・兄姉) 10組くらい
〔お申込・お問合せ〕
電話・ファクス 64-8387

☆てんしのほほえみ☆クリスマス！ 子育て支援チャリティー企画「ちいさな☆おんがくかい」

12/19(土) 13:30～(13:10～受付)
植田公民館 2階 和室
(植田町南町一丁目2-2)

「うたのパネルシアター」や「てあそびうた」「手話うた」「やさしいダンス」に「ミュージックベルの演奏」など、あかちゃんからたのしめるおんがくかい。一緒にあそびましょう！ 募金のご協力くださったみんなにプレゼントの抽選券を用意しています

〔参加費〕無料 ※申込不要
〔対象・定員〕どなたでも 30名程度
〔お問合せ〕
電話・ファクス 64-8387

※☆てんしのほほえみ☆WEBサイトのメールフォームからもお申込み・お問合せできます

アクアマリンふくしま ウィンターアクアマリン サンマブルーに輝く時

11/21(土)～2027.1/11(月・祝)

青く輝くサンマがテーマのイベントを開催します。サンマのぬいぐるみを飾った高さ5.5メートルのクリスマスツリーが登場！12/19(土)、20(日)、24(木)、25(金)限定で、シーラカンスの「ごんべえ」からクリスマスプレゼントを配ります☆ 他にも、キャンドル点灯式などクリスマスイベントも満載。12/26(土)から、お正月イベントも楽しめます

※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

いわきアリオスからのお知らせ　Information from Alios

アリオス キッズルーム・シアターから広がる世界へ

いわきアリオスでは、「アリオス キッズルーム・シアター」を入口として、こどもとおとなが一緒に楽しめるプログラムを届けています

親子でボディコミュニケーション & イメージあそび

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　受付中





12/7（月）

①10:30～11:30
②15:30～16:30

いわきアリオス 本館1階 キッズルーム

講師　中田瑞歩（ダンサー・大学生）

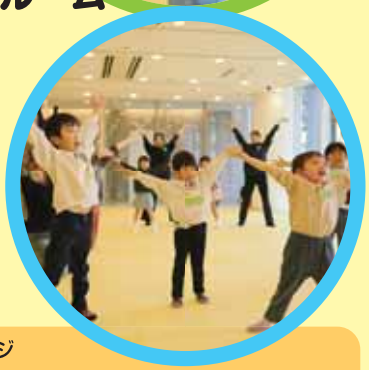
いわき出身の大学生で、現在は身体表現に加えて、映像や演劇など幅広い芸術表現を学んでいます



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

協力：K.GROUP



中田瑞歩さんからメッセージ

3歳くらいの頃、キッズルームで母とあそんで過ごした思い出があります。当時は、自分がダンスと出会い、身体を使って表現するようになるとは想像もしていませんでした。ダンスと出会いつづける中で、言葉だけでは伝えきれない思いを、身体の動きで表現できることを知りました。私自身、ダンスと出会えたことで、自分で考え、感じたことを表現する力が育ち、ものの見方や考え方も大きく広がりました。これからダンスに出会う子どもたちにも、自由に表現する楽しさを体験し、自分だけの発想や可能性を発見してほしいと思います。

アリオス キッズルーム・シアター #68

シュエット

（木管五重奏）
from
芸劇オーケストラ・アカデミー・フォー・ウインド



2027. 1/14（木）
10:30～11:10

11/27（金）10:00～ 受付開始

本館5階 大リハーサル室

〔出　演〕和田桃子（フルート）　村松和奈（オーボエ）
眞塩由希子（クラリネット）　佐藤文香（ホルン）
栗林愛理（ファゴット）

〔参加費〕**無料**（要事前申込）

〔対象・定員〕未就学児とその保護者 25組

お申込み・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）※おかけ間違いにご注意ください

おもちゃクリニック治療日誌　令和8年11月

文：高橋博光　← リユース大好きドクター（＾＾）

洗車機の水が上から流れない「じゃぶじゃぶ洗車場」が入院しました。（診察No.986）

診察時の症状　スイッチを入れても水が上から流れません。



❶不具合の原因と思われること
水を上から流す羽根車が動いていないことが原因と思われます（写真1）。

❷故障箇所の特定
羽根車を調べたところ、裏側の金属部分の3箇所がサビで固着していました（写真2）。これが原因で羽根車が回転しないので、水が流れないことがわかりました。

❸治療内容
羽根車が収納されているケースに2箇所小さな穴を開けて、細い針金で少しずつ押しながら回るようにして固着を解消しました。

❹動作確認
これで正常に動作するようになりました。


（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★アリペvol.172は　12/18（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、関彰商事株式会社、株式会社GSユアサいわき、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