

パパの育児休業体験記



内閣府

仕事と生活の調和推進室

平成20年12月

目 次

「パパの育児休業体験記」のあらまし

..... 1

パパの育児休業体験記に寄せて

西 垣 淳 子 さん 2

第 1 章 育休を後押しする周囲の理解と環境

1-01 育児休業体験記 赤井 博信 さん 6	1-10 妻と娘 2 人の 4 人世帯 匿 名 24
1-02 私の一年間の育児体験 岩川 幸二 さん 8	1-11 私の育児休業 関根 剛彦 さん 26
1-03 職場よりも親や親族の説得が大変 岩本 真吾 さん 10	1-12 育児休業を取得して初めて見えた世界 田中 慎吾 さん 28
1-04 育児は「育自」 大岩 泰治 さん 12	1-13 育児休業を経験して感じたこと 田中 知博 さん 30
1-05 0.5 % 小梶 大輔 さん 14	1-14 やっぱりハードルは高い？ ～育休を体験して～ 田中 雄造 さん 32
1-06 パパ、頑張れ 小島 昌樹 さん 16	1-15 入れそうにないなら、休んでみるか！ 都築 真哉 さん 34
1-07 人生の貴重なひととき 小林 武 さん 18	1-16 新米パパの手探り子育て 西迫 博 さん 36
1-08 育児休業制度等仕事と家庭が 両立できる環境に感謝！ 鹿田 寛記 さん 20	1-17 妻と子ども、そして自分のための育休 堀田 厳 さん 38
1-09 育児休業取得に伴う現状課題 匿 名 22	1-18 母乳さえ出れば・・・！ 柳澤 靖明 さん 40

第2章 育休取得は工夫次第

- | | |
|---|---|
| 2-01 私を変えた育児休業！ありがとう！！
大牟田 直人 さん44 | 2-05 自分にとって大切なこと
匿名52 |
| 2-02 私の育児休業を振り返って
於久 英樹 さん46 | 2-06 パパは<育児なし>じゃないよ
根本 徹 さん54 |
| 2-03 仕事と育児はプラスとプラス
清水 恭一 さん48 | 2-07 僕が育児休職を取った理由（わけ）
丸山 和也 さん56 |
| 2-04 育児休業が私に経験させてくれたこと
高谷 彰 さん50 | 2-08 育児体験記
三石 真裕 さん58 |

第3章 育児で深める絆

- | | |
|---------------------------------------|--|
| 3-01 「格好良いパパ」になって
荒井 清生 さん62 | 3-09 摩擦は仕方がない
佐藤 崇 さん78 |
| 3-02 家族
岩間 昌生 さん64 | 3-10 家族のステキな未来のために
～期間限定専業主夫のすすめ～
竹村 直人 さん80 |
| 3-03 育児休業を取得して
小田口 浩太郎 さん66 | 3-11 育児休業は最大の愛情表現！
水流園 光児 さん82 |
| 3-04 子育ては大変
匿名68 | 3-12 お父さんもいっしょ
匿名84 |
| 3-05 家族は宝物
川島 光博 さん70 | 3-13 絆（きずな）
平林 陽 さん86 |
| 3-06 勇気を持って一歩を
桐野 吉弘 さん72 | 3-14 育児休業を取得して感じたこと
松場 実千雄 さん88 |
| 3-07 赤ちゃんとの初めての生活
黒川 滋 さん74 | 3-15 睡魔と闘う育児休業
匿名90 |
| 3-08 育休は「通過儀礼」！？
佐藤 新太郎 さん76 | 3-16 夢の実現
吉田 大樹 さん92 |

