

サービスローンチ発表

MAR 2026

“子育てしながらキャリアも育てる”

そだキャリア+

伊藤忠発の企業向けキャリアサポートサービス

第8カンパニー



共働き子育て世帯が増える中、仕事と育児の両立に不安を抱えている人は多い

母親が働く
子育て世帯

80%

国民生活基礎調査
過去最高
(2025年)

両立不安

78%

仕事と育児の両立に強い
不安、悩み、ストレスを
感じる割合 *1

1)子どものいるミレニアル世代夫婦のキャリア意識に関する調査研究 (2022年)

依然として女性に育児・家事分担に偏りがあり、
自分に割く時間が限られ、心身ともに余裕がない

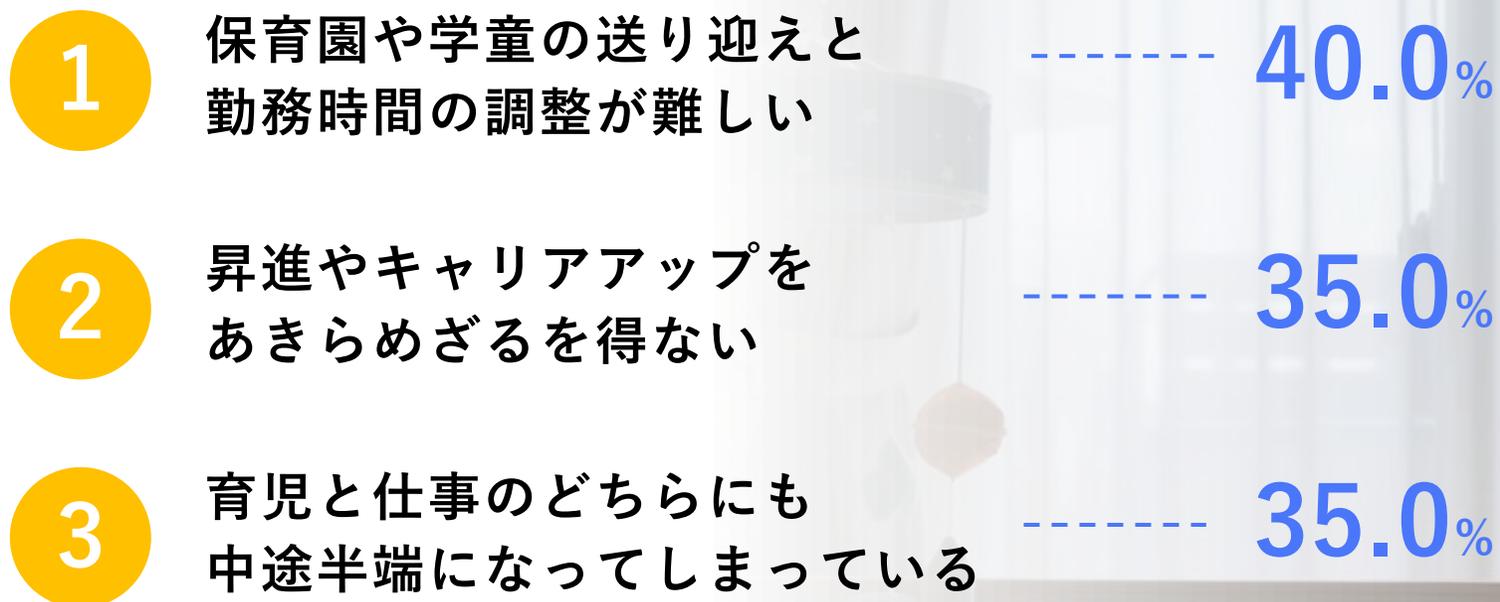
女性の悩みトップ3*1

- 1 自分の時間が取れず心身ともに
余裕がない ----- 47.6%
- 2 配偶者との家事・育児分担に
不満やストレスがある ----- 43.0%
- 3 育児と仕事のどちらにも
中途半端になってしまっている ----- 42.9%

