

# イクメンの ススメ



# 男性のみなさん、 こんなお悩み ありませんか？



## 会社で困っていること

- 長時間労働で休みがない、育児・家事をする時間がない
- 育児・家事のために早く帰りたいけど上司、同僚の手前、帰りづらい

## イクメンのススメ

### Q1 イクメンになるといいことがあるの？



#### 男性にとって

#### ● 子どもの成長を間近に感じられる

子どもは日に日に成長。昨日できなかったことが、今日できるようになったことに気づけるのは、イクメンの醍醐味！

#### ● 仕事の効率が向上

「時間までに仕事を終わらせる」との意識を持ち、仕事の優先順位をつけて無駄を排除すると、効率的な仕事が身に付き、長時間労働が改善！

#### 家族にとって

#### ● 夫婦が仲良く、家庭が安定

夫婦で話し合って育児・家事を行えば、家庭生活、夫婦関係が良好に

#### ● 妻が働くと経済的にも安定

就労を継続した場合と、一度退職してパート等で再就職した場合では、生涯所得に大きな差が

育児休業を2回取得して働き続けた場合

出産退職後、末子が6歳でパート・アルバイトをした場合



出典：国民生活白書(平成17年版)より

そして、あなたがイクメンになることで...



- 効率的な働き方が同僚にも浸透すれば、組織全体の業務効率が向上
  - 「お互い様」の気持ちの共有により、育児・家事にさらに理解のある職場風土が醸成
- など、企業にとってもメリットがあります！

## 🏠 家庭で困っていること

- 育児・家事を妻に任せきり。  
このままでは職場復帰が難しいと言われる
- 2人目が欲しいけど、妻の負担が重く  
このままでは難しいかも

## 男性の育児・家事への参加、 育児休業取得で

一気に  
解決!



### 育児休業制度を知る!

#### Q2 育児休業はどんな制度?



- 出産から原則1歳(保育所に入所できないなどの場合は最長で2歳)まで取得できる休業。

なお、会社に制度がなくても、法律で定められた制度のため、育児休業を取得できます。

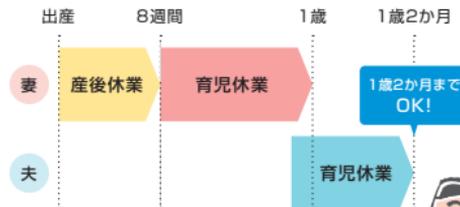
#### Q3 男性も育休を取れるの?

- 出産した女性(母親)だけでなく、父親である男性も育児休業を取得できます。妻が専業主婦でも取得できます。

- 男性が妻の出産後8週間以内に休業した場合には、2度目の育児休業が取得できます。(パパ休暇)



- 夫婦ともに育児休業を取得した場合には、1歳2か月まで育児休業を取得することができます。(パパ・ママ育休プラス)

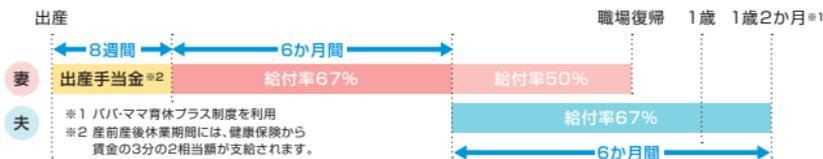


## Q4 男性が育休をとったら、収入が心配…



- 育児休業給付金が支給されます。

育児休業開始から6か月間は給付率67%、それ以降は50%。



- 育児休業中は社会保険料が免除されます。

事例を見てみよう!

手取り収入は  
休業前の約8割!



## Q5 実際に取得した人はどんな風にとったの?



吉村 真輝さん

[年齢]31歳

[職業]会社員

[子ども]1歳3か月

[育児取得期間]

2018年4月12日から

約1か月間

(2018年7月末時点)

- 育児休業の取得を決めたきっかけは?  
育児取得は妻からの要望でもありましたが、会社の多くの男性社員が育休を取得している環境であったため、自分も取得したいと思うようになりました。
- 育休期間はどのように決めたの?  
社長から「最低1ヶ月以上は取得したほうがよい!」と言われていたこともあり、妻が一番大変であろう出産後、病院を退院する日から約1ヶ月間取得することとしました。
- 育児休業取得にあたって心がけたこと  
業務量調整のために、仕事の取捨選択や、企画の立ち上げ時期を調整することにより、仕事のペースの調整を行いました。また、業務上関係のある他部門の同僚や社外の方にも育休を取得することをできるだけ連絡し、周りからの理解と協力を得られるように心掛けました。

厚生労働省では、育児を積極的に行う男性「イクメン」を応援し、男性の仕事と育児の両立を推進するイクメンプロジェクトを実施しています。

イクメンプロジェクト公式サイトでは、取組事例集や体験談の掲載、各種イベントの紹介等を行っています。また、育児休業や両立支援などの制度を活用して仕事と育児を両立するためのヒントをまとめたハンドブックなどもダウンロードできます。



ハンドブック  
2018年度改訂版

育てる男が、家族を変える。社会が動く。

**育MEN**  
イクメンプロジェクト



<https://ikumen-project.mhlw.go.jp>