



取得者に聞いてみた！育休体験記



Profile

氏名 佐藤 司さん

育休取得時の年齢 27歳

会社名



有限会社 野火止製作所
NOBIDOME FACTORY

業種：製造業（金物工事など）
従業員数：31人

担当業務 施工管理ほか

家族構成 妻（専業主婦）、子ども（11ヶ月）※2021年10月時点

育休取得期間 2020年11月19日～2021年1月11日 計54日間

妻の里帰り出産（2020年11月1日～2021年1月4日）に合わせて取得（誕生日 2020年11月17日）

パパの声

育児休業を取得したきっかけは？

妻の初めての出産や育児の不安を少しでも減らせるように、できるだけ一緒にいられる時間を作りたいと思い、取得を決めました。

育児をするには、家庭内はもちろんですが、まずは自分がノンストレスになることが重要です。ストレスを受け止められるくらいの余裕を持つためにも、休業は必要だと思います。

取得するために職場で取り組んだことは？

育休中の業務に支障が出ないように同じ部署の同僚と密にコミュニケーションを取り、担当している業務の情報共有を行いました。

育休取得による働き方の変化は？

家庭を中心に考えることが増えました。早く帰るために、ミスなく仕事をするなど仕事の効率化を意識するようになりました。今は、家族との時間を増やすことができています。



ママの声

パパが育休を取得して良かったことは？

まだまだ男性の育児休業が馴染みの薄いなかで、取得してくれたことは誇らしく思います。無事に出産できるかどうか大きな不安のなか、出産前後の苦しい時に側に居てくれたのはとても安心できました。

パパが育休中にしていたことは？

基本的な家事はもちろん、これからの生活に備え、私の両親にアドバイスをもらったり、パパママ体験学習などに積極的に参加し、赤ちゃんの抱っこの仕方やミルクの飲ませ方、沐浴にオムツ交換など様々なことを体験したりしていました。

また、これからやってくる子どものために部屋の模様替えもしていました。

育休後の家庭でのパパの変化は？

帰宅時間が早まり、家族との時間を大切にしてくれていると感じます。仕事へのモチベーションもあがっていると思います。

夫婦の声

これから子どもが生まれる夫婦へのメッセージ

子どもの成長はあっという間です。些細なことでも、「はじめて」と一緒に体験していく喜びは素晴らしいことだと日々実感しています。

まだまだ男性の育休取得者が少ないなか、育休を取得することは勇気があることかもしれませんが、お二人にとって、とても素晴らしい決断になると思います。

会社の取組

管理職やマネジメントをする従業員を対象に、育児休業に関する研修を行い、社内の理解度向上、意識啓発を図りました。休業中の現場をサポートするため、新たな人材を募集し採用しました。

同僚や上司の声

会社で初めて育児休業取得の実績ができた事で、今後育児や介護により休業を考えている社員に休みやすい雰囲気がつくれたと思います。

また、社員同士の会話に育児にまつわる話が自然と増え、理解者も増えました。

社長からのメッセージ

母親の産後うつが問題となっています。これからは男女が共同して子育てすることを当たり前のスタイルにする必要があります。男性の育休取得は母親のストレス解消の効果が高いとされますので積極的に奨励していきたいです。

一口メモ

知ってる？「産後うつ」

出産後のホルモンの急激な変化や育児のストレスなどが原因で約1割のママが「産後うつ」となると言われています。症状としては、気分が落ち込む、イライラする、眠れないなどがあります。

産後うつ対策には周囲のサポートが重要です。パパと一緒に家事や育児をしましょう。

また、ママとたくさん会話をしましょう。会話はママの気持ちを受け止め、心の支えになるでしょう。