子育て世代のワークスタイル事例集

総務部人事・組織経営課

➢ はじめに

人事・組織経営課では、石川県特定事業主行動計画を策定し、職員の仕事と育児の両立支援や女性活躍の促進など、すべての職員が健康で能力を発揮できる職場づくりに向けて取り組んでいます。

仕事と育児の両立を目指す中では、「育児をしながら部下を持つなんて自信がない…」、「男性だけど育休取得は難しいのかな…」等の悩みを抱えている方も多いのではないかと思います。

こうした中、様々な分野で活躍している先輩職員の子育て中の仕事への取り組み方や、困難に直面した際の乗り越え方などの実体験を紹介する「子育て世代のワークスタイル事例集」を作成しました。

職員の皆様におかれましては、この事例集を活用いただき、仕事と育児の両立に向けた工夫や、将来の自らのキャリア形成に参考となる要素を見つけていただければ幸いです。

➢ 目　次

1　高橋　実枝　総務部長

2　越田　春奈　健康推進課専門員

3　夷藤　昂　創造的復興推進課主任主事

※所属・職は、記載当時のものです。

1　高橋　実枝　総務部長

― 略　歴 ―

H18.4　財務省国際局国際機構課
H20.7　仙台国税局調査査察部国税調査官
H21.7　財務省主計局財政分析第二係長心得
H22.4　財務省主計局財政分析第二係長
H22.7　財務省主計局調査課調査第一係長
H23.7　米・シカゴ大学留学
H25.8　三菱商事株式会社（出向）
H27.7　財務省大臣官房政策金融課課長補佐
H28.6　財務省主税局税制第二課課長補佐
H29.7　財務省主税局総務課課長補佐
H30.7　財務省関税局監視課総括補佐
R1.6　財務省大臣官房付
　↑育休
R2.6　財務省関税局監視課総括補佐
　↑復帰
R3.7　財務省主計局主計官補佐（司法・警察係主査）
R4.7　財務省主計局主計官補佐（総務第一係主査）
R5.7　企画振興部長
R7.4　総務部長

キャリアと育児のタイミング

キャリアの成長期と子育て期は、どうしても重なりがちです。私の場合、石川県に赴任する直前、子供が 1～3 歳の手のかかる時期に、予算査定の主査というハードなポストを担当しました。仕事はやりがいがありましたが、着任当初は不安でいっぱいでした。その時、女性の先輩方から頂いたアドバイスで、確かにそうだったと振り返って感じている事を２つご紹介したいと思います。

両立のために役立ったアドバイス

まず、仕事も家事も育児も一人で全てをこなすのは、そもそもが無理な構造だということです。そのことを理解し、家事と育児は夫婦で行うべき協働事業と認識した上で、夫婦でしっかり分担することが重要になります。また互いの繁忙期にはシッターや家事代行などの活用はとても有用です。そのための出費は増えますが、これは夫婦にとっての必要経費だと捉えるべきです。祖父母のヘルプ等も含め、幾つかの選択肢を確保しておくことで、精神的な安心感が全く違います。民間のサービスだけでなく、自治体が運営するファミリーサポートというサービスもあります。送迎や一時的見守り等を地域の提供会員さんが助けてくれる有難い仕組みになっているので、子供が生まれたら是非会員に登録してマッチングしておくこともお勧めです。

もう一つは、子供は一緒にいる時間の長さより、愛情をしっかり伝えることが大切だということです。私は当初、繁忙期に突然ママがあまりいない生活になると子供に寂しい思いをさせるのではないかという不安がありましたが、先輩方からは「全然心配しなくて大丈夫」と言われました。実際振り返ると、結局一緒にいる時間の長さではなく、愛情をしっかり伝えてさえいれば、子供は色んな大人のもとでも安心してたくましく育っていくと分かりました。小さい頃から色んな大人に育てられたことは、息子の性格にプラスの影響すら与えているようにも思います。

