

仕事と育児の 両立体験プログラム

ワーク&ライフ・インターン

若者ライフデザイン・ 仕事と育児の両立体験事業について

京都府では、平成27年度に大学や企業、若手社会人、学生の皆さんと一緒に「ライフデザインラボ」を設立し、若い世代の方にワークショップ形式で、仕事だけでなく結婚や子育ても含めたトータルの人生設計(＝ライフデザイン)について考えてもらう取組を進めてきました。

その中で聞かれた声は、「結婚して、子育てしながら仕事も続けたいけど、そんな生活がイメージできない」「きっと自分には、仕事と育児の両立は無理だと思う」といった漠然とした不安の声でした。

そこで、自ら望むライフデザインを実現するため、学生等が「京都で働きながら子どもを生み育てる」ことを体験的に学ぶことで、不安を解消してほしいと、平成29年度から他都道府県に先駆けて取り組んだのが「仕事と育児の両立体験プログラム」です。

今後もより多くの方に本プログラムにご参加いただき、前向きなライフデザインを描いていただけると嬉しいです。

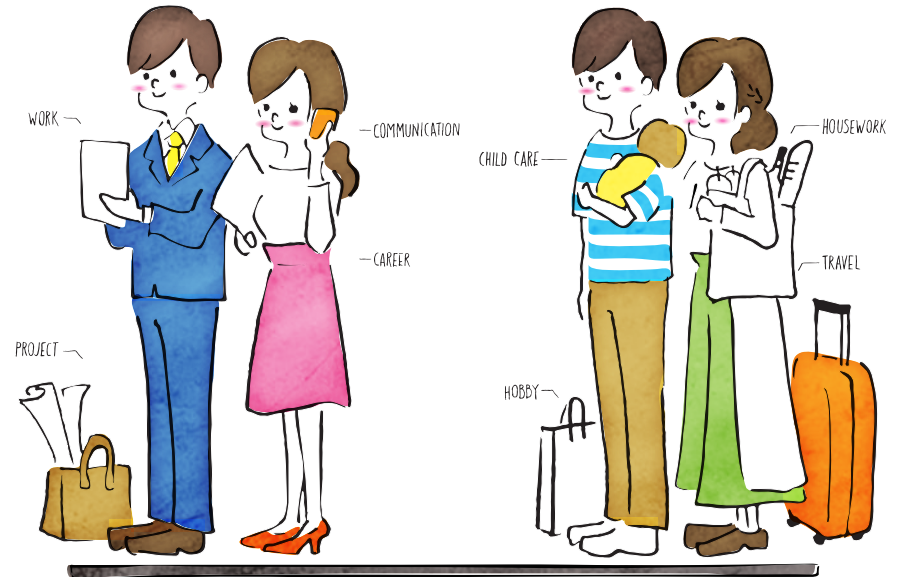


両立体験プログラムの

サイトはこちら



- 参加を希望する学生
- 学生の受入りに協力したい子育て中の共働き家庭
- 社員の採用や育成に活用したい企業



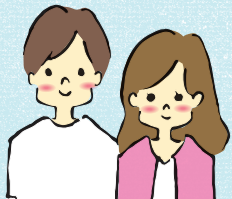
仕事と育児の 両立体験プログラムとは？

ワーク&ライフ・インターン

学生や若手社員が、将来のライフデザインを具体的にイメージし、「京都で働くこと」と「京都で子育てすること」の両方を体験的に学ぶプログラムです。
令和5年度のプログラムは、対面・オンライン共に実施しました。

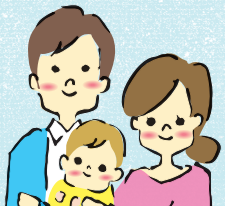
ここがポイント！

学生



社員の方の働く姿だけでなく、子育ての様子を知ることができ、「仕事と育児の両立」をリアルに学ぶことができます！！

京都府の
企業等で働く
共働き家庭



学生にインタビューされることで、共働き家庭の方も働き方や育児との両立について改めて考えるきっかけになります！！

長期プログラム(対面)

1か月かけてじっくり取り組む

子育て家庭と触れ合い、その体験を振り返り、両立する上での社会課題に向けたアイデアをプレゼンテーションする充実したプログラムです。

短期プログラム(対面・オンライン)

