

NPO 法人 ファザーリング・ジャパン関西



### 企業・自治体向けセミナー実施

男性の育児参加、育休取得、多様な働き方を応援するセミナーを実施しています。(下記、セミナー例)

管理職・労務管理者を応援  
イクボス養成セミナー

全社員の未来を応援  
ワークライフバランスセミナー

共働きを応援  
両立支援セミナー

セミナー実施にご興味がある企業、自治体の方は FJK の HP からお気軽にお問い合わせください。

### 会員募集中

団体の合言葉である「いいパパではなく、笑ろてるパパを増やす」にご賛同いただける会員を募集しています！

入会の申込みや  
詳細はこちら

「FJK でパパ友つくろうぜ！」

- 子どもたちとたくさんの体験を
- 社会活動や講師デビューも
- 趣味の合うパパと、子連れで遊びに行こう



# パパも活躍！ 夫婦で 育休・保活 応援 BOOK

パパ育休の  
体験談も説明！

冊子に関する  
お問合せはこちら



BABYJOB  
ベビージョブ

えんさがそっ  
あなたにピッタリの園探し

【監修】阿川 勇太 (NPO 法人ファザーリング・ジャパン関西 副理事長)

一緒に考えよう！





## パパの育休制度って？

育児休業（育休）とは子どもを養育する義務のある労働者が法律に基づいて取得できる休業のこと。この制度は、仕事と育児の両立を図るという目的のもと生まれました。

さらに、誰もが育児休業を取得しやすい環境整備の推進を背景に、特に男性の育児休業の取得促進を目的として、産後パパ育休が2022年に創設されました。男性が子どもの出生直後に育児休業を取得し、子育てに積極的に関わることで、女性の雇用継続や夫婦が希望する家族像の構築につなげたいといった趣旨もあります。

## ママだけじゃなくパパだって取得できる！

## 育児休業の基本

いざ育休を取得しようとした場合、現在の制度はどうなっているのでしょうか。どの時期にどれくらいの期間を休めるの？ 要件や申請期限は？ パパの育児休業の基礎知識をチェックしていきましょう。

### 夫婦ともに取得できる「育児休業」

職場には取得の1か月前までに申請する必要があります。育児休業開始から180日間は賃金の67%、それ以降は50%の育児休業給付金が受け取れます。

- （制度のポイント）
- 出産から原則1歳になるまで取得できます
  - 妻が専業主婦や育児休業中でも取得できます
  - 夫婦ともに取得する場合は、1歳2か月までの間で1年間取得できます
  - 2回に分割して取得することも可能です

### 2022年10月新設「産後パパ育休」

子どもが生まれた直後の時期に柔軟に育児休業が取得できるよう、2022年10月に新たに「産後パパ育休」が創設されました。育児休業制度と併用が可能です。職場には取得の2週間前までに申請をしましょう。

- （制度のポイント）
- 出産から8週間以内に4週間まで取得できます
  - 2回に分割して取得できます

## とるだけ育休にならないために

## パパの育休取得で一番大切なこと

「育休を取る」ことが目標になってしまいがちですが、育休取得によって「自分がしたいこと」「自分がすべきこと」を明確にした上で、夫婦で話し合っ取るタイミングを決めることがとても大切です！

その実現に必要なタイミングと日数の育休を取得するのが理想ではないでしょうか。実際に育休を取得したパパにどのようなタイミングで取ったのかお話を伺いました。



Aさんのパターン  
(生後3ヶ月時に1か月間取得)

1人目2人目の時は  
生後3ヶ月が**一番育児負担が重かった経験があったので、3人目はそのタイミングで取った。**



Tさんのパターン  
(産後から1年間取得)

**育児をしっかりと楽しみたかったので、1年取得しました。はじめての離乳食も、はじめてのハイハイも、はじめて歩いた瞬間も、夫婦で共有できました。**



Mさんのパターン  
(産後から6か月間取得)

