

エピソード1

私は、4歳になる娘の育児をしながらのフルタイム勤務をしています。1歳半まで育児休暇を取得しました。復帰後は、育児から離れた解放感がある一方で、保育所の送り迎えなど負担も増えました。仕事を続けていく事は経済面、社会面などメリットも多い選択でもあります。収入が得られることは、経済的に余裕ができる一方で常に時間との戦いでもあります。仕事と育児を両立するうえでのコツは、頑張りすぎないことと、職場や家庭でコミュニケーションをとることだと思います。育児をしながら仕事をするうえで感じることは、家庭のストレスを仕事で解消し、仕事のストレスは、育児で癒されることです。仕事で疲れて帰り、子どもの笑顔や寝顔を見ると癒され、とても幸せな気持ちになります。また、育児で疲れていても、仕事での達成感はやりがいを感じます。しかし、職場においても家庭においても周りの助けが必要です。感謝の気持ちを持ちながら仕事を続けていきたいです。

ワーク1

あなたの今後の未来予想図は？ 何歳でどのような人生を迎えるのが理想ですか？ 次のキーワード等を入れながら、未来の自分史を描いてみましょう。

就職、結婚、出産（子どもの何人？第1子、第2子、……）、退職、再就職 等

年齢	トピックス
歳	()卒業！
歳	
歳	
歳	
歳	
歳	



ワンポイントアドバイス1

◆ワーク・ライフ・バランスって何？

2007年「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）憲章」が策定されました。「憲章」では仕事と生活の調査した社会とは、「国民一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できる社会」とされ、具体的には

(1) 就労による経済的自立が可能な社会

経済的自立を必要とする者、とりわけ若者がいきいきと働くことができ、かつ、経済的に自立可能な働き方ができ、結婚や子育てに関する希望の実現などに向けて、暮らしの経済的基盤が確保できる。

(2) 健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会

働く人々の健康が保持され、家族・友人などとの充実した時間、自己啓発や地域活動への参加のための時間などを持てる豊かな生活ができる。

(3) 多様な働き方・生き方が選べる社会

性や年齢などにかかわらず、誰もが自らの意欲と能力を持って様々な働き方や生き方に挑戦できる機会が提供されており、子育てや親の介護が必要な時期など個人の置かれた状況に応じて多様で柔軟な働き方が選べ、しかも公正な処遇が確保されている。

ワーク2

あなたは将来、どのような1日を過ごしたいですか？

起床、出勤、勤務、食事（朝・昼・晩）、帰宅、団らん、趣味、勉強、就寝 等

5時	7	9	11	13	15	17	19	21	23	1	3



ワンポイントアドバイス 2

仕事は「時間」から「質」の社会へ

働き方が変わっていきます。残業するほど、熱心な社員という評価にはつながりません。むしろ、効率よく的確に仕事を進められることが求められています。自由に出社・退社時間を決定できるフレックス制を導入している会社やネットを利用して自宅での勤務を認める会社もあります。自分の仕事のステップアップを目指し、必要な資格を取るための勉強に通ったり、健康のためフィットネスに勤務後に行ったり、勤務時間を見直し、自分のための時間を持つことも豊かな生活にむけて必要ですね。

エピソード2

子どもが生まれるまでは、夫は都内でフルタイムの勤務。私は山梨に常勤で遠距離通勤する生活でした。でも、子どもが生まれ、生活を見直した時、私は仕事にやりがいを感じていましたし、他の勤務先がすぐに見つかる状況でもありません。また、都内では子どもを預けたくても待機児童が多く、結局保育所も入ることができませんでした。私の1年間の育児休業を経て、私たち夫婦は、親子3人で山梨に移住することにしました。夫は都内の会社を辞め、新たに在宅勤務が可能な会社に転職、私は常勤勤務を続けることができました。