男性育休の重要性

加えて、男性育休についても触れたいと思います。個人的には男性育休は１か月以上の取得をマストにしたいくらい重要だと思っています。

『産後クライシス』という有名な本に書かれていますが、まず産後の女性は、身体のあちこちが痛く、ホルモンバランスも急変して精神的に不安定、更には産休育休を経ることで仕事上のキャリア後退の不安もあります。身体的にも精神的にも、また社会的にもある意味危機的状況に陥った状態で、猛烈な睡眠不足の中、赤ちゃんの命を突然 24 時間守らなければいけなくなるわけですが、そのような中、何の危機にも陥っていない夫側が、何ら変わりなく生活し、時々「可愛いね～」と赤ちゃんに触れて喜んでだけいたら、ある意味殺意すら覚えるわけです。私自身、産後の身体はボロボロな状態でした。その状態からの育児家事をしていくという中で、夫は１か月強の育休を取ってくれたのですが、本当に心強く、夫がいたことで精神的にも安心して子育てをスタートできました。とにかく初めての育児を共に経験して一緒に「親になる」ことは夫婦にとってすごく重要だったと感じています。産後の１～２か月をどう過ごすかということは、その後一生続く夫婦関係を左右するといっても過言ではないです。

以上のことが、ぞっとするような客観的分析を含めて書かれている『産後クライシス』は、もうすぐ子供が産まれる男性職員には必ず読んで欲しい一冊です。

最後に

仕事と育児の両立というと大変なことが多いわけですが、ただそれらを上回る程子供は異次元に可愛く、楽しいことが沢山あります。手がかかる時期は振り返ればあっという間。両立が大変な時期も、とにかく夫婦で協力し合って、サービスも活用しながら、ドタバタだけれど宝のような毎日を楽しんで過ごしたいですね。

※記載内容は、作成当時のものです。

2　越田　春奈　健康推進課専門員

ー 略　歴 ー

H20.5　南加賀保健福祉センター
H23.4　健康福祉部健康推進課
↑育休①
H26.8　石川中央保健福祉センター
↑復帰、育休②、復帰
R4.4　健康福祉部健康推進課
R7.4　健康福祉部健康推進課専門員

未曽有の災害対応で課題に直面。上司や同僚とともに課題解決に向けて奮闘。

私は、能登半島地震等で被災者された方々に対する健康調査や歯科保健対策などの業務を担当しています。

令和６年能登半島地震は未曽有の災害だったことから、当県でこのような大規模な調査を行うのは初めてであり、他の被災県の事例を参考にしながら、一から調査を組み立て、進めていくのは非常に骨が折れました。課題に直面するたびに、頭を抱える日々が続きましたが、上司や同僚のおかげで、業務を進めていくことができています。

保健師の業務である「予防」や「健康づくり」という分野は、成果が分かりにくいものではありますが、少しでも県民のみなさんが健康的で、その人らしい生活が送れるよう関わっていきたいと思っています。

“職場はチーム”上司の力強い一言が励みに。

私には、小学校６年生の長男と小学校３年生の次男がいます。長男の育児休暇から復帰した際には、復帰早々から熱を出して保育園から急に呼び出されたり、風邪をひいて何日も保育園を休んだりと同じ課のみなさんにご迷惑をかけているのではないかと不安な日々でした。また、今までは自分のペースで進められていた仕事が、思うように進まないことにもずっと焦っていたように思います。

そんな中、子どもから風邪をもらい、自分が企画していた研修会を休まざるを得なくなったことがありました。申し訳ない気持ちでいっぱいな中、当時の課長さんに電話をしたところ、「職場はチームなんだから、もっと頼っても大丈夫よ。任せなさい。」と力強く声を掛けてくださいました。ずっと張りつめていた気持ちが楽になり、その一言が励みになったこと、今でも忘れません。

子どもとの時間を大切に。家事も育児も夫と“２人”で協力。

子どもたちに振り回されながら日々を過ごしていますが、どんなに忙しくても、子どもたちが「話を聞いて」「（頑張ったのを）見て！」と言ってきた時には、（後回しになってしまうこともありますが）時間を作って話を聞くようにしています。今では大きくなって、甘えることも少なくなりましたが、時々甘えてきた時には、満足するまで抱っこしています。

２人の子どもを育てていく中で、もともと夫は家事に協力的でしたが、私の「仕事も頑張りたい」という気持ちをしっかり受け止めてくれた結果、今では家事も育児も（料理以外はですが）「２人で」こなしています。もちろん、子どもが風邪を引いたときや子どもの行事なども、お互いに調整して休みを取っています。