1) 伊藤忠商事社内アンケート調査（全107人うち男性社員:59人、女性社員:48人回答）

男性の育児休業取得率が上昇するなど、育児参加が徐々に進んでいるが、慣れない育児への不安や仕事との両立などに悩む父親が増加^{*1}

男性の悩みトップ3^{*2}



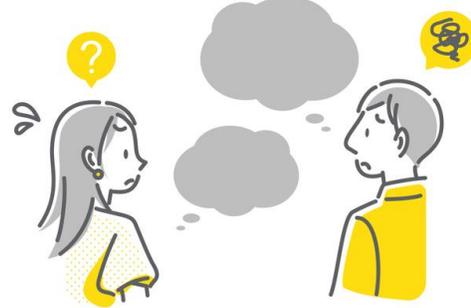
1) 父親の「産後うつ」9人に1人 企業、育児準備へ伴走 - 日本経済新聞
2) 伊藤忠商事社内アンケート調査（全107人うち男性社員:59人、女性社員:48人回答）

制度だけでは、行き届かない課題が存在（個人）

漠然とした不安



周囲との コミュニケーション



相談先の不在



制度だけでは、行き届かない課題が存在（企業側）

育児期社員の
キャリアアップや
昇進に対する不安



上司・人事が
「どう支援すればいいか」
分からない



育児期の経験や視点が
組織に
活かされていない



The Necessity

労働人口の減少や働き方の多様化により、
企業には一人ひとりの生産性向上と同時に、
従業員の自律的なキャリア形成や
心の健康・働きがいを支援する仕組み
が求められている

