

みとっぱる 便り6月

パルシステム茨城 栃木 みとセンター
発行日:2026年6月1日
発行:みとセンター委員会
発行責任者:センター長 新田川
問い合わせ先:0800-800-6648

今後の予定

6月 4日(木)いきいき体操 /主催:palくらぶ体操

6月15日(月)すっきりヨガ

6月22日(月)椅子ヨガ

6月23日(火)おやこひろば



「くらし活動助成基金」のお知らせ

2026年度くらし活動助成基金助成団体
募集(7/1~31)のお知らせです!



パルシステム茨城 栃木では、日々のくらしの悩みや課題をよりよくしようと
する、地域に根ざした非営利活動の団体を資金面から応援しています
(新たに活動を始めようとしているグループもOK)。

パルシステムの組合員さん主体の活動を応援する「パル部門」もあります。
詳しくは「このゆびと~まれ7月号」もしくは、パルシステム茨城 栃木の
ホームページ(6/15 アップ予定)の応募要項をご覧ください。



4/1(水)水戸市民会館にて

『おやこひろば』を開催しました!



ママパパ、お子さんがゆったりと過ごす『おやこひろば』。
今回は、水戸市民会館にて初めて開催しました。
かわいい子どもたちがたくさん参加してくれました。
絵本や大型紙芝居、月齢別のおもちゃなどを楽しみながら
初めてのお友だちも一緒にみんなでゆったりと過ごしました。
お昼寝や離乳食、子どもの好きなこと、便利ツールなど話題は絶えず、
子どもたちの様子や情報交換など楽しい時間になりました。

今年も『おやこひろば』を開催します。
ぜひ皆さまのご参加をお待ちしております。



イベント参加者募集

- 6/23(火)おやこひろば
- 6/28(日)逆川生き物観察会
- 7 / 1(水)ラベンダースティック作り
- 7 / 3(金)、7/15(水)リラックスヨガ

裏面にて募集中です! お見逃しなく!

イベント参加者募集中！

①女性のためのリラックスヨガ

日頃の家事や育児で凝り固まった体を動かします。「体がよくほぐれた」との声が寄せられています。申込多数のため両日申込不可。
申込はこちら

日程	①椅子 ヨガ 7月15日(水) ②すっきりヨガ 7月 3日(金)
時間	10:00~11:30
定員	各回 15名
参加費	300円/一人



②おやこひろば

親子でのんびり過ごします。ママ、パパ、お子さん、マタニティの方もご参加OK！
みんなでゆったりと過ごしながら子育ての情報交換などをしましょう。
授乳やミルク、飲料など各自必要なものはご持参ください。 申込はこちら
ベビーカーや抱っこひもでの参加もOKです！

日程	6月23日(火)
時間	10:00~11:30
定員	親子 5組程度
参加費	300円/一組



③逆川生き物観察会

自然環境がたくさん残るこのエリアで逆川に入って生き物観察会をします。
生き物の探し方のコツや特徴を学び、水質検査などをしながら、
貴重な自然環境や生態系の大切さ、環境保全の重要性について考えましょう。
申込はこちら

日程	6月28日(日) ※荒天の場合は7/4(土)に延期。
時間	10:00~12:00
定員	親子 15組程度/小学生以上
参加費	無料
場所	小門橋駐車場周辺(水戸市千波町)
講師	川島 省二(茨城県環境アドバイザー)



④ラベンダースティック作り/palくらぶクローバー主催

リラックス効果や鎮静作用のあるラベンダーで癒しの時間を体験しましょう。ラベンダースティック、ポプリ、アロマスプレーを作ります。
申込はこちら

日程	7月1日(水)14:00~16:00
定員	15名
参加費	1,000円/一人
託児	あり(一人500円、生後6か月~、定員3名)

妊娠中・授乳中の方は参加をお控え下さい。



- 共通事項**
- 応募多数の場合、抽選。詳細は後日ご案内。
 - 申込締切 6月12日(金)
 - ①②④会場はみとセンター(東茨城郡茨城町桜の郷 1000-1)です。
 - 問合せ TEL0800-800-6648(月~金 9:00~16:00)
 - アレルギー食の対応はしておりません。予めご了承ください。
 - 託児ありの場合、イベント前日 17時以降のキャンセルはキャンセル料 500円が発生します。詳細は書類をご確認ください。
 - お預かりした個人情報には本件に関するご案内にのみ使用します。内容は中止、変更等生じることがあります。