

パパママであるあなたにも、あなた自身にも寄り添うデジタルフリーペーパー

&fami

2025年7月8月号

発刊元 EduLaboJapan
発刊日 2025.7.31

FREE

公式instagram



@and.fami

フリーペーパーの
ダウンロードや

プレゼント企画は
公式LINEより
お受け取りください！

公式LINE



”人と比べちゃだめ？”...比べていい！”

今すぐ取り入れたい！ お手伝いのメリット5選

1歳からでもできる！お手伝い環境の作り方
他にもいっぱい！お手伝い集



英語は”習い事”じゃなくて ”経済圏”へのパスポート

英語教育が必要な理由を経済視点で解説！

夏休みを充実させるTips集！

おすすめのおでかけスポット
おうちごはん・おうちあそび



COLUMN

”親は”環境のひとつ”でしかない”

表紙

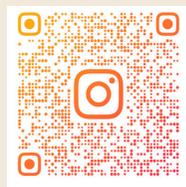


2025年7月・8月号

発刊元 EduLaboJapan
発刊日 2025.7.31

FREE

公式instagram

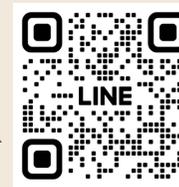


@and.fami

フリーペーパーの
ダウンロードや

プレゼント企画は
公式LINEより
お受け取りください！

公式LINE



CONTENTS

What's &fami

赤ちゃんが生まれたら子離れをはじめよう
子育てを系統的に学ぼう
お金や働き方を考え、行動しよう



子育てのキホン

「人と比べちゃダメ?...比べていい！」

0歳—小学生

0歳—小学生のパパママ必見！

今すぐ取り入れたい！ お手伝いのメリット5選

1歳からでもできる！お手伝い環境の作り方
他にもいっぱい！お手伝い集



自由研究テーマ選びにコツ 思考整理ノートプレゼント！

お金の教育

英語は”習い事”じゃなくて ”経済圏”へのパスポート

子どもにさせたい習い事1位は6年連続英語・英会話スクール
どうして英語教育が将来必要なの？経済視点で考える



0歳—小学生

夏休みを充実させるTips集

&famiアンバサーおすすめのお出かけスポット
おうちごはん・おうち遊びを紹介！



子離れの準備をしよう

COLUMN ”親は”環境のひとつ”でしかない“

在宅ワークスキルセッション
先着3名様限定価格で募集開始！

私にもできる！

今更聞けない...をマンツーマンで解決！

在宅ワークスキルセッション

キャリアコンサルタントによる面談も受けられる！

事前面談1時間 + セッション1時間×4回
※最終回は30分の振返り面談付き

オンライン開催
講座費用：18,000円
先着3名様限定価格



「人と比べちゃだめ？」 ...比べていい！

よく「他人と比べるのはいけない」って聞きますよね。

比較すると、できないことが浮き彫りになるから”可哀想”
...この意見が出るのもわかります。

でも反対にその子自身の良いところも**比較しないとわからない**。

娘が1歳になりたての頃、児童館に行くと生後10ヶ月の子が走り回っていたんです。ヨチヨチ歩きではなく、勢いよく走っていました。

娘はどうだったかという、1歳3ヶ月でようやく歩けるようになったので、「歩く」ことに関しては、児童館で見かけた子より約半年遅れてできるようになったということですね。

一方で、娘は10ヶ月の頃にはビー玉落としという知育教材を15分間集中して取り組むことができるようになり、11ヶ月の頃から料理のお手伝いをしてくれていました。

できないことを比べると落ち込むこともあるかもしれませんが、できることを比べて、両者を認め、「その子らしさ」「得意なこと」「好きなこと」を伸ばすきっかけにすることを少し意識すると子育ても前向きに取り組めるようになると思います。

一概に「比べるのはだめ！」と線を引くのではなく、比べることで普段は気付いていなかった自分の子どもの良いところを見つけるきっかけにしてくださいね！



今すぐ取り入れたい！
お手伝いのメリット

今すぐ取り入れたい！ お手伝いの メリット5選

メリット 1

自己肯定感が育つ

「誰かの役に立つ」経験は「自分にもできた！」
「必要とされている存在だ！」と自分の価値を自分で認められるようになるので、自己肯定感が育ちます。

そうすることで挑戦する意欲だけではなく、勉強やスポーツなどでも前向きに取り組み努力ができた、相手のことも尊重することもできるので人間関係の構築が上手くできたり、人生を豊かにする土台を築くことができます。



