

育児休業に関する体験記

20代 81日間取得

① 家事 ・ 育児 について	1. 育児休業前に、夫婦で家事・育児の分担をどのように話し合い、行ったか 第一子の出産を控え、家事や育児の分担について夫婦で事前に話し合いを行いました。 授乳以外の育児(おむつ交換、沐浴、寝かしつけ等)については自分が積極的に関わることとし、家事についても料理、洗濯、掃除などを状況に応じて分担することとしました。互いに無理をしすぎないよう声を掛け合いながら協力して取り組むことを確認したうえで育児休業に入りました。 2. 育児休業後の家事・育児の参画の状況について 日中は妻が子どもを見てくれているので、帰宅後お風呂へ入れること、朝や夜に家事を行う等、なるべく妻に負担をかけないように生活しております。 (妻 記載欄) 休業取得者の家事・育児の参画の状況について 育児休業中は、日常的な育児に積極的に関わってくれました。おむつ交換や沐浴、寝かしつけなどを主体的に行い、家事についても状況に応じて分担してくれたため、精神的・身体的な負担が軽減されました。 また、子どもの体調や生活リズムにも気を配りながら育児に取り組んでおり、安心して子育てをすることができました。夫婦で協力して育児に向き合うことができた大切な期間であったと感じています。
② 仕事 について	1. 休業取得前、仕事の引継ぎはどのように行ったか 休業取得に向けて担当業務の整理を行い、業務内容を文書にまとめたうえで、上司や同僚へ順次引継ぎを行いました。 2. 評価・反省 事前に会社には育休取得の相談を行っており、大きな問題等なく終えられたかと思えます。

③ 自由 記述 (400 字程 度)	(取得者 記載欄) (例：育児休業取得の経緯、育休を終えての所感、周囲の反応) 第一子の誕生をきっかけに、家族との時間を大切にしたいと考え、2 か月半の育児休業を取得しました。実際に育児に関わる中で、想像以上に体力や時間を要することを実感するとともに、子どもの日々の成長を間近で感じることができ、かけがえのない経験となりました。 また、職場の理解と支援があったことで安心して休業を取得することができ、周囲への感謝の気持ちも一層強くなりました。今回の経験を通して、育児は家族で協力して取り組むことの大切さを改めて実感し、今後はこの経験を生かしながら仕事と家庭の両立を図り、日々の業務に丁寧に取り組んでいきたいです。 育児に向き合う中で、日々の生活の中にある小さな変化や成長に気づく機会が増え、家族で過ごす時間の大切さを改めて感じました。また、家事や育児を実際に担うことで、これまで気づかなかった負担や工夫の必要性を実感することができ、家庭内での役割についても見直す良い機会になったと思います。
---	---