



【イクメンプロジェクト】
男性の育休取得促進 研修資料

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



ひと、暮らし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



はじめに

男性の育児休業取得率は、令和4年度では17.13%となっています。

少子高齢化が進み、人材確保がより困難になっていくことが予想される今後は、企業が従業員の多様な働き方に理解を示し、従業員が働き続けやすい職場環境を整えることが重要です。また、従業員の皆さんは、自身の働き方を見直し、より効率的に業務を行うことで、労働時間の短縮、仕事と育児・家庭の両立を目指しましょう。

【Contents】

第一章	男性の育児休業取得の現状と企業における課題	2
第二章	育児休業取得・仕事と育児の両立のメリット	10
第三章	育児休業制度の概要	16
第四章	仕事と育児の両立のために	26
第五章	育休取得者の体験談、企業の取組事例	33
第六章	企業における両親学級	40
第七章	みんなで考えてみよう	49

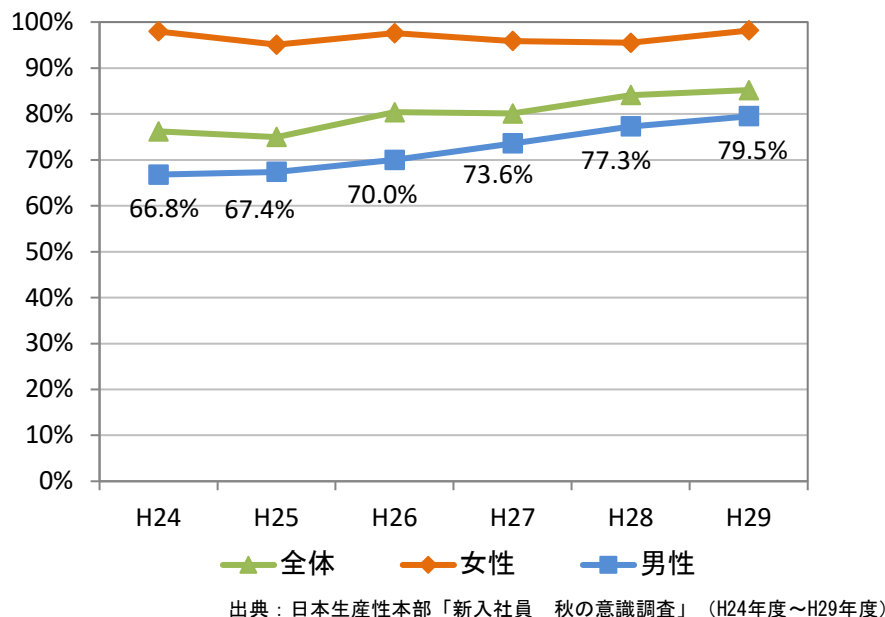
第一章

男性の育児休業取得の現状 と企業における課題

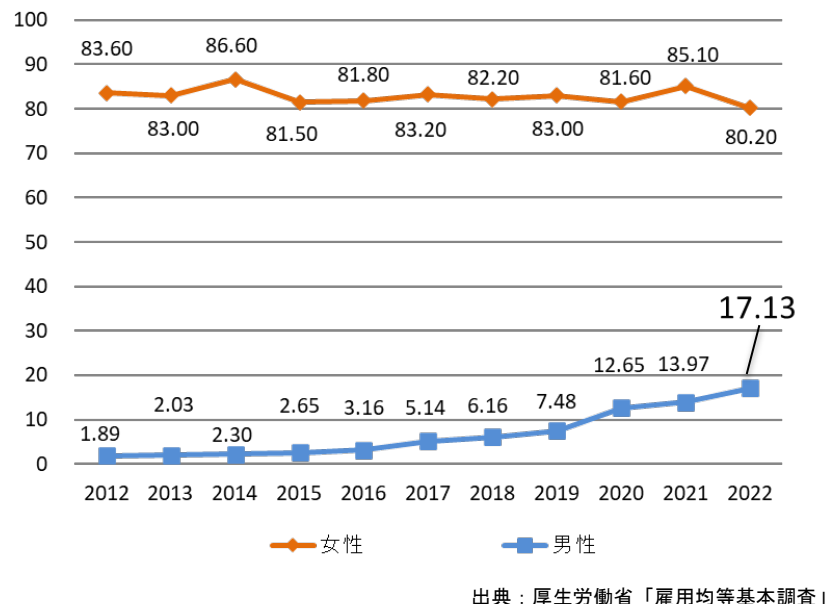
育てる男が、家族を変える。社会が動く。



育児休業の取得意向



育児休業取得率の推移



男性新入社員の約8割が育休取得を希望しているというデータもある