メリット 2

やり抜く力が育つ

身近な存在からお手伝いを任されることで、自分の役割を認識し、最後まで責任を果たそうとする気持ちが高まります。

最後まで責任を果たすことで、感謝され認められる経験を積み重ねることができ、また「最後までやるべきことをやろう！」と自然にやり抜く力が身につけていきます。



メリット 3

管理能力が育つ

一日の流れの中で「いつお手伝いに取り組もうか」と考えたり、家事をするときには、手順や段取りを考えたり、時間や物を管理するスキルが身につきます。

管理能力はお手伝いの場面だけではなく、学習計画や社会人になってからの仕事のタスク管理など、さまざまな場面で必要になるスキルになります。



メリット 4

生活力が上がる

そもそもお手伝いを通して、掃除や洗濯・料理など、生活していくときに必要なスキルが身につきます。

また、生活力を高めることでスキルの習得はもちろん、誰かに支えられて生きていることを体感できるので、周りの人や社会のために仕事をしている人に対して感謝することができるようになります。



メリット 5

脳が発達する

お手伝いを通して細かい指先の活動をしたり、食材の匂いを嗅いだり、水の感触に触れたたりすることで、五感が刺激され、脳の活性化につながります。

脳は3歳で約80%、6歳で約90%完成されると言われているので、特に幼児期からお手伝いを習慣化していきたいですね。



＼1歳からでもできる／

お手伝い環境の作り方



＼1歳からでもできる／ お手伝い環境の作り方

おうち時間が増える夏休みにぜひ取り入れて欲しいのが「お手伝いの習慣」。知育というとプリント教材やタブレットなどで行う方も多のですが、お手伝いは最強の知育だと思っています。机上の勉強より五感を使って、身体を動かして経験したものは、今後の学習・人生を豊かにします。この機会にお手伝いのある生活を取り入れてみてはいかがでしょうか。

料理

切るだけが料理じゃない！

しめじさきや大人が切った食材を鍋に入れる→混ぜるなど、包丁で食材を切る以外にも料理のお手伝いはできます！ぜひできることからやらせてみてくださいね！



洗濯

子ども専用の作業場をつくる

子どもが作業しやすい小さめの洗濯板や干す場所、畳んで入れられる環境など子どもが作業しやすい環境を整えることで「ひとりでする」ようになっていきます！



全部を手伝ってもらうのは大変！という方は「平日のごはんは、お母さん作るけど、土日は一緒に作ろうね」と時間や作業を少し制限して取り組むのはおすすめです！



—他にもいっぱい！お手伝い集—



テーブル拭き



カート押し



食器の片付け



ほうき掃除



皮むき



タオル畳み



水やり



お風呂掃除

小学生になってから「お手伝いしてほしい」「自分のことは自分でやってほしい」と思っても正直そこからお手伝いを習慣化するのは難しいです。

でも1歳から3歳頃は**“自分から”やりたい！**と積極的に取り組むことができます。

低年齢でお手伝い環境を作るのは大人側の負担が大きいです。そこを乗り越えると自主性や自己管理能力、自己肯定感や親子のコミュニケーションなど親が子どもに身につけさせたい能力を育てることができます。「大人の負担が少ないお手伝いの方法」もあるので、ハードルが低いお手伝いからぜひスタートさせてみてくださいね！