山梨は物価も安く、庭付きの一戸建てに住み、豊かな自然の中、子どもと一緒に育てています。夫は家事も少しずつできるようになり、子どもも保育所にはいることができました。親子3人、相談しながら、お互いに生活を支え合い、暮らしていきたいと思います。

ワーク3

あなたは将来、どのように暮らしていきたいですか？ また、共に暮らすパートナーには、どのようなことを望みますか？ 例えば、食事は一緒に作って欲しい、保育所へ子どもを送って欲しい等、自分の理想を具体的に書いてみましょう。書いたら、グループで意見交換しましょう。

① 結婚して2人の生活の時

② 子どもができ、育児中の時



ワンポイントアドバイス 3

ファミリーサポートや病児病後児施設等、多様な子育て支援サービスがあります（巻末資料参照）。子どもの幸せを一番に考えて、いろいろな支援を活用し、子どもを育てていきましょう！

■VI-2 子どもを一緒に育てるために

子どもと一緒に育てるという視点から理想のパートナーを、考えていきましょう！

ワーク1

次の項目で、あなたにとっての重要度は？

	とても重要	重要	どちらともいえない	関係ない	全く関係ない
1) 性格	5	4	3	2	1
2) 年齢	5	4	3	2	1
3) 容姿	5	4	3	2	1
4) 経済的な安定	5	4	3	2	1
5) 料理が得意	5	4	3	2	1
6) 子どもが好き	5	4	3	2	1
7) 価値観の一致	5	4	3	2	1
8) 生活スタイルの一致	5	4	3	2	1
9) 育ってきた環境の一致	5	4	3	2	1
10) 自分の親との同居	5	4	3	2	1

ワーク2

自分の理想の3条件を具体的に書いてみましょう。

第1条件

第2条件

第3条件

ワーク3

近くの友だちと理想を語り合みましょう！ 参考になったことは？

将来「親」になる若者を対象としたプログラム

Work

Work

Work

ワーク4

子どもを育てるって???



あなたは子どもを育てることについて、楽しみと不安に分けるとしたら、どちらが大きいですか？ おおよその目安を下のグラフに書いてみましょう。



楽しみ

不安

0%

50%

0%



ワーク5

子どもの頃、あなたの親が喜んでくれたことを何か覚えていますか？

Work

エピソード

◆子育て中の先輩ママたちやパパの幸せな瞬間^{とき}を読んでみましょう！ 生まれた瞬間から、日常のふとした瞬間まで、幸せが溢れていますね！

• 産まれたばかりのわが子に初めて対面した時、涙が出るほど感動した。釣りをしたりサッカーを一緒にやったりしようといういろいろ考えた。そして、これから先、何があっても父親としてこの子を守っていかうと思った。

• 胃腸炎でダウンしている私のところに何度も来ては「よしよし」と頭を撫でてくれて、「ママ、大丈夫？ イタイイタイ？」と覚えてた言葉で気遣ってくれる姿に愛を感じました。

• 外出の時、そっと手をつないでくれるが、意外と強い力で握っていて私を頼りにしているんだなあとしみじみ感じます。

• いつも妹の面倒を見るように頼んでも知らんぷりなのに、私が料理をしたり掃除をしたりしているときは牛乳を飲ませてあげたり、遊び相手をしてってくれています。そんな姿をこっそり見ていると心の成長を感じます。

ワーク6

エピソードを読んで感想を書いてみましょう。話し合きましょう。

Work

■VI-3 子どもと一緒に！ ～どこに行こう？ 何しよう！～

エピソード1

初めて海に連れて行ってもらった時、まだ冬だったけれど、波に大興奮！ 引いていく波の先まで歩いて行って、寄せてくる波に追いつかれないように浜へ走って大はしゃぎ！ 最後に足がもつれて波に尻もち。あ～、パンツまで濡れちゃったあ… でも、楽しかったよお！ 今度は夏に水着を持って来ようね！

