

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

発行：京都府 健康福祉部
こども・子育て総合支援室 母子保健係
075-414-4302

MAIL: kodomo@pref.kyoto.lg.jp
住所：〒602-8570 京都市上京区下立売通新町西入数ノ内町

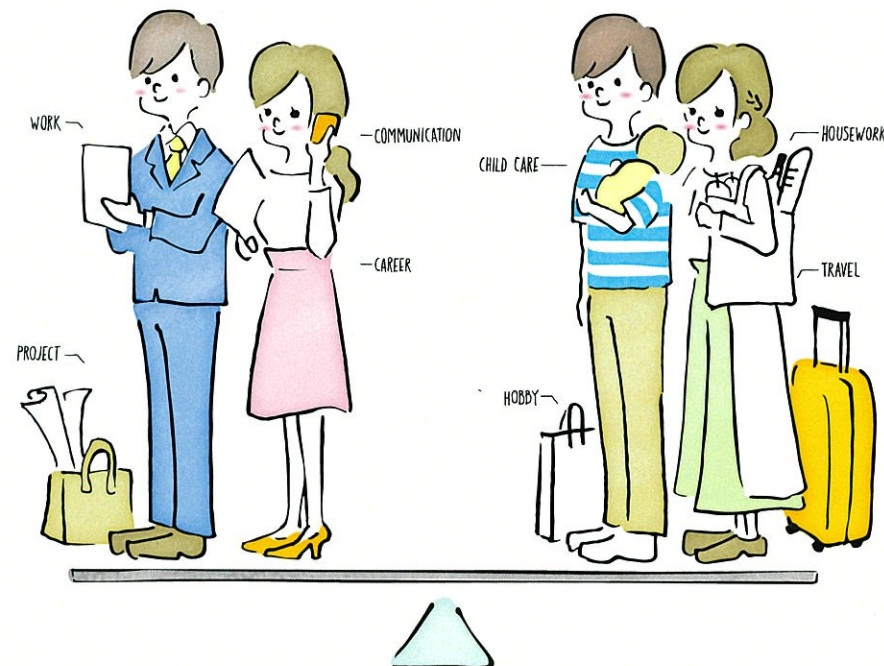
発行日：令和7年3月

京都府

令和
6年度版

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



京都府

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6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

両立家庭や子育て関連施設を訪問し、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。

ライフデザイン ワークショップ

WEBのライフデザインシミュレーションを用いて、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。

短期プログラム(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。

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疑似体験してみよう！

メリット

3

企業インターンでは聞けない質問が出来る！

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

「きょうとライフデザインシミュレーション」

きょうと
ライフデザインシミュレーション
KYOTO LIFE DESIGN SIMULATION



WEB上で人生設計
(ライフデザイン)に
取り組みます！

実際に
シミュレーションしてみても
93.5%の学生が、
今までと「意識が変わった!!」
と回答



長期プログラム

A 家庭体験フィールドワーク / 定員 10名

B 子育て関連施設フィールドワーク / 定員 10名

フィールドワークで両立家庭や子育て関連施設を体験しながら自分の将来について考えるプログラムです。両立家庭や子育て関連施設を訪問し、そこでの体験を研修で共有し、振り返ります。最終日は報告会やセミナーで学びを深める充実した内容です。

フィールドワークは2種類

A 家庭体験 … 両立家庭を訪問し、お子さんと交流したり、ご家庭の方へ質問をすることができます。

B 子育て関連施設 … 京都で子育てをサポートする施設等へ1ヶ所以上訪問し、そこで働く方や利用する方に、お話を伺いながら交流します。

日程 (A・B共通)

[Day 1] 8/3(土) 10:00 - 16:30

[Day 2] 8/4(日) 10:00 - 16:30

A 家庭体験

両立家庭って?
動画ワーク、
人生年表 など



こどもとの関わり、
行動を考える、
ワーク、
京都府の子育て施策
など



B 子育て
関連施設

[Day 3] 8/5 ~ 8/16 のうち1日

[Day 4] 8/17(土)
13:00 - 16:00

1回目
家庭体験

タイムスケジュール例

18:00-18:30 保育園に一緒にお迎え
18:40-19:20 夕食準備や家事のお手伝い
19:20-19:40 子どもと遊ぶ
19:40-20:30 インタビュー