第4章 楽しむ子育て

- | | |
|---|---|
| 4-01 売り言葉に買い言葉
飯塚 宏志 さん 96 | 4-15 育児は助け合って
瀬戸 誠 さん 124 |
| 4-02 オンブマン
石井 聡 さん 98 | 4-16 育児休業取得しての家庭での取り組み
高野 正英 さん 126 |
| 4-03 妻や息子、ママ友など沢山の人に支えられた育児休業
石原 尚樹 さん 100 | 4-17 ジョン・レノンを目指して
高野 通宏 さん 128 |
| 4-04 育児休業を取ってみて
大木 滋 さん 102 | 4-18 宝物
竹内 康二 さん 130 |
| 4-05 育児休業に感謝！
大塚 亮平 さん 104 | 4-19 私の育休体験記
匿名 132 |
| 4-06 初めてに遭遇
岡本 暁 さん 106 | 4-20 子どものいる生活と仕事
- 育児休業を経験して -
千田 博史 さん 134 |
| 4-07 新米おとうちゃんの育児奮闘記
奥 博史 さん 108 | 4-21 育児休業を取得して思うこと
當麻 淳 さん 136 |
| 4-08 男の育児休業の勧め
岸本 大助 さん 110 | 4-22 育父休暇
宮下 拓 さん 138 |
| 4-09 ステキな育休ライフ
北村 俊幸 さん 112 | 4-23 一生記憶に残る私の育児体験記
匿名 140 |
| 4-10 あたしのおとうさん！
熊谷 和俊 さん 114 | 4-24 アナタの子供が、最近1番成長した！ってこと、言えますか？
三輪 吉広 さん 142 |
| 4-11 夫が父に変わるとき
- 2回目のプロポーズ -
斎藤 仁丸 さん 116 | 4-25 きっとどこかに
村田 和之 さん 144 |
| 4-12 短期間でも取得できる育児休業
坂下 和広 さん 118 | 4-26 育休が教えてくれた父親という「仕事」
横川 純一 さん 146 |
| 4-13 育休はメリット満載
佐藤 英之 さん 120 | 4-27 男性だって 育休くらいは
吉田 昌哉 さん 148 |
| 4-14 理想と現実の間で
鈴木 祐之 さん 122 | |

第5章 育休取得の効果

5-01 3度の育児休業を経験して 石塚 健一 さん	152	5-09 育休で得た、5つの仕事能力 富田 晃彦 さん	168
5-02 自分の成長のために 岩上 誠 さん	154	5-10 男性初 育児休業の取得 中沢 秀徳 さん	170
5-03 育休パパの奮闘記 小澤 正明 さん	156	5-11 僕が育休で得たもの 堀川 佐渡 さん	172
5-04 貴重な育児参加 匿名	158	5-12 固定観念をぶち壊せ 松井 孝浩 さん	174
5-05 育休はパパを「子育ての当事者」にする 阪本 真一 さん	160	5-13 育児休業を取得して 箕浦 壮志 さん	176
5-06 育児休業で得たこと 匿名	162	5-14 尚子との育児休業体験記 山本 武 さん	178
5-07 育児なんかでなぜ休む？ 高橋 勇樹 さん	164	5-15 育児休業の体験から 吉田 朗 さん	180
5-08 文部科学省で初めて育休を取得して 坪田 知広 さん	166		

育児休業制度の概要（育児・介護休業法）	183
育児休業に関する企業の取組例	184
育児休業取得率（事業所規模別）	185
6歳未満児を持つ男性の育児・家事関連時間（週全体）	185
体験記執筆者の属性	186

◇各体験記のキャプションは、編集者である内閣府仕事と生活の調和推進室において付したものです。

◇体験記の内容は、執筆者の横顔を含めて応募時点（平成20年9月2日～10月17日）のものです。

◇執筆者の横顔の凡例

業種・役職、勤務先従業員数、年齢（体験記応募時） 年齢（育休開始時 ※複数回取得の場合は初回の育休開始時）、家族構成、育児休業期間（概数 ※複数回取得の場合は通算）、その他

◇体験記中で言及されている育児休業制度には、執筆者勤務先の取組として独自に設けているものである場合があります。

◇無断転載はお断りします。ただし、「copy free」と表示されたページの記事は出典を明記の上、ご自由にお使いください。

「パパの育児休業体験記」のあらまし

「育児休業を取りたい」「仕事と同様に家庭でもしっかりと役割を果たしたい」と考えている男性を後押しするとともに、そういった男性を取り巻く職場や家族の意識を変えていくことを目的として、育休を取得した又は取得中の先輩パパたちの育児休業体験記（以下、体験記と略します）を公表しました。

84 編の体験記では、

- ・ 職場が体制を整えて育休取得を応援してくれた
- ・ ママの気持ちを初めて理解することができた
- ・ 子育てを通じて家族との絆を深められたなど、さまざまなエピソードが語られているほか、これから育休を取得しようとしているパパたちや家族、職場などに向けたアドバイスなども含まれています。

この体験記を、これから育児休業を取りたいと考えている男性（パパ）ばかりではなく、パパと一緒に子育てをしていきたいと思う女性（ママ）にも、是非、読んで、活用していただきたいと思います。