ワーク1

子どもの頃、家族で行って楽しかった場所は？ 覚えていることは？

Work

ワーク2

子どもと一緒にいきたいところをあげてみましょう！

〈自然派〉

富士山、八ヶ岳、湖、公園



〈公共施設〉

科学館、博物館、美術館、動物園



〈商業施設〉

デパート、遊園地、テーマパーク



子どもとお出かけ時のチェック事項！

駐車場、子ども用トイレ、授乳室
エレベーター or エスカレーター
水飲み場、自動販売機、日陰やベンチ

山梨県には観光施設も豊かな自然もいっぱいですね！

エピソード2

冬休みになると、父と一緒に凧作り。その辺に生えている篠竹を切って、骨組みを作り、障子紙を貼って、糸目をつけて、完成！ 近くの田んぼで凧揚げ。うまくいくと、風を切ってピンとうなりながら、凧が空へどんどん上がっていきました。

エピソード3

いつも外から帰ってきたら、母が私の手を包み込むようにして、石鹸できれいに手を洗ってくれました。泥だらけの手が爪の先までピカピカになります。温かい母の手に包まれると、家に帰ってきたことを実感したものです。

ワーク4

子どもと一緒にやりたいことをあげてみましょう！

Work

〈日常生活で〉

- ・くすぐりっこ
- ・絵本の読み聞かせ
- ・お風呂
- ・お菓子作り
- ・しりとり
- ・お散歩 等

〈季節で〉

- ・海水浴、ハイキング
- ・花火、スイカ割り
- ・バーベキュー
- ・スキー、スケート
- ・かるた、百人一首 等



〈スポーツ〉

- ・キャッチボール
- ・サッカー、バスケ
- ・逆上がりの特訓
- ・スポーツ観戦 等

〈遊び〉

- ・積み木、ブロック、プラモデル、折り紙、お絵描き、塗り絵、トランプ、ままごと 等

子どもがいる生活は束縛され、限られた生活になるわけでは決してありません。むしろ、子どもと一緒にできることはたくさんあり、あなたの人生も豊かに広がります！

■VI-4 すてきな関係を築くために — 「デートDV」って？

DV (ドメスティック・バイオレンス) という言葉を知っていますか？

「配偶者や恋人など親密な関係にある (あった) 相手からふるわれる暴力」のことです。

DVは、大人だけの問題ではありません。交際中の若いカップルの間に起こる暴力を「デートDV」といいます。パートナーとのすてきな関係をつくるために、「デートDV」について学びましょう。

ワーク1

内閣府の調査結果 (平成26年度) によると、10代~20代の間に交際相手から暴力の被害にあった人の割合は、女性19.1%、男性10.6%でした。この数字をどう感じますか？

