

## ●特集●

みんなのおうち時間 ······ 1~2

自粛時期にどのように過ごしていましたか?

シリーズ 内向タイプという生き方 ··· 3

「個人間の繋がりで世界平和を」

県立高校教諭 森 俊博

ココロノアリカ vol.25 「星占い」 ····· 4

水戸南高等学校 定時制同窓会会長 宮田 哲郎

よしこの世界一周大冒険 その後 ····· 5

杉野 美子

お手伝い ······ 6

ほっと!HOT!スクウェア「イクメン講座」より  
大内 清志

SAKURA\*SAKU 4月号より ······ 7

読み聞かせの会「ガブの会」

サークル紹介 ······ 8

多胎児サークル「かるがも」

双子ちゃん、三つ子ちゃんなどを育てるお父さんお母さんや妊娠中の方、多胎児に関わる全ての方のためのサークルです。

水戸子どもの劇場より ······ 9

毎月の活動紹介

その他のお知らせ ······ 10~11

事務所MAP 訪問型病児保育のご案内

寄附のお願い 広告

発行：認定NPO法人 水戸子どもの劇場

〒310-0912 茨城県水戸市見川2-82-11

TEL/FAX 029-255-0908

E-mail gekijo310@citrus.ocn.ne.jp

URL http://mito-kodomo.securesite.jp

LINE・メルマガも発行しています。



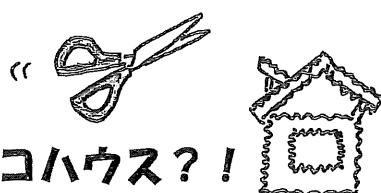
## お庭に・・・



家族でお庭に夏野菜の苗を植えました～！ナス、きゅうり、トマト、ピーマン、大葉、ブロッコリーを植えました。ブロッコリーは今年初挑戦！子どもたちが大好きな野菜の一つなので、成長が楽しみです♪ちょっと前に植えたジャガイモが成長中です～！

by yana38

## 段ボールでエコハウス？！



最近ネットショッピングを利用する回数が増えたまってしまった段ボール。

「そうだ！おうちを作ってみよう\*`▽^\*」と、ハサミとガムテープでザクザクペタペタ、親子で力を合わせて製作開始！！窓の下には花壇、出入り口には番犬の小屋も出来ました。大きくて頑丈な段ボールは2箱繋げて小部屋に変身！

子どもたちはおままごとをしたり、お店やさんごっこをしたり、楽しんでいます。（おままごと中、ペット役として身長182cmの父親がこの小部屋に2時間近く入れられていたらしい笑）今度は折り紙や絵の具で、壁の装飾をしようかな～♪と考え中です(^-^)

by K

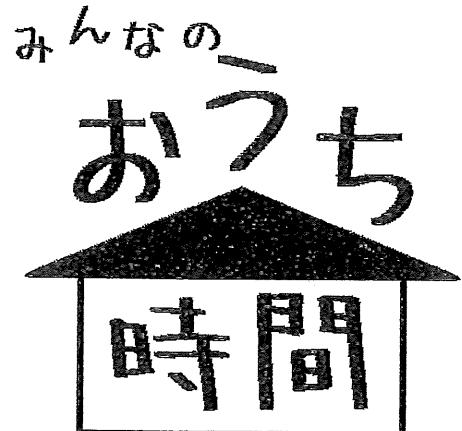
## 眠っていたものたち…



眠っていたホームベーカリーを使い始めました♪途中だったパッチワークが仕上がりました！

by あんこ

だいぶ前に買った紙バンド（クラフトテープ）を引っ張りだして、バッグや収納箱を娘と作ってみました。気に入っています。 by うみ



みなさんのようにおうちで過ごしていたのか、聞いてみました！

ぽかぽかつどいの広場 note ブログ「みんなのおうち時間」より抜粋したものもあります。

## やっぱり手作りマスク！

おうち時間といえば、マスクづくり！作り方や型紙はネット上にもたくさんあって、ついつい片っ端から見てしまいます。試作と試着を重ねて、行き着いたのは立体タイプ。夫も子どもたちも気に入った型紙で、妊娠中の腹帯さらし布で量産しました。

ゴムは保育園発表会で使った白タイツの輪切り。使い捨てマスクが流通するようになっても、一枚50円ではちょっと割高…家にある布でリサイクルできるなら、たくさん作り置きしておこうかなと思う今日この頃です。by みとぴよ Tp0



初めてマスクを作った方多かったです。20枚以上作った方もいました！



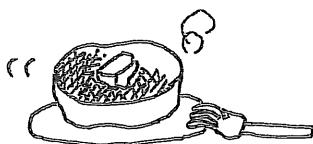
母が亡くなってしまっていたミシン。片付けていたら出てきました。縫物は母が全部やってくれていたおかげで全然できない大人になり(笑)これからも使うことはないだろうと思っていたところにマスクブーム。作ってみたものの、最初の一枚は半日かかるし、外につけられる出来じゃなかつたけど、今では1枚30分でできるようになりました。でもマスク以外の作品はありません(笑)

by ゆーこー

## YouTube（動画共有サービス）大活躍！

好きな YouTuber（ユーチューバー）がやっている動画を観ながら、いろいろ作りました。フルーツあめ、スライム、ふわふわ分厚いパンケーキなど、どれもうまくできました。普段は塾や習い事があってなかなか時間が取れなったけど、子どもと一緒にできてたのしかったです。

