

IkuShimo



CHIRO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。



無料会員登録はこちら



1月のスペシャル講座! *オンライン講座*

1月6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

「胎内記憶からの子育て」
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



2024 1 月		火	水	木	金	土
		02	03	04 Closed	05	06 受付中 池川明さん スペシャル講座 胎内記憶からの 子育て
07	08 Closed	09	10	11 10:15~12:00 伝わる文章講座 300字作文	12	13
14	15 10:15~12:00 母力アップセミナー お母さんはスゴイ!	16	17	18 10:15~12:00 笑顔になるための 企画プレゼン講座	19	20
21	22 10:15~12:00 ミッションガチャ テーマサロン	23	24	25 10:15~12:00 オンライン 先輩ママトーク	26	27
28	29 10:15~12:00 地域の先生セミナー	30	31			

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 PM:フリータイム

基本講座
お申し込みは
こちらから



11日からスタートです!

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



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。



Online

12/11

オンラインでもイクシモプログラム

遠方なのでイクシモルームにはなかなか行くことができないけど、基本のプログラムを受講したい、との声から、オンラインでもプログラムを実施しています。少人数でも時間が足りないくらい、あっという間の楽しいプログラム。希望者は iikusimo@30ans.com までお問い合わせください。



11月 & 12月

旭化成社員向けのイクシモ研修 男性社員も育児制度からリスクリング

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。男性社員向けに、パパ育休制度などの説明を盛り込み、育仕両立とはどういうことかを学んでいます。

育仕両立、親友を扱うように自分を扱う

フリーアナウンサーで二児の母でもある、清水のぶよさん。私たちの「暮らし」の中で域コミュニティと住まいは大きな比重を占めますが、この先の日本でも理想の暮らしを送るために。日常に欠かせない「暮らし」にまつわる企業、魅力ある建築家など「暮らし提案のプロ」へのインタビューを発信しています。今回は、仕事と家庭を両立する工夫！女性一級建築士和田純さんに「仕事の流儀」について話を聞いて、います。仕事と家庭を両立する工夫が13分ほどの動画の中に凝縮されています。



[HTTPS://YOUTU.BE/ZZDFV2TLN_G?SI=KWMVYE3EPI4IJ7MN](https://youtu.be/ZZDFV2TLN_G?si=KWMVYE3EPI4IJ7MN)

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。



横浜みなとみらいにある、お母さん業界新聞の編集部に出張「ガチャ」しました！



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、安心してくださいね。

男性ももちろん、
Let's
アイスブレイク！

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

12月2日、池川クリニック院長 池川明先生による「ママを選んで生まれてくるよ」講座を開催。スペシャル講座のオンライン開講は初めて！参加者からは、「普段聞けない話、興味深かった」「子どもとゆっくり話してみたい」との声がありました。

100の質問を
受けてください

イクシモにご登録の皆様で、育休中の方は、ぜひ、「100の質問」プログラムを受講ください。30分~1時間のプログラムです。オンラインでも受講できます！



自分自身と
向き合う時間が
新しい気づきに
繋がります

Online