1day 4時間で気軽に体験

「働くこと」と「子育てをすること」の両立を1日で体験的に学ぶ、プログラムです。

ライフデザイン ワークショップ

オリジナル教材「人生年表ワークシート」を用いて、楽しみながら人生設計(ライフデザイン)に取り組めるワークショップです。

1

両立体験プログラム3つのメリット

メリット

1

自分のなりたい姿を描ける！

様々なワークショップで未来の自分を描いてみよう！

メリット

2

働くことと子育ての両立のリアルを知る！

出勤前や帰宅後に、どのように家事・子育てをこなしているのか動画ワークで擬似体験してみよう！

メリット

3

企業インターンでは聞けない質問ができる！

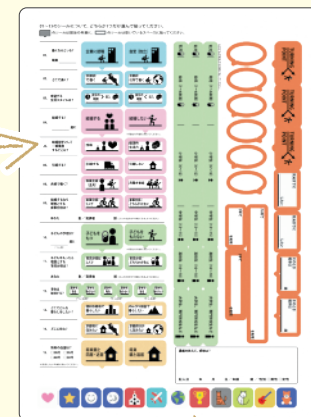
企業主催のインターンシップではないからこそ、共働き家庭に仕事と子育てについて本音インタビューしてみよう！

人生を
シミュレーション
してみよう

京都府オリジナル教材

「人生年表ワークシート」

シールを貼って楽しみながら、
人生設計(ライフデザイン)に取り組みます！



2

長期プログラム

定員10名

仕事をしながら子育てしているご家庭と触れ合い、その体験を振り返り、両立する上での社会課題に向けたアイデアをプレゼンテーションする充実したプログラムです。

▼ 日程・スケジュール(令和5年度) ▼

事前学習	8/5(土)	両立家庭って?動画ワーク.人生年表など	事後学習	8/28(月)	社会に当事者意識を持つてどういこと?など
	8/6(日)	こどもの関わり、行動を考えるワークなど		9/12(火)	中間プレゼンテーション、フィードバックなど
体験実習	8/7(日)~ 27(日) のうち1日	仕事と子育てを両立しているご家庭へ訪問します。実際にお会いして、お子さんと遊んだり、ご家庭に質問できます。	9/24(日)	最終プレゼンテーション会	
	8/28(月)~ 9/11(月) のうち1日				

長期プログラム参加学生による最終プレゼンテーション会

約1ヶ月の長期プログラムに参加した学生が、「働くこと」と「子どもを育てること」をリアルに体験した上で、協力企業からの課題「男女ともに仕事と育児を両立しながら活躍し、会社として発展していくためにはどうすればよいか」を解決するために、アイデアを出しプレゼンテーションを行いました。

(協力企業: 株式会社三笑堂、株式会社村田製作所)

最終プレゼンターマ

個人 体験を通して変化した **キャリア観・価値観の変化**

グループ 仕事と子育てを両立しやすい社会にするために **学生からのアイデア**

- グループ① …… 既存のサービスでは対応しきれない部分を学生団体がサポート!
「**学生団体ファミサポ**」
- グループ② …… 家庭と社会への当事者意識を育みながら相互理解できる社会を目指す!
「**家庭と社会を知るきっかけプログラム**」
- グループ③ …… 育児短時間勤務者の男女差に着目!
「**あなたの家事助けたらか~家事代行負担を会社と社員で折半~**」

長期プログラムに参加した学生の
感想



両立なんてはじめは想像もできませんでしたが、実際にご家庭に訪問し家事育児のリアルを知ることができ、外部サービスを利用したり工夫をすれば両立できることを知ることができました。また、様々なワークを通して将来を考えることができました。

短期プログラム

定員各10名

「働くこと」と「子育てをすること」の両立を1日で体験的に学ぶ、プログラムです。

学生同士の交流の
時間も充実

▼ 日程(令和5年度) ▼

フィールドワークあり

オンライン

8月 8(火) 23(水)

9月 14(木)

11月 18(土)

12月 9(土)

▼ 当日スケジュール / フィールドワークあり ▼

12:30

- プログラムについて、自己紹介ワーク
- 10年後の「なりたい姿」ワーク
- 子育て中の共働き家庭ってどんなイメージ?
「動画ワーク」
- 京都府の子育て施策について
- フィールドワークにむけての作戦会議 など



16:00

20:30

※予定終了時刻

- フィールドワーク

夕方から2人1組でご家庭に訪問

▼ 当日スケジュール / オンライン ▼

12:30

- プログラムについて、自己紹介ワーク
- 10年後の「なりたい姿」ワーク
- 子育て中の共働き家庭ってどんなイメージ?
「動画ワーク」
- ゲストトーク
- ライフデザインワークショップ
- 京都府の子育て施策について
- 振り返り

16:30

「人生年表」



ご家庭への訪問やチームでの共有などを通して家庭の在り方は様々であると気づき、色々な状況にいる人を受け入れられるようになりました。また、最後までプレゼンをやり遂げ、メンバーやスタッフの方々と深く関わったことで自信が付き、以前よりポジティブになることができました!

