



ALPS

FAMILY

>>> 家族

「育休」は、人生を豊かにする

私が育休をとった理由

私は、2018年に育休を約3ヶ月間取得しました。当時、妻が第一子の出産後で育休中でしたが、夫である私も育休に入りました。当時の私は、とある大学の附属小学校に勤務しており、朝早くから夜遅くまで仕事に打ち込む仕事人間でした。勤務校はいわゆる研究校で、研究熱心な教員が多かったため、これまで男性で育休を取得した人など一人もいませんでした。

そんな中で私が育休を取得しようと思ったのは、第一子の妊娠7ヶ月の妻が、切迫早産と診断されて入院したことがきっかけでした。切迫早産とは、早産となる危険性が高いと考えられる状態を言います。妻は早産を避けるため、しばらく入院して検査や治療をするようになったのです。

幸い大事には至らず、妻は数週間で退院できたのですが、入院中の妻を見ながら、私は子どもが生まれてからのことを真剣に

考えるようになりました。もし私が、これまで通り毎日帰りが遅くなる日々を送ってしまうと、妻にばかり子育ての負担がかかってしまう。それは、絶対によくない。

そこで私は、今よりも仕事量が少ない小学校に転勤できないか、当時の校長に相談しました。すると、校長から

「育休をとるという選択肢もありますよ」と提案されたのです。予想外の提案でしたが、私はその言葉をきっかけに、子どもが生まれた後の妻の負担を減らすべく、育休取得へと舵をきることにしました。

育休にむけた準備

職場では誰もとったことのない男性の育休に向けた準備は、入念に行いました。まず考えたのは育休期間の設定です。出産予定日は年度途中である年末だったのですが、私は育休を新年度の4月1日から1学期が終了するまでの約3ヶ月間に設定しました。



小学校教員
羽田 共一

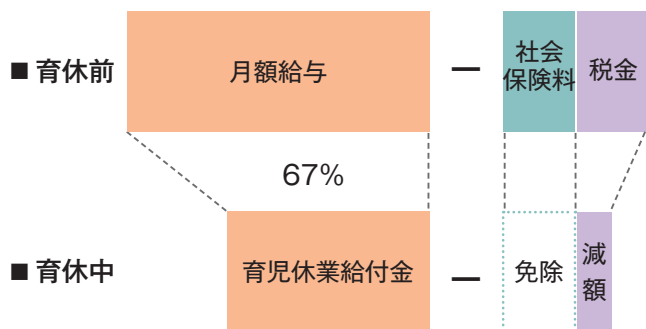
○
[はねだ・きょういち]1983年、兵庫県生まれ。広告会社の営業から小学校教員に転職。現在教員15年目。5歳の長女、3歳の長男の2児の父であり、2018年と2021年に育休を約3ヶ月間ずつ取得。著書に『男も育休って、あり?』(雷鳥社)がある。

出産直後からの育休も制度上は可能だったのですが、当時担任をしていた私は、年度の途中に休むわけにはいかないと考えていました。また、職員が育休に入ると、代員の教員が来てくれることになるのですが、研究校である本校に代員で勤務する人が見つかるかは保証できない状況でした。そのため、同僚への負担がなるべく大きくならないように、私は新年度となる4月からの育休に設定したのです。

この約3ヶ月間の育休に向けて、私は職場に対してできる限りの準備を行いました。特に意識したのは「十分な引き継ぎ」と「できる仕事の先回り」でした。3月に代員の先生が決まったため、私は育休中の授業内容について、進め方の資料と必要な準備物を可能な限り用意した上で引き継ぐようにしました。また、1学期中に提案の必要がある会議の資料も、できる範囲で先に作っておくことにしました。そうすることで、代員の先生や同僚への負担を減らせると思ったのです。



【図表1】育休中の収入のイメージ



育休をとっても、育休前の収入の80%~90%が保障される

育休中の収入はどうなる？

ちなみに、私が1学期間の育休をとることに対して、職場の反応は様々でした。前例がないこともあり、驚きの声が多く聞かれましたが、好意的に受け止めてくれる先生も多くいました。特に女性の先生は、多くの人が支持してくれました。一方で、私が育休をとることをよく思わない人がいたのも事実でした。子どもは健康だし、妻は育休中なのに、夫も育休をとるということについては、当時はまだ理解されにくいことだったのだと思います。

