

プリエールQ

特別号

2014

仕事も大事

家族も大事

自分も大事

*プリエールとは男女共同参画センターの愛称です。
フランス語で願い・祈りの意味を
持ち公募によって決まりました。

あなたの 笑顔が 家族に 仕事に 地域に つながる！ 広がる！

もっとパパを
楽しもう！



パパヂカラ



ワーク・ライフ・バランス
仕事も家族の時間も自分の時間も充実！

contents ★ ★

パパヂカラ

男性の家事参加メリット

特集「イクメン&イクボス」インタビュー

パパの応援サイト

パパのライフステージ

あなたは「パパチカラ」をどこで発揮していますか

近年、家事・育児に積極的に参加する男性が増えています。男性の家事・育児参加は家庭や会社あるいは社会全体に様々なメリットがあるといわれています。(3ページ参照)そこで仕事と仕事以外の生活の両方を充実させる生き方、ワーク・ライフ・バランスに取り組む企業が増えてきました。これは人材確保・定着のための経営戦略と捉える企業が多くなってきたからです。

男性が仕事でも家庭でも地域社会でもその他のあらゆる分野で自身の力を発揮していける社会でありたいものです。

★イクボス

職場で共に働く部下、スタッフの仕事と家庭の両立を考え、その人のキャリアと人生を応援しながら、組織の業績も結果を出しつつ、自らも仕事と私生活を楽しむことができる上司(男女)のこと。
(NPO法人ファザーリング・ジャパンHPから)

イクボス

仕事
職場

☆イクメン

育児を楽しみ自分自身も成長する男性のこと
(NPO法人ファザーリング・ジャパンHPから)



地域
活動

家族
家庭

仕事も大事

家族も大事

自分も大事

パパ友



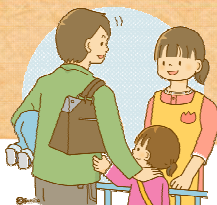
保育園
学校
病院など

積極的にパパ友を作ろう!

様々な子育ての不安や悩みを持つのはパパも同じ。父親同士の情報交換や相談など、話をしたり、共感したりすることで少しでも軽くしていきましょう。



もっとパパを楽しもう。



男性の家事・育児参加は こんなメリットがあります

* 父親のワーク・ライフ・バランス～応援します！仕事と子育て両立パパ～【平成24年度厚生労働省委託事業】(平成24年10月発行)＜参考＞

子どもにとって

- 子どもは、パパとママの愛情を受けて健やかに育つことができる
- パパとママの良い関係は、親と子どもの良い関係が築かれるベースになる

ママにとって

- ママが一人で育児のストレスを抱え込むことがなくなる
- ママに偏る家事・育児負担を解消することができ、ママに余裕ができる
- ママに余裕ができれば、夫婦関係ももっとよくなる
- ママも仕事を続けやすくなる

あなた自身の生活や人生にとって

- 子育てを通じて、自分の住む地域に友達やネットワークができる
- 自分の住む地域での活動範囲が広がり、自分自身の拠り所が増える

企業人としてのあなたにとって

- 時間意識が高まり、仕事の生産性が向上する
- 休暇取得などに備えて、チーム内での情報の共有化や、仕事の可視化などに気を配るようになる
- 職場のメンバーの理解や支援を得るために、チームワーク、相互支援に対する意識が高まる
- 子育てを通じて視野が広がり、新たなアイデアや企画力が磨かれる
- 計算通りにいかない子育ての経験を通じて、状況判断力、瞬発力、危機管理能力が向上する

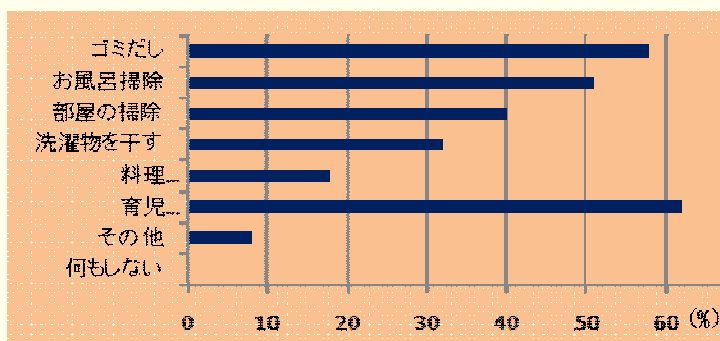


「家事場のパパチカラ」アンケート集計結果

2014松江市健康福祉フェスティバルにおいて男女共同参画啓発のパネル展示やお父さんに向けての「家事場のパパチカラ」アンケートを実施しました。

✓60人のお父さんに聞きました。

Q.あなたはどんな家事や育児などをしていますか？(複数回答可)