お腹の中にいる赤ちゃんが**双子で、育児の負荷が非常に高くなると考えたためです。「子どもが一番かわいい時期に、集中的に一緒にいたい」という思いもありました。**



Kさんのパターン  
(産後から2週間取得)

2人目出産時に**コロナ禍であまり両親を頼れなかった**ということがあり、ママが出産でいない間の**上の子のケアのために2週間取得した。**



Sさんのパターン  
(産後から1か月間取得)

**すぐに通りすぎてしまう新生児期を一緒に過ごしたかった。仕事の都合で1か月の取得が限界だった。**



Oさんのパターン  
(1歳から3ヶ月間取得)

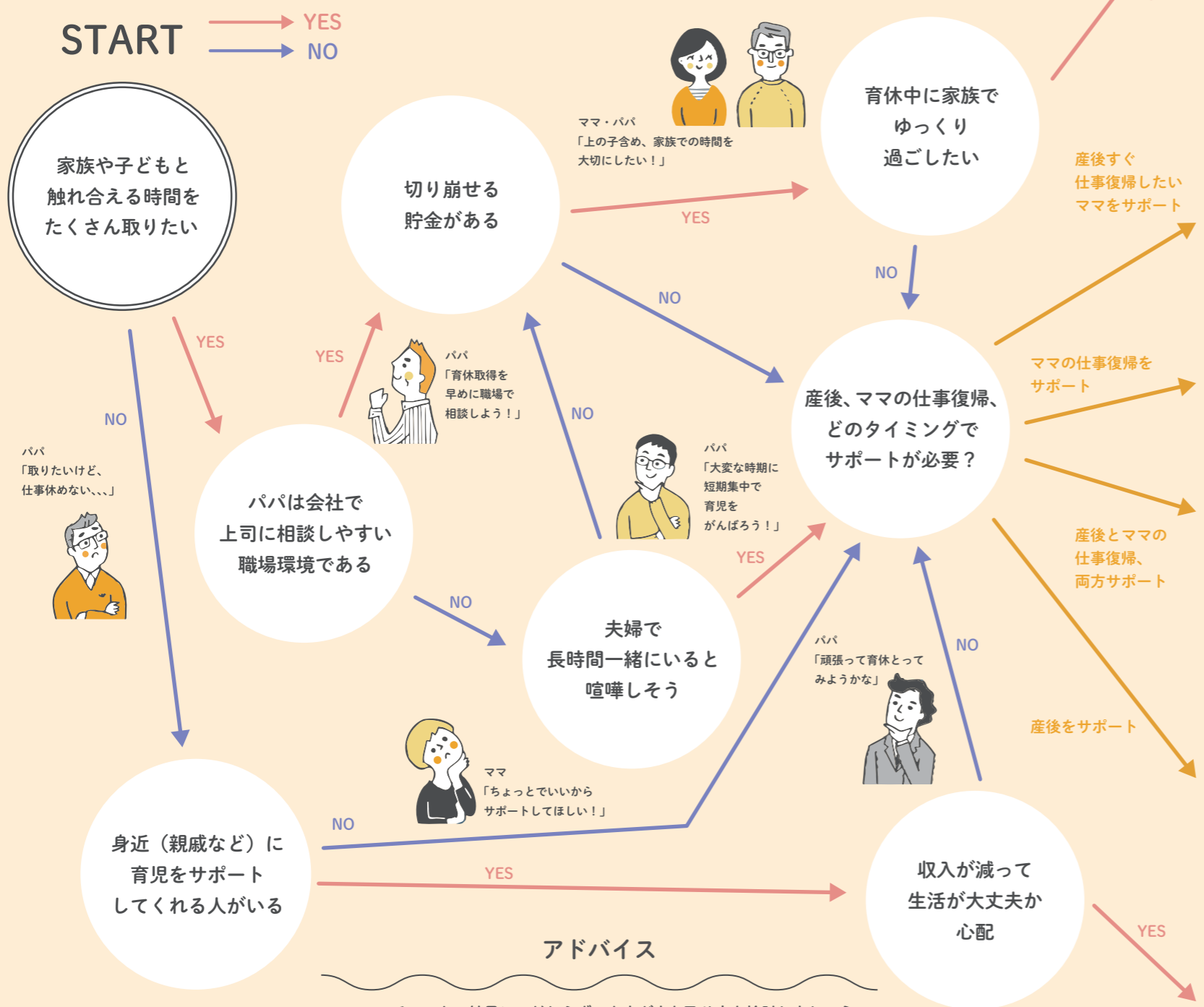
**妻が職場復帰するタイミングが1月で**保育園に入れなかったため、4月に入園できるまでの間、育休を取得した。****