〔私の感想・疑問〕

Work

ワーク2

では「交際相手からの暴力」とは、どんな行為だと思いますか？ 考えられる行為を具体的に挙げてみましょう。

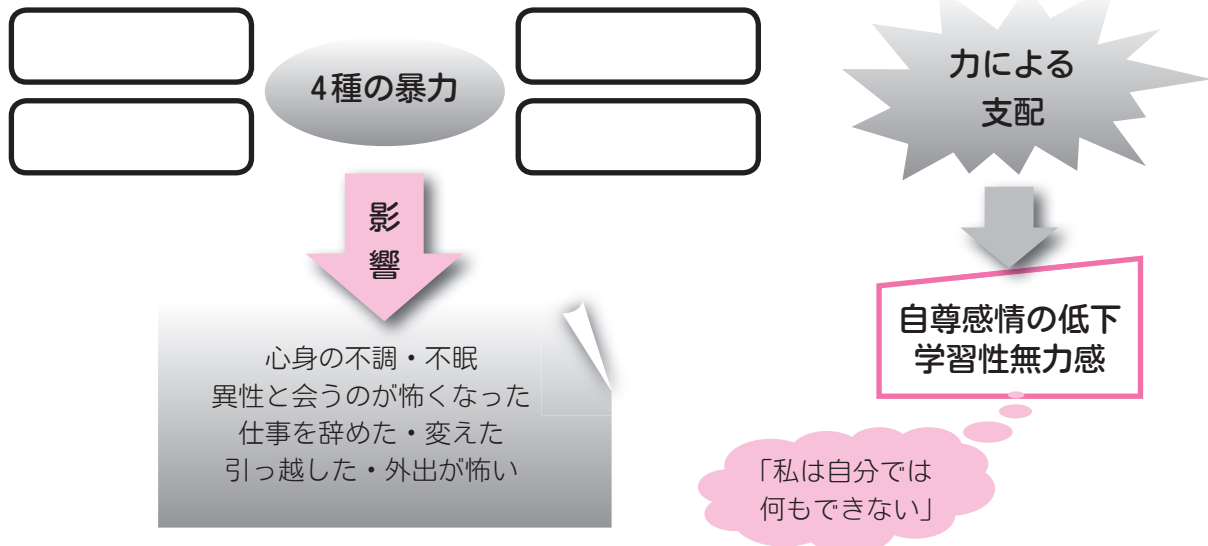
Work

→ みんなで話し合ってみましょう。
自分が考えなかった「暴力」がありましたか？

ワンポイントアドバイス 1

暴力にはいろいろなかたちがあります。それを使って相手を自分の思うとおりに支配 (コントロール) しようとして、DVが起こります。暴力をふるう目的は、相手を「支配」することです。暴力をふるわれると様々なマイナスの変化が生じ、からだや心が傷つきます。

そして「力による支配」は二人を、上一下、優位一劣位、支配一服従という関係にしてしまいます。



ワーク3

「デートDV」と「けんか」は、どこが違うと思いますか？

Work

→ 話し合ってみましょう。

ワーク4

アキラさんは、後輩のコウタさんから、交際中のリナさんとのことについて、次のような相談をされました。あなたがアキラさんなら、どんなアドバイスをしてあげますか？



僕はリナのこと大好きだから、いつも僕のことを第一に考えてほしいんです。でも、ときどき、バイトや部活があるから僕とデートできないって言ったりする。ほんと、腹立ちます。恋人同士だったら、デート優先ですよね？ ケータイにある男性のアドレスも消してほしいのに。

あなたのアドバイス

ワーク5

あなたが考える「すてきな関係」とは、どんな関係ですか？

Work

ワンポイントアドバイス 2

大切なのは、2人の関係について「こちよい」「無理していない」と感じるかどうかです。もし、自分が「つらい」「いやなのに言えない」とか「こわい」などと感じたら、そういう自分の感覚を信じて、きちんと考えてみましょう。信頼できる人に相談してみることも大事ですね。

DVの起る原因は、いくつかあります。現在の社会で、暴力や力での支配が当たり前にあることもそうですが、「ジェンダー・バイアス」（性別にもとづく偏った見方）も大きな要因です。たとえば、男性には「リーダー・シップ」を、女性には「従順さ」や「かわいい」ことを強く求める「男らしさ／女らしさ」にこだわり過ぎると、上－下の関係になりがちです。

*さらに学びましょう。⇒「デートDV防止パンフレット『デートDV』…これって愛？」

(H27.8 山梨県県民生活・男女参画課)



今日の感想



エピソード

結婚後、5年。待望の第一子を授かったサチさんは、夫と大喜び。それぞれの両親も、とても喜んでくれました。しかし、自分の母親から「やっと授かったのだから大切にね。核家族だし、私達もいつもサポートできるわけではないから、子育てしながらの働き方をどうするか夫婦で良く話し合ってね」と言われました。

