

# パパもママも育児にとれるんです

## 仕事と家庭の両立をめざすイクメンの選択

みなさんは、「イクメン」という言葉を知っていますか？「イクメン」とは、育児を積極的に楽しんで行う男性をあらわす言葉で、近年メディアなどで使われることも多くなってきました。山形大学に勤務する内藤修広さんも「イクメン」の一人。平成22年に次女が生まれたのを機に、山形大学で初めて男性として育児休業を取得し、現在も家事・育児を積極的にこなしています。そんな内藤さんに、育児休業を取得しての感想をお聞きしました。



育児休業中の一日の過ごし方

PROFILE

内藤修広

ないうのぶひろ  
山形大学財政部職員  
2才と4才の女兒の父親。  
平成22年9月に育児休業を取得。  
大学院に在籍中。  
(平成25年2月時点)



自分の趣味に子どもを巻きこむことで、自分も子どもも楽しんでいます！



※出産を控えた夫婦向けに、妊娠・出産・育児について話をする教室

**Q. まずは、育児休業を取得しようと思っただけで、教えていただけませんか？**

A. 両親は仕事で忙しいため、里帰りはせず、夫婦で子育てをしようと思ったのでした。そこで、子育てについて私もいろいろ勉強して、女性の出産前から床上げまでの約三週間の休養が必要と知りました。長女の時は仕事の繁忙期で育児休業は取得できませんでした。家事全般をやりました。次女の時は家事の他に長女の保育園への送迎もあり、無理をせずに

**Q. 育児に心配な点などありましたか？**

A. 初めての育児なので何もわかりませんでした。ですが、市役所で開催している「ママパパ教室」(※)に参加して、お風呂は体験していたので、お風呂だけはスムーズにできました。

育児は大変ですが、実際に体験してみると、一緒に成長していくことが大事だと思います。

然という意識が芽生えました。

また、職場の女性職員が、定時に子どもを保育園に迎えにいけるように、うまく仕事をこなしているということにも気付くようになりました。女性は時間管理がうまくいっていますね。

**Q. 奥さまの反応はいかがでしたか？**

A. 妻は産後、腰痛がひどくて動くのが大変でした。何もしなくていいと言っていたので、本当に助かったんです。仕事に復帰した現在、妻が家事をしている間ソファーに寝転がって新聞を読んでいると、ハイハイするまでの気をつけています。家事は積極的にやっていますし、子供と遊ぶ時間も取るようになっています。

**Q. これからパパになる男性や、同世代のパパ達へメッセージをお願いします。**

A. 全力で仕事に打ち込むことはとても素晴らしいことです。ですが、仕事も重要であると同時に、生活も重要だと思えます。生活を充実させることができれば心身がリフレッシュし、仕事も充実してくると感じています。例えば短い期間の育児休業だったとしても、良い経験になりますし、きっと人生をより豊かなものにしてくれるはずです。

**ニ知識**

男性の育児休業取得率は**2.63%**。  
女性の取得率(87.8%)と比べるとはるかに少ない。  
(厚生労働省「平成23年度雇用均等基本調査」より)

**Q. 実際に育児休業を取得されて、どのような感想をお持ちになりましたか？**

A. 一番良かったのは、生まれたての赤ちゃんと同じ時間を過ごせたこと、長女の成長を間近に感じる事ができたことです。子育ての苦勞を実感したので、子育ては夫婦が協力してやるのが当

## 育児休業取得のためのポイント

### 1 家族とよく話し合いを!

私の場合、妻の産休中の育児休業でしたので、妻の給与と私の育児休業給付金(賃金の50%)で生活はなんとかできました。やれそうな計画をまず立ててみることで、長期の育休の場合は、夫婦が交代で取ることをお勧めします。

### 2 職場へは早めに相談!

仕事に穴をあけることになりかねないので、職場の理解と協力は不可欠です。育児休業取得のための手続きに時間がかかることも考えられるので、早めに上司へ相談した方がいいと思います。



(編集協力員 松本 千鶴子)

## 取材を終えて

奥さまと苦樂を共にされて「子育ては楽しい」オーラを穏やかに発している、まさにイクメンパパでした。

仕事と生活(家庭)と趣味(個人の時間)を全て両立させることが理想の「ワーク・ライフ・バランス」と語る内藤さん。何も犠牲にしない、どれも手を抜かない。けれど無理もしない。気持ちと時間を切り替えてリフレッシュすれば、仕事も生活も充実する「ワーク・ライフ・バランス」これからもっと広まればいいなと思います。



**Q. 現在、妻が育児休業を取得しています。それに加えて私も育児休業を取得することはできますか？**

A. できます。夫婦がともに育児休業を取得する場合、お子さんが1歳2か月になるまでに、それぞれ1年間(出産した女性の場合、誕生日と産後休業期間を含んで1年間)取得することができます。

※保育所に入所できないなどの理由がある場合は、1歳半まで延長可  
※育児休業は、法律に基づき労働者が請求できる権利です。会社に育児休業に関する規定がなくとも、申し出により取得する事ができます

問い合わせ先

山形労働局 雇用均等室 ☎023-624-8228



**Q. 育児休業中は無給なので、取得にためらいがあります**

A. 雇用保険の被保険者であれば、育児休業中に「育児休業給付金」を受け取れる制度があります。夫婦で同時に給付金を受け取ることもできます。

**期間** 育児休業を取得した日から、子どもが1歳(夫婦で育児休業を取得する場合は1歳2か月、育児休業の延長に該当する場合は1歳半)になるまで

**給付率** 休業開始時賃金月額額の50%(当分の間)

※お勤めの会社の労使協定によっては夫婦同時に受給できない場合があります

問い合わせ先

山形公共職業安定所(ハローワーク山形) ☎023-684-1521

24時 21時 20時 19時 17時半 17時 16時 14時 13時 11時半 9時半 8時半 8時 6時

- 24時 就寝
- 21時 大学院の勉強
- 20時 お風呂
- 19時 家族だらけ
- 17時半 夕食の準備〜夕食
- 17時 長女のお迎え
- 16時 買い物
- 14時 赤ちゃんとお風呂
- 13時 職場のメールチェック
- 11時半 夕食の準備〜夕食
- 9時半 赤ちゃんとお風呂
- 8時半 掃除・洗濯
- 8時 長女を保育園へ
- 6時 起床

もうひとふんばり! ...と思いつつ、子どもを寝かしつけながら一緒に寝てしまうことも

