

新潟大学旭町キャンパス 男性育休レポート

Vol. 1

新潟大学医学部医学科医学教育センタータイパシティ推進支援室／新潟大学旭町キャンパス医師・研究者・医学生のキャリア支援の会 ひと尋の会
Tel. 025-227-0425 E-mail: hitohiro@med.niigata-u.ac.jp https://www.med.niigata-u.ac.jp/hthr/

男性育児休業（育休）取得が推進されています。一方で、2024年度新潟大学職員の男性育休取得率は25%であり、取得が進んでいるとは言えない状況です（参考：女性は100%取得。比較：2024年度民間企業全体 40.5%、国家公務員 85.9%）。ひと尋の会では男性育休を取る人も支える人も次の一步を考えるきっかけになるよう、男性育休を特集します。



① 男性育休取得者インタビュー

学内、学外の2人の男性医師から
経験談をお聞きました。

#1. 「終わらない当直」のような1か月 —双子の新生児期を夫婦で乗り切った男性医師の「留学」のような育休体験—

小柴 多郎 先生 呼吸器感染症内科／卒後3年目・新潟市民病院（2022年当時）／双子の第一子・第二子誕生時に1か月取得（有給休暇）

—育休を取ろうと思ったきっかけを教えてください。

最初は育休を取ろうとは思っていませんでした。取れないだろう、取れても1週間程度だろうと思い込んでいました。ただ、双子ということもあり、出産後の負担は相当なものになると感じました。また実家の協力が得られにくかったため、妻を支えるために取得を決めました。加えて、周囲からの勧めもありました。

—取得にあたって不安はありましたか。

医局や同僚の理解が得られるかは正直不安でした。取得の半年前には科部長に相談し、医局内でも話し合ったうえで快く了承していただけました。取得期間もせっかく取るならと科部長から1ヶ月を提案してもらいました。とてもありがたかったです。

—業務の調整はどのように？

職場では、できるだけ早め早めを意識して相談や調整、引き継ぎをしました。未確定であっても予定をこまめに共有しました。当時は医師3年目になったばかりで、外来担当はありませんでした。病棟はチーム制診療だったため、チームの先生方に引き継ぐ形で対応してもらいました。

—育休中の生活はどのようなものでしたか。

双子なので、基本的にすべてを妻と二人で一緒に回していました。おむつ替えは1日30回、授乳8回、沐浴2回、寝かしつけ、合間に家事、買い物、出産関係の各種書類作成…。二人とも機嫌よく過ごせる「隙間時間」を全部足しても8時間程度で、まとまった睡眠はほとんど取れませんでした。「終わらない当直」のようでした。

—大変だったこと、意識していたことは？

想像以上に眠れなかったことです。また、途中からは妻のメンタルケアの重要性を強く感じました。マタニティブルーにならないように、夜間はシフト制に切り替えました。

—取得して良かった点は？

妻のケアができたこと、そして子育ての基本を実体験として学べたことです。今後の育児について夫婦で話し合う時間も持てましたし、新生児期という一生に一度の時期をじっくり過ごせたのは何にも代えがたい経験でした。

—取得後、生活や働き方に変化はありましたか。

育児は育休が終わっても続き、仕事も始まります。限られた時間の中でどう両立するか、時間効率を強く意識するようになりました。仕事中心だった生活から、家族の時間も同じくらい大切に感じる感覚に変わりました。

—制度面で思うことはありますか。

2022年当時、育休だと給与が基本給の約3分の2になると聞き、有給休暇が余っていたため1か月は有給で取得しました。経済的な面を考えると、育休としてもう少し取りやすい制度だと良かったと思います。

—育休を取った率直な感想を教えてください。

マンパワーの面では職場にご迷惑をおかけしました。だからこそ、取得期間中の人員補充や手当の拡充など、職場側にもプラスがある仕組みを整えば、もっと気兼ねなく取れると思います。

—最後に、これから育休取得を考える男性へ。

育休はある意味「留学」のような体験です。今の時代、育休取得がキャリアにマイナスになることはほとんどありません。むしろ人生を見つめ直す大きなきっかけになります。ご家庭の事情にもよるとは思いますが、私は取得をおすすめします。



