

育休を白紙（blank）にしない 育休から始まる未来図を描くワーク型手帳のクラファン開始 ～育休者100人以上の声を形に～

「育休コミュニティMIRAIS（ミライズ）（以下MIRAIS）」は、産育休者（以下育休者）のための手帳『MIRAIS PLANNER』を作成しました。本手帳を製本して多くの育休者の手に届けるために、2021年1月20日よりREADY FOR（<https://readyfor.jp/projects/miraisplanner>）にて、クラウドファンディングを開始いたします。



育休を白紙（blank）にしない！
育休者100人以上の声を形に。未来図を描くワーク型手帳を作成！

現状、育休を取得した女性の約8割が、想像していた生活との身体的・精神的な負担のギャップや社会からの疎外感・孤立感を抱いています。また、復職後への不安を抱える人は8割以上にも上ります※1。加えて、昨今はコロナ禍により産後うつリスクが2倍になっていると言われております※2。

このような状況において、本手帳のワークを通して少しでも不安が和らぎ、有意義な育休を過ごすことができるように、そして前向きな気持ちで復職を迎えることができるように、多くの育休者にこの手帳を手にとってもらいたいと考えています。

◆ 『MIRAIS PLANNER』手帳作成プロジェクトの背景にある想い

育休者のニーズに合った、育休者のための手帳を作りたい

- 急に白紙になる手帳のスケジュール欄。
- 社会から切り離されてしまったような漠然とした不安感。
- 初めて経験する予定通りにならない子どもとの時間。

育休を経験した多くの人から聞こえてきた声です。

母子手帳や育児日記ではなく、「育休者」の自分が主役になれる、育休から始まる未来図を描ける手帳をつくりたい。そんな想いからMIRAISにて育休者のための手帳『MIRAIS PLANNER』手帳作成プロジェクトは生まれました。

この想いに賛同し、全国からオンラインで集まったMIRAISのメンバーと、理想の手帳づくりが始まりました。100人以上の育休者にアンケートやモニター座談会を実施しながら、およそ半年間かけて作り上げました。



『MIRAIS PLANNER』に込めた作成者の想い

- 自分にとって「好きなこと」「大切なこと」を認識・可視化し、やりたいことをスケジュールに落とし込むことで「進んでいきたい気持ち」を応援したい。
- 毎月振り返りを行うことで自分軸が固まっていき、ポジティブな行動の積み重ねを認識させることで自己効力感を育む手助けがしたい。
- 育休が終わり振り返ったときに、これからの働き方を明確にイメージして復職に対して前向きな気持ちになれるよう応援したい。

◆『MIRAIS PLANNER』手帳作成プロジェクトチームからのメッセージ

育休の過ごし方に正解はありません。一人ひとり思い描く「有意義な育休」はそれぞれ違うと思います。ミラプラを育休のescort runner（伴走者）として使うことで、育休者にとって有意義な育休と一緒に探し、「育休のその先の未来図」を描いてもらいたいと思っております。

育休に入るとき、漠然とした不安を抱えたとしても、そんなあなたを応援し、傍にいて、育休をワクワク・充実させてくれる存在でありたい、復職後も迷ったときに開きたくなる手帳になってほしい、そんな想いで今日まで作ってきました。

コロナ禍によりますます孤独になりがちな育休期間。有意義な育休を過ごし、家族が増えたことを前向きに捉えられるように、この手帳をたくさんの育休者に届けたいと思っております。

ご支援のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

◆クラウドファンディング概要

《プロジェクト名》

#育休を白紙ページにしない！未来図を描くワーク型手帳を届けたい！

《募集期間》

2021年1月20日（水）～2月26日（金）

《目標金額》

90万円（目標金額に達しなかった場合は製本しません）

《URL》

<https://readyfor.jp/projects/miraisplanner>

《資金使途》

頂いた支援は、手帳のデザイン・製本費用に使わせて頂きます。

なお、目標金額以上にご支援頂いた場合は、増版してより多くの育休者の手に届くようにいたします。

《リターン紹介》

対象者	コース	1口額 (円)
全員	純粹応援コース	3,000
	手帳1冊コース	4,000
	手帳3冊コース	11,000
	手帳5冊コース	18,000
21年4月 育休取得者	手帳1冊+イベント参加コース ※イベント：育休テーマ設定ワークショップ ※先着10名限定	6,000
	手帳1冊+MIRAIS6期優先加入券コース ※先着20名限定	10,000
21年4月 復職予定者	手帳1冊+イベント参加券コース ※イベント：復職面談ワークショップ ※先着10名限定	6,000
	手帳1冊+復職に向けて代表栗林によるアドバイスコース ※先着5名限定	15,000
企業(団体)様	スポンサー名記載コース	50,000
	スポンサー名記載コース+育休者へのフォローアップ ※先着3社限定	100,000