自由研究

テーマ選びで
困ってる人いませんか？





自由研究のテーマ選びのコツ



じゅうけんきゅうノート

このじゅんぱんとおりにやるとけんきゅうがとくになる！
ポイントはいつも「なんで？」のアンテナをはっておくこと！

01 テーマをきめる

あたりまえのことを「なんで？」「どうして？」
とかんがえてそのなかから好きなこと・きになることをテーマにしよう！



02 どうやってしらべるかをきめる

どうやったらきんをかいけつできそうか
ほうほうをかきだしてみよう！ここで「じぶんは
どうかんがえるか」よそうをたてよう！



03 じっけんやかんさつをする

じっけんやかんさつをして、「どうなったか（け
っか）」「けっかからわかること（こうさつ）」を
まとめよう！



04 けんきゅうをふりかえる

けんきゅうをしてどうおもったか（かんそう）
をまとめると、そしてあたらしくできたきんも
もいっしょにかいておこう！



1



夏休み後半戦スタート！

気がつけば夏休みも後半戦に突入！
皆さんのお子さん、自由研究終わりましたか？

今回は「まだ自由研究が終わってない人必見！」

子どもが自分で自由研究のテーマを見つけられる！
親のサポートについて紹介します！

4



なんでも良いから困っちゃうんだけど

子どもの小さな「やってみたい」「なんで？」をキャッチして

「それって自由研究になるね！」と
気づくように寄り添うのが大人の役割

2



疑問に思ったこと、研究したいこと
本当になんでも良い

ゲームが大好きで「1日何時間もやる子は
「どうしたら強くなれる？」
攻略法を自分で考えてまとめたり

漫画が好きなのはレビューを書いて
「こんな時にこの漫画おすすめ」と
紹介するレポートを書いたっていい

大事なことは
子どもの興味に寄り添うこと

3

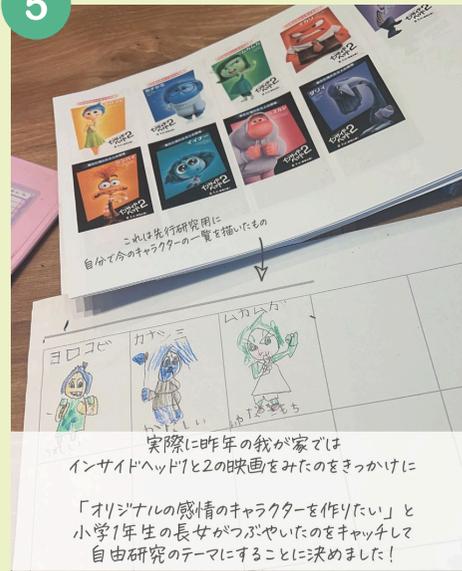


自由研究って...
理科っぽい実験や観察、工作とかしたら良いよね
という大人が思う自由研究の型にはめこんでない？

これじゃ大人主体の研究は全然楽しくない

自由研究なんだから、もっと自由であっていい
「やらなきゃいけないもの」ではなくて
「やりたくてしょうがないもの」が理想

5

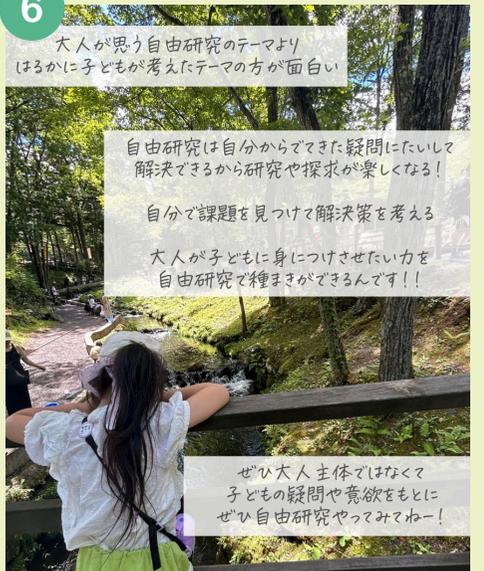


これは先行研究用に
自分で今のキャラクターの一覧を描いたもの

実際に昨年の我が家では
インサイドヘッド1と2の映画をみたのをきっかけに

「オリジナルの感情のキャラクターを作りたい」と
小学1年生の長女がつぶやいたのをキャッチして
自由研究のテーマにすることに決めました！

6



大人が思う自由研究のテーマより
はるかに子どもが考えたテーマの方が面白い

自由研究は自分からできた疑問にたいして
解決できるから研究や探求が楽しくなる！

自分で課題を見つけて解決策を考える

大人が子どもに身につけさせたい力を
自由研究で種まきができるんです！！

ぜひ大人主体ではなくて
子どもの疑問や意欲をもとに
ぜひ自由研究やってみてねー！

思考が整理される//
自由研究ノートプレゼント！

QRコードを
読み取ると
ダウンロード
できます！



資格

\\ オンラインで資格取得できる //

ベビーモンテッソーリ講師講座 STEAM探求クラス講師講座

学びを深めたい人募集中！



子育て中のママに大人気！

日本マナブ子育て協会

考える力・思考力・創造性の本質に触れ
学ぶことが楽しくなる土台と種まきができる場所



「子育てを学ぶをあたり前に」をコンセプトに
悩まない子育てのノウハウや教育の奥深さを学べる場を提供しています。

正解・不正解ではなく、子ども1人ひとりの「考える過程」を大切に
知識の詰め込みではなく、「学ぶ楽しさ」「わかる嬉しさ」を体験しながら

学習に直接つながる知識と社会を生き抜く非認知能力を同時に習得できる
モンテッソーリ×STEAM教育を軸にした唯一無二の講座です。

子どもたちがイキイキ活動をして育っている場所
パパやママが子育てに自信をもって楽しめる場所



子育て・教育環境を良くしたい想いのある方
ぜひ一緒に活動しましょう！



詳細・お申し込みについて



モンテッソーリ
×
STEAM教育指導士
資格講座
受講生募集中！

詳細・申込はこちらをTAP



↑
詳細・お申し込みは公式LINEのメニュー
「資格講座」からご確認ください



子どもの教育には
「大人側の知識が絶対に必要」

知識をつけて実践したい方は
instagramをフォローしてね！

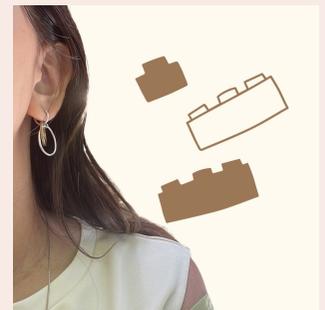
instagram @manabu.kosodate

受講者募集中！

子育て教育専門家
ささおらん

幼児教育・小中高・特別支援など子どもの教育を専門・現場経験を活かし、子育て中のパパママ向けの講座やイベント・幼児教室を運営。また子育て中の悩みで多い「働き方・お金」の分野についても講座を行っている。

