

“私たち”らしい育休を考える

～90分で育児の未来が変わる！夫婦で描くしあわせ育児プラン～

初開催！

パパの育休・徹底活用セミナー

育休の取り方に正解はありません！

だからこそ、夫婦にとって最高のスタートを切るために、
今できる準備をしませんか？
このセミナーでは、育休についての不安や役割分担の悩みの
解消を目指します。
夫婦で心から納得できる育児のカタチを見つけましょう！



日 時

2025年11月9日 日
10:30～12:00

場 所

イオンモール津南 3階 イオンホール
(津市高茶屋小森町145)

対象者

育休中、育休を取ったことがある、これから育休を取りたい男性と、そのパートナー
※男性のみでの参加も可能です。

定 員

15組程度 (パートナーとのご参加は大歓迎です。定員になり次第締め切ります)

申込フォーム

右記コードより
お申し込みください



※アンケートに回答いただいた全員 (パートナーとの参加は1名換算) に4000円分の電子マネーを進呈！

参加にあたってのお願い

当日は、お子様を連れてのご参加も大歓迎です。
託児スペースを設けますが、限りがあるため、お子様が泣かれたり、声を出されたりすることがあるかもしれません。
セミナーやグループワーク中は、お子様を抱っこされたままでもご参加いただけますので、どうぞご安心ください。
一緒に、学びと交流の時間を楽しく過ごしましょう。

プログラム(予定)

セミナー内容(90分で育児の未来が変わる！)

●開会・趣旨説明(5分)

三重県担当者より、本事業の趣旨をお伝えします。

●セミナー&事例紹介(20分)

講 師: 高原 祥子氏 (社会保険労務士、総括コーディネーター)

テーマ: 「育休、どうする? パートナーと描く“ふたりの子育て”プラン」

育休休業の現状や課題、家事・育児における夫婦の役割分担の
重要性、パパの育休事例などについてご紹介します。

●ワークショップ(60分)

ワーク①「育休中の1日を描いてみよう」

子育て家庭のリアルな1日のタイムスケジュールを具体的に書き出し、参加者と共有します。

家事・育児の時間配分や、夫婦それぞれの自由時間の確保、分担について考えます。

ワーク②「どんな子育てがしたい?」

子育てで大切にしたい点、目指したい姿を考え、言語化します。

夫婦で協力して家事・育児を行うためのコミュニケーションのポイントについて考えます。

●閉会・アンケート案内(5分)



講師プロフィール

総括コーディネーター

高原 祥子さん (社会保険労務士)

津市在住。小学生から高校生の3人の子どもを育てながら、「働き方改革」や「ワークライフバランス」等をテーマにセミナーや企業内研修等を数多く実施。



パパの育休・徹底活用セミナー 申込書

お申し込みは電話・FAX / メール・申し込みフォームにて受付

059-271-8605 **059-271-8606**

mieken.hataraki@task-school.com

企業名		業種	
役職		氏名	
所在地 (企業)			
電話番号		メールアドレス	

	お子様のお名前	年齢 (対象：生後6ヶ月～未就学児)

パートナー	氏名

託児のご案内(先着5名程度)

本セミナーでは、安心してご参加いただけるよう託児をご用意しております。
お子様をお預けになる際は、以下の持ち物と注意点をご確認ください。

託児の持ち物

- 飲み物**：お子様が普段飲んでいるもの(ミルク、お茶、水など)。必要に応じて哺乳瓶もご持参ください。
おむつ：交換用のおむつを枚数に余裕をもってご準備ください。
着替え：汚してしまった時用の着替え一式(肌着、トップス、ボトムスなど)。
お気に入りのおもちゃ・絵本など：お子様が安心して過ごせるよう、普段使い慣れているものがあればご持参ください。
その他：必要に応じてタオル、おしりふき、ビニール袋など。

託児のご利用にあたっての注意点

- 事前予約制**：託児のご利用は事前予約が必要です。 **対象年齢**：生後6ヶ月～未就学児
体調：お子様の体調が悪い場合(発熱、咳、下痢など)は、他のお子様への感染防止のため、託児のご利用をお控え
いただく場合がございます。
ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせください。

講師メッセージ・総括コーディネーター 高原 祥子より

初めて「あなた」を抱っこした日。腕に感じたぬくもりは忘れられません。
その日を境に、生活ががらりと変わります。すべてのことが子どもを中心に回るように。
初めて感じたぬくもりを思い出すひまもないぐらい、ミルクやおむつ、昼寝、遊び、予防接種、予期せぬ病気などに追い回される毎日。
気がついたら、部屋はぐちゃぐちゃ、食器の洗い物はたまり、たたまれるのを待つ洗濯物が山となり…。
子どもを育てるということは、こんなにもエネルギーが必要なのかと思い知りました。
そんな時、パパが「当事者」として一緒になって子育てや家事をしてくれることが、どれほどの救いになるか分かりません。