

男性の育児参加計画書 ～計画例～

☆出産前にまず自分自身で育児参加計画を立ててみましょう！！

☆計画を立てたら職場の上司や同僚と参加計画について話し合ってみましょう！！

| | 妻 | 夫(実際に行おうと思うことを具体的に記入する) | 使用する休暇制度 |
|------------------|-----------------|-------------------------|----------|
| 《産前期間》 出産6週間前 | ●定期健診 | | |
| | ①妊娠23週までは4週間に1回 | | |
| | ②妊娠35週までは2週間に1回 | | |
| | ③妊娠35週までは2週間に1回 | | |
| | ④妊娠36週以降は1週間に1回 | | |
| | ●母親父親学級 | | |
| | 妊娠3～8か月の間に2～3回 | 父親学級に参加 | 有休(シーズン) |
| 《出産時》 | ●出産 | 出産の立会い | 有休 |
| | | | |
| 《産後期間》 出産8週間 | ●退院 | 退院時の付き添い | 配偶者出産休暇 |
| | ●定期健診 | 退院後の育児手伝い | 育児休業5日間 |
| | ①1か月健診 | | |
| | | | |
| 《1歳頃まで》 | ●定期健診 | | |
| | ①3か月健診 | | |
| | ②6か月健診 | | |
| | ●予防接種 | | |
| | ●離乳食の開始 | ノ一残の時は定時に帰宅し育児手伝い | ノ一残業デー |
| | | | |
| 《1歳以降》 | ●定期健診 | | |
| | ①1歳健診 | | |
| | ②1歳6か月健診 | | |
| | ●予防接種 | | |
| | ●子供の傷病等の対応 | 看護を妻と分担 | 子の看護休暇 |
| | ●保育所 | | |
| | ①入所(ならし保育から) | | |
| | ②保育所への送迎 | ノ一残の時は定時に帰宅し子供のお迎え | ノ一残業デー |
| | ③保育所行事への参加 | 子供の行事の参加 | 有休(シーズン) |
| | | | |