



○27日間取得
○従業員数101～300人

出生後いつ頃取得しましたか？

生後約1カ月頃に取得しました。

どのくらいの期間取得しましたか？

1カ月程度です。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

初めての子育てで妻一人では夫婦ともに不安があったため検討しました。

取得前に準備したことを教えてください。

会社での業務の整理と引継ぎを準備しました。

育休中はどのように過ごしましたか？

家事と赤ちゃんのお世話どちらも分担しながら、協力して行いました。買い物などの外出は、どちらかが赤ちゃんを留守番している間に、もう一人が行っていました。

育休を取ったからこそできたことを教えてください。

赤ちゃんにつきっきりで息抜きができていなかった妻にリフレッシュしてもらう時間ができました。私も一人で赤ちゃんのお世話をする大変さを知ることができました。

育休中大変だったことを教えてください。

子ども中心の生活になり、就寝時間や食事のタイミングも不規則になったので、自身の体調管理が大変でした。

職場復帰してみてどう感じましたか？

職場で周囲の育児への理解があることがわかって、以前よりも相談しやすくなりました。また、帰宅後も家事や育児に積極的に取り組んでいます。

全般を通して、これから育休取得を検討している男性に一言お願いします。

育休取得は今後一緒に子育てを行う妻の苦労を理解するだけでなく、復帰後のワークライフバランスを考える良い機会になると思います。ぜひ検討してみてください。

事業主から自社の男性育休取得の取組に関して一言お願いします。

家族全員で育児をすることが重要であると考えています。特に出産して間もない時期に触れ合うことで、育児への参加意識、関わることの大切さを感じることができるのではと思います。

特に父親(男性)にとっては貴重な体験となり、その後のかわり方が違ってくると思っています。

社員がワークライフバランスについて考えるきっかけにもなりますが、会社も業務共有や効率化に繋がるので、社員会社ともに大事なことであると感じました。



○39日間取得
○従業員数50～100人

出生後いつ頃取得しましたか？

生後から5日後です。(退院日)

どのくらいの期間取得しましたか？

1カ月程度です。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

妻と相談し、産後の負担を減らすためです。

取得前に準備したことを教えてください。

会社での業務の引継ぎや事前の仕様打ち合わせ等を行いました。

育休中はどのように過ごしましたか？

- ・家事(料理、皿洗い、掃除、買い物等)
- ・育児(授乳、オムツ換え、寝かしつけ、風呂等)
- ・上の子の保育園の送迎

育休を取ったからこそできたことを教えてください。

子どもの日々の成長を近くで感じることができました。また、妻と話し合う時間や上の子と遊ぶ時間を確保できました。

育休中大変だったことを教えてください。

慣れないことばかりですべて大変だったが、特に夜間の授乳と寝かしつけが大変でした。
寝ないときは3時間以上泣きっぱなし、、、などです。

職場復帰してみてどう感じましたか？

周りの方がサポートしてくれていたおかげで、思っていた以上にすんなり復帰することができました。
その一方で、やはり仕事を始めると子どもとの時間の確保が難しいと感じました。

全般を通して、これから育休取得を検討している男性に一言お願いします。

仕事は周りがサポートしてくれるので、心配しなくても大丈夫！！
家族のためにも、自分自身のためにも、ぜひ取得することをおすすめします。

事業主から自社の男性育休取得の取組に関して一言お願いします。

当社は、育児休業に関する、制度や給付についての周知を行うとともに、相談窓口を設けています。
育児休業を理由とする不利益な取り扱いの防止、ハラスメントの防止などの措置を講じ、男性社員にも育児休業を取得しやすい雇用環境の整備に努めます。

男女とも安心して、仕事と育児を両立できるように支援を行います。



〇52日間取得 〇従業員数101～300人

出生後いつ頃取得しましたか？

子どもが生まれて3週間後から取得しました。

どのくらいの期間取得しましたか？

約1か月半取得しました。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

子どもの出生から数週間、成長の早さに驚くとともに、成長を直に見守りたいとの思いが強くなり、育休の取得を希望しました。

取得前に準備したことを教えてください。

育休前はチームで仕事をしていたので、残されるチームメンバーへの負担を減らすために、引継ぎに関する資料作成に尽力しました。

育休中はどのように過ごしましたか？

家事と育児を分担しながら、協力して行っていました。私は独身時代から料理をすることが多く、妻も喜んで食べてくれました。ただ、子どものミルクについては当然初めての経験でしたので、温度や濃さなど、最初は気をつけて作っていました。