## アドバイス

- ▶ 家庭にてパパが活躍しやすいタイミングで育休を取得することが大切！
- ▶ 新しくスタートする産後パパ育休や従来の育休制度をうまく活用しよう！
- ▶ 保活やママの仕事復帰のタイミングで2回目を取ることも考えてみましょう！

夫婦で考えよう！

# 家庭に合った育休取得タイプ



## しっかり取得型

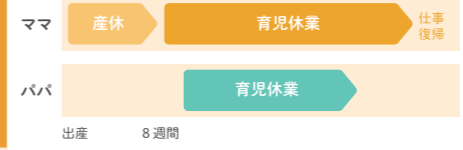
夫婦と一緒に育児に時間を使えて、パパが仕事のタイミングに合わせて取得。

### メリット

- ▶ 夫婦でしっかりと育児に携われる
- ▶ パパの仕事の都合を最大限配慮できる

### デメリット

- ▶ 収入減の期間が長引くと家計が苦しくなる
- ▶ 長期間夫婦で家にいることでお互いにストレスを抱える傾向にある



## パパ主体型

ママが産後すぐに仕事復帰するためにパパが主体となり取得。

### メリット

- ▶ ママの働きたいという意思を尊重できる

### デメリット

- ▶ パパのワンオペ期間が長くなる



## 引継ぎ型

ママの仕事復帰に合わせて、パパが一定の引継ぎ期間をかぶせて取得。

### メリット

- ▶ 助走期間（引継ぎ期間）を持つことでパパが育児に慣れることができる
- ▶ ママの仕事復帰時の負担を緩和できる

### デメリット

- ▶ 出産直後のサポートが十分に行えない



## ダブルサポート型

ママの産後&復帰をサポートするためにパパが二回に分けて取得。

### メリット

- ▶ ママのケア+パパのケアをしっかりできる
- ▶ お互いワンオペ育児ができるようになる
- ▶ ママの仕事復帰時の負担を緩和できる

### デメリット

- ▶ 収入減の期間が長引き、家計が苦しくなる



## 産後サポート型

ママの産後をしっかりサポートするためにパパが出産に合わせて取得。

### メリット

- ▶ ママのケア+パパのケアをしっかりできる

### デメリット

- ▶ 短期の取得だと、職場のサポートが薄く前後の仕事量が増加し、パパの負担が大きくなる
- ▶ ママのワンオペ期間が長くなる



## 半育休型

産後パパ育休では育休中に働くことも可能に。育休と仕事を両立。

### メリット

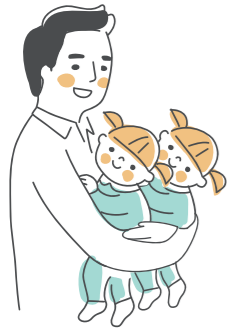
- ▶ 育休よりも収入が増える
- ▶ パパの職場復帰がスムーズにできる

### デメリット

- ▶ 仕事優先でパパの育児参加がおろそかになり、ママの育児負担が大きくなる可能性がある
- ▶ 仕事が負担になり、パパの体調管理が大変



# 夫婦で育休・保活体験談



VOICE 1

しっかり取得タイプのパパAさんの場合（6か月取得）  
**パパも保育園送迎するなら、園見学は必須！**

パパの職業：正社員／ママの職業：正社員

Q 育休を取ろうと思ったきっかけは？  
期間はどのように決めた？

A もともと子どもが好きで、しっかり育児に携わりたと思って  
いた事に加え、双子だとわかり、6か月の長期取得を決めました。