サチさんは会社で責任ある仕事を任されており、やりがいを感じています。

夫は、「今まで仕事もすごくがんばってきたんだし、夫婦で仕事と育児の両立ができるように一緒にがんばっていきましょうよ」と言ってくれました。

育児休業を長く取得したら、仕事復帰はできるのかな？ 保育園は…？

楽しい気持ちと不安な気持ちが入り交じります。



ワーク1

赤ちゃんを迎える前に気持ちを整理してみましょう

☆赤ちゃんが生まれて、喜びを感じたり、嬉しいと思う時はどんな場面だと思いますか？ 親になる前に、どのような準備が必要だと思いますか？

Work

情報コーナー

仕事と育児を両立するための制度

●育児休業

子を養育するために労働者（ただし、対象から除外される場合もあります。）が申し出た場合、育児休業を取得できます。

○休める期間

①原則…子の1歳の誕生日の前日まで

②保育所に入れぬ等の特別の事情がある場合…子が1歳に達するまで／再度申出することにより、最長2歳まで延長可

③両親がともに休業する場合…子が1歳2ヶ月に達するまでのうち、1年間

○休んでいる期間の賃金を有給にするかは、育児・介護休業法上の定めはなく、事業所ごとに異なります。くわしくは、事業所に確認してください。

●法改正で育休の取り方が変わります

【2022年4月から】

妊娠・出産を届け出た労働者に、育休の取得を個別に働きかけるよう企業に義務づけ。会社が働きかけを怠ったら社名の公表も

【2022年10月から】

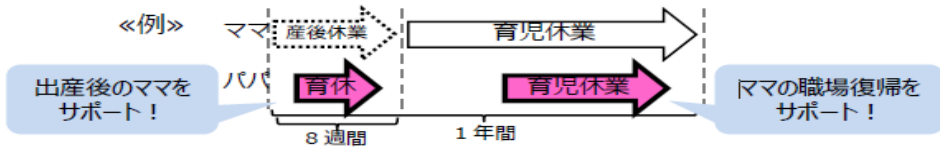
父親が生後8週までに最大4週（2回に分割可）の「産休」を取れる制度を新設



両親で育児休業を取得しましょう！

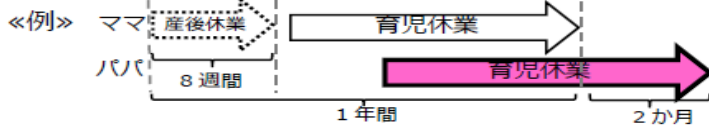
「パパ休暇」でパパが2回育児休業を取得できます

○ ママの出産後8週間以内の期間内に、パパが育児休業を取得した場合には、特別な事情がなくても、再度、パパが育児休業を取得できます。

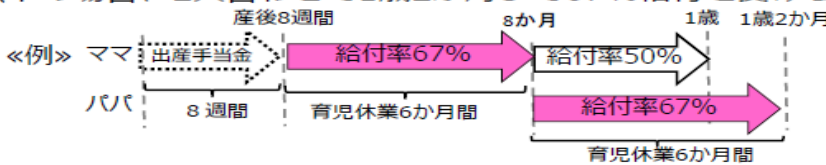


「パパ・ママ育休プラス」で育児休業期間が延長されます

○ 両親がともに育児休業を取得する場合、原則子が1歳までの休業可能期間が、子が1歳2か月に達するまで（2か月分はパパ（ママ）のプラス分）に延長されます。



○ 例えば以下の場合、2人合わせて1歳2か月まで67%給付を受けられます。



ワーク2

自分はどうしたい？

Work

☆実際赤ちゃんが生まれたら育児休業をどのように取得しようと思いますか？

☆パートナーにはどのような形で育児休業を利用してもらおうと思いますか？



*児童手当制度 申請が必要

・児童手当は、次代の社会を担う児童の健やかな育ちを社会全体で応援するという趣旨のもとに、児童を監護している親などに支給するものです。

・支給対象：0歳から15歳。15歳到達後、最初の3月31日までの間に支給。

・支給額(月額)

- 0歳～3歳未満：15,000円
- 3歳～小学校修了前：10,000円(第3子以降は15,000円)
- 中学生：10,000円
- 児童を養育している方の所得が所得制限額以上の場合、特例給付として月額一律5,000円を給付。

