

郡山市特定事業主行動計画

重点目標 1 ワーク・フォー・ライフの実現

アクション 2 男性の育児参加促進

育児休業を取得した 男性職員の体験談

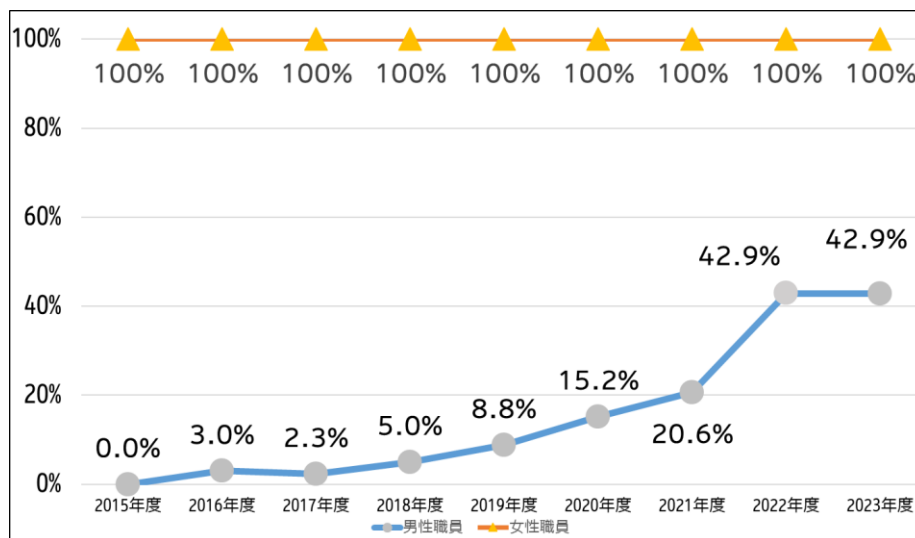
2024 年 6 月

総務部人事課・教育総務部総務課・上下水道局総務課

1 「男性職員の育児休業の取得」を推進する理由

本市が“理想の職場”として掲げる「職員総活躍」の実現のためには、職員一人ひとりが「ワーク・フォー・ライフ」を実現できる職場環境づくりが重要です。

その指標の一つである「育児休業の取得率」について、本市女性職員は毎年 100%で推移していますが、男性職員は上昇傾向にあるものの、令和 5 年度の実績値は約 43%となっています。



育児休業の取得は義務ではありませんが、希望する全ての職員が、気兼ねなく、必要な期間、育児休業を取得できる職場環境を整備することは必要不可欠です。

特に、女性と比べ取得が難しいとされる男性職員が、育児休業を取得することは、職員本人や家族のみならず、職場の働き方改革や市職員の人材確保、市内企業への波及効果などの観点からも、非常に意義があるものです。

本体験談は、令和 5 年度中に育児休業を取得した先輩パパ職員 15 名のうち、6 名の方に御協力いただき、作成しました。

(令和 5 年度時点の所属・役職を表記しています)

取得する側・サポートする側の関わり方を再認識し、育児休業に限らず、様々な場面で、「お互い様」の精神のもと、より働きやすい職場の雰囲気づくりをしていきましょう。

2 「郡山市特定事業主行動計画」における位置づけ

本計画では、職員の「ワーク・フォー・ライフ」実現のために取り組むアクションの一つとして、男性職員の育児休業に係る以下の目標を掲げています。



3 「パパママ応援手帳」の活用

「パパママ応援手帳」は、本市職員の休暇・休業制度や手当・給付金等の制度をまとめたもので、不妊治療 → 妊娠 → 出産 → 育児（仕事との両立）に必要な情報が集約されています。

また「仕事・子育て両立プランシート」は、子が生まれる予定の職員と所属長が、コミュニケーションを積極的にとるためのツールです。

育児休業の取得予定の有無に関わらず、職員はプランシートを作成し、今後の子育てプランや業務スケジュールについて、所属長と話し合ひましょう。 ※面談後、所属長は人事担当課にメールで提出してください。