Q 保活の役割分担は？  
園見学はしましたか？

A 下調べは妻、園見学は夫婦で、  
もしくは僕が一人で行きました。



VOICE 2

産後サポート型タイプのパパBさんの場合（1か月取得）  
**新生児のかけがえのない時期に家族で過ごす大切さ**

パパの職業：会社役員／ママの職業：パート

Q 育休を取ろうと思ったきっかけは？  
期間はどのように決めた？

A 新生児のかけがえのない時期を一緒に  
過ごそうと妻が提案してくれたことがきっかけ  
2か月取得したかったのですが、仕事の都合で  
1か月取得となりました。

納得の一言！

Q 保活の役割分担は？  
園見学はしましたか？

A 下調べは妻、  
園見学は夫婦で実施しました。

Q 育休を取得してよかったことは？

A 濃密な6か月があったからこそ、  
今の家族がある

育休6か月の間に夫婦でぶつかることも  
多かったですが、濃密な時間をとれたからこそ、二人で育児に  
向き合う家族の形ができた。  
また、2歳になった今でも子どもがよくなつてくれます。

Q 夫婦で保活をしてよかったことは？

A 園見学に行くことで、  
パパも送り迎えに行きやすい雰囲気のある園かどうか、  
という視点を持つことができた

園を選ぶ過程で、夫婦ともに「のびのび育てたい」という教育  
方針が一致していることを確認できたこともよかったです。

送迎をパパがする  
予定の家族に  
ぜひおすすめしたい

Q 育休中は何をしました？  
よかった事も教えてください！

A 夜の授乳の大変さを体感し、妻への感謝が増大  
夜の授乳を担当し、3時間おきに目覚ましをかけて起きてました。  
毎日しっかり眠れず、新生児を育てる緊張感を妻だけに背負わせ  
るのではなく、一緒に経験できてよかったです。  
未だに夜泣きなどで寝不足の日々が続く妻に対し、育休での経験  
があったからこそ、感謝と偉大さを心から感じられています。

Q 夫婦で保活をしてよかったことは？

A 「どんな子に育ててほしいか」を  
話し合う機会になった

大切！

保活をするにあたり、まず「どんな子に育ててほしいか」を  
夫婦で話し合いました。明るく元気な子に育ててほしいと、  
お互いの想いを確認できたため、その後の候補園選びをスム  
ーズに進めることができてよかったです。



VOICE 3

しっかり取得タイプのパパCさんの場合（約5ヶ月取得）  
**保育園選びは「自分事化」が大切**

パパの職業：正社員／ママの職業：正社員

Q 育休を取ろうと思ったきっかけは？  
期間はどのように決めた？

A 金銭面・業務面を考慮して「5ヶ月」を決断  
育児・家事を1人でしっかりできるようになりたいと思い、  
長期取得を考えました。  
里帰り出産から帰ってきてすぐ（生後1か月）から開始したかっ  
たけれど、業務の都合で1か月後ろ倒しになりました。  
給付金が6か月以降は減額となるため、取得期間は6か月以内と  
決め、業務的に区切りがよい新年度（4月）に復帰しました。

