

# スマイルカレンダー 2月

日	月	火	水	木	金	土
		31	1	2	3 SMD	4
5 休	6 休	7	8	9	10 SMD	11 建国記念日 休館日
12 休	13 休	14	15	16	17 SMD	18
19 休	20 休	21	22	23 天竺誕生 休館日	24 SMD	25
26 休	27 休	28	にこやかに 目をかけ 手をかけ 心かけ		4	

SMD → 毎週金曜日は『Smile Multicultural day』です!  
 "Our English speaking staff are here to help every Friday"  
 この日(ひ)は、えいごが はなせる スタッフが います。

## スマイル・ポートのプログラム、相談内容のご紹介

プログラムのご予約・お問い合わせ  
 045-264-4355 9:30~15:30

プログラムの詳細・予約方法は  
 ←こちらの二次元コードから

プログラムは今後の状況によっては、延期・変更・中止になる場合があります。

予約開始日 1/19(木)~

- スマイルデビューDAY** 1水10:00~11:00 **要予約**
- ダブルケアカフェ** 2木10:00~11:30 **要予約** 詳細は中面へ
- 子育てサポートシステム説明会** 3金10:00~11:00 **要予約** 18土10:00~11:00
- エヌクラブパン販売** 3金11:50~12:15 売り切れ次第終了 現金のみ取扱い
- かもめおもちゃ病院** 4土13:00~14:30 ※おもちゃの持ち込みは14時まで **要予約**
- スマイルミライday プレママ プレパパタイム** 7火10:00~11:00 **要予約**
- 育児の困ったを乗り越ろう** 9木10:00~11:30 申込はこちら⇒ **要予約** 詳細は中面へ
- 鈴木助産師さんの『赤ちゃん なんでもQ&A』** 10金10:00~12:00 **要予約**
- 子育てパートナーとZoomで相談** 14火13:30~14:30 申込はこちら⇒ **要予約**
- 区の事業開催 赤ちゃん教室 ひろば縮小** 15水10:00~11:30
- 子育てパートナーさんとおしゃべりしよう!** 16木13:30~14:30
- Smile English day (英語リトミック)** 17金10:00~10:30 24金14:00~14:30 (今年度初めての方優先) **要予約**
- 山下臨床心理士さんの『子育て相談day』** 18土10:00~12:00 **要予約**
- 区の事業開催 プレママパパ教室 ひろば貸切** 18土13:30~15:30 ひろば利用は12:30まで **要予約**
- 親子でふれあい遊び** 21火14:00~14:30 **要予約**
- おしゃべりの会 ~ダウン症児★ 親子の会~** 22水10:00~11:30 **要予約**
- 保育コンシェルジュさんに聞いてみよう!** 22水13:30~15:30 **要予約**
- やさしいにほんごでしゃべろう! あそぼう♪** 24金10:15~11:15 **要予約**
- ちょこっとおはなし会** 24金11:45~12:00 15:10~15:25 **要予約**

おやこでにほんごヨガ 詳細は中面へ  
 ひろば貸切  
 25土10:30~12:00  
 申込はこちら⇒  
 ひろば利用は12:30から

イベントを開催している時間でも、貸し切りイベント以外はひろばで遊べます。

### 横浜子育てサポートシステム 入会説明会

「子どもを預かってほしい方(利用会員)」に「子どもを預かることができる方(提供会員)」をご紹介します、地域の中で子育てを支援する有償の会員制のシステムです。

説明会日程 2月3日(金)・18日(土) 10:00~11:00  
 会場・組数 スマイル・ポート・先着予約4組

---

### 横浜子育てサポートシステム 出張入会説明会

説明会日時 2月2日(木) 10:30~11:30  
 会場 ぐらんまのいえ 要予約 6組  
 (西区境之谷30-6・ばあばのいえあさだ)

お近くの方のご参加をお待ちしています。

---

### 「スマイル・ホッと☺預かり」

(利用・両方会員で、ひろばに入場できる未就学のお子さん対象)

スマイル・ポートのひろばに提供会員さんに来ていただき、お子さんを預かっていただきます。  
 ひとりでちょっとホッとできる時間を過ごしてみませんか?  
 予約状況等詳しくはこちらから→

