

## 【いわき】平成26年度「子育て支援を進める県民運動」関連事業一覧

1	地域助産師による妊娠・出産・子育て相談		
日時	平日9:00～16:00		
対象者	妊婦さんとその家族またはサポーター、授乳期の母親、思春期の子どもと家族		
会場			
内容	妊娠・出産・赤ちゃん育児についての疑問や不安、思春期の心や体の変化にかかわる悩みなど、いのちと性の健康を支援する助産師が相談にご対応いたします。		
事前申込み	電話相談は時間内であればいつでもOK。来所の場合は要予約。	参加料	電話無料。来所500円～。
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

2	ホームスタート事業		
日時	基本的に平日9:00～16:00		
対象者	6才以下の未就学児のお子さんがあるご家庭		
会場	ご希望の日時にお宅へお伺いします。		
内容	子育て、一人で頑張りすぎていませんか？ホームスタートは週一回程度、研修を受けたボランティアさんがお宅にお伺いし、お話を聴いたり、育児や家事を一緒に行います。フレンドリーシップで、子育てママの心に寄り添います。		
事前申込み	必要	参加料	無料
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

3	福島県食育応援企業等におけるスリムアップイベント【協力企業:(株)マルト】		
日時	毎月3回～4回開催時間 9:30～17:00 ※詳しくはマルトHPにてhttp://www.maruto-gp.co.jp/		
対象者	全県民		
会場	いわき市各店舗		
内容	県では、福島県食育応援企業の協力のもと、子どもたちの健康的な食生活や楽しく体を動かす大切さを普及啓発するために、「スリムアップイベント」を開催します。それぞれの企業のイベント会場では、食育ゲームやキビタン体操など、食生活や運動について学べる体験型コーナーを開催します。		
事前申込み	なし	参加料	無料
問い合わせ先	マルト食育推進室 0246-41-9157		

4	ハンドメイド:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/ 1、10/15、11/12、11/26、12/3、12/17(全て水曜日)10:00～11:30		
対象者	子育て中の方		
会場	NPOこみゅーん事業所(いわき市)		
内容	赤ちゃんや子どもの為のかわいい布小物を作成しています。世界でひとつだけの愛情たっぷりの作品と一緒に作成しましょう。初心者の方でも大丈夫。講師が作品完成までしっかりフォローします。		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員6名)	参加料	500円+材料費
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

## 【いわき】平成26年度「子育て支援を進める県民運動」関連事業一覧

5	ママ&ベビーフラ:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/2(木)、11/13(木)、12/4(木) 10:30～11:45		
対象者	赤ちゃんとその母親		
会場	安盛会館(いわき市)		
内容	アウアナと呼ばれるゆったりとしたフラをベースに、筋トレのような古典フラのカヒコ、お腹回りに効くタヒチアンをmixさせた、ママのためのオリジナルメニューです。心も身体も健康に・・・♪シェイプアップそして癒し、みんなでシェアしましょう！！		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員12名)	参加料	500円
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

6	こみゅーん助産院プロデュース妊産婦健康教室		
日時	①よいお産の楽講 9:30～(10/3、11/14、12/5) ②母乳の楽講 11:00～(10/3、11/14、12/5) ③骨盤のセルフケア 9:30～(10/24、11/21、12/19) ④マタニティクッキング 10:30～(10/24、11/21、12/19) ⑤マタニティ体操YOGA 13:30～(10/8、11/5、12/10)		
対象者	妊婦さんとその家族またはサポーター		
会場	NPOこみゅーん事業所(いわき市)		
内容	助産師が伝えたい、今どきの妊婦さんに重要な①お産を感じる ②母乳で育む ③骨盤のセルフケア ④マタニティ・イヘルシークッキング ⑤体操・ヨーガの5つの講座を1コースとして開催します。妊娠を機に、自分自身・ご家族がより健康になり、幸せな出産・子育てにつなげていきましょう♡		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで)	参加料	コース制 5,000円
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

7	助産師のいるサロン:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/7、10/21、11/4、11/18、12/2、12/9(全て金曜日) 10:30～11:45		
対象者	子育て中の方		
会場	NPOこみゅーん事業所(いわき市)		
内容	助産師&参加者同士の交流の場です。季節の助産師おススメのよもぎ茶をいただきながら、日々のことを話したり、悩みや疑問を解消しませんか?ご近所感覚で気軽にお出かけください♪		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員6名)	参加料	500円 お茶とお菓子付
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

## 【いわき】平成26年度「子育て支援を進める県民運動」関連事業一覧

8	ベビーマッサージ:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/9、10/23、11/6、11/20、12/11(全て木曜日)10:30~11:45		
対象者	赤ちゃんとその母親		
会場	NPOこみゅーん事業所、安盛会館(いわき市)		
内容	赤ちゃんは、愛情で満たされることによって、生命力も高まり、心も体も逞しく成長していきます。乳幼児期の親子の信頼関係は特に重要で、一人の人間として育つ基盤となります。ホホバオイルを使用して行うお子様へのマッサージは、愛情たっぷりのスキンシップで親も子も楽しめます。オイルが肌に合うかどうかテストしてから行います。		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員10名)	参加料	500円+オイル代300円
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

