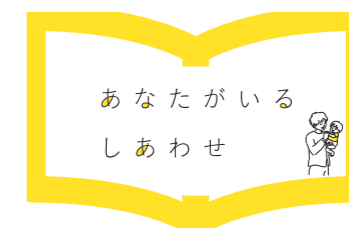
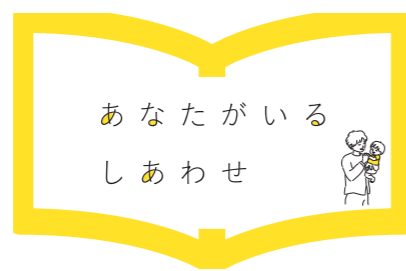


文部科学省 令和2年度
「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」

実施報告書



文部科学省 令和2年度「女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業」実施報告書

事業者代表 一般財団法人大阪市男女共同参画のまち創生協会

(愛称：大阪市男女いきいき財団)

〒543-0002 大阪市天王寺区上汐5-6-25

TEL：06-7656-9040

発行 令和3年3月

主催：一般財団法人大阪市男女共同参画のまち創生協会 公立大学法人大阪市立大学

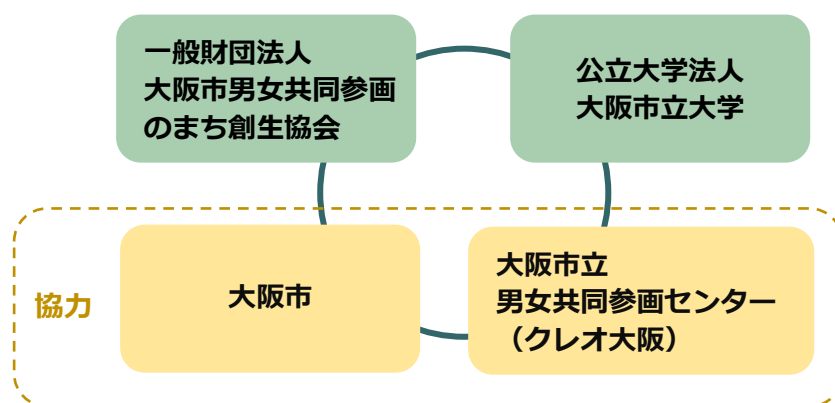
協力：大阪市 大阪市立男女共同参画センター（クレオ大阪）

1. 事業名称

文部科学省 令和2年度 女性の多様なチャレンジに寄り添う学びと社会参画支援事業 女性の学びサポートフォーラムによる普及啓発事業の実施

女性の学び直しやキャリアアップへの関心を高めるとともに、固定的性別役割分担意識の解消に資する普及啓発事業

2. 実施体制



3. 事業の背景

(1) 自分の成長のための学びの時間を優先することに対する女性自身が感じる罪悪感

令和元年度の「対面・Webでの学びのあり方検討事業」にて、スクーリング（対面事業）、現地見学（実地授業）、eラーニングの3つの学びの形態を設定して事業を実施した。それぞれの形態のメリットを活かした組み合わせによるプログラムの有効性を確認するとともに、学びの形態に関わらず、育児や子育てに費やしていた時間を学びに充てるなど、**自分の成長のための学習時間を優先することに罪悪感を感じる女性が多いことがわかった。**

(2) 現在進行形で子育てをしている層に根強く残る子育てについての固定的性別役割分担意識

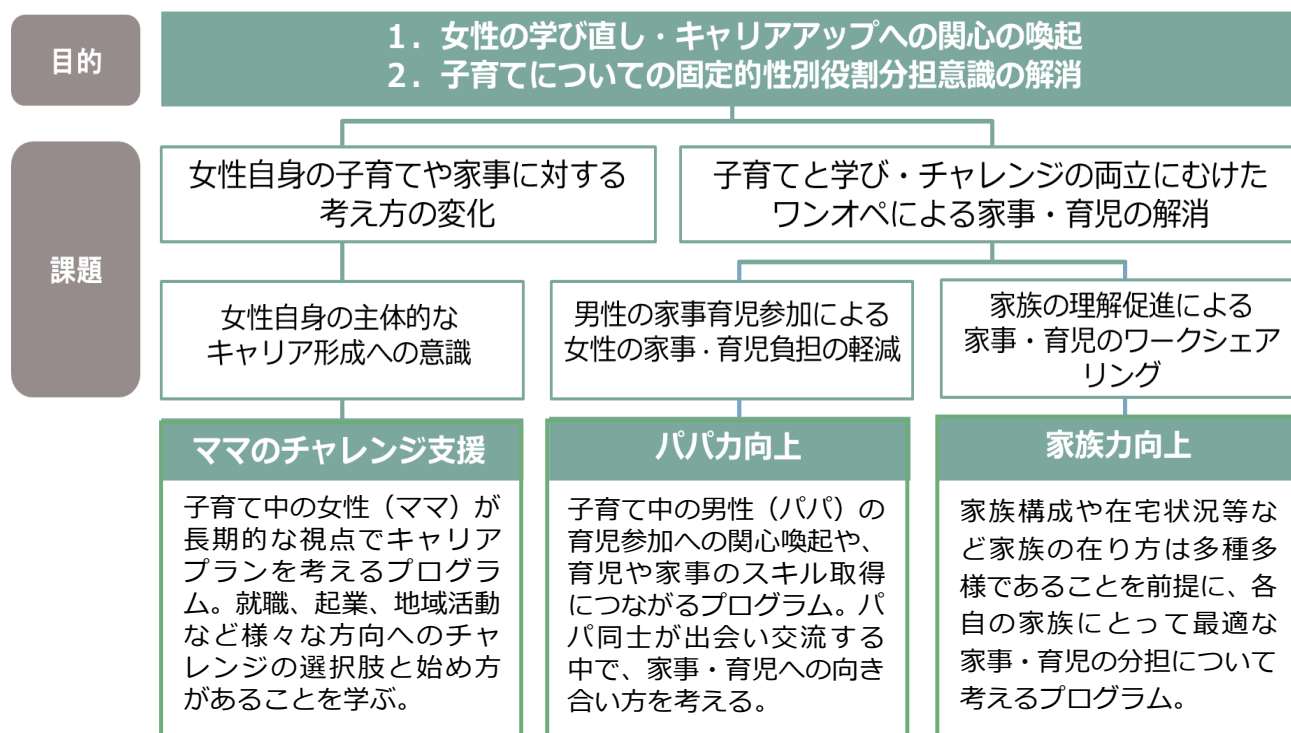
令和元年度の内閣府「男女共同参画社会に関する世論調査」によると、「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」という考え方に賛成する30代の63.5%が、「妻が家庭を守ったほうが、子どもの成長などにとって良いと思うから」を理由としている。また、令和元年2月に当財団にて開催した全国男性相談研修会の講師より、男性の育児参加を阻む要因として、**女性（母親）の「私でなくちゃダメ」というゲートキープの問題**があることが指摘された。