仕事・子育て両立プランシート

作成日 2023.9.29

1. 氏名	山田 太郎 (仮名)	2. 所属部署	総務課
3. 性別	男性	4. 職階	主任
5. 育休取得予定	取得予定	6. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
7. 育休取得理由	育児休業	8. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
9. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	10. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
11. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	12. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
13. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	14. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
15. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	16. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
17. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	18. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
19. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	20. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
21. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	22. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
23. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	24. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
25. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	26. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
27. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	28. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
29. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	30. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
31. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	32. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
33. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	34. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
35. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	36. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
37. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	38. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
39. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	40. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
41. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	42. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
43. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	44. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
45. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	46. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
47. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	48. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
49. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	50. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
51. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	52. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
53. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	54. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
55. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	56. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
57. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	58. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
59. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	60. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
61. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	62. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
63. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	64. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
65. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	66. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
67. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	68. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
69. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	70. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
71. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	72. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
73. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	74. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
75. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	76. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
77. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	78. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
79. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	80. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
81. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	82. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
83. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	84. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
85. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	86. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
87. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	88. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
89. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	90. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
91. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	92. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
93. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	94. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
95. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	96. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
97. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	98. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31
99. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31	100. 育休取得期間	2024.1.1 ~ 2024.3.31



総務部 主査（行政職）

取得期間 | 5 月上旬～1 か月

取得時期について

● 育休取得のきっかけ

生まれたての赤ちゃんの育児は人生の中でもなかなか経験できないことなので、元々、育休を取得したいと思っていました。

● 取得時期の設定理由

子が生まれたらすぐ育休取得する予定でしたが、3 月に子が生まれ、ちょうど年度切替で繁忙期だったため、取得時期を 1 か月ずらし 5 月から取得することとしました。

育休中の過ごし方

昼夜問わず 3 時間おきに目を覚ます子どもに、ミルクをあげオムツを交換し、寝かしつけ…と、なかなか休む暇もなく大変でしたが、出産して間もない妻に少しでも休める時間を作ってあげられればという思いで奮闘しました。

取得後の感想

育休を取得したことで、育児の大変さを身をもって実感し、改めて妻に感謝するきっかけとなりました。

また、初めての育児で不安も大きかったですが、一旦仕事のことは忘れて、育児に専念することができ、パパとして成長することもできたと思います。

育休中の業務について

● 引継ぎのタイミング、引継ぎ方法

育休取得直前、できるところまで処理をしてから、簡単な引継書を作成して引継ぎました。

● 職種・所属ならではの苦慮した点

年度切替業務の中でも、一番量のある業務を担当していたため、それをどのようにシェアして乗り切るのか…係員全員で打ち合わせを実施しました。

● 同僚職員のサポート

子が生まれてから育休取得までの 1 か月間、繁忙期ではありましたが、係総出でワークシェアを実施していただき、残業なしで帰れるように配慮いただきました。ありがとうございました。

● 業務スケジュール等への影響の有無

業務の都合、スケジュールをずらすことができないため、逆にスケジュールがずれないようにワークシェア等を検討しました。

仕事と子育ての両立について

● 業務の進め方の変化

前倒しできるものはどんどん前倒して処理するなど、育休復帰後も極力残業しなくてもいいようにスケジューリングして進めています。

● 時差勤務やテレワークの活用

妻が育休中の間は、月 1 回のペースで在宅勤務をしていました。

● 工夫していること、両立する中で大変なこと

妻と仕事の繁忙期が被っているため、子の保育園への送迎や夜のお世話をどちらがやるのか、仕事にも影響がでないように分担するのが大変です。

これから育休を取得するみなさんへ

● 育休の取得を希望する職員へ

今は育休を取得しやすい環境が整ってきていると思います。育休取得可能な期間は、子ども、自分、家庭にとって大事な時期だと思いますので、ぜひ取得して家族と一緒に時間を過ごしてみてください。

● 育休職員をサポートする職員へ

育休取得中は育児に専念できるように、同僚や部下から育休取得やワークシェアの相談があった場合は、快く相談に乗っていただくと幸いです。



財務部 主査（行政職）

取得期間 | ①10月中旬～1週間、②11月下旬～3週間

取得時期について

● 育休取得のきっかけ

・昨年度から、男性職員の育休取得の話を耳にするようになり、自分も取得したいと思うようになった。

・「パパママ手帳」を見て、より具体的に考えるようになった。

・妻からも「不安もあるので、可能であれば取得してほしい」と言われた。

● 取得時期の設定理由

・生まれた直後は、出生に伴う事務手続きが想定できたため、一週間程度休みを取得する予定だった。

・その後も、引き続き育休を取得したいと考えていたが、仕事との兼ね合いもあり、ある程度自分の仕事が落ち着き、引き継いでも問題ないと思われる時期に設定したため、分割での取得となった。

