【開催結果報告】育休からの職場復帰・再就職支援セミナー

育児休業中で今後職場復帰予定の方、再就職を予定している方を対象に、過去に開催したセミナーの内容をご紹介します！

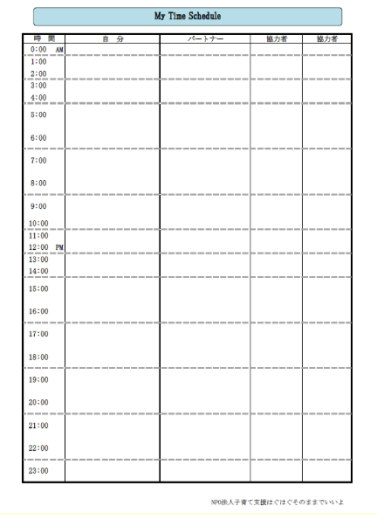
令和８年度は**会場参加形式**で、開催しますので、ご興味のある方は是非お申し込みください。

第１回

仕事と子育て　両立のコツを学ぼう！

両立に不可欠な「周りの協力」を見える化した「エコマップ」の作成や、相手のことを配慮しながら自分の伝えたいことを素直に伝える「コミュニケーション」について学びました。

また、「家事シェア」のコツや、職場復帰の際のお役立ち情報なども学び、「マイタイムスケジュール」を作成し、復帰後の生活をイメージしてもらいました。



「マイタイムスケジュール」
自分とパートナー、協力者の
１日の流れをイメージ

参加者の感想

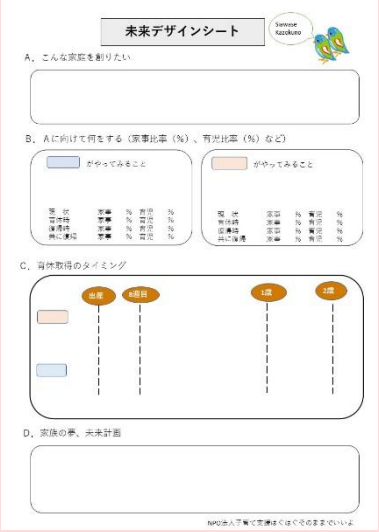
- 完璧を求めないということが心に響きました。復帰への不安も払拭できて、参加して良かったです。
- 各種サポートについて、いろんなサポートがあるんだなと初めて知りました！育休中のto doがまとめられてよかったです。
- 上手な息抜き、効率化は今後の生き方・仕事にも活きてくると思うので、育休復帰を自分の糧にしていきたいです。

第２回

育休からの仕事復帰を見据え、家族の幸せのカタチを考える

２名の先輩ママ・パパの方から「仕事に復帰する前と復帰後の変化」「子どものこと、保育園との関係」「職場の体制、復帰後の仕事の仕方」「家事、育児の体制」「夫婦のコミュニケーションの取り方」などを聞きました。

また、「未来デザインシート」を作成し、育休取得に向けて夫婦で話し合ってもらいました。



「未来デザインシート」
理想の家庭像にするための家事・育児の比率や、育休取得のタイミングを考える

参加者の感想

- 実際に働いている方のタイムスケジュールを見せていただき、参考になりました。残りの育休期間でしっかり復帰の準備をしたいです。
- 復帰には夫婦での協力が必要不可欠だと思いました。夫婦での会話をしっかりと行って、協力していきたいです。
- 子供の笑顔は自分の笑顔からだと思いました。まずは自分が笑えるようになりたいです。

連絡先：健康福祉部少子化対策監室　結婚支援・ワークライフバランス推進グループ
☎(TEL) 076-225-1494　(E-mail) wlb@pref.ishikawa.lg.jp