「子育ては女性がするもの」という思い込みと周りからの役割期待は、子育て中の男性の家事・育児参加、及び、子育て中の女性の学び直し・キャリアアップ・キャリアチェンジの障壁となっている。**子育て中の女性が自分のために時間を使うことへのためらい・罪悪感と子育ての抱え込みの軽減・解消、子育て中の男性の主体的な育児参加、これから子育てをする世代・子育て層を支援する世代の子育てについての意識改革が課題**と考えた。

4. 事業の目的

子育て中の女性が学び直しやキャリアアップに関心を持ち、何か行動を起こすためには、女性自身の主体的なキャリア形成への関心と意識づくりと、女性自身が抱える子育てについての固定的役割分担意識の解消が必要だ。特に、自身のキャリア形成や学びにつながる場や機会に接点を持ちにくい層や男女共同参画センターなどに足を運ばない層など、学びの場にアクセスしていない層に対するアプローチに重点をおいた。

子育てについて男女共同参画の視点を持つきっかけを提供し、自分の中にある固定的性別役割分担意識の気づきを促すことで、子育て中の女性が、子どもや家族のケアよりも自分の学びや成長を優先することに対して感じる罪悪感の軽減につなげる学びの場の提供と啓発ツールの作成を行った。講座への参加や啓発ツールを通して、女性が自分の中にある思い込み（アンコンシャス・バイアス）について問い直し、まわりからの役割期待に過剰に応えすぎないように、自分自身と向き合い、仕事や社会参加、学びなど 多様にある選択肢の中から選んだ道へのチャレンジに対する意欲の向上をめざした。



（1）子どもと一緒にパパとママの学びフェスタ

ママとパパのオンラインカレッジ

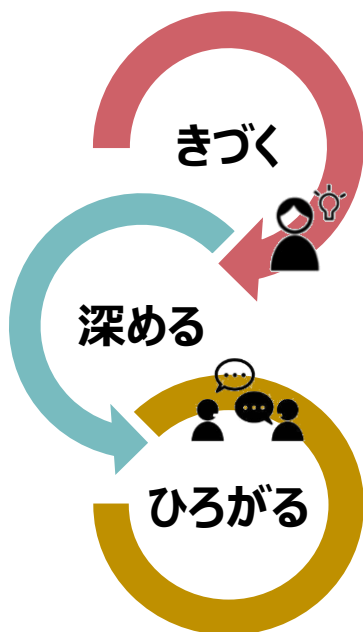
子育てママとパパの社会科見学&交流会

（2）男性の育児参加への理解を促進するツールの作成

啓発冊子・パネル・動画

「あなたがいるしあわせ ～パパと家族のフォトブック～」

5. 事業体系



日常生活において、無意識のうちに関心の中に持っている**子育てに関する性別に対する偏った見方や思い込みへのきづき**を促すきっかけを提供。

方法：Web 媒体…イクメン啓発動画
紙媒体…イクメン啓発冊子の配布、パネル展示

家族で学べるワークショップや、親子一緒に楽しめるイベントなど、**多様な家族の在り方や夫婦や地域で助け合っ**て子育てすることの**楽しさと大切さへの認識と理解を深める**場と機会を提供。

方法：パパとママのオンラインカレッジ
子育てママとパパの社会科見学&交流会

SNS の活用や、子育て中の方が必ず参加する行事にて配布するなど、**事業や情報にアクセスしていない層へ届ける**仕掛けを工夫。

方法：Web 媒体の拡散、3 か月検診にて冊子配布

6. 実施結果

課題	成果	結果
キャリア形成への関心 女性の主体的な	イベントに参加することでの意識変容 ●家族力向上 ●ママのチャレンジ支援 ●パパ力向上	パパとママのオンラインカレッジ 参加者 134 人 (申込者 167 人) 子育てママとパパの社会科見学&交流会 参加者 12 人 (申込者 15 人) 参加者アンケートによる評価 ▶ 満足度 97.2% ▶ キャリアアップ・チャレンジのきっかけとなった 88.9% ▶ 子育てに対する意識が変わった 86.1% ▶ 自分の中の思い込みに気づいた 54.2%
		主体的にアクセスしない層への啓発 ●Web 媒体で広く届ける ●子育て層に直接届ける
固定的性別役割分担意識への気づきの促進	幅広い年代層へのアピール ●男性の育児参加への関心喚起	イクメン啓発冊子の配布 配布冊数 3,220 冊 ・天王寺区・城東区・北区での3か月検診、大阪市内図書館、グランフロント大阪内パナソニックセンターでの配布 ・オンラインカレッジ参加者への配布 ・クレオ大阪フェスタ・男女共同参画セミナー参加者への配布
		イクメン啓発パネル展示 参加のべ 2,720 人 ・クレオ大阪中央フェスタにて展示 ・クレオ大阪中央展示ギャラリーにて展示

7. 実施結果の内容詳細

(1) 子どもと一緒にパパとママの学びフェスタ

① ママとパパのオンラインカレッジ

『パパ力向上』『ママのチャレンジ支援』『家族力向上』をテーマにした9つのプログラムを、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、オンライン参加型事業として実施した。対象や内容に応じて、会場参加型、オンライン+会場参加のハイブリッド型にて実施した。

オンライン事業にしたことによるメリットとデメリット

【メリット】

- 東京や横浜、新潟、群馬、沖縄、山口、千葉、高知、福岡、鹿児島、淡路島（兵庫）など、**全国からの参加。**
- 事業当日、子どもや参加者本人が**体調不良となった場合や、外出が難しい小さな子どもがいる場合**など、会場参加型では参加できなかったが、子どもの様子を見ながらの参加や可能な範囲で参加など、**オンラインだから参加**できたケースがあった。
- 移動中の車（運転手ではない）や公共交通機関での**移動時間を活用しての参加。**
- リアルのママ友・パパ友ではないことで、**安心して本音がはなせる機会**となった。

【デメリット】

- 興味があり参加希望はあるものの、ITスキルの不安や自宅のインターネット・Wi-Fi環境が整わないことなどが、参加をためらう要因となった。
- リアルな場で、同じ時間や経験を共有することで生まれるつながりや体験の創出が難しい。

