

Pick up!

## 輝く男性の家事・子育て体験記

～ 仕事の事は忘れて育児に専念 ～

社会医療法人 明和会医療福祉センター  
ウェルフェア北園渡辺病院  
理学療法士 森田拓久 さん

●ウェルフェア北園渡辺病院で働く森田さんに、育児休業制度を活用（以下：育休）された経緯やその後の家庭・職場での変化などについてお話をお聞きしました。

Q. 育休を取るきっかけは何でしたか？またどれくらいの期間取得されましたか？

多くの先輩（男性）が育休の経験があり、普段の会話の中から「育休を取ってみたら」との薦めもあり取得しようと思いました。また、女性の育休取得率は100%で誰もが育休を取りやすい環境でもありました。第1子は産後1か月から、第2子は産後まもなくしてから、それぞれ1か月間取得しました。

Q. 特に第1子の出産では不安になることはありませんでしたか？

夫婦ともに出産についての知識がありませんでしたので、夫婦二人で産婦人科の「パパママ教室」に行き出産前から勉強をしていました。また、出産・育児についてインターネットで情報を得るなどして勉強していました。

Q. 育休中はどのようなことをしていましたか？

奥さんは子ども中心の生活になりますし、出産してそんなに動くことができませんでしたから、育休中は基本的に食事を作っていました。料理はあまり得意ではありませんが、学生時代に一人暮らしをしており自炊をしていたのでバリエーションは少ないですけど調理していました。

Q. 育休中大変だったことはありますか？

家事をすることは特に苦にはなりません。逆に、家族で一緒に過ごす時間がゆっくり取れた分、夫婦でお互いのことや子どものことについて話をする機会が増え、とても充実した時間を過ごすことができました。

Q. 育休を取得する際に職場の皆さんは、どのような反応をされましたか？

皆さんから「頑張って」「ゆっくりと育児を楽しんでね」と言っていただきました。男性職員も育休を取るような雰囲気は自然とできています。つい最近も、男性職員が育休を取得されるという話があったところです。

**Q. 育休中、仕事のことはどのように考えていましたか？**

患者さんへの対応は基本複数の職員で担当していますが、1カ月という短期間でも体や体調が変化する場合があります、私がリハビリを担当している患者さんの容態が気になることは時々ありました。あと、育休に入る前に職員に伝え忘れがなかったかを考えることもありましたが、職場から業務についての連絡はありませんでしたので安心して育休期間を過ごすことができました。



**Q. 現在、普段の家事・育児はどのように行われていますか？**

仕事から帰宅すると、食事の準備は奥さんがしてくれているので、食事の後片付け・皿洗い・洗濯などを手伝っています。あとは、下の子どもの寝かしつけをしています。奥さんは、特に二人目の育児が始まってからは「自分の事は子どもが寝てから」と後回しになっています。また、2～3時間おきに授乳があるので睡眠不足になっています。先日、「夜中に子どもがぐっすり寝てくれたおかげで、いっぱい寝れた」と初めて喜んでいました。以前は、食事の準備や片付けなどはほとんど奥さんに任せていたところもありましたが、奥さんの大変さがわかり「もう少し家事を手伝ったほうが楽になるだろうな」と思うようになり、家事をする機会は以前より増えています。

**Q. 育休を終えて心残りはありますか？**

今思うと、もう少し長く休みを取っていたら、もっと手伝えることがあったかなと思います。また、育休制度で生活保障面がもっと充実されれば、より安心して子育てができる環境になるのではないかと感じました。

**Q. これから育休を取ろうとされる方へメッセージをお願いします。**

初めての出産では、自分もそうですが一番不安を感じているのが奥さんです。1人目の出産と2人目の出産では違うところもあるかもしれませんが、しっかりと奥さんを支えてほしいと思います。

また、初めて出産を経験される方については、わからないことが多くあると思うので、周りにいる先輩に育児や家事の仕方について色々話を聞いて勉強しておいたほうが良いと思います。あとは仕事の事は忘れて、ゆっくり育児に専念して子育てを楽しんでほしいです。

