

男性育児休業 取得者本人&配偶者インタビュー

首都圏支店直販営業課 柳 裕嗣 係長

育休を取得したきっかけ



～会社の取り組みが後押しに～

待望の第一子であり、「育児に積極的にかかわりたい」と元々考えていました。そのうえで、会社が育休に対して前向きに取り組んでいたことが決め手となりました。

育休取得前に準備したこと

～事前の準備を念入りにしたことで、休業中は育児に集中できた～

柳係長の育休取得前スケジュール

妊娠報告
(取得6か月前)

● 妻の妊娠報告・育休取得の希望を上司（課長）に伝える



取得3か月前

● 所属長（部長）に育休取得の相談
順次、取引先対応や社内業務の確認
引き継ぎ内容の整理



取得1か月前

● 引き継ぎ内容をまとめ、チーム全員でフォローの体制を確認
取引先に漏れなく連絡を行い、期間中の対応者を周知



育休開始

● 子どもが生まれて約1か月後に育休を取得（14日間）

育休を取得して大変だったこと

～なんといっても夜間の頻回授乳への対応～

負担軽減のために、妻と順番を決めて交代しながら対応するなど工夫はしましたが、**妻も私も慢性的な寝不足で本当に肉体的にも精神的にもきつかった**です。

しかし、**息子が生後間もない時に触れ合う時間をつくれたこと、妻を支えられたこと**は人生の中で貴重な期間となりました。

これから育休を取得される方へ

～家族との絆を深められる育休を取得して本当によかった～

今振り返れば、夜中に行ったおむつ替えやミルクの温度調整・初めての沐浴やへその緒が取れた瞬間など**何物にも代えがたい経験をすることができました。**

このような機会は人生の中で今しかありません。

家族との絆を深められる育休を取得して本当によかったと私は考えています。

配偶者に聞く！ 夫が育休を取得してどうでしたか？

夫が育休を取得して良かったこと

～夫が精神的な支えに！～

実家に里帰りして息子を出産しました。

生後1か月目で、実家から自宅での

生活に変わること正直不安も

ありましたが、この機会に夫と一緒に

考えながら乗り越えることができました。

**夫が育休を取得し、精神的な支え
となってくれたことが一番良かった
と感じています。**



育休中、夫がやってくれて助かったこと

～夜間の頻回授乳は本当に助かりました～

寝不足でまとまって寝られない時期でしたが、夫のおかげで睡眠時間が

確保できました。また、夫がお風呂、着替え、おむつ替えなどひととおり

全てできるようになったことで、育児の負担が減りました。

**半年を過ぎた今も、抱っこやお風呂など積極的に育児に関わってくれていて
息子もパパが大好きです。**