

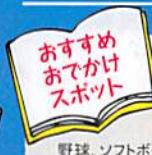
イク男さんの1日

Schedule

- 6:00 起床
6:30 朝食準備
7:00 朝食
8:00 保育所へ送迎
洗濯干し・掃除
9:00 病院へお見舞い
12:00 昼食
15:00 買い物
15:30 洗濯もの畳む
16:00 夕食作り
17:00 保育所のお迎え
散歩
19:00 夕食
19:30 お風呂
21:00 就寝

POINT 外でしっかり遊ぶ

今はなかなか出掛けられないですが、アパートの駐車場でおいかげっこや自転車の練習などを行っています。育休取得時は歩いてお迎えに行っていたので、生活が戻っても時間をとて子どもと散歩しながら話をしています。



矢掛町総合運動公園

岡山県小田郡矢掛町矢掛342

野球、ソフトボール、サッカー、フットサル、テニスなどを楽しめる各施設や全面芝生の多目的グラウンドのほか、子どもたちが存分に体を動かして楽しめる多彩な遊具や広場を備えています。夏場は噴水での水遊びもオススメ。



ママからメッセージ



正直、普段マザン気味の我が息子たち。その2人の子守を任せるのは、とても不安でしたが、案するより産むがやすしで、そこは楽しく3人でうまく成立していたようで、本当に助かりました。退院後も、寒い時期に新生児を保育所の送り迎えのために外に連れ出さなくて良かったので、私にとって、娘にとっても、本当に主人の育休はありがとうございました。

改めて惚れなおしました。



イク男さんの

会社からの勧めで取得を決意しました。次男の時も長女の時も取得でき、非常にありがとうございました。仕事に関しては特に休みを取ることに不安ではなく、周りのバックアップもあって問題なく育休取得できました。妻もとても喜んでくれたので取って良かったです。

福山市発信

育パパ情報コラム



新型コロナウィルスの関係で応なく始めたテレワークですが、これをきっかけにこれまでの価値観が劇的に変わった今までの

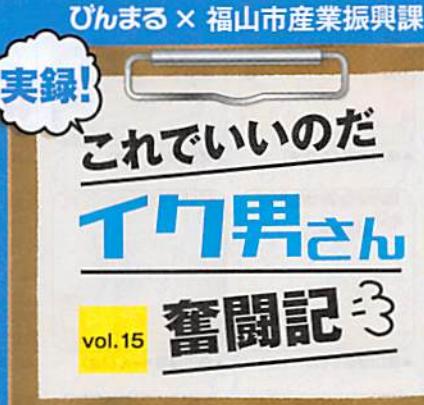
長女を出産した時、妻が退院後実家に帰っていましたので、育休と時短勤務期間の合わせて18日間は子ども2人と3人で過ごしました。家事と育児をこなすのは大変でしたが、お母さん子の2人も我慢して頑張ってくれたので、どうにか乗り切ることができました。育休期間後半は次男がノロウイルスにかかるて大変でした。

Q 育児休業中、大変だったことは?

Q 育児休業中、大変だったことは?

子どもたちの頑張る姿をたくさん見ることができたことです。お母さん子だからこそお見舞いに行くと中々帰らないなど、大変な部分ももちろんありました。私が成長を感じられて、うれしかったです。

Q 育児休業を取得して良かったことは?



愛する子どもと愛するママのために育児を積極的に行う男。

それがイク男!

仕事と家庭を両立できる
ナイスガイ!

忙しさで時間をつくれないという弱気なパパ達に子育ての楽しみ方をお見せします。



イク男さん Profile

Name:坂本 大さん(33歳)
妻・長男(4歳)・次男(2歳)・長女(3ヶ月)

市役所でも
テレワーク

新型コロナウィルス感染症の影響を受けて、福山市役所でもテレワークが導入されました。2歳の娘を持つイク男さんである私も、早速テレワークを開始してみました。

テレワークを始めてみると、まずは朝の身支度から解放される。これは大きなメリットでした。ズーツを着て、ネクタイを締めて、戸締りをして、職場まで行く。この毎朝のルーティンが切なくなりました。朝の身支度から解放されると、スリーピングで、ストレスひとつも感じず、新しい発想もできやすかったです。

また、仕事もリラックスした状態でできるので、集中してしまえばかどりますし、新しい発想もできます。

朝のルーティンが一切なくなりました。朝の身支度から解放されると、スリーピングで、ストレスひとつも感じず、新しい発想もできやすかったです。

また、仕事もリラックスした状態でできるので、集中してしまえばかどりますし、新しい発想もできます。