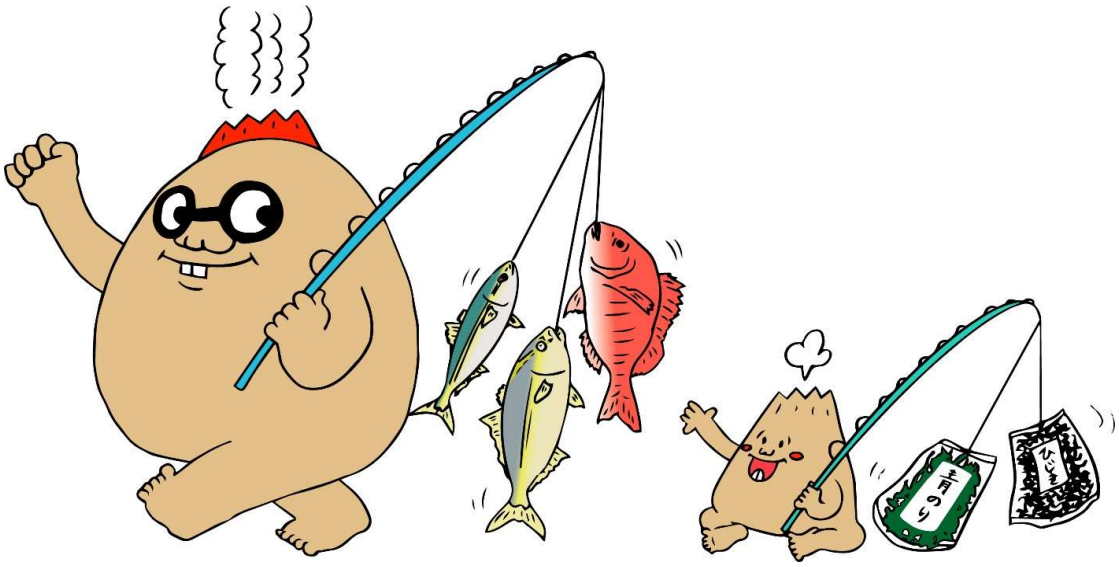
令和４年度イクメンの星

～パパの子育て体験談～

No.1～No.11



メガニョン　　ベビニョン

マグマシティPRキャラクター
火山の妖精　マグニョン

あなたとわくわく

マグマシティ
鹿児島市

No.1

お名前　　：K・Sさん
お子さまの年齢　：３歳

☆子育て体験談☆

自営業で飲食店をしております。従業員はいません。
嫁は、18時まで仕事です。
11時からお店の営業をしながら、16時頃になると保育園へ子どもを迎えに行きます。お店に帰ってきて、カウンターに座らせながら営業をしています。18時30分になると、仕事を終えた嫁が店に来て、食事をすませて、子どもと一緒に帰宅します。私はそのまま残り、営業を続けます。
お客さんが、子どもとコミュニケーションをとってくださり、可愛がってくれます。
会社員だった頃は、朝早く、帰りが遅く、平日はほとんど子どもとの触れ合いがありませんでしたが、今は毎日たくさんの時間を共有しています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

子どもと過ごす時間は、嫁より私のほうが多く、一般的な家庭の逆だとまわりから言われます。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

時間を共有しましょう。
新しい場所に行き、新しいものに触れましょう。
子どもの可能性は広がると思います。
子育ては疲れません。子どもからエネルギーをもらいます。
きらきらした眼差しは、なににも代え難いです。

☆育児写真☆

No.2

お名前　　：T･Kさん
お子さまの年齢　：４歳、３歳、１歳

☆子育て体験談☆

【心がけていること】子供の好奇心を伸ばす、心を育てる、睡眠をたくさんとってもらう
【平日の過ごし方】必要品、食材の買い物、幼稚園の送り迎え、家族みんなの送迎
【休日の過ごし方】自然に触れさせる。思いっきり遊ばせる
子供や家族の生活を重視したワーキングスタイルをとっています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

東京にいる頃は仕事人間で、休日もなく営業の仕事をしていました。コロナを機に鹿児島へUターン。家族、子供に向き合いたいと、時間制の仕事ではなく、自由に時間を使える仕事を選び、してくれています（不動産業、マイニングなどの投資業）。
食材も生活必要品も、一番安いところをリサーチし補充してくれます。妻の私が勤務医のため、子供が熱を出せば、自宅でつきっきりでみてくれます。平日の夕方の忙しい時間帯は、二人三脚で家事育児をこなし、自分が二人いるような心強さです。育児参加、ではなく、育児を共にしてくれています。そんな夫がきちんと社会で評価されるような機会を与えてくださったこの企画に、心から感謝いたします。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

