



inter
view

先輩イクメン
谷本宏行さん

1年間育児休業を取得して、子育てに関わり
ました。妻・恵理も仕事をしていましたし、娘・
連奈(1歳)を出産後は、早期に職場復帰したい
という希望があったので、夫婦での話し合いの
結果、自然にそうになりました。

勤務している部署で、私が男性として初めて
の育児休業取得になったのですが、周りの方の
理解もあり、特に問題もなく取得できました。

最初は、初めてのことばかりで不安もありま
したが、1年間子育てに関わって、大変と感じ
ることより、子どもから喜びや幸せをもらうこ
との方が多かったです。子育てに関わってな
かったら体験できない、新しい喜びや楽しみを
見つけることができました。

子どもと一緒に過ごせる時間は限られてい
ます。限られた時間だからこそ、その時間を大
切にしたいです。

イクメン大集合！

- ①栗坂 真さん(双海町串)、①真結
ちゃん(4歳)、⑤侑愛ちゃん(1歳)
「毎日一緒にお風呂に入ります。」
- ②大北 浩久さん(下吾川)、①稟奈ちゃ
ん(5歳)「普段は仕事で帰りが遅い
ので、休日に一緒にお風呂に入る
のがとても楽しみです」
- ③④永嶋 彰さん(下吾川)、⑤久人く
ん(2歳)「お風呂に入れたり、公園
で遊んだり、できるだけ一緒に過
ごすようにしています」
- ④本川 友一さん(中山町中山)、⑥
日向子ちゃん(9歳)、⑤太陽くん(4
歳)「休日は子どもたちと公園に出
かけます」
- ⑤松本 貴裕さん(双海町上灘)、④
虎汰郎くん(11歳)、⑤虎志郎くん(9
歳)、⑥小都莉ちゃん(5歳)「これま
であまり育児に関わってないので、
今日からイクメンになります！」
- ⑥星野 賢一さん(灘町)、⑥堅成く
ん(10歳)、⑥壮汰くん(4歳)「毎日
一緒にお風呂に入るのが楽しみです」



特集

イクメンより
イクメン!!

見た目がカッコいい男性はイクメン。
積極的に子育てに関わる男性は「イクメン」と呼
ばれています。
本当にかっこいいのはどちら？

子育てを楽しむお父さん

共働き世帯が増加している現代、
子育てをするうえで、男性の持つ役
割は非常に大きくなっています。
そこで登場したのが「イクメン」。
「イクメン」とは、子育てを積極的に
楽しむ父親のことです。
最近では、父親向けの育児雑誌が
発行されたり、メディアでも、子育
てを楽しむ父親が取り上げられ
たりするようになりました。「子育てす
る父親がかっこいい」そんな時代に
なっています。

子育て1日30分？

「イクメン」の登場など、以前に比
べ子育てに関わる父親が増えてきま
した。
しかしその一方で、日本の男性が
子育てに費やす時間が、平均1日30
分程度というデータがあります。こ
れは他の先進国と比べても最低水
準。男性の子育てに関わる時間が短
いことが、結果的に女性の子育ての
負担を重くしている一因ともいえま
す。

お父さんも育児がしたい！

それでは、まだまだ子育てに無関
心な男性が多いのでしょうか？
現在、約3割の男性が「育児休業
を取得したい」と希望している一方
で、実際の育児休業の取得率は約1
7パーセントにとどまっています。
男性はもっと育児に関わりたく
いに、さまざまな理由からそれができ
ない状況なのです。

あなたもイクメンに変身!

1 「ありがとう」を言葉で

お母さんに「育児いつもありがとう」と気持ちを言葉で伝えてみましょう。その一言が大事です。

2 散歩に出かけよう

親子での散歩は、コミュニケーションできるよい機会です。運動不足の解消にもつながり、一石二鳥です。

3 料理に挑戦しよう

家族の食事作りに挑戦しましょう。苦手なお父さんは、誕生日など特別な日に挑戦してみるのも一つの方法。自分の料理を家族が食べてくれたとき、新しい喜びが生まれるかも。



inter
view

子育てアドバイザー

保健センター 太森真喜恵(保健師)

市では、出産準備と育児のための「マザー教室」を開催しています。沐浴指導には、母親と一緒に父親も参加することが増えています。父親の育児に前向きな姿は、とても頼もしく感じます。この教室への参加が「イクメン」への第1歩になればと思います。

母親の育児に対する不安やストレスを解消するためには、父親の育児参加が必要です。父親と母親が協力し合って育児をするためにも、日ごろから何でも話して、お互いを理解し、思いやる気持ちを持つことが大切です。

子どもの成長には、日々目を見はるものがあります。ぜひ、積極的に育児に参加し、子どもの成長を肌で感じ、育児を楽しんでほしいです。きっと、家族のきずなが深まり、より良い関係が築けることと思います。

育児休業制度の充実

男性の育児休業取得率アップを目指し、昨年6月に改正育児・介護休業法が施行されました。

また、働く男性が、積極的に育児をできる社会にしようと、「イクメン」を情報発信する「イクメンプロジェクト」もスタートしました。男性が育児をしやすい環境づくりも整ってきています。

お父さんだからできること

「イクメン」が増加することで、女性に集中しがちな子育ての負担が軽くなり、男女とも仕事と家庭を両立しやすくなるのではないのでしょうか。また、そういった家族全体のあり方の変化が、社会全体の豊かな成長につながることも考えられます。

現役そして父親予備軍の皆さん、仕事の関係や周りの環境など、さまざまな不安があるかも知れませんが、父親だからこそできること、伝えられることもあります。子育てを通じて新しい充実感を味わってみませんか。