◆『MIRAIS PLANNER』製本概要

《製本完了予定日》 2021年4月

《製本冊数》 400部

《仕様》 A5サイズ (148 × 210 ミリ) 208ページ
子ども達の未来を考え環境に優しい紙とカバーとインクを採用。
(FSC森林認証紙/CO₂,HCl削減カバー/植物油インク使用)

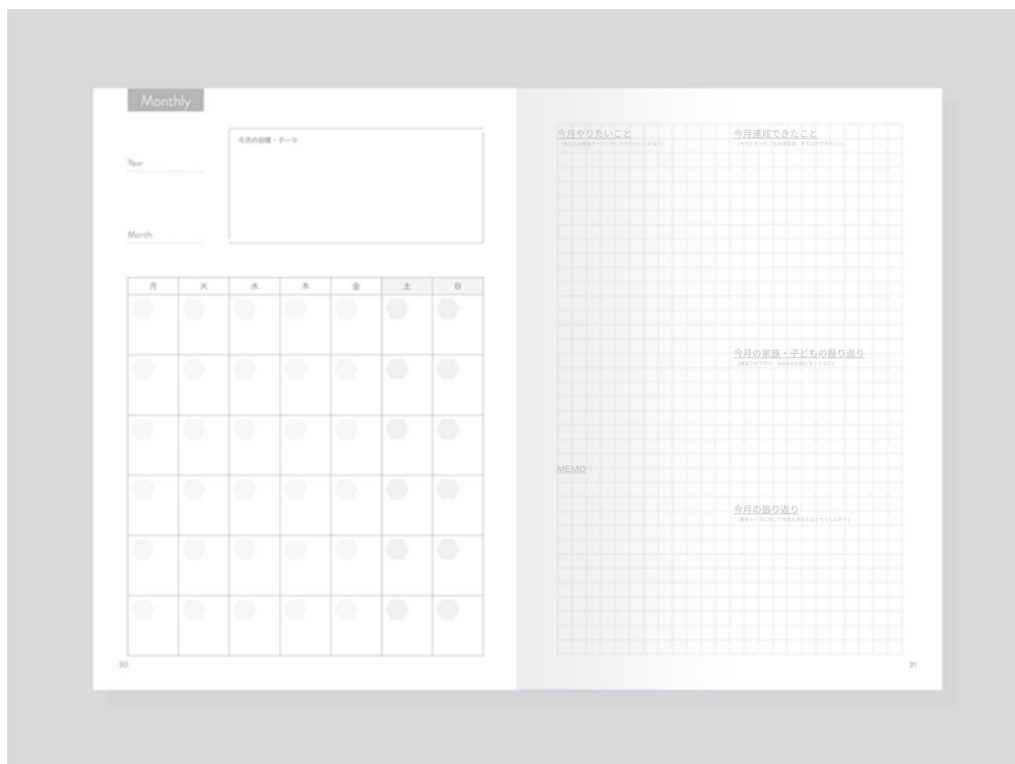
《印刷所》 河北印刷株式会社 <https://www.kawakita.com/>

《内容》 マンスリーページと週間バーチャルページ
自分と向き合うワーク (一部抜粋)

