



男性教職員の育児休業取得体験談



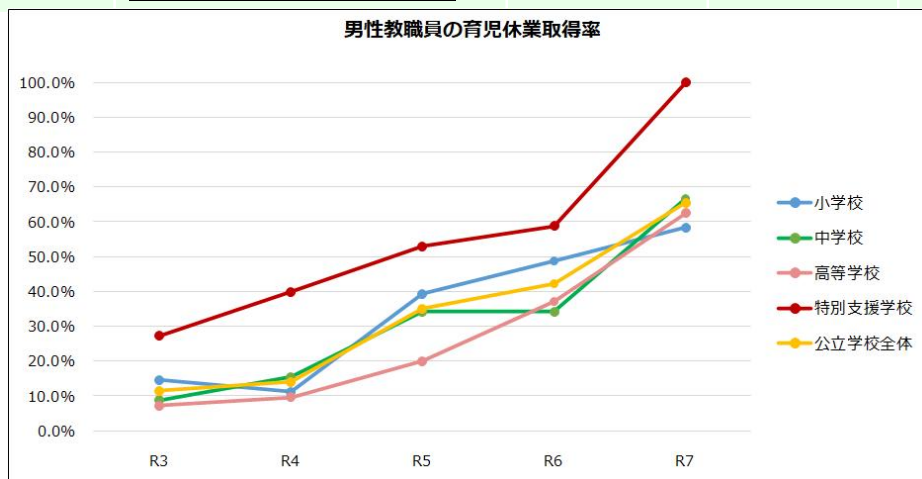
～男女ともに育児休業等を取得することが当たり前の社会を目指して～

1 育児休業等の取得状況について

高知県教育委員会においては、男性教職員の育児休業等の取得目標を定め、取得促進に取り組んでいます。各学校での温かい理解と後押し、業務調整へのご協力により、令和7年度の男性育児休業取得率は65.4%と、前年度の42.2%から大きく上昇しました。配偶者の出産休暇等の取得率も44.1%へと伸長しています。引き続き、夫婦が共に仕事と育児を両立できる環境づくりを推進していきます。

育児休業の取得を考えている場合は、早めに管理職や教育委員会に相談するようにしてください。

項目	県教育委員会の目標	R4年度 (公立学校)	R5年度 (公立学校)	R6年度 (公立学校)	R7年度 (公立学校)
男性の育児休業	令和11年度末時点：85%	14.2%	35.0%	42.2%	65.4%
配偶者の出産休暇 男性職員の育児参加休暇	あわせて5日以上取得 令和11年度取得率100%	29.2%	32.5%	32.0%	44.1%



2 「共働き・共育て」サポートプランで進む環境づくり

令和7年4月に策定した本プランは2年目を迎えました。高知県教育委員会と教職員が一体となってこのプランを実施していくことにより、教職員であると同時に父親や母親という立場にもある教職員が、パートナーと共にしっかりと大切な子どもを育てられる職場環境づくりを目指し、以下の「4つの視点」を軸に取組を推進しています。

① ともに支え合う環境づくり

教職員全体が世代を超えて協力し合い、安心して育児に関する休暇・休業を取得できる、ともに支え合う職場環境づくりを進めます。

② 働き方改革

時間外勤務の縮減や多様な働き方の拡大などを推進することで、すべての教職員が家族と過ごす豊かな時間をしっかりと創出します。

③ 男性教職員の育児休業等の取得促進

すべての父親となった男性教職員が気兼ねなく育児休業等を取得できるよう、管理職や同僚が取得を後押しする雰囲気づくりを目指します。

④ 「共働き・共育て」の視点での取組強化

教職員が隗より始める取組として「共働き・共育て」の視点での取組を強化し、パートナーと共に子育てを担える環境づくりを進めます。

育児に係る休暇・休業についての詳しい内容は、教職員・福利課HPの「子育て休暇・休業のしおり」をご覧ください。

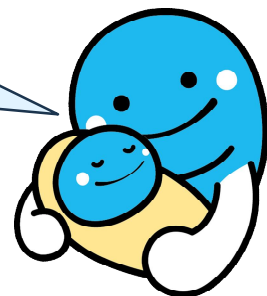
<https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/2014112700145/>