ーパパの声ー

- ★帰りが遅いので妻に任せきりです。
- ★毎日は仕事が忙しく週1回、2回しかできません。
- ★料理は苦手。
- ★妻も働いているので当たり前だと思ってしています。



ーママの声ー

♡最初はハラハラしたけど今では私より料理上手。おまかせしています。

♡協力してくれるのでいつも感謝しています。

♡夫がアンケートに答えている姿に、自分なりに協力してくれようとしてたんだと解り感激しました。今日は来てよかった。

♡仕事を理由にたまにしかしてくれない。もっと育児などに協力してくれたらと思います。

❖当日は、20～30歳代の子育て期のパパが多く見られ、週に数回程度、育児やゴミ出し、お風呂掃除等されているようです。帰宅時間が遅く関わりたくても出来ない現状がありますが、すこしでもお互い協力しあい「大切な家族時間」が増えれば、笑顔溢れる暮らしができ、さらに自然と職場も明るくなり、仕事もスムーズに運ぶことでしょう。





パパ大好き♡

「イクメン」

亀山俊介さん 36才
法人本部事務局 経営企画室 係長
長女…8才
長男…5才
次女…1才6ヶ月



*父の日プレゼント



*パパの似顔絵

育児休暇を取得 されていたかがでし たか？

3人目が生まれると
きに2日間育児休暇
をいただき、2人の
子どもと過ごしまし
た。いつもなら仕事で
いないパパが家にいる
ということ、子ども
たちはとても喜んでく
れました。育児のため
に休暇が取れるので、
妻が休めなくても私に



任せられるので安心で
きるようです。

育児休暇が有給で
取得できるようになっ
たり、上司がワークラ
イフバランスの充実を
応援してくれたり、と
安心して休める環境に
感謝しています。

家では主に、ゴミ
だしや子どもをお風呂
に入れたりしていま
す。また、休日には、
子どもと仕掛けを作っ
て魚や虫を捕まえて遊
んでいます。自然の中
で遊ぶことも子育てを
するうえで大切な時間
だと感じました。

★亀山さんの パパチカラ★

子どもと遊ぶチカ
ラ：夜寝る前はトラン
プなどのカードゲーム
やバランスゲームなど
で遊び、休みの日は自
然の中を駆け巡って遊
びます。五感を使った
運動遊びで子どもの丈
夫な体と豊かな感性を
育みたいのです。

「イクボス」青戸了さん

※職場の環境は大切だと思
います。家族のために休み
を取得しようと思っても、
周囲から圧力を感じたり、
応援されていないと感じた
りすると、休みづらくなる
と思います。休むことで仕
事に対する不安もあるの
で、その不安を取り除くよ
うなサポートも必要だと思
います。



「イクボス」青戸了さん(右側)
法人本部事務局
障がい者支援施設 しののめ寮 局長・施設長

一妻からのことばー

夫が休んでくれたことで、生まれたばかりの子どもだけでなく、私もゆったりとした気持ちで育児ができたと思います。「協力してくれる」という安心感は子育てする私にとって、心のゆとりになっています。

忙しい中、仕事を休んでくれた夫と育児休暇取得を助めていただいた会社、職場のみなさまに感謝しています。



【法人概要】

社会福祉法人 島根ライトハウス 所在地：松江市宍道町西来待2074-1
理事長：佐藤充男 設立：1959年3月26日 従業員数：258名(内女性169名)

【両立支援制度】

育児休業制度(2日間) 育児休暇(一部有給化) 扶養手当支給額の引き上げ、
所定外労働の制限(小学校就学前まで) こどもの参観日など

くるみんマーク取得

* 少子化対策として出産・育児支援など子育て支援に積極的に取り組む企業への認定マーク(厚生労働省)





イクメン&イクボスインタビュー 株式会社テクノプロジェクト

どのような制度を

利用されますか？

学校の参観日や病院の送迎など、30分単位で取れるファミリーサポート休暇を利用します。参観日など積極的に自分が参加するので、妻からは逆に仕事してと言われます。

（笑）

子どもにはいろんな経験をさせたいので、休みの日は一緒に出かけてキャンプに行くこともありま。経験を積むことや体を動かして鍛えることはなるべく積極的にさせた

☆久保田さんの

パパチカラ☆

子どもを見守るチカラ：家の手伝いはあえて子どもたちにさせています。自分がやったほうが早かったり、手助けしたくなりますが、そこは子どもを信頼し見守ると決めています。見守るって意外と大変です。

いなと思っています。何よりも、子どもの成長を見る機会を増やすことは、自分にとっても大切な時間となっています。

☆久保田さんの

パパ友☆

子どもがサッカーをしているので、その関係で知り合ったお父さん同士で付き合いをしています。飲みに行ったり、一緒にフットサルの練習をしたりと子どもを通じて交友関係が広がりました。