#2. 取らないという選択肢はなかった —大学病院勤務医が語る、産後パパ育休28日間のリアル—

内科系医師／30代／新潟大学医歯学総合病院／第一子の誕生直後から約1ヶ月、「産後パパ育休」を取得

—育休を取ろうと思ったきっかけを教えてください。

出産直後の育休は、当たり前に必要なものだと考えていました。

—育休取得にあたって、不安だった点はありましたか。

不安は収入面でした。正直、それに尽きます。

—職場にはいつ頃、どのように取得の意向を伝えましたか。

出産予定日の約1か月半前に、まずは人事を担当している医局長にメールで相談しました。とても協力的に対応していただき、話はスムーズに進みました。その後、雇用主の人事担当の方、そして診療チームの先生方にも順に相談しました。情報共有は必須だと考えていたため、最終的には職場の関係者全員に育休取得についてメールで報告しました。

—育休中の業務調整はどのようにされましたか。

外来担当がなかったため、病棟業務はチームの先生方に分担して担っていただきました。分担内容については事前に相談し、不在時の業務の振り分けは私が担当しました。

—育休取得にあたって、ご家族の反応はいかがでしたか。

育児を主にサポートしてくれていた妻の両親は、私が育休を取ることをとても喜んでくれました。私たち夫婦自身も、妊娠が分かった時点から「男性も育休を取るのが当たり前」という認識を共有しており、自然な流れとして受け止めていました。

—育休中はどのように過ごしていましたか。

母乳以外のケアはどちらが担当しても差し支えないため、役割を固定せず、二人で協力しながら進めていました。昼間は、休みた方がしっかり休めるようにすることを大切にしていました。夜間は3時間ごとの哺乳が必要でしたが、人工乳と母乳の混合栄養だったため、元気のある方がミルクを作り、もう一人がおむつ替えを担当する形で分担していました。沐浴は私自身が好きだったこともあり、主に担当していました（というか、みんながうまいまいと褒めてくれるので良い気になってやっていました）。

—大変だったことや、想像とのギャップはありましたか。

夜間3時間ごとに起きる生活は、想像以上に大変でした。また、新生児の湿疹など皮膚トラブルが出るたびに、「この布団が悪いのではないかな、洗剤の成分が、服の素材が、気温が、湿度が、遺伝か？ 自分のせいかな？」と考えすぎてしまい、自分の思考の暴走を抑えるのに苦労しました。行政の両親学級で聞いた「出産は全治2か月の事故に相当する身体的負担」「父親と母親はホルモンの影響が違う」という言葉を忘れず、まずは妻の体を最優先に、お互いをいたわり合うことを意識して過ごしていました。

—育休を取得して良かったこと、良くなかったことはありましたか。

良くなかった点を挙げるとすれば、収入が減ったことだけ

です。取得して良かったことは、それ以外のすべてでした。

—育休取得後、何か変わったことはありましたか。

家庭内、職場内ともに、大きく変わったことはありませんでした。ただ、産後パパ育休の取得は科内で私が初めてで、その後に続く方がいなかったことは少し残念に感じています。制度としては十分に利用できる環境だと思うので、今後はより取得しやすい雰囲気が広がっていけばと思います。

—育休制度に対して思うところはありますか。

大学病院勤務で外勤ができない場合、育児休業を長期間取得することは収入面でなかなか難しいのが現状だと思います。また、外来を担当している場合、代わりの医師が見つからなければ、外来だけでも出勤せざるを得ない状況もあると感じました。

—これから育休取得を考える方へメッセージをお願いします。

28日間という短い期間でしたが、取得して本当に良かったと感じています。子どもの成長はあっという間で、その瞬間は家族にとって一度きりです。また、子育てを母親・父親のどちらか一人で行うのは現実的ではなく、ましてやそのうちの一人は「2か月の後遺症が残る事故」と表現されるほどの身体的負担を抱えている状況です。そうした中で、どちらか一人に任せることがベストな選択とは思えませんでした。

育児・介護休業法で認められた正当な権利でもありますし、この程度の期間であれば職場も十分に対応できるはずです。むしろ今は、取得しないことの方が「自分で取らないと決めた」と受け取られる時代になってきているように思います。これから育休を検討される方には、迷わず制度を活用してほしいです。一方で、通常の育児休業を長期間取得することは、現行制度では収入面のハードルが高いのも事実です。制度のさらなる改善を期待しつつ、より子育てしやすい社会になるよう、個人としても考え、行動していきたいと思っています。