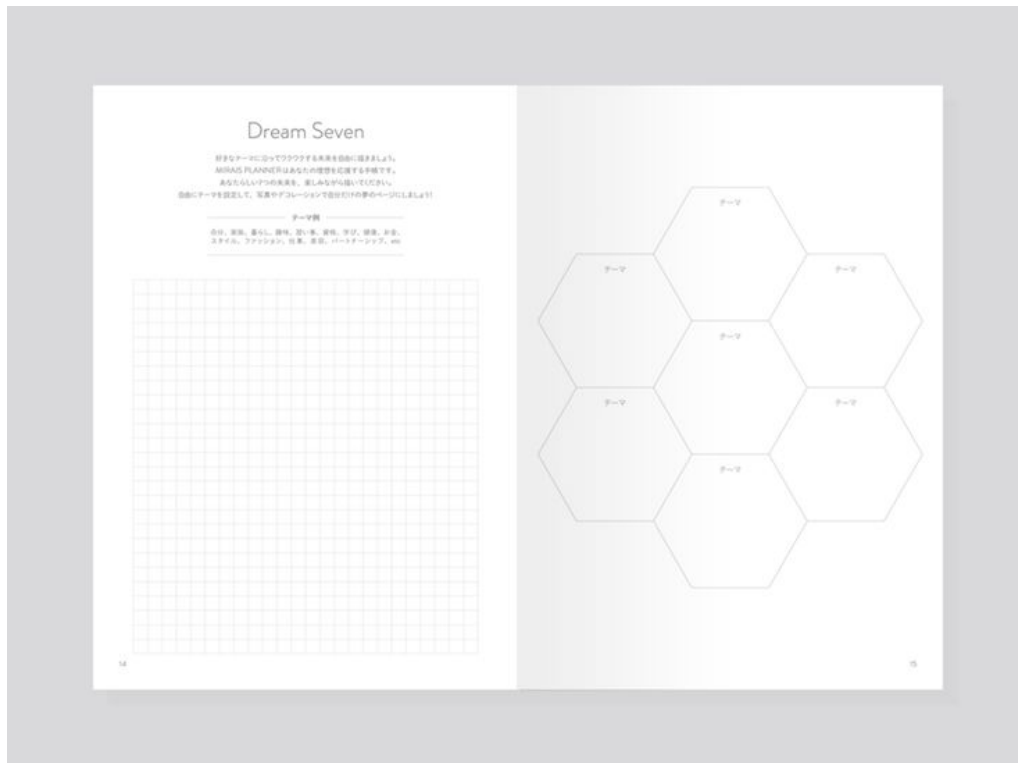
- ・ 育休にテーマをつけよう「育休テーマ設定」
- ・ 毎月目標を作って振り返りをしよう「月間目標と振り返り」
- ・ あなたの夢を描こう「Dream Seven」
- ・ 家族との未来を描こう「家族年表」
- ・ 復職に備えよう「復職面談事前準備ワーク」



育休にテーマをつけよう「育休テーマ設定」



毎月目標を作って振り返りをしよう「月間目標と振り返り」



あなたの夢を描こう「Dream Seven」
 (※画像は試作中のデザインのため、実物とは多少異なります。)

◆発起人 **紅露 香織 (こうろ かおり)**



『MIRAIS PLANNER』発起人。
 大学卒業後、通信会社にて働くも、結婚を機に徳島へ移住し転職。現在、公務員として働く。
 第1子出産後、復職予定だったが、第2子の妊娠があり、育休を継続中。2018年より育休コミュニティMIRAISに参加し、運営に携わったり、手帳講座の定期開催や子どもを寝かしつけた後にゆったり話せる夜のオンライン対話会などを主催している。「育休者のための手帳を作りたい」という想いから『MIRAIS PLANNER』手帳作成プロジェクトを立ち上げ。

◆育休コミュニティMIRAIS (ミライズ) とは



団体名 : 育休コミュニティ「MIRAIS」
 代表者 : 栗林 真由美
 発足 : 2018年8月
 URL : <https://ikukyu-community.amebaownd.com/>



「なんとなく育休をなくしたい」をミッションに、全国各地及び海外からの参加者も在籍。それぞれがキャリア、子育て、自身の成長などジャンルを問わず育休中のテーマを設定し、未来にこう在りたい自分の姿をかたちにするために活動。メンバー主催のキャリアや子育てなどの考察を深める読書会、外部講師を迎えて勉強会やオンライン交流会など、育

休を自己実現の積極的な機会とするためのコミュニティ。その活動はこれまでの育休の概念を変える新しい形として、設立2年目にして日本経済新聞、日本テレビ「news every.」、CHANTO等のメディアに取り上げられ反響を呼んでいます。

【参照元】

※1：「8割の女性、出産前とのギャップに身体的・精神的負担と社会からの疎外感・孤立感」
<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000010.000047003.html>

※2：「1年未満の母親2132人のうち、産後うつの可能性がある人はおよそ24%」
<https://www3.nhk.or.jp/news/html/20201014/k10012662971000.html>

【本件に関する報道関係者からのお問合せ先】
育休コミュニティMIRAIS 広報：秀熊、金澤
メール：ikukyu.community@gmail.com