その他、朝日新聞出版AERAwithkids第5期アンバサダーLemon8厳選クリエイター環境教育講師としても活動中



英語は”習い事”じゃなくて ”経済圏”へのパスポート

FP/プライベートバンカー
笹尾 祐太郎

小学校教員を辞めて年商6000万円にした
お金の教育のプロ。2児のパパ



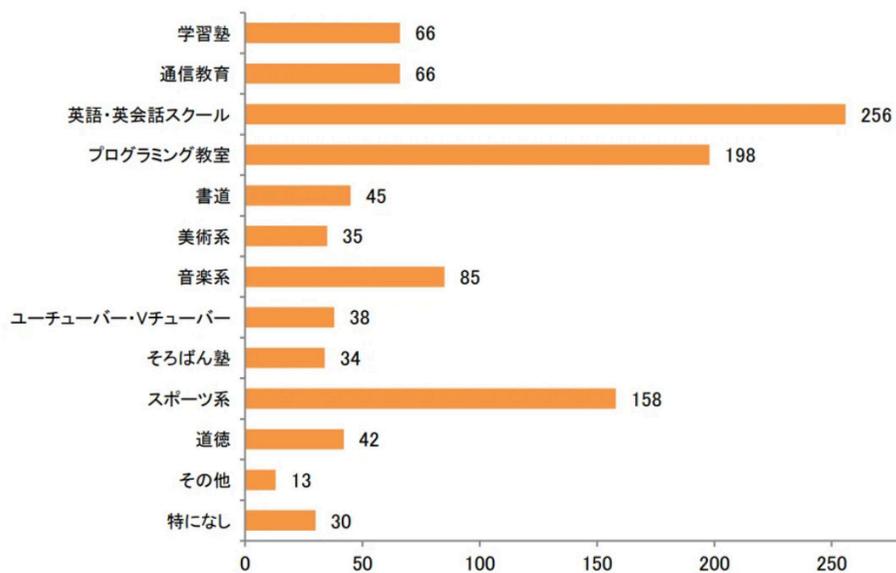
子どもにさせたい習い事1位は6年連続 英語・英会話スクール

約7割が「将来のために必要だと思うから」

その理由としては「将来のために必要だと思ったから」が約7割と圧倒的に多く、将来に必要なスキルとして親に認識されていることがわかります。

では「**なんで将来、英語が必要なのか**」を**経済の視点**で解説していきたいと思います！

Q. 2024年、子どもに何の習い事をさせたいですか<MA=462>



株式会社イー・ラーニング研究所が行った「2023年：年末年始の学習と過ごし方に関する調査」

参考URL: <https://prt-times.jp/main/html/rd/p/000000227.000013831.html>



どうして**英語教育**が 将来必要だと思うの？ **経済視点**で考える



日本の人口は将来、今の半分になると言われています。

一方、英語を共通語とする経済圏
(アメリカ・東南アジア・グローバル企業) は、拡大し続けています。

実際に人口の減少とGDP成長率はあまり関係はありませんが

労働者人口が減る ▶ 社会保険料の負担は大きくなる ▶ 使えるお金が減る

という流れの中で、人口減少する社会の不安感が
日本経済に対する危機感に結びついているんだと思います。

英語を学ぶことは「アメリカに行けるようにする」ことだけではなく
日本という市場の外でも価値を生み出せる人になるための準備

つまり、**英語教育は”学力の話”ではなく
経済の選択肢を広げるための土台作り**なんです。

ベネッセ教育総合研究所「こどもの英語学習に関する保護者調査」(2021年)
参考URL: <https://berd.benesse.jp>





英語教育が重要な本質的な理由



日本で英語教育のニーズが高まっているのは
人口の減少や成長の鈍化など

国内経済が弱まってきているという背景があるように思います。

というのも、経済がまだ発展途中の国では
英語による学校教育が当たり前に行われています。
英語ができなければビジネスも成り立たないからです。

だから日本の英語教育も「前向きなグローバル化」ではなく
内需だけでは立ち行かないという
”危機感”の裏返しなのかもしれません。

英語を学ぶことは選択肢を増やすこと。

「子どもに日本以外の国でも生きていく力をつけさせること」

英語を習得するための習い事も留学も全てお金がかかります。
「当り前の生活」を将来もできるようにする為には
早いうちから”先に準備”する必要があります。

子どもの選択肢を拡げ豊かになってほしいと心から願う方は
ぜひ全力でサポートするために
まずは**「お金の勉強、そして行動」**をしていきましょう！

受講生募集中 //

”家族時間を大切に年商6,000万円にした”
元教員のお金の専門家が伝える

忙しいパパママのための

お金の オールインワン講座



子どもの可能性を拡げたい方は
講座をチェック！



FP/プライベートバンカー
笹尾祐太郎





