

# 男性育休から考える ワークライフバランスセミナー

---

発表者

総務部人事課人事給与グループ主任 本庄弘樹

# 1. 育児休業を取得したきっかけ

小さい頃から、子育てをしたいと思っていたから。

(想定) 3カ月～半年くらい



1) 収入が二人とも少なくなると「厳しそうだ」

2) 母体がしんどいのは「1か月ほどらしい」  
…ハイハイもしない時期に二人必要か？

(実際) 1カ月間のみ取得

## 2. 職場の反応

安定期に入った頃に、上司に育休取得を相談  
→「取りたい期間取って」と背中を押してもらった

令和元年12月中旬	出産
～年末	特別休暇・年休を適宜取得
令和2年1月	育児休業（1か月）

- ちょっとした連絡をくれたり。
- 様子を見に家まで遊びに来てくれたり。

### 3. 育児休業を取得した感想

#### <良かった点>

○夫婦で一緒に育児のスタートを切ることができた。  
→お互いに一人で対応できるように。

○赤ちゃんの期間は短い。  
→その時間を一緒に過ごせたのは、貴重な経験。

#### <苦労した点>

○復職前に生活リズムを戻すのが大変だった。

## 4. ワークライフバランスについての意識の変化

「自分で」 バランスを取れるもの / 取るもの



「自分だけでは」 バランスを取れないもの