↑「イクボス」
医療システム部 部長
高橋 寛さん

「イクメン」
医療システム部 主任
久保田 淳也 さん
39才
長男…13才
次男… 9才



自分のライフスタイルに合わせて ワークライフバランスを充実！

どのようにサポートされていますか？

※部下をサポートするというより、私自身も育児経験もありますし、社内でも既婚者が多いのでお互い様と考えています。子どもの急な熱などよくあることですし、そのことで遅刻や早退などは仕方ないと思います。メールでもいいので、ひと言連絡があれば問題ないですし、本人が責任を

持って仕事をしているので、休みや時間短縮出勤などが必要なときは仕事に支障がないように調整しています。ファミリーサポート休暇は小刻みに休みが取れるので取りやすく、自分のライフスタイルに合った勤務もできるのがワークライフバランスを充実させることができます。

【会社・概要】

株式会社テクノプロジェクト 所在地：松江市学園南2丁目10-14タイムプラザビル
代表取締役社長：吉岡 宏 設立：1984年3月1日
従業員数：192名(内女性47名)

【両立支援制度】

ファミリーサポート休暇5日間（30分単位で取得可）子ども参観日等



「ありがとう」の一言で頑張れる



出産後の妻は体もしんどい時期なのでなるべく負担をかけないように二ヶ月の育児休暇を利用しました。家事をした二人の子どもが寂しくないように遊んだりしました。妻の妊娠が分かった時、育児の調整や他の先生方へ協力をお願いをするなど準備を進めました。すでに育児休暇を取得していた同僚がいたので相談しやすく、いろいろ話も聞けて参考になりました。他の先生方も協力的でしたからとても助かりました。

家事は、一人暮らしの時にしていました。自分のことだけするのと家族のことをするのは量も内容も変わってくるので主婦（主夫）業の大変さを実感しました。特に食事



「イクメン」
原 文貴さん

*教育学部 准教授
38才
長女…7才 長男…5才
次女…6ヶ月

は、何でもよかった一人の時間とは違い、子どもに食べさせないといけないので苦労しました。なので、メニューは妻と相談しながら作りしました。

夜は子どもを八時や九時に寝かしつけると私も一緒に寝てしまうので、朝は四時に目が覚めてしまいます。洗濯や朝食の準備をして子どもを学校や幼稚園に送り出すと掃除やお昼・夜の食事の準備があり、子どもが帰ると遊んでご飯やお風呂を済ませ……妻の苦労もですが、私の母もこのように育ててくれたかと思うとすごいと言います。本当に感謝しています。

★原さんのパパチャラ★

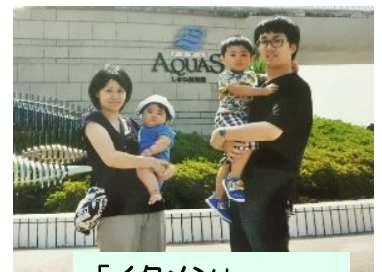
子どものためなら悪者にもなれるチャカラ：我が家では『悪者ごっこ』が流行っていて、私はいつも悪者になってやつつけられる役をしています。二人でかかってくるうえに加減を知らないの、結構つらいです笑

【大学・概要】

国立大学法人島根大学 所在地：松江市西川津町1060 学長 小林祥泰(こばやし しょうたい)
設立：1949年 教職員数：1920名(内女性913名)

【両立支援制度】

産前産後休暇、育児休業、育児部分休業、短時間勤務制度等



「イクメン」
大嶋真人さん

・審査部
31才
長男…2才 次男…9ヶ月

妻が長男を妊娠してから、自分自身と自分の親との関わり方を振り返ってみました……。

私の父親は転勤族であったため、同じ屋根の下で過ごした期間は九年間ほどしかなく、一緒に過ごすことができない時間の尊さを再認識しました。自分も同じく転勤のある仕事であり、子どもと関わることでできる時間を大切にしようと思っています。

妻の出産時期に会社でも男性の育児取得を促進しており「育児休暇の取得を検討している」と人事部や上司に伝えたところ「全面的に支援する」と快く受け入れてもらえました。

育児を申請した期間は一週間。家族が三人になり「新たなスタートに大切な時期」と自分自身に言い聞かせ、育児を取得すると決めたら、まずは職場内に周知しました。そして、仕事の進捗状況や見通しを調整して休業中の体制を整えました。育児休暇を利用して新居への引っ越しも

夫婦が向き合う
「大切な家族時間」

ましたので、子どもをあやす妻と語らいながら片づけを一手に引き受けたり、予防接種に連れて行ったり……。また、「お食初め」等の節目の行事にも主体的に関わる時間が確保でき、本当に充実した育児休暇を過ごすことができました。