直近の男性の育児休業取得率は17%台

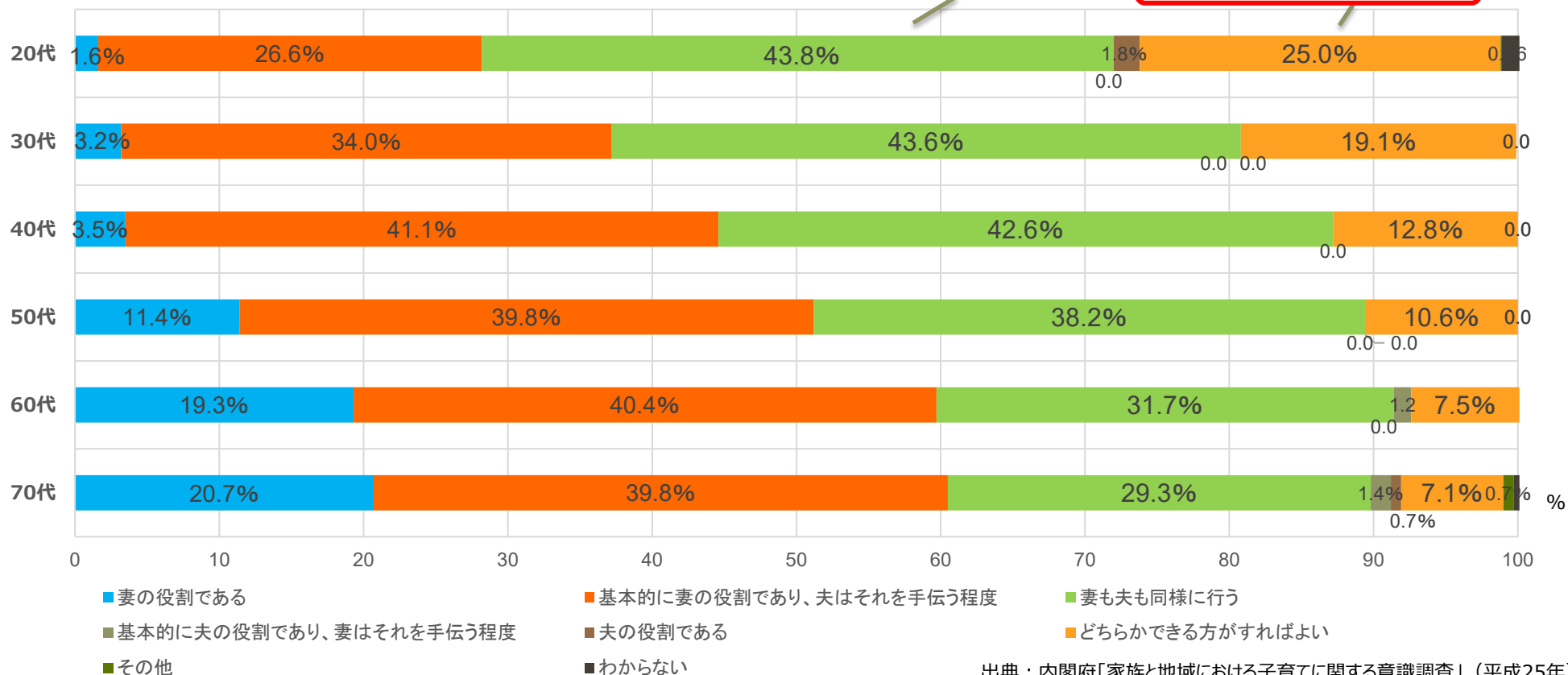
育児休業取得を希望しているが、取得できない！

希望と現実が乖離！！

「育児や家事は誰の役割だと思うか」世代別・男性の回答

妻も夫も同様に行う

どちらかできる方がすればよい



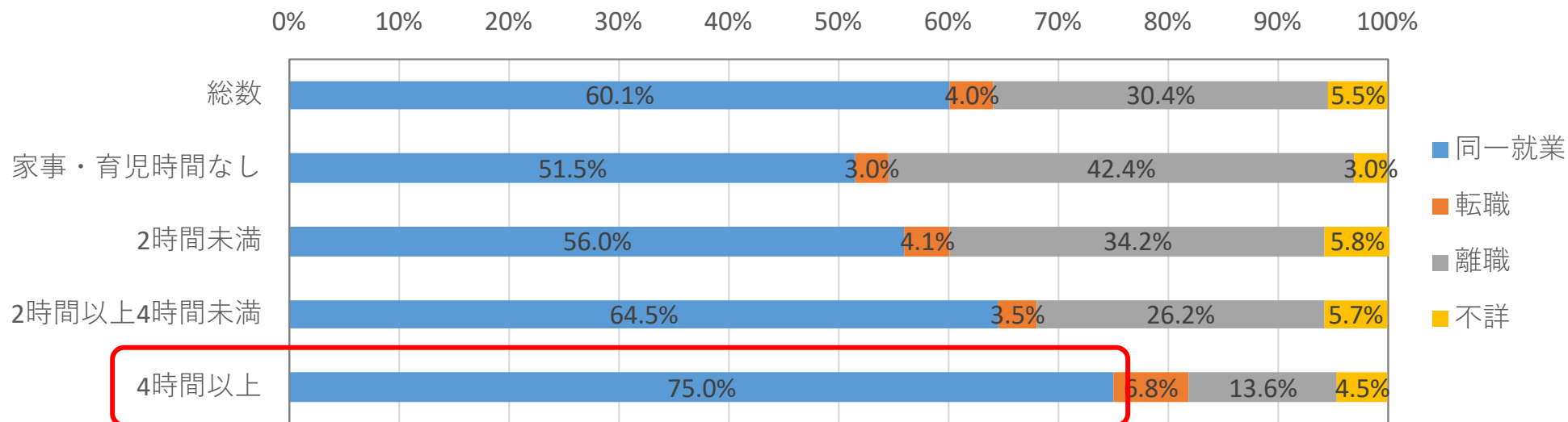
出典：内閣府「家族と地域における子育てに関する意識調査」（平成25年）

20代～30代の男性は、育児や家事について、「妻も夫も同様に行う」「どちらかできる方がすればよい」と考える人が多い



世代間に意識のギャップがある

夫の平日の家事・育児時間別にみた妻の就業継続割合



注：1) 集計対象は、①または②に該当し、かつ③に該当する同居夫婦である。

①第1回調査から第14回調査まで双方が回答した夫婦

②第1回調査に独身で第13回調査までの間に結婚し、結婚後第14回調査まで双方が回答した夫婦

③妻が出産前に仕事ありで、かつ、「女性票」の対象者で、この13年間に子どもが生まれた夫婦

2) 13年間で2人以上出生ありの場合は、未子について計上している。

3) 家事・育児時間の「総数」には、家事・育児時間不詳を含む。

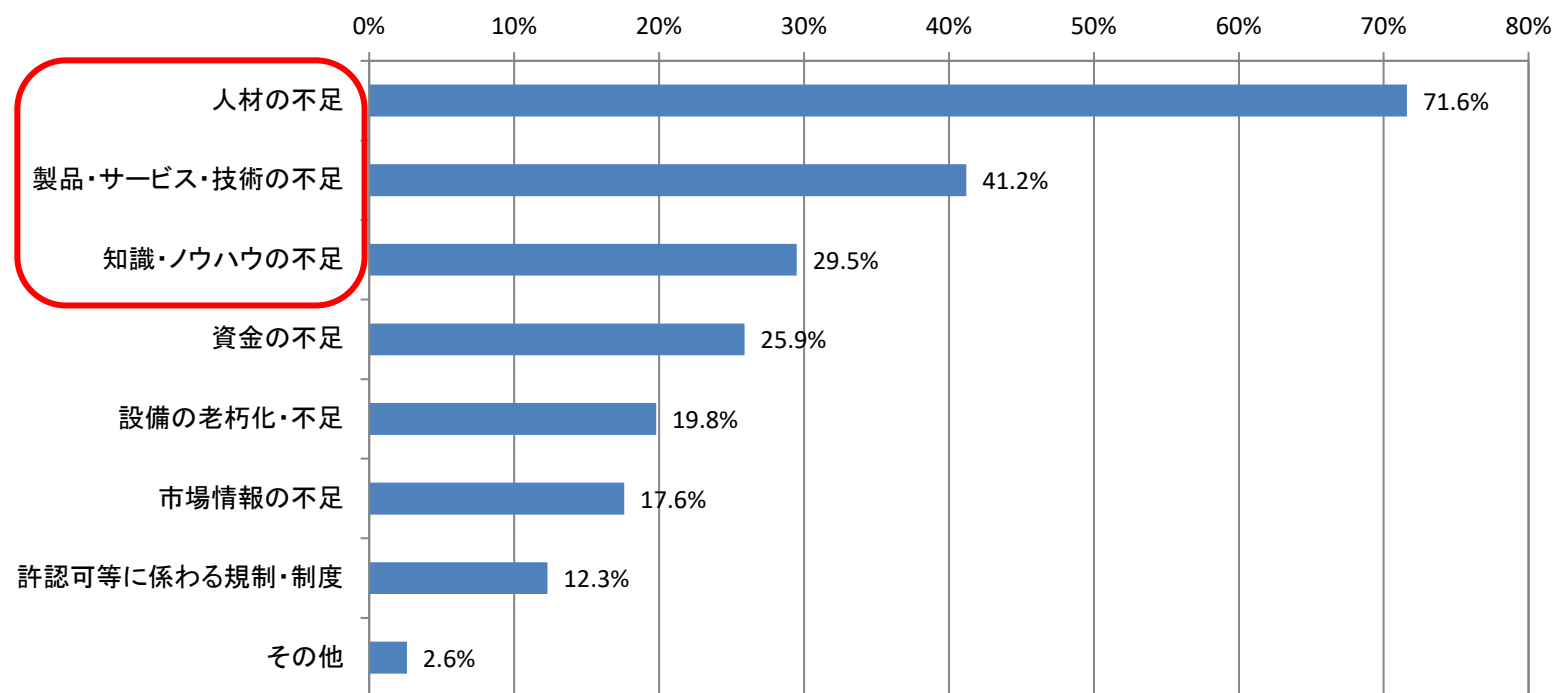
出典：仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）レポート2019