伊藤忠商事とトラストコーチングがタッグを組み
独自のキャリア支援プログラムを共同開発

そだキャリア+

PARTNERSHIP



「三方よし」を精神とする
総合商社



「信頼関係」を軸とした多様な
コミュニケーション研修を提供



そだキャリ+とは？

働きながら育児をする社員が**キャリアの地図**を見出し、
周囲との**信頼関係**を築きながら成長することを支援する伴走型サービス



What is

キャリアの地図とは？

人生の**価値観**を起点に、自分らしい人生とキャリアのありたい姿を言語化し
これからの**働き方**と**生き方**の方向性を可視化するもの。

自己把握



コミュニケーション



ライフデザイン



変化の中でも**選び続けられる**力を育てる

4ヶ月で合計9回のセッションをご自分のペースで受講可能

1-on-1



DAY 01

現在地理解

現在地を理解するための
ヒアリング

1-on-1



DAY 02

自分を探求する

価値観を深堀

1-on-1



DAY 03

心の重りを外す

限界や不安の正体を探る

Group



DAY 04

ファミリーキャリア

家族のキャリアを
グループで考える

1-on-1



DAY 05

対話を考える

自分の価値観を
どう伝えていくのか

1-on-1



DAY 06

視点を広げる

視点を増やして
周囲との関わりを考える

1-on-1



DAY 07

キャリア地図を描く

キャリアの地図完成
最終フィードバック

Pair



DAY 08

リレーションシップ

親子関係又は夫婦関係
にフォーカス

Group



DAY 09

シェア

プログラムでの
気付きや学びをシェア



POINT 01

独自資格

トラストコーチングスクールの認定コーチ（育児経験者）



POINT 02

専属性の1-on-1

完全1-on-1プライベートセッションで真に迫る「人」とのセッションだからコミットメントが高まり確かな意識変容・行動変容が起こる



POINT 03

共感できるフラットな関係

利害関係のない社外のプロフェッショナルだからこそ本音で話せる



POINT 04

徹底して言語化して定着を促す

話した内容をアウトプットして確かにカタチに残すテキストブックベースのセッション



POINT 01

グループセッション

同じライフステージの社員同士が対話を通じて経験を共有し、「自分だけじゃない」と感じられるつながりを生み出す



POINT 02

ペアセッション

希望者にパートナーや家族同席でのセッションを提供。家庭の価値観や方向性についての共通認識形成を支援

The Outcome

期待出来る効果は？

こども家庭庁「民間企業等と連携したライフデザイン支援事業」採択の元、実証事業を実施

企業による
ライフデザイン
支援例

若い世代の
ライフデザイン
支援推進事業

若い世代の ライフデザイン 支援推進事業

こども家庭庁「民間企業等と連携したライフデザイン支援の企画・運営業務」にて実施・運営

ライフデザイン支援推進事業は、若い世代が自らの将来設計（ライフデザイン）を行うことに企業等が関わり、支援することが当たり前に行われるようになり、ライフデザイン支援が社会全体に広がることを目指しています^{*1}

実証概要

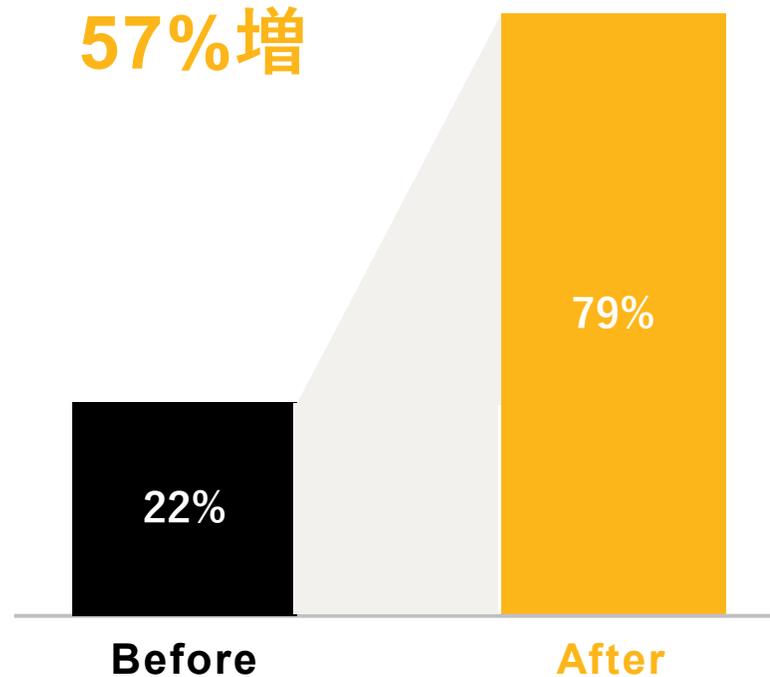
そだキャリア+による『公私的好循環を生む意識変容と行動変容の創出』を
企業8社・50名で3ヶ月間検証（2025年11月～2026年1月）