Q 保活の役割分担は？  
園見学はしましたか？

A 保育園選びは夫婦で、  
園見学は妻が実施しました。

参考になる！



VOICE 4

第二子・第三子で取得したパパDさんの場合（それぞれ1か月取得）  
**妻とよく話し、タイミングと育休中のタスクを決定**

パパの職業：大学講師／ママの職業：看護師

Q 育休を取ろうと思ったきっかけは？  
期間はどのように決めた？

A 産後3ヶ月ごろの夜泣きがひどく大変だった  
上2人の経験を活かし、  
第三子では一番大変な時期に集中して取得

本音では生後すぐから取りたかったのですが、  
仕事の都合がつかず産後3ヶ月目での取得となりました。

Q 保活の役割分担は？  
園見学はしましたか？

A 条件出しは夫婦で、候補園選びは  
妻、園見学は夫婦で実施  
長男の時だけ保活をし、次男・長  
女は同じ保育園へ

Q 育休中は何をしましたか？

A 家事と子どもの世話（ミルク、おむつ替え、寝かしつけ）を、  
役割分担は決まらずに2人でした。  
長期取得したおかげで、家族で旅行に行くリフレッシュ時間  
も持てたことがとてもよかったです。

Q 夫婦で保活をしてよかったことは？

A お互いに「自分事化」で園選びする  
ことが自分のためになる

我が家は僕が送り、妻が迎えをする予定だったため、  
お互いに「自分が送迎する」前提で真剣に候補園選びをしました。  
僕は仕事に復帰していたため園見学には行けませんでした、で  
きる限り自分事として取り組みました。

Q 育休中は何をしましたか？

A 妻と事前に相談し、自分のタスクを決めた

次男（第二子）の時は、長男のケアを自分が担当しました。  
長男が赤ちゃん返りをしないよう、妻が次男の世話を  
している横で長男といっしょに赤ちゃん人形の世話をしたり、  
長男と2人で旅行に行ったりしました。  
長女（第三子）の時は、「夜にちゃんと寝たい」という妻の希望を叶  
えるために、夜中に赤ちゃんを2人で車で過したりしていました。

上の子のケアも  
大切な仕事です

Q 夫婦で保活をしてよかったことは？

A 入園後の生活を具体的にイメージ

義母の送り迎えも必須ということを夫婦でまず確認し、  
その視点を入れて園選びをしたことで、  
その後の登園生活でもめ事が起きにくかったです。



## 保活のキソ知識

子どもが毎日長い時間を過ごす場所になる保育園を選ぶこと、それが「保活」です。  
 保育園にもそれぞれの特徴があるため、何を基準に選べばよいのか難しいですね。この機会に、夫婦で「子どもにどんな環境を与えてあげたいのか」を話し合ってみてはいかがでしょうか。また、送り迎えは誰がするのか、荷物と子どもを抱えての登園に無理は生じないかなど、実際に園に通い始めてからの生活をイメージし、夫婦ともに自分事として保活をすることが大切です。

効率よく保活を進めるために夫婦で確認しよう！

## 保活のスケジュール

4月入園を目指す場合

6月                      7月                      8月                      9・10月                      11・12月                      1・2月                      4月

**役所のホームページで下調べをする**

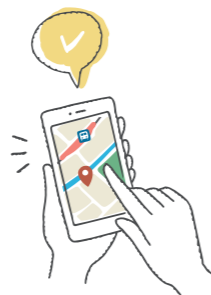
地域によって、保育園に入れる基準はさまざま。まずは役所のホームページで入園案内を確認。

