

株式会社計画情報研究所

北原 豪さん

【お子さん】令和5年5月生まれ

【育休取得期間】2か月

育休は分割で取得。来春に2回目を予定していて、次は慣らし保育に対応します。



—育休を取ろうと思ったきっかけを教えてください。

きっかけは特にありません（笑）。もともと取ろうと思っていたし、社長からも「取りなよ」と言われていたので自然の流れです。妻は喜んでいました。上の子が生まれたときは妻にまかせきりでワンオペ育

児が辛そうだったので、今回は自分もしっかり関わらなきゃと思っていました。上の子のときも会社から育休の取得を促されていたのですが、タイミングを逃してしまって。今回は迷うことなく取得です。

—取りやすい職場環境というのはいいですね。

私が勤務している会社では、20年くらいかけて働き方改革を行ってきました。育休について言い出しにくい雰囲気は全くなく、男性でも女性でも「取れる分だけ取ればいいじゃん」という感じです。男女の分け隔ては一切ないですね。

取得に際しては、周囲への早めの発信を心がけました。突発的な病気と違って、育休の予定はあらかじめ分かります。早めに伝えておくことで、社内の協力も仰ぎやすいと思います。妻は妊娠中のつわりがひどく、私が仕事を抜けて上の子のお迎えに行くこともありました。我が家の状況を会社に分かってもらっていたことで、育休までのスケジュール調整もスムーズにできました。

—育休に入ってから生活について教えてください

子どもが生まれる前、妻から「新生活をできるだけ円滑に回したいから家事分担を決めておこうね」と提案されました。そこで2人で話し合っ、各自の分担と1日のスケジュールを決めました。もちろん現実には想定通りにはいかないもので、その都度調整しながらの対応です。

例えば、夜間～早朝の授乳やおむつ替えは、深夜までは自分が担当して早朝に妻と交代、という流れで回しています。当初の予定では逆だったんですけどね。実際に生まれてみたら、上の子が妻と一緒に寝たがるので、私が別室で下の子の世話を引き受けました。深夜を過ぎて下の子が落ち着いたら、ベビーベットごと寝室に押して行ってみんなで寝る。早朝は妻が担当。もともと夜間は分担制で考えていたので、移動可能な小さめのベビーベットを購入しました。



(ご本人提供写真)

## 育休を取った男性だけでなく、妻側の声も聞いてみてほしい

—調整しながら、よりよい分担方法を模索したんですね。

はい。家事分担も同様です。私は一人暮らしも長かったこともあり、家事は普通程度にはできます。ただ、夫婦間で求めるレベルが違うんですよね。「毎食、野菜と肉を適当に炒めりゃそれでいいや」という私に対して、妻はレパートリーを増やしてほしい。この違いが夫婦間で揉める原因にならないよう、どちらかが家事をやっているときは、他方が子どもの面倒を見て、それぞれにとって十分な時間や余裕が持てるよう工夫しています。

授乳についても、1人目のときは完全母乳で妻がつきっきり状態だったので、2人目は混合で育てました。夜はミルクなので夜間の分担が可能になります。日中も妻が1人で過ごす時間を確保しやすい。私は子どもを外に連れ出すのが好きなので、公園や大型商業施設などに子連れでよく出かけていました。2か月という育休期間でしたが、あっと言う間でした。

—工夫しながら夫婦で子育てしているのが伝わります。

いや、妻としては「もっとこうしてほしい」という思いがあると思うんです。一緒に育児をしているけど、妻と私とでは見えている世界が違うと言われてます。物足りなさもあったんじゃないでしょうか。なので、育休を取った夫だけじゃなくて、その妻の声、女性側の感想も聞くといいと思います。男が話す「育児できてよかった」だけじゃなくて「もっとこうしてほしい」「こんな気遣いがあれば」という意見も出てくると思うので。

## 「口で伝えること」と「察すること」の両方を大切に

—確かにおっしゃる通り！双方からの感想を聞いてみるとより実態に近づけそうです。さて、仕事に復帰する際に不安などはありませんでしたか？

特に出遅れ感もなくスムーズに復帰できました。育休中も社内ネットワークで情報を共有していて、業務の進捗を把握できていたのがよかったのかもしれない。不安はありませんでした。

7月1日に復帰して、7月中旬まで時短で勤務しました。16時に退社し、上の子を保育園にお迎えに行き、散歩や買い物をして帰るというスケジュールです。お迎えや買い物をこなせる時間があるだけでもずいぶん違うんですよ。すぐにフルタイム勤務だったら、きつかったと思います。時短勤務期間があったおかげで、スムーズに新しい生活に移行することができました。業務面では、限られた時間の中で作業の積み残しがないよう、効率への意識が高まりましたね。

8月からフルタイム勤務になりましたが、妻の両親が市内に住んでいるので、園のお迎えに行ってもらったり、何かあったときに助けてもらったりしています。近くにいて手伝ってもらえるのは、本当にありがたいです。育児は孤立してしまったら本当にきついです。

—仕事と育児を両立していく上で心がけていることはありますか？

家庭内では、こまめな意見のすり合わせを心がけています。お互いが相手に何をしてほしいかをちゃんと口に出して伝える。そして相手が忙しそうにしているときには察して動く。口で伝えることと察すること、どちらかに依存せず、両方を使って日々を回しています。その積み重ねがお互いへの気遣いになると思っています。

会社には、家庭内の状況を発信しておくようにしています。何かあったとき周囲の理解を得られやすい

ですし、仕事の調整もしやすくなります。情報はオープンにしておきたいですね。



(ご本人提供写真)

## もっと分かりやすいシンプルな制度設計になったらいい

—育休に関するデメリットは何かありますか？

育休そのもののデメリットは特にはないのですが、制度の分かりにくさには困りました。育休と一言で言っても、「産後パパ育休制度」と「育休制度」があり、その違いもよく分からず、自分にはどういう使い方ができるのか、チラシを見てもよく分かりませんでした。使用例としてあげられているものも、どれもピンとこなくて「もっとスタンダードなケースを書いてくれ！」と（笑）。あの説明を見て一発で理解できる人っているのかな？もっとシンプルな制度設計にして、会社にとっても利用者にとっても理解しやすいものに改善して行ってほしいと思います。

—制度の分かりにくさは同感です。改善の余地ありですよ。最後に育休を振り返っての感

想を聞かせてください。

子どもの成長を夫婦で一緒に見ることができて本当によかったです。父親として世話ができたと喜びもありますし、家庭内のストレスも軽減されました。男性育休がもっと当たり前になるよう普及が進んでほしい。

実は来春に 2 回目の育休を予定しています。分割して取れる制度になったので、せっかくなら利用しよう。来年 4 月に妻が 1 年の育休を終えて仕事に復職。子どもは保育園に入園予定なので、慣らし保育の期間を自分が対応するつもりです。妻は教員で、職場復帰直後は子どものお迎えを要請されても時間の融通も効きにくいでしょうし、父親の出番かなと。2 回目の育休、今から楽しみにしています。

取材・編集／子育て向上委員会 長谷川由香