夫の家事・育児時間が長いほど、就業を継続する妻の割合が高い



女性が出産後も継続して活躍していくためには、
男性の家事・育児への参画が不可欠

売上拡大に取り組む上での課題

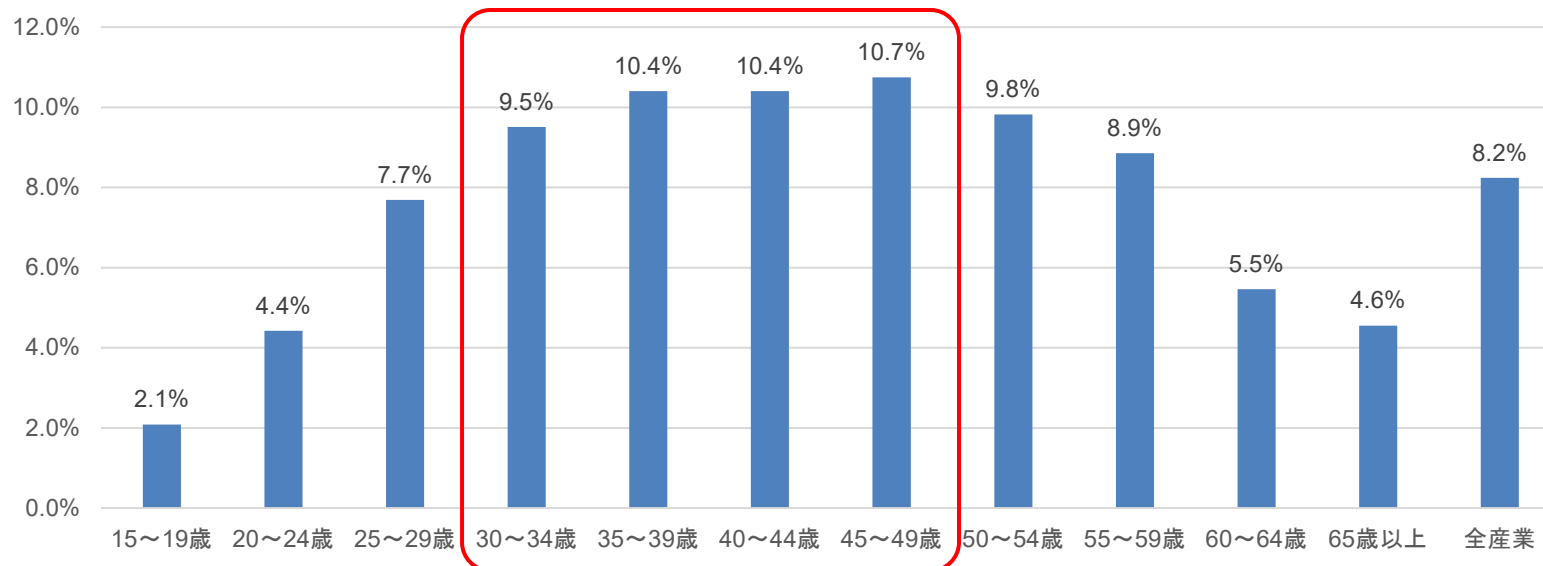


出典：東京商工会議所「中小企業の経営課題に関するアンケート調査結果」H30年3月

**「人材不足」「知識・ノウハウの不足」などを
経営課題として感じている企業が多い**

➤➤➤ **多くの中小企業で「人」を中心とした課題あり**

年齢別 男性の月末1週間の就業時間が60時間以上の割合



出典：総務省「2020年労働力調査」をもとに作成

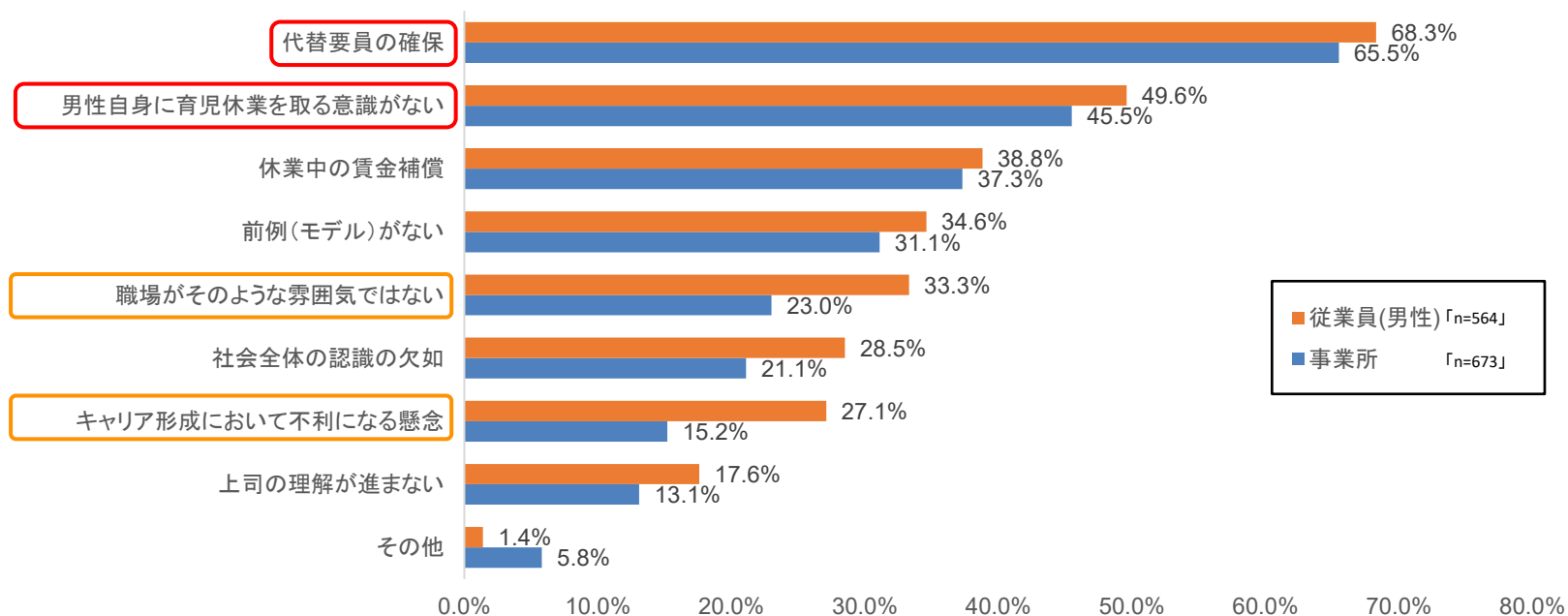
- ・1週間の就業時間が60時間以上の割合は1割以上
- ・特に子育て世代の30代～40代前半の男性は高い傾向



時間外労働の常態化や
長時間労働の抑止が必要

こうした経営課題を育休取得促進とともに解決！！

男性の育児休業取得にあたっての課題



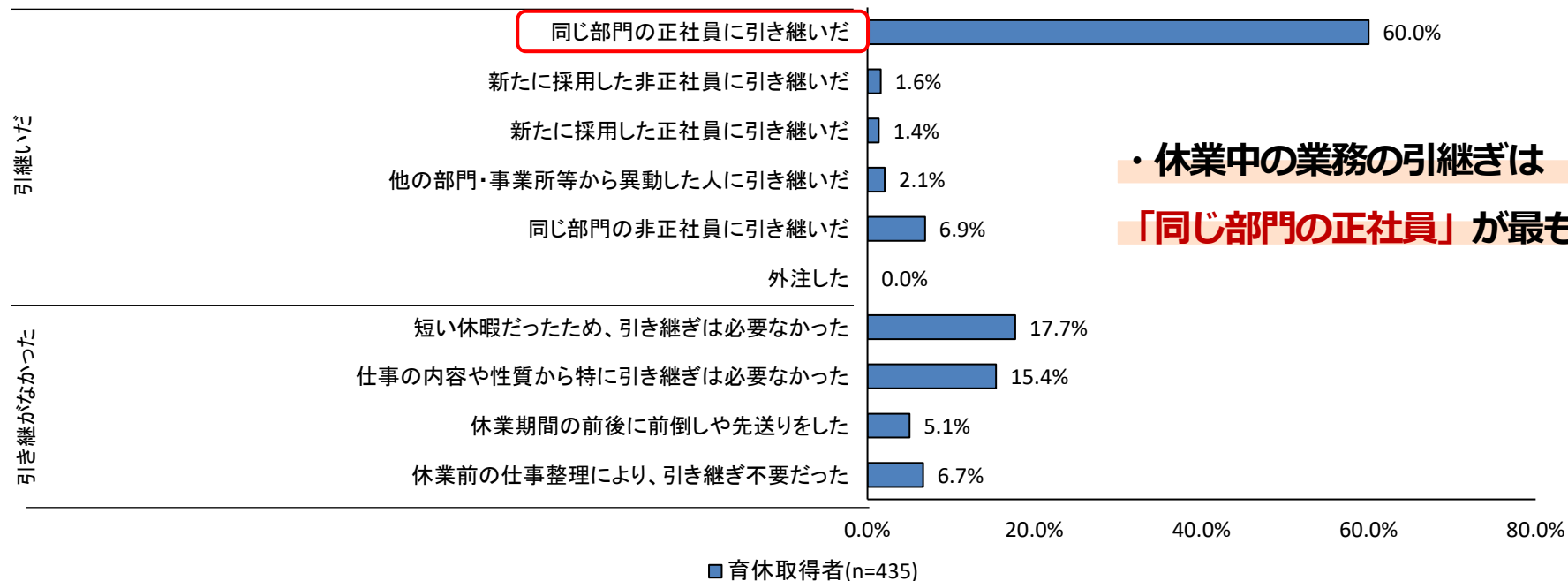
出典：東京都産業労働局「令和3年度東京都男女雇用平等参画状況調査結果報告書」（令和4年3月）から作成

- ・新入社員の多くが育休取得を希望しているのに対し、
「男性自身に育児休業を取る意識がない」との回答も多数
- ・事業所、従業員ともに「代替要員の確保」が最も多い
- ・以下の項目は、事業所と従業員の認識に大きなギャップあり

「職場がそのような雰囲気でない」「キャリア形成において不利になる懸念」

- ・男性が育休取得しやすい
職場環境の醸成、キャリアへの懸念
を払拭することが必要

休業中の業務の引継ぎ内容



・休業中の業務の引継ぎは
「同じ部門の正社員」が最も多い

出典：内閣府経済社会総合研究所 New ESRI Working Paper No.39
「男性の育児休業取得が働き方、家事・育児参画、夫婦関係等に与える影響」H29年3月

日頃から組織的に従業員が不在時の体制を整え、仕事の進め方や業務の分担を工夫し、多能工化などを進めておくことが必要

第二章

育児休業取得・ 仕事と育児の両立のメリット

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



ライフ（生活）面



メリット！

- ▶ 育休をきっかけに育児・家事を行うことで、育児・家事に主体的に取り組める
- ▶ 父親が母親と同様に子育てをすることで、父親も必要とされる存在に
…子どもに必要とされていることを実感でき、自分に自信がつく
- ▶ 育児の喜びや悩みを夫婦で共有することができる
…家族の絆が深まる！

ワーク（仕事）面



メリット！

- ▶ 育休取得前には自分の仕事の棚卸しを実施
…これまでの業務のやり方を見直すきっかけに
- ▶ 育休取得後も育児・家事を行うには、限られた時間で成果を出すことが必要
…時間管理能力、効率的な働き方が身に付く！
- ▶ 「上司・同僚の協力で自身の生活が成り立っている」との思い
…感謝の気持ちを持ち、社内コミュニケーションも良好に

