



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



イクメンのススメ

～法改正でパワーアップ! 男性の育児休業～



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

- 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
- 仕事が忙しくて、家事・育児までは…

イクメンのススメ

Q1 父親が子育てするといいいことがあるの？



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、効率的な働き方が身に付き、長時間労働が
改善！

家族にとって

- 夫婦が仲良し、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

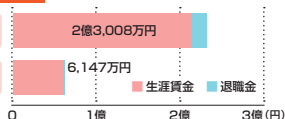
- 妻が働くと経済的にも安定

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

妻の就労継続による家計のメリット

二人の子を出産・育児を2回利用し、
フルタイムで復職した場合

第1子出産後に退職し、第2子小学校
入学時にパートで再就職した場合



そして、あなたが
子育てすることで…

出典：ニッセイ基礎研究所 ニッセイ基礎研究所報Vol.61
「大学卒女性の働き方別生涯所得の推計」図表10
女性の働き方ケース別生涯所得 より一部抜粋 H29年6月

- 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

あなたの

- 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、
このままでは難しいかも

育児休業取得が 解決の力ギです!

育児休業制度を知る!

Q2 育児休業はどんな制度?



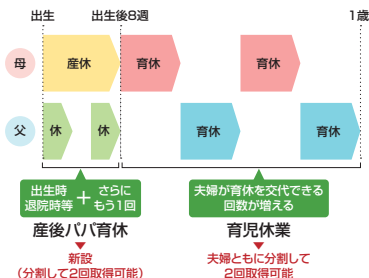
- 出産から原則1歳(保育所に入所できないなどの場合は最長で2歳)まで取得できる休業。
- なお、会社に制度がなくても、法律で定められた制度のため、育児休業を取得できます。

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。妻が専業主婦や育休中でも取得できます。
- 夫婦ともに育児休業を取得した場合には、1歳2か月までの間1年間取得できます。(パパ・ママ育休プラス)

育児・介護休業法の改正により、さらに男性の育児休業が
取得しやすくなります! ※2022年4月1日から3段階施行

- 子が産まれた直後の時期に、柔軟に育児休業を取得できるよう、新たに『産後パパ育休(出生時育児休業)』が創設されました。
子の出生後8週間以内に4週間まで、2回に分割して取得できるようになります。
- 1歳までの育児休業も、2回に分割して取得できるようになります。



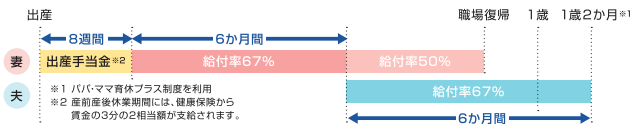
※上記の施行は2022年10月1日です。

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。

手取り収入は
休業前の約8割!

事例を見てみよう!

Q5 実際に取得した人はどんな風にとったの?



伊藤 大輔 さん

[年齢] 32歳

[職業] 公務員

[育休取得期間]

1年間(次男・長女(双子))、

半年間(三男)の

2回取得

(2021年12月末時点)

● 育児休業の取得を決めたきっかけは? 職場の反応は?

双子の妊娠が分かり、また長男もいるため「どう考えても妻が大変」という思いと妻からの「せっかくだから一緒に子育てしたい。」という後押しがあり1年間育休を取得しました。そして4人目が生まれた時には双子の時に育休を取得して妻、子ども達とかけがえのない時間を過ごせたので迷わず再び半年間の育休を取得しました。

職場では育休を取得している男性はいなかったのですが、「双子ちゃん大変だろうからしっかり奥さんのサポートしてあげてね。」など暖かい言葉を頂きました。そして私が育休をしてからは「伊藤さんが育休取ったから私も取る。」という男性職員が増えてきました。

● 育休の取得期間はどのくらいがおすすめ?

半年間の長期育休をおすすめします。赤ちゃんが生まれてからはミルク、おむつ替え、夜泣きなど初めてのことがいっぱい慣れるまで時間がかかります。3か月を過ぎたあたりから慣れ始めてくるので、赤ちゃんの可愛さをパートナーと楽しむことが出来ると思います。

また育児休業給付金を半年間は給与の約70%(半年から1年間は約50%)を受け取ることができ、さらに社会保険料も免除されるため収入の面でも半年間がおすすめです。

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
2022年度改訂版

育てる男が、家族を変える。社会が動く。



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