私が今、仕事と育児を両立できているのは、私たち２人が働きやすい環境を作ってくださっている職場の上司や同僚、そしていつも支えてくれる夫と、健やかに育ってくれている子どもたちがいてくれるからこそだと思っています。

周りの皆さんのご理解に感謝しつつ、これからも仕事に育児に邁進していきたいと思います。

※記載内容は、作成当時のものです。

3　夷藤　昂　創造的復興推進課主任主事

― 略　歴 ―

H24.4　県央土木総合事務所
H26.4　土木部監理課
H30.4　観光戦略推進部観光企画課
R2.4　総務部財政課
↑育休①
R5.4　総務部人事課
↑復帰、育休②
R7.6　能登半島地震復旧・復興推進部創造的復興推進課
↑復帰

“子供の成長は早い”
何気ない日常の中で、子どもの成長を実感！

現在は創造的復興推進課で能登創造的復興支援交付金に関する業務を担当しており、交付金の国への申請や市町への交付決定などを行っています。

これまでの県庁生活において庶務経験が比較的長かったこともあり、復帰後はわりとすんなり業務に入り込めたように思います。市町との連絡調整や交付金に基づく実施計画の作成などが主な業務内容であることから、短期的な期限の仕事も少ないため、年休が取りやすく、またフレキシブルワークもしやすく、子育て世代にとっては働きやすい環境だと感じています。

育休は二人目が生まれた際に１年間、三人目が生まれた際に１年間と、計２年間取得しました。２年間も取得した男性職員は珍しいのではないかと思っています。

「子供の成長は早い」、取得しようと思ったきっかけはこれに尽きます。育休取得を考える上で、既に取得したことのある同世代や育休とは無縁だった上の世代など色々な方に相談していくうちに、僕の中から「育休を取らない」という選択肢は完全に消えていました。

育休を取ってよかったなと思うことナンバーワンは、なんといっても上の子達と過ごす時間が格段に増えたことです。幼稚園へ一緒に登園し、放課後は園庭で遊び、帰ってきてお風呂に入り、ご飯を食べて、遊んで、一緒に寝る。毎日がこの繰り返しの中で、今日あったことや幼稚園の行事に向けて頑張っていること、お休みの日に行きたいところなど、たくさん話してくれて、その一つひとつの会話の中に成長を感じることも多かったように思います。二人同時にマシンガンのように話してくるので、聞いていないときもあります。(笑)

また子供の数が２人から３人に増えたときに一番感じたのは、２人育児も３人育児も労力は大して変わらないなということです。３人育児になるとかえって諦めがつくというか、肩の力が抜け、１番上の子が戦力化したことも相まって、２人育児のときよりも色々と余裕ができたように思います。それもあって２回目の育休中は幼稚園の育友会の副会長を妻と一緒に引き受けることとし、幼稚園の先生方や同じクラスの子どもとその親御さん達と知り合う機会が増え、園長先生から「みんなのパパ」との称号をいただきました。

仕事と育児の二刀流に向けて、
勤務時間内に最大限のパフォーマンスを。

現在は朝と夕方に育児時間を活用し、遅く来て早く帰る生活をしています。業務上の配慮や職場での周りのサポートがあるのはもちろん（時間外勤務ができないため、勤務時間外に発生してしまう事件は周りにお願いしつつ）ですが、仕事と育児の両立に向けては、自分の勤務時間内に最大限のパフォーマンスを発揮できるよう、優先順位と効率性（スピード感）を常に意識して仕事をするようにしています。

具体的には「たたき台を作ったもんが勝ち」くらいの感覚で、資料作りのオーダーがきたら、なるべくその日のうちに上司にあてるようにしています。「家に帰ったら家事・育児がたくさん待っているので、とにかく早く帰りたい」と思っていると、仕事上の‘些細’な悩みなども多少は気にならなくなります。

今後について、当面は育児に関する制度を活用しながら、より一層仕事と育児の二刀流に取り組んでいきたいです。また今後、自分が上の立場に立った時には、これまで自分が周りからサポートをしてきてもらった分、育休経験者としてしっかりと下の世代のサポートをしていきたいと思っています。

※記載内容は、作成当時のものです。