育休中の過ごし方

● 1日の流れ

日中

哺乳瓶を洗う、沐浴の補助など、子供に関連する手伝いのほか、掃除や洗濯など、通常の家事を随時行った。

夜

夜勤当番を決め、妻と一日交替で夜間対応をするようにした。

育休中の業務について

● 業務分担の方法、工夫した点

育休の約1か月前から係長と相談し、自分の業務を調整。自分ができること、他の係員に任せられることを分け、優先順位をつけて業務を行った。

● 引継ぎのタイミング、引継ぎ方法

1週間前から、随時、係長及び係員に対し、自分が不在時にお願いしたい業務を伝え、自分が育休中に起こり得る業務を対面で説明し、お願いした。

● 職種・所属ならではの苦慮した点

自分がメインで動いている業務を、育休に入る前までにある程度終わらせることが大変だった。今の所属は、突発的に発生する業務が多く、やりくりするのに苦慮した。

● 上司、同僚職員のサポート

育休を積極的に取得できるように、上司が声を掛けてくれたほか、業務分担の見直し等をしてもらった。同僚職員も、積極的に引継ぎの話を聞いてくれた。

● 業務スケジュール等への影響の有無

自分が単独で作成していた資料の完成時期が延びたが、係内のサポートもあり、その他大きな影響はなかったと思われる。

仕事と子育ての両立について

● 業務の進め方の変化

ワークライフバランスを前よりも意識するようになり、今まで以上に残業をしないよう考えるようになった。今後も、検診や妻の体調不良の時期に合わせて、休暇制度を利用したい。

● 工夫していること、両立する中で大変なこと

できるだけ妻と連絡を取るようになっているほか、妻のストレスをためないように、行けるときは買い物に行ったり、一緒に散歩したりしている。

業務の関係上、どうしても残業が発生することがあるので、自分の思い描くワークライフバランスを達成するのに苦慮している。残業後に家に帰ると、仕事による疲労感がどっと出るので、手伝いたくても手伝いきれてない感覚がある。ミルク

・部屋のレイアウトなどの生活環境や、ミルクや哺乳瓶、おむつ、布団などの装備を少しずつ充実させていった。

取得後の感想

● 育休を取得してよかったこと

・育休とは、単に子育ての手伝い、家事の手伝いをするために休むものだと思っていたが、実際に子どもの成長を目の当たりにすると、その時しか見られない、日々大きくなる姿を間近で見ることができたことがとても有意義で、貴重な体験をさせてもらったと感じた。

・実際、育休中は育児対応のほか、事務手続き、内祝い、あいさつの対応など、所用も多く、バタバタしていてあつという間に終わってしまったが、楽しいこと、嬉しいことも、大変なことに負けないくらいあり、間違いなく取得してよかったと思えるものだった。

・育休中に子育てをすることにより、育休が終了しても、スムーズに育児の手伝いが出来るようになった。

● 育休を取得して気付いたこと

・育児において必要なことは多岐にわたり、妻がたくさんのタスクをこなしていること。赤ちゃんに必要なものが道具を含め色々あること。

・育休を通じて、自分も成長できたことを実感。育休は子どもや妻のためだけでなく、自分のためでもある。

・子育ての分担は、ある程度の割り切りは必要。なんでもかんでもやる、ということではなく、自分にできることを自覚し、ある程度妻に任せられることは任せるようにしないと、自分が追い込まれ体調を崩してしまうと感じた（特に、育休終了後）。

を上げたり、寝かせたりしていると、あつという間に時間が過ぎるので、何とかしたいと模索中。

● 家族との役割分担

基本は妻が主導で育児を行い、自分ができる家事、育児のサポートを行う。

これから育休を取得するみなさんへ

● 育休の取得を希望する職員へ

皆さんが今後、育休を取得し続けることで、育休取得がスタンダードな環境に近づくのは間違いないと思います。

職場に対し、「長期間休む」ということに誰も負い目は感じるといいますし、その気持ちも大事ではありますが、育休は、メリットばかりです。最大のメリットは、その時期にしか見ることでできない、日々成長する子どもの姿を間近で見届けられることです。仕事は、頑張れば遅れも取り戻せますし、自分の代わりに誰かにお願いすることも出来ます。しかし、子どもの成長はどうあっても巻き戻すことはできません。

育休を取ることに對し皆さんからアクションを起こし、計画を立て、積極的に育休を取得してもらいたいと思います。育休は、子どもの成長だけでなく、自分自身の成長にもなります。個人個人の事情はあるかと思いますが、皆さんが育休を取得し、少しでも充実した時間が送れるようになれば幸いです。