妻からの応募のため、ありません。
写真は、先日3人目の子が入院した時、付き添いをしてくれた写真です。

☆育児写真☆

No.3

お名前　　：I・Dさん
お子さまの年齢　：６歳、０歳

☆子育て体験談☆

・4月17日から4月いっぱいは有休。その後、育児休暇1ヶ月(5月いっぱい)
・４月17日に下の子が産まれました。5日間は妻のいない2人だけでの始めて家事、育児。
　娘が小学1年生になったばかりだったので、送り迎え、宿題、明日の準備、食事、洗濯、掃除、全ての家事をしました。退院後は妻は里帰りせずに自宅で過ごしていたので、夕食作り以外の全ての家事をしました。夕食は妻の母親が近くに住んでいるので、持ってきてもらっていました。始めて全ての家事をしたので、妻が入院している間に、体重が落ち、家の事を段取りよくするのは大変だ。妻の頑張りやありがたさ、全ての母親の頑張りを感じました。
　妻もはれて、6月から仕事に復帰しました。
　ゴミの分別、ゴミ出し朝仕事に行く前に風呂掃除をします。また、洗濯物を干したり、畳んだり、掃除機をかけ、買い物をしたり、茶碗を洗う、片付けるなど出来る事をしています。
　子供との関わりは、仕事の日は朝昼の娘の食事準備、夜は絵本の読み聞かせをしています。息子のオムツ替えや、妻がかえた後オムツを捨てたりと、息子の育児も出来るだけサポートしています。
　休みの日は、妻が息子と身体を休め昼寝が出来るように、娘を連れて買い物や公園に行ったり、家の中にいる時でも静かに休めるように、空間に配慮しています。
　沢山の家事、子供との関わりに気づかない部分が沢山ありました。気づかない分、教えてもらって素直に行動にうつすように心がけています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

・職場からは、あなたが必要なだけ育児休暇をとっていい。っと理解ある対応をしていただきました。職場で男性が育児休暇をとるのは私が初めてです。

【パートナーより】
・靴もそろえない、茶碗も下げない、してほしい事を伝えるとそれだけする。家の事をまったくしない旦那でした。私への負担があまりにもありすぎていました。必要性と段取りを話し、徐々に家事をするようになり、今回出産してからは、今までとは違い自ら家事をするようになりました。任せてみて良かったです。また、育児休暇をとったお陰で、今まで朝早く晩は遅く、子供と関わる時間は休みの日だけでしたが、子供と関わり日々の成長や細かな事も気づくようになりました。家事の大変さはもちろんですが、子供と関わる時間が持てて幸せだ！っと話していました。私自身も仕事だけでなく、家事や子供に目を向けれている旦那を、頼もしく思いました。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

　育児は子供と遊ぶだけが育児ではありません。家事やパートナーの事も気にかける、その姿を子供が感じて成長する。それも育児です。父親が協力して、母親が喜んでいると、自然と子供の行動も変わります。協力する事を行動化するのが大切です。笑顔の多い家庭にするために、一緒に成長しましょう。

No.4

お名前　　：K・Kさん
お子さまの年齢　：６歳

☆子育て体験談☆

現在、子どもは3人。長女高校1年生、次女中学2年生、長男小学校1年生の男子です。上の2人の子はその当時は勤務していた仕事の関係上、県外出張が多く、殆ど育児にかかわることができませんでした。平日は帰宅も遅く何もできていなかったと記憶しています。妻が一人でパートの仕事と2人娘を幼稚園、保育園へ送迎しながら大変な毎日だったと思います。平日接する時間が短い分、休日はいろんなところへ家族一緒に出掛けることはありました。早朝からお出掛けをして一日中、目一杯一緒に疲れるくらい遊んでいました。当時の勤務先では出張が多い分、休みも取得しやすい会社でしたので、有給休暇を活用し連休を取り、熊本県では自然豊かな阿蘇市や天草市、沖縄県、北海道、グアムなどへ県外や海外へも行くこともありました。

８年前、当時の勤務先を退職し、妻の実家のある鹿児島へ移住するべく、鹿児島市にて起業しました。８年前の創業当初はなかなか事業を軌道に乗せることに時間がかかり、家族と鹿児島市で同居するのは創業後１年弱後となりました。

鹿児島へ移住し長男誕生後は、私なりに育児で参加できることとしてやってみました。長男が保育園時代は、平日は朝や夕方の送迎、保育園行事への参加など。家では極力、長男をお風呂に入れることぐらいでしょうか。休日は鹿児島県内彼方此方へ出かけました。家族全員ではなく、どちらかと言えば、長男と私の二人で早朝より日が暮れるまで、二人ともくたくたになるまで（笑）。長男は乗り物が好きで、JR電車や市電、バス、フェリーなど。特に市バスの「カゴシマシティビュー」へは何十回も乗った記憶があります。鹿児島中央駅出発で一周回って鹿児島中央駅まで（笑）。特にイルカデザインのバスへの乗車要望が多かったので、市バスへ電話してイルカデザインバスの出発時刻を調べて乗車することもありました。また長女や次女は学校や習い事があるため一緒に行動することが難しいため、未就学児の息子と二人泊りがで行くことが多かった記憶があります。東京・大阪・福岡・宮崎など。特に息子からの希望で、はとバスのツアーで東京タワーとスカイツリーにいき、翌日はディズニーランド、さすがに疲れますね（笑）でも少しでも子どもたちに思い出が残ればと思う日々でした。