参加状況

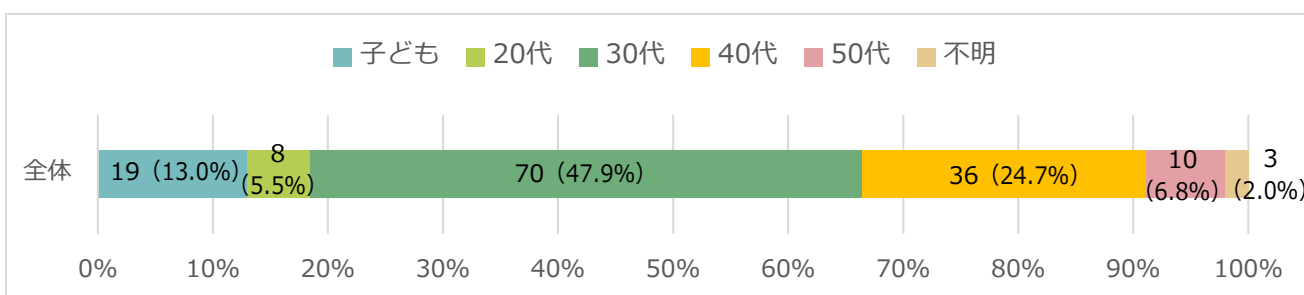
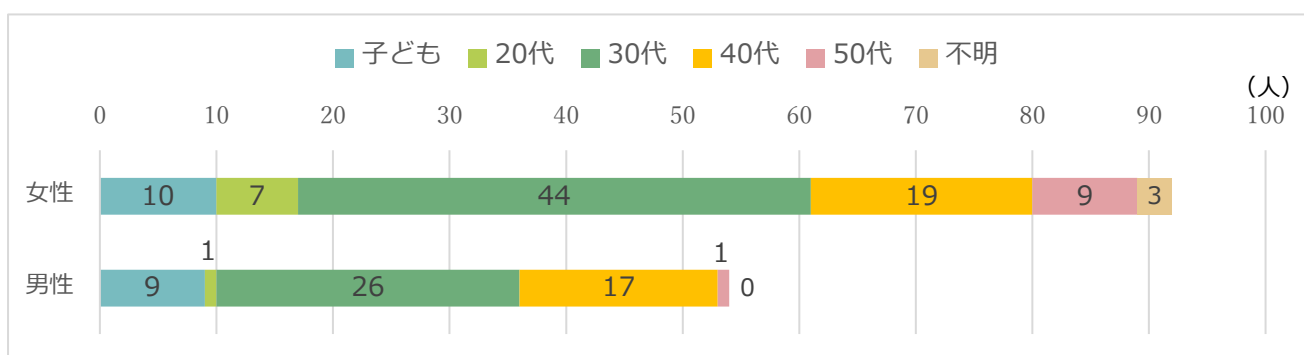
のべ参加者 146人

パパ力向上	パパと一緒にベビーキッズビクス マッサージなどのスキンシップを通し、パパが子どもとのふれあい方や関わり方を学ぶ	対象：4か月～1歳4か月の子どもとパパ 日時：11月8日（日） 11月15日（日） 実施回数：2回	申込：18組 参加：12組 26人
	子育てひろば（会場参加型） ママに比べると少ないパパ同士で子育てについて気軽に話す機会を提供し、パパの子育てについて考える	対象：就学前の子どもがいるパパ・ママ 日時：12月12日（土） 1月31日（日） 実施回数：2回	申込：16組 参加：15組 29人
	ひとり親パパのためのお悩み解決セミナー（オンライン+会場参加型） 出会う機会の少ない父子家庭のパパ同士で子どもの成長に伴い変化していく関わり方などについて悩みや課題を共有する	対象：シングルファーザーの方 日時：1月17日（日） 実施回数：2回（同日開催）	申込：10人 参加：10人
ママのチャレンジ支援	なにか始めてみたいママのおしゃべりサロン 何か始めてみたいけれど、何をしたらよいのか、などモヤモヤを明確化しチャレンジにむけて支援する	対象：子育て中のママ 日時：10月18日（日） 12月6日（日） 実施回数：2回	申込：4人 参加：4人
	ママになったら考えよう！～わたしのこれから、家族のこれから～ 目の前のことだけでなく5年後、10年後の自分の生き方・暮らし方などライフプランを考える	対象：子育て中のママ 日時：11月8日（日） 11月19日（木） 実施回数：2回	申込：14人 参加：13人
	母子家庭のためのマネープランニング講座 母子家庭だからこそ知っておきたいお金のこと、教育費のこと、生活費のことについて学ぶ	対象：シングルマザーの方 日時：10月18日（日） 11月15日（日） 12月6日（日） 実施回数：3回	申込：33人 参加：26人
家族力向上	ファミリータイムマネジメント～家族の家事分担を考える～ テレワークなど生活スタイルが変わったことで、改めて、自分や家族にとって最適な分担を考える	対象：子育て中の家族、育休中の家族 日時：12月6日（日） 12月12日（土） 実施回数：2回	申込：7組 参加：7組 12人
	ファミリーフィットネス（会場参加型） パートナーや家族と協力して子どもとかかわることを体感し、家族みんなで子育てすることの大切さと楽しさを学ぶ	対象：子育て中の家族 日時：2月20日（土） 実施回数：1回	申込：9組 参加：4組 14人
	子育てママとパパの社会家見学&交流会 女性の多様なチャレンジに寄り添うための気づきを醸成する	対象：子育て中のママ・パパ 日時：3月4日（木） 実施回数：1回	申込：15人 参加：12人

参加者層プロフィール

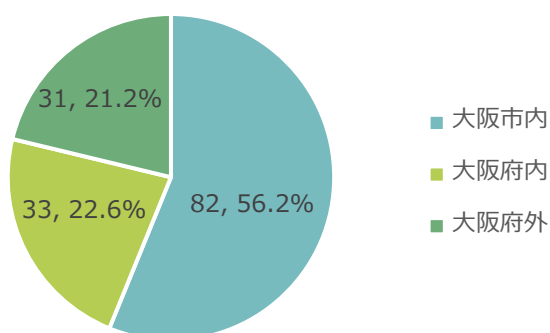
① 性別・年代 男女ともに30代の参加が多く、対象としていた30代40代の参加が7割を超えた。

性別/年代	子ども	20代	30代	40代	50代	不明	合計
女性	10(10.9%)	7(7.6%)	44(47.8%)	19(20.7%)	9(9.8%)	3(3.3%)	92
男性	9(16.7%)	1(1.9%)	26(48.1%)	17(31.5%)	1(1.9%)	0(0.0%)	54
全体	19(13.0%)	8(5.5%)	70(47.9%)	36(24.7%)	10(6.8%)	3(2.0%)	146