by あっこちゃん



好きなワ○〇〇のライブに行けないけど、YouTubeでライブの生配信をやってくれていたので、大きな声で歌ったり飛び跳ねたり、楽しみました♪

by ゆみころ

## いろいろ作ってみた！



パン好きな方のアドバイスとホームベーカリーさんに半分手伝ってもらって、パン作りを始めました!! クリームチーズやチョコ、シナモンなどなど、いろいろ挑戦中。とっても美味しいくて、材料も分かっているから安心。どんどん作って家族に食べさせちゃいます(^^♪

by ひろりん

子どもの日。今年は柏餅じゃなくて、白玉だんごを作つて食べたい！とリクエストがあり親子で作つてみました～5日当日は暑かったので、アイスを添えて食べてみました！！ 子はバニラアイス、パパは抹茶アイス、私はバニラと抹茶にきな粉^\_^♪ひんやりつるんと美味しかったです♪♪

by つく

庭に山椒の木…今年は葉がワサワサと生い茂つてます。山椒味噌作つてみよう！と。山椒の葉を刻んで、味噌、砂糖、酒、みりんと混ぜ火にかけてちょっと煮詰めて…完成！味見をしたら…ん…！？なんだか…青臭い(。・`ヘ・。)山椒の香りが弱い…。娘「山椒の粉を混ぜてみたら！」混ぜたら香りがアップ！焼きおにぎりにしてみたら、焼いたことで、青臭さも消え、美味しい頂けました～(≧▽≦)山椒の香り…好きだわあ～( 月 )

by ぽかぽかスタッフの「ゆ」

## 初めてやってみた！



ひとりで多重録音をやってみたくてコソコソ録画してみた！ウクレレ、ギター、缶・箱・さいばし（手作り卓上ドラム）など、おうちでも出来る音量でゆる~くひとり合奏＆編集。出来上がったら、私が勝手に選抜した知り合いに送信、無理やり聴かせました。何度か撮り直ししても結局1テイク目が良かつたりするので、たいてい一発撮り。意外とそういうもんなんですよね～、なんかちょっと楽しかった♪

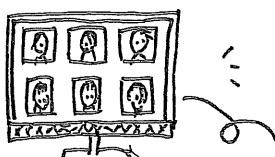
by ひろりん



友だちから体幹を鍛えられると聞いて買った健康グッズ。こども達も気に入つて乗っています♪自衛生活中に減ってしまった筋肉が、少しでも増えると良いのだけど。ついでに、増えてしまった体重が少しでも減ると良いのだけど～(^^) by ふみ

みとぴよ音楽隊でリモート演奏（テレワーク演奏）を初めてやりました。各自の演奏の様子を自撮りしてもらい、その動画を編集してみんなで演奏しているように見える「リモート演奏」やってみようということに。どこで撮る？何を着る？から盛り上がり、集まつた動画を観てみたら、大人31名+子ども15名+ぬいぐるみたち！静岡県や千葉県に引っ越したメンバーも参加できました。仮装ぶりに誰だかわからない人もいましたが、楽しい動画ができました。YouTubeで公開していますので観てくださいね！

by みとぴよ音楽隊



水戸こどもの劇場でも初めてオンライン（zoom）で総会を行いました。スムーズに進めることができました！（事前練習しました）他県にいる理事も参加できて、オンラインならではですね。その後、恒例の交流会がなくてちょっと残念でした。

水戸こどもの劇場事務局

シリーズ「内向タイプという生き方」

## 個人間の繋がりで世界平和を

県立高校教諭 森俊博

NHKの番組「ひとモノガタリ」で令和二年一月十三日に「僕がハグを続ける理由」というある青年の行動を取材したドキュメンタリーが放送された。

青年は、世界中の町の街頭に立ち、僕は日本人ですが友達になりたいので僕にハグしてくださいと書かれた看板を置いて、両腕を挙げてハグされるのを待つという行動をしている。時には、韓国軍慰安婦を象徴する少女像の前で日本政府に謝罪を求める反日運動の集会が行われているそのすぐ近くで、それを行ったりする。

もちろん、その前を通りがかった人たちは、変な日本人だと遠巻きにしたり、何か韓国に対する批判をしているのかなど勘ぐって嫌な顔をしたりする人や、関わりたくない足早に通り過ぎたりする人もいる。しかし、暫くすると衆目の集まる中、勇気を出して彼をハグする人が出始める。二人はハグし合い、笑顔で感謝の言葉を交わし、友情を確認し握手をして別れる。

小生は、この場面を見てうれしくなり涙を堪えるのにかなりの努力が必要だった。そこで、なぜ泣けるのだろうと考えたのが今回の拙文の趣旨である。ハグし合う二人は実にいい笑顔をしていた。相手は若者男女様々である。少女像の前で反日集会に参加している人たちの中にも、集会後であろうか韓国の国旗を持ったまま彼にハグする人たちもいた。

みんな、仲良くなりたいのである。大義名分上、反日を叫んでいても、本当はできれば仲良くしたいのである。日本政府に対しては抗議しても、個人間では全員が日本人に恨みがあるというわけではないのかもしれない。

それにしても、彼の勇気には恐れ入った。下手したら殴られるかもしれないし、つばを吐きかけられるかもしれない。それでも、彼は人を信じて街頭に立つのである。そして、彼の人を信じる心を感じた人たちが自分たちも彼を信じてハグするのである。お互いに、相手の体温や生身の声に接して、信じることの素晴らしさ、繋がることの温かさを感じ合うのであろう。