活用する休暇制度ですが、現在は会社経営の立場で残念ながら休暇制度は利用できず、取得できる場合は自主的に休みを取り子どもたちと接する時間を確保しています。逆に弊社は女性職員が9割以上と女性比率が多いため、職員へは取得しやすい職場環境をできればと考えています。有給休暇の初月から利用なども勧めています。また「鹿児島市イクボス推進同盟」の加盟、「鹿児島市にこにこ子育て応援隊」や「鹿児島県かごしま子育て応援企業」への登録し、職場全体で子育てを応援できる環境をできればと考えています。またこれからも女性だけではなく、男性職員が休暇制度などを取得しやすい環境づくりをもっと整備できればと思います。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

職場では子育てを楽しみ、働く方個々人の成長と職場での活躍をできるように、代表である私自身がその事を発信し、両立できて永く一緒に働ける環境づくりを心がけています。
家族にたずねたことはありませんが、できる限り一緒に楽しめるようにしていきたいです。

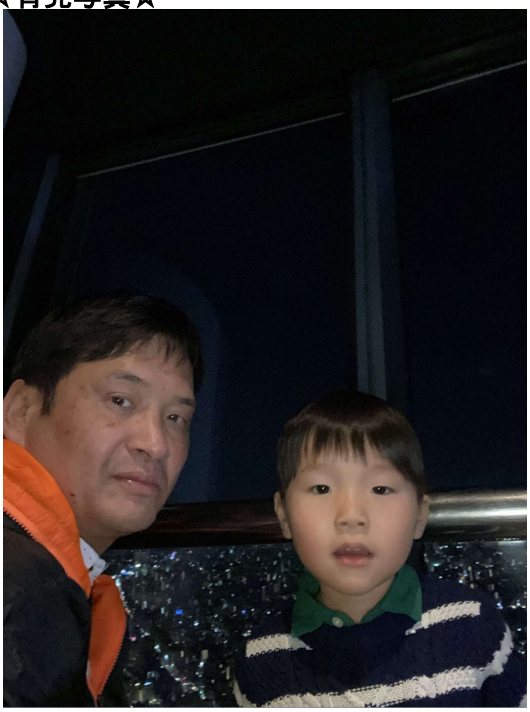
☆子育て中の男性へのメッセージ☆

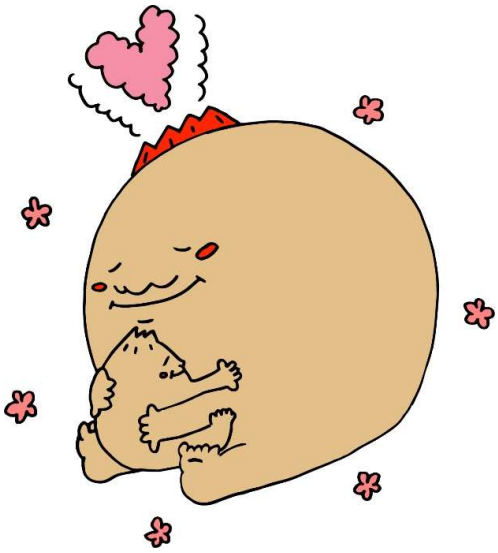
弊社は女性職員割合が9割強と殆ど女性です。弊社事業所として鹿児島県女性活躍推進宣言企業登録をして、女性がライフステージが変わっても活躍できるように職場全体で考えています。ただし、弊社職場だけでは達成できないことがあります。そのためにも男性が率先して育児参加が必須だと思います。ぜひ「未来をつくる子どもたち」のために積極的に楽しい育児参加をおすすめします。

No.４－２

お名前　　：K･Kさん
お子さまの年齢　：６歳

☆育児写真☆





ベビニョン　　マルニョン

No.5

お名前　　：U･Tさん
お子さまの年齢　：１歳

☆子育て体験談☆

妻が職場復帰する3か月前から育休を取得し同じタイミングで復帰しました。息子が生まれた当初は育休を取ることは考えていませんでしたが、子育てに奮闘する妻に保育園探しや復帰までの手続きまでお願いするのはいけないと感じたことや、自分の仕事も忙しく息子の成長をしっかりと見ることもできない悔しさもあり、職場復帰する準備も兼ねて育休取得を決めました。育休が取得できるか不安もありましたが、上司も後押ししてくれたことや人事担当の方からも手続きや取得方法を細かく共有してもらえたので、心おきなく取得することができました。

取得したばかりのころは、夜泣きが酷く寝かしつけに1-2時間かかることがよくあり妻と昼夜で分担して寝かしつけをしていました。育休中に何度もチャレンジした甲斐もあり、今では30分ほどで寝かせることができるようになりました。苦労すると思っていた保育園探しは第一希望の保育園にすぐ入園することができ、残りの時間を家族3人でゆっくり過ごすことができました。コロナ禍で出歩くことが難しい状況でしたが、水族館で生まれて初めての魚を見る息子の目のキラキラがとても印象に残っています。