初めてさんも安心

【お申込み・お問い合わせ】  
 横浜子育てサポートシステム西区支部事務局  
 045-211-9707

---

### 横浜子育てパートナーとは

妊娠期から子育て期の「困ったな」「不安だな」など誰かに相談したいとき、子育てパートナーがお話を伺います。必要な情報提供や支援機関をご紹介しますこともできます。電話でも、気軽にひろばでも、相談室での個別相談もできます。

【ご相談・お問い合わせ】  
 火曜日~土曜日 9:30~15:30  
 横浜子育てパートナー専用ダイヤル  
 045-306-9090  
 ☆☆ 出張相談日 ☆☆

子育てパートナー 西山

西区区役所キッズスペース横 2月10日 金曜日 13:30~15:00



### ダブルケアカフェ

要予約

2月2日(木)10:00~11:30  
 6組  
 詳しくは中面へ

### スマイル☆ゆるっとトーク

予約不要

~先輩ママと話してみよう~  
 2月16日(木)10:00~11:30

お子さんの発達に気になる方が、自分の気持ちを安心して話せる時間です。先輩ママさんたちをお迎えしますので、わからないこと、不安なことをお話してみませんか? お子さんを遊ばせながらひろばでゆったりとご参加ください。

### 山下臨床心理士さんに聞いてみよう

要予約

育児の『困った』を乗り越ろう  
 2月9日(木)10:00~11:30  
 15組  
 詳しくは中面へ

### ~がいこくじんおやこのための~

要予約

おやこでにほんごヨガ  
 2月25日(土)10:30~12:00  
 10組  
 詳しくは中面へ

## 西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート

《開館時間》 火曜日~土曜日 9:30~12:30 12:30~15:30 2部入れ替え制  
 《休館日》 日曜日・月曜日・祝日・年末年始 月曜日が祝日の場合は翌火曜日も休館  
 《対象》 横浜市在住・在勤の0歳~就学前の子どもと養育者 妊婦とそのご家族・地域で子育てを応援する方  
 《利用料》 無料 ※利用登録が必要です  
 《住所》 〒220-0012 横浜市西区みなとみらい3-3-1 三菱重工横浜ビル3階  
 《TEL》 045-264-4355 《FAX》 045-264-4350

スマイル・ポート通信 No.157  
 《編集/発行》 西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート  
 《運営法人》 特定非営利活動法人シャーロックホームズ

西区地域子育て支援拠点スマイル・ポートは「NPO法人シャーロックホームズ」が横浜市西区から受託して運営しています。

ホームページ

LINE公式アカウント

Instagram

# 知ってほしい『ダブルケア』のこと

もっと多くの人に知ってもらいたい！  
支援の輪をつなげて広げたい！

2月2日はダブルケアの日

## 知ってほしい ダブルケア のこと



### 「ダブルケア」とは？

一般的に「子育てをしながら介護をしている状況」を表す言葉ですが、子育てと介護に限らず、家族や親族など親密な関係の中で様々なケアが同時に生じている状態のことを言います。

2012年に生まれた「ダブルケア」という言葉ですが、晩婚化や晩産化、兄弟姉妹数の減少などにより、今後さらにこの「ダブルケア」世帯の増加が予測されるので、より多くの方に知っていただきたいと考えています。

「ダブルケア」について  
もっと知りたい人は  
こちら→



一般社団法人  
ダブルケアサポートHP

ダブルケア月間  
2023年2月1日～28日

## 「ダブルケア」カフェ@スマイル・ポート

子育て中に考えよう！ 親とのこれから  
～いろいろな視点から考えてみよう～

2月2日（木）10:00～11:30  
要予約 6組

申込&お問い合わせ 045-264-4355(スマイル・ポート)

NHK「すくすく子育て」に出演された一般社団法人ダブルケアサポート理事の植木さんをお招きし、『ダブルケア』について一緒にお話しましょう！もしかしたら自分もあてはまるかな？と思った方や、ご興味のある方はぜひご参加ください。

先輩ママも参加してくれるので、お話が聞けますよ。

植木美子 うえきよしこ

特定非営利活動法人 てとと陽だまり 代表  
一般社団法人 ダブルケアサポート 理事  
横浜市港南区芹が谷在住  
夫、息子(18歳)三人家族  
趣味 ヨガ 食べるコト