また、孫の誕生を控えている“じいじ”や“ばあば”、そしてパパと一緒に働く人たちなど、パパとママを取り巻くあらゆる人たちにも、この体験記を読んでいただき、新しい家族とともに歩みだそうとしているパパとママを力強く応援していただきたいと思います。

〔参考〕募集概要

- 対象者 育児休業を取得した、または、育児休業中の男性
- 募集期間 平成20年9月2日～10月17日
- 応募方法 郵送、ファクシミリ、インターネット



パパの育児休業体験記に寄せて

80 通を超える育児休業体験記が内閣府に寄せられたことは、男性の育児休業が社会的に広がってきていることを示していると思います。もちろん、育児参加の有無は、決して育児休業の取得の有無だけで計れるものではありません。男性の育児休業取得率の相変わらずの低さにもかかわらず、街で見かける赤ちゃん連れのお父さんたちの姿は確実に増えているのを感じています。

体験記の中にも指摘されていましたが、育児休業の取得の難しさもありますが、育児休業のあとに、連綿と続く長い育児生活を、いかに仕事と両立させていくか、ということのほうが、難しい点も多いと思います。

女性の 7 割が第一子出産後に仕事をやめています。そして、仕事と育児の両立の難しさをその理由としてあげている人が多いのは、現実の厳しさを物語っているのでしょう。

私自身も、1 歳にならない双子を保育園に預けて職場復帰をしたときには、自分のキャリア継続に苦労していました。それでも、第三子の誕生をきっかけとして、夫が一年間の育児休業を取得し、その間 3 人の育児を主体的に行ってくれた結果、仕事継続の困難さは

ずいぶん軽減されました。

現在は、夫も職場復帰をし、夫婦双方が、仕事と育児の両立を協力しながら行っています。そうした中で感じるのは、双子の育児責任を一人で負いながら、仕事と両立していた時期と、夫とその責任を分担しながら、3 人を育てている今の相違です。

第三子出産前の夫は、自分の都合のよいときにだけ子どもを見てくれるという「育児のお手伝い」でした。最後は、「俺には仕事がある」という言葉で逃げ切られてしまいます。「君が休めないのか」「誰か他の人に頼んでくれよ」といわれることはあっても、「俺が何とかする」とは言いませんでした。

夫も「育児」をしている今は、私の負担と責任は、半減どころか、精神的には 10 分の 1 くらいになりました。夫が「育児」をするようになったきっかけは、育児休業取得です。子育てを自分で 100% 行うことにより、自分のかつての「育児のお手伝い」が、いかに「育児」と呼べないかということを痛感したようです。

妻が働いている場合に、夫が育児責任を共有することは、妻の仕事との両立を格段に容

易にしたいと思います。常に、子どもに何かあったら、自分が仕事を休むあるいは辞めるという選択肢しかないのに比べて、場合によっては夫に頼めるということであれば、妻は仕事を続けやすくなります。

また、妻の職業の有無にかかわらず、子どもを育てるという責任の重みは、一人で負うには重過ぎます。そして、同時に、日々成長していくわが子のいとしさを妻に独占させるのはもったいなさ過ぎます。体験記の中にもありましたが、育児休業を取った皆さんはそれに気がついていきます。

男性の育児休業の取得は、夫婦がともに子どもを育てるという選択をするきっかけとなるように思います。もちろん、家庭のあり

方、子育ての方針は、それぞれの家族で納得して決めていくことです。それでも、育児休業の取得を阻む要因が大きければ、家族の選択は達成できません。体験記の中でも、職場の理解や周囲の環境による後押しが、取得の決断につながったというコメントがあるように、おそらく、その逆に、取りたくても、周囲の反対で取れなかったという人たちも多くいらっしゃるのでしょう。仕事と生活の調和、男性の育児休業取得促進に向けて、社会全体で取り組んでいくことは、非常に重要だと思います。

育休パパの妻として

西垣 淳子

西垣 淳子氏 略歴

平成3年 通商産業省(現経済産業省)入省
以後、生物化学産業課課長補佐、大臣官房地方課課長補佐、産業組織課課長補佐等を歴任
平成14年 男女の双子を出産、1年間の育児休業を取得
平成15年 世界平和研究所 主任研究員。会長である中曽根康弘元首相のもと憲法改正案作りに取り組む。
平成16年 男児を出産し、翌月に復帰。
(氏の夫である山田正人氏が1年間の育児休業を取得
「経産省の山田課長補佐ただいま育休中」の著者)
平成20年 経済産業研究所上席研究員

