

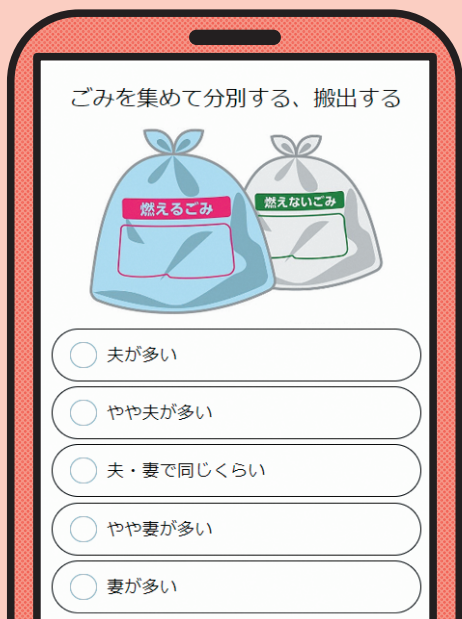
納得してる？

＼我が家の＼

家事・育児分擔



共家事・共育チェックシートを使ってみよう!!



大切なのは
自分とパートナーがどちらも犠牲にならず、
お互いが納得する分擔を目指すこと。
チェックシートを使って家事・育児に見える化し、
家庭の「今」と「これから」を共に考えよう!

共家事・共育 チェックシート



参加は
こちらから

監修：木村麻理 氏(岐阜県仕事と家庭の両立支援アドバイザー / 社会保険労務士)



ぎふ共家事・共育キャンペーンは
「企業向け編」と「家庭向け編」の両輪で進行中。
キャンペーンサイトは左記2次元コードから。

詳しくは裏面をCHECK!! >>>

主催：岐阜県 後援：岐阜労働局



ともかじ

ともいく

共家事・共育チェックシートの使い方

1 | 自分にあったチェックシートを選ぼう

チェックシートは「家事編」「家事+育児編」に分かれています。

家事編 全10問

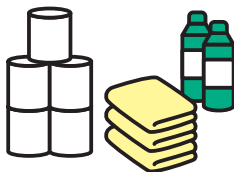


家事+育児編 全20問



2 | 直感で現在の家事・育児の状況をチェック!

家事・育児分担の偏り具合をチェックしていきましょう。気付かないうちに誰かがやってくれていた「名もなき家事」も見えてくるかも!?



たとえば... / 気づかないうちに生活用品が補充されてない?



たとえば... / 子どもの持ち物準備はなぜかいつも自分



たとえば... / 「何でもいい」と言われても献立考えるのって結構大変

3 | 診断結果を確認してみよう

全ての設問に答えるとあなたの家庭の分担タイプが診断されます。タイプに合わせたアドバイスも!

回答おつかれさまでした!
あなたは「ワンチームで家事と育児実践」タイプです



4 | 分担について話し合い、チャレンジしよう

診断結果を基に、家族みんなが納得できる分担を考えてみましょう。得意・不得意も考慮して取り組みやすいところから始めましょう。



5 | さらに深掘りしたい家庭は上級編(PDF)にチャレンジしよう

問数の多いチェックシート(上級編)もご用意。よりお互いの理解を深めたい、という方はぜひチャレンジしてみてくださいね。



キャンペーンサイト

ともかじ ともいく 共家事・共育チェックシート 家事編 上級

大切な自分とパートナーがどちらも犠牲にならず、お互いが納得する分担を目指すこと。チェックシートを使って各々名もなき家事を見える化し、家族の「や」を「これかな」を共に考えよう!

① あなたの現在の家事分担状況を自動化してみよう
(点数は目標であり優劣を付ける目的ではありません)

	未対応	やや対応	対応	完全対応	合計
	4点	3点	2点	1点	0点
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					



ぎふ共家事・共育キャンペーン運営事務局

委託先: 岐阜新聞社営業局

TEL 058-264-1158

FAX 058-263-7659

MAIL tomokaji-tomoiku@gifu-np.co.jp

社員の働き方に 悩んでいませんか？



できることから始めてみよう!!

多くの職場が人手不足に悩まされる今、

「ワーク・ライフ・バランス」は企業の持続的成長と従業員の幸福を両立させるカギ。

柔軟な働き方を導入すれば、生産性の向上や優秀な人材の確保が期待でき、競争力を強化する一助となります。まずはヒントがいっぱいのWEB講座視聴や勉強会に申し込み、未来を見据えた働き方へシフトしていきませんか。

まずは! /



登録する

岐阜県
ワーク・ライフ・バランス
推進企業登録制度

学ぶ

業界別!
未来の自社像をつかむWEB講座

考える

業界別! 働き方改革勉強会

実践する

あなたのオフィスに社労士派遣!