現在は妻と共に職場復帰し、シフト制のため2人一緒は少ないですが休みの日はそれぞれが子供の面倒を見ています。息子は寝起きが良くいつもご機嫌なのでミルクやオムツ変えも比較的やりやすく助かっています。最近は洗濯などの家事や買い物も息子と一緒にできるようになり、洗濯物を「ハイ！！」と言って渡してくれる姿に、大人の行動をよく見ているんだなと感心すると共に悪い見本にならないように気が引き締まります。お風呂と晩御飯の時は、すぐ集中力が切れて遊びだしてしまうので子ども番組を見せて手際よくやろうと心がけていますが、妻と比べてまだまだ時間がかかるため「手際よくする」を意識しながらまだまだ奮闘中です。仕事の日は先に仕事の終わる妻に世話を任せることがほとんどなので、夜の寝かしつけや休日の世話はもちろん準備や後片付けなどサブ的な役割にも気を配り積極的にやろうと心がけています。

息子と接するときに気を付けていることは、「できるだけ自分でやらせる」です。積み木を型にはめるおもちゃで遊んでいる時に、できなくて癇癪を起すことがよくあります。そんな時は大人がやってあげるのではなくて、「ここかな？ちがうかな？」と手伝いながら自分でやらせてできた経験を積ませるよう意識しています。また、いろんなことをマネしたい時期なのでお手伝いができたときは「たくさん褒める」ようにもしています。そのおかげか、脱いだ服を洗濯機に入れに行ったり、食べ終わった食器をキッチンまで持って行ったりと教えていないことも自分からするようになりました。

息子の行動を見ていると、大人には当たり前の事でも息子にとっては初めてでやってみたいことばかりなんだなと感じることがたくさんありました。これからもたくさんの事にチャレンジして息子と共に自分も親として成長できればと考えています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

【職場より】

職場でのUさんは、冷静に物事を分析・判断することや、第三者にわかりやすく伝えることができる説明力の高さが強みです。「子育て体験談」からも、お子さんやご家族のことを考えて、強みを発揮しながらご自身やご家族にとって最善の行動を選択できているのだと感じ取れました。このようなプロジェクトを通じて発信することは、男性の育児参加の重要性の理解を促進する、とても意味のある素晴らしい行動だと思います。

【パートナーより】

夫の「子育て体験談」を読み、まさにいつもの夫の姿だなと感じたとともに、感謝の気持ちを伝えたくなりました。夫は息子と仲が良く、朝目覚めた息子の第一声は「パパー！」です。保育園の送り迎えは私の役割ですが、夫の仕事が早く終わった日は、必ず一緒に迎えに行きます。息子がいつも以上に笑顔になるからです。夫はいつも私にありがとうと伝えてくれますが、私も同じように感謝しています。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

育休や時短勤務を取得することによって、会社からも「育児をしている人」として認知され仕事のサポートも受けやすくなると思います。男性の育児に対して抵抗があるかもしれませんが、子供と一緒に過ごすことで発見することもたくさんあるので、ぜひ取得してみてください。

お名前　　：U･Tさん
お子さまの年齢　：１歳

☆育児写真☆

ベビニョン

No.6

お名前　　：U･Yさん
お子さまの年齢　：0歳

☆子育て体験談☆

まず育児で心掛けていることですが、息子に笑顔で話しかけることを意識しています。そして、普段は仕事もあり、妻に任せきりになっているので、小さなこと（抱っこ、ミルクなど）でもいいので、積極的に育児に参加するように心がけるようにしています。
平日は、仕事が終わって家に着いたら、沐浴をすることが日課になっています。息子の気持ちよさそうな顔を見ると疲れも吹っ飛ぶ気がします。休日は妻と交互にミルクをあげたり、あやしたりと家事と育児の役割分担をしています。
また会社では、育児休暇制度を活用しました。産前はプレパパ休暇を取り、検診に同行したり、産後は、看護休暇を使い、子どもの病院関係も対応できています。実際に本格的に妻が行っている育児に参加してみて、とてつもなく労力がいる根気強い対応が必要だという事を実感しました。育児に正解はなく、とにかく目の前のギャン泣きする息子と向き合う事。でもそれを上回る可愛さ、愛おしさがそこにはあります。育児に参加できたことにより、夫として、より仕事も頑張らなければと気が引き締まりました。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

何より、育児休暇取得に関して、妻がとても喜んでくれました。出産からすぐに育児が始まり、ワンオペ育児にすごく不安を感じていました。そんな中でともに子育てに参加することで心の不安が少し和らいだようでした。
また上司や人事担当からも、「会社としてサポートします！」と力強いお言葉をいただき、業務から一定期間は慣れることは不安でしたが、安心して家族と過ごすことができました。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

皆さまが勤められている会社によって、育児制度はそれぞれだと思います。
私が感じることは、子育ては、本当に心身ともに大変だということです。
私たちが働いている間、妻は小さな命を大切に守ってくれています。
少しの期間でもいいと思います。是非、子育てに参加して妻のサポートをするとともに、子ども（天使）と触れ合える時間を作っていただきたいと思います。