夏休みを充実させるTips集

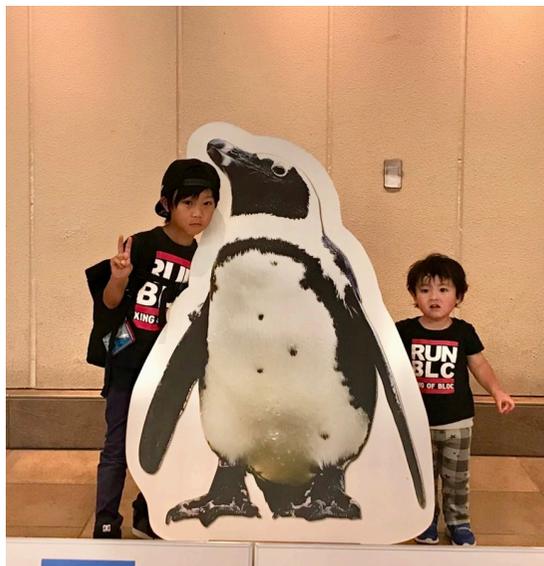
おすすめの おでかけスポット

夏休み子どものおでかけどこに行こうかなあって悩んでいる方必見！
& fami第1期アンバサダーの皆さんが実際に行ってよかった！
「夏に行きたい！おすすめスポット」を紹介してもらいました！



asaming921
@asaming921

中3男子、小4男子、2歳児
クラス女子のママです！
子育てに関する事を中心に、
さまざまなジャンルのおすすめ
の商品を紹介したり、
子ども達の成長記録を
投稿していきたいです♪



東京都豊島区

池袋サンシャイン水族館

池袋駅から10分！サンシャイン水族館！
人気の空飛ぶペンギンはもちろん
アシカやコツメカワウソなど
たくさんの生き物たちがいるよ！



今はなくなってしまったけど
大きなマンボウもいたよ！

サクッと1時間ほどで回りきれるのも
小さい子連れには嬉しいポイント！
高いビル群と生き物のコラボなんて
ここでしか味わえないかも？！
涼みがてら楽しめるなんて最高！！

千葉県山武群

航空科学博物館

成田空港がすごく近いので
飛行機が間近に見られて素敵。
そして、何より成田空港のエコの
取り組みを遊びながら学べるのが
子供にとっても親にとっても
良かったと思う場所です。



地球の温度を
体感できるよー！



シンガポール

サイエンスセンター シンガポール

科学のことが楽しく学べます。
特に、コロナウイルスについての
展示が子供でもわかりやすく
展示されていたのが魅力的です。



ここさ
@nishino.rina

シンガポールに住んでいます。
海外興味あるなって方に
って、ワクワクするような
シンガポールのことを
発信中です！
お時間ある時に、是非一度
見てみてくださいね！

おすすめの おでかけスポット

夏休み子どものおでかけどこに行こうかなあって悩んでいる方必見！
& fami第1期アンバサダーの皆さんが実際に行ってよかった！
「夏に行きたい！おすすめスポット」をご紹介します！



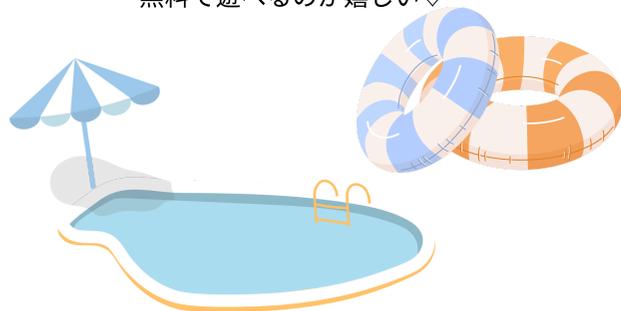
なすな
@nazuna_318

発達凸凹っ子と田舎で暮らす
ママの日常を、旅・お出かけ
学びと共に発信中。
子育ても、自分の好きも、
どちらも楽しむ発信を
目指しています。

！大分県大分市

河原内川河川プール

河原内川の清流を利用した自然プール。
幼児用（50cm）と児童用（100m）があり
川と離れていて小さな子ども安心！
無料で遊べるのが嬉しい♡



！静岡県加茂郡

磯 SeaGarden IKEJIRI

施設使用料は大人400円子ども200円
海は天然のプールで岩に囲まれていて
潮の時間によっては磯遊びができたり
シュノーケルができます！

海から上がると海水プールもあります！
飛び込み台もあって子供達は
プールに海に1日中楽しめます♡



ゆうこ
@yuko_shinamama

フルタイムでも楽しめる！
5歳差育児×おでかけ×主催する
ママ会などの“楽しい”を
全力シェア！

／栄養満点！カンタンごはん／

なんちゃってカレー

01

■材料■

- ・凍らせたバナナ 2本
- ・ひき肉50g
- ・玉ねぎ1個
- ・コリアンダー大さじ3
- ・チューブの生姜とニンニク各1cm
- ・トマトケチャップ大さじ4
- ・醤油大さじ3
- ・水200ml

