

スマイルカレンダー 3月

日	月	火	水	木	金	土
		28	1	2	3 SMD 復	4
5 休	6 休	7 復	8	9	10 SMD	11
12 休	13 休	14 あしあとさん ひろば利用は12:30から	15	16	17 SMD	18
19 休	20 休	21 春分の日 休館日	22	23	24 SMD	25
26 休	27 休	28	29	30	31 にこやかに 目をかけ 手をかけ 心かけ	1

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。

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)」をご紹介する、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 3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5組

「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→

【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 ☆☆

西区区役所キッズスペース横	3月10日	金曜日	13:30~15:00
ぐらんまのいえ	3月29日	水曜日	10:30~11:30



今月のイベント

スマイル復職カフェ @スマイル・ポート

3月3日(金)13:30~15:00
7日(火)13:30~15:00

要予約

おそとでスマイル 第6弾 宮ヶ谷公園

西区宮ヶ谷6-6
3月2日(木)10:00~11:00

要予約

「あしあと」さんの打楽器コンサート @スマイル・ポート

3月14日(火)10:30~11:15

要予約

令和5年春から復職予定の方 両日同内容 各回10組

先輩ママのお話を聞きながら、春からの職場への復帰準備をしませんか? 仕事・育児・家事のバランスや自分の時間の作り方など...
気軽におしゃべりしながら春からの生活をイメージしてみましょう!

申し込みはこちらの二次元コードから!!

3月3日(金) 13:30~15:00

3月7日(火) 13:30~15:00

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

予約開始日 2/17(金)~

←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 english-page→

<p>スマイルデビューDAY 1水10:00~11:00</p> <p>要予約</p>	<p>おそとでスマイル 宮ヶ谷公園 2木10:00~11:00</p> <p>要予約</p>	<p>子育てサポートシステム説明会 3金10:00~11:00 18土10:00~11:00</p> <p>要予約</p>	<p>エヌクラップパン販売 3金11:50~12:15 売り切れ次第終了 現金のみ取り扱い</p> <p>要予約</p>
<p>スマイル復職カフェ 3金13:30~15:00 7火13:30~15:00 申込はこちら↓</p> <p>要予約</p>	<p>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 11土13:30~14:45</p> <p>要予約</p>	<p>保育士さんとあそぼう! 8水13:30~14:30</p> <p>要予約</p>	<p>鈴木助産師さんの『赤ちゃんなんでもQ&A』 10金10:00~12:00</p> <p>要予約</p>
<p>山下臨床心理士さんの『子育て相談day』 11土10:00~12:00</p> <p>要予約</p>	<p>『あしあと』さんの打楽器コンサート 14火10:30~11:15 申込はこちら→</p> <p>要予約</p>	<p>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→</p> <p>要予約</p>	<p>区の事業開催 赤ちゃん教室 ひろば縮小 15水10:00~11:30</p> <p>要予約</p>
<p>読み聞かせがランティア この本大好き 16木11:30~12:00</p> <p>要予約</p>	<p>Smile English day (英語リトミック) 17金10:00~10:30 14:00~14:30 (今年度初めての方優先)</p> <p>要予約</p>	<p>保育コンサルジュさんに聞いてみよう! 22水13:30~15:30</p> <p>要予約</p>	<p>子育てパートナーとおしゃべりしよう! 23木13:30~14:30</p> <p>要予約</p>
<p>やさしいにほんごでしゃべろう! あそぼう♪ 24金10:15~11:15</p> <p>要予約</p>	<p>読み聞かせがランティア ぼっぼぼ 24金11:30~12:00</p> <p>要予約</p>	<p>ちょこっとおはなし会 24金15:10~15:25</p> <p>要予約</p>	<p>先輩パパ吉本さんとあそぼう 25土9:30~12:00</p> <p>要予約</p>

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。 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。

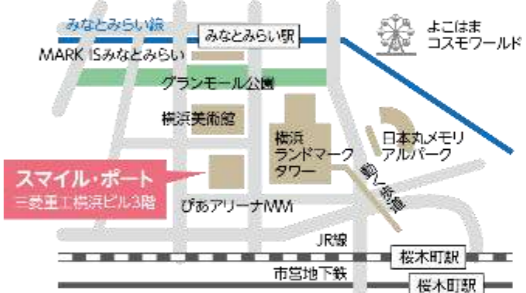
西区地域子育て支援拠点スマイル・ポート

《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.158
《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



スマイル・ポートと関わりのある皆さんから メッセージをいただきました

毎月専門相談に来ていただいているお二人の 「新生活に向けて」のメッセージ



毎月『子育て相談Day』に
来ていただいている臨床心理士の先生
臨床心理士
やました まりこ
山下 麻里子 さん



新年度を控えてお子さんの入園や職場復帰を予定しているご家族は忙しい毎日をお過ごしのことと思います。入園準備を進めつつ、新生活をイメージして4月を迎えられるよう心の準備も少しずつ始められると良いですね。新しい環境に慣れるまでの過程で現れる反応は人それぞれです。大人に比べてこどもは特に癇癪を起こし易くなる、夜泣きをする、食欲が減退するといった様子がよく見られます。私たちはこどもについて何か心配なことが起きると“どうしたら困ったことを減らせるか”を考えがちです。でもそんな時こそ“どんなスキンシップや声かけをすると元気になるかな？”“一緒にどんな遊びを楽しむと笑顔になるかな？”とエネルギーを充電できる対応に目を向けましょう。今からそんな事をイメージしておけると、疲れて帰宅した時や園の先生にお子さんのことを知ってもらう時に役立つかもしれません。