2-2 家族にとってのメリット



メリット

配偶者（妻）

- ▶ 育児不安、ストレスの軽減などに好影響
- ▶ 就労継続、昇進意欲、社会復帰への意欲の維持

- 産後の妻の不安のピークは、産後2週間
- 母子のみで過ごす時間が増え、産後3か月まで育児不安が強くなる場合がある



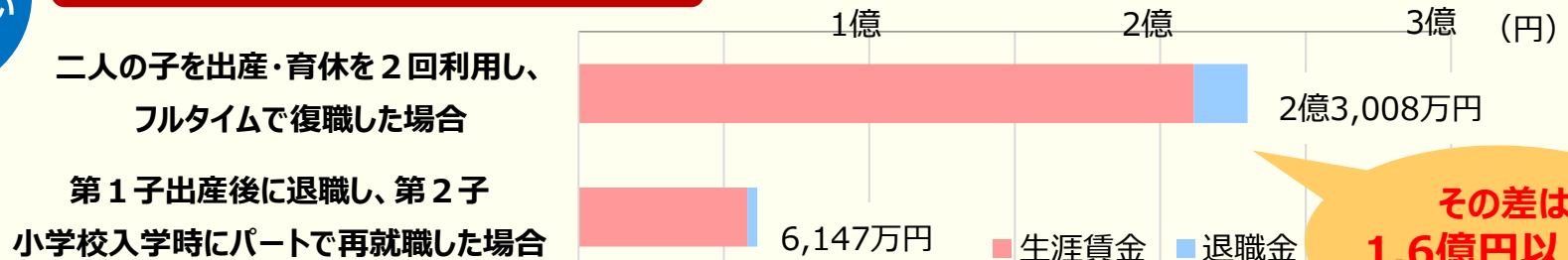
メリット

夫婦関係

- ▶ コミュニケーションが活発に・・・**良好な夫婦関係を構築**
- ▶ 家事育児だけでなく、家計も二人で担うことで、**経済的不安が軽減**

妻の生涯所得に大きな違い

妻の就労継続による家計のメリット

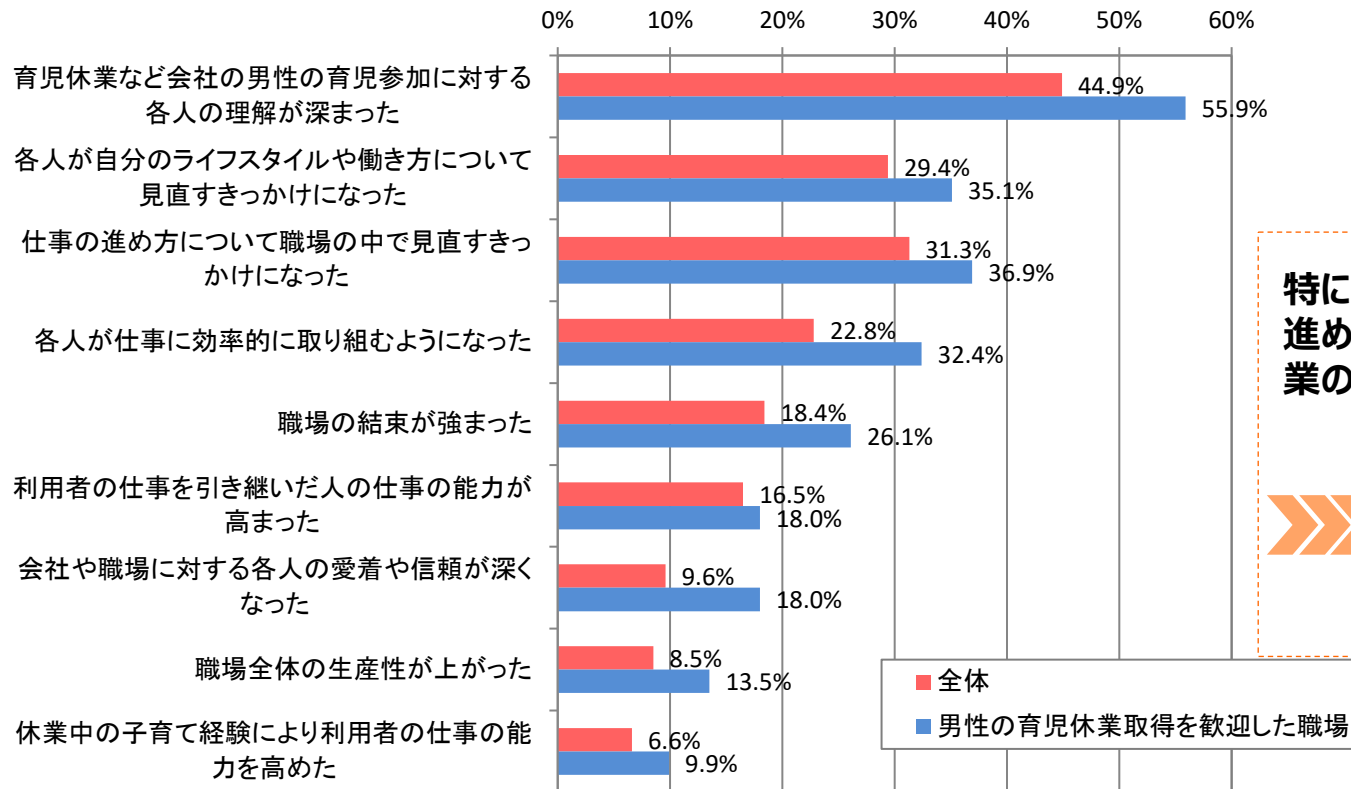


出典：ニッセイ基礎研究所 ニッセイ基礎研究所報Vol.61

「大学卒女性の働き方別生涯所得の推計」 図表10 女性の働き方ケース別生涯所得 より一部抜粋 H29年6月

男性の育児休業取得者がいる（いた）職場では、さまざまな変化が！

男性の育児休業取得による職場への影響（男性からの回答）



特に、男性の育休取得を「積極的に進めた」職場では、変化を実感する企業の割合が増加！

育休取得に積極的に取り組む職場は、好影響がより大きく！

出典：財団法人子ども未来財団「父親の育児に関する調査研究－育児休業取得について研究報告書」H23年3月



メリット！

男性の育児休業取得・仕事と育児の両立によるメリット！

▶ **男性の育児参加への理解が深まり、職場の雰囲気が変わる！**

▶ **仕事の進め方を見直すきっかけに**

業務引継ぎの際に、業務の棚卸し・見える化を行うことで、「本当に必要な業務」がわかる業務マニュアルの作成等により、業務の属人化も排除

▶ **仕事の効率性が向上**

各人が「残業しない」との意識で業務を行うことで、業務効率が向上、長時間労働の抑制も！

▶ **会社に対する満足度・帰属意識の向上**

…加えて、会社の取組を公表・アピールすることで、企業イメージの向上や人材確保にも寄与
従業員も経営者も納得した働き方改革は、人材不足解消に効果大

さらに…

▶ **従業員の多様な事情に配慮した制度の導入、取組実施により、離職率が低下**

従業員の定着率向上で知識・ノウハウが蓄積すれば、業務効率も向上！



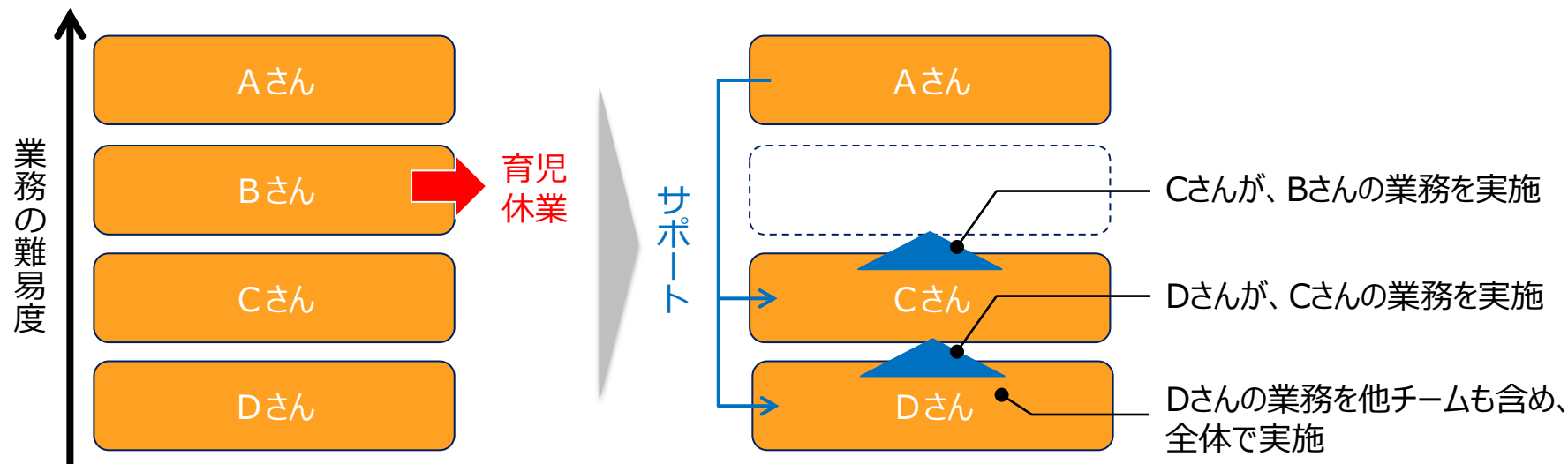
メリット！

▶自分のライフスタイルや働き方を見直すきっかけに・・・業務の平準化等により、自身のワーク・ライフ・バランスも向上！

▶職場の結束が強まり、お互いにサポートしあう関係が構築（育休だけでなく、病気による入院や介護休業等で不在になる可能性も）

▶育児休業取得者の業務の引継ぎで、チームメンバーがスキルアップ！

■ 育児休業取得者の業務のカバー対応例



それぞれ1ランク上の業務を一時的に実施することで、それぞれのスキルの向上等につながる。
また、業務の棚卸しによる効率化も想定され、復職時には**チーム全体がパワーアップ**！

第三章

育児休業制度の概要

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



◎ 育児休業は育児・介護休業法で取得が認められている

原則、『1歳になるまでの子ども』を育てる**男女**労働者が取得できる

原則、子どもが1歳になるまで、子ども1人につき2回まで分割して取得可能。
ただし、次のような場合は、1歳を超えて育児休業を取得可能。

子どもが1歳以降、保育所等に入れられないなど一定の要件を満たす場合	1歳6か月になるまで
子どもが1歳6か月以降、保育所等に入れられないなど一定の要件を満たす場合	2歳になるまで



ポイント！

妻が専業主婦や育休中でも、夫は育児休業を取得可能



ポイント！

派遣社員や契約社員などの有期契約労働者も取得可能

育児休業取得の申出の時点で次の要件を満たす労働者が取得可能
・子が1歳6か月に達する日までに、労働契約（更新される場合には、更新後の契約）の期間が満了することが明らかでないこと

○両親で協力して育児休業を取得するための制度



「産後パパ育休」(出生児育児休業)

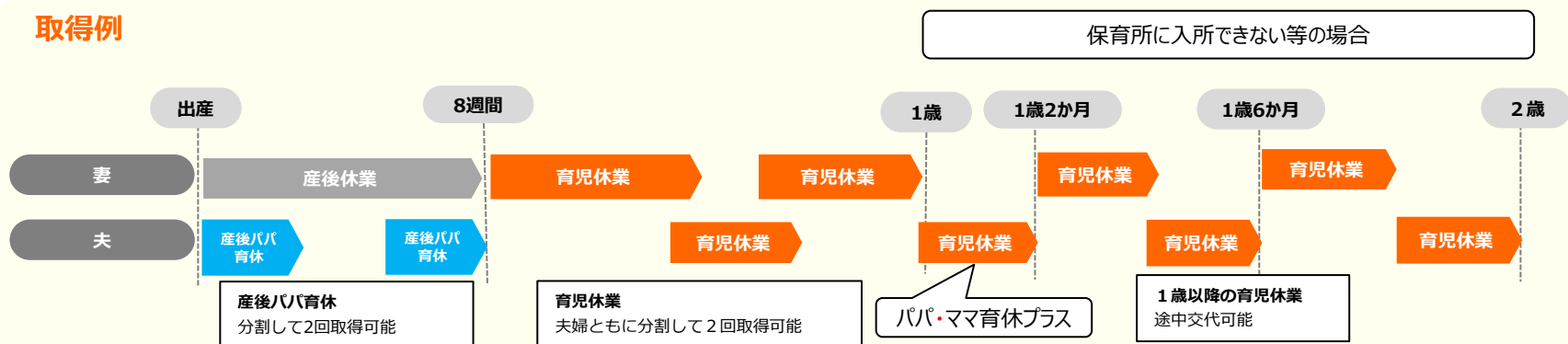
- ・育児休業とは別に子の出生後8週間以内に4週間まで取得可能!
- ・2回に分割しての取得も可能(分割取得は、はじめにまとめて申し出が必要)
- ・休業中の一部に仕事をする事も可能(労使協定と個別合意がある場合)