かけがえのない我が子との時間を笑顔で過ごし、安心して育児期を迎えていただくための参考として、先輩男性教職員の体験談をご紹介します。

今回は、令和7年度に育児休業を取得した男性教職員のうち11名の方の体験談をご紹介します。

体験談のご提供、ありがとうございました！



■ 育児休業を取得しようと思ったきっかけや育児休業を取得するために準備したこと、取り組んだこと、苦労したことは？周囲の反応や周囲に感謝したことは？

3人目ということもあり、家事等で家庭が大変になることが予想できたため、休む決断をしました。また、自分自身が育休を取得して、価値観の変化など、何か人間的な部分での成長もあればいいと思い、休業を取得しようと思いました。

教員不足の状況のため、代替の方が着任できるように早めに動く必要があると思い、前年度の9月の人事面談の際に管理職に伝えました。

1人目の子供のときは、育児休業を取らず、子供が小さいときの姿を見ることができなかった後悔と、妻に負担をかけたと思ったので、2人目では取ろうと考えた。管理職や同僚も育児休業を取得することに前向きに反応してくれ、実際に育児休業を取得した同僚の先生からの後押しもあり、取得することを決めた。年度途中での育児休業だったため、業務の引継ぎを早い段階で取り組んだ。



子どもの誕生を前に、かけがえのない時間を家族と丁寧に過ごしたいと思い、育児休業の取得を決意しました。取得に向けては、特に年度をまたぐ育児休業となったため、業務の引継ぎ資料を早めに整え、関係者と進捗や役割分担を共有しました。調整には苦労もありましたが、温かく背中を押してくださった管理職の先生方や同僚のおかげで安心して準備を進められ、支えてくださる周囲の理解と協力に深く感謝しています。

仕事で帰宅が遅くなることがあったり、生後すぐの妻の体調面も考えたりして、生後すぐに育児休業を取得したいと、妊娠初期の頃から家族で話し、妊娠中期に管理職に相談をした。正直、育児休業を取ること、周りに迷惑をおかけすることを心配していたが、管理職や教員の皆様が、背中を押してくださり、本当に感謝している。

2人目の出産で、出産後の妻の入院期間中長女の世話をする人が私しかいない状況でしたので育児休業を取らせていただきました。

長女の世話の仕方、特に食事面は妻に教えてもらい実際に作るなどして出産後の準備はしていました。

学校の先生方には普段の自分の仕事をサポートしていただき感謝しかありません。

育児休業を取得しようと思ったのは、妻の第2子妊娠と、長女が自宅保育だったことがきっかけです。もともと第2子出産に合わせて取得する予定でしたが、11月頃に妻が切迫早産になったため、3学期の始まりから取得することになりました。4年生の学級担任だったこともあり、子どもたちと最後まで関われない申し訳なさと、周囲に迷惑をかけてしまう不安がありましたが、学年団をはじめ、管理職やそのほかの先生方も「大丈夫！」「あとのことは任せて！」と声をかけてくださったことがとてもありがたく、心強かったです。教室環境も後任の先生がいつ来られてもいいように整え、心身ともに万全の状態での育児休業に向かうことができました。

【きっかけ】

夫婦2人の子どもなので、妻にだけ育児の負担を求めるのは「違う」など考えていたから。また、産後しばらくは妻の体にはかなり負荷がかかると思い、緩和したいと考えていたから。

【感謝していること】

管理職の先生を始め、全ての先生方が育児休業の取得を肯定的に受け止めてくださり、応援の言葉をかけてくださったこと。また、出産日近くの日で、急遽休みを頂く際にも、すぐに学級に代わりに入って下さったこと。

