

地域のジェンダーギャップ解消のために抑えるべき重要ポイントについて

両親学級アップデートの事例紹介①

厚生労働省 共育プロジェクト
共育て推進のための動画セミナー



<https://tomoiku.mhlw.go.jp/company/childbirth-class/>

両親学級アップデートの事例紹介②

NPO法人ママライフバランス

共育で推進のための動画セミナー・オンライン講座「親のがっこう」

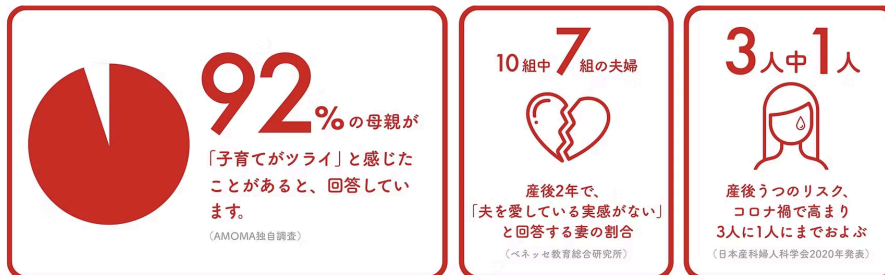
U 親のがっこう

HOME 企業版両親学級 受講者の声 お知らせ 私たちの思い お問い合わせ



産後に「時間がない」「お互い余裕がない」
「夫婦の関係性が変わる」
ことへの解決策を学べます

子育て現場の実情



1万人のパパママの声から生まれた
チーム育児のための三種の神器

講座内容

- チーム育児の役割分担の決め方
- 時間と心の余白を生み出す優先順位のつけ方
- ケンカにならない話し合いのコツ



<https://www.oyanogakkou.jp/program>

「親のがっこう」受講生の声

プレパパ(男性)の声

受講生さんたちの声

自分の妻が出産によってたくさんのことを諦めようとしていることがわかった。何も諦めなくていいように自分がサポートしたい。
(36歳 男性)

プレパパ (妊婦さんのパートナー)
初のパパ業に挑むにあたって、そもそも知っておいた方が良かったところが何かもわからないところにいたので「1万人のパパママが子どもが生まれる前に知りたかったこと」を軸に事例と統計で知識を得られて大変有意義だった。(35歳 男性)

なんとかなるという楽観的な認識でいたがさまざまな数値データなどを見て、しっかりとした備えがいることが痛感できた。
(32歳 男性)

妻が育休を取得するし、自分は在宅ワークだから産後の体制としては問題ないと思っていたが、初回の講座を受講後、育休を申請した
(39歳 男性)

「親を休む時間をもつていい」と夫婦で共通認識を持てたのはよかった。仕事以外の時間は全て家庭に！と思っていたのでいい意味で肩の力が抜けた。
(28歳 男性)

プレママ(女性)の声

プレママ (妊婦さん)

キャリアアップを諦めようとしていたけど、夫が応援してくれていることが分かり「諦めなくてイイ！」と思えた。
(32歳 女性)

産後は「自分が我慢することがたくさんあるだろう」という無意識の思い込みがあったことに気がつけた。やりたいことを我慢しなくても実現できる選択肢があることが分かった
(35歳 女性)

「子育て」という未知の世界に漠然と不安があった。産後に、利用できるサービスが複数あること分かった。活用していきたい。
(32歳 女性)

「知っている」だけでこれから始まる子育てや育児中の夫婦関係への心構えが変わる内容が充実していた！
(28歳 女性)

もともと、お互いの時間をもつことを大切にしていたが、産後も「それでいいんだ！」と安心できるエビデンスを知れてよかった。
(27歳 女性)

参考資料: 上条厚子プロフィール

NPO法人ママライフバランス(親のがっこう)
代表理事 上条 厚子

厚生労働省共育 共育(トモイク)プロジェクト 推進委員
名古屋市男女平等参画推進委員
名古屋市ブランドパートナー
政策提言プラットフォームPoliPoliにて有識者登録
NewsPicks エキスパート登録

1981年生まれ 2児の母。「子どもはかわいい」けど「子育てがしんどい」状態(産後うつ)を経験し、「ちゃんと」よりも「自分らしく」子育てできるパパ・ママを増やすために2016年に子育てセミナー講師として起業。2020年にNPO法人化し、現在は、のべ2万人以上の育児支援実績をもとに開発された法人向け研修「親のがっこう」(<https://www.oyanogakkou.jp/>)で男性育休・女性活躍推進を軸に、社員の両立を支援し、人的資本経営・DE&Iの実現を後押ししています。採用力強化、離職防止、企業ブランド向上につながるサポートで、持続可能な組織づくりと社員のパフォーマンス向上を実現している。

2018年 日本初のオンライン子育て支援を実施する市民団体ママライフバランスをクラウドファンディングで立ち上げる。45日間で134人から170万7千円の支援を集める。
2020年 NPO法人ママライフバランス設立 / CBCテレビ(TBS系列)番組審議委員就任
2020年 ボーダレスジャパングループ企業に参画
2020年 名古屋市から地域子育て支援拠点の運営を受託
2022年 のべ1万人のパパママのお悩み解決の経験から 産前教育事業【親のがっこう】開始
2024年 Benesse「たまひよ」子育ての未来応援プロジェクトにノミネート
2024年 経済産業省令和6年度ユニコーン創出支援事業 女性アントレプレナー支援事業登壇
2025年 名古屋市男女平等参画推進委員拝命
名古屋市総務局「名古屋市シティプロモーション ブランドパートナー」に選定
名古屋市から地域子育て支援拠点の運営を受託(2拠点目)
独立行政法人福祉医療機構(WAM)助成先として選定、シングルマザー支援を開始

【お取引実績】

名古屋市総務局人事課・名古屋市教育委員会・中部電力株式会社・株式会社ベネッセコーポレーション・三井住友フィナンシャルグループ・ビッグロブ株式会社・株式会社テルモ・パーソルキャリア株式会社 他多数

【メディア掲載実績】

NHK・フジテレビ・CBCテレビ(コメンテーター)・中京TV・日本経済新聞・毎日新聞・中日新聞・Yahoo ニュース・LINEニュース・たまひよ・マイナビ子育て(記事監修)・日経WOMAN・光文社月刊VERY WEB 他メディア掲載多数

<その他>

- ・名古屋市総務局「子育てするなら名古屋」のページにコメント寄稿
- ・名古屋市 総務局 人事課 いくボス研修(管理職及び子育て中の職員向け研修)
- ・厚生労働省共育プロジェクト企業版両親学級 <妊娠期><復職期>担当
- ・経済産業省 中部経済産業局 女性起業家を増やすための啓発事業にて講演
- ・三井住友フィナンシャルグループ様 チーム育児ワークショップ(育休中の社員向け研修)
- ・三菱重工業パワーインダストリー株式会社 様

テーマ: 仕事と育児の両立(管理職及び子育て中の職員向け研修)