② 居住地

	大阪市内	大阪府内	大阪府外	合計
居住地	82(56.2%)	33(22.6%)	31(21.2%) 〔内訳〕 東京都：9、兵庫県：3、奈良県：3 各2：和歌山県、京都府、埼玉県、神奈川県 各1：鹿児島県、群馬県、新潟県、千葉県、 沖縄県、山口県、高知県、福岡県	146



過半数が大阪市内からの参加となったが、東京都をはじめ、沖縄県から新潟県まで全国からの参加があった。

パパカ向上プログラム

パパと一緒にベビーキッズビクス

▶対象：4か月～1歳4か月の子どもとパパ

▶参加：12組26人

▶日時：11月8日(日) 10:00～10:50

11:10～12:00

11月15日(日) 10:00～10:50

11:10～12:00

▶講師：風早いつみさん

(日本マタニティビクス協会認定

ベビービクスインストラクター)

▶目的：パパが子どものふれあい方や関わり方を学ぶ。

▶内容

- ・講師と参加者の自己紹介
- ・子どもへのマッサージや発達の個性差などについての説明
- ・全身を使ったエクササイズ
- ・頭部、腹部、手足、指のマッサージ
- ・深呼吸とリラクゼーション

▶アンケート結果 (回答：8件)

・年代 30代：7人(87.5%)、40代：1人(12.5%)

・居住 大阪市内：7人(87.5%)、神奈川県：1人(12.5%)

*満足度：100% (大変満足：7人/87.5%、おおむね満足：1人/12.5%)

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：100% (とても良いきっかけとなった：5人/62.5%、そこそこなった：3人/37.5%)

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：100% (かなり変わった：3人/37.5%、少し変わった：5人/62.5%)

【感想】

- 体を思ったより触っていいということに気付いた。
- 子が11か月でたっち(立つこと)が未だだがハイハイがしっかり出来ていると先生に言われて安心しました。
- 沢山触れてますが、もっと細かく色々教えてあげながら触れるという事を学べた。
- 育児を楽しみたいと思った。
- 途中でぐずりましたが、安心して参加できた。



子育てひろば

- ▶対象：就学前の子どもがいるパパ・ママ
- ▶参加：15組 29人
- ▶日時：12月12日（土）13:35～15:00
（イクメン写真コンテスト表彰式と連携）
1月31日（日）11:30～12:10
（クレオ大阪のおはなし会と連携）



- ▶講師：福島充人さん
（臨床心理士・一般社団法人日本男性相談
フォーラム代表理事）

- ▶目的：クレオ大阪中央の主催事業と連携し、パパにありがちな子育てのエピソードなどを紹介し、家でのパパの子育ての様子を家族とともにパパ同士でも気軽に話しあえる場を提供し、主体的な育児参加への意識を醸成する。



▶内容

- ・講師と参加者の自己紹介
- ・子育てについてのちょっとしたお悩みについて
- ・子育てについて他のパパに聞いてみたいこと
- ・フリートーク

▶アンケート結果（回答：9件）

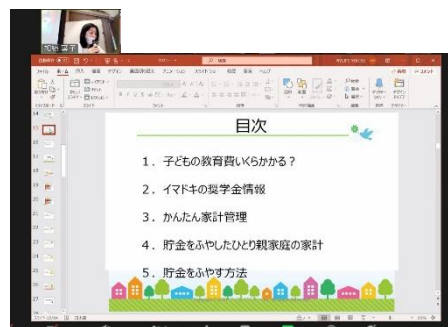
- ・年代 20代：1組（11.1%）、30代：8組（88.9%）
- ・居住 大阪市内：8組（88.9%）、大阪府内：1組（11.1%）
- *満足度：**100%**（大変満足：5組/55.6%、おおむね満足：4組/44.4%）
- *自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか
きっかけとなった：66.7%
（とても良いきっかけとなった：4組/44.4%、そこそこなった：2組/22.2%、あまりならなかった：3組/33.3%）
- *子育てに対する気持ちや意識の変化
変わった：88.9%（かなり変わった：1組/11.1%、少し変わった：7組/77.8%、変わらなかった：1組/11.1%）

【感想】

- 同世代の方々と交流できてよかったです。
- 子育てや父親・母親という役割について思い込みがあったことに気づいた。
- 今後も交流できるイベントや講座があれば参加したいです。
- 子育てに前向きになれた。
- 夜間断乳について考え方が変わった。

ひとり親パパのお悩み解決セミナー

- ▶対象：シングルファーザーの方
- ▶参加：10人
- ▶目的：出会う機会の少ない父子家庭のパパ同士の交流と、子どもの成長に伴い変化していく子どもとの関わり方などについて情報共有を行う。
- ▶日時：1月17日（日）



第1部 13：15～14：45 「こどもの教育費どう備える？ マネープランニング講座」

- ▶内容：子育てに伴うお金の悩みの解決にむけて、子どもの成長に合わせたマネープラン、家計や生活設計を計画的に考える
- ▶講師：加藤葉子さん〔ファイナンシャルプランナー・株式会社マイライフエフピー代表〕

第2部 15：00～16：30 「パパのお悩み相談サロン」

- ▶内容：離別や死別の乗り越え方や再婚・恋愛、男親として、成長する娘への向き合い方など悩みやもやもやの解決策を考える。
- ▶講師：濱田智崇さん〔臨床心理士・京都橘大学健康科学部心理学科 准教授〕

▶アンケート結果（回答：4件）

- ・年代 30代：1人（25.0%）、40代：2人（50.0%）、50代：1人（25.0%）
- ・居住 大阪市内：2人（50.0%）、奈良県：1人（25.0%）、京都府：1人（25.0%）

*満足度：100%（大変満足：3人/75.0%、おおむね満足：1人/25.0%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：50.0%

（そこそこなった：2人/50.0%、あまりならなかった：2人/50.0%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：100%（かなり変わった：1人/25.0%、少し変わった：3人/75.0%）

【感想】

- 普段、自分で思っていることを口に出すことで、自分の中で確認することができました。
- 抱え込みがちですが、もう少し楽にしてもよいのだと思った。
- 「頑張りすぎてはいけない」とわかっているがなかなか実践できないもの。これから少しずつでも、頑張りすぎないようにしたい。
- 子どもと自分の生きた時代がちがう。だからこそ会話を作っていきたいと思う。
- 男性ひとり親に対する支援はなかなか見つけられないので、これからも続けてほしい。