子どもが生まれるとわかってから育休は必ず取ろうと思っていました。私も妻も同じ小学校教員で立場は同じだと考えていたので、2人で力を合わせて子育てをしたいと思いました。育休取得前は、育休を取得して申し訳ないという気持ちがありました。しかし、管理職に相談してみると「気兼ねなく休んでもよい」「家族との時間を大切にしてください」と温かい言葉をかけていただけたことが本当に有り難かったです。同僚からも、積極的に取るよう、後押ししていただきました。また、入れ替わりで、ほかの男性教諭が育休から復帰するタイミングでもあり、気兼ねなく育休取得ができました。ただ、育休取得前に業務を引き継ぐことが必要だったため、その準備は大変でした。余裕をもって、事前に「育休をとりたい」ことの相談や、引継ぎのお願いをしておく必要がありました。職場の先生方の協力や、育休が取れる職場環境が大切だと思いました。

育児休業を取得された先輩からお話を伺い、教頭先生にご相談したところ快く背中を押していただき、取得を決意いたしました。早期からの取得を見据えていたため、不在期間中の同僚の負担を最小限に抑えるべく、事前に綿密な授業準備を行いました。手続きをサポートくださった事務職員や管理職の皆様、そして快く送り出してくださった職場の先生方に深く感謝申し上げます。

きっかけは第2子の誕生と、妻の産後の体調回復をサポートすることでした。上の子の世話も含め夫婦で乗り越えるため、生後0ヶ月からの取得を決意しました。事前準備として業務の引き継ぎ資料を丁寧に作成し、早めに職場へ相談したことでスムーズに移行できました。業務調整に苦労した面もありましたが、職場の皆様が温かく送り出し、カバーしてくださったことに心から感謝しています。

第1子であり、出産直後の育児を妻1人に任せっきりにすることなく協力して行えるようにしたかったので、育児休業を取ることを妊娠半年ごろには決断していました。出産後にやらなければならない手続き等は、事前に妻と話し合い、役割分担をしてお互いが無理のないように行いました。教科の先生方にはご負担をおかけしましたが、快く了承を頂き授業が滞ることはありませんでした。

■ 育児休業を取得したからこそできた経験、取得して良かったと思うこと、これから育児期を迎える教職員に対してのメッセージ



育児休業中は、子どもの小さな成長を日々そばで見守り、家族で協力しながら育児に向き合う貴重な時間を持つことができました。育児休業を取得したからこそ、初めての笑顔や仕草、生活リズムが整っていく過程を間近で感じられ、親としての実感と責任感が深まりました。大変さもありましたが、それ以上に得るものは大きく、家族との絆も一層強まりました。これから育児期を迎える教職員の皆さまには、ぜひ遠慮せず育児休業を取得してほしいです。今しかないかけがえのない時間は、仕事に復帰した後の力にもつながると感じています。

育児休業中は、子供の育児はもちろん、妻のサポートが十分にできた。出産後、母子ともに退院し、自宅で飾り付けをしたり、食事を用意したり、退院祝いをしたりすることができた。仕事しながらでは、到底できなかったと思う。ほかにも、お宮参りや初節句などのイベントを家族で行うことができ、家族の時間を大事にすることができた。

育児休業中は、上の子供の保育園の送り迎えや食事の準備、片づけ、掃除などの家事を主に担当し、妻と交替しながら子供の育児をするようにした。生まれてきた子供の成長や何気ない表情を見ることができたとともに、上の子供と接する時間も増え、家族の時間を多く過ごせたことも取得してよかったと感じた。育児休業を取得していなかったら、このような時間を過ごすことはできなかったので、取得して本当に良かったと思う。

毎日、子供の成長を夫婦2人で見られる日々は幸せいっぱいです。また、妻だけが子どもと関わる日々が続くと、子どもを抱っこしても、大泣きされてしまうと思うので、やはり幼い日々から長く関わることには、その後の育児においても大きなメリットがあったと感じています。

生後1か月ごろまでの成長を十分に満喫できました。初めての沐浴や初めての外出等、様々な「初めて」を妻と共有できたことが嬉しかったです。育児に追われる毎日で育児休業のころの記憶はもうほとんどないですが、そのころの経験が今の自分の心のゆとりにつながっていると思います。

子どもとじっくり向き合える時間を持てたことが何よりですが、そのほかにも、保育園、幼稚園の迎えの際に、ほかの保護者の方々と子育て等について話しをしたり、相談をし合ったりする中で、人間関係を広げ、深めることができたことは大きな財産です。

