

育休パパの 過ごし方

2児のパパ(30代)
2人目が生後2か月の時に
育児休業を取得



2009年、男性も子育てしやすい社会の実現に向けて育児・介護休暇法が改正されました。男性が育児休業を取りやすい環境づくりが進められる中、男性の育児休業取得率が少しずつですが上昇しています。今回、実際に育児休業を取得したパパの一日を覗いてみました。

育休パパのある日の様子

7:00	起床	15:00	一緒に近所のスーパーへ買い物、夕食の下ごしらえ
8:30	上の子を保育園に送る。 帰り道に、ママのお気に入り入りのパン屋でパンを購入	16:00	上の子を迎えに保育園へ 帰り道、公園へ寄り道
9:00	のんびり朝食。朝食後片付け	18:00	帰宅後下の子とお風呂。夕食の準備
10:00	トイレ、風呂掃除(パパ担当箇所)	19:00	夕食
12:00	昼食	21:30	子ども就寝。(寝かしつけはママ) その間、夕食の片づけ
13:00	赤ちゃんと近所の散歩 (時には筋トレ兼ねて抱っこで外出)	23:30	就寝

先輩パピママたちの声 (厚生労働省WLB HANDBOOKより)

保育園の送り迎えて
パパ友が出来ました。

保育園の送りの時間は子どもとのおしゃべりタイム。
癒しの時間で仕事のパワーになる。

家事・育児すべてを
分担した二人三脚の育児で
信頼関係が深まった。

子育てはハブニングの連続。
状況判断力、瞬発力、危機管理能力、
柔軟性を身に付けるには、
どんな研修より効果的。

夫が育児休業中に
家事・育児を体験して
いるのでその大変さを
わかってきている。

子どもと手を繋いで歩いていると
人間らしい何かを
取り戻した気がした。

育児休業を終えて

長いようであっという間の1か月。日々成長していく0歳の時期に育児休業を取得できたことは大変貴重な経験でした。身近に男性の育休取得者がいなかったため、具体的な生活のイメージができなかったのですが、子どもに関わる時間を多く取りたいと思っていても、家事に係る時間が多く、妻の大変さが身をもってわかりました。

眺めているだけでも可愛い乳児期はあっという間です。夫婦で子育てを楽しめるように家事育児を共に行うことで家族の絆も深まることと思います。



ワンポイント アドバイス 男性の育休は、ハードルが高く感じる人もいると思います。取得する期間、時期は職場や家族と相談し、周りの状況が整ったら是非育休の取得を検討してみたいかがでしょうか？