※すでに登録済みの企業もご参加いただけます。



ぎふ共家事・共育キャンペーンは
「企業向け編」と「家庭向け編」の両輪で進行中。
キャンペーンサイトは左記2次元コードから。

詳しくは裏面をCHECK!! >>>

主催：岐阜県 後援：岐阜労働局

まずは登録 | 岐阜県ワーク・ライフ・バランス推進企業登録制度

県内に本社又は事業所を有する企業・団体のうち、仕事と家庭の両立支援に取り組む事業者を「岐阜県ワーク・ライフ・バランス推進企業」として登録します。



登録企業にはこんなメリットも!

たとえば…

- ・広報物に「シンボルマーク」使用OK!
- ・県「SDGs推進資金」利用対象企業に!
- ・県建設工事入札参加資格審査において加点!



詳細・登録申込は
コチラから



すでに県内2,500社以上が登録!

学ぶ | 業界別! 未来の自社像をつかむWEB講座

県内企業のワーク・ライフ・バランスの先進的な取り組み事例を4つの動画で学べます。男性育休制度の利用促進やICT活用など、キーパーソンや社員のインタビュー動画を通して参考となる取り組みを学びましょう。(1本約15分)

●視聴申込完了後にお送りするメールに、動画へのリンクが貼付されています。 ●視聴にかかる通信費は各社負担です。

視聴申込はコチラから

社内研修におすすめ!



製造業



[事例 01]

早川工業株式会社

本社所在地: 関市
従業員数: 25名 (2024年9月現在)

ダイバーシティ経営で
人手に困らない会社に進化!

医療・福祉



[事例 03]

社会福祉法人フェニックス

本社所在地: 各務原市
従業員数: 207名 (2024年9月現在)

柔軟な勤務形態を導入し
離職率を大幅減

建設業



[事例 02]

株式会社大西組

本社所在地: 郡上市
従業員数: 40名 (2024年9月現在)

モチベーションやチームワーク
を高める社内環境を整備

卸売業・小売業



[事例 04]

株式会社五月商店

本社所在地: 各務原市
従業員数: 37名 (2024年8月現在)

デジタル機器を活用し、
労働生産性UP

考える | 業界別! 働き方改革勉強会

事前申込制

ワーク・ライフ・バランスの推進における課題や事情は業界ごとにさまざま。この業界だからこそできることを、WLBエクセレント企業のキーパーソンや、WLBの専門家と共に前向きに考えましょう。

- 開催形式 対面とオンラインのハイブリッド型
- 対面会場 岐阜県庁 (岐阜市藪田南2-1-1)
- 時間 13:30~14:50 (受付/13:10~)
- 参加対象 県内企業の経営者や管理職等 各回20名程度

申込はコチラから
申込期限: 11月14日 (木)



[コーディネーター]

- ・社会保険労務士
 - ・岐阜県仕事と家庭の両立支援アドバイザー
- 木村麻理氏



[スーパーバイザー]

- ・岐阜県ワーク・ライフ・バランス推進エクセレント企業育成スーパーバイザー
 - ・ひょうご仕事と生活センターコンサルタント
- 渥美由喜氏

※各回とも岐阜労働局から「改正育児・介護休業法への対応」について説明が入ります。

製造業

11月25日(月) 県庁304会議室

キーパーソン

早川工業株式会社 代表取締役社長 早川寛明氏

建設業

11月27日(水) 県庁304会議室

キーパーソン

株式会社大西組 代表取締役 佐藤玄太氏

医療・福祉

12月3日(火) 県庁2004会議室

キーパーソン

社会福祉法人フェニックス 地域共生社会推進室長 吉田理氏

卸売業・小売業

12月4日(水) 県庁304会議室

キーパーソン

株式会社五月商店 専務取締役 稲垣光晴氏

実践する | あなたのオフィスに社労士派遣!

ワーク・ライフ・バランスに精通した社労士が貴社を訪問し、課題に合わせたアドバイスを無料で行います。(勉強会参加特典) 派遣回数: 1県内企業あたり1回 最大12社まで (応募者多数の場合は抽選) 派遣期間: 令和6年12月~令和7年2月 (期間内の1日)



ぎふ共家事・共育キャンペーン運営事務局
委託先: 岐阜新聞社営業局

TEL 058-264-1158

FAX 058-263-7659

MAIL tomokaji-tomoiku@gifu-np.co.jp