● 育休職員をサポートする職員へ

上司や同僚に対して、育休を取得するという相談は、本人にとって言いづらいことです。どの職場でも、最小限の人数で業務をしているので、ある程度の期間を休むことに對し、負い目があると思います。それを承知したうえでの相談だと思うので、温かく相談にのっていただければと思います。

育休取得には、職場の協力が不可欠です。見守っていただくだけでなく、「育休はいつとるの？」といった具体的な一声があると、より取りやすい環境になると思いますので、是非、御協力をよろしくお願いします。



保健福祉部 主任主査兼係長 (行政職)

取得期間 | 11 月上旬～1 か月

育休取得のきっかけ

長男が生まれた当時、「育休は取らないの？係長が率先して取ったら、若い人たちも取りやすくなると思うよ」と周囲に言われたことがありました。

その時は育休を取るという概念は全くなく、「制度としては認められていても、仕事の内容は窓口中心で他律的な業務なので、現実的ではないな」という感覚でいました。

この時「次に機会があれば取ってみたい」という気持ちが芽生えたのも事実でしたが、2男の時も仕事が忙しく、取得を諦めてしまいました。

そして3男。自分の年齢的にも最後の子どもになるだろうし、今回が最後のチャンスだと思いました。家族のため、これから育休を取得しようと思っている職員のためにも育休を取得することを決心しました。

育休取得時の 家族プロフィール

本人・妻(育休中)・長男(5歳)・
2男(2歳)・3男(1か月)

育休中の業務について

育休を取得したいということを、あらかじめ上司や係員に相談していました。休業中は、マネジメント業務を課長と補佐に、マネジメント以外の業務は主任やベテラン係員に引き継いでもらうことができました。

はじめは「自分が不在になることで業務が滞るのでは」などと不安もあったのですが、業務は問題もなく通常どおり回っていました。おおよそ市役所の業務は、属人主義ではなく職務(ジョブ)主義なので、「余計な心配をしていたな」と後になって気付かされました。

育休は、あらかじめ計画された期間限定の休業です。事前に準備さえしていれば、取得もそう難しくはないと思います。

奥様からのメッセージ

● 安心感・心強さ

育休を取ってくれることが分かっていたので、出産前から安心することができました。家事や育児を二人でできるので、「一人じゃない」って心強く思えることができました。2男が生まれた時は、長男の赤ちゃん返りがひどく、授乳中なのに大泣きして抱っこをせがまれ、結局、2男を片手で抱えながら授乳し反対の手で長男をおんぶするとか、二人が何をしても泣き止んでくれないとか、呆然としてしまうことが度々あったのですが、今回はそれがありませんでした。

夫が上の二人の子をフォローしてくれたことで、私は3男に向き合うことができましたし、上の二人の子もストレスが軽減されたのだと思います。

● 夫の意識の変化

就寝中でも子どもの泣き声に気付いて起きて助けてくれるなど、主体的に子育てに参加してくれるようになったと思います。

● 孤独じゃない

疲れや寝不足、産後のホルモンバランスの変化等、「何かわからないけど涙が出る」とか「何もしたくない」とか「全部一人でやらずに」などの強迫観念が軽減されたと思います。

また、大人と話せるというのも大きかったです。3男はなかなかおっぱいを飲んでくれなくて、体重が増えないなどの悩みがあり辛かったのですが、近くに悩みを話せる人がいるというだけで、一人じゃないんだと思うことができ、孤独を感じることはありませんでした。

育休中の過ごし方

●1日の流れ

朝食後、長男と2男の身支度をしてから幼稚園に送り、家に戻ってから掃除や洗濯等の家事を手伝い、大急ぎで昼食をとって幼稚園に迎えに行きます。

また、幼稚園の他に、日によって習い事の送迎も加わります。

夕食後は3人の子をお風呂に入れ、寝かしつけするのですが、子どもたちよりも早く寝てしまうくらい毎日忙しかったのを覚えています。

取得後の感想

正直を言うと、長く育休を取得している妻を「気楽でいいな」と思っていたところがありました。

しかし、育休を取得したことで、「いつもこんなに大変だったんだ」と知ることができ、また「いつもありがとう」と思えることができました。

●気分転換

夫がいないと、一日中ずっと母親の役割をこなさなければならず、気が抜けず神経がすり減ってしまいます。ですが、夫がいてくれると、手伝ってもらえて助かるだけではなく、夫の顔を見たら、その一瞬ちょっと気が緩むというか、母親じゃなくてリラックスできる感じがします。一人だったら座ってお茶をすることもないし、水分をとることもトイレに行くこともままなりません。夫がいてくれると、一緒にお茶しようかなという気持ちにもなれ、リラックスすることができました。