ママのチャレンジ支援プログラム

何か始めてみたいママのおしゃべりサロン

- ▶対象：子育て中のママ
- ▶参加：4人
- ▶日時：10月18日（日）10:00～12:00
12月6日（日）13:00～15:00
- ▶講師：リー・ヤマネ・清実さん
(中小企業診断士・パーソナルアシスタント)



- ▶目的：何か始めてみたいけど、何をしたいのか、何から始めたらよいかについてのモヤモヤを話し合いで明確化し、チャレンジを支援する。

▶内容

- ・講師と参加者の自己紹介
- ・女性のライフサイクルとチャレンジについて
- ・やってみたいことや興味あること
- ・フリートーク
- ・講師からのアドバイス

▶アンケート結果（回答：4件）

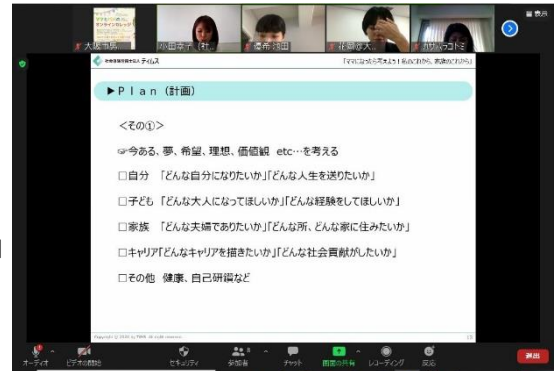
- ・年代 30代：2人（50.0%）、50代：2人（50.0%）
- ・居住 大阪市内：1人（25.0%）、大阪府内：2人（25.0%）、兵庫県：1人（25.0%）
- *満足度：**100%**（大変満足：4名/100%）
- *自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか
きっかけとなった：100%（とても良いきっかけとなった：4人/100%）
- *子育てに対する気持ちや意識の変化
変わった：75.0%（かなり変わった：2人/50.0%）、少し変わった：1人/25.0%、変わらなかった：1人/25.0%）

【感想】

- 講師の方から貴重な体験談やアドバイスをいただき、次の行動への大切なヒントにさせてもらいました。
- 人前でお話する機会をいただくことで、改めて自分の子育てで大切にしたいことが確認できました。
- 子どもも社会人となり、なんとなくもうこれで終わりかなと思っていたので、もうちょっと楽しんでもいいんだと思えるようになりました。
- 子育てや、女性・男性の生き方・働き方に思い込みがあったので、改めて自分の生き方・働き方について考え直せるような気がします。

ママになったら考えよう～わたしのこれから、家族のこれから～

- ▶対象：子育て中のママ
- ▶参加：13人
- ▶日時：11月 8日（日）13:00～14:30
11月19日（木）10:30～12:00
- ▶講師：小田幸子さん〔社会保険労務士法人ティムス共同代表〕
- ▶目的：目の前のことだけでなく、5年後、10年後の自分の生き方・暮らし方を考える機会を提供する



- ▶内容
 - ・講師と参加者の自己紹介
 - ・一歩踏み出すための「自己効力感」
 - ・自己効力感を高める4要素
 - ・充実した人生を送るための「PDCA」
 - ・ライフイベントシートを書いてみよう

▶アンケート結果（回答：10件）

- ・年代 20代：4人（40.0%）、30代：4人（40.0%）、40代：2人（20.0%）
- ・居住 大阪市内：7人（70.0%）、大阪府内：3人（30.0%）

*満足度：**100%**（大変満足：4人/40.0%、おおむね満足：6人/60.0%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：90.0%

（とても良いきっかけとなった：6人/60.0%、そこそこなった：3人/30.0%、ならなかった：1人/10.0%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：70.0%（少し変わった：7人/70.0%、変わらなかった：3人/30.0%）

【感想】

- 夫と今後希望する将来像についてどう共有するか悩んでいましたが、自分の価値観を明確にするツールをいくつも提供いただいたので、それを使って共有したいと思います。
- 子どもが生まれたばかりで、バタバタの日々の中で、オンラインで今後のことを考えられる講座を聞くことができ、大変ありがたかった
- 「こうあるべき」に縛られず、自己効力感をもってプランを考えたり、見通しがもてるのはとても幸せなことだと思いました。
- 家庭優先だけでなく、私個人の気持ちも大切にしようと思いました。
- この講座を受けたことで、目標を立てることの大切さに改めて気がついた。

母子家庭のためのマネープランニング講座

▶対象：ひとり親家庭の母親

▶参加：26人

▶日時：10月18日（日）14:00～15:30

11月15日（日）14:00～15:30

12月6日（日）14:00～15:30

▶講師：浅井優香さん〔ファイナンシャルプランナー〕

▶目的：母子家庭だからこそ知っておきたいお金のこと、教育費のこと、生活費のことについて学ぶ。

▶内容

- ・講師の自己紹介
- ・子どもの教育費・奨学金情報について
- ・生活費の考え方と家計管理について
- ・貯金をふやしたひとり親家庭の家計の事例紹介
- ・お金と上手に付き合うコツ



▶アンケート結果（回答：17件）

・年代 20代：1人（5.9%）、30代：3人（17.6%）、40代：8人（47.0%）、50代：5人（29.4%）

・居住 大阪市内：2人（11.8%）、大阪府内：2人（11.8%）、東京都：6人（35.3%）、

新潟県・沖縄県・山口県・神奈川県・埼玉県・高知県・福岡県：各1人（各5.9%）

*満足度：100%（大変満足：10人/58.8%、おおむね満足：7人/41.2%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：100%（とても良いきっかけとなった：12人/60.0%、そこそこなった：5人/30.0%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：76.5%（かなり変わった：5人/29.4%、少し変わった：8人/47.1%、変わらなかった：4人/23.5%）

【感想】

- 子どもの教育費にはお金をかけないといけない思い込みから解放されました。
- オンラインという便利な講座で助かりましたが、シンママとして借りている部屋も狭く、休日で子ども達もいて、カメラをオンにするのは難しかったです。
- 1年間転職活動を続けていましたが、コロナ禍により収入アップする転職先が見つからず悩んでいました。キャリアアップ以外の選択肢のお話をお聞きできてよかったです。
- 今回オンライン開催で、遠方在住でかつ、家庭の事情で外出もできない私も受講できて本当にありがたかったです。
- DVのこともあり、まだ隠れて暮らしていますので顔出しが怖かったこと、発達障がいの子どもの世話をしながら受講していたので、カメラとマイクオフのご理解いただき感謝しています。