山下臨床心理士さんに聞いてみよう  
育児の『困った』を  
乗り切ろう

要予約



予約は  
こちらから⇒

見守り保育付き

2月9日(木)  
10:00～11:30  
15組

月に1回スマイル・ポートで  
『子育て相談day』に  
来ていただいている  
山下臨床心理士さんです。



『こどもはどんなことを考えているのだろう』  
『こどもはどんな風に成長していくのだろう』

お子さんに起きていることを想像し成長していく姿を知ることで接し方のヒントが見つかるかも？  
イヤイヤ期、場所・人見知り等、日々の困りごとにどんな風に向き合っていけばよいか皆さんで知恵を出し合いませんか？

公益財団法人  
横浜市国際交流協会との共催企画  
がいこくじんおやこのための  
おやこでにほんごヨガ

ようやく  
要予約



予約(よやく)は  
こちらから⇒

がつ 2月 25日(土)  
10:30～12:00  
10組

★だれが参加(さんか)できるの？  
横浜(よこはま)に住(す)んでいる  
外国(がいこく)につながるおやこ  
(子ども0～6歳)

『にほんごをつかいながら、  
おやこでたのしみましょう！』

おやこヨガ・手遊(てあそ)びうた・交流  
(こうりゅう)をたのしみましょう！

通訳(つうやく)もいます。日本語(にほんご)が話(はな)せなくてもだいじょうぶ！



講師(こうし)  
スズキキュリヤさん

## 西区の地域の親子で遊びに行ける 場所を知ろう♪ その7 みなとみらい地区



今回はみなとみらい地区。  
ご存じの通り、ビルや商業施設が立ち並び臨海エリア。地域の子育て支援の場所といえばスマイル・ポートですが、他にも親子で遊びやすい公園や、横浜アンパンマンこどもミュージアム内にあるよこはま子育て情報スポット、定期的に巡回してくる移動図書館はまかぜ号のことについて紹介するよ。

よこはま子育て情報スポットの  
情報発信

この二次元コードから  
詳しい情報が見られるよ！  
↓↓



Instagram



Facebook



Twitter

名称	どんなところ	場所	日時	対象	予約/費用	
西区地域子育て支援拠点 スマイル・ポート	親子がひろばで遊び、交流できる、子育てを応援、サポートする公共施設。妊娠前から利用できるよ。区内の子育て情報も得られるし、各種相談や、子育てサポートシステムの利用登録もできるんだ。	三菱重工横浜ビル ショッピングプラザ 3階 みなとみらい3-3-1 スマイル・ポート	火～土 (祝日と月曜祝日の 翌火曜、年末年始 を除く)	9:30～15:30	未就学児とその養育者 妊婦とそのパートナー 地域で子育てを 応援する方	予約不要 無料
赤ちゃん 教室	0歳の赤ちゃんと保護者を対象に子育てについて毎月テーマごとに学んでいく会。月齢の近いご近所仲間ができるかも♪妊婦さん(妊娠5か月以上)もどうぞ。	横浜アンパンマン こども ミュージアム内 みなとみらい6-2-9	第3水曜日	10:00～11:30 (2部制)	みなとみらい在住の 0歳児とその保護者	予約不要 無料
よこはま子育て情報 スポット	1階の授乳室前にあるスポットで情報を掲示している他、SNSで、子育て中のスタッフが集めてきた市内の子育て×おでかけ情報を日々発信しているよ。(上記情報スポット2次元コード参照)	横浜アンパンマン こども ミュージアム内 みなとみらい6-2-9	年中無休 (元旦を除く)	10:00～18:00	どなたでも	無料 エリア内
高島中央公園	遊具や砂場もある広々とした公園。定期的にポニーが来るイベントが開催されたり、清掃活動なども盛んなんだ。	みなとみらい5-2	—	—	どなたでも	—
移動図書館 はまかぜ号	約3000冊入る本棚を取り付けた特別仕様の車が図書館から遠い地域を巡回。みなとみらいにもやってくるよ！絵本もあります。	グランモール公園 美術の広場 (横浜市立美術館前) みなとみらい3丁目	第1・3・5 金曜日	11:50～12:50	どなたでも (貸出しは 図書館カードが必要)	予約不要 無料