



IkuShimo

YURIさん

育仕両立という価値
育児が仕事に生きる
私の育仕両立ものがたり

イクシモ会員募集中！

育仕両立ルーム イクシモは、2023年1月にスタートした、旭化成ホームズとお母さん大学が進める育休支援プロジェクトです。実証実験中は全て無料ですので、お気軽にご参加ください。



イクシモ 育児も仕事も

無料会員登録はこちら



12月のスペシャル講座！
オンライン講座

12月2日（土）
13:00～15:00

親子や家族が豊かな人生を送ることができるよう、お産の楽しさ、素晴らしさを伝えます

「ママを選んで生まれてくるよ」
池川クリニック院長
医学博士 池川明さん

スペシャル講座
お申し込みは
こちらから



SCHEDULE IKUSHIMO

2023 12月

営業日 月曜・木曜 & 第1土曜
時間 10:00～16:00
AM:レギュラー講座 PR:フリータイム

					01	02
						池川明さん スペシャル講座 ママを選んで 生まれてくるよ
03	04 10:15～12:00 笑顔になるための 企画プレゼン講座	05	06	07 10:15～12:00 母力アップセミナー お母さんはスゴイ！	08	09
10	11 10:15～12:00 伝わる文章講座 300字作文	12	13	14 10:15～12:00 ミッションガチャ テーマサロン	15	16
17	18 10:15～12:00 地域の先生セミナー	19	20	21 10:15～12:00 ワークショップ	22	23
24	31	25 10:15～12:00 オンライン 先輩ママトーク	26	27	28 Closed	29

基本講座
お申し込みは
こちらから

年内は25日までです

内容が変更になることがありますので、必ず事前にお申し込みください。



親子・夫婦
参加も歓迎

会員登録後は、気になる講座を選んで、事前予約で参加することができます。育児を楽しむことが、仕事の役に立つことを、一緒に実証していきましょう。
実証実験中の今年度は、一般会員とは別に、特別プログラムを受講できる「年間会員」を限定20名様募集中。希望者は、メールでお申し込みください。

お父さん・お母さんのための育仕両立支援プログラム

イクシモ 育児も仕事も イクシモ

育仕両立支援ルーム「イクシモ」では、育休中、プレママ・パパ、子育て中の方向けに育仕両立に役立つプログラム（一部オンライン）を実施しています

- ココロの充足**
育休中の不安に寄り添い、育児を心から楽しむためのプログラム
- 安心のコミュニティ**
共感できる仲間、両立を支えるつながりを大切にしています
- 仕事に生きるスキル**
両立に必要なスキルを身につけ、笑顔で復職を目指します
- 受講料フリー**
実証実験中、すべてのプログラムが無料で受けられます



ミッションガチャ
ミッションをクリアして
育仕力をUP！

イクシモルーム（ヘーベルハウスオークランド展示場1F）



イクシモ プログラム報告

イクシモでは、毎月基本の8講座を展開。年間で8講座を受講するのが基本ですが、何度受講しても楽しめる講座となっています。

プログラムには、何度参加しても毎回新しい発見があります。どうぞお気軽にご参加ください。また、ご希望があればオンライン受講も個別に対応しています。



10/23

地域の先生セミナー実施しました

地域にお住まいでイクシモ会員の宮本栄美さんによる「鯉節教室」を開催。本物の鯉節を削ったり、削りたてを食べたり。また、実際に一番出汁をとり、味見をしました。せっかくなので、お味噌汁にいただきました。イクシモの中がお出汁の香りに包まれ、心もお腹も満たされました。



10月
&11月

旭化成社員向けのイクシモ研修実施

イクシモについての目的や実際のプログラムなど、旭化成社員向けに研修を行なっています。当事者だけでなく、職場全体がより良い育仕両立とは何かを考えるきっかけをつくる場所になっています。

仕事に役立つCHATGPT 使ってみましたか？

AI産業の進化が止まらない中、苦手意識で使わないのはもったいないかもしれません。育仕両立に欠かせないのが時短と効率化。自分をアップデートし、よりよく仕事ができるように、チャレンジしてみる価値はありそうです。

どんな世の中になっても、やっぱり人とのつながりが一番、と思える環境があることが大切だと思います。

[HTTPS://TOYOKEIZAI.NET/ARTICLES/-/714444?PAGE=4](https://toyokeizai.net/articles/-/714444?page=4)

イクシモTIP



ある日のミッションガチャ

イクシモプログラムのミッションガチャは、子育てを仕事に役立てる「育仕力」を育みます。仕事との両立に必要な「ヘルプシーキング」「チャレンジ力」「調整力」「コミュニケーション力」など、さまざまな力が、すでにあなたの中にあることに気づきます。

結構
ドキドキします
(汗)



どのプログラムの時も最初にアイスブレイクガチャを実施します。

オンライン受講の場合は、スタッフが代わりにガチャを回しますので、安心してください。

ガチャは
月曜・木曜の
イクシモルームで
体験できます！

イクシモからのお知らせ



スペシャル講座
開講しました

11月4日、株式会社ウェルネスライフサポート 研究所 代表取締役 加倉井さおりさんの「育児も仕事も！ハッピーな両立のための折れない心の作り方」講座が開催されました。参加者の共感が高く、学び多い時間となりました。



ツリーの
飾り付け

イクシモルームの入り口にツリーを設置してもらいました。道路沿いなのでよく見えると思います。いよいよ今年も、クリスマスシーズン。どんな一年でしたか？イクシモと一緒に楽しく、振り返る時間を過ごしませんか？