1回目
子育て関連
施設訪問

タイムスケジュール例

9:30 子育て関連施設(保育園など)集合、ご挨拶、館内紹介
10:00 園行事の見学・お手伝い
11:00 幼児(3-5歳児)の給食のお手伝い
11:30-12:00 施設長へインタビュー

振り返り、
2回目に向けて
意識することを考える
など

[Day 5] 8/18~23のうち1日

[Day 6] 8/24(土)
10:00 - 12:00

[Day 7] 9/7(土)
10:00 - 17:00

2回目
家庭体験



2回目
子育て関連
施設訪問

中間プレゼン
テーション、
フィードバックなど



最終プレゼン
テーション
& セミナー



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か月間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、「仕事と子育てを両立しやすい社会にするためにできること」というテーマでプレゼンテーションを行いました。

最終プレゼンター

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するために 学生からのアイデア

グループ① …… 育休取得など希望の働き方登録システム「My Working Choice」

グループ② …… 学生ボランティアイベントを企画「卒園児と保護者の交流お食事会」

グループ③ …… 親の孤立を防ぐ情報交換の場づくり「京都おこしやす子育て部」

長期プログラム大学内実施

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。

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、7回にわたる講義・ワークショップ、および共働き家庭・子育て関連施設への訪問を行いました。

学生からのアイデア

グループ① …… 実行した家事育児を客観視し、リスペクトしあえる関係に …… 「家事育児チェックリスト」

グループ② …… 「子育てママの1日」を疑似体験、職場全体で育児に理解を …… 「逆転ママインターンシップ」

グループ③ …… スムーズな手続き、マッチングの迅速化により、子育てサポートをもっと身近に …… 「ファミリーサポート改革」

グループ④ …… 育休の取り方をより柔軟に。男性の子育て当事者意識の向上・女性のキャリア保障意識の向上を図る …… 「育休Sharing」

グループ⑤ …… 行政相談窓口で「寄り添ってほしい」「結論をすぐ知りたい」等、相談者の希望対応を予約アプリで事前に入力 …… 「ホットベッパー行政」

グループ⑥ …… 学校教育に導入。家族をチームとし全員が幸せになることを目指すことで助けあう重要性に気付く。 …… 「育児体験ゲーム」

いわゆる「就活」の早期化、長期化が進む一方、子育てしながら働く実際の姿をイメージしたり、そのための情報に学生が触れることができる機会は意外と少ない状況です。

今回、ご家庭や認定こども園へ受け入れてくださったおかげで、ゼミ生たちが貴重な経験ができたことをお礼申し上げます。

同志社大学経済学部 山森亮先生

短期プログラム

オンライン

定員 10 名

気軽に参加が可能。半日で自分の将来について考え、ゲストトークで働くことと両立することのリアルをきいてみるプログラムです。オンライン(ZOOMを使用)での開催なので、どこからでも参加ができます。プログラムは大学授業内でも導入可能です。

おすすめ
ポイント

- 動画ワークで両立している家庭の様子を知ることができる
- 人生の転機や両立の質問など、ざくばらんに質問できる!
- 他大学の学生とワークに組みながら交流できる

当日の内容

- 自己紹介ワーク
- 人生年表作成
- 社会人ゲストトークなど

日程

- ① 7/20 (土) 12:30~16:30
- ② 12/15 (日) 12:30~16:30



プログラムに
参加した学生の
感想



プログラムに参加したことで、仕事と子育てを両立することに対してマイナスからプラスに考えられるようになり、自ら行動する姿勢が生まれたと感じています。

(京都ノートルダム女子大学 2年生)