☆育児写真☆

No.7

お名前　　：T・Aさん
お子さまの年齢　：６歳、１歳

☆子育て体験談☆

育児で心掛けていること
・子供との遊び時間。妻からは身体をダイナミックに使う遊び方の工夫という要望があり、現在試行錯誤しております。
・ご飯を一緒に食べることや出来るだけ子供目線で遊ぶことなど。
平日（仕事がある日）、休日の過ごし方
・仕事がある日は、なるべく早い時間に帰宅し、子供とお風呂に入ってコミュニケーション（今日は何したの？とか）を取るようにしています。
・休みの日は、家の中で遊ぶことだけでなく、外で遊ぶようにしています。よく公園に出かけています。
育児休暇の活用
・会社の上司からは「自分の子供が生まれた頃には育児休暇制度はなかったので、いい時代になった。」と温かい言葉をかけて頂き、発注先にも書面での育休取得を説明し、快く受け入れて頂けました。
　妻が産後に体調を壊しがちで入院することになり、長男は最初は「お母さんがいない」と寂しがっていましたが、徐々にふたりの生活にに慣れました。妻が退院してからは次男にミルクをあげたり、沐浴をさせたり、翌日に仕事がないからこそ夜中の世話も積極的にできました。育児や家事に専念できる環境だったので、心にも余裕がもてたんだと思います。ただ、『長男のときも育休を取って世話してあげられたらよかったなあ』と少し申し訳ない気持ちにもなりました。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

【パートナーより】
　2人目の出産後にサポートしてくれる人がいなかったことと、コロナ禍で長男の預け先が見つからなかったことから、夫が育休を取得できないか2人で話し合いました。約半年前から事前に育休取得を会社へオープンに相談し、業務を調整することで育休取得ができました。
　育休中から子供達のお風呂やミルクなどの世話をしてくれているので、今後も当たり前に続けて欲しいです。

【職場（社長）より】
　弊社は社員の平均年齢が高く育休の活用は今回が初の試みでしたが、T社員とご家族が喜んでくれたことが大変良かったです。
　今後、産休や育休を取得したいと考えている若い社員の希望となったことは大きな成果です。
現在、育休期間をさらに長くしようと検討中。社員へ利用を促進します。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

　育休を終えて仕事に復帰したときに、仕事への集中力や生産性が高まったのを実感しました。早く帰って子供の顔が見たいんですね。家庭での時間を大切にすることで、生活にメリハリがつき、仕事にもプラスに働きます。

☆育児写真☆

No.8

お名前　　：I･Yさん
お子さまの年齢　：１歳

☆子育て体験談☆

私は、娘が生まれたとき6カ月の育児休業を取りました。
元々、子供が生まれるときは育児休業を取ろうと思っていたのと、職場の男性育休への理解が得られたのが大きかったと思います。
娘が生まれるときはコロナ過ということもあり家でリモートでの立会となりました。
娘と妻が退院するまで会えなかったので初めて会えた時は感動や嬉しさなど初めて感じる気持ちでした。
生まれてからは、沐浴の教室等もコロナの影響で中止になりネットや本などで色々なことを調べて育児をしていました。最初のころは中々上手くできずミルクの温度やおむつの交換、沐浴での体の洗い方など合っているのかなと心配になることがありましたが娘も順調に育ってくれて今では元気いっぱいです。
育児できつかったことは、ずっと一緒にいたのにパパ見知りをされたことでした（笑）、あとは、保育園に入園するためにはミルクを飲める事が必要だったため完母からミルクに移行するのに苦労しました。
色々なミルクを試したり、哺乳瓶の乳首を他のメーカーに変えたりしましたが中々飲んではくれませんでした。あとは我慢比べしかなく娘と毎日頑張り続けてやっと飲んでくれた時は物凄い達成感でした。
私が育児で心掛けていることは、目を離さない。スキンシップを多くする。絵本やおもちゃでたくさん遊ぶ。散歩や外で遊んで色々な物を体験させる。です。
今では1歳半になり元気に走り回って目が離せません。自分で出来ることも徐々に増えてきて成長を感じています。
平日は妻も働いていますので、妻が朝保育園に連れて行って。夕方は早く帰れたときは私が迎えに行く形を取っています。娘が20時には寝てしまうのでその間に遊んだり、一緒にご飯を食べています。
仕事が休みで土曜日の場合は子供が保育園に行っている間に家の掃除や妻と出かけたりして残りの時間は少しゆったりとした時間を過ごしています。娘の保育園がお休みの時は、動物園や水族館に行ったり、3人で出かけることが多いです。最近は、お姉ちゃんらしくなってきて買い物カゴなどを持ちたがります。今はまだコロナで遠出はできませんが収まったら家族で旅行に行きたいです。
最後に、私自身娘のおかげで親として成長させてもらえたと思っています。
今後も娘の成長とともに大変なことがあるとは思いますが。家族三人健康で、仲良く暮らしていきたいです。また、もしもう一人子供が出来たときはまた育児休業を取ろうと思っています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

わたくしの実家が遠方でしかもコロナ過ということもあり、妊娠がわかったときから子育ては二人で一緒にと話し合っておりました。
会社も快く後押ししてくださり夫婦で半年の育休を取得いたしました。今しかないこの瞬間を一緒に過ごすことが、この先の子育てにおいても夫婦の在り方を考えるうえでも非常に重要であると考えておりました。
実際、復職後もこの時の経験が生かされ共に働く中で家事や育児を出来る人がする！相手に安心して任せられるから働ける！と我々にとっては非常にプラスになっています。
子育ては『参加』や『協力』ではなく、親として当事者として、『協働』でおこなうという意志の元、夫は進んで行っております。
頼りがいのある優しいパパです。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