この、人と人が深いところで繋がったという場面が小生に涙を催させた原因である。国家の体面を保つなどという政治的な次元ではない、人と人との個人間での繋がりを大切にしたいというのが彼のやりたかったことであろう。ピョンチャンオリンピックで、小平奈緒が韓国

の選手の健闘を讃えてハグし合う光景があったが、国同士のメダル争いより、あのような個人同士の繋がりの方がよほど観客の心を打ったのではなかったか。

それにしても、韓国人の中にも日本人の中にも、反日反韓の思いを抱く人がいる一方で、そのように憎しみ合うのは嫌だと思っている人も少なくないことが分かった。自分は韓国人だから日本製品の不買運動に従わねばならないが、日本や日本人が嫌いなわけではないと言った人もいた。国の意向に従わねばならない板挟みに遭う国民は辛い。軍国主義時代に反戦を言い出せないで苦しんだ日本人も沢山いただろう。人と人とは繋がれるのに、お互いに国を背負ってしまうと、対立せねばならないことがある。

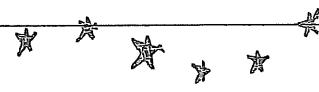
ならば、人と人との繋がりを草の根的に広げて行くことで国同士の関係も良くなるかもしれない。国という枠が作られる前は、同じ人間同士だったことを思い出させてくれる彼の行為に頭が下がる。

個人間での連帯により、人と人との繋がりを強くすれば、国家間での外交によるのとは違う、もう一つの平和へのアプローチが構築できるかもしれない。スウェーデンのグレタさんの環境破壊に対する抗議のメッセージは世界中の若者を繋いでいる。香港の周庭さんは、民主化運動の中心的なメンバーであるが、大きな猫に挑む小さなネズミのように勇氣がある。パキスタンのマララさんは、女性差別による銃撃を受けたのに、女性にも教育を与えよと国連で訴えた。このような若い女性たちが、現代のジャンヌ・ダルクとして巨大な敵に挑みつつある。

人類は最初家族単位で生活していたが、安全性や経済性を優先してだんだん共同体を作り始めた。数百人単位の部族社会から、さらに数千人～数万人規模の首長社会、そして五万人以上の集団になると、国家というものを作り始めたと言われている(ジャレド・ダイアモンド『鏡・病原菌・鉄』草思社文庫)。一方で、そのような文明化を辿らなかつた地域もあり、近年でもせいぜい部族単位で狩猟採取生活をしている人たちもいるらしい。

どちらが人類にとって幸せかは知らないが、国民の安全と幸福とを保障してくれるはずの国家が、国を守るために國の犠牲になれと国民に強いてくる国もあるし、國の威信を賭けて戦争に突入するのもやむを得ないという国もある。かつての日本もそのような時代があった。このような不穏な時代に、国家とは何か改めて確認する必要があるだろう。世界の霸権を握るためなどという国民全体の総意とは思えないような目標を勝手に作られては、国民が迷惑であろう。

# 「ココロノアリカ」vol.25 星占い



宮田 哲郎(水戸南高等学校 定時制同窓会会長)

小さい頃から占いの類が好きでした。そのミステリアスでスピリチュアルな雰囲気に惹かれて、手相や四柱推命、タロット占いなど巷でよく聞く占いの類は一通りの知識をかじったことがあります。その中でも最も強く足を突っ込み最も深く学んだ占いが『星占い』です。仕事に行けなかった頃は、占星術師になろうかと考えていたほどこの占いが好きです。

“占い”と言うと、それを商業的に悪用する人たちのせいで、どこか胡散臭い香りが漂う怪しいものに見えがちですが、本来は決してそんなものではありません。ある意味では『学問』とも言うべき深さと無限の可能性を持っている、由緒ある専門世界だと考えます。特に星占いなど数千年の歴史をくぐり抜けて今なお愛されている占いは、一種の統計学のようなもので、長い長い年月が積み重ねた情報の上に成り立っており、一朝一夕に創られた占いとは趣の違うものであると私は考えています。ちなみに私が学んでいるもののベースは西洋占星術であり、古くは紀元前から親しまれている学問の一種です。

さて、朝の情報番組や様々な媒体でよく触れられる星占いは、表面的な物にすぎない事を皆さんはご存知でしょうか？あれは『太陽』の運行を基に創られたあくまで表層の部分であることが多く、その裏側にある膨大な情報は尺の決まっているテレビ番組などでは時間が足りず、触れられることはまずありません。本来の星占いは太陽系にある地球から見える天体を、それぞれの星座や“部屋”に当てはめたり、その角度による関係性を基に解釈をしていくものです。太陽、水星、金星、月、火星、木星、土星、天王星、海王星、冥王星の10個の天体を用いることが多く、さらに『感受点』と呼ばれる仮想の天体を使用することもあり、その解釈の仕方は一概に占星術と言ってもたくさんの方々や種類があり、私自身もその全ては学びきれないほどの量があります。なので情報番組の星占いは元より、今から触れる内容についても私自身が学んだ知識に基づくごく一部分だと理解いただければ幸いです。