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。

企業情報は京都府HPから
ご確認ください



令和6年度の協力企業

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • 株式会社堀 • 株式会社WAHAHA • 株式会社クレドシップ • 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 • 株式会社特殊高所技術 • カーサービスピカッと • 日新電機株式会社 | <ul style="list-style-type: none"> • 京都府 • WDB株式会社 • 株式会社きゅうべえ • 京都リサーチパーク株式会社 • 株式会社京都きもの市場 • 株式会社第一紙行 • 株式会社 Save Medical |
|---|--|

他

子育て関連施設

- 社会福祉法人大谷感恩会 嘉恵保育園
- 社会福祉法人大谷感恩会 大谷園林こども園
- 株式会社Tend 放課後秘密基地ちよぼ.
- 子育てママ支援サークル「はじめのいっば」
- Roomie



プログラムに参加する前は、仕事と育児の両立なんて大変でしかないだろうと思っていました。しかし、実際に当事者の声を聞いてみると、仕事で育児の息抜きになるという予想外の価値観を学ぶことができました。見える世界が変わります。(京都大学 3年生)

学生を受入れてくださる「協力家庭」「子育て関連施設」を募集しています!

■ 受入れ協力家庭とは…

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ださる家庭です。

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

■ 協力家庭・施設のコメント

私達は両実家が遠方かつフルタイムの共働き世帯で、人手も時間も少ない中での子育てを、職場や地域の皆さんの支えで乗り越えてきました。幾多の苦労や困難がありましたが、いまのところ何とか幸せに暮らしています。『案ずるより産むが易し』人生の不安いっぱいな後輩の皆さんの背中を明るく押せればと思います。

加藤 紘大 様

園に見学に来ていただき、ありがとうございます。子育ては、夫婦だけで完結させることはなかなか難しいです。困った時の支えになれるよう、私たち保育施設は保護者支援や子育て支援をしています。学生の皆さんも、地域の子どもたちと触れ合う機会をぜひ作ってみてくださいね。

大谷園林こども園・嘉恵保育園

■ ゲストトークでよくある学生からの質問

- ✓ 仕事内容
- ✓ 現在の仕事を目標にしたきっかけ
- ✓ 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...

ファシリテーターがサポートするので安心!

≫ 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1~2回を予定しています。

「ゲストトーク」

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。

「子育て関連施設体験」受け入れ

子育てをサポートする施設(保育園や子育て広場など)へ学生が訪問し、施設見学・子どもたちとの触れ合いなどの体験。また、利用者や施設の方へのインタビューをお願いしています。

≫ 協力家庭・協力子育て関連施設になるには

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:小学3年生までのお子さんがおられる京都府に在住または在勤の共働き家庭

Q&A

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。

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。

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、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。

体験後アンケート

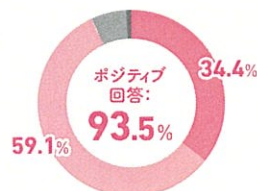
実際に体験に参加した学生にアンケートを行いました。仕事と子育てとの両立に対するイメージがポジティブに変化しています。

体験後のアンケートの結果

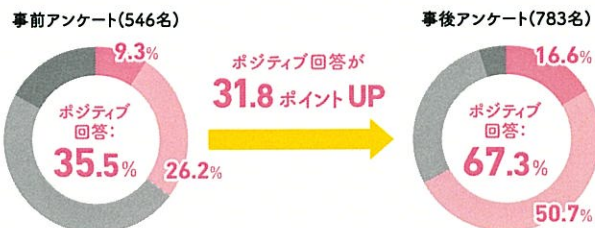
Q このプログラムを通して、子育てをしながら働くことを前向きに考えられるようになりましたか？(回答者数：760名)

- A**
- これまで、母や身近な親類の働き方しか知りませんでしたが、様々なケースを知ることができ、自身の選択の幅が広がりました。
 - ひとりで育児について抱え込む必要はない、相談できる相手はいっぱいいる！ということを実感しました。