<休業制度等の相談窓口>

厚生労働省 山梨労働局雇用環境・均等室(母性健康管理)

受付時間：月～金曜日 8:30～17:15 TEL 055-225-2851

■VI-1 私の未来予想図

ねらい

- 自分の将来を見通し、未来を予想してみる。
- ワークライフバランスについて理解を深め、仕事と家庭の両立を考える


時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	<p>◆雰囲気づくり</p> <ul style="list-style-type: none"> ●BGMに「未来予想図II」(Dreams Come True)をかけ、アイスブレーキングを行う。 ○5～6人のグループになり、なりたい職業について話す 	ネームプレート
展 開 20分	<p>◆エピソード</p> <ul style="list-style-type: none"> ○エピソードを読み、グループごとに感想を語り合う。仕事と育児の両立について、意見を話し合う。 <p>◆ワーク1</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ワークシートに記入する。《ワーク1》 あくまでも今、考えている理想の将来について未来予想図として、描いてみる。 <p>◆学びあう、話し合う</p> <ul style="list-style-type: none"> ○「ワークライフバランスって何？」を読み、理解する。 自分が理想とする働き方や仕事以外の時間の使い方について考え、グループで話し合う。 	ワークシート
20分	<p>◆ワーク2</p> <ul style="list-style-type: none"> ○将来の自分にとって理想とする1日の過ごし方を書き込む。 <p>◆学びあう</p> <ul style="list-style-type: none"> ○多様な働き方について理解する。 ○いろいろな働き方があり、結婚や育児で自分の時間や自由が犠牲になるわけではないことを理解する。 <p>◆エピソード2を読む</p> <p>◆ワーク3</p> <ul style="list-style-type: none"> ○将来の暮らしを考える。パートナーにどのようなことを期待するか、次の2つを設定し、考える。 ①結婚して2人で生活している時 ②子どもができ、育児中 グループ内で①②の自分の理想について話し合う。 ○育児や家事などについて、性別で役割を固定するべきではないことを理解し、子育て支援についていろいろなサポートがあることを知る。 	ワークシート
まとめ 10分	<p>◆振り返り</p> <ul style="list-style-type: none"> ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。 	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■VI-2 子どもを一緒に育てるために

ねらい

- 子どもを一緒に育てていくパートナーについて、自分の理想を考える。
- 子どもを育てる楽しさ、幸せを理解し、子どもを持ち、育てることの意義を理解する。

時間	指導展開	準備
導入 10分	◆雰囲気づくり ○アイスブレイキングを行う。 ○5～6人のグループになり、自己紹介をかねて、自分の趣味や特技を紹介しあう。	ネームプレート
展開 15分	○単に恋人や結婚相手として望むのではなく、将来一緒に子どもを育てていくパートナーとして、その理想を考えることを強調する。 ◆ワーク1 自分の理想を考える ○ワークシート1に記入しながら、10個の項目の中で、自分が特に重要だと考える項目、あまり関係ないと思う項目など、自分の気持ちについて客観化する。	ワークシート
15分	◆話し合う ○グループでワーク1について、自分の意見を語り合う。 他の人の意見を聞き、自分の理想について、考えを深める	
15分	◆ワーク2 自分の理想を具体化する。 ○自分の理想の3条件をまとめてみる。	ワークシート
5分	◆語り合う ○理想の3条件について語り合う。 ◆ワーク3 語り合った中で、自分にはない視点や参考になったことをワーク3に記入する。	
5分	◆ワーク4 ○子どもを育てることについて、自分は楽しみと不安、どちらが大きいか、ワーク4のグラフにざっとした目安を書き込む。 記入例 楽しさ70% 不安30%	ワークシート
	 <p>楽しさの部分(7マス)を7マス目塗る</p>	
10分	○全体に楽しみの方が多く、不安の方が多くの人を挙手してもらい、傾向を把握する。 ◆ワーク5 思い出す ○自分の子どもの頃を思い出し、親が喜んでくれたことについて、記入する。 ○4つのエピソードを読み、ワーク6に感想を書く。	ワークシート
10分	◆感想を話し合う ○誕生の感動、頼られる存在、子どもの優しさ、子どもの成長、初めて何かができるようになる喜びなど、子どもを育てることの幸せを話し合う。 ○グループで出た意見をまとめ、発表し、参加者全体で共有する。	
まとめ 5分	◆振り返り ○振り返り用紙に今日の感想を記入する。	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■VI-3 子どもと一緒に！ ～どこに行こう？ 何しよう！～