男性育休に関するアンケート（新潟大学医歯学系・医歯学総合病院医師対象）

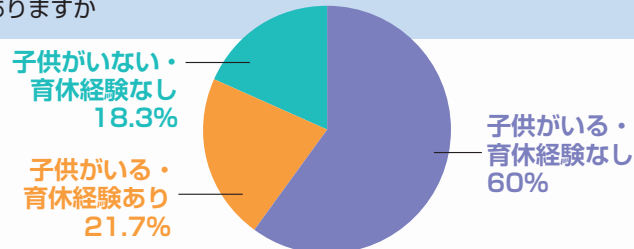
- 対象：新潟大学医歯学系・病院所属医師
- 内容：男性育休に関する認識、取得の実態調査
- 方法：googleフォームでのオンラインアンケート、メールで周知

- 期間：2026年2月3日～2月6日
- 回答者：計87名（男性 60名、女性 27名）

男性医師対象アンケート（60名）

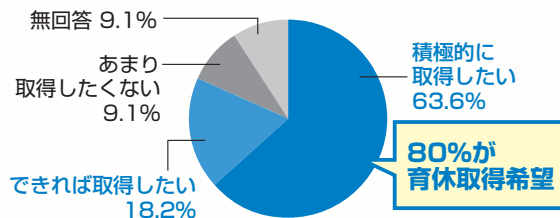


Q1. 男性育休取得の経験はありますか

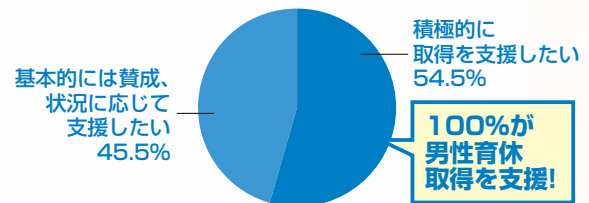


「子供がいない・育休経験なし」の方に質問

Q2-1. 今後機会があれば育休を取得したいですか



Q2-2. 診療科内で男性医師が育休取得を希望した場合、どのように考えますか

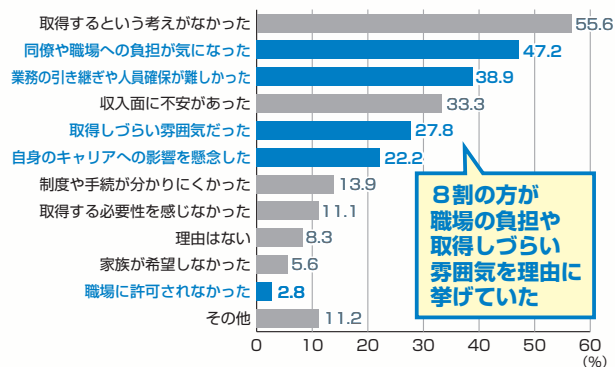


Q2-3. 男性育休について自由にご記載ください（一部抜粋・要約）

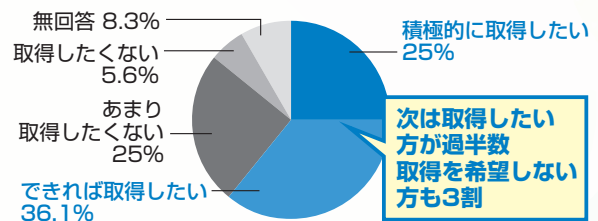
- 取得しやすい雰囲気作りをしてほしい
- 育休促進は診療科の良いアピールになる
- 育休を取得する権利は保障されている一方で、業務への配慮や責任についても意識する必要がある