「パパ・ママ育休プラス」

- ・両親がともに育児休業を取得する場合は、子が1歳2か月に達するまでの間、育児休業が取得可能!(取得期間は産後休業期間・産後パパ育休期間を含め1年間)

取得例



3-3 育児休業等を取得しやすくするための会社の義務①

○妊娠・出産を申出た労働者への個別の周知・意向確認



従業員またはその配偶者が妊娠・出産したことの申出をしたとき、会社はその従業員に対して個別に育児休業制度等を周知し、これらの制度の取得意向を確認しなければなりません。

【周知事項】

- ① 育児休業・産後パパ育休に関する制度
- ② 育児休業・産後パパ育休の申し出先
- ③ 育児休業給付に関すること
- ④ 労働者が育児休業・産後パパ育休期間に負担すべき社会保険料の取り扱い

【個別周知・意向確認の方法】

面談、書面交付、Fax、電子メール等 のいずれか

なお、面談はオンラインでの実施も可能ですが、**音声のみの通話は不可**です。Fax、電子メール等は**労働者が希望した場合のみ可**となります。

なお、個別周知・意向確認は**事業主またはその委任を受けてその権限を行使する者**が行うことができます。

○育児休業を取得しやすい雇用環境整備



ポイント！

育児休業を取得しやすい雇用環境整備ため、会社は次のいずれかの措置を実施しなければなりません。

【実施が必要な措置】 ※いずれか1つ以上を選択

- ① 育児休業・産後パパ育休に関する**研修の実施**
 - ② 育児休業・産後パパ育休に関する相談体制の整備等（**相談窓口設置**）
 - ③ 自社の労働者の育児休業・産後パパ育休取得**事例の収集・提供**
 - ④ 自社の労働者へ育児休業・産後パパ育休**制度と育児休業取得促進に関する方針の周知**
- 複数の措置を講ずることが望ましいです。
 - 環境整備に当たっては、短期だけでなく1か月以上の長期の休業の取得を希望する労働者が、希望するとおりの期間の休業を申し出し取得できるよう事業主が配慮。



ポイント！

育児・介護休業法では、育児休業、産後パパ育休の他にも、仕事と育児の両立のための制度等が定められています。

子の看護休暇制度

小学校就学前までの子が1人であれば年5日、2人以上であれば年10日を限度として看護休暇の取得が可能。時間単位での取得も可能。

所定外労働（残業）の制限

3歳に達するまでの子を養育する労働者が請求した場合、所定外労働を制限。

時間外労働の制限

小学校就学前までの子を養育する労働者が請求した場合、1か月24時間、1年150時間を超える時間外労働を制限。

深夜業の制限

小学校就学前までの子を養育する労働者が請求した場合、深夜業を制限。

短時間勤務等の措置

3歳に達するまでの子を養育する労働者について、労働者が希望すれば利用できる短時間勤務の措置（1日原則6時間）を義務づけ。

転勤についての配慮

労働者を転勤させる場合の、育児の状況についての配慮義務。



ポイント！

育児休業、産後パパ育休等の申出・取得等を理由として不利益な取扱いをすることは法律で禁止されています。

(育児休業等の申出・取得等を理由とする不利益取扱いの例)

- 解雇すること。
 - 期間を定めて雇用される者について、契約の更新をしないこと。
 - 正社員を非正規雇用社員とするような労働契約内容の変更の強要を行うこと。
 - 自宅待機を命ずること。
 - 降格させること。
 - 減給をし、又は賞与等において不利益な算定を行うこと。
 - 昇進・昇格の人事考課において不利益な評価を行うこと。
 - 不利益な配置の変更を行うこと。
 - 就業環境を害すること。
 - 派遣労働者について、派遣先が当該派遣労働者に係る労働者派遣の役務の提供を拒むこと。
- **上記は例示です**。他にも法律で禁止されている不利益な取扱いに該当する場合があります。
- 会社の対応に疑問がある場合、トラブルが生じた場合は、**会社の相談窓口**や**都道府県労働局**に**相談**してください。

3-7 ハラスメント防止について



ポイント！ 育児休業や産後パパ育休等の申出・取得などに関して、上司、同僚からのハラスメントを防止する措置を講じることが会社に義務付けられています。

（職場におけるハラスメントを防止するために講ずべき措置）

- ①ハラスメントの内容、方針等の明確化と周知・啓発
- ②行為者への厳正な対処方針、内容の規定化と周知・啓発
- ③相談（苦情を含む）に応じ、適切に対応するために必要な整備
- ④事業主や制度等を利用する労働者、周囲の労働者の状況に応じ、業務体制の整備など必要な措置を講じる