ねらい

- 子どもの頃を振り返り、子どもと一緒にできることを考える。
- 子どもがいる生活について、夢を持ち、自分の人生も豊かになることを理解する。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 10分	◆雰囲気づくり ●アイスブレーキングを選び、行ってもらう。 ○5～6人のグループになり、自己紹介とどのような子どもだったか話をする	ネームプレート
展 開 15分	◆思い出す ○エピソード1を読み、ワーク1に記入する。 自分の幼小時代のことを振り返る	ワークシート
15分	◆話し合う ○グループでワーク1について、自分が思い出した事例を報告し、家族で過ごす楽しさを共有する。	
15分	◆ワーク2 ○自分が行ったことのある、なしに関わらず、子どもと一緒に出かけたいところを<自然派><公共施設><商業施設>に分けて、あげてみる。	ワークシート
15分	◆理解する ○「子どもとお出かけ時のチェック事項！」を読み、子どもと一緒に行くときの配慮について考える。	
15分	◆話し合う ○グループで子どもと一緒に行く上で、どこの施設は環境が整っているか、どんな経験ができるか、話し合う。	
15分	◆思い出す ○エピソード2,3を読み、幼少時代の日常生活における両親との関わりについて振り返る ○子どもと一緒にやりたいことについて、<日常生活><季節で><スポーツ><遊び>に分けて、ワーク3に書き込んでいく。	ワークシート
15分	◆話し合う ○グループでワーク3について、自分が思い出した出来事を報告したり、共感し合ったりする。 自分の子どもとやりたいことを語り合う。 ○グループで出た意見をまとめ、発表し、参加者全体で共有する	
◆理解する 15分	○子どもと一緒に過ごすことは、自分の人生も豊かになることを理解する。	
まとめ 10分	◆振り返り ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

ねらい

●「デートDV」について学び、パートナーとの良い関係について考える。

*ワークは、グループでも、両隣の人との話し合いでもよい。

時 間	指 導 展 開	準 備
導 入 5分	◆プログラムの趣旨説明 《ワーク1》被害経験者の男女別割合を見て、実態の認識をする。 ○何人かに自分の記入したことを発表してもらおう。 ※「稀にしか起こらない」ことではない、女性の方が多い、男性被害者もいるなど	ホワイトボード・黒板など ワークシート
展 開 25分	《ワーク2》「暴力」が、身体的なものだけでないことに気づく。 ○各自がシートに記入したことをもとに、話し合う。 ●何人かに発表してもらい、ホワイトボード等へ書き、自分が考えなかった種類のものがあることに気づいてもらい、共有する。 ⇒ ワンポイントアドバイス1の説明(右の冊子を参考に) ※ 発表された具体的な行為を取り上げながら、4種の暴力の種類(身体的暴力、性的暴力、精神的・心理的暴力、経済的暴力)、およびそれが被害者や2人の関係にどんな影響を与えるか説明する。	県作成の冊子 『「デートDV」…これって愛?』 を説明の参考にする(参加者には最後に配布)。
10分	《ワーク3》「デートDV」と「けんか」の違いを認識する。 ○各自がシートに記入したことをもとに話し合い、発表してもらおう。 ※ 関係の「対等性」(冊子P4参照)というポイントに気づけるよう発表をまとめる。	意見のポイント を板書
15分	《ワーク4》「愛しているから束縛する」「愛=束縛」という考え方がないか確認し、あればそれを見直す。(冊子P4参照) ○各自がシートに記入したことをもとに話し合い、発表してもらおう。 Aさん、Bさん役でロールプレイしてもらってもよい。 ※ 親密な関係であっても、一人の独立した「個人」として尊重し合うことの大切さを伝える。	
10分	◆まとめ 自分はパートナーとどんな関係でありたいか、自分の考える「すてきな関係」に必要な条件は何か、あらためて考える。 ○各自がシートに記入したことをもとに話し合い、発表してもらおう。 ※ 発表された内容を材料に、「いやな時はきちんと“No”と言える」「ありのままの自分でいられる」など、ポイントをまとめる。 ⇒ ワンポイントアドバイス2の説明	ポイントの板書
5分	※ 冊子を配布し、P5の内容(「対等な関係を築くには?」「友達がデートDVをしていたら? されていたら?」)について紹介。 ※ 自分の意識の中のジェンダー・バイアスについてもチェックしてみるよう呼びかけ。	冊子を配布
振り返り 5分	◆振り返り ○今日の感想(自分の気づきのポイント)をワークシートに記入する。 ●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい、回収する。	振り返り用紙