育休を取ったからこそできたことを教えてください。

初めての育児で妻も私もお互い不安が多かったですが、一緒に育児ができて嬉しかったです。

育休中大変だったことを教えてください。

育休そのものが想像以上に大変でした。特に最初の数力月は子どもの生活リズムが不規則で、十分に睡眠をとれない日々が続き、体力的にきつと感じました。

職場復帰してみてどう感じましたか？

妻と子どもと24時間一緒に過ごせる喜びを感じられたことと、家事と育児の両方を担う大変さを実感でき、充実した日々が過ごせました。

全般を通して、これから育休取得を検討している男性に一言お願いします。

仕事と育児の両立は難しいと感じ、改めて育休が取得できる環境に感謝しています。

今後も育休を希望する方が増えるように、取得しやすい雰囲気づくりに貢献していきたいと思います。

事業主から自社の男性育休取得の取組に関して一言お願いします。

当社では、男性社員が積極的に育児休業を取得できる環境づくりに力を入れています。

男性の育休取得は、育児における家族の役割分担をより公平にするだけでなく、社員一人ひとりが家庭と仕事を両立できる職場文化を育む重要なステップだと考えています。

社員がライフイベントを大切にしながらキャリアを築ける環境づくりを、今後も推進していきます。



○50日間取得 ○従業員数10人以下

出生後いつ頃取得しましたか？

予定日が令和6年11月17日だったのでその日から取得しました。生まれたのは予定日より遅い11月26日。でも、おかげで入院から出産のその時までしっかり付き添うことができました。

どのくらいの期間取得しましたか？

令和6年11月17日から令和7年1月5日まで。本当は3カ月くらい取得したかったけれど、職場に迷惑をかけたくなかったので、2か月弱に留めました。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

男性の友人で育児休業を取った人がいて、絶対に取得した方がいいと勧められたことです。取得してみないと育児の本当の大変さはわからないと言われ、妻の妊娠が分かった時から、取得したいと思っていました。

取得前に準備したことを教えてください。

出産前に、産婦人科での沐浴指導などには参加しました。でも人形で体験するのと、実際の柔らかいわが子を沐浴させるのは全然違いました。また、育児グッズも妻と一緒に見に行き、購入しました。

育児中はどのように過ごしましたか？

夜中に頻繁に泣くので、とにかく寝不足になりました。そのため早起きができませんでした。妻が世話にかかりきりの時は、洗濯や掃除、料理を引き受けました。母乳のことも考えてサラダはよく作りました。

育児を取ったからこそできたことを教えてください。

夜中に泣いたときは、私がミルクを飲ませる担当でした。きっと日中に勤務していたら、疲れていることを理由に妻に任せきりになっていたと思います。夜間授乳の大変さを、身をもって知ることができました。

育児中大変だったことを教えてください。

妻が授乳すると子どもはすんなり眠ります。私がミルクをあげたときとは違う、母親から得られる絶対的な安心感があるということがよくわかりました。ただ、私の奮闘する姿に、妻から感謝の言葉をもらったときに育児を取ってよかったなと思いました。

職場復帰してみてどう感じましたか？

育児休業中に、業務をカバーしてくれた職場の皆さんに感謝です。生活のリズムを取り戻すには少し時間がかかりましたが、自分の復帰を待っていていた人たちに会えたことも嬉しく、また頑張っていこうと思いました。

全般を通して、これから育児取得を検討している男性に一言お願いします。

ぜひ取得してほしいです。育児の大変さを目の当たりにすることで、夫不在の間の妻の大変さを察することができます。ねぎらい、いたわり合う関係でいることができます。家事などの後方支援でもいい、できることを担いながら、一緒に育児をしていきましょう。

事業主から自社の男性育児取得の取組に関して一言お願いします。

弊社では、性別を問わず育児と仕事を両立できる環境づくりを推進しています。特に、男性の育児休業取得は、家族の時間を大切にするだけでなく、職場における理解と協力の輪を広げる大切な機会と考えています。これからも柔軟な働き方を支援し、社員が安心して家庭と仕事の両立を図れるよう努めてまいります。



○35日間取得 ○従業員数51～100人

出生後いつ頃取得しましたか？

出産予定日から1週間後を想定して取得しました。実際の出産日と予定日が1日しかずれなかったのも、妻と娘の退院に合わせて育休を取得できました。

どのくらいの期間取得しましたか？

1か月と3週間取得しました。
期間については、上司と相談させていただき調整しました。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

妊娠がわかった段階で夫婦で相談し、2人で娘を育てたいと考えたためです。
また、妻の希望もあり、里帰りはしませんでした。

取得前に準備したことを教えてください。

第一子のため、生まれてくるまでにベビー用品（ベビーカー・抱っこ紐・チャイルドシート・哺乳瓶・おむつ等）を一式準備しました。
また、出産前に家の引っ越しを行いました。

