

両立に悩める  
ママ・パパを応援!!

育休ママ・パパ講座



# 仕事と家庭の 両立講座

見放題  
受講無料



仕事と家庭の両立について誰かと話し合ったことはありますか？  
「流れで」「何となく」決めていると、どちらかに負担が偏ったり、  
ストレスが溜まったりして両立ができなくなってしまいます。  
キャリアも家事も子育ても、誰も犠牲にせず円滑に  
生活するためにパートナーと両立の心構えと  
ノウハウを学びましょう！



何度も  
繰り返し学べる

隙間時間に  
好きな場所で

子どもの成長に合わせて  
選べる豊富な講座

周りに子育て中の  
部下・同僚が  
いる方も必見!

今どきの育児  
事情が分かる

妊娠前から学童期まで

子どもが産まれる前からできる準備、  
子どもの成長時期に合わせた両立の「悩み」や「疑問」に答える動画を配信

まずは  
視聴申込



無料視聴のはじめ方



※データ通信料が必要になりますので  
wi-fi環境での視聴を推奨しています。

- ① 左記の2次元コードから  
視聴登録をします。
- ② 申込をしたメールアドレスに  
限定公開ページのURLを配信
- ③ URLを開き、視聴をスタート!



【主催】岐阜県

【後援】岐阜労働局／(一社)岐阜県経営者協会／岐阜県商工会議所連合会／岐阜県商工会連合会／  
連合岐阜／(公財)岐阜県産業経済振興センター／岐阜県信用保証協会



講師の紹介



育休後シニアアドバイザー  
石倉 和美氏

「女性が十分に力を発揮できる組織＝誰もが十分に力を発揮できる組織」と考え、法人や自治体の研修、育休中の方のつどい・学びの場を提供。滋賀マザーズジョブステーション・マザーズ就労支援相談では、キャリアコンサルタントの現場責任者としても従事。年間400名超の女性のキャリア相談に応じている。自身も1男1女の母であり、第2子の保活では待機児童を経験。



講座の紹介

妊娠前

- 1 ～育休にまつわるアレコレ編～育休の現在を知る
- 2 ～育休の種類と取り方例編～育休は二人でとろう！

妊娠中

- 1 ～男性育休の必要性編～男性育休が与えるプラスの影響
- 2 ～妊娠区分別やること編～妊娠区分別やること・やっておくとよいこと

育休中

- 1 ～男性の育休編～取得時期別 男性育休中に何をするの？
- 2 ～育休復帰面談編～復帰面談で伝える事を整理する

乳児期  
0～2歳

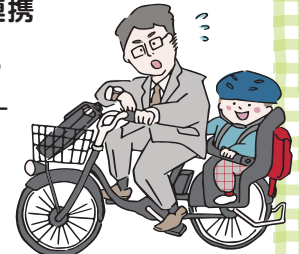
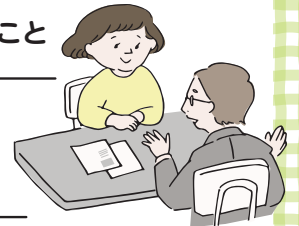
- 1 ～お子さまが0歳から2歳児編～保育園にまつわるパートナーとの連携
- 2 ～お子さまが0歳から2歳児編～我が家のパートナーシップを考える

幼児期  
3～5歳

- 1 ～お子さまが3歳から5歳児編～学童期に向けて準備できること
- 2 ～お子さまが3歳から5歳児編～ギアチェンジの準備をしよう

学童期  
6～7歳

- 1 ～お子さまが6歳から7歳編～小1の壁と入学前後のアレコレ
- 2 ～お子さまが6歳から7歳編～学童って何？



<p><b>1 申込</b></p>  <p>2次元コードを読み取り、視聴申込を行います。</p>	<p><b>2 登録完了メール</b></p>  <p>申込をしたメールアドレスに「限定公開ページ」のURLが届きます。</p>	<p><b>3 いつでもどこでも何度でも</b></p>  <p><b>【公開終了日】2025年3月14日</b> 申込された方は動画公開期間内であればいつでも何回でも視聴OK!</p>
--	---	--

※インターネットに接続したデバイス(PC、タブレット、スマートフォンなど)が必要です。 ※視聴にかかる通信料は参加者負担です。

お問い合わせ

TEL: 058-264-1158

月～金曜日(9～17時受付)  
本事業受託者: 岐阜新聞社営業局内