私が今現在で個人的に占う事の出来る星占いは『性格診断』と『未来診断』です。前者はその人の生年月日や生まれた時間から星の配置を割り出し、それを基に個人の生まれ持った性格、性質を読み解くもの。後者は今現在や未来の星の配置を基に、その人やその日、その時間における世界の“雰囲気”を皆様にお伝えするものです。何月何日何時何分にどうい

う事が起こる、というような予言なようなものでは決してなく、その時その時の世界における『傾向性』を読み解くものです。さすがにこの紙面上で皆様の個人の性格・性質を読み解くことは物理的にもプライバシー的にもできないので(そりやそうだ)今日は私なりに解釈した未来の雰囲気をサラッと皆様にお伝えして、今回のココロノアリカとしたいと思います(笑)

このところコロナウイルスの流行が世界を席巻し、様々な影響を及ぼしている所ですが、これは私なりに解釈するのであれば『時代のターニングポイント』と呼ぶべき事態だと感じています。ちょうど星占いの世界においても、一つの時代を司る天体の移動が相次いでいく時期で、今を中心とした前後数年の期間に、土星が山羊座から水瓶座へ、天王星が牡羊座から牡牛座へ、海王星が魚座から牡羊座へ、冥王星が山羊座から水瓶座へ、それぞれ移動していく時期の只中にあります。特に冥王星は地球からの距離が遠い分だけ星の運行が遅く、数十年の時をかけて星座を渡り歩いていきます。冥王星が数十年に一度の時期を迎えていていることを考えると、今回のコロナウイルス流行が『生死にかかる問題』であるということと、『新しい生活様式への強制的な変化』というものは冥王星のキーワードに合致するものであり、星の運行と共に時代が移り変わっていくことが感じられます。

さらに2020年は木星、土星、冥王星が山羊座の終わりで重なり合う『グランドコンジャンクション』が起こる年です。後々になって過去を振り返った時に、今年を中心とした前後数年間で「一気に時代が変わったなあ」と感じことがあるでしょうし、個人個人においても「あの頃を境に色々な事が変わったなあ」と感じるようになると思います。

さて、コロナウイルス後の世界がどうなっていくか、という部分についても少しだけ触れたいと思います。時代を司る星が迎えていく未来のキーワードは『風、自分にとっての次の居場所、新しい始まり』であると私は考えます。それはまるでタンポポの綿毛が風に吹かれて次の地面へとたどり着くように、世界の流れや自らの気持ち・感覚に身を任せるうちにいつの間にかその場所に辿り着き、新しい根を下ろす。そんな未来が見えます。今まで今まで、これからはこれから。そんな切り替えが必要になっていくのではないかでしょうか。

あっという間に尺が終わってしまいました(笑)自分が好きな事をしている時、好きなものについて語っている時は、時間が早く過ぎますね。きっと次の世界もそんな行く末に辿り着く場所だと思います(^^)

# よしこの世界一周大冒険 その後・・・ 「オンラインの Zoom で還暦誕生日会をしました！」

by 杉野美子

60歳、還暦になりました。

北九州市の歴史的建築物に入っている古い料亭の100畳間を借りて誕生会をしようと今年の初めにランチの予約をしていました。

が、今回のコロナウイルス感染拡大により会食はかなわず5月に入りキャンセルしました。

そして考えたのが、オンラインで誕生会ができるのかということ。会議システムZoomを使いセミナーを聞いたりお茶会を楽しんでいました。これを使えばできるかもと考えました。場所の予約もいらないし消毒もマスクもいらない。東京からでも札幌からでも海外からでも気軽に参加できます。かえって良いかも！元同僚の小学校の先生に、歌の指揮をお願いしました。音源を用意してもらいZoomでリハーサルをしました。音楽が少し遅れて流れています。指揮の動きも微妙に遅れているような感じです。4人で歌っても全然あいません。爆笑するばかり。「だめだね、どうしようか」「しようがないね、これでいいこう」「ハッピーバースデーが歌えればいいから」

当日は50名を超える歌声が響いた、もちろんバラバラでしたが。

60年の人生曲線をかいて私の波瀾万丈の半生の話をしました。

世界一周旅行先で合流した友人にはその時の話をしてもらいました。

2時間のにぎやかな会を楽しむことができました。

水戸から2011年3月末に北九州市の実家にUターンしました。父を見送り母を見送り、コロナ渦のあいだ広い実家に1人で孤独を感じることもありました。

でもゆっくり庭の桜を楽しんだり、八重桜を塩漬けにしたり、ふきをとてゆでたり、初めての家庭菜園を始めたり新しい楽しみを見つけてゆったり暮らすありがたさを知りました。

そして60歳の誕生日をオンラインで全国の友だちに祝ってもらうことができました。なんて幸せなんでしょう。

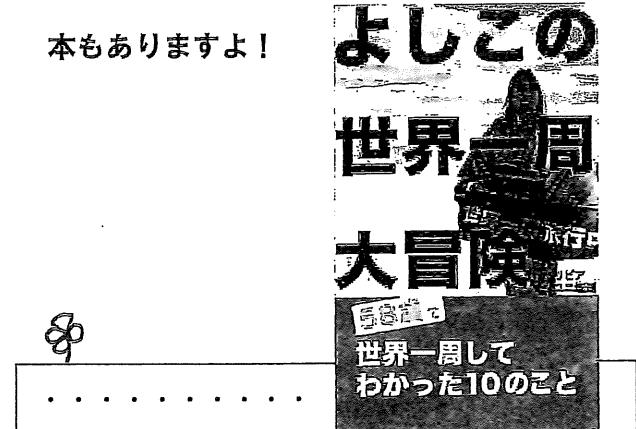
そして、そこでこれから予定を発表しました。100万円、Bag1つで行く「大人の世界一周アカデミー」というオンラインスクールを始めるのです。起業が夢でした。60歳でまた一つ夢が叶いました。還暦ユーチューバーは、ほんとの還暦になりました。