妻と共に育休をとるとなると、気になるのは育休中の収入です。当初私は、育休中

は無収入になるのではないかと考えていました。しかし、実際はそんなことはありませんでした。以下に、育休中の収入に関する制度を簡単に説明します。

- 育休中は基本的に職場から給料は出ない
 - その代わり雇用保険や共済組合などから育児休業給付金が支給される
 - 給付金の支給額は月額給与の67%（7ヶ月目以降は50%）
 - つまり、育休中は収入が減ります。ただし、単純に月額給与の67%になるかというと、そうではありません。育休中は
 - 社会保険料が免除される
 - 育児休業給付金には所得税がかからない
- といったメリットがあるため、実質的には月額給与の80%程度が保障されることになります【図表1】。
- また、育休中のボーナスについては、ボーナスの算定期間に勤務していれば、その期間に応じたボーナスが支給されるのが一般的です。私も育休中に職場からボーナスが支給されました。
- ちなみに、公務員の場合は育休をとっていても冬のボーナスが減りにくくなる算定方式がとられているため、金銭的ダメージは多少抑えられます。実際、私が約3ヶ月間の育休をとった年の年収は、実質的に9割程度が保障されました。
- 日本の育休に対する制度はとても充実しているため、金銭的な部分はかなりカバーされています。

育休中の主な1日の流れ

- 育休中は、私も妻も家にいるため、家事・育児を以下のように分業しました。
- 家事・育児を二等分して分担
 - 分担は1週間ごとに入れ替える
 - 授乳は妻しかできないため妻の担当
 - おむつ替えは基本的に私の担当
- ちなみに、この「分担を1週間ごとに入れ替える」という方法は
- 家事・育児の負担に偏りが無い
 - 困った時はお互いにサポートし合える
 - というよさがあり、おすすめです。
- 実際の育休中の主な1日の流れは、【図表2】に示すとおりです。この1日の流れの中に、おむつ交換や授乳といった娘の世話がイレギュラーに入ってくるのですが、娘は日中とにかくよく寝る子だったことや、妻と二人で育児を分担していたこともあって、私や妻が常に育児に追われるようなことはありませんでした。
- そのため、夫婦で決めた家事をしつかりしておけば、自由に過ごせるフリータイムの時間を十分に確保することができました。我が家では大半の家事を朝8時までに終わらせるようにしていたこともあり、朝の家事が終われば、そこからは余裕を持って1日を過ごせることが多かったです。
- フリータイムの時間は家族三人で外出することもあれば、どちらかが娘を見てお

家事当番Aと家事当番Bは1週間ごとに夫婦で交代

【図表2】育休中の主な1日の流れ

22:00	21:00	20:00	19:00	18:00	17:00	16:00	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00
就寝	夫婦でティータイム	娘の寝かしつけ（基本的には私の仕事。娘がなかなか眠らない時は妻が授乳しながら寝かしつける）	家族団らんの時間	夕飯の支度、夕食後は食器類の洗いもの（家事当番B）	お風呂の準備（私の仕事） 二人で連携して娘のお風呂と大人のお風呂を終わらせる	17時までフリータイム。 ただし、どちらかは娘をみる	夫婦でティータイム（30分程度）	15時までフリータイム。 ただし、どちらかは娘をみる	昼食の支度、昼食後は食器類の洗いもの（家事当番B）	昼食までフリータイム。 ただし、どちらかは娘をみる		家族でNHKの朝ドラを観る（このまでに朝の家事を終わらせるという目標になる）	寝室・リビング・トイレなどの掃除（家事当番A）	起床 洗濯が終わっている衣類の片づけ（家事当番A） 朝食の支度、朝食後は食器類の洗いもの（家事当番B）		



育休中に感じたこと

て、一人で買い物に出ることもできました。

育休中は妻と一緒に過ごす時間が増えます。そのため、妻との会話が必然的に増え、夫婦の関係がよくなっていました。

中でも、私が特によかったと感じたのは、妻と一緒にテレビドラマを観て話ができるということでした。普段は仕事が忙しく、私は家でテレビドラマを観ることがほとんどありません。しかし育休中は、子どもの昼寝中に妻と一緒にテレビドラマを観ることができました。同じドラマを一緒に観ると、夫婦の会話も弾みます。

「さっきのシーンおもしろかったね」

「次はどうなるのか楽しみだね」

昔、妻と映画を観に行った時のような気持ちを感じました。

また、育休中は私も妻も平日に動けるため、家族で外出がしやすくなりました。0歳の子どもを連れていても、人出の少ない平日であれば周りに迷惑をかける心配も抑えられます。我が家が育休中にできた外出は

