



子育てエンジョイ作戦!

誰もが「ぶち大変」さを抱えている子育て。

毎日のことだからこそ、時には力を抜いて、子育てを楽しんでみませんか?

1. 力を抜いて「子育てを楽しむ」ために、あなたが今やっていること、これからやってみたいと思うことはどんなことですか?

<例>土曜の午後は「ただ今休憩中」の札を出して、家事も子育ても一切せずに好きなことをする。

2. 他の人の意見を聞いて、「やってみよう」と思ったことがあればメモしておきましょう。

3. グループで出たアイデアの中で、子育てを楽しむために「これは名案」と思ったベスト3を選びましょう。

子育てエンジョイ作戦 名案ベスト3

1.

2.

3.