来年、3回目の世界一周旅行に行きます。65歳までにプチ海外移住もします。

人生100歳時代、まだまだ人生を楽しみたいと思います。

「大人の世界一周アカデミー」445life.com  
「よしこの世界一周大冒険」YouTube

本もありますよ！



アマゾンのサイトで「杉野美子」で検索してください。「よしこの世界一周大冒険」という本がでできます。Kindleの専用端末は必要ありません。スマホでもパソコンでも読めますよ。

☆読み放題月980円で読めます

☆単品だと980円です

☆下までスクロールすると無料サンプルを読むとでてくるので、それをポチすると無料で。はじめにと目次とモンゴル編が読めます。

# 「お手伝い」

大内清志

ほっと！HOT！スクウェア「イクメン講座」より

お子さんに家の手伝いをしてもらっていますか？

お手伝いと言っても、子どもに家事の担い手になつてもらいたいっていうのじゃなくて、子どもの成長のためになるんじゃないかなーって思うからなんですね。

実際に、お手伝いをすることによる効果もいくつか言われています。

いくつか例を挙げると…

・自信がつく

お手伝いがうまくできたという達成感によって、子どもは自信ができます。

更に、親から褒められることで認められたと感じ、自己肯定感が育つのです。子どもの発育には自己肯定って大事なんだそうです。

・責任感ができる

お手伝いをすることにより、責任感が生まれます。親に頼られることで、子どもは家族の一員であることを自覚するんです。

・コミュニケーションがとれる

共働きなどで、子どもと一緒に過ごす時間が少なくても、親と一緒に何かをする時間があると子どもは心が満たされ、親は子どもの成長を感じることができます。

・手先の発達にいい

お手伝いで細かい作業をすると、手先の発達につながります。

手先が器用になるだけではなく、脳が活性化する効果が期待できますよ。

・工夫することを覚える

お手伝いによって、子どもは工夫することを覚えます。

お手伝いは失敗の積み重ね。何度もチャレンジしていくうちに、次はどうすればうまくいくのかを考えるようになります。

他にも、期待できる効果はまだあると思いますし、どんなことを手伝うかによっても違いますよね。

さて、じゃあどんな「お手伝い」をお願いすればいいんでしょうか。

年齢によってできるこは違ってくるのでいろいろ考えられます、今回は「お料理」を手伝ってもらうことを考えていきます。

料理のお手伝いは、包丁や火など、危険なものを使うこともありますから、何歳でどんなことをやらせたらよいのか、迷いますよね。

皆さんのお子さんや自分自身は何歳くらいからお料理の手伝いをしていましたか？

よく、3歳くらいからでも包丁を使えると言われますけども、それは大人が付きつきりで教えてあげることができ

る場合なので、無理に3歳から教えることはなくて、「包丁は危ないもの」という認識ができる小学生になってからでもいいんじゃないかなと思います。

お料理と言っても、2,3才の小さいうちは乗つける作業をお願いしましょう。

麺類のトッピング(きざみのりとかネギなんか)とかサンドイッチの具を並べるなどがいいです。

お誕生日のケーキを自分たちでデコレーションなんか出来たら楽しいですよね。

年齢の目安は特に無いですが、次の段階としては「かき混ぜる」「ちぎる」といった簡単な料理にチャレンジしましょう。

ホットケーキつくりがお勧めです。粉を混ぜてもらって、焼くのは親がやりましょう。ホットケーキは好きな子が多いですから喜んでやってくれます。混ぜるのができるようになったら卵を割るをお願いしてみましょう。

最初の頃は絶対失敗しますからいい感じのハードルになります。

あとサラダなんかいいんじゃないでしょうか。

レタスをちぎったりプチトマトのへたを取って盛り付けるっていう感じにすれば、子どもでも一品完成させられます。自分一人で作った物をとなると達成感が違いますよね。家族に食べてもらいたいっていう気持ちが強くなります。

慣れてきたら使った道具を洗ったり片付けするのも出来るように促していきましょう。

ただ、お手伝いやつもらうときに、親の心構えとして気を付けてほしいことがあります。

・失敗しても怒らない

・強制しない

・じっくり待つ

特にやめた方がいいのが、悪いことをした時のペナルティとしてお手伝いされることです。

家事は家族のために大切なこと。必要性を伝えるためにも、マイナスイメージを持たせないよう配慮しましょう。慣れないお手伝いをするときは、親の方も心に余裕をもってイライラしないで見てあげましょう。

お手伝いは、親の手伝いをするだけではなく、大人になり生活していく上で必要な自立心を養う大切な行為です。

見守る方の親には負担がかかるかもしれません、子どもの健やかな成長のためにもぜひ、お手伝いの機会を作りましょう。



(SAKURA\*SAKU 4月より)

見る・聞く・体験する、エンタメ情報満載!



わたくしたち、  
エンタメ情報を  
ご紹介致します!