また集団生活を意識し始めると周囲と比較して、お子さんの苦手なところが気になってしまうことがあるかもしれません。そんな時はお子さん自身の変化や成長に目を向けて欲しいと思います。“小さなできた”は成長に繋がる無数のつぼみです。どんなお花を次々と咲かせてくれるのか楽しみですね。皆さんが心身ともに健康で新年度を迎えることができるよう応援しています。



毎月『赤ちゃんなんでもQ&A』に
来ていただいている助産師さん
助産師
すずき ゆうこ
鈴木 裕子 さん



この時期になると「入園に際して授乳をどうしたらいいのか？」というご相談が増えますが、私は「入園するから母乳を完全にやめなければならないということはないですよ」とお答えしています。成長に必要な栄養が食事で摂れているのであれば栄養としての母乳は必要ないです。それでもおっぱいを欲しがっているのであればその子は母乳を通して「愛情」を欲しがっているのだと思います。

母乳の役割や愛情の受け取り方はその子その子で違います。ある時に自分から「もういらない」と言い出す子からお母さんが母乳をやめようとする露骨に執着しだす子まで様々です。これはその子の気質や性格です。お子様の様子やサポート状況、お母さんの体力等を鑑みてどのように変化させていくとお子様とご両親が一番幸せを感じるのかをベースに考える事をおすすめしています。

不安な時や悩んだ時にはぜひスマイル・ポートに行ってください。ご相談にのらせていただきます。



保育園・幼稚園の先生の 「園生活に向けて」のメッセージ



南浅間保育園
ネットワーク保育士
かきぬま しずえ
柿沼 静江 先生

出前合同育児講座で一緒にさせていただいた南浅間保育園の柿沼です。

4月に入園を迎える皆さん。何か準備をしなくては！と焦っていませんか？保育士の私から、この時期にやっておいた方が良いことをお伝えいたします。

それは生活リズムを整えることです。園と同じ生活リズムに近づけるために、まずは早起きして朝ご飯をしっかり食べましょう。すると日中はしっかり遊べるし、夜ぐっすり眠れるようになります。リズムが整うことで心と体が安定します。安定すると、入園後初めは保護者との分離で泣くかもしれませんが、1か月後には慣れてきますので安心してください。

そして、保護者の方が笑顔でいることが何よりの準備なのかもしれません。残り少ない休みを楽しんでくださいね。



西区幼稚園代表
野毛山幼稚園 園長
なら まさと
奈良 昌人 先生



日々子育てという大切な役割を担っておられる保護者の皆さん、お疲れ様です。皆さんの中には、初めてのお子さんで右も左も分からないまま、子育てに孤軍奮闘しておられる方もいらっしゃるでしょう。時には涙することもあっていいし、お子さんの可愛らしさに癒され励まされることもあるでしょう。はじめから何でもできる親はいません。どうぞ、自分一人で抱え込まずに近くの子育て支援の場に行ってください。親が元気であれば、子育てはなんの問題もありません。

子どもには自ら育つ力があり、皆成長していきますが、一人ひとりスピードが異なります。0歳、1歳、2歳、子どもはその時々「今」を生きる存在で子育てはすぐに結果は出ませんから、ゆっくり、じっくり、たっぷりお子さんと関わっていかれたらと願っています。それぞれの時に一番大切なことを失ってはいけないのです。就園前であればご両親とのスキンシップ、幼児期であればあそびです。幼児期に知識偏重の詰め込み教育は重要ではありません。

「『知る』ことは、『感じる』ことの半分も重要ではない」(レイチェル・カーソン)のです。今を大事にすれば明日が変わります。目に見える成長ばかりではなく目に見えない成長にこそ目を注いで参りましょう。

スマイル・ポートを利用している先輩ママとパパのメッセージ



子育てサポートシステムを利用している
先輩ママ J.Kさん

私は2歳の双子の男の子のママです。横浜子育てサポートシステム(以後「子サポ」)の存在は知っていたものの、保育園に預ける自分には無縁とと思っていました。しかし仕事に復帰すると、やんちゃ盛りの双子育児と家庭と仕事の3つのバランスを保つのが難しく、次第に生活リズムが崩れていきました。このままではいけないと思い、主人と相談の上「子サポ」を利用することに。

事前の打ち合わせでは「やってほしいこと」「してほしくないこと」等を念入りに確認しました。その甲斐もあり、サポート時間は保育園から帰宅しての90分間ですが、子どもたちは膝の上に座って絵本を読んでもらうなど楽しそうに過ごしています。私も心に余裕をもって家事ができ、何気ない会話もできるので、連日の双子ワンオペの合間の大切な息抜きになっています。

これを読んでいる皆さんも「子サポ」を「無縁」だと思わずに、お子さんのため・自分のための一つの選択肢としてぜひ活用してもらえたらいいなと思います。



先輩パパ T.Sさん

はじめまして。もうすぐ2歳になる男児の父です。息子が日々「できることが増えていく」のを楽しんでいるサラリーマンです。

スマイル・ポートには「パパと遊ぼう」講座をきっかけに足を運ぶようになりました。息子のお散歩中に、ふらっと立ち寄る感じで利用しています。近くにショッピングセンターがあったり、途中で電車を見ることができたりするのも気に入っているポイントです。

ひろばや主催イベントでの出会いをきっかけに、西区パパのつながりができています。(パパLINEグループもあります！)パパ同士はひろばや公園で出会っても「ぎこちない雰囲気」になってしまうので、LINEで繋がれているのはありがたいです。これからもお話ししたり情報交換したりしながら、パパ友の輪が広がっていくといいなと思います。スマポや公園でお会いできたら、子どもと一緒に遊びましょう♪