● 家族でお花見

● 家族でランチ

● 家族で1泊2日の県外旅行

等です。0歳の子どもがいても、意外にできるものでした。家族で外出して特別な時間を過ごすことができたのも、育休をとったからこそだと感じました。

育休中に大変だったこと

育休中の育児で特に大変だったのは、娘の寝かしつけでした。赤ちゃんは日中とにかくよく寝ます。しかし、寝てくれないと全く目が離せません。ただ、寝かしつけは妻の方が圧倒的に有利です。妻には、伝家の宝刀「授乳」という必殺技があるからです。授乳すると、赤ちゃんはそのまま寝てしまうことが多いのです。

一方で、私は授乳ができません。我が家は基本的に母乳で育てる方針だったため、ミルクで寝かしつけるといった方法が使えたのは、少しの期間だけでした。そのため、私の場合は娘を1時間以上あやし続けなければ寝てくれないこともありました。そこで私は、なんとか娘を楽に寝かしつけようと様々な方法を模索しました。

その結果、娘に最も有効だったのが、ハイローチェアでした。ハイローチェアとは、椅子にもなれば簡易ベッドにもなるというもので、ベッドの状態にしている時は、ゆりかごのように揺らすことができるのです。娘は、このハイローチェアが好きでした。そのおかげで、機嫌が悪くてもハイローチェアで揺らされると、数分で寝てくれたのです。ハイローチェアは、育休中の私の一番の相棒となりました。

また、育児の中では娘をお風呂に入れることも大変なことのひとつでした。妻と二人



執筆者の本

『男も育休って、あり?』

羽田 共一 著

[雷鳥社、2021年8月、1,540円]



体制で対応できる時はいいのですが、一人で入れなければならぬ時は問題が多々ありました。まず、私が体を洗っている時に娘をどう待たせるかです。生後数ヶ月の娘からは、片時も目が離せません。とにかく自分の体を素早く洗い、すぐに娘を洗うようにしました。次に、お風呂を出した後です。体をふき、おむつをつけ、服を着せる。文字にすると簡単そうに感じますが、寝返りを覚えた娘は簡単に言うことを聞いてくれません。おむつをつけるのにも、一苦労でした。

この他にも、夜泣きの対応や外出先でぐずった時の対応など、大変なことは色々ありました。どれも次第に慣れていくとともに、対応の仕方が分かるようになりました。やはり育児は、慣れが大切なのだと実感しました。

育休後の自分の変化

私は職場復帰後、育休前と比べて大きく働き方が変わりました。育休をとるまでは「どんな仕事も完璧に仕上げるぞ」といったモチベーションで仕事をしていたため、残業や休日出勤をすることが多かったのですが、育休後は

「できることを、できる範囲でしょう」という考え方にシフトしました。

具体的には、

- 職場でしかできない仕事を優先して行い、完璧でなくても勤務時間内に終わらせる
- 終わらなかった仕事は、翌日の朝に仕上げるか、娘を寝かしつけてから家でする
- といった具合です。この働き方に変えたことで、仕事の質が高くなりました。不思議なもので、仕事にかける時間が短くなったにも関わらず、授業をした子どもやその保護者、一緒に働く同僚や管理職からの反応が、育休をとる前よりも格段によくなったのです。これは

● 仕事の仕方にメリハリがつく

● 効率的に仕事ができる

● 結果にこだわりすぎずに働ける

といったことがよい方向に働いたのだと思っています。現在では、退勤時刻が育休前に比べて格段に早くなり、休日出勤をすることはほぼなくなりました。

育休前の働き方では、時間的に絶対に不

可能だと思っていた

● 保育園の送り迎え

● 子どもをお風呂に入れる

といったことが可能になっています。これには自分自身も驚いています。

育休をふり返って思うこと

現在、第一子である娘は5歳になり、2020年に生まれた第二子の息子は3歳になりました。私も妻もフルタイムで働き、毎日の保育園の送り迎えを分担しながら慌ただしく過ごしています。家事はある程度分担を決めながらも、できる時にできる方が動くような形で行っています。

当たり前のことかもしれませんが、今の私は家事や育児を自分事として捉えて生活しています。ただ、これは育休をとっていたからこそ持てた意識だと思っています。仕事人間だった私は、育休をきっかけに変わりました。そして先述したように、仕事面においても成長できたのです。

ちなみに私は、息子が生まれた時にも約3ヶ月間の育休をとりました。二度目の育休はコロナ禍でもあり、息子だけでなく娘(当時2歳)も家にいたため、かなりバタバタしましたが、ここでの育休も、私を大きく成長させてくれました。

二度の育休という経験は、私の宝です。育休が、私の人生を豊かにしてくれたことは間違いないと思っています。