4

Information Cinema Music Event

2020 April Schedule

## TOWN NEWS PICK UP

# 想い読み力を育てる 笑顔満開! 親子で楽しむ読み聞かせの魅力

本の楽しさを知る  
きっかけづくりとして

親子で楽しみながら  
話す力・表現力を養う

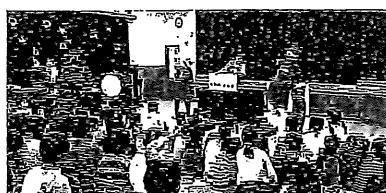
「ガブの会」は水戸市内の図書館などで絵本や紙芝居の読み聞かせ会を開いています。読み手の声や体の動きを通して本と触れ合い、子どもたちと一緒に楽しむ読み聞かせは、子どもたちの五感を刺激。物語の中に入り込め、本の楽しさを感じることで、次第に本に興味を持つていきます。

家で読み聞かせをするときは、読後、感想をしつこく聞くなどせずに余韻に浸る時間を大切に。気に入ると繰り返し同じ本を「読んで」とせがまれますが、飽きずに読んであげましょう。

親子で楽しむことで本が好きになり、話したり伝えたりすることが上手になります。

### 読み聞かせの会 「ガブの会」とは?

2000年から子ども達に本の楽しさを知ってもらおうと読み聞かせ会を始めました。代表の中根さんが大好きな絵本「あらしのよるに」に出てくるオオカミの「ガブ」から命名。2011年には水戸市立図書館よりボランティア表彰を受賞!



△クリスマス会などイベント盛りだくさん!ぜひ遊びに来てください

認定特定非営利活動法人  
水戸子どもの劇場

読み聞かせの会「ガブの会」

水戸市見川12-82-11  
029-255-0908 <http://www.mitokodomo.jp/>

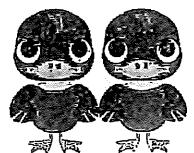
活動日程/場所

東部図書館 見和図書館  
[第1・5土曜] [第3土曜]

時間/14時~14時30分 参加料/無料

〈サークル紹介〉

# かるがも



多胎児を育てるお父さん・お母さん、妊娠中の方、多胎児に関わる全ての方のためのサークルです。

## 2020 年度予定

6月 26日(金) 7月 17日(金) 8月 28日(金) 9月 25日(金)  
10月 23日(金) 11月 27日(金) 12月 18日(金) 1月 22日(金)  
2月 26日(金) 3月 26日(金)

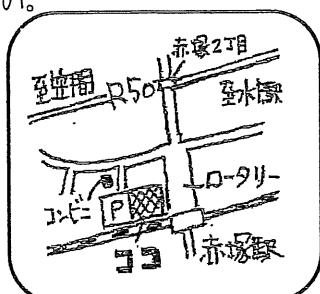
※参加ご希望の方はお問い合わせください。

※都合により変更となる場合がございます。ホームページや SNS 等でご確認ください。  
時 間 10 時～12 時

場 所 水戸市福祉ボランティア会館 実技研修室  
(水戸市赤塚1-1 ミオス2階)

参加費 無料

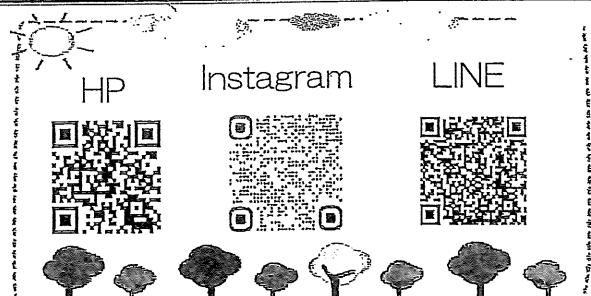
※赤塚駅北口市営駐車場ご利用の方は駐車券をお持ちください



お子さんが多胎児、自分自身が多胎児のみなさん！多胎児ならではの体験や想い、悩みをお話して、不安やストレスを少しでも和らげましょう。  
就園・就学した多胎児のお父さん・お母さんも赤ちゃんの頃とはまた違う悩みがありますよね。もちろん出産前は不安がいっぱいなはず。  
お子様連れはもちろん大人だけでの参加も大歓迎！

### 【お問い合わせ・お申し込み】

認定特定非営利活動法人「水戸こどもの劇場」  
〒310-0912 水戸市見川2-8 2-11  
TEL/FAX 029-255-0908  
(土日祝日除く10時～17時まで)  
E-mail gekijo310@citrus.ocn.ne.jp  
URL <https://mito-kodomo.securesite.jp/wp/>



【協力】認定特定非営利活動法人

いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい  
オレンジライン電話相談 029-309-7670



