

～十人十色の子育て&親育ち～【親のみちしるべ】ステージ③「子育てと仕事の両立」～仕事…本当に続けていけるのかな?～

# 「子育てと仕事の両立」 ～仕事…本当に続けていけるのかな?～



本日の進行役  
(ファシリテーター)

\* .....  
\* .....

子育てと仕事、うまく両立できるつもりだったのに。  
こんな時、どうしたらいいんだろう…。  
私、仕事を続けていけるのかな…?

## 子育ては悩むことがいっぱい!

### ♪♪♪ みんなのルール ♪♪♪

- 気分や体調によっては無理に参加しなくてもいいですよ
- うまく話ができなくてもいいですよ
- プライベートなお話になっても個人情報以外へ持ち出さないようにしましょう
- この時間を楽しみましょう
- 話をしたくない時は「パス」をしてもいいですよ
- 他の人が話している時は、みんなで聴きましょう

## 紙芝居の実演

娘の花子（5歳）は、ゆうべからなんだか元気が  
なくて、晩ご飯も少ししか食べなかったし、  
ずっとゴロゴロしていたの。  
今朝、熱を測ってみたら……………37.3℃  
「え～!!??」  
今日は絶対絶対、仕事を休めない。どうしよう。  
鼻水も咳もないし、37度3分だからなんとかかな…  
熱のことはナイショで保育所に連れて行こうかな…  
いやいや、そんなことは、ダメだよね～  
仕事を休もうかなあ…  
休むの、今月何回目かしら?  
あ～ どうしよう～

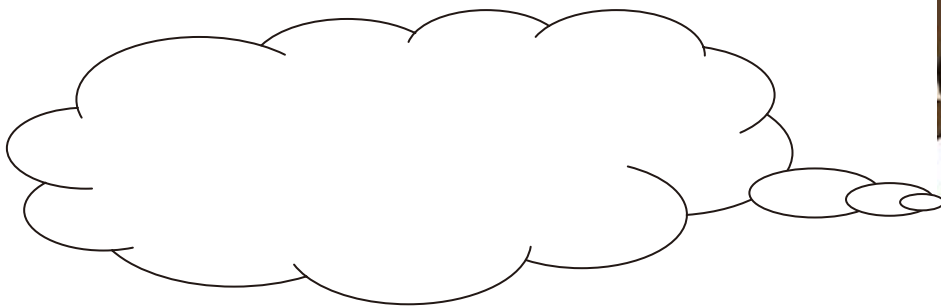
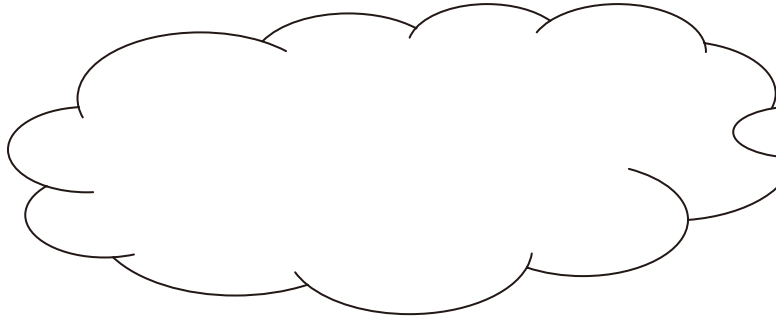


**こんな時、  
あなただったらどうしますか？**

**グループのみんなはどう考えたかな…他の人  
の意見も聞いてみましょう。**



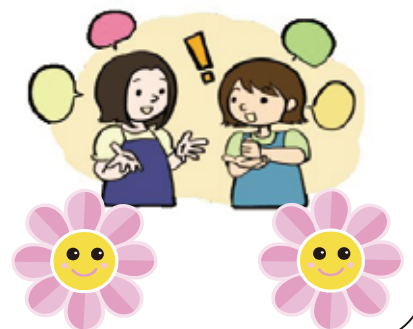
# 今、どんな気持ちになっているでしょう?



子育ても仕事もどちらも頑張っているママ・パパ  
“今忙しいから後でね” “また今度ね” が口癖くちぐせになっていませんか?  
頑張りすぎないで、ちょっぴり肩の力を抜いてみましょう!

無理をしないで子育てと仕事を両立できるような  
アイディア、便利なもの、ちょっとした工夫等、  
ありませんか? (他の人のアイディアもメモしましょう。)

みんなで相談すれば、今まで考えつかなかった  
アイディアが出てくるかもしれませんね。  
すぐにでも試してみたいものは、ありましたか?



## ●親の生き方が子どもへの最高の教育 & 贈りもの●

結婚や出産を機に仕事を辞める女性が多くなっています。自ら望んで辞める人もいれば、子育てと仕事の両立に難しさを感じて、辞めざるを得ない人も少なくないようです。子育てと仕事の両立に不安を感じたり、いろいろな課題に直面するかもしれません。

でも、歴史をさかのぼると、戦前までは、日本人の多くは、農業等の第一次産業に従事し、“家族全員で働く形”が一般的でした。

「子どもとの時間をどれだけ長くとるか」よりも、「いかに密度の濃いものにするか」が重要です。

幼稚園・保育所に行くようになったら特に、『子どもとの時間』を一番大切にし、その日あったことを充実させることが大切になりますね。

“カンペキな親”なんて、一人もいません。周りからいろいろ言われることもあるかもしれませんが、子どもとの時間をいかに密に過ごすかを第一に考え、前向きに子育てを楽しみましょう。

“パパやママの生き方が子どもへの最高の教育になります！”



## お子さんと一緒に遊んでみてね (\*^▽^\*) 顔じゃんけん

「ぐー」は口を  
ぎゅっと閉じる  
( ^ )

「ちょき」は  
口をとがらせる  
( ε )

さあ！  
やってみましょう！

「ぱー」は  
口を大きく開ける  
( 〇 )

「最初はぐー！」  
「じゃんけんぽん！」