

働きながらの子育て

【プログラムのねらい】

仕事と子育ての両立には不安や悩みもあるが喜びや楽しみもあることを再確認し、多くのサポート（人的・機関・サービス）があることを学びます。また、親としての生き方・社会人としての生き方そのものを、子供たちに伝えていくことの大切さについても考えましょう。

【プログラムの展開例】（時間 60 分程度）

	○進め方 ◎ことばかけ	留意点
導入 10分	<ul style="list-style-type: none"> ○自己紹介をします。 ○プログラムのねらいや学習の進め方について説明します。 ○自己紹介やゲームを行い、緊張を和らげたり、参加しやすい雰囲気づくりをしたりします。 	<ul style="list-style-type: none"> ○明るく元気な話し方を心がけます。 ○今日のプログラムについて、ポイントをしぼりやすく説明します。 ○参加者に気を配り、ゲームに参加できていない人や戸惑っている人には、明るく声かけをして参加を促します。 ○ゲームが終わるまでに、次の活動にスムーズに移れるようにグルーピングしておきます。 ○1グループにつき5～6人（全体の人数が少ない場合は3～4人）を目安に編成します。 ○導入で時間を取りすぎると展開やまとめの時間が少なくなります。あらかじめ時間配分を考えて進めていくようにします。
展開 40分	<ul style="list-style-type: none"> ◎ワーク1 ①仕事と家事の両立で工夫していること、サポートを受けていることを書いてみましょう。 ◎グループで①について話し合ってみましょう。 ◎②仕事と子育てを両立していく上で、心がけていることはなんですか、具体的体験（例）をあげながら書いてみましょう。また、子育てで受けているサポートについても同じく書いてみましょう。 ◎グループで②について話し合ってみましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> ○専業主婦やパート、常勤者とそれぞれの体験や考えから出してもよいことを伝えます。 ○グループ内で偏りがでないように気遣いしましょう。 ○資料から家族のサポートや機関・サービスを利用して解決できることもあることを知ってもらいます。

	<p>◎ワーク2 仕事をしながら子育てをしている自分を見つめてみましょう。頑張っている自分をほめるとしたらどんなことでしょうか。</p> <p>また、仕事と子育てを両立している中で、喜び・楽しみもたくさんあると思います。書き出してみましょう。</p> <p>◎グループでワーク2について話し合ってみましょう。</p>	<p>○自分自身を見つめ直すことで、子育てや仕事を前向きにとらえられるように進めます。</p> <p>○資料3を参考に見てもらいます。</p> <p>自分自身のための時間は持てているか振り返り、ゆとりを持って生活していくことの大切さを理解してもらいます。</p>
<p>まとめ 10分</p>	<p>◎今日の学習のまとめをしましょう。</p> <p>○参加者一人一人に、今日の学習を通して考えたことや感想を書いてもらいます。 (ふりかえり)</p> <p>○発表してもらいます。</p>	<p>○今日の学習を振り返り、特に印象に残ったことを中心に書くように話します。</p> <p>○あらかじめ、数人の方に感想を発表してもらうようお願いしておきます。</p> <p>○発表を共感的に受け止め、発表に対して手短かにコメントします。</p> <p>○「働きながらの子育て」について話し、まとめます。</p> <p>○働くことの厳しさ楽しさを子供たちが知り、社会の仕組みを少しずつ理解していくこととなります。そんな親の生き方に自信を持って子供に向き合っていくことが大切です。</p>