実証結果

主たる検証項目において、「前向きな変化を感じた」という結果を確認

ライフデザインの明確さ



将来への不安



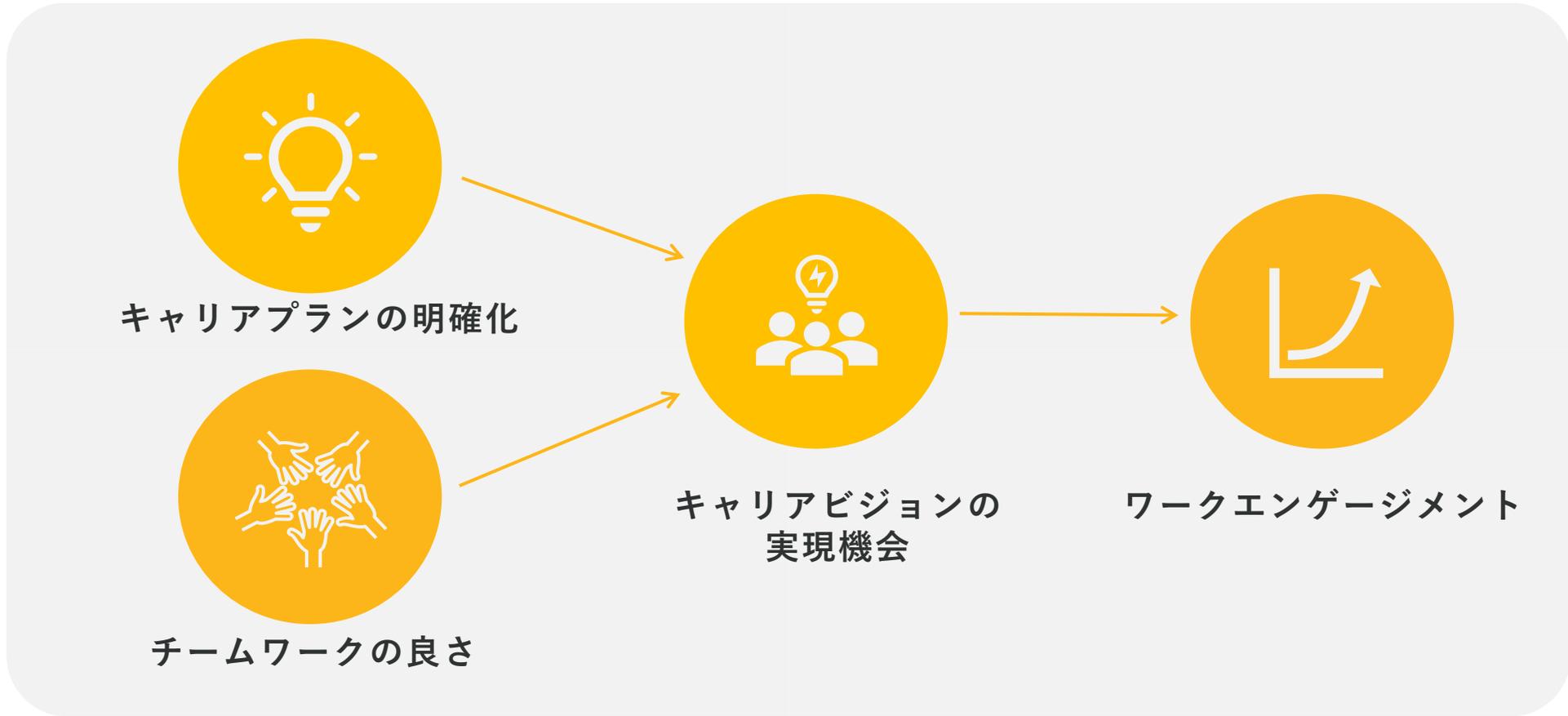
実証結果

参加者の意識・行動・満足度すべてで高い成果を実証



実証結果

各要素からワークエンゲージメントに至る構造モデルを立証
「そだキャリア+」受講者は、本モデルの全項目において有意なスコア上昇を確認



- ・「働きがい」や「家庭」関連の設問、計29設問のうち、ワークエンゲージメントに寄与するのは4設問
- ・N数はそだキャリア+を受講した50名（有効回答数44名）
- ・構造方程式モデリングを適用
- ・有意差は $p < 0.05$ 水準

提供メニュー/料金比較

そだキャリア+はここまで踏み込むのにリーズナブルに始められます

	そだキャリア+	キャリア研修	コーチング
キャリア支援	✓	✓	✓
1-on-1	✓	-	✓
グループワーク	✓	✓	-
家族巻き込み	✓	-	-
個別目標設定	✓	-	✓
コーチングを学べる	✓	-	-
料金	10万円~/人	約30万円/回	数百万円/年間

そだキャリア+を起点に
幅広いライフデザイン支援サービスの展開を目指します

Thank you!

ご清聴ありがとうございました!

伊藤忠商事株式会社
第8カンパニー

[所在地] 〒107-8077 東京都港区北青山2-5-1
[WEB] <https://sodacari.com>

そだキャリア+