家族力向上プログラム

ファミリータイムマネジメント～家族の家事分担を考える～

▶対象：子育てしながら働いている家族、育休中の家族

▶参加：7組 12人

▶日時：12月 6日（日）10:30～12:00

12月 6日（日）14:00～15:30

▶講師：藤本理恵さん〔キャリアコンサルタント〕

▶目的：新型コロナの影響によるテレワークや外出自粛など、家での生活スタイルが変わったことで、自分の家族にとって最適な家事・育児の分担を考える。

▶内容

- ・講師と参加者の自己紹介
- ・問題の整理&アイデアで解決に近づこう
- ・仕事がある日のタイムテーブル
- ・お互いが納得できる家事分担について
- ・質疑応答、フリートーク

▶アンケート結果（回答：4件）

・年代 30代：3人（75.0%）、40代：1人（25.0%）

・居住 大阪市内：1人（25.0%）、大阪府内：3人（75.0%）

*満足度：75.0%（大変満足：2人/50.0%、おおむね満足：1人/25.0%、やや不満：1人/25.0%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

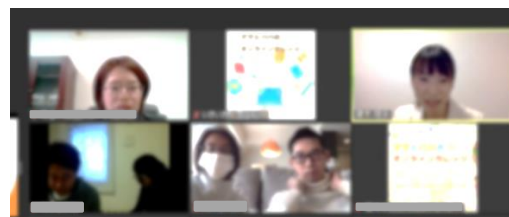
きっかけとなった：75.0%（とても良いきっかけとなった：3人/75.0%、あまりならなかった：1人/25.0%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：75.0%（かなり変わった：1人/25.0%）、少し変わった：1人/25.0%、変わらなかった：2人/50.0%）

【感想】

- リアルなママ友パパともではないことで、話やすいこともあった。
- 夫婦とも、自分の時間を持つ大切さを実感しています。
- 妻の「家事を完璧にやらないといけない」という思い込みが捨てきれないことから、夫に中途半端に家事をされると逆にストレスとなってしまうなど一筋縄ではいかないなと思った。
- 自分を振り返る機会となりました。
- パパとママの子育てについての価値観や方向性の違いは、話し合うしかないなと思いました。
- 今、ふりかえてみると、子どもが小さいときに、自分のおしゃれはダメなど、自分の好きなことをすることに対する罪悪感は何だったのだろう、どこからきていたのだろうと思いました。



ファミリーフィットネス

- ▶対象：子育て中の家族
- ▶参加：4組14人
- ▶日時：2月20日（日）10:00～10:45・11:15～12:00
- ▶講師：風早いつみさん（日本マタニティビクス協会認定
ベビービクスインストラクター）
- ▶目的：家族みんなで行うエクササイズを通して、パートナー
や家族と協力して子どもと関わることを体感し、家族
みんなですべてをすることの大切さと楽しさを学ぶ。



▶内容

- ・講師と参加者の自己紹介
- ・からだほぐし、ストレッチ
- ・全身をつかったエクササイズ
- ・子どもと一緒に歩く&走る
- ・リラクゼーション、クールダウン



▶アンケート結果（回答：7件）

- ・年代 30代：5人（71.4%）、40代：2人（28.6%）
- ・居住 大阪市内：5人（71.4%）、大阪府内：2人（28.6%）

*満足度：100%（大変満足：7人/100%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：100%（とても良いきっかけとなった：4人/57.1%、そこそこなった：3人/42.9%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

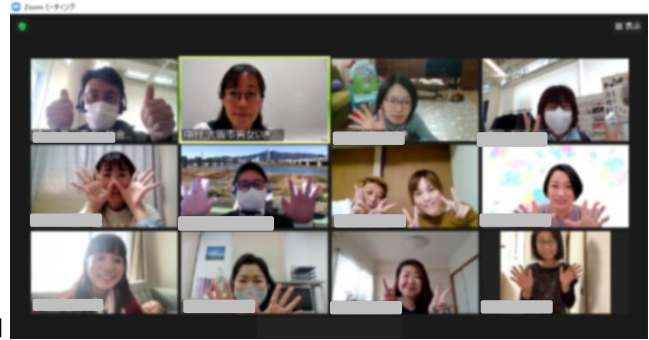
変わった：100%（かなり変わった：3人/42.9%）、少し変わった：4人/57.1%）

【感想】

- 家族と一緒に身体を動かす時間と気持ちのゆとりは大切だと思った。
- どうしても母親中心となっているので、父親ももっと子どもと過ごす時間をもったらよいと思った。
- 家族みんなが参加できる講座で、親以外の大人や子どもの前での我が子の様子を見ることができてよかった。
- ずっと家に閉じこもっていたので、リフレッシュできた。
- 子どもにとっても、親にとっても、運動不足の解消になった。
- 室内なので、子どもが好きに走り回っても、安心だった。

②子育てママとパパの社会科見学&交流会

～もっと あなたらしく くらすために～



▶対象：子育て中の家族

▶参加：12人（女性10人、男性2人）

▶講師：福田留美さん

〔NPO法人にしよどこネット代表理事〕

活動に参加している子育て中の女性

司会・進行：増田裕子さん〔新東三国連合ソシ工北大阪振興町会 会長〕

▶目的：オンラインで話しながら、もっと自分らしく暮らすことについて考える。

▶内容

・社会科見学 話題提供 YouTube 動画配信（期間限定）

2月19日（金）10:00～3月2日（火）12:00

・交流会 双方向配信 リアルタイム交流会（Zoom ミーティング）

3月4日（木）10:30～12:00

▶アンケート結果（回答：9件）

・年代 20代：1人（11.1%）、30代：5人（55.6%）、40代：2人（22.2%）、50代：1人（11.1%）

・居住 大阪市内：6人（66.7%）、大阪府内：2人（22.2%）、奈良県：1人（11.1%）

*満足度：88.9%（たいへん満足：5人/55.6%、おおむね満足：3人/33.3%、やや不満：1人/11.1%）

*自身のキャリアプランニングやキャリアアップを考えるきっかけとなったか

きっかけとなった：88.9%

（とても良いきっかけとなった：7人/77.8%、そこそこなった：1人/11.1%、あまりならなかった：1人/11.1%）

*子育てに対する気持ちや意識の変化

変わった：77.8%（少し変わった：7人/77.8%）、変わらなかった：2人/22.2%）

【感想】

- 子育てに限らず、ご自身の経験を活かして世の中の役に立ちたいと思う皆さんの姿にとっても刺激を受けました。
- みんな同じような課題を抱えているのだと思い、安心して緊張しないで子育てしてよいのだと思った。
- 自分の時間など取れないと思いましたが今回夫に子どもをみてもらって、皆さんとお話し出来て孤独が癒されました。
- 自分も一人で抱え込みがちだったので、「子育ては一人ではなくていいんだよ、人に頼っていいんだよ」ということが、もっと世の中に浸透すればいいなと思いました。