○学習者 ●ファシリテーター

■VI-5 有効活用！ 子育てサポート体制



●「子育てに関する制度と有効活用できることを知り、子育てに希望を抱く。」

*ワークは、グループでも、両隣の人との話し合いでもよい。

時間	指導展開	準備
導入 15分	<p>◆プログラムの趣旨説明</p> <p>《ワーク1》エピソードを読んで考える。</p> <p>●何人かに自分の記入したことを発表してもらおう。</p> <p>※大変さも多いが喜びも多いことなどを思い描く。</p>	ホワイトボード・黒板など ワークシート
展開 10分	<p>《ワンポイントアドバイスの解説》</p> <p>○育児休業制度、パパ休暇、パパ・ママ育休プラスなどを理解する</p> <p>○巻末資料「パパ・ママのための仕事と育児の両立を支援する制度」を参照し、自分の子育ての未来図を考える。</p> <p>《「パパ休暇」「パパ・ママ育休プラス」について》 〈情報提供〉の理解</p>	巻末資料「パパ・ママのための仕事と育児の両立を支援する制度」を参加者に配布。
10分	<p>《ワーク2》自分の子育てについて具体的にイメージする。パートナーには何を期待しているのか考える。</p> <p>○各自がシートに記入したことをもとに、話し合う。</p> <p>●何人かに発表してもらい、ホワイトボード等へ書き、自分が考えなかった種類のものがあることに気づき共有してもらおう。</p> <p>※子育てに必要なとされる環境条件を具体的に知る。(生活する経済的な環境、自分の立場等の社会的な環境、実際に育児する人的環境など)</p>	意見のポイント を板書
10分	<p>★男性の育児休業への期待</p> <p>○男性の育児休暇の存在（単日、長期）があることを知る</p>	
10分	<p>◆まとめ</p> <p>●自分の未来の子育てをイメージし、それをもとに話し合い、発表してもらってもよい。</p> <p>○育児休業を取る、取らないにかかわらず、子育ては、無理なことではなく、パートナーはもちろん、家族や周囲の人々みんなですていくことだと再確認する。</p> <p>○育児についての負担を、少しでも軽減していくために必要な条件は何か、あらためて考える。</p> <p>※育児休業だけでなく、子育てを助ける多くの制度があることを知り、それを有効に利用することによって、心身共に子育てに余裕がもて、明るい未来が拓ける。</p> <p>《「児童手当制度」について》 〈情報提供〉の理解</p>	ポイントの板書
振り返り 5分	<p>◆振り返り</p> <p>○今日の感想（未来への希望）をワークシートに記入する。</p> <p>●振り返り用紙に今日の感想を記入してもらい回収する。</p>	振り返り用紙