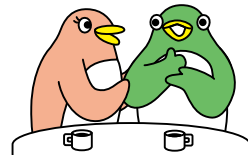


みらいデザイン年表



私たちは皆、パパ・ママであると同時にひとりの人間です。
 自分自身がこれから先、どのように生きていきたいのか、ふたりで話してみましょう。
 こうしたいと思う自分の将来設計を実際書いてみると、いつ、どんな準備をすればよいかが見えてきます。
 家庭・子供・仕事のことなどでこれからめざしたいこと、実現したいことを書きこんでみましょう。

例えばこんなことを書いてみよう♪

- * 資格をとりたい * もう1人子供が欲しい
- * 子供との時間を大切にしたい * 地域での活動に参加したい
- * 仕事に復帰したい * 新しいプロジェクトに挑戦したい
- * 職場のチームリーダーになりたい etc

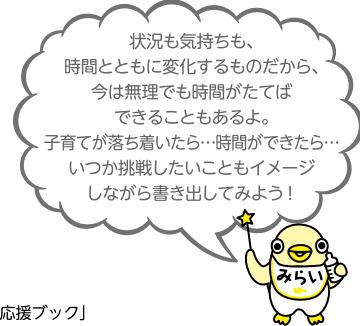


夫婦で書いたものを共有しながら、お互いの希望する未来を実現するためにはどうしていったらよいのか、話し合ってみましょう。

もしデザインどおりにいかないことがあっても、そのときの家族を取り巻く状況に合わせて、デザインを見直していける心のゆとりを持つことも大切でしょう。

年表	1年後	2年後	3年後	5年後
	年 歳	年 歳	年 歳	年 歳
パパ				
ママ				
子供				

7年後	10年後	15年後	メモ
年 歳	年 歳	年 歳	



状況も気持ちも、
 時間とともに変化するものだから、
 今は無理でも時間がたてば
 できることもあるよ。
 子育てが落ち着いたら…時間ができたら…
 いつか挑戦したいこともイメージ
 しながら書き出してみよう！



参照：神奈川県「働くママ・プレママのための両立応援ブック」