9	アレルギーっ子ごはん:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/10(金)、11/7(金)、12/12(金)10:00~12:00		
対象者	子育て中の方		
会場	NPOこみゅーん事業所(いわき市)		
内容	たまご・牛乳・小麦・大豆等の食物アレルギーのある子のためのクッキングサロンです。季節に合った家庭料理やおやつの作り方を管理栄養士より学びます。参加者同士お話ししながらクッキング♪出来上がったお料理は昼食として試食します。		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員5名)	参加料	500円+材料費400円
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

10	ママ&ベビー体操:こみゅーんクラブ(子育て交流活動)		
日時	10/16(木)、11/27(木)、12/18(木)10:30~11:45		
対象者	赤ちゃんとその母親		
会場	安盛会館(いわき市)		
内容	お子さんと一緒にふれあいながら産後ママの体の回復と健康増進のために有酸素運動を行います。スキンシップとコミュニケーションを楽しみながら気持ちのいい汗をかきましょう!!		
事前申込み	必要(開催日1か月前から3日前まで。定員12組)	参加料	500円
問い合わせ先	NPOこみゅーん事務局(0246-23-3303) ※ホームページからでもOKです。(http://cw-jyosanshi.com/)		

11	助産師何でも相談会		
日時	10/19(日)10:00~14:00 毎月第2・4土曜日 9:30~12:00		
対象者	女性どなたでも		
会場	イオン いわき店		
内容	妊娠・出産・授乳・育児の相談、女性の健康についての相談全般。		
事前申込み	なし	参加料	なし
問い合わせ先	福島県助産師会いわき会(担当:門馬) 090-3983-2391		

【いわき】平成26年度「子育て支援を進める県民運動」関連事業一覧

12	ままカフェ@いわき		
日時	10/21(火)、11/18(火)、12/16(火)10:00～12:00		
対象者	避難先から福島に戻ってきた子育て世代の親子		
会場	いわき産業創造館 LATOV6階(いわき市)		
内容	ままカフェは、避難先から戻ってきたママのための居場所です。久しぶりの福島での生活のこと、お子さんのことやママ自身のことも含めて、いろいろな思いを安心して話せる場所です。お子さんには楽しく遊べるスペースを、ママたちにはおいしいお茶とお菓子をご用意しています。いつ来ても、いつ帰っても大丈夫。申し込みもいりません。お気軽にお越しください。		
事前申込み	なし	参加料	なし
問い合わせ先	ふくしま子ども支援センター 024-573-0150		

13	福島県食育応援企業等におけるスリムアップイベント【協力企業:常磐共同ガス(株)】		
日時	11/8(土)、11/9(日)10:00～12:00		
対象者	全県民		
会場	常磐共同ガス構内(いわき市)		
内容	県では、福島県食育応援企業の協力のもと、子どもたちの健康的な食生活や楽しく体を動かす大切さを普及啓発するために、「スリムアップイベント」を開催します。それぞれの企業のイベント会場では、食育ゲームやキビタン体操など、食生活や運動について学べる体験型コーナーを開催します。		
事前申込み	なし	参加料	無料
問い合わせ先	常磐共同ガス(株)「ガスワンキッチン スタジオステラ担当」 0120-43-3148		

14	うつくしまスポーツキッズ発掘事業第2ステージ「体験プログラム」ラグビーフットボール競技		
日時	11/8(土)9:00～11:00		
対象者	県内の小学3年生～6年生		
会場	いわきグリーンフィールド(いわき市)		
内容	県内の小学3年生から6年生を対象に初心者体験教室を実施することで、個々の資質の向上を図り、日常的にスポーツに親しむ活動機会を提供します。さらに、人材の発掘・育成に努めるとともに、競技の普及・振興を図ります。		
事前申込み	要(問い合わせ先へ。(公財)福島県体育協会HP参照)	参加料	300円
問い合わせ先	公益財団法人福島県体育協会 024-521-7896		

15	出張開催 若者キャリアキャンパスカフェ 進路選択シンキングフェスタ inいわき		
日時	12/6(土)13:30～15:30		
対象者	すべての若者(中学生・高校生・大学生・専門学校生、就職準備中、在職中の方)		
会場	いわき産業創造館(LATOB6階) 会議室1		
内容	中学生・高校生・大学生を含む福島の復興を担うすべての若者のための進路・就職サポートセミナー&座談会です。出張開催第3弾として12月はいわきで行います。「職業興味検査コーナー」、「個別相談コーナー」、「なるにはBOOKSコーナー」、「キャリア座談会コーナー」があります。キャリア座談会では広告代理店、ケアマネージャー、建設業、農業の方の体験談をきくことができます。		
事前申込み	あり	参加料	なし
問い合わせ先	福島大学 うつくしまふくしま未来支援センター 024-504-2873		