ハラスメントに該当する可能性のある言動の例

- × 育児休業の取得について上司に相談したところ、「男のくせに育児休業をとるなんてありえない」と言われ、取得をあきらめざるを得ない状況になっている。
- × 育児休業の取得を上司に相談したところ、「休みをとるなら復帰する場所はない」と言われた。
- × 上司・同僚が「忙しい時期に育児休業をとるなんて周りのことを考えていない、迷惑だ」と繰り返し又は継続的に発言する。
- × 育休取得について上司に相談したところ、「次の査定の際は昇進しないと思え」といわれる。

妊娠・出産等に関するハラスメントのない職場とするために心掛けたいこと

<同じ職場で働く者として>

- 妊娠・出産・育児等についての知識や制度について理解しましょう。
- 「育児は妻に任せて、男は仕事をするものだ」など、自分の価値観を押し付けないようにしましょう。
- 特定の人に向けた言動でなくても、育児休業等の制度利用について否定的な発言をすることは、ハラスメントの発生の原因や背景になり得ますので、注意しましょう。
- 自分の行為がハラスメントになっていないか注意しましょう。

ハラスメントを見たら・受けたら・・・

- 会社のハラスメント相談窓口にご相談しましょう。
- 都道府県労働局でも相談を受け付けています。



ポイント!//

従業員1000人超の企業対象に育児休業の取得の状況について、年1回、公表を義務付けられています。

公表を行う日の属する事業年度の直前の事業年度（公表前事業年度）における次の①または②のいずれかの割合の公表が必要です。

① 育児休業等の取得割合	② 育児休業等と育児目的休暇の取得割合
$\frac{\text{育児休業等をした男性労働者の数}}{\text{配偶者が出産した男性労働者の数}}$	$\frac{\begin{array}{c} \text{育児休業等をした男性労働者の数} \\ + \\ \text{小学校就学前の子の育児を目的とした休暇制度を利用した男性労働者の数} \\ \text{の合計数} \end{array}}{\text{配偶者が出産した男性労働者の数}}$

インターネットなどの一般の方が閲覧できる方法で公表する必要があります。厚生労働省の運営するサイトでも公表できます。

仕事と家庭の両立の取組を支援する情報サイト
両立支援のひろば
<https://ryouritsu.mhlw.go.jp/>



第四章

仕事と育児の両立のために

育てる男が、家族を変える。社会が動く。





育児休業取得前

- ▶「**育児休業を取得したい**」という希望を、余裕をもって上司、同僚に伝えましょう
- ▶育児休業前には、可能な限り、業務を片付けておきましょう
- ▶**今後も継続する業務の棚卸しを行い、業務の引継ぎを**
…予め要点をまとめた資料や業務マニュアルを作成し、業務のコツ、注意事項、キーポイントなども可能な限り引き継ぎましょう



育児休業取得後（復帰後）

- ▶育休復帰後は、限られた時間でも成果を出せる働き方を
…「効率よく業務を進めるにはどうしたらよいか」を常に考え、行動する
「育休取得者」の優良事例になるように心掛けよう！
- ▶同僚が困ったときには、積極的にサポートを
- ▶**育休取得のメリットを、会社・上司・同僚にも感じてもらおう！**
…業務の効率化による生産性の向上、ワーク・ライフ・バランスの充実など、
育休取得者のロールモデルとしての姿を社内で示そう！



▶ **自身がサポートを受ける立場になる可能性を踏まえ、同僚のサポートを**

育児や介護だけでなく、怪我や病気による入院など、

いつ何時、自分がサポートを受ける側に回るかわかりません

「お互い様」でサポートしあえる環境をぜひ作ってください

育児休業取得者の業務を引き継ぎ、新しい仕事を担う場合は、

スキルアップのチャンスと捉えましょう

▶ **時間に制約がない人も、効率のよい仕事の仕方を考え、長時間労働を抑制しましょう**

「仕事が多くて、残業しないなんて無理」と決めつけていませんか？

本当に必要な仕事、仕事の期限、クオリティを見直して効率的に仕事をしましょう

▶ **困ったことがあったら、一人で悩まず、上司・同僚に相談しましょう**

「みんな忙しいから」といって一人で抱え込まず、

周囲に相談してください

みんなで考えれば解決策もきっと見つかります



ポイント!// ・イクボスになろう!!

イクボスとは・・・部下の育休取得や短時間勤務などがあっても、業務を滞りなく進めるために業務効率を上げ、仕事と私生活を両立できるように配慮し、自らも仕事とプライベートを充実させている管理職

【子育て中の部下】

ワーク・ライフ・バランスが必要
でも・・・

「家事・育児があるのに仕事が多くてなかなか帰れない」という不満が増加

組織は分裂
の危機!?

【長時間働ける部下】

ワーク・ライフ・バランスを気にしていない
でも・・・

「早く帰る人がいるから自分にしわ寄せがくる」という不満が増加

職場メンバー全員に私生活の時間を。限られた時間で成果を出す職場へ

そのために例えば・・・

STEP① : 上司自ら連続休暇取得を宣言

STEP② : 部下にも連続休暇申請を出すよう働きかける

(長時間働ける部下にも「仕事以外の経験が仕事に生きる」「制度はみんなで使うもの」と伝えながら)

STEP③ : 職場メンバー全員の休暇を計画的に組み、職場メンバー全員の休暇計画をシェア

STEP④ : 有給休暇取得日数を引いた営業日で業務を進めるための方法を職場メンバー全員で考え、1つずつ実行

イクボス10の実践 – まずはここから始めてみよう！

1

会議のムダ取り

会議の目的やゴールを示し、終了時間が守られている

2

社内資料の削減

職場内での作成資料の分量は適切である

3

書類の整理整頓

共有キャビネットは整理整頓され、必要なものがすぐに探せる

4

標準化・マニュアル化

大きな仕事が終わった際には概要報告をまとめ、業務の手順書は、他人が見てもわかるように作成している

5

労働時間を適切管理

上司は部下の日々の労働時間を把握し、負荷が集中している部下のサポートをしている

6

業務分担の適正化

業務分担に偏りがないか常に見直し、特定の人が残業や深夜業をおこなうようなことはない

7

担当以外の業務を知る

担当業務だけでなく周辺の業務に関する知識を身につけている

8

スケジュール共有化

上司と部下、部下同士で、日々のスケジュールを確認している

9

「がんばるタイム」の設定

電話対応等にさえぎられず、担当業務に集中できる時間がある

10

仕事効率化策の共有

仕事が早い人の業務の進め方を、職場内で共有している

内閣府 カエル！ジャパン（2010年）『「3つの心構え」と「10の実践」』 / 佐藤博樹・武石恵美子著（2010年）「職場のワーク・ライフ・バランス」（日経文庫）を基に作成



仕事と育児の両立ができる企業・職場は、

- ▶ コミュニケーションが良好
- ▶ 互いにサポートし合う意識がある
- ▶ 業務効率を向上させている
- ▶ 多様な働き方を認め合い、ワーク・ライフ・バランスに留意している

だから…

急にチームの人員が 欠けてもフォローできる

- ▶ 互いにサポートし合う意識があれば、従業員本人の急病等での不在時にサポート可能
- ▶ コミュニケーションが良好なら、日頃の業務の進捗を把握でき、引継ぎもスムーズ

多様な働き方に対応

- ▶ 様々な事情を持つ従業員が活躍できる（制度やハードウェア、ネットワーク環境が整っている）
- ▶ 急な環境変化が起きても、柔軟に対応できる

リモートワークでも スムーズに業務が進む

- ▶ 業務効率を向上させるという意識のもと、環境が変わっても業務が進む
- ▶ 多様な働き方に対応できる環境を構築
- ▶ 上司が部下を信頼して、リモハラもなし



男性従業員の仕事と育児の両立は、女性従業員の活躍にもつながります

女性（配偶者）が仕事と育児を両立しながら活躍するには、男性が育児・家事を担うことが重要です



女性従業員のキャリア形成について、それぞれの立場で考え、取り組むことが重要

会社

▶ 女性従業員本人に加え、上司や男性配偶者と一緒に考える機会を提供

Ex. 配偶者・上司を交えた懇談、配偶者も参加可能な社員向けセミナー

女性従業員

▶ いかにかキャリアを積んでいくか、自身もよく検討し配偶者と話し合う

Ex. 育休の取得時期・期間、保育園の送り・迎え、子が病気の時の対応をどうするか

男性従業員

▶ 配偶者のキャリアを理解し、分担の在り方を夫婦間で話し合う

第五章

育休取得者の体験談、 企業の取組事例

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



【40代、管理職、育休取得期間：1.5か月】**▶ 育児休業を取得しようと思った理由**

- ・妻の実家は遠方で、自分の実家は家業を行っており、実家にはサポートを頼めない。
⇒妻と相談し、2人で乗り切るしかないという話になり、育休取得を決意。

▶ 育児休業中の過ごし方

- ・基本的に掃除、洗濯、買い出し等、すべての家事を自分が実施。
- ・育児は、自分ができる授乳やオムツ替えを主に実施。
⇒育児を行うことで、**育児の大変さを実感**、また子どもが生まれてからの育休期間は**貴重な時間を過ごすことができた**。