■ 協力家庭ってどんな家庭？

京都府に在住または在勤で、0歳～小学校3年生のお子さんがある共働き家庭です。両立体験プログラムでのゲストトークや体験実習を通じて、学生の皆さんに子育ての楽しさや大変さ、仕事との両立の工夫などを話したい!と前向きに考えてくれている家庭です。

協力家庭例

	父	母	子
Aさん宅	公務員	サービス	5才・3才
Bさん宅	税理士事務所	商社	8才・2才
Cさん宅	不動産	メーカー	1才

■ 協力家庭のコメント

今回初めて受け入れをさせていただき、受け入れ側もドキドキしていましたが学生の皆さんも今までの「自分の家の当たり前」からまた違う家庭もあるんだよ、と多様な価値観に気付いてもらえれば!と思いたくさん話をさせていただきました。少しでもこれからの視野の広がりに役に立っていたら幸いです!

マツシマホールディングス 伊藤様



仕事と子育てを経験している私たち、まだ経験していない学生さんの意見を交えることで、新たな視点がたくさん生まれる良い機会になったのではないかと感じています。両立生活を前向きに捉えてくれる学生さんが増えると嬉しいです!

園田雄一様・香奈様



■ ゲストトークでどんなことが聞けるの？

- ☑ 仕事内容
- ☑ 現在の仕事を目指したきっかけ
- ☑ 仕事で楽しいこと、大変なこと
- ☑ 仕事と子育ての両立を行う上での工夫
- ☑ 子どもと一緒に生活になってからの意識や生活の変化
- ☑ 子育ての楽しさ、大変さ
- ☑ パートナーや周囲の人とどう協力し合っているか
- ☑ 家事分担はどうしているか
- ☑ 学生時代は何をしていたか etc・・・

仕事もプライベートも、気なることを自分から聞いてみましょう

プログラム協力家庭になりませんか？

- このプログラムに賛同・協力いただける家庭を募集しています。

≫ ご協力いただきたいこと

「両立家庭体験」受け入れ

学生がご家庭を訪問し、お子さんと遊んだり、家事・育児を体験したりしながら、インタビューをさせていただきます。訪問は、長期プログラムでは2回、短期プログラムでは1回です。

「インタビュー」

プログラム開催時に、学生から仕事と育児の両立に関してインタビューをさせていただきます。大学授業内など対面で行う場合と、Web会議ツール「Zoom」を使ったオンラインの場合があります。

≫ 協力家庭になるには

登録フォームからエントリーいただいた方へ事務局より説明会のご案内をいたします。対象は小学3年生までのお子さんがおられる京都府内在住、または在勤の共働き家庭です。

Q&A

Q.

子どもと一緒に参加してもいいですか？

A. ご家庭がよろしければ、お子様同伴でのインタビューも大変嬉しく思います。その時のお子様の機嫌や状況で、大人の方のみでの参加でも大丈夫です。

Q.

どんなお話をするといいですか？

A. これまでの人生を振り返って仕事、結婚、育児に絞ってまずは5分ほど説明いただければと思います。その後、学生から質問させていただきますので、対話形式で可能な範囲でお答えいただければ嬉しいです。

Q.

勤務先の紹介もしてもいいですか？

A. 企業のご紹介も可能です。5分程度にまとめていただき、ご紹介いただければと思います。事業内容等はもちろんですが、特に働き方の制度なども説明していただけると、学生も高い関心を持つと思います。

■ 協力企業について

企業にインターンシップに来た学生を両立体験プログラムに誘導していただいたり、受入家庭としてご協力をいただいた企業です。
引き続き本プログラムご協力いただける企業を募集しています。

「令和5年度の協力企業」

- ・アクセルコンサルティング株式会社
- ・株式会社ウエダ本社
- ・LVMHパフューム & コスメティクス事業
- ・カーサービスピカット
- ・株式会社きゅうべえ
- ・京都EIC株式会社
- ・京都府
- ・久御山町
- ・月桂冠株式会社
- ・新日本理化株式会社
- ・菅原精機株式会社
- ・株式会社Save Medical
- ・星和電機株式会社
- ・WDB株式会社
- ・株式会社特殊高所技術
- ・日新電機株式会社
- ・認定NPO法人ノーベル
- ・保育・託児サポートあっぷっぷ
- ・株式会社マツシマホールディングス
- ・株式会社ヤマモトホールディングス
- ・合同会社LEARNER
- ・Roomie
- ・株式会社ワコール (50音順・敬称略)

