

今はちょっと楽をして、 明日をもっと楽にしよう

コロナ禍で親子の生活は大きく変化

92
%

子どものおうち
時間増加

親子の生活が変化したと感じている保護者の割合

子どもの甘えが
増えた

子どもの甘え行動の増加を感じている保護者の割合

40
%

25
%

子どもが
怒りっぽくなった

子どものイライラ増加を感じている保護者の割合

保護者の生活
の負担増

生活の負担がましたと感じている保護者の割合

62
%

61
%

保護者の
心配事が増えた

心配事が増えたと感じている保護者の割合

保護者が疲れ
やすくなった

疲れやすくなったと感じている保護者の割合

48
%

15
%

家族のトラブル
が増えた

家族トラブルが増えたと感じている保護者の割合

ちょっと楽を
してみよう

どうするとちょっと楽になる？

テイクアウトやお惣菜も

今日はしないでおく選択もアリ

自分をいたわる時間を確保しよう



ちょっと楽を
つづけよう

コロナとのつきあいは長そうだから、力を抜いて。

‘ちょっと楽’な親子のNew normalに向かって

より詳しい結果をご覧になりたい方はこちら→

この活動に興味のある方はこちら→



<https://sodasapo.jimdofree.com/>

鹿児島大学そだちサポートプロジェクト