

トモイク 共育プロジェクト

職場も家庭も、脱ワンオペ。

トモイク
共育プロジェクトは、職場も家庭も、誰かひとりが負担を抱え込む「ワンオペ」から脱却し、
みんなで「共に育てる」に取り組める社会を目指す、厚生労働省の広報事業です。

公式サイトでは、仕事と家庭を両立しやすい職場環境の整備や、各家庭における最適な家事・育児分担などを考える上での
ヒントとしてご活用いただけるコンテンツを発信しています。

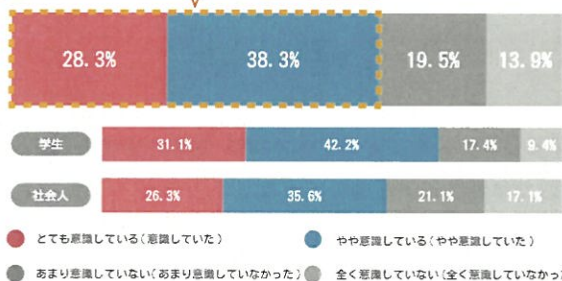
若年層における仕事と育児の両立に関する意識調査

- ▶ 企業選びの際、若年層の約7割が「仕事とプライベートの両立」を意識
- ▶ 理想の働き方の実現が仕事のモチベーション向上に繋がると回答した若年社会人は7割超

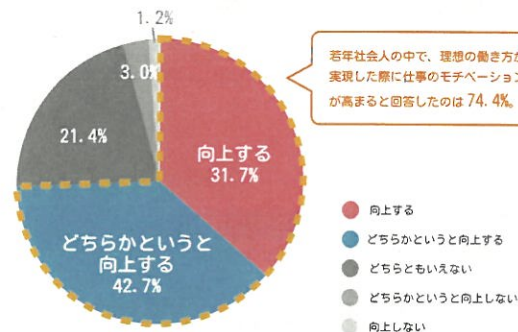
若年層にとって、ワークライフバランスの充実は、意欲的に働くための重要な要素となっている。

◆ あなたは、新卒で入社する会社を選ぶ際に、将来の仕事（キャリア）とプライベートの両立を意識していますか（意識していましたか）。

若年層の約7割（66.6%）が、会社を選ぶときに、「仕事（キャリア）とプライベートの両立」を意識している。



◆ 理想の働き方が実現した際、仕事のモチベーションがどの程度変化するかを教えてください。



若年社会人の中で、理想の働き方が実現した際に仕事のモチベーションが高まると回答したのは74.4%。

令和7年度 若年層における仕事と育児の両立に関する意識調査（速報）
<https://tomoiiku.mhlw.go.jp/report>

チェックしておきたい！ 企業にとって役立つコンテンツが豊富に掲載

企業版両親学級

従業員が安心して仕事と育児を両立できる環境づくりのための4つの動画・テキスト教材&マニュアルを掲載！

職場環境の「コフ」を「強ず」
目指したい「自立」

丸1日、子どもと2人で過ごせる

- 一週りの家事・育児を完結できる
- 自分で周囲の手を借りられる
- パートナーの手を借りない

↓

これがお互いのできるのが
「共働き・共育て」

共育でコミュニケーション2つのポイント①

共働き夫婦がワンチームになるためには
ふたりともが、「I」＆「WE」2つの視点をもつこと

私はこうしたい！

私はこうしたい！

私たちとしてはこうしたい！

「企業版両親学級」とは、従業員が安心して仕事と育児を両立できる環境づくりのために、企業が主体となって実施する学びの場です。
開催マニュアルに沿って、妊娠期や復職期など、従業員の状況に合わせて「4つの動画・テキスト教材」をご活用いただけます。
教材は全て自由に利用・配布可能ですので、ぜひご活用ください。

裏面で他のコンテンツもご紹介しています

トモイクに取り組む企業の好事例集



共育て・両立支援に取り組む企業の事例を紹介しています。男性の育休取得促進や家事・育児分担を考える機会の提供、業務の属人化解消、チームワーク向上など、誰もが働きやすい職場づくりに向けてぜひご活用ください。

共働き・共育ての推進を、職場全体で進めるための教材

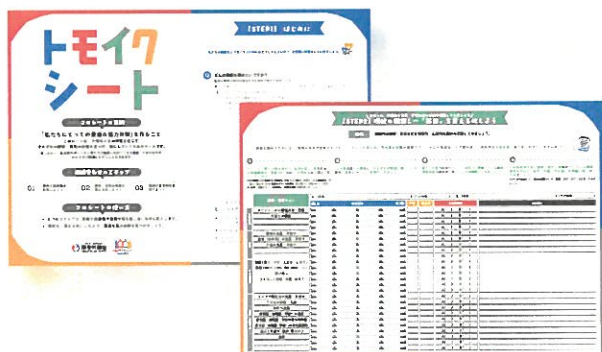
研修資料



経営層・人事担当者向けおよび管理職向けに、共育の視点で企業が直面する課題や法改正のポイント、企業で実践できる具体的なアクションなどをご紹介します。誰もが働きやすい職場環境作りの一環として研修を行う際に、ぜひご活用ください。

家事・育児を『見える化』し、最適な分担を話し合う対話シート

トモイクシート



「トモイクシート」は、大切な人と家事・育児の分担を話し合い、最適な協力体制を作るためのツールです。現状の「見える化」を通じて心の負担も共有し、お互いが納得できる理想のカチを3ステップで探っていきます。

トモイクシート活用の3ステップ

- 1 目指す家庭像の共有と対話**
最適な協力体制をつくるための「前提」を揃える。
- 2 現状の棚卸し**
家事・育児の実務を「誰がどのくらい担っているか」や「心の負担度」で見える化する。
- 3 理想のカチ探し**
「私たちの最適解」を見つける。

トモイク 共育プロジェクト公式サイト

トモイク「共育プロジェクト」に関する活動の様子や最新情報はこちら！



トモイク 共育プロジェクト 検索
<https://tomoiku.mhlw.go.jp>

メールマガジン 月に1回「トモイクプレス」を配信中！

トモイク共育関連イベントの情報や、育児と仕事の両立や子育てに役立つ情報をいち早くお届けします。



公式 Youtube トモイク共育プロジェクト公式 Youtube 配信中！

トモイク共育プロジェクトで開催したセミナーのアーカイブ動画やイベントの様子を配信しています。



公式 X トモイク共育プロジェクト公式 X 毎週投稿中！

共働き・共育てに役立つ情報を随時発信しています。まだフォローしていない方はこちらからどうぞ！