企業情報は京都府HPから
ご確認いただけます



企業様へのサポート

両立体験プログラムの導入研修

ライフデザインを考えるワークショップ及び、体験実習のメリットをお伝えし、体験プログラムの実施につながるよう企業向けアドバイザー派遣として、導入支援研修を開催しました。

当日の流れ

両立体験プログラムの説明

ライフデザイン ワークショップ

貴社希望研修

専属スタッフが
研修を担当します。

アドバイザー派遣研修コンテンツ

経営者・人事担当者向け

①男性育休制度理解

②オンライン採用面接

③Z世代のキャリア観講座

社員向け

④ライフキャリア講座

⑤育休取得支援講座

⑥ハラスメント講座

■ 長期プログラム実施大学のコメント

長期プログラムを各大学の先生方と相談をしながら、それぞれの授業目的に合わせてカスタマイズして導入しています。コラボしていただける大学・授業を常時募集しています。

立命館大学 キャリア形成特殊講義「キャリア探偵団」

子育てと働くことの両立(ワーク・ライフ・バランス)をテーマとした実践的学習として、京都府、スリール株式会社、LVMH パフューム & コスメティクス事業、の協力により産学連携型 PBL を行いました。「①企業で子育てをしながら働く男女の課題にはどんなことがあるのか。②その課題に沿ったWLB(両立)の解決策を、独自のアイデアで考えて最終報告を行う。」という二つの課題が出され、2グループに分かれて取り組みました。

最終プレゼンテーマ

- グループ①**
- パートナーの転勤による離職に着目！
一時的な在宅ワーク「Dior Temporary Position」、移動販売による新たな職場「Belle Car」
 - 子育て社員と他社員間の軋轢に着目！
モチベーションの向上「Belle Point」、仕事量の負担増を軽減「Dior Fever Night」
- グループ②**
- 子育て世代が来店しやすく、働きやすい環境を創る！
子育て中のお客様、社員によるコミュニティストア「Kc-store」

学生たちは常に自分自身の意見を問われ発言する機会が多く、アウトプットを意識したグループ研究ができました。またスリール株式会社による子育ての現場の動画教材や、子育ての経験談を含んだ講義がなされ、同時に対話形式でのワークショップも実施し、これらによって学生は「ワーク・ライフ・バランス」を具体的に理解できました。中間発表や最終発表会での企業からの指摘は、受講生にとっては貴重な経験でした。こうした「経験」を糧に学び続けていく講義によって、将来を見据えた大学での学びのモチベーションづくりや自立的な進路選択、キャリア意識の醸成、という授業目的が達成できました。立命館大学 キャリア形成特殊講義「キャリア探偵団」 前田信彦先生



同志社大学経済学部「山森ゼミ」

「誰一人取り残さない」社会と経済のあり方を考えるゼミの導入として、5回にわたるワークショップ、および共働き家庭での学生の受け入れを行なっていただきました。

最終プレゼンテーマ

体験を通して変化した キャリア観・価値観の変化

参加
学生の
声

- Before：子供の人数は多いほど大変
After：上の子が下の子を世話する子育てへの慣れ、経験から楽しむ余裕も
- Before：全部自分達で家事や育児をしている
After：家事代行やシッターサービスを利用するという選択肢もある
- Before：子育てのイメージが湧かず、こどもは持ちたいという気持ちはなかった
After：子育てを実際にするイメージが持て、こどもを持ちたいと思うようになった

労働や子育てに関わる社会政策について、別の授業で講義しているのですが、そこで一定数見られた「子育ては自己責任。政府や企業に迷惑をかけるべきではない」論が、ワークショップに参加させていただいた学生には皆無だったことが印象的でした。

同志社大学経済学部 山森亮先生



ワーク&ライフ・インターン 体験後アンケート

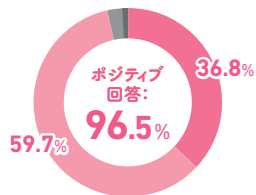
実際に体験に参加した学生にアンケートを行いました。仕事と子育てとの両立に対するイメージがポジティブに変化しています。※回答者数:380名