「子供がいる・育休経験なし」の方に質問

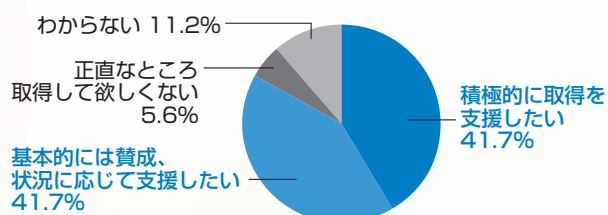
Q3-1. なぜ育休を取得しませんでしたか（複数回答可）



Q3-2. 今後、機会があれば育休を取得したいですか



Q3-3. 診療科内で男性医師が育休取得を希望した場合、どのように考えますか

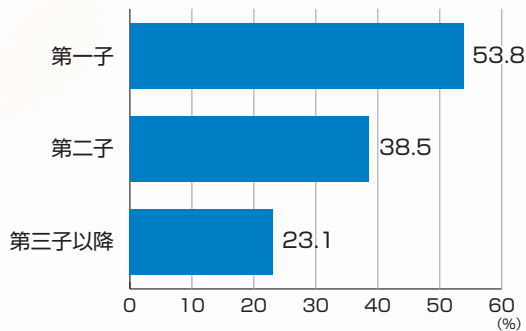


Q3-4. 男性育休について自由にご記載ください（一部抜粋・要約）

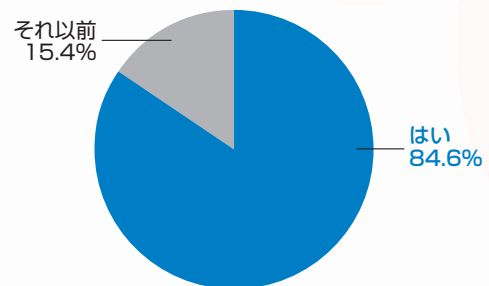
- 育休取得は推進すべきと考えており、実際に若手男性医師にも取得を勧めている
- 育休中の業務は他のスタッフが担うことになるため、周囲の負担への配慮や支える側への何らかのインセンティブがあってもよいと思う
- 専門職で代替要員に限られる診療科では、誰かが育休をとると診療科の機能が停止してしまう
- 人員不足が根本的な問題だと思う
- 育休だけでなく、復帰後の時短勤務や柔軟な勤務形態を含め、男性が継続的に育児に関われる制度を利用できるとうい

「子供がいる・育休経験あり」の方に質問

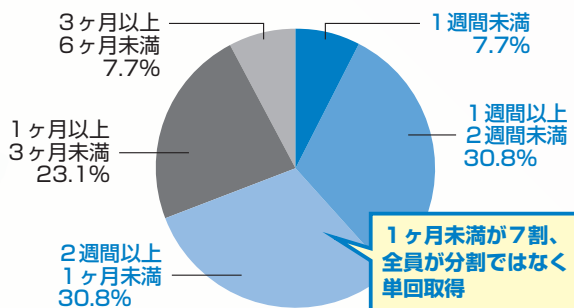
Q4-1. 何人目のお子さんのときに取得しましたか
(複数回答可)



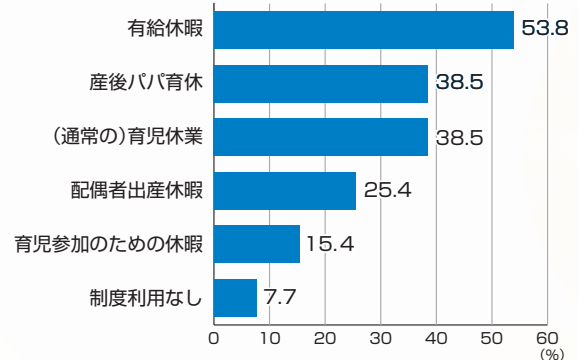
Q4-2. 育休取得開始時期は2022年10月以降*でしたか
*男性育休制度が見直され、産後パパ育休制度が導入された時期



Q4-3. 育休取得期間は



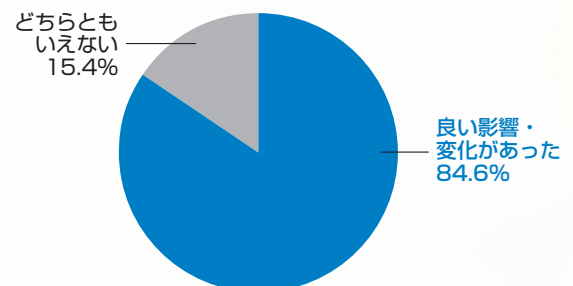
Q4-3. 利用した制度は (複数回答可)



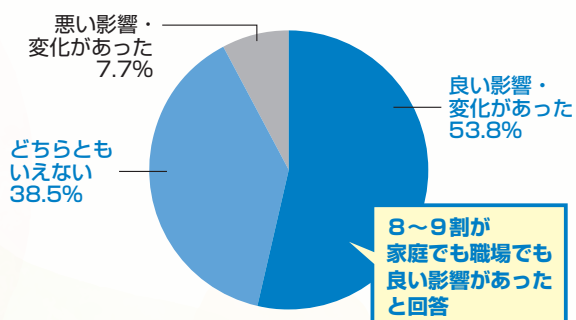
Q4-4. 育休中の過ごし方は

- 授乳以外の育児全般
- 上の子供の送迎・育児
- 家族の食事作り
- 家事全般
- 出生届などの書類作業
- パートナーのサポート
- 週2回の外来業務と当直バイトなどの仕事

