

#### 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。

子育てサポート

システム説明会

3金10:00~11:00

18±10:00~11:00

育児の困ったを

9 木10:00~11:30

乗り切ろう

スマイル☆

ゆるっとトーク

~先輩ママと

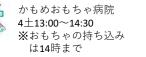
話してみよう~

16木10:00~11:30



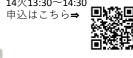
デビューDAY 1水10:00~11:00

スマイル

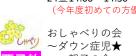




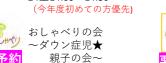
14火13:30~14:30 申込はこちら⇒





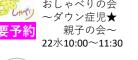






おやこでにほんごヨガ詳細は中面へ

申込はこちら⇒



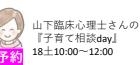
ひろば貸切

25±10:30~12:00

ひろば利用は**12:30**から



保育コンシェルジュ さんに聞いてみよう! 22水13:30~15:30



ダブルケアカフェ

2 木10:00~11:30

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

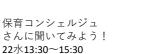
区の事業開催

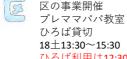
赤ちゃん教室

157×10:00~11:30

ひろば縮小

詳細は中面へ





ひろば利用は12:30まで やさしいにほんごで しゃべろう!あそぼう♪ 24金 10:15~11:15



予約開始日

親子でふれあい遊び 21火14:00~14:30



ちょこっと おはなし会 24金11:45~12:00 15:10~15:25

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。





ダブルケアカフェ

1/19(木)~

エヌクラップパン販売

3 金11:50~12:15

売り切れ次第終了

鈴木助産師さんの

なんでもQ&A』

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

10金10:00~12:00

『赤ちゃん

現金のみ取扱い

要予約

2月 2日(木)10:00~11:30 6組 詳しくは中面へ

~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

2月 9日(木)10:00~11:30

15組 詳しくは中面へ

スマイル☆ ゆるっとトーク ~先輩ママと話してみよう~

予約不要

2月16日(木)10:00~11:30

お子さんの発達が気になる方が、自分の気持ちを安心してお話し できる時間です。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。

~がいこくじんおやこのための~ おやこでにほんごヨガ

要予約

詳しくは中面へ

2月25日(土)10:30~12:00 10組

#### 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

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

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 〒220-0012 横浜市西区みなとみらい3-3-1 《住 所》

《TEL》 045-264-4355

三菱重工横浜ビル3階 《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

回線器回





## 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



### 「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

2012年に生まれた「ダブルケ アルいう言葉ですが、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。

ダブルケア月間 ついて 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 てとてと陽だまり 代表 一般社団法人 ダブルケアサポート

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

見守り保育付き

2月9日(木)

10:00~11:30

15組

出し合いませんか?

予約は こちらから⇒⇒

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

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

知ることで接し方のヒントが見つかるかも?

要予約



予約フォーム

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

要予約

予約(よやく)は こちらから⇒⇒ 予約フォーム

2月 25日(土) ★だれが参加(さんか)できるの? 10:30~12:00 横浜(よこはま)に住(す)んでいる 10組 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!



スズキユリヤさん



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