子育てママとパパの
社会科見学&交流会
～もっと あなたらしく くらすために～

日時 令和3年3月4日(木)
10:30～12:00

定員 20名程度

対象 子育て中のママ・パパ
内容に興味がある方などなたでも

プログラム 10:30 オープニング、話題提供配信
10:40 交流会
11:30 締め

参加申込 無料の申込フォームから
お申し込みください

お問い合わせ 大阪府南交いばい建設局
電話 06-7656-9040
FAX 06-7656-9045

NPO法人にしよどこネット
日々の子育てに寄り添い、
わからぬる問題を一緒に解決する。

大阪府南交いばい建設局で子育ての困難を、身近な方が
寄り添って解決している事例をご紹介します。誰もが
子育ての悩みを解決できる人はいくらでもいます。
ぜひ子育てで迷ったとき、悩んだとき、困ったとき、
ここに、子育て支援、地域みんなの
力を借りながら、「なにもしない子育てで後悔が
くると感じた、安心して子どもを育てても良
くなるように考えて活動しています。」

(2) 男性の育児参加への理解を促すツールの作成

「あなたがいるしあわせ ～パパと家族のフォトブック～」

男性が料理や洗濯、子どもの世話、送り迎えをしている写真とコメントをコンテンツとする冊子・パネル・動画を作成し、ほほえましい写真やコメントを見る中で、自分の中の子育てについての固定的性別役割分担意識への気づきと、家事・育児のワークシェアリングの大切さへの気づきの促進をめざした。

対 象	目 標
これから子育てをする男女	各種ステージにおける育児のワークシェアリングの重要性の理解促進
子育て中の男性	主体的な家事・育児参加への意識醸成
子育てについての固定的性別役割分担意識の高い女性	男性の育児参加への理解と機会の提供
子育て世代ではない世代	自分の中の子育てについての固定的性別役割分担意識への気づきと、子育て世代への役割期待の見直し



▶イクメン啓発冊子 仕様：14.8 ㍻×14.8 ㍻ / 48p / 全ページカラー

配布：3,220 冊/目標：3,000 冊

▶イクメン啓発パネル 仕様：A1 サイズ / カラー / 7mm厚

参加のべ 2,720 人/目標 400 人

展示：クレオ大阪中央フェスタ 11月21日(土) 参加のべ 2,570 人

クレオ大阪中央3階展示ギャラリー 12月15日(火)～25日(金) 参加のべ 200 人

▶イクメン啓発スライドショー (3分弱の動画)

再生件数:758 件 / 目標：1,000 件

配信：財団・クレオ大阪のHPに掲載、YouTubeチャンネル、フェイスブック、Twitter等にて配信

第28回ワン・ワールド・フェスティバル オンラインウィークにてプログラム出展

クレオ大阪主催事業にて事業前に上映

8. 今年度の事業成果と課題

(1) 3つのプログラムからみえたリアルボイスと各プログラムの成果

少人数定員で開催し、参加者一人ひとりの気持ちや考えていることについてのヒアリングを行ったことで、子育て中のパパ、ママ、家族のリアルな思いやニーズを把握することができた。また、グループでの話し合いの場で、男性のファシリテーターではパパの本音が、女性のファシリテーターではママの本音が出やすいなど、ファシリテーターの性別による効果の違いを有効に活用できた。

▶パパカ向上プログラム

子育て中のパパのリアルボイス

- ・子育てに関わりたいけれど、OKなこととダメなことのラインがわからない。
例：子どもへの触れ方がわからない、大人の料理は作るけれど離乳食は作り方がわからない など
- ・同じ世代のパパ、同じ状況のパパと出会い、話せる場がほしい。
- ・自分の子育てをママに認めてもらいたい。
- ・【ひとり親パパ】ママがいないことに対する罪悪感 → ひとりで抱え込む・頑張りすぎる

パパカ向上プログラムでの成果

子どもとふれあうベビーキッズビクスでは、講師の指示やアドバイスがあることで安心して子どもと触れ合うパパの様子がみられた。子育てひろばやお悩み解決セミナーでは、子育てに関わりたいけれど、少しでもわからないことがあることがためらいや不安につながっていることがわかった。子育てに関する情報を得て、心の準備がしっかり出来ることは、パパの子育てに関わることへの不安やためらいの軽減と、育児参加の促進につながると考えられる。

▶ママのチャレンジ支援

子育て中のママのリアルボイス

- ・自分の気持ちや希望を優先することへのためらい。
→ 家庭優先だけでなく、自分の気持ちも大切にしてもよいということを実感。
- ・「こうあるべき」に縛られず、自己効力感をもってプランを考えたり、見通しを持つことが大切なのはわかっているが、なにからどう始めたらよいかわからない。
- ・「ひとり親ママ」教育費や生活費など経済的な不安
→ 支援制度や給付金はいろいろあるが、自分から動かないと情報もつかめない。

ママのチャレンジ支援プログラムでの成果

ママ友でもなく、家族でもない大人と、子育てのことやこれからの生き方・働き方・やってみたことについて話すという体験が、自分を見直し、振り返り、これからのキャリアを考えるよい機会となった。特に、シングルマザーのマネープランニング講座では、全国から参加があり、コロナの影響を経済的に大きく受けた母子家庭にとって、マネープランニングはどの地域でもニーズの高いテーマであることがわかった。オンラインであっても、同じ状況のママがいること、同じしんどさを抱えているママがいることを知ることが、悩んでいるのは自分だけではないこと、自分のキャリアをしっかりと考えることの大切さを実感し、一歩踏み出すためのサポートとしての効果がみられた。

▶家族力向上プログラム

子育て中の家族のリアルボイス

- ・夫婦ともに、おたがいのことがわかっているようで、わかっていることも多い。
- ・怒られるのではないかという恐れを乗り越えて、子育てのやさかし体験を配偶者に相談できたとき、やっぱり一番の相談相手は配偶者であることを実感できた。
- ・パパとママの子育てやライフプランなどについての価値観のちがいによるすれ違いは話し合うしかない。
- ・『自分の時間』は必要な時間ではあるけれど、キラーワードともなる。
- ・仕事と子育ての2択だけだとしんどいということをパパが実感することが大切。