## 毎月の活動（その他 文化創造体験活動、自主活動なども開催しています）

\*内容は変更になる場合もあります、お問い合わせ下さい。

おもちゃ貸し出し

**エルマークラブ** 対象：幼児の親子 \*申込制

毎週水曜日：水戸こどもの劇場事務所

(各時間1組限定) 参加費：無料

① 11:00～11:45

② 12:00～12:45

③ 13:00～13:45

○お申し込みは HP→申し込みフォーム、または  
お電話で！事務局 029-255-0908

\*おもちゃの貸し出しあり（貸し出しありは、要会員登録か会員外1回300円）

多世代交流

**たまり場「はやま庵」**

毎週月・金曜日

水戸市老人福祉センター葉山荘内

\*お休みすることもあります。  
現在開催中かどうかについて  
は、お問い合わせ下さい。



### ガレッジセール

月1回程度 火曜日 11時～14時

水戸こどもの劇場事務所となりトレーラーハウス  
子ども服や雑貨日々用品などをご覧下さい。

\*日程についてはお問い合わせ下さい。

### ガフの会

毎月読み聞かせ会をしています。  
東部図書館 第1・5土曜日 14時～14時半  
見和図書館 第3土曜日 14時～14時半  
参加費：無料

### comodo（コモド）

対象：大人 \*申込制

月2回程度 10時～12時

子どもに、子育てに、不安を抱えている家族のサロン  
水戸市福祉ボランティア会館（ミオス2F）

○お申し込みは HP→申し込みフォーム、または  
お電話で！事務局 029-255-0908

### みとびよ音楽隊♪

ファミリープラスバンド  
毎月5回程度 9時半～12時（対象：大人 子連れOK）  
楽器の演奏を楽しんでいます。  
依頼演奏もお受けしています！  
参加費：要活動会員登録（年3千円）  
初回1000円・毎回200円  
\*練習場所等についてはお問い合わせください。

### 多胎児サークルかるがも

\*申込制

双子ちゃん三つ子ちゃんを持つ親子のサロン 限定4組

月1回金曜日 時間：10:00～12:00

水戸市福祉ボランティア会館（ミオス2F）

○お申し込みは HP→申し込みフォーム、または  
お電話で！事務局 029-255-0908

### ウクレレ&ギターサークル♪「ピコ」

対象：大人  
場所：事務所  
毎月1回程度 10時半～14時（子連れOK）  
ゆる～くウクレレやギターを楽しむ会です！  
参加費：会員無料、会員外1回300円  
\*見学できます、気軽にお問い合わせください。

### ぽかぽかつどいの広場

（水戸市受託事業）

毎週火・水・木・金・土 10:00～15:30（日・月・祝日閉館）12:30～13:30は消毒清掃のため閉所いたします。

場所：水戸市福祉ボランティア会館（ミオス2F）

未就学児の親子を対象に、交流の場を提供しています。

毎月講座開催中！参加費：無料

\*申込制（1週間前より受付）

午前の部 10:30～12:30

午後の部 13:30～15:30

各回先着3組8名まで

○お申し込みは、ぽかぽかつどいの広場 090-8348-5375まで

### 読書サロン ぐるぐるぶっら

対象：大人

毎月1回不定期 10:30～12:00

フィンランドの子育て etc・・・

日程、場所はお問い合わせ下さい。

### 遠足クラブ

対象：子ども～大人 毎月1回程度  
いろいろなところに遠足に出かけます！  
会員無料、一般 大人300円、子ども200円  
(保険料、事務手数料など)

### 室内ゲームの会「On the table」

対象：小1～大人

毎月1回、土曜か日曜（不定期）10時～15時

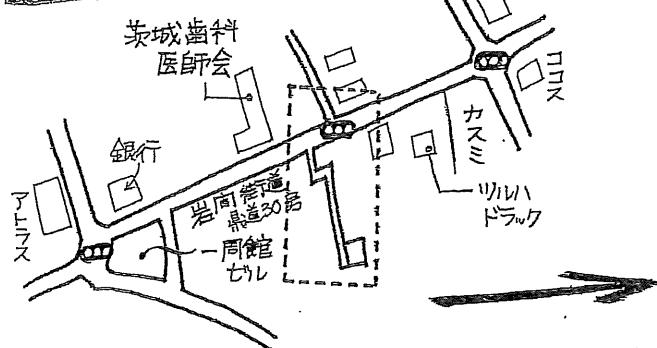
水戸こどもの劇場事務所で、カードゲームやボードゲームで楽しく遊びます。

参加費：無料 出入り自由

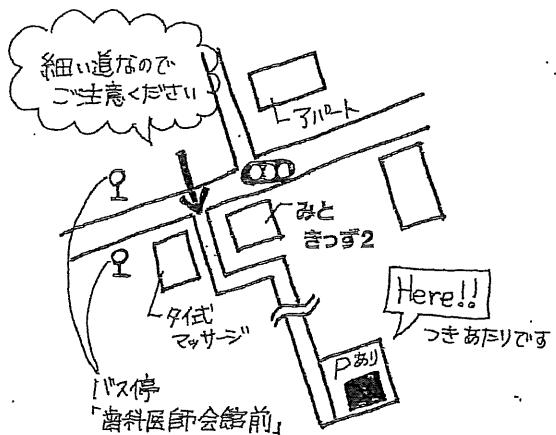
### ほっと！HOT！スクウェア

ファミリー情報番組  
毎週土曜日 15時～16時 每週火曜日（再）  
スタッフはみんなお父さんお母さん、生活の中で気づいた疑問、得た情報を放送中です！  
ラジオFMぱるるん 76.2MHz 放送中！  
\*スポンサーも募集中！

事務所  
MAP



<住所：水戸市見川 2-82-11>



- カスミ側から 1つ目の信号を左折です。
- 駐車場あります(台数に限りあります)

会員募集中！

入会は、子どもから大人まで。

正会員	入会金	500円
	月会費	1,000円
活動会員	年会費	3,000円
ボランティア登録会員	(大人のみ)	学生無料
	年会費	1,000円
賛助会員	一口	5,000円～

