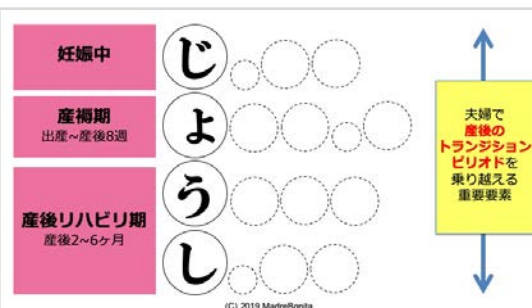


パソコン・タブレット・スマホで見られる復職支援講座

「ワーキングペアレンツ」のスタートでつまずかない 産む前から知っておく「産後プロジェクト」



家族がひとり増えたら、夫婦それぞれの生き方・働き方はどう変わる？ どうしていきたい？ 制約が増えて今までの延長では難しそうだな…と漠然とイメージしていませんか？

「親となった」ことをきっかけに、お互いがより自分らしい人生をあゆみ、職場や地域でさらに自分の力を発揮できたらいいですね。

そのためのカギはワーキングペアレンツのスタートライン「産後」。ここに落とし穴もチャンスもあります。この「新常識」を「産む前に」「パートナーと」知っておくことで、**産育休も復職後も大きく変わります。**

動画講座なので、パソコン・タブレット・スマートフォンなどで場所や時間を問わず視聴できます。パートナーがいる方は一緒に視聴して認識合わせ、対話のきっかけにしてください。

- 【講師】 吉岡マコ（認定NPO法人マドレボニータ 理事長）
【対象】 このテーマに関心がある方（性別、現時点での婚姻、妊娠不問）
自身またはパートナーが妊娠中の方
将来子どもをもつ可能性がある方
チームに産育休中や復帰直後の社員をもつリーダー層の方



認定NPO法人マドレボニータ www.madrebonita.com

「産後を起点とする社会問題の解決」を目指し、1998年より産前・産後のヘルスケアプログラムの開発・研究・普及に尽力。全国約60箇所で「マドレボニータの産後ケア教室」を開催しています。受賞歴は第2回日経ソーシャルイニシアチブ大賞〈国内部門賞〉、内閣府「平成29年度女性のチャレンジ賞」他多数。2015年より法人向けに「復職支援プログラム」を提供。

特徴

- (1) 8つの章で構成、立場や関心に応じて視聴する章を選択できます
- (2) 時間・場所を問わず、繰り返し受講できます。パートナーとの視聴もOK
- (3) 人気のコミュニケーションワーク「シェアリング」進行動画も収録

| | タイトル | 主な内容 | 対象 | | |
|---|--|---|--------------------|------------------------------------|------------------------------|
| | | | 妊娠中～ 育休中の 男女 | 近い将来 子どもを 持つ可能 性がある 男女 | 出産世代 をマネジメ ントする 管理職 |
| 1 | スムーズな復職と共働きスタートの カギは「産後」にあり | <ul style="list-style-type: none"> データで見る「育休」と「復職」 復職後を決めるのは「復職してから」ではなく「産休・育休」の過ごし方 「復職の課題」は変化してきている この動画シリーズの目的とゴール | ◎ | ◎ | ◎ |
| 2 | 出産後の心と体を理解する | <ul style="list-style-type: none"> 「産後」のイメージと現実のギャップ 産後の実態とその原因 産後の「三大危機」を知る | ◎ | ◎ | ◎ |
| 3 | 「積極的育休活用」のススメ | <ul style="list-style-type: none"> 産後をリスクにするかチャンスにするかは「復職後」に影響する 「産後ケア」の可能性は思っているよりも大きい 「積極的育休活用」とは何か | ◎ | ◎ | ◎ |
| 4 | 産後は我が家の将来をつくる「プロジェクト」 | <ul style="list-style-type: none"> 産後を「プロジェクト」と捉えてみよう 心に留めておきたい3ポイント 産後のチャンスを阻む現在の課題3点 | ◎ | ◎ | ◎ |
| 5 | 「産後プロジェクト」実践！ 産育休中の過ごし方 (妊娠中～育休前半) | <ul style="list-style-type: none"> 前半の過ごし方は「じ・よ・う・し」と覚えよう 妊娠中／産褥期／産後リハビリ期 それぞれの過ごし方 | ◎ | ○ | ○ |
| 6 | 「産後プロジェクト」実践！ 産育休中の過ごし方 (育休後半) | <ul style="list-style-type: none"> 育休前半までで「リハビリ」ができていれば、後半をより具体的な復職準備に使える 復職準備期の過ごし方3ステップ | ◎ | ○ | ○ |
| 7 | 「産後プロジェクト」キックオフワーク "シェアリング" | <ul style="list-style-type: none"> 実際にコミュニケーションワーク「シェアリング」をやってみよう（各手順を所要時間通りとって進行） | ◎ | ◎ | ○ |
| 8 | 「積極的育休活用」がもたらすもの／ 周りの人はこんなことから始めてみよう | <ul style="list-style-type: none"> 「積極的な育休活用」はより豊かに、自分たちらしく生きやすくなるチャンス 個人の変化が組織を変えていく 周りの人が「知っている」ことが重要～こんなことから始めてみよう | ◎ | ◎ | ◎ |

高知大学職員受講方法

- 高知大学職員は職員専用申込みフォームよりお申し込みください。
- 専用フォームは学内グループウェアで紹介しています。
- フォームを送信すると、自動返信メールで受講案内ページなど視聴に必要な情報が送信されます。
- 受講案内ページに記載されている「留意事項」を確認・同意の上で各動画をご覧ください。
- URLやパスワードを受講対象者以外に伝えないようにしてください。

問合せ：高知大学男女共同参画推進室 088-888-8022（内線8022）