**役所に行く**

近隣園の入園状況や選考方法、スケジュールや自分の点数など、ホームページで気になった点は、役所で担当者に聞きます。

**保育園の- リサーチ
を始める**

通園距離や保育方針などを各園のホームページや保活サイトで「えんさがそっ」で確認して、気になる園をリストアップ。夫婦で選ぶ基準を話し合おう！



**保育園を見学して希望園を絞**り始める

気になる園の見学をして、園の様子をチェック。認可園だけでなく、認可外園も忘れずに！年中、見学を受け付けている園もあるので、妊娠中に見学へ行くのもおすすめです

**認可外園の- 入園申込
をする**

認可外園は、先着順で入園が決まるところもあるので、入りたいと思ったら、すぐに申込みを。

**認可園の- 申込み用書類
を手に入れる**

9月～10月に次年度の申込書類が配布される自治体が多いです。書類を手に入れて最新情報を確認しましょう。



**認可園の- 入園申込
をする**

必要書類を準備し、認可園入園の申込みをします。勤務先で発行してもらう必要がある書類も早めに準備を。

**保育園の- 内定
が出る**

認可園の内定（＝承諾）、または不承諾の通知が届きます。認可外園の多くも、この時期に内定が出ます。



**入園！**

## 保育園の種類

	認可園	認可外園
特徴	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 園児1人あたりの保育士の人数や施設の広さ、建物の防災設備など、国が定めた認可基準を満たしている</li> <li>▶ 入園するには、自治体から「保育の必要性の認定」を受ける必要がある</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 認可園以外の施設</li> <li>▶ 規模や設備状況は、施設によってさまざま</li> <li>▶ 入園するときに、「保育の必要性の認定」は不要</li> </ul>
申込み方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 各自治体へ申込みをする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 各施設に直接申込みする</li> <li>▶ 施設ごとに申込用紙を記入。先着順が多いが、選考方法はさまざま</li> </ul>
保育料	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 0～2歳児クラスは世帯収入に応じて額が変わる。3～5歳児クラスは無償 ※自治体ごとにことなるため、詳細は自治体に確認ください</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▶ 施設ごとに定められていて、額はさまざま</li> <li>▶ 3歳児クラスからは一部無償化の対象に</li> </ul>
メリット デメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 認可基準を満たしているため、一定の質が担保されている</li> <li>○ 保育料が比較的安い</li> <li>× 就労していないと預けるのが難しい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 就労していなくても預けられる</li> <li>○ 習い事のカリキュラム、送迎など、特色のある場合も</li> <li>× 保育料が比較的高い</li> </ul>
種類	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認可保育園 保育料が安く抑えられており、人気が高い</li> <li>● 認定こども園 ▪保育園と幼稚園の良さがある。 異年齢での交流が生まれ、社会性が身につく環境</li> <li>● 小規模保育園 定員数が少ないため保育士が子ども一人ひとりを丁寧に見てくれる</li> <li>● 家庭的保育 家庭的な環境で子ども一人ひとりのペースに合わせた保育を提供</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認証保育園（東京都のみ） 開所時間が長いなど、都市部のニーズに合わせた独自基準を満たす</li> <li>● 企業主導型保育 保護者の働き方に応じた柔軟な保育サービス 保育料が比較的安い</li> <li>● インターナショナルスクール</li> <li>● その他</li> </ul>

# 夫婦でつくりよう！ 保活ToDoリスト

タスクが完了したらチェックしよう

ToDo	担当	期限日	おすすめポイント
<input type="checkbox"/> 役所に質問する	パパ / ママ / 2人	/	役所できいてみよう！ ◀詳しくは 豆知識のコラムを参考に！
<input type="checkbox"/> 候補園のリストアップ	パパ / ママ / 2人	/	保育園の検索サイトを活用しよう！
<input type="checkbox"/> 見学予約	パパ / ママ / 2人	/	保活サイト「えんさがそっ♪」から WEB予約できる保育園もあるよ！ 電話予約は13~15時にかけるのがGOOD！
<input type="checkbox"/> 見学時の チェックポイント リストアップ	パパ / ママ / 2人	/	右頁の見学のポイントを活用！
<input type="checkbox"/> 園見学	パパ / ママ / 2人	/	パパも送迎をする予定なら、 夫婦で園見学は必須！
<input type="checkbox"/> 候補園の絞り込み	パパ / ママ / 2人	/	夫婦で意見が違うときは、 子どもにとってどうかで考えよう
<input type="checkbox"/> 認可園の 申込用紙取り寄せ	パパ / ママ / 2人	/	書類の取り寄せ・提出は パパが積極的にやるとGOOD！
<input type="checkbox"/> 認可園の 申込を提出	パパ / ママ / 2人	/	