育休中はどのように過ごしましたか？

妻と娘の退院後1か月は外出できないため、おむつ交換やミルクの準備・授乳、抱っこに奔走しました。1か月過ぎた後は、3人で外出して外に慣れさせました。

●育休を取ったからこそできたことを教えてください。

夫婦2人で密に相談しながら育児が行えたので、認識のズレによるストレスがほとんどなくなったと思います。
特に外ではおむつ交換や授乳ができる場所が限られているので、行きやすい施設をピックアップしてトライしてみました。
育児でわからないことやコツを夫婦や両親に共有できたので家族全体のチームワークが向上したと思います。

育休中大変だったことを教えてください。

なぜ泣いているかが分からなかったことや、私が料理が不得手であったので夫婦2人の3食の準備が大変でした。

職場復帰してみてどう感じましたか？

復帰前と変わらず接して下さったのが嬉しかったです。
帰宅後も入浴・授乳・洗濯等があるので大変ですが、仕事のモチベーションアップにつながると感じました。

全般を通して、これから育休取得を検討している男性に一言お願いします。

妻や子と過ごせる一生に一度の大切な時期ですので、ぜひとも取得しましょう。

事業主から自社の男性育休取得の取組に関して一言お願いします。

育休取得は従業員の権利であり、そこに男女の別はありません。なぜ、我が社が男性育休への取り組みを積極的に行うのか。採用難への対策のため、より求職者にとって喫緊の課題であります。従業員の職場定着率向上のため、男性育休を会社が推進する姿勢を見せることによって、働きやすい職場環境づくりを行う必要があります。

男性の育児休業に取り組むことで、職務分掌の見直しや属人化の排除につながり、会社の生産性向上に役立てることであります。

男性育休の促進のため、男性育休を会社として促進することをトップメッセージとして発信して、男性育休についての啓発・啓蒙の機会を設けます。男性育休取得のための社内手続きのフローを可視化します。業務の洗い出しを行い、業務の整理・引継ぎを行います。育休期間中の情報提供体制を整えます。

男性育休を取得できる組織で、従業員も企業も成長していきたいと思っています。



○46日間取得 ○従業員数51～100人

出生後いつ頃取得しましたか？

次女が誕生し、里帰りから戻ってくる8月11日から取得しました。

育休中大変だったことを教えてください。

2人目なので経験や慣れなどもあったのか、意外と手がかからない気がします。ただこの夏は暑かったので、空調管理が大変でした。

どのくらいの期間取得しましたか？

約1か月半です。

職場復帰してみてどう感じましたか？

復帰しての週は体も慣れていないので時間配分が難しく疲れもありますが、業務は他部署からのサポートもあり、スムーズに復帰できました。

取得すると決めたきっかけを教えてください。

2人目の出産だったことと、社内で男性育休取得者増加に伴い、取得しやすい環境だったからです。

全般を通して、これから育休取得を検討している男性に一言お願いします。

取得することで、普段できない体験もできると思いますし、家族の時間を見つ直すきっかけにもなりました。貴重な家族との時間を大切にしてほしいと思います。

取得前に準備したことを教えてください。

長女も一緒に里帰りしており、育休取得前は1人で生活していたので、家の片づけ、育児で使用するものの準備などを行いました。

事業主から自社の男性育休取得の取組に関して一言お願いします。

今回は、育児休暇の取組に手を挙げてくれてありがとうございました。コメントにある「育児休暇を取得しやすい環境」と感じていることにうれしく思いました。

育休中はどのように過ごしましたか？

長女を園に送り、嫁・次女の3人で過ごしていました。長女のときを思い出しながら、ミルクや沐浴などをしました。

さて、長いようであつという間だったと思いますが、育児休暇の間の時間はいかがでしたか？今年には特に暑い日が続きましたので、お子さんの育児環境管理は気を遣ったことと思います。引き続き、育児休暇の取得に力を入れていきますので、育児休暇を取得した先輩として、1人目のケース、2人目以降など、これから取得を考えているスタッフにアドバイスをしてあげてください。

育休を取ったからこそできたことを教えてください。

日中の時間は散歩に出かけてゆっくり過ごすこともできた。また、次女の検診や病院などにも一緒に行くことができました。

子育ては1か月で終わるわけではなく、これからも続きますよね。奥様に感謝して、また、今回の育児休暇を良い機会と考えて、お仕事も家庭も皆さんが幸せに過ごせるよう頑張ってください。私も精一杯応援します。