さらに、保護者の方々の園や学校への思いや要望なども知ることができ、学校や教員に求められていることが少なからず知れたことも、教員としてプラスになったと思います。

休業中は家事全般と上の子のケアを担い、家族で赤ちゃんの成長を見守る貴重な時間を過ごせました。日々の小さな変化に感動し、育児の喜びや大変さを妻と深く共有できたことは生涯の財産です。教職を一時離れる不安もありましたが、家族の絆が深まり、復職後の指導や対応にも新たな視野を持つことができました。かけがえのない時間になりますので、ぜひ多くの先生方に取得をお勧めしたいです。

育児休業を取得したおかげで良かったことは2つあります。

1つ目は、子どもたちとじっくり過ごす時間が増えたことです。娘たちが喜ぶ姿や成長する姿をこの目で見られたことをとても嬉しく思いました。

2つ目は、妻の助けになれたことです。妻が切迫早産になってからは分担していた家事を全て引き受け、少しでも体を休め、安心して出産に臨めるように心掛けました。妻から「ありがとう!」と言われ、心が満たされたことを覚えています。もちろん、育児は一言では表せないくらい大変なことも多いですが、育児休業を取得したことで、家族の笑顔にたくさん出会うことができました。正直、あの時間にもう一度戻りたいと強く思います。

夫婦2人で育休を取ることで子育て・家事すべてを2人で同じ量分け合いました。寝かしつけやミルク・おむつ・お風呂など、初めての経験を正解がわからないまま2人で乗り越えることができました。また、家事も二人で同量の分担をしました。ずっと家に夫婦2人がいて、ずっと子どもにかかりっきりになると息が詰まるのでそれぞれの「1人時間」も大事にしました。

もし育休をとっていなかったら、家事や育児の大変さを夫婦間で共有できなかったと思います。共働きに戻った今も、お互いのがんばりをたたえ合って仕事や育児・家事をがんばっています。特に男性教員は、生後すぐから少なくとも1歳までは絶対に育休を取った方がよいと思います。

普段はあまりできていない料理・洗濯・掃除などの家事全般を経験し、妻がしていることの大変さを感じることができました。また、長女との時間をいつも以上に過ごすことができ、あらためてかけがえのない存在であることを再確認できました。

2人目以降の出産については母親の負担は非常に大きいので男性の育児休業は必須になると思います。幼稚園の送り迎えや買い物等は父親ができる限りしないといけなかったと感じました。

出産前の健診で主治医に『出産後の体は交通事故にあった体だと思ってください』と伝えられました。

できれば長い時間、奥様とお子さんを労わってもらえたらと思います。



育児休業の取得にあたっては、金銭面や、担任するクラス・授業への不安がありました。金銭面に関しては、事前に育児休業手当金等の受給額が把握できたため、生活を切り詰めることなく過ごすことができました。クラスや授業に関しても、生徒に育児休業取得の旨を早い段階で伝え、相談があればいつでも対応する姿勢を示していました。

「周囲に迷惑をかけてしまうのではないかと不安に思う方もいるかもしれませんが、そんな方こそぜひ取得してほしいと思います。そして、これから取得を考える人が当たり前に育児休業を取れるような雰囲気づくりを、周りへ広げていってほしいと願っています。

■ 育児休業を取得したことについて、配偶者はどう思っている？

夫が3ヶ月の育児休業を取得してくれたことで、産後の身体的にも精神的にも辛い時期を夫婦で乗り越えることができ、本当に心強かった。生まれてきた子の育児だけでなく、上の子供の送迎や遊び相手を全面的にサポートしてくれたおかげで、上の子供も寂しい思いをすることなく過ごすことができた。子供の育児を夫婦で協力して行い、我が子の成長を2人で感じることもできた、この3ヶ月はかけがえのない時間になった。

夫が育児休業を取得してくれたことで、出産直後の不安が大きく軽減され、心身ともにとても支えられました。慣れない育児や家事を一緒に担ってくれたことで、1人で抱え込まずに済み、安心して子どもと向き合うことができました。子どもの成長を共に喜び合えた時間は、家族にとってかけがえのないものだったと感じています。育児休業を取ってくれて本当に良かったと、心から感謝しています。