## 保活サイトを活用しよう



あなたにピッタリの園探し

園探しを  
より簡単に  
よりスマートに




- 地図上で簡単に検索
- 写真で園の様子がよくわかる
- WEBで見学申し込み

無料で利用できます

サイトは  
こちら



夫婦でお気に入り施設リストや  
見学メモを共有できる！

## 保活の豆知識

QRコードを読み取って、「えんさがそっ♪」のコラムサイトで記事をチェックしましょう！

役所で  
聞くべきこと



保活に重要な  
指数(点数)  
とは？



園見学で  
確認すべき  
ポイントは？



# 保育園見学チェックリスト

「えんさがそっ♪」のコラムサイトで園見学チェックリストがダウンロードできます

見学予定日： 年 月 日 保育園名： 最寄駅：

予約時に、園見学の際 ベビーカー／車（駐車場の有・無）／自転車 での来園が可能かどうかを確認しましょう。

## 空間・設備について

- 園内は整理整頓されているか
- おもちゃの数、選定（安全性、対象年齢）は適正か
- 室内の活動スペースの広さは十分か、充実しているか
- セキュリティ・管理方法（オートロックシステム／保護者証／常駐警備／防犯カメラ／各保育室に防犯無線機）
- 日常の保育の様子を確認するツールはあるか（WEBカメラ／保育アプリの導入／他：）
- 園庭はあるか（ない場合の外遊びの方法、お散歩のコース、よく行く公園など：）
- 手洗い場・トイレは子ども向けの設備になっているか
- ベビーカー置き場／駐輪場／駐車場はあるか
- 緊急時連絡を取る際の方法（）

## 先生・雰囲気について

- 子どもたちの表情が明るく、落ち着いて過ごさせているか
- 子どもたちが保育者を慕っているか
- 保育者が楽しそうに仕事をしているか
- （認可外の場合）園児の人数に対して1クラスに何人の先生が配置されているか（園児数： 人／先生： 人）
- 保育者から子どもへの接し方・言葉のかけ方の印象（丁寧／柔らかい／明るい／雑／冷たい／会話が少ない／威圧的）
- 保育者同士のコミュニケーションの印象（丁寧／柔らかい／明るい／雑／冷たい／会話が少ない／威圧的）
- 保育理念に共感できるか
- ママ以外も送り迎えしやすい雰囲気はあるか

## 食事について

- 調理室が園内にあるか
- アレルギ対応を行っているか
- 延長保育を利用する際に軽食や夕食の用意があるか（ある場合、金額・内容はどのようなものか）
- 母乳の持参は可能か ※粉ミルクの場合（園準備：メーカー / 持ち込み）
- 離乳食の提供可能形態を確認（初期／中期／後期／完了期）
- 使用食材、原材料など確認できる献立表があるか

## 保護者負担について

- 保護者会（PTA）の活動はあるか（任意／強制）
- 連絡帳アプリは導入されているか
- おむつは持ち込みか（布おむつ／紙おむつ）
- 使用済みのおむつは保護者の持ち帰りか
- 保護者が平日に参加する行事や面談はあるか（年 回程度）
- 保護者主催の行事はあるか
- おむつのサブスク「手ぶら登園」は導入されているか
- お昼寝の際に使用する布団やシーツは持参か

## 保育時間・料金について

- 保育料（給食費）以外の保護者負担はあるか（）
- 延長保育を実施しているか（時間帯：）
- 延長のスポット利用は可能か（利用料： 円 / 分）
- （認可外の場合）保育料の確認（ 円 / 月）
- 土曜保育を実施しているか（時間帯：）

## その他

- 発熱時の呼び出しの目安（体温 ℃）
- 慣らし保育の目安期間を確認（）
- 園に看護師や保健士はいるか