

2015年1月吉日

【新刊発売のご案内】

『リーママたちへ
 働くママを元気にする 30 のことば』

博報堂の社内プロジェクト「リーママプロジェクト」が、活動を通して集めたママたちの迷いを払拭し元気にする言葉、「糧（かて）ことば」を、働くママたちに贈る書籍として出版いたしましたのでお知らせいたします。

女性の社会進出が社会テーマとして注目され、共働き生活スタイルへと社会が変革しようとする中で、会社にも家庭にも、子どもたちにも罪悪感やうしろめたさを感じているママが多くいます。そんな仕事も子育ても自分だけがうまくできないと悩んでいる、会社で働くママ（サラリーマン・ママ＝リーママ）たちを勇気づける言葉を集めました。リーママが直面する、さまざまな壁。これまで一人で抱え込んでいた悩みが、先輩ママの言葉や、家族の一言、上司の声かけがきっかけで、壁を乗り越えられたりします。高くそびえたっているように見えた壁が、実は板きれだったと気づくことも。壁を越えた先に、女性の自立、未来を創る力を自分の中に見いだせる。読めば気持ちが楽になり、元気になれる、働くママたちのリアルな本音から生まれた「糧ことば」集です。

是非、貴媒体での掲載やご取材など、ご検討賜れますと幸いに存じます。



『リーママたちへ
 働くママを元気にする 30 のことば』

著者：「博報堂リーママプロジェクト」

判型：46 判並製

ページ数：152 ページ

定価：1,296 円（税込）

発行：KADOKAWA/角川書店

書店発売日：2015年1月30日（金）

<博報堂リーママプロジェクト>

働くママの力を社会に還元し、未来の幸せにつなげていきたい、ひいては日本全体をも元気にしたいという想いのもと、博報堂の社内ママメンバーが中心となって始めた社内プロジェクト。ランチの時間を利用した「ランチケーション[®]」や Facebook での活動を中心にママたちを元気づける「糧ことば」を集め、共有しています。



目次

はじめに

- 1 大丈夫、なんとかなる
- 2 人に頼ろう！ 合理的に暮らそう

【先輩ママのハッピーアドバイス1】相手をアゲて、笑顔でスルーする会話術
【コラム1】パートナーときちんと分担するために1日の家事育児を書き出してみよう！
【先輩ママのハッピーアドバイス2】新米パパでもできる簡単作り置きレシピ1
【先輩ママのハッピーアドバイス3】新米パパでもできる簡単作り置きレシピ2

- 3 もっと自分を褒めていい
- 4 理不尽！ と思った時が成長するチャンス
- 5 あなたにとって、本当に大切なものはなに？
- 6 大人の女性として自立すること
- 7 幸せは自分で決めるもの
- 8 社会は変わるはず。さあ、つながろう！

【コラム2】北欧型のステキな社会をつくるのは、自立した大人

◆リーママプロジェクト座談会 「わたしたち、リーママです」

【コラム3】はたらく母に立ちはだかる3つの壁を知っていますか？
【先輩ママのハッピーアドバイス4】管理職を目指してみても、いいかもしれない……
【先輩ママのハッピーアドバイス5】子育てをもっと楽しむために兄弟姉妹を！

あとがきにかえて

苦労も幸せも抱え込む時代から、「共働共育」の時代へ

—田中和子（博報堂リーママプロジェクト リーダー）

リーママが未来の働き方を創る！—白河桃子氏（少子化ジャーナリスト）