\*賛助会費は寄附扱いになります。

●訪問型病児保育のご案内●

対象：水戸市居住の生後6ヶ月～小学生までのお子さん

水戸市受託事業として水戸こどもの劇場が実施しています。(事前登録が必要です)  
病気のお子さんを、研修を受けたスタッフが登録のあったご家庭に伺って見守ります。



\*登録会を開催しています。日程・詳細についてはお問い合わせ下さい。

TEL029-255-0908

＜賛助会員の皆さん＞

賛助会費も寄付になります。  
いつもありがとうございます。

石川クリニック様、河和田幼稚園様、東栄観光開発(株)様、乳がん仲間の小さなおしゃべり会 momo 様、水戸吉沢小児科クリニック様、サンライフ・サンフーズ様、モダンデンタル中庭歯科医院様、髙ハース様、森の音楽会様、カフェエよくなるよくなる様、小林裕子様、雨宮則子様、出澤貴子様、井上多加志様、掛札千聰様、井上瑞穂様、岩田みなみ様、内桶純子様、加藤智明様、河原井忠男様、軍司忠之様、桜井大介様、杉野美子様、柳橋剛様、田中光彦様、中根昭次様、中根一昭様、野口祥子様、袴塚雅彦様、真家彰様、前河咲子様、森田直幹様、森田大輔様、Mobile Way 久下沼洋子様、砂川光造、仲根泰子様、大倉美紀様

(順不同・6月末現在)

＜広告＞

対話型学習の

★☆志学塾☆★

まずはお電話ください。  
学習・進学指導歴30年の塾長が  
ご相談に応えます。  
集団学習・1対1個人指導・オンライン在宅学習など  
お子さんに合った学習方法を提案いたします。

学習相談  
進学相談  
受付中

受付 平日13:30~9:30 日曜祝日休み

0296-70-5122

笠間市東平2-4-3田中ビル2F



<広告>

「安心・丁寧」プロにおまかせ！  
**きれいに住まいは** ☺

キッチン・エアコン・  
浴室・ガラス他、  
店舗・オフィスの  
クリーニングも  
お任せ下さい！

ご相談、お見積もりは  
無料です。  
いつでもお気軽に  
お電話ください。

029-255-0126  
水戸河和田店

あそうじ本舗

## 中古車購入 衝撃のシステム

○毎週10万台以上のオークション出品車両から、お気に入りのクルマをお選びいただけます。

○オークション出品車両を直接買い付け、お客様にお届けしますので、  
中間マージンの大幅カットによりとにかく安い！

○出品票・評価点オーブンで厳格な品質チェックにより、安心してクルマをお選びいただけます。

○1年間無料ロードサービス付き

お気軽に遊びに来てくださいね。  
スタッフ一同、心よりお待ちしております。

お問い合わせはフリーダイヤル 0120-977-380

中古車情報館 スーパーオークション水戸河和田店

水戸市河原町3035-14

営業時間 10:00~20:00 定休日 月曜

吉田石油

50号バイパス・岩間街道交差点内



お子様は良い『姿勢』でありますか？

実は『姿勢』と学力・運動能力・集中力には密接な関係があるんです！  
カイロプラクティックでキレイな姿勢を取り戻しませんか？

小学生 ご登校価格  
施術料 1回 1,500円  
※初回のみ別途初回料がかかります

見川カイロプラクティックセンター  
見川5-127-123 オニク ニコミ サバサバ  
TEL 029-253-3838

## 安心と信頼の真心サービス

# ソフトQ2車 (そふと・きゅうきゅう・しゃ)

国土交通省免許「関自旅二第1054号」/水戸市消防本部認定「第3号」

こんな時に「ソフトQ2車」がお役に立ちます

- ・退院、通院、転院、一時帰宅される時。
- ・リハビリ・温泉治療などに出かけられる時。
- ・空港や駅から自宅などへ寝たまま移動が必要なとき。
- ・足の不自由な方が車イスで冠婚葬祭にご参列される時。  
緊急性の少ない人を有料で搬送するサービスです！

完全予約・受付時間9:00~18:00年中無休

<http://softq2.sakura.ne.jp/>

**TEL 029-224-5992**



～障がい児の笑顔あふれる毎日を！～

＜発達支援教室＞

●放課後デイサービス ●児童発達支援事業

一般社団法人「クオリティ・オブ・ライフ」では、障がい児を対象にダンスや音楽療法を中心とした集団活動を行っています。

那珂支援教室（那珂市飯田）  
水戸支援教室（水戸市中丸町）  
赤塚支援教室（水戸市赤塚）

TEL 029-291-6603

**カイロプラクティックで健康 UP!**

～ご予約お待ちしています～

石岡市 南台カイロプラクティック  
真家智子 電話：0299-27-1028  
携帯：090-6134-5835

●施術料：5,000円  
(初回 7,000円はこの広告で2,000円割引です)

\*カイロは体のゆがみを治して、本来持っている自然治癒力を高める療法です。肩・腰・膝などの痛み、しびれや姿勢が改善して、体が楽になったと喜ばれています。

小堀巖美容室

COUTURE

小堀巖美容室クチュール

ヘアメニュー

○新規割引 カット 1,000円 off

パーカラー 2,000円 off

○学生割引 20% off

住所 水戸市五軒町1-2-5いすゞビル1F

芸術館通り交差点角の全面ガラスの店

電話 029-221-3071

ホームページ <http://www.kbriwao.co.jp>

成人式振袖写真パック 58,800円から

エステ・育毛メニューもあります