育児休業を取得してもらったことで、家族の時間を大事にすることができた。それは、人生の中で大きな幸福であると感じた。育児だけでなく、私自身のこともサポートしてくれたことで、安心して夫婦で育児をすることができた。育児休業が気兼ねなく取得できる環境になると、教員の仕事のイメージも変わっていくのではないかと考える。



娘が1歳になるまでの間、夫婦ともに育休を取って家族で過ごす時間はかけがえのないものでした。娘も夫によく懐いていて嬉しく思います。夫と共に復帰後も協力して育児に取り組むことができていると思います。12月に出産し、夫は当時6年生の担任だったため、卒業まで見届けて翌年の4月から育休を取得しましたが、特に産後3か月頃までが体調も戻らず寝不足でしんどい思いをしました。できれば、男性教員は子どもが産まれたらすぐに育休に入ってくれと女性は安心できるのではないのでしょうか。

初めての出産で不安もあり、私からパパ育休の取得をお願いしました。ミルクなどのお世話も、私が休めるようにと積極的に育児をしてくれました。育休期間は生後1か月ほどでしたが、小さな体でいっぱい成長していくわが子を夫婦ふたりで微笑み、育てることができた貴重な時間でした。

取得してくれて
助かりました。

産後すぐの体は本当に大変なことばかりだったため、家事を進めてもらえることが非常に助かった。

産後の心身を立て直すにあたり、夫のサポートがあったおかげで大変救われました。家族一緒に過ごすことができ、人生においてかけがえのない時間となりました。

第2子の出産で体調の回復が遅れる中、夫が育休を取ってくれたおかげで安心して身体を休めることができました。上の子のケアや家事全般を1人でこなしてくれ、1人で抱え込まずに夫婦で育児をスタートできたことが何より心強かったです。子供たちにとっても父親と濃密に過ごせる最高の機会になり、育休を取得してもらえて本当に感謝しています。



最初は里帰り出産を考えていましたが、自分が育児休業を取得することを選んだことで里帰りせずに出産に臨めたことに、妻は感謝しておりました。退院以降も自宅で過ごせることで違和感なく、通常通りの生活を送ることができたことでストレスなく過ごせたそうです。2週間という短い時間でしたが育児休業を取って良かったと思っています。

育児休業を取得してくれてとても助かりました。今回1歳の娘を自宅保育する中、妊娠7ヶ月で切迫早産の診断がつき、1人で子ども2人の命を守っていくことに不安を感じていました。そこで、予定よりも早く育児休業を取ってもらいました。学校にはご迷惑をおかけしましたが、快く対応していただきました。夫が家にいる安心感から、不安を感じずに過ごすことができました。育児休業中は子どもの成長を夫婦で見守ることができ、とても貴重な時間だったと感じます。出産後も同じ立場、同じ目線で協力して子育てができています。あっという間に過ぎる子どもとの時間を一緒に過ごせる育児休業は、家族の絆を深めるものだと感じました。



高知県では、教職員の子育てを支援するために、様々な休暇や休業の制度を設けています。

子どもが生まれる女性教職員だけでなく、父親になった（なる予定の）男性教職員も、こうした制度等を活用しながら、積極的に子育てを担い、親子の時間を大切にしましょう。

また、教職員が安心してこれらの制度を利用するためには、管理職や周りの教職員の理解と協力が欠かせません。教職員の皆さんが、こうした制度を理解し、子育て世代の教職員が安心して子どもを生み育てられる職場環境づくりに取り組んでいきましょう。

これまでの「男性教職員の育児休業体験談」を教職員・福利課のHPに載せています。ぜひ、ご覧ください。

【これまでの男性教職員の育児休業体験談はこちら→】
<https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/2022051600174/>



発行：高知県教育委員会事務局教職員・福利課

〒780-0850 高知市丸ノ内1-7-52

TEL：088-821-4901

E-Mail：310601@ken.pref.kochi.lg.jp