<作り方>

- ①玉ねぎをいちよ区切りにする。
- ②玉ねぎを電子レンジで5分温める。
- ③②とバナナ、ニンニクと一緒に飴色になるまでよく炒める。
- ④③フェネルを入れて炒め、水とその他の材料を入れてたら出来上がり！



02



03



ここさ
@nishino.rina

紹介者からのMessage

子どもと一緒に炒めるのは楽しいです。
よく残りやすいバナナを入れることにより、栄養満点暑い夏におすすめのカレーです！

ぜひ作ってみてくださいね！

シンガポールに住んでいます。
海外興味あるなって方にとって、ワクワクするようなシンガポールのことを発信中です！
お時間ある時に、是非一度見てみてくださいね！



／4歳児がほぼ一人で作れた／

いちごクリームチーズアイス

■材料■

- ・イチゴ 1パック（飾り用イチゴ込み）
- ・クリームチーズ 200g
- ・レモン汁 適量
- ・卵 2個
- ・砂糖 40g
- ・生クリーム 200ml

<作り方>

- ①イチゴを細かく切る
- ②クリームチーズを湯煎して柔らかくし
レモン汁を加えて混ぜる
- ③ボウルに卵・砂糖 半量を加え
もったり白っぽくなるまで混ぜる
- ④別のボウルに生クリームと
残りの砂糖を加え7分立てになるまで混ぜる
- ⑤③に②のクリームチーズを入れて混ぜる
- ⑥⑤に③を加えてしっかり混ぜる
- ⑦型に流し込み
(私はズボラなのでそのままのボウルに)
切ったイチゴを入れ、冷凍庫で冷やし固める



01



02



03



自由研究にもぴったり！

香りで育む 手作りナチュラルバスボム

01

■材料■

- ・重曹 ... 100g
- ・クエン酸 ... 50g
- ・コーンスターチ（または片栗粉） ... 50g
- ・水... 少量（スプレー容器に入れると便利）
- ・エッセンシャルオイル（精油） ... 5~10滴
- ・型（シリコン型や製氷皿など）

<作り方>

- ① ボウルに重曹・クエン酸・コーンスターチを入れてよく混ぜます。
- ②エッセンシャルオイルを加え、香りを楽しみながら混ぜます。
- ③少しずつ水をスプレーで加え、湿った砂のような状態になるまで混ぜます。（握って形が少し保つくらい！）
- ④型にぎゅっと押し込むように詰め、半日以上乾燥させたら完成！



02



03



04



紫陽花の色の原理を体験

紫キャベツの色実験

紫陽花の色が青やピンク色があるのは、土の状態が酸性・アルカリ性で変わります。今回はその原理を用いて実験・制作活動をしていきます。

■実験方法■

<用意するもの>

- ・コットン
- ・紫キャベツ
- ・スポイト
- ・レモン汁、お酢、重曹など

<やり方>

- ①鍋に水300ccと紫キャベツ100gを入れて10分煮る
- ②レモン汁・お酢・水に溶いた重曹をそれぞれコットンに浸して、乾かしておく
- ③②のコットンをさいて画用紙に貼り、①の溶液をかけると色が変わる

<色の变化>

- ・中性→紫
- ・酸性→赤：レモン汁、クエン酸など
- ・アルカリ性→青：重曹など

<その他>

今回はクラゲをモチーフにしましたが紫陽花などもおすすめです。



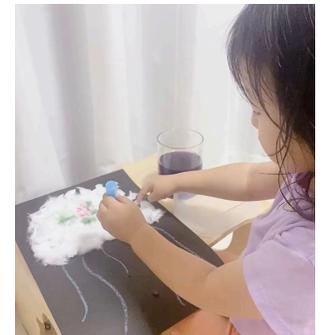
01



02



03



吉原ふみこ
@fumiko_mocco.momlife

紹介者からのMessage

アロマ香る手作り無添加バスボムで、心と五感を育む「香育（こういく）」体験を♡今回はあえて色をつけず、香りや素材の感触をじっくり楽しめるナチュラルな仕上がりに！

お好みで食紅で色をつけたり、ドライハーブを加えたり、アレンジも自在♪香りの選び方やシュワシュワのしゅきを観察すれば、自由研究にもぴったりです！

夏の暑さでお風呂を嫌がるお子さんも、これならワクワクして入ってくれるかも♪

「忙しく過ぎていく我が子の日々を、思い出に変える」をコンセプトに、自宅サロンやオンラインにて、子育てのヒントになれば！と、おんぶやアロマ、米粉シフォンの講座やワークショップを開催しております♡