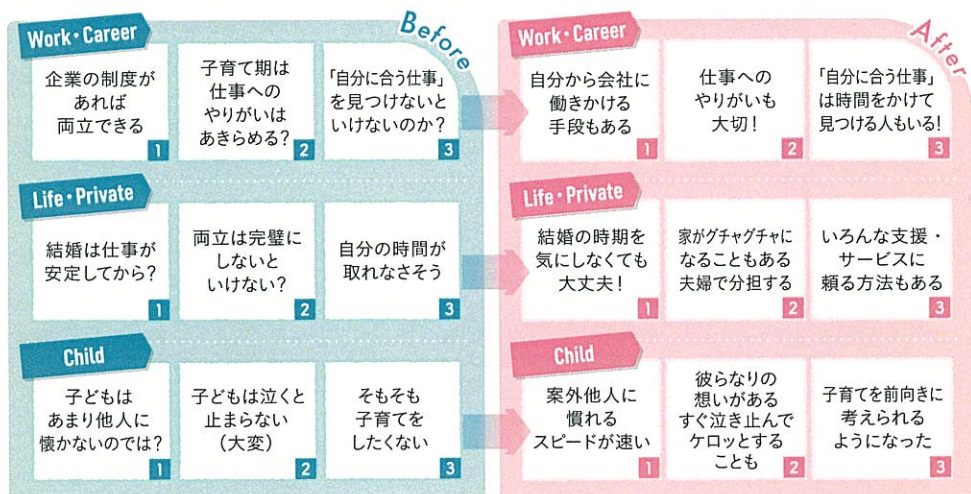
■ とても思う ■ あまりそう思わない
■ そう思う ■ 全くそう思わない



Q 子どもがいる生活を、具体的に想像できる。



体験前と体験後のイメージの変化



参加した

学生の声

実際に仕事と育児を両立している方のリアルな声を聞いたことや社会で実際に行われている取り組みを知ることにより一層自身もサポートしたいと強く感じました。また、実際に訪問させていただいたご家庭と繋がりを持ったことでイベントに参加させていただき素敵な協力体制も築くことができました。

(京都女子大学1年生)



実際に共働き家庭に訪問させていただいたことで、育児のリアルを知ることができ、自身のキャリアをより具体的に想像することができるようになりました！「子どもを持つ」ことに対してプラス思考になれたのが大きな変化です。

(福知山公立大学3年生)



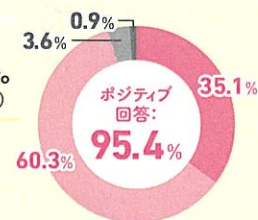
育児をされる方々に対し、自分がどのように支援できるのかを考えたいと思い参加しましたが、家庭や子育て施設を訪問したり、人生設計について他の学生とディスカッションをしたりする中で、育児をする当事者としての未来も考えられるようになりました。育児のリアルな現場を自分の目で見られ、学びの多い貴重な体験ができました。

(立命館大学2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。(回答者数：783名)

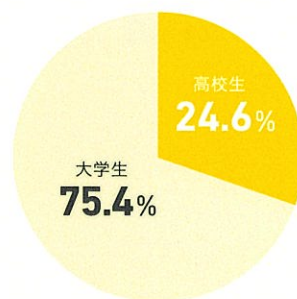
A

■ とても思う(35.1%) ■ あまりそう思わない(3.7%)
■ そう思う(60.3%) ■ 全くそう思わない(0.9%)



令和6年度実施結果

参加学生等：1,443名



参加学生の在籍する高校・大学

- 京都大学
 - 京都女子大学
 - 京都産業大学
 - 京都光華女子大学
 - 京都橘大学
 - 京都ノートルダム女子大学
 - 京都外国語大学
 - 京都外国語短期大学
 - 京都外国語専門学校
 - 同志社大学
 - 同志社女子大学
 - 福知山公立大学
 - 立命館大学
 - 立命館アジア太平洋大学
 - 立命館高等学校
 - 龍谷大学
 - 龍谷大学短期大学部
 - 名古屋商科大学
- ほか