**▶ 育児休業取得後の変化**

- ・**メリハリをつけて仕事に取り組む**ようになり、**仕事を効率的に行うことを心掛ける**ようになった。
- ・部下にも積極的に有給休暇を取得してもらいたいと思うようになり、声掛けするようになった。
- ・子どもを持つ同僚や部下など、他の人の大変さもわかるようになり、**部下のワーク・ライフ・バランスにも気遣うようになった**。

【30代、育休取得期間：1か月】

▶ 育児休業を取得しようと思った理由

・妊婦健診や両親学級に付き添い、**父親としての心構えや準備**をする中で、子育てに主体的に関わりたいという思いが育まれた。

⇒妻にとって心身の負担が大きく、子どもにとっても大切な産後1カ月で育休取得することを決意。



▶ 育児休業取得をどう切り出したか、その時の周囲の反応

・評価や昇進といった今後の仕事・キャリアへの影響に関する不安は少なからずあった。

・上司である部長や事業部長に、正直に不安や育休明けの働き方（**仕事と育児を両立したいという思い**）を相談。

⇒「限られた時間の中で工夫して、結果を出す人を評価しない訳がない。人として成長して戻ってくることを楽しみにしている」と後押しされた。

▶ 育児休業取得後の変化

・公私に渡り**無駄をなくす意識が高まり**、時間あたりの密度が濃厚になった。

・1日あたりの労働時間が同じでも、以前より**充実感を感じる**ようになった。

・限られた時間・環境の中で最大限の結果を出すことを常に意識し、**生産性は格段に向上した**。



【30代、育休取得期間：6か月】

▶ 育児休業を取得しようと思った理由

・元々子どもが好きだったこと、第1子出産時に育休を取得した共働きの妻に、「キャリアも大切にしたい」という想いがあり、「**1人目の時に私が育休を取ったから次はあなたの番**」と言われたため。

⇒2人目の妊娠を機に妻の気持ちを初めて知り、育休を意識



▶ 育児休業に向けた準備・育休での成長

・育休に向けた準備として、「妻が育休後に望む姿」を明確化

⇒「育児力」、「家事力」だけでなく、「**育児時間力**」、「**共感力**」、「**マネジメント力**」なども求められ、意識の違いを認識。育休中の目標がわかった。

・家事・育児の大変さをわかっていたつもりが、実際にはできていなかったことを実感。

⇒妻、親、ご近所さん、幼稚園の先生、職場の同僚などに**感謝の気持ちが深まり、感謝の輪が広がった。**

▶ 復職後の生活の変化

・育休前は「週末パパ」（家事・育児は週末のみ）だったのが「**平日パパ**」に変化（週5で料理、飲み会は月1回）。

・仕事面では、育休の経験で**生産性大幅Up、チームワークUp、仕事のしやすさUp！**

5-4 男性の育児休業取得推進 取組事例①

株式会社技研製作所（高知県、製造業、従業員数：453人）
【男性育休取得率：61.5%、平均取得日数：60.6日】

取組内容

▶ アンケートで課題を分析、給付金シミュレーションツールを構築

・全社員対象に「男性育休に関する知識・意識調査」を実施。

⇒率直な不安や要望を収集・分析した結果、**収入面の不安**が浮き彫りになった。

・アンケート結果では、育休中は給付金があることも認識がなかった。

⇒その制度と給与明細から簡単な操作で収入の変化が把握できるよう**給付金シミュレーションツールを作成**し、不安の解消を行った。

効果

▶ 男性従業員の育休取得率が向上

・0%（2008年度～2018年度）⇒ 61.5%（2020年度）

▶ 人材確保への好影響

・各種の取組が評価され、イクメン企業アワードを受賞するなどし、

当社の取組が広く周知されて、新卒採用の応募者数が増加（前年比13%増）



株式会社コーソル（東京都、情報通信業、従業員数：127人）

【男性育休取得率：50%、平均取得日数：16日】

取組内容

▶イクメン座談会、セミナー、面談等の実施

- ・育休を取得した男性（役職者含む）による座談会を実施し、その様子を社内報に公開。
- ・社内従業員向けに育休取得男性が登壇し、「取得までの流れ～ 制度説明等」を行う、**育休セミナーを実施。**
- ・従業員が育休取得経験者に直接相談できるよう、育休取得経験者をリストアップして社内公開。
- ・会社とのつながりを感じモチベーションを高め、キャリアビジョン創出を支援することを目的とし、**社長と年1回、人事担当と年1回、1対1で面談する「全社員面談」を実施。**

効果

▶男性従業員の育休取得率が向上

- ・16.7%（2015年度）⇒ 50%（2020年度）

▶両立できる風土の醸成

- ・座談会により男女とも仕事と育児を両立するイメージが持てるようになったり、育休取得経験者に気軽に相談でき、両立のための取組・工夫の情報共有が進み、両立のための雰囲気醸成された。



5-6 男性の育児休業取得促進 取組事例③

株式会社サカタ製作所（新潟県、製造業、従業員数：165人）
【男性育児休業取得率：100%、平均取得日数：154.7日】

取組内容

▶ 社長から社員にメッセージを発信、イクメンを称賛

- ・業績が落ちても構わない／育休を取得した社員・育休取得を推進した管理職の表彰を実施

▶ 業務の改善で取得を促進

- ・属人化解消につながるトレーニングの実施、業務の棚卸で無駄な作業をなくす

▶ 収入シミュレーションを実施して不安を解消

- ・育児休業給付金の受給額や、社会保険料が免除になることをシミュレーションを用いて説明、具体的な金額を明示



効果

▶ 男性従業員の育休取得率100%を継続達成

- ・2018年度以降、継続して男性育休取得率100%

▶ 男性従業員の平均育休取得日数の増加

- ・18.2日（2018年度）⇒ **154.7日**（2022年度）

▶ チームワークの向上

- ・育休取得者が「自分の希望を叶えてくれた上司や同僚への感謝の気持ち」を持つようになり、育休復帰者のモチベーション向上、職場のコミュニケーション・チームワークが向上

第六章

企業における 両親学級

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



両親学級の目的

自治体版両親学級：妊娠期や出産直後の育児に焦点をあて、主に出産直後の育児のコツ・ヒントを学ぶ場

企業版両親学級：仕事と家庭の両立に焦点をあて、以下に示すような**両立のための制度の内容・その活用方法や、配偶者との協力の大切さ**等を学ぶ場

仕事と家庭の両立のために

▶ 職場において

- ・自社の経営層の仕事と家庭の両立に関する思い・考えを伝える。
- ・自社の両立支援に関する制度を伝える。
- ・自社の職場環境を伝える。
- ・自社内の子育て中の同僚との交流を通じて、仕事と家庭で有用な情報交換を図り、ネットワーク作りの場を提供する。



▶ 家庭において

- ・子育てに必要な知識・スキルを伝える。
- ・配偶者とのコミュニケーションのコツ・ヒントを伝える。
- ・配偶者と仕事と家庭の両立について、真剣に話し合うきっかけ作りの場を提供する。
- ・自身および配偶者のキャリア継続のコツ・ヒントを伝える。



▶ 自社の育児関連制度の説明

- ・育児休業制度、育児目的休暇制度 等
- ・時短勤務制度、子の看護休暇制度 等

▶ 自社のワーク・ライフ・バランスに関する取組説明

- ・経営トップのメッセージ紹介・イクボス宣言
- ・テレワーク制度、（コアタイムのない）フレックスタイム制度 等

**▶ 男女ともに家事・育児に参画することの意義・メリット**

- ・（企業の観点）業務効率向上、コミュニケーション活性化、女性活躍推進につながる
- ・（個人の観点）夫婦どちらか一方の大きなキャリアロスの回避、家庭生活の円満、収入の確保

▶ 育休を取得した従業員の体験談紹介

- ・育休取得のきっかけ、育休前の業務の調整・引継ぎの仕方
- ・育休中の過ごし方、育休取得によるメリット 等

▶ 同僚や子を持つ従業員などとのネットワーク構築のためのグループワーク

- ・仕事と家庭の両立を実現するために行うべき取組についての議論
- ・育休中の過ごし方についての議論 等





メリット！

企業が両親学級を開催するメリット！

▶ 従業員が仕事と家庭を両立する・両立することを意識することにより

- ・限られた時間で業務を行えるよう、**業務効率化が推進**される！
- ・自分自身の仕事の見える化を行い、急遽、**業務から抜けた際にも滞りなく業務をまわせる！**
- ・**育児を理由とした離職が減る！** 優秀な女性従業員を確保し、**女性活躍推進にもつながる！**