育休を取得してくれて、すごく心強く、安心することができました。父親としての意識も変わったと思うし、何よりかけがえのない貴重な時間を一緒に過ごせてうれしかったです。

これから育休を取得するみなさんへ

最初は無理に思えた育休取得ですが、取ると決心したら案外自然と行動に移すことができたと思います。無理と決めつけていたのは、自分の固定観念だったかもしれません。

育休は、いつもより妻や子どもと多くの時間や体験を共有できる大きなチャンスです。これからもずっと続いていく家族との関係を、より良いものにするためにも、ぜひ取得することをお勧めします。



こども部 保育技師

取得期間 | 9月下旬～約2週間

取得時期について

● 育休取得のきっかけ

以前から、配属所属や担当業務に関わらず、自分の子どもが生まれたら、必ず取得しようと思っていた。

● 取得時期の設定理由

妻の産後のサポートと、子どもの手続きを行うため、妻の退院後から2週間を設定した。

取得後の感想

● 育休を取得してよかったこと

妻が外出できない出産直後の期間に、自分が子どもの手続き等を済ませることができた。

また、子どもの成長も見ることができたので、育休を取得できたことは大変よかった。

● 育休を取得して気付いたこと

・手続き関係で育休期間が終わってしまったため、1か月くらい取得していれば、もっとゆっくり子どもと向き合えたかな、とも思う。

・保育所は、年間の保育行事が決まっているため、短期間で複数回育休を取得するよりも、長期間まとめて取得した方が、両立スケジュールが立てやすいと感じた。

育休中の業務について

● 業務分担について

複数担任のクラスで、リーダーの先生を中心に日頃から業務内容の共有がされていたこともあり、必要最小限の口頭での引継ぎのみで対応できた。
自分の担当業務は、フリーの先生がサポートしてくれた。

● 職種・所属ならではの苦慮した点

当時は前例が少なかったため、取得すべき期間や取得実績についてよく分からず、長期取得には何となく抵抗があった。

自分は短期（2週間）の取得だったため、業務への大きな影響はなかったが、長期間育休を取得できる環境作りのためには、代替職員（特にフルタイム）の充実が不可欠と感じている。保育所は長期の育休を取得している女性保育士が多いため、その代替職員が十分に確保されていないと、重ねて男性職員が育休を取得することはハードルが高いと感じている。

● 上司や同僚職員のサポート

所長先生からは、育休を積極的に取得するよう声を掛けてくれた。
職場の皆さんには、新年度のタイミングで、子どもが生まれることと、育休を取得したいことを事前に伝えていたため、取得の際もスムーズだった。