体験後のアンケートの結果

■ とてもそう思う ■ あまりそう思わない
■ そう思う ■ 全くそう思わない

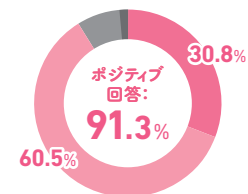
Q このプログラムを通して、長期的に働き続けるイメージができましたか？

- A**
- 私自身も固定概念に囚われていたなということに気づくことができ、家事育児をするために仕事を辞める必要はないということを改めて知ることができました。
 - 企業の制度を利用したり、家事代行サービスを利用したりすることができると知り、子育てと仕事を両立するハードルが下がりました。

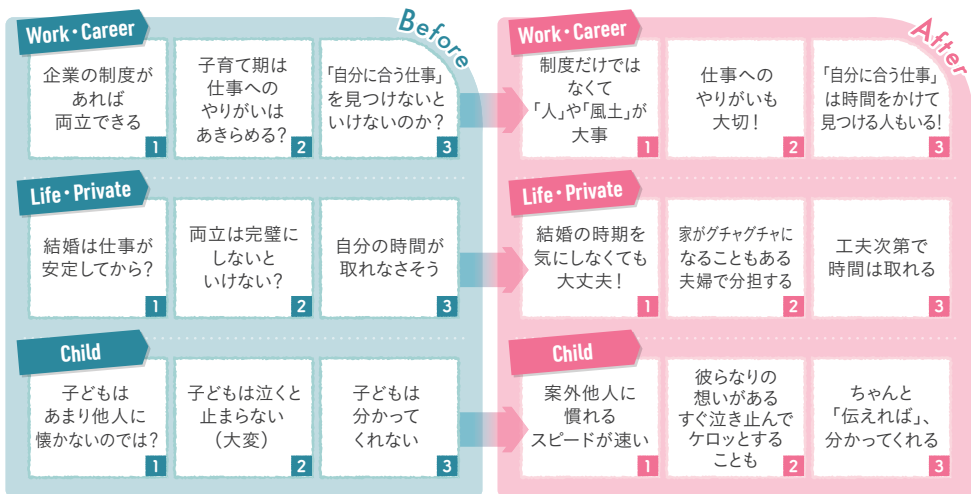


Q このプログラムを通して、京都で「子育てをすること」を前向きに考えられるようになりましたか？

- A**
- 子育てに対してポジティブなイメージに変化し、子どもが可愛いと感じるようになった。
 - この体験に参加していなかったら、育児と仕事の両立に対してマイナスなイメージを持ったままだったかもしれないが、実際にご家庭にお邪魔し自ら学んだことで、前向きに捉えることができるようになった。本当に良い機会でした。



体験前と体験後のイメージの変化



参加した 学生の声

他大学の大学生と価値観を共有したり、同じような不安を抱えていることを知ることができた。不明瞭すぎて焦っていた将来のビジョンについて、すこし具体的なイメージにすることができた。
(京都女子大学3年生)



両立は大変でしんどいというイメージが強かったが、ゲストスピーカーの前向きな姿や心から育児を楽しんでいることが伝わり、とても前向きな気持ちになった。将来、育児も仕事も充実させながら両立したいと思います!
(立命館大学1年生)

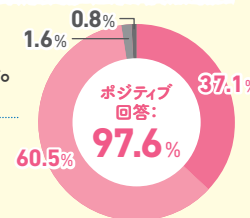


他人のご家庭にお邪魔するという貴重な体験をさせて頂いた上で、プレゼンで発表し、最後色んな人とアイデアを深めることができたこの経験は何事にも代え難ものだとすごく感じています。本当に7日間ありがとうございました。
(福知山公立大学3年生)



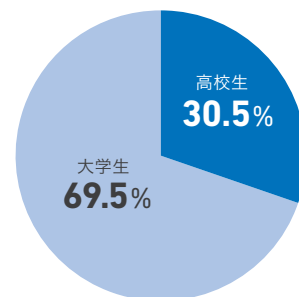
Q 「両立体験プログラム」を友人に勧めたいと思いますか?

A ■ とてもそう思う(37.1%) ■ あまりそう思わない(1.6%)
■ そう思う(60.5%) ■ 全くそう思わない(0.8%)



令和5年度実施結果

参加学生等: 1,163名



参加学生の在籍する高校・大学

- 立命館高等学校
 - 京都光華女子大学
 - 京都産業大学
 - 京都女子大学
 - 京都西山短期大学
 - 京都ノートルダム女子大学
 - 同志社大学
 - 同志社女子大学
 - 立命館大学
 - 広島市立大学
 - 武蔵野大学
 - 滋賀県立大学
 - 福知山公立大学
 - 龍谷大学
 - 龍谷大学短期大学部
 - 日本女子大学
- (ほか)