今回妻と一緒に育児休暇を取ってよかったと思っています。仕事を休むことで心にも余裕ができ育児に専念できたからです。
子供を育てるということは可愛がるより遥かに難しいと今回痛感しました。
育児は大変なことが多いと思いますが、育児をされている皆様は子供の成長する楽しさ等を知っていると思います。
コロナ等で大変な時期ですが同じ子供を持つ親として一緒に乗り越えていきましょう。

No.9

お名前　　：I･Yさん
お子さまの年齢　：６歳、３歳

☆子育て体験談☆

時間のある時にできる事をすることを心がけています。育児は，期間限定なので，育児を楽しみながら，仕事への活力としています。パートナーに育児を任せるだけでなく，自ら参画することで，成長の早い子供とコミュニケーションをとることで，成長した後もより良い親子関係が築けるのではないかと考えています。平日は，帰りが遅い時もありますが，早い時は，お風呂に一緒に入り，絵本の読み聞かせなど行っています，職業柄イベント等で休日も仕事の事が多いですが，休日となれば，子供の好きな公園やドライブに出かけています．

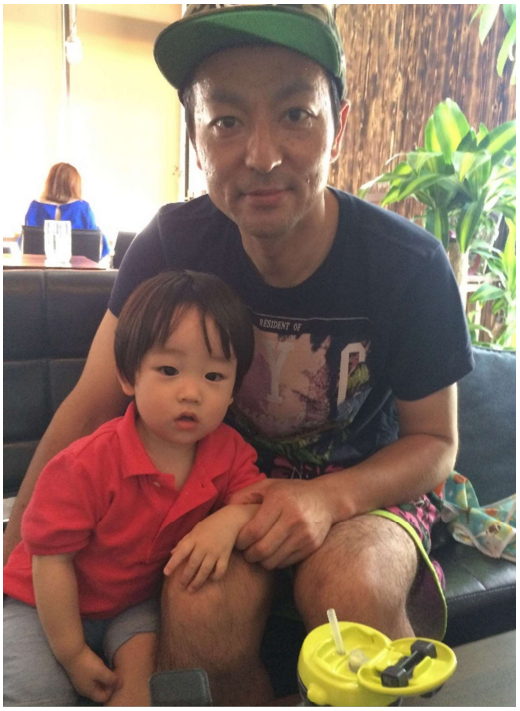
☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

職場では，月曜日に定例で全体会議後に部内ミーティングを行っており，その冒頭チェックインで発言しやすい環境づくりを行っていますが，毎回，社員の休日をどう過ごしたかを発言してもらっています，みんなそれぞれ子育て中の方は，子供といろいろなところにお出かけをしており，独身の方も人気のスポット，グルメなどお出かけしていることなど情報交換を行っています。

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

男性が家事育児に参画することで，パートナーが笑顔になり家族が笑顔になると思います。また育児は期間限定です，その時期をどう過ごすか，子供の成長は見ながら自分も成長できます，ぜひ子育てを楽しみましょう！

☆育児写真☆



No.１０

お名前　　：Ｏ･Ｊ
お子さまの年齢　：９歳、７歳、３歳

☆子育て体験談☆

わたしは現在、長女９歳(小４)･長男７歳(小２)･次女３歳(年少)の３児の父です。イクメンかどうかは分かりませんが、いまこの瞬間、子どもと一緒に過ごせる時間を大切にしたいなぁと思い、日々過ごしております。
長女が生まれた頃は、朝早く出勤し、帰りも子どもの寝たあと、、、
もっと子どもの顔が見たい！一緒にお風呂に入りたい！おむつを替えたり、食事のお世話もしたい！と思っていましたが、なかなか仕事を切り上げられず、もんもんと寂しい時間を過ごしたように思います。長男が生まれた頃は、まだまだ長女にも手がかかる頃だったので、なるべく早く仕事を切り上げて、有給休暇･半日休暇を利用しては、幼稚園行事へ参加したり、妻のサポートに回るよう心掛けました。
４年後に次女が生まれましたが、上の子どもたちがあっという間に成長する姿を見ていたので、もっと間近で子どもの成長を感じたい！たくさんの瞬間を共に過ごしたい！と感じるようになりました。
その思いは途絶えることなく、家族との時間を作りたい一心で、
「じゃあ自分で会社を起こして、育児と仕事を両立させる環境を自ら作ってしまおうじゃないか！！」と一念発起！起業することにしたのです。
そして自宅兼事務所での生活が始まりました。
現在ですが、平日は、バスケットをしている長女との朝練から始まります。
二人で少し早起きをして、毎日３０分取り組んでいます。毎日の練習の積み重ねで少しずつ上手になったかな？と思っております。そして小学生を見送ると、次女の幼稚園バスのお見送りがわたしの日課です。毎朝、覚えたての言葉で「今日はいいお天気だね」、「幼稚園ではお砂場遊びをするよ」などと会話を交わし、「いってらっしゃい」と言えることに、小さな幸せを感じる毎日です。そして一日の気合が入り、仕事にもやる気がでます。子どもとの朝活は時間も作りやすくオススメです。
休日は、初めての料理にも挑戦中です！始めはカレーライスかオムライスのレパートリーしかありませんでしたが、いまでは子どものリクエストにも応え、ローストチキンや海苔巻き、チャーシューまで作れるようになりました。料理が完成したあとのキッチンは、ひっちゃかめっちゃかですが、妻の指導のもと料理をしながら片付けを進めることにチャレンジ中です！そして、これまで料理に興味のなかった子どもたちが自らお手伝いをするようになったのです。
もしかすると「料理はお母さんがするもの」という固定概念がなくなり興味がでてきたのかなぁと嬉しく思っています。失敗も多々ありますが、やってみると家事は意外と楽しく、美味しいと食べてもらえることが嬉しく、次のモチベーションへ繋がっています。
また、家族みんなで出かけたりすることはもちろんですが、最近は子どもひとりひとりと向き合う時間を持ちたいなぁと感じております。
そこで！我が家では子ども一人だけを連れていく“父子キャンプ作戦”を行っております。自然の中で二人だけで過ごすと、いつもとは違った表情が見え、その子の思いやいま何を考えているのか知ることができます。これまで、弟･妹の前では自分の本音を飲み込んでいた長女も、色んな話をしてくれるようになりました。自分の子どもとはいえ一人の人間。こんなことを考えていたんだなぁ、あの時の自分の声掛けは正しかったのか自問自答しながら、子どもたちのためにいま自分ができることは何なのかと、育児を通して考えさせられる毎日です。
キャンプだけではなく、ボルダリングやスキューバダイビングを楽しんだり、魚釣り、虫捕り、家庭菜園に日曜大工。一緒に多くの体験を重ねています。いつか近い将来、大人になって羽ばたいていくのだから、今しかないこの瞬間を“チーム家族”で同じ時間を共有し、“いま幸せ。そして明日も幸せだといいな”と思いながら毎日を過ごしています。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

