



資料のダウンロードはこちらから→

- テーマ 仕事も育児もスマイルで
- 対象 保護者、地域の方（高校生以上）
- 時間 45分
- ねらい 仕事と育児の両立について考え、将来の方向性を展望する。
- 準備物 筆記用具、名札（参加者、スタッフ）、ワークシート、時計（ストップウォッチ）、ルールカード（3枚）、アンケート、A4用紙とマジック（人数分）、アイスブレイク用自己紹介文（手本）

1 はじめに（2分）



セリフ
1

仕事と育児の両立は、不安や悩みも多くなりがちですが、いろいろな人と話し合うことができれば、気持ちが楽になることもあると思います。今日の話合いがこれからのみなさんにとって、自身の考え方が広がるきっかけやヒントにつながるような充実した時間になることを期待しています。今日は、「仕事も育児もスマイルで」をテーマに、仕事と育児の両立を視野に入れた将来の方向性の展望について、エピソードを参考に話し合ってみましょう。

2 自己紹介（アイスブレイク）（7分） ※他のアイスブレイクでも可(P78~P79)

セリフ
2

まずはじめに、自己紹介タイムです。その手順を説明します。机の上にある白紙のA4用紙に、みなさんの自己紹介の文を4つ作って書いてください。（お手本を紹介）ただし、4つの文のうち、必ず1つは「うそ」を書いてください。どれが「うそ」かをお互いに当てながら、自己紹介を進めます。発表の際は、グループのみなさんに用紙を見せるようにしましょう。自己紹介文の作成と発表までの時間は6分間です。それでは、始めてください。

アイスブレイク 6分

POINT 自己紹介文は、A4用紙を2回折って4分割し、それぞれのスペースに番号を入れて書くのがおすすめです。

3 プログラムのルールを説明する。（1分）



セリフ
3

それでは、このプログラムのルールについて確認しておきます。（3つのルールを提示）ルールは3つあります。1つ目は「尊重」です。お互いが発言の時間を守り、他者の発言は最後まで聞きましょう。2つ目は「共感」です。自分とは違った考え方や感じ方が新たな気付きにつながります。批判せず、お互いの感じ方や考え方を認め合いましょう。3つ目は「守秘」です。みなさんが安心して話し合いができるように、ここで知り得た秘密や情報は持ち帰らないようにしましょう。ルールを守って、よりよい学びと交流を深めましょう。

POINT 3つのルールは、参加者がいつでも確認できるように、会場内に掲示しておきましょう。（上記2次元コードからダウンロード可）

4 エピソードを読んで、思ったことや考えたことを伝え合う。(15分)

セリフ
4

まずはじめにエピソードを読んで、アスカさんが、仕事と育児の両立が難しいと思い悩む理由を考え、ワークシートに記入してみましょう。思いっただけ書いてください。時間は5分間です。

ワークシート記入 5分

セリフ
5

それでは、各グループでワークシートに記入したことを発表してください。発表は1人1分程度で、パスもOKです。質問なども自由に行って構いませんが、時間は8分間です。発表は、誕生日が最も早い人から時計回りをお願いします。

グループ活動 8分

セリフ
6

みなさん、お互いの発表を聞き合って、どのような感想をもちましたか？仕事と育児の両立は本当に難しいと思います。周りの人たちや地域のサポート機関など、1人ではないと思える心の支えが必要ですね。

5 仕事と育児の両立についてについて、考えたことを話し合う。(17分)



セリフ
7

次に、子育ても仕事も前向きに楽しく取り組めるようにするために、どのようなことが必要か、そのアイデアをワークシートに記入してください。どんなことでも構いません。時間は5分間です。

ワークシート記入 5分



POINT 自分にできそうなことだけでなく、社会や企業等に求めることを書いてもよいことを伝えておきましょう。

セリフ
8

それでは、先ほどと同じように、各グループで発表してください。お互いの発表を聞き合いながら、話し合いを進めてください。時間は8分間です。

グループ活動 8分

セリフ
9

みなさん、仕事と育児の充実に向けた今後のビジョンについて考えることはできたでしょうか？それでは、2グループほど、話し合った内容を発表していただきます。よろしくをお願いします。(発表グループには事前に伝えておく)

全体交流 2分

6 学習のまとめを行う。(3分)

セリフ
10

いかがでしたか。ご自身の考え方が広がるきっかけやヒントが見つかったでしょうか？最後に今日の時間を振り返って、ワークシートに感想をまとめてみましょう。

ワークシート記入 2分

セリフ
11

以上で、終了です。アンケートにご協力いただける方は、提出してからお帰りください。ありがとうございました。