

気軽に始めよう。 家庭・地域生活の充実で 家族の笑顔がUP!!

育児編



子どもの頃に父親と遊んでもらったことは、大人になっても覚えているものです。さあ、今度はあなたの番です。たっぷり子どもとふれあって思い出いっぱいの子育てを目指ませんか？

P3~6

家事編



“何もできない” “したことがない” より “何でもできる方がかっこいいよな” そんな風に考える男性が増えています。最初はみんなが初心者です。できることから少しずつ。きっと周りの笑顔も増えるはず!

P7~8

地域社会編



会社のことはわかるけれど、自分が暮らす地域のことはよくわからない。仕事以外でも、自分の経験や能力を発揮する機会はたくさんあります。人との出会いが広がると、人生の豊かさもUP!

P10

介護編



今まで家事をやっていないくても、地域に頼れる人がいなくても、誰もが介護の担い手となる時代。「いざ」という時のために、今できる準備をしておきませんか？

P9

ファミリー
スマイル
UP!

仕事と家事・育児・介護等の家庭生活を
どちらも充実したいと思っているけれど、
現実は、仕事を優先してしまっている……
そんなあなたも、今日から色々なスイッチをオンにして、
理想とする仕事と家庭生活のバランスを実現させ、
家族の笑顔を増やしませんか？