▶ 自社のことをより知るきっかけに

- ・自社の育児休業に関する制度や両立支援制度を知るきっかけとなり、**育児を理由とした離職や業務効率低下を改善**できる！
- ・職場環境等を知るきっかけをつくる！

▶ 同僚とのネットワーク構築のきっかけに

- ・家庭、子どもの話をすることで、男女関係なくコミュニケーションが取れるようになり、**業務上の関係だけでは作れない良好な関係を構築！ 職場環境も改善！！**
- ・他部署の同僚との交流を通じて、育児に関する情報交換のみならず、仕事と家庭を両立するための情報交換を行うことにより、**横のつながりができる！**



メリット！

従業員が両親学級に参加するメリット！

▶夫婦で参加することにより

- ・お互いの**育児・家事の関わり方を考えるきっかけ**となる！
- ・パートナーとの**コミュニケーションの大切さを理解**できる！
- ・お互いの仕事環境に理解が深まり、妻（夫）の**復職がスムーズ**にできる！

▶仕事に対する考え方を見直すきっかけに

- ・自社の両立支援制度の内容や同僚の職場環境を知ることにより、自身のキャリア構築をどのように行えば良いかがわかり、**キャリアを継続**できる！
- ・育児中の同僚の話聞くことで、職場で活用できる**業務効率化のアイデアを共有**したり、**仕事と育児の両立のヒントを得る**ことができる！

▶育児のヒントも得るきっかけに

- ・育児中の同僚の話から、**育休中の育児のコツや、職場復帰してからの育児のコツも得る**ことができる！

▶キャリア継続で**収入確保**

- ・夫婦がともにキャリアを継続できれば、収入も安定

【株式会社京葉銀行】

- ・多様な人財の活躍（タイパーシティ）」と「仕事と家庭の両立（ワーク・ライフ・バランス）」を推進。
育児との両立において、育児休業制度や時短勤務トライアルなどにより、女性だけでなく男性の育児参加も後押し。
- ・仕事と家庭の両立のため、職場だけでなく家族の理解と協力が一層重要であると考え、
他社勤務のパートナーも参加できる夫婦参加型セミナー“Family Café”を実施。

<Family Caféの目的>

- ① 男性の子育てやパートナーとのコミュニケーションのコツなど、
- ② **仕事と家庭の両立へのヒントをつかむ。**
- ③ **自社の両立支援制度や職場環境等を知る**きっかけをつくる。
- ④ 先輩・後輩を含めた自社内の育児中の行員との交流を通じて、
仕事と家庭の両面での情報交換を図り、ネットワークづくりの場にする。
- ⑤ セミナーは**他社勤務のパートナーにも参加してもらえよう休日に開催。**
 - ・子どもは別室の託児室に預け、夫婦でじっくり話してもらう時間を設けている。



【味の素株式会社】

- ・2008年より“社員一人ひとり”が、働きがいを実感して能力を発揮し、会社と共に成長することを「働き方改革」と「ダイバーシティ推進」の両輪で推進。日数制限のないリモートワーク、コアタイム無しのフレックス制度、就業時間が16:30までなど、個人のキャリアをつなぎ（働き方の多様性）、活かす（キャリアの多様性）制度や仕組みを整備。
- ・仕事と生活の両立には、一番近い家庭内の協力が大きく影響することから、**従業員の配偶者（社外含む）も同席し**、育児・家事を夫婦や家族で協力することの重要性をお互いに実感し、話し合う機会を企業が提供し、性差なく働く環境づくりをサポートする「両立支援セミナー」を2015年より実施。

<仕事と生活の両立支援セミナーの目的>

- ① 「復職後、仕事と育児を両立できるか不安…（母親）」、「家事・育児に協力したいけど何をしてもいいかわからない…（父親）」といった**仕事と育児の両立や育児自体に関する不安を解消**する。
- ① 家庭での考え方を尊重しつつ、家庭という「チーム」でどのように仕事と生活をマネジメントするかをパートナーと一緒に考える機会を提供し**仕事と生活の両立の一助**となる。





ポイント！

中小企業が両親学級を開催するためのポイント

▶両親学級なんて大企業のはなし・・・ではない！

- ・中小企業にはできない、従業員数が少なく出産の機会が少ない、若い人がいないから必要ない・・・やらない理由、今すぐに必要ではない理由はあるものの、準備していかないと**取り残されるおそれが!?** また、育休については法改正により育児休業を取得しやすい雇用環境の整備（研修、相談窓口設置等）など新たな取組などが企業に義務づけられる。

対象者が少ない分、丁寧な対応も可能。

▶複数の企業が合同で実施

- ・個社での実施が難しければ、近隣企業や業界団体・地域の団体等が主催の**複数社合同で実施するという方法も。**

▶国・自治体の助成金等の制度を確認

- ・育休を取得しやすい職場づくりのための研修等を実施し、男性が育休を取得することで、国・自治体等から助成金が支給される場合あり。企業の負担軽減の**制度を調べて積極的に利用しましょう！**

▶取組実施もさることながら、企業が従業員のことを考えている姿勢を内外に示すことも重要

- ・従業員のワーク・ライフ・バランスに配慮した取組を進めること、こういったことを企業が考えていることを従業員や外部に示すことで、**従業員の満足度向上、定着率向上、人材確保などにつながる！**

ポイント！



「企業版両親学級開催マニュアル」をご活用ください！

イクメンプロジェクトでは、「企業版両親学級開催マニュアル」を作成・公表しています。ぜひマニュアルを参考に、両親学級の開催を検討してみてください。

マニュアル内容

- ① 企業版両親学級の意義・目的
- ② 企業版両親学級で伝えるべき大事なポイント
- ③ 企業版両親学級開催の手順
- ④ 資料編



ポイント！



「企業版両親学級オンラインセミナー」のアーカイブを公開しています！

2023年1月にイクメンプロジェクトが開催した「企業版両親学級オンラインセミナー」のアーカイブ動画を公開しています。両親学級の開催が難しい場合は、こちらの動画をご活用ください。



第七章

みんなで考えてみよう

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



仕事と育児の両立のためには、良好な職場環境が必要です

以下の事項について考え、自らの職場環境を改善するために、何ができるか、考えてみましょう！

▶ **今の職場の現状と問題点は？**

- 職場内（上司と部下、同僚同士）の**コミュニケーション**は取れていますか？
- **長時間労働、深夜残業が常態化**していませんか？
- 業務が**特定の人に偏って**いませんか？

▶ **職場の問題点をどうしたら改善できると思いますか？**

- **コミュニケーション**
例) 積極的にあいさつをする、職場内で朝礼等を行い一言話す、職場外でイベントを開催する
- **労働時間**
例) 業務の内容を定期的に報告し、従業員間で共有して相互にサポートする体制を構築する
- **業務の属人化**
例) 業務マニュアルを作成し、複数の人が業務を実施できる体制を整備する

▶今の職場の現状と問題点

▶職場の問題点の改善策

7-3 育児休業の取得について考えてみましょう①

あなたの所属する部署で、育児休業取得者が出ることになったとき・・・

以下の事項について考え、育児休業取得をきっかけとして、自らの職場や組織を良くするために何ができるか、考えてみましょう！

※育児休業取得者が、部署のリーダークラスだった場合／自分の同僚だった場合／後輩だった場合のそれぞれについて、考えてみましょう。

▶チームとして、どのような対応が必要でしょうか？

- 例) 各人の業務の状況を把握するため、コミュニケーションをしっかりと取る
 仕事を見える化（マニュアル化など）し、すべての人がすべての業務をできるようにする

▶あなた個人は、どのように対応しますか？

- 例) 業務の優先順位をつけ、業務を効率的に実施できるようにする
 同僚、後輩の業務上や個人的な悩み相談に乗る

▶会社・上司には、どのような対応をしてもらいたいですか？

- 例) 業務分担の割り振りの実施
 育休取得者の業務を担当する上で必要な能力開発（教育）の機会の設定・確保

ご確認ください

・本資料の利用について

本資料ご利用の際は、厚生労働省ホームページの利用規約をよく読んでからご利用ください。
<https://www.mhlw.go.jp/chosakuken/>



・イクメンプロジェクトについて

厚生労働省では、育児を積極的に行う男性「イクメン」を応援し、男性の仕事と育児の両立を推進するイクメンプロジェクトを実施しています。ホームページでは、取組事例集や体験談の掲載、各種イベントの紹介等を行っています。ぜひご覧ください。
<https://ikumen-project.mhlw.go.jp/>



・育児・介護休業法について

厚生労働省ホームページでは、育児・介護休業法について紹介しています。
<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000130583.html>