親は「環境のひとつ」でしかない

キャリアコンサルタントのあきばつづかです。子育てをしていると、つい「自分がちゃんと育てなきゃ」「親として責任を果たさなきゃ」と気を張ってしまうことありませんか？私はかなり諦めが早いタイプなので、苦手なところはとっとと人の力を借りて生きていることに定評があるんですが、時にはまわりの素敵なママたちをみて、ちよつと焦って「私ももっと子供たちに何かしてあげなければ！」というモードになることもあります。一瞬ですが。

様々なタイプの子育てと関わらせていただいていた中で思うのは、特に真面目で、何でもきちんとできてしまう器用なタイプの人ほど、「子どもに親である自分がしてあげたい、してあげるべき」とひとり抱え込んでしまいがちということ。

でも、よく考えてみてください。どんなに優秀な人だって世の中のこと全ては教えられないし、特に、自分以外の人生の価値観ってなかなか伝えるのが難しい。それでも、子どもたちの世界は成長と共にどんどん広がっていき、親である私たちが全く違う考え方をする人たちとたくさん出会い、関わっていくことになりませんか。その時、自分とは違う価値観を学んできた子供を目の前にしたあなたは、どうするでしょうか。「こうしてほしい」「こう育ってほしい」という親の気持ちがあるのは自然なこと。けれど、子どもは親の作品であってほならないんです。

もちろん、親の影響はとても強いものです。一緒に暮らしているというだけで、言葉の使い方、考え方や、ちょっとした態度まで、子どもは敏感に吸い取っていきます。反面教師にすることも含めて、それは避けようのないことです。でも、だからこそ、親がコントロールしようとしなくても、あなたが生きてきた人生の影響はちゃんと子どもに届きます。安心して、あなたはあなたの人生というキャリアを歩む背中を見せながら、いろんな価値観に出会える、ひらけた環境へ子どもを送り出してあげたいですね。

たとえば、子どもが「学校を休みたい」と言ったとき。

「毎日コツコツやるのが大事」という考え方も一つの選択肢ですが、「自分の気持ちが一番大事」もあれば、「学校以外でしか学べないこともある」もありますよね。子どもはこのようにたくさん考え方を知って行く中で、どちらが正しいかではなく、いろんな考え方があるということを知り、それが自己形成につながっていくのです。

この考え方は、キャリア理論で「環境からの偶発的な出会いや経験が人の進路や選択に影響する」と語られています。親はその環境のひとつでしかないのです。

さらに重要なことは、もしあなたが多角的なものごとを捉えられる人だった場合、あつちも一理あり、こつちも一理あることが理解できてしまう。しかし、それを一人で子供に伝えようとすると、言うことが時々変わってしまう、あなたが本当に大事にしている素晴らしい価値観が子供に伝わりにくくなってしまいかもしれないのです。

子どもが他の大人から学び視野を広げていくことは、親の役目を奪われることではなく、子どもが自分の足で立つための自然なプロセス。そして、そうやってたくさんさんの視点を取り込んだ子どもは、やがて親が想像もなかった考えや行動で、私たちが驚かせてくれるかもしれません。

キャリアコンサルタント
あきばつづか

instagram @tsuzuka_akiba1126

新卒から9年間独立系Sier企業でSEとして勤務した後、出産育児を機にフリーランスの在宅ワーカーになり7年目。子育てをしながらキャリアチェンジをした自身の経験を生かし、現在は在宅ワーカー兼キャリアコンサルタントとして、キャリア相談や、在宅ワークスキルを通じたキャリア構築支援をしている。



＼つづかさんのお話をもっと聞きたい方はこちらもチェック／

毎週月曜朝8時に公式LINE限定のミニコラム配信中！ご登録はこちら▶

StandFM『キャリコンつづかの人生を楽しむラジオ』も、毎週月～金曜の平日毎日更新中



NEW

在宅ワークスキルセッション

先着3名様限定価格で募集開始！

※限定価格18,000円。4名様以降は、23,000円になります。

講座の流れ

①申し込み

事前スキルチェックシート提出 (googleフォーム)



事前スキルチェックシート

この度は、キャリアコンつづかの在宅ワークスキルセッションにお申し込みありがとうございます！
セッションを開始する前に、現在の状況を確認させていただきたく、アンケートへの回答をお願いします。



②事前準備

受講環境が整っているか確認、必要に応じてセッション開始前に対応します

③キャリアコンサルティング1時間

受講の目的、今後のキャリアについて、セッションがより効果的に実施できるよう方向性を整理します。



④セッション全4回×1時間

(4回目のみ1時間+30分振り返り面談)