家族力向上プログラムでの成果

夫婦で参加し、他の夫婦の子育てについての考え方や子どもとのふれあい方を見ることで、夫婦各自が、共感したり、学んだりたことを夫婦間で共有することで、相互理解が深まったり、サポートしあえる関係づくりにつながることがわかった。同じワークシートを各自で行い結果を共有すること、家族一緒に運動をするなど同時に同じことを体験することは、同じ経験を通して、相手のことを理解するツールとして有効であり、これから家族みんなで子育てを頑張っていこうという意識の醸成につながるものだった。また、夫婦で参加し、他の夫婦間のやりとりやエピソードを聞くことで、学びたいと思うのは自分だけではなくこと、罪悪感を感じる必要はないことなど共感や新しい気づきにつながりやすかった。

(2) 柔軟な事業形態で実施したことによる新規参加者と継続受講

With コロナの時代に適した柔軟な事業形態で実施したことで新たな参加者層の事業への参加と継続受講を促進できた。交通の便が悪い、近くに学べる場所がない、外出が難しいなど、今まで男女共同参画センターをはじめとする学びの場にアクセスできなかった層の参加があるなど、オンラインのメリットを有効に活用できた。オンラインでのプログラムに参加した後、会場参加型のプログラムへの参加するケースや、パパ力向上プログラムに参加した後、家族力向上プログラムへの参加するケースなど、1つのプログラムの参加が次につながったケースが見られた。パパ、ママ、家族、それぞれを対象としたプログラムを組み合わせることで、個人の気づきを家族で共有したり、学びや気づきを深めたりすることにつながった。

参加者募集の広報について、SNSでの広がりやアクセス数が申込に直結しないため、オンラインや会場参加などの事業形態により参加募集の広報に工夫が必要である。

(3) 男女共同参画センターの子育て支援事業との相乗効果

冊子・パネル・動画の3つのツールを用いて、子育てについての固定的性別役割分担意識と家事・育児のワークシェアリングの大切さへの気づきを促す啓発を実施した。「おはなし会」や「35歳からはじめてママ応援講座」など子育て層を対象とする男女共同参画センター事業にて、説明後に動画上映・冊子配布をすることで、次回のイクメン写真コンテスト応募への意欲や、家族みんなで子育てすることの楽しさ・大切さの実感につながった。

(4) 自分の学びの場に参加することへの後押しとなる細やかな対応

申込はするものの、当日を迎える前に、罪悪感やためらいから参加への迷いが生じ、キャンセルなどの問い合わせ連絡があったとき、途中参加・途中退室OKであること、(オンラインの場合)カメラもマイクもオフでの参加OKであることを伝えることで、参加につながるケースが多かった。当日までに、数回、メールのやりとりを行ったり、キャンセル連絡のときに、キャンセルを承るだけでなく代変案などを伝えることなど、きめ細やかな対応が、自分の学びのために講座に参加しようと思う女性の罪悪感の軽減に効果的だった。その対応方法は、子どもや自分の急な体調不良や、急な予定変更の場合も、状況に応じて可能な範囲で参加するなど、学びの場への参加につながった。

9. 事業を普及するための方策

(1) 目的に応じたインターネット・SNSでの広報戦略

拡がる・広げることがめざす啓発目的の広報は、「共感」「検索」「共有」をキーワードに、その情報にアクセスした人が情報を共有し、拡散してもらえるような投稿を展開する。

参加促進を目的とする広報は、その事業を実施する経緯や利用者の声、客観的なデータや他事業との違いをわかりやすく伝えることで共感してもらえるよう参加者の感想や口コミを活用し、申込につながる情報を掲載する。

(2) 男女共同参画センターの子育て支援事業との連携による相乗効果

親子や家族で参加する「おはなし会」や「ベビーサロン」などの子育て支援事業に、ファシリテーターを交えた交流会を追加し、親子や家族で楽しんだ後、同じ世代の親子・家族と子育てや暮らし方・働き方などについて自由に話す場をつくり、相談するほどでもないけれど、心にあるモヤモヤを言葉にして、子育てについての固定的性別役割分業意識の解消にむけた意識啓発につなげる。

10.来年度以降の取組みについて

(1) 自分の学びの時間を確保するためのサポートの有無と罪悪感の程度に応じた具体的なアプローチ

子育て中の女性は、家事や子育てへの家族をはじめとしたサポートの有無と、自分の成長のための学びの時間を優先することに対する女性自身が感じている罪悪感の程度により学びの場へのアクセス状況が変わる。その状況に応じて、対応方法を変えて、少しずつ罪悪感の解消につなげるアプローチを行う。

学びへのアクセス状況	程度	具体的アプローチ案
興味あることがあっても、子ども・家事を優先して、自分自身の学びの機会へアクセスしない。	罪悪感が強い サポートがない	発達や医療など子どもに関することをテーマとした事業に、母親自身に学びの大切さに気づく内容を追加して実施する。参加者が、結果として自分自身が学ぶことの大切さの理解を促進する機会を提供する。 例)『プレママ・プレパパセミナー』 新生児のケアの方法とマネープランを含む長期的なキャリアプランニングを学ぶ 『親子でふれあうベビーヨガ』 子どもと一緒に身体を動かしたあと、クールダウンの時間を活用して、子育てママの活動事例等の紹介を行う。
興味あることがあれば、申し込みはするが、当日が近づくにつれて参加をためらう気持ちが大きくなる。		・広報時に、ゆるやかに参加できることをアピールする。 ・申込に対する返信や参加案内を細やかに行う。オンラインであればカメラ/マイクオフでの参加や、途中参加・退室OKなど、ゆるやかに参加できる体制をつくる。 ・欠席やキャンセル連絡時に、次の学びの機会となる情報を提供し、次の申込につなげる。
興味あることがあれば、積極的に参加する。	罪悪感が弱い サポートが充実	次のステップにつながる学びの機会や、継続的にチャレンジをサポートできるサービスを紹介する。 例) 女性チャレンジ応援拠点 (地域生活の中で学びや活動への参画に関心や意欲のある方やステップアップをめざす方の様々なチャレンジをサポートするため、専門のコーディネーターによる相談対応やアドバイス、知識・ノウハウの習得にむけたワークショップ・交流会を継続的に実施している事業) 大学でのリカレント教育

(2) 子育て関連施設と連携した継続的な講座・セミナー事業・啓発事業の実施

女性の主体的なキャリア形成への関心への喚起には、固定的性別役割分担意識への気づきを促進し、軽減する働きかけと、継続的な事業実施が欠かせない。「男女共同参画」と「子育て支援」を一体的に推進している大阪市立男女共同参画センター子育て活動支援館を中心に、子育て支援関連施設と連携し、支援者や子育て層を対象とした子育てや母親役割等についての思い込みの解消と、母親のキャリア形成支援につながるプログラムを実施していく。