

# 男性の育児参画・育休取得 を学ぶ **動画** を作成しました!

N  
A  
奈良県  
R  
A



男性も「子育てしたい」、女性も「男性に子育てしてほしい」という声がある中、なかなか進まない男性の育休。

この動画では、産後のママのサポートが必要な理由や、男性の育児参画・育休取得がパパや企業にもたらすメリット、育休取得のための準備事項などについて、ナビゲーターのシカ先生と一緒に学ぶことができます。

ご家庭や職場で男性の育休について考えるきっかけとして、ぜひご活用ください。

## ▶ **パパ産休** とは



こんな人に  
おすすめです

産後すぐのママが特にサポートを必要とする時期に、  
**夫婦で協力して子育てをするための、  
産後～8週間のパパの休暇**です。

- ✔ パートナーに出産の予定がある方
- ✔ 将来子どもを持ちたいと考えている方
- ✔ 企業の管理職や人事担当者
- ✔ 男性の育休取得について興味・関心がある方 など

動画に  
ついて

- ✔ 動画は約20分。スマホやタブレットでも見るができます
- ✔ 企業での研修教材として使えます
- ✔ パートナーと家事・育児についてコミュニケーションを取るためのワークシートが付いています



# ～ 動画のポイント ～

① 妊娠～出産後までのママの身体と心の状態や赤ちゃんの変化が学べます

② パパ・ママが実際に体験したことや当時の思いを盛り込みました

＼ 知っておこう！ /

ママの身体と心の変化      赤ちゃんのいる生活      妊娠初期

初期 (0～15週)      中期

| ママの身体と心の変化                                                                                                | 赤ちゃんの変化                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• つわりがはじまる</li> <li>• おっぱいがはってくる</li> <li>• 情緒不安定になることも</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 15cmくらいまで成長</li> <li>• 心臓が動き出す</li> <li>• 手足の区別ができてくる</li> </ul> |

パパの声・ママの声

体調を気遣ってくれたり、どのようにサポートしてほしいか聞いてくれたりして、うれしかった

つわりがそうだったので、掃除、洗濯、料理とすべて引き受けた

健診に付き添い、赤ちゃんが大きくなっていく様子を見てパパになる実感がだんだん湧いてきた

## 育児休業をとるために準備すること



## ③ チーム育児のすすめ

パパ・ママだけでなく祖父母や地域のサポート、外部サービスなど周囲を巻きこんでの育児をすすめます

④ 男性の育児参画・育休取得がパパや家族にとって良いだけでなく、企業側のメリットについてもわかりやすく説明しています

男性の育児参画・育休取得はメリットがいっぱい！

企業にとってのメリット

1 仕事と育児を両立するようになり、スケジュール管理や家事などのスキルがアップ

2 仕事を抱え込むと子どもに何かあったときに冷静に対処できない。育児参画をきっかけに、ストレス解消やコミュニケーション力がアップ

3 育児をした経験は、仕事にも活かすことができるよ。企業にとっても生産性・働き方・採用といった点でプラスになるんだ！

コミュニケーション力が身に付いた。

コミュニケーション力がアップ

職場になじみやすくなり、働きやすくなる。

奈良県は男性の育休取得を応援します！

奈良県 こども・女性局  
こども・女性課

☎ 0742-27-8603

詳しくはこちら！

奈良県 こども・女性課

検索