在宅ワークを今後のキャリアの選択肢に考えてみたいけど、自分にできるかわからない...今さら恥ずかしくて聞けない...そんな人にこそぜひ受講して欲しいです。

直接手を動かして作業することを中心に進めつつ、在宅ワークをする上で大事な最低限のリテラシーから、知っておきたいあるある事件簿などもシェアします♪



私にもできる！

今更聞けない...をマンツーマンで解決！

在宅ワークスキルセッション

キャリアコンサルタントによる面談も受けられる！

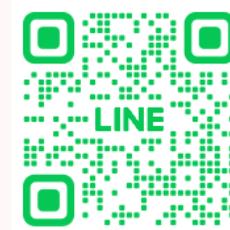
事前面談1時間 +
セッション1時間×4回
※最終回は30分の振り返り面談付き

オンライン開催
講座費用：18,000円
先着3名様限定価格

お申し込みは LINE公式のメニューから



1.LINE公式をお友だち登録



2.メニューから申込み！



講師 キャリコンつづか

国家資格キャリアコンサルタント

SE歴9年、在宅ワーカー歴7年目

&fami 活用方法

【QRコードの利用方法】

印刷してスマートフォンの
カメラから読み取る



「写真」に保存した後
長押ししてリンクを開く



写真フォルダの画面 QRコードを長押しする
できない場合はQRコードを拡大する

【オリジナルの育児本づくり】

参考にしたいページを印刷
(印刷はコンビニでもできます)

ファイルに入れたりノートに貼って
いつでも見返せるように保存

ぜひ読んでみた感想や
「やってみた」報告待ってます！



保育士ママさんが
可愛い牛乳パック本棚を
作りましたー！
すごく上手！！

牛乳パック本棚の作り方は
創刊号に掲載しています！

instagramで「@and.fami」と
メンションをつけて投稿してくださいね！

INFORMATION

編集部よりお知らせ

／／ 創刊号はこちらからダウンロードできます ／／

次号
配信予定日

2025

9月



公式instagram @and.fami

フリーペーパーのダウンロードやプレゼント企画は公式LINEよりお受け取りください！

公式LINE

発行元 EduLaboJapan
発行日 2024.7.20
FREE

2024年創刊特大号



【徹底解説】モンテッソーリ式トイトレ
おすまのトイレグッズ紹介
【おま】赤ちゃんの泣いてトイレに行かせません

夏にやりたい！おうち遊び&実験
考える力や集中力UP!楽しめるおうち遊び&実験を紹介！

考える力を育てる自由研究をしよう！
自由研究ひみつコンテスト！



&fami主催のイベントや講座も
続々と開催予定です！

公式LINEを追加して
最新情報を受け取ってください！



表紙

2024年創刊特大号

発行元 EduLaboJapan
発行日 2024.7.20
FREE

公式instagram @and.fami

フリーペーパーのダウンロードやプレゼント企画は公式LINEよりお受け取りください！

公式LINE

CONTENTS

創刊号 What's &fami
赤ちゃんが生まれたら子離れをはじめよう
子育てを系統的に学ぼう
お金や働き方考え、行動しよう

子育てのキホン

【子育ての大原則】ひとりの人として関わる
言葉かけを変えてイライラ育児をから卒業しよう！
**モンテッソーリ教育から紐解く
子育てのキホン**
子どもの可能性を伸ばす環境づくり
本が好きになる！手作り本棚の作り方
年齢別おすすめのお知育グッズ紹介！

お金の教育

子育て 世代にお金の勉強が必要な理由
「すぐに」お金の勉強をしないとヤバイ理由
自分と家族を幸せにする投資のキホン
投資の本質ってなに？
保険に入りすぎてない？お金の管理術

0歳〜2歳

【徹底解説】モンテッソーリ式トイトレ
トイトレって何歳から始めるがベスト？
おむつが外れるまでの3STEPを紹介！

2歳〜6歳

夏休みにやりたい！おうち遊び&実験
考える力や集中力UP!楽しめるおうち遊び&実験を大公開！

ジブン時間

赤ちゃんが生まれたら子離れをはじめよう！を考える
みんなのジブン時間をのぞき見しちゃお

小学生付録

自由研究ひみつコンテスト！

【元教員が伝授】
考える力が伸びる
自由研究のPOINT

Instagramフォロー&アンケート記入で！
図書カード1,000円分
抽選で5名様にプレゼント！

／／ &famiサポーター募集中 ／／

「&fami」のチラシを配布・置いてくださる方は
公式LINEまたはand.fami.official@gmail.comまで
連絡いただけると幸いです。

■STAFF■
配信元/EduLaboJapan 「&fami」制作
執筆/ささおらん 笹尾祐太郎 あきばつづか
本誌掲載の記事・写真の無断掲載及び複写を禁じます。