仕事と子育ての両立について

● 「職場の保育行事」と「子どもの行事」の両立

子どもと職場の入所式が重なった時は、準備を入念に行い、引継ぎをきちんと行ったため、当日は休暇を取得し、子どもの行事に参加することができた。

これから育休を取得するみなさんへ

● 育休の取得を希望する職員へ

子どもが好きだからこそ、保育士を志望したこともあり、自分の子どもと向き合う時間は大切だと感じます。男性保育士も、積極的に長期間育休を取得してください。

● 育休職員をサポートする職員へ

男性保育士にとって、育休はまだハードルが高いと思うので、「育休を取らないの？」と周りから言ってもらえると、ありがたいです。

男性保育士でも育休の取得をしやすい雰囲気づくりをお願いします。



教育総務部 主査（行政職）

取得期間 | 10 月中旬～ 1 か月

取得時期について

● 育休取得のきっかけ

第一子の妊娠が分かった際に、妻と話し合い、「互いに協力して育児に取り組むため、できるだけ長く育休を取得する」と決めた。

● 取得時期の設定理由

出産・退院から 1 か月程度は、義母が生活のサポートしてくれたため、業務の引継・調整も考慮し、出産から 1 か月後を目安に設定した。

育休中の過ごし方

● 1 日の流れ

午前中

起床・掃除・洗濯

午後

散歩・買い物

夜

お風呂・寝かしつけ

※その他、3 時間おきにミルクとおむつ替え

取得後の感想

● 育休を取得してよかったこと

生後間もない貴重な時間を、子どもと過ごすことができた。

● 育休を取得して気付いたこと

育児の大変さ。特に睡眠時間はまとまったものが取れなかった。

育休中及び復帰後の業務等について

● 育休中の業務の引継ぎ

育休開始の約 2 週間前から引継ぎを行いました。

取得期間は、次年度の当初予算の計上時期に重なっていたため、例年よりも早めに業務を進めるよう心掛けた。

● 上司、同僚職員のサポート

上司からは、男性の育児休業の取得について推奨していただいた。

同僚職員は、男性の育児休業の取得について理解いただき、業務の引継ぎに協力いただいた。

● 復帰後の業務の進め方の変化

平日の日中は妻に家事と育児をお願いし、夜間や休日の家事と育児は、私が行うようにしている。

家事分担のこともあり、定時までに業務を終わらせることを意識している。

● 時差勤務やテレワークの活用

妻、子どもの体調等を考慮し、時差勤務やテレワークを活用しながら、仕事と子育ての両立を図りたい。

これから育休を取得するみなさんへ

● 育休の取得を希望する職員へ

産後はパートナーも身体へのダメージが大きく、精神的にも不安定になっていますので、積極的にサポートしてあげてください。

一生の中で、子育てにしっかり向き合える時間は貴重なもので、大変なことも多いですが、その後の家庭生活にも影響するので、頑張ってください。

苦労した分だけ、子どもはかわいいです。

● 育休職員をサポートする職員へ

どうしても育休期間は周りの職員へ負担をかけてしまうことになり、取得を躊躇してしまいます。周りの職員も積極的に育休取得を勧めるなどの雰囲気づくりをお願いします。



上下水道局 技査（技術職）

取得期間 | 2月上旬～3週間

取得時期について

● 育休取得のきっかけ

妻からの要望があったほか、自分自身も子供の成長を見守りたかった。

● 取得時期の設定理由

出産予定日から取得した。

育休中の過ごし方

● 1日の流れ

・私と第一子は、主にアパートでの生活
・妻と第二子は、義実家での生活
（午前中）第一子を保育所に預けてから、義実家へ
（夕方）食事の買い物等をしてから、保育所にお迎え
（土日等）午前中から夕方まで義実家

取得後の感想

● 育休を取得してよかったこと

出産から成長を見守ることができたことと、妻の負担を少しでも軽減できたこと。

● 育休を取得して気付いたこと

第一子が、母親に会えなくても頑張って我慢してくれたこと（第一子が想定以上に成長していた点）
→子供2人になると、労力が2倍以上になること
→子供にとって母親の存在がとても大きいこと。

育休中及び復帰後の業務等について

● 業務分担の方法、工夫した点

・安定期を過ぎた頃から、引継ぎ用のマニュアル等を作成し始めた。
・過去に担当していた職員へ分担し、スムーズに引き継げるように配慮した。

● 引継ぎのタイミング、引継ぎ方法

育休取得予定の1か月前に、引継書やマニュアル及び作成例をファイルサーバーに保存した。また、関係書類の保管場所の位置図を作成した。

● 職種・所属ならではの苦慮した点

・係内に同一職種の職員がおらず、専門外への職員に対する説明が困難だった。
・職種の違いから、係内でのワークシェアに課題があることが判明した。

● 上司や所属長からの働きかけ

育休取得を後押ししていただいた。

● 同僚職員のサポート

・発注業務等、期日がある業務を遅延なく行っていただいた。
・監督立会や受注者への連絡調整等、外部への影響が無いよう配慮いただいた。

仕事と子育ての両立について

● 業務の進め方の変化

マニュアル作成を心掛けるようになった。

● 部分休業や休暇の活用

部分休業を活用しているほか、子の定期健診時の職専免を活用

● 工夫していること、両立する中で大変なこと

・子供の発熱等、急な対応が大変
・夜間立会や突発対応などの、非常時業務の対応が困難

● 家族との役割分担

食事と寝かしつけを妻が行い、私は洗濯、買い物、入浴を担当

これから育休を取得するみなさんへ

● 育休の取得を希望する職員へ

・出産から子供の成長を見守ることができるため、ぜひ取得してほしいと思います。
・出産による肉体的・精神的な負担やストレスが大きいため、可能な限りの奥様のサポートをして下さい。
・サポートする職員が分かりやすいよう、引継資料は早めに作成し、事前説明も複数回必要と思われます。