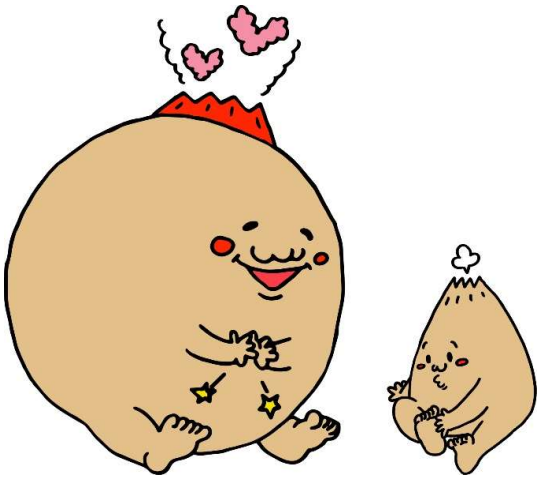
妻のわたしからみて、夫はよくやってくれていると思います。
数年前からは想像もつかないイクメンぶりで、家事に育児に頑張ってくれています。夫と子どもたちが楽しそうに過ごしている様子を見ることはわたしにとって一番の幸せです。
そして特に嬉しいのは、週末になると、子どもを連れだして遊んでくれることです。その間、わたしはゆっくりとコーヒータイムを楽しんで、趣味や自分の時間を過ごすことができます。そのおかげで、子育てのイライラも減り、心に余裕が持てるようになった気がします。夫婦間で「ありがとう」の言葉も増えました。
また仕事上でもパートナーとして働いておりますが、もしこれから社員を抱える会社へと成長すれば、子どもを持つ男性社員のワークライフバランスに配慮しイキイキと働いてもらえるような先輩イクボスになること間違いなしだと思います。

お名前　　：Ｏ･Ｊ
お子さまの年齢　：９歳、７歳、３歳

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

「まずやってみる」ということを言いたいです。
子育ての大変さは、そばで見ているだけでは分かりません。自分の手を動かしてやってみてください。言葉の通じない赤ちゃんが泣いているのをあやすのがどれだけ大変か、実感してみてください。やってみて初めて味わう“喜び”と“感動”がそこには待っています。まずは、できることから実践することが大切だと思います。気負わず楽しめることから始めてください。