夫婦一緒に取得した育児をきっかけに、夫婦がともに思いやりをもって接することができるようになり、以後続く忙しい日々も協力して乗り越えています。

★大嶋さんのパパチャラ★

バッティングピッチャーになるチャカラ：野球の虜になった息子(ちなみに、広島カープファン)。毎晩仕事から帰った後には野球観戦をしながら野球ごっこをしています。至近距離から手加減なしのフルスイングで向かってくるので、戦々恐々……。



【会社・概要】

株式会社山陰合同銀行 所在地：(本店) 松江市魚町10番地 代表取締役 久保田一郎
設立：1941年 従業員数：2919名(内女性1555名)

【両立支援制度】

産前産後休暇、育児休業、育児休業助成金(除くパート)等



困ったときはweb でチェック

応援サイト



□イクメンプロジェクト<厚生労働省>

これから父親になる、または子育て期にある男性労働者に対して、仕事と家庭の両立に関する情報を提供している。<http://www.ikumen-project.jp/>

□NPO法人ファザーリング・ジャパン

「子育てパパ力検定」をはじめ、各種の父親支援事業を行っている。父親向けのセミナー等も多数開催している。<http://www.fathering.jp/>

□島根労働局雇用均等室

育児・介護休業制度の定着や、男女の均等な機会及び待遇確保等のための業務を行っている。<http://shimane-roudoukyoku.jsite.mhlw.go.jp/>

遊び場

★親子が安心して遊べ、子どもや保護者同士の交流で仲間づくり、子育て、子育ての楽しさが発見できる場です。

□おもちゃの広場

松江市白潟本町43番地

松江市市民活動センター2階

(開所時間) 9時～17時

(休所日) 水曜・年末年始



□子育て支援センター 「あいあい」

松江市乃白町32番地2

松江市保健福祉総合センター1階

(開所時間) 9時～17時

(休所日) 日曜・年末年始

松江市ホームページから

<http://www1.city.matsue.shimane.jp/kenkou/ko>



*松江市内には、各地域に子育て支援センターがあります。詳しくは、松江市のホームページをご覧ください。

仕事と介護

□「仕事」と「介護」の両立ポータルサイト<内閣府>

♥これから介護が必要になるかもしれない、突然家族の介護をすることになった、これからの生活のためにも仕事を続けていきたい…など仕事と介護の両立に不安を抱えている方のためのポータルサイトです。



●介護を理由に、会社を辞める方が、増えていきます。

日本は超高齢化社会を迎えたと言われています。厚生労働省の調査によれば、2015年には全国の4分の1が65歳以上の高齢者となり、働き盛りの世代3人で1人の高齢者を支える社会となります。

このような中、家族の介護を理由に離転職する方も年間10万人に達しています。

(総務省 平成24年「就業構造基本調査」結果)

<http://www.cao.go.jp/wlb/ryouritsu/index.html>

理想と現実



慣れない男性の家事・育児参加は思うようにいかないことが多々あり、仕事と生活を両立させる難しさを感じる人が少なくないのでは。特に妻からのダメだしを貰いモチベーションが下がり、やる気をなくすこともあると思います。

何でも完璧にこなすのではなく、自分へのハードルを上げ過ぎないようにすることが大切です。

妻と良く話し合うこと、子どもと一緒にするなど自分のライフスタイルに合わせて無理の無いよう頑張りすぎないようにしましょう。

家事ダンデビュー



松江市では、平成22年10月の「男女共同参画都市宣言」やその翌年10月の「日本女性会議2011松江大会」の開催を契機に、市民の男女共同参画に関する意識の一層の高揚を図るため、毎年秋に松江市男女共同参画週間を設定しています。

以下の企業の皆様には本週間の趣旨にご賛同いただき、協賛企業として、週間の各種活動にご協力をいただいています。

ー協賛いただいた企業の皆さんー

〈五十音順〉

- ・ アクサ生命保険 山陰支社
- ・ アースサポート 株式会社
- ・ ㈱一畑百貨店
- ・ ㈱彩雲堂
- ・ 株式会社山陰合同銀行
- ・ 株式会社山陰中央新報社
- ・ 株式会社さんびる
- ・ 株式会社島根銀行
- ・ 国立大学法人島根大学
- ・ 島根電工株式会社
- ・ 社会福祉法人島根ライトハウス
- ・ 中国電力株式会社島根支社
- ・ 株式会社テクノプロジェクト
- ・ 中浦食品株式会社
- ・ 株式会社長岡塗装店
- ・ 株式会社ユニコン



男性も女性も性別に捉われることなく共に認め合い、分かち合いながら、それぞれの個性と能力が十分に発揮でき、いきいきと輝き誰もが安心して暮らせる社会をめざしています。

編集・発行【平成26年10月】
松江市男女共同参画センター
〒690-0061

松江市白潟本町43番地(スティックビル3階)
TEL 0852-32-1190 FAX 0852-32-1191
E-mail: danjo@city.matsue.lg.jp