☆育児写真☆



No.１１

お名前　　：T･Yさん
お子さまの年齢　：２歳、０歳

☆子育て体験談☆

私は長男と次男、2人の男の子を育てるパパです。次男の出産を機に5ヶ月の育休を取得し、現在育休真っ只中です。
育休を取得した理由は、妻の負担を減らしたいということももちろんありますが、私自身が子どもと一緒にいたいというのが1番の理由です。
我が子が可愛すぎるのです。
私の考える育休の最大のメリットは、子どもの成長を直に見られる点です。
仕事がある日は、基本的に夜の時間しか子どもたちと関わることができません。だいたい朝子どもたちが起きる前に起きて仕事に行きます。仕事が終わり次第帰宅し、ご飯を一緒に食べ、お風呂に入れて、寝かしつけ、後片付けをします。また、仕事柄遅番や夜勤もあり、子どもの成長を直接みれないことが大半でした。仕事から帰ってきてから、妻に「〇〇ができるようになったよ！」などと聞いて、嬉しい反面、自分も直接その瞬間を見たかったと少し寂しい気持ちもありました。あれ？これ前できてなかったよね？と思って妻に急いで報告しても、前からできてたよと、自分だけ知らなかった(妻が言い忘れていた)ということも多々ありました。
仕事をしながらでも子どもの成長を見ることはできますが、全てを見られるわけではありません。ですが、育休中は違います。育休をとることで、多くの成長した点をタイムリーに自分の目で見ることができます。
育児をしていてこれほど嬉しい瞬間はありません。
私には、子どもたちに「この家に生まれてきてよかった」と思ってもらえる家庭を築くという目標があります。そのために最も心掛けているのが、コミュニケーションをとるということです。育休を取る前も、休日は一緒にお弁当を作って公園に行くこともたくさんありました。しかし、おでかけの予定を立てても雨が降ったり、仕事の疲れがあったりして思うように行動できなかった、ということもありました。
育休中は、時間に縛られることなく思いっきり子どもたちと関わることができます。
いつもの育児にプラスして、たくさんお出かけして、たくさん遊んで、たくさん笑うことができるので、コミュニケーションの回数や質が上がりました。コミュニケーションをより多く取れることが子どもも嬉しいのか、以前よりアクティブになった気がします。
子どものいきいきした姿をたくさん見られることもこの上なく嬉しいです。
今回、イクメンの星に応募していますが、そもそも、私はイクメンという言葉があまり好きではありません。自分の子どもの育児をすることは当たり前だと考えているからです。
夫婦で一緒に育児をしていくことが当たり前の世の中になればいいなと思います。
最後になりますが、家のことを気にせず仕事ができるのはどうしてでしょうか？
私の場合、妻が専業主婦のため、もちろん妻のおかげであることは理解していましたが、育休中に日々家事、育児、家事、育児を繰り返す生活をすると改めて妻に感心します。
仕事も大切ですが、その間育児や家事をしてくれる妻がいてはじめて、仕事に専念することができます。
これからも育児は続きますが、お互いに尊敬と感謝を忘れずに良き旦那、良き父になれるよう精進しようと思います。

☆職場やパートナーからの評価、コメント☆

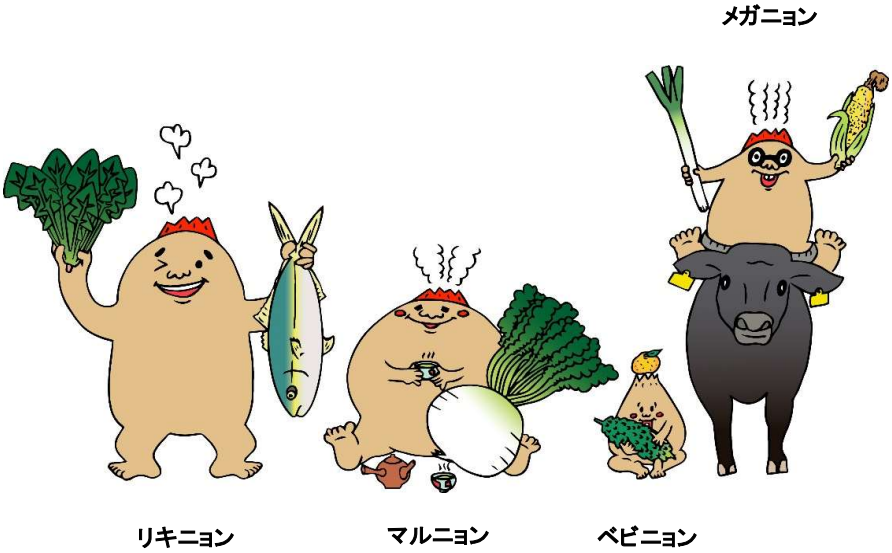
【職場の同僚より】
・Tさんは普段から職場で息子さんの事をニコニコと話しており、同期でも息子さんの存在を把握してない人はいないと思います。仕事が終わったら寄り道せず家に帰り育児を手伝い家族を大事にしており私たちの自慢のパパです。
・同期はみんなTさんのことをTパパと呼びます。息子さんのことを笑顔で話してくれる姿を見ると、とても大切に想っているのが伝わってきます。思わず私たちまでパパと呼びたくなってしまう位、素敵なイクメンの星です。

【パートナーより】
「やるのが当たり前」と、家事をしながら2人の息子のお世話ができる夫をいつも頼りにしています。
何も言わなくてもご飯を用意して食べさせたり、汚れた服を手洗いしたりと、細かいところも積極的にしてくれて助かっています。
普段から私と夫の2人で育児をしている感覚なので、夫に子どもたちを頼むときも何の心配もしていません。素敵なパパです。いつもありがとう！

No.１１－２

お名前　　：　T･Yさん
お子さまの年齢　：　２歳、０歳

☆子育て中の男性へのメッセージ☆

子育て奮闘中のパパさん方、お疲れ様です。
私はよく親バカだと言われます。
色々なイメージがありますが、愛情という面においてこれほどの褒め言葉は無いと思います。
会社の上司に言われた「その子のためにバカになってあげられるのは親しかいない」。
自分にとってはまさにその通りだ！と思う言葉でした。
子にとって父は私しかいません。
お父さん方、子どもにとって良き親バカイクメンになれるよう共に励みましょう！

☆育児写真☆