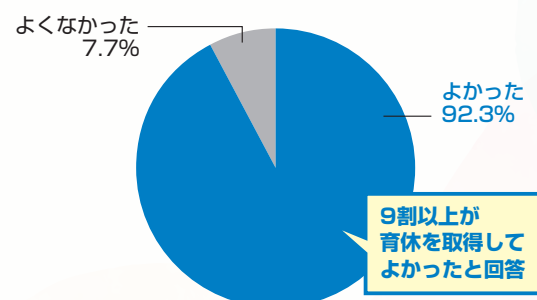
Q4-5. 育休取得後、家庭において影響や変化はありましたか



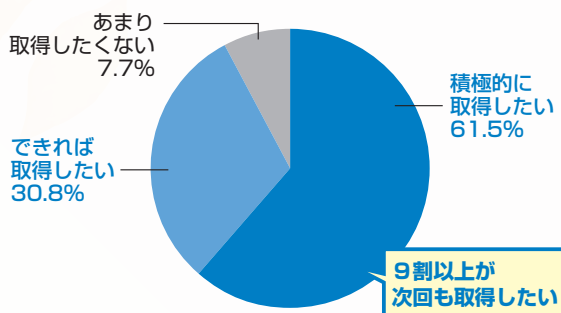
Q4-6. 育休取得後、職場において影響や変化はありましたか



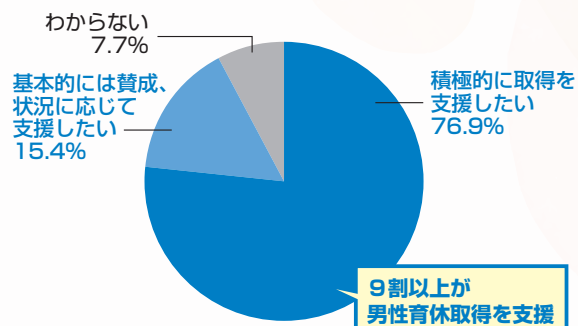
Q4-7. 育休を取得してよかったですか



Q4-8. 今後機会があれば育休を取得したいですか



Q4-9. 診療科内で自分以外の男性医師が育休取得を希望した場合、どのように考えますか



Q4-10. 男性育休の制度や職場の状況に関して、今後改善を期待したいことはありますか (一部抜粋・要約)

- 育休中も必要に応じてフレックスで業務参加できるなど、柔軟な働き方ができる環境があるとよいと感じた。申請手続きが煩雑だったのでより簡便になることを期待したい
- 職場や上層部の理解があるかどうかで、育休の取りやすさは大きく変わる
- 育休中に職場から連絡があり育休を解消する可能性を告げられた
- 制度自体は整ってきているものの、取得する側の心理的安全性はまだ十分とは言えず、医師という職場文化の影響も大きいと感じる
- 男性育休を応援する雰囲気はあるが、診療科全体の業務量は減らないため、長期取得が難しい面もある。他のメンバーの負担を考慮し、診療科へのインセンティブがあってもよいと思う
- 人員が限られた病院では育休取得が進みにくく、大学や行政による支援がなければ現場だけでの対応には限界がある

Q4-11. 育休を取得した感想、今後の取得者へのアドバイスを教えてください (一部抜粋・要約)

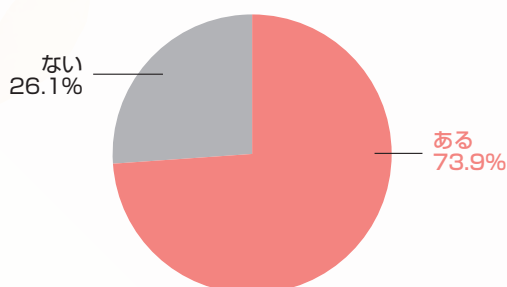
- 妻の産後の身体的・精神的負担を軽減するため、男性も積極的に育休を取得すべきだと感じた
- 男性でも1～3か月程度の育休取得が望ましく、妊娠中から家事に慣れておくことが重要だと思う
- 育児の最初期から関わることで、育休後も育児や家事に主体的に参加しやすくなったと感じた
- 育休は目的意識をもって取得しないと、パートナーをイライラさせるだけになる
- 出産直後の育児を経験できたことは非常に貴重で幸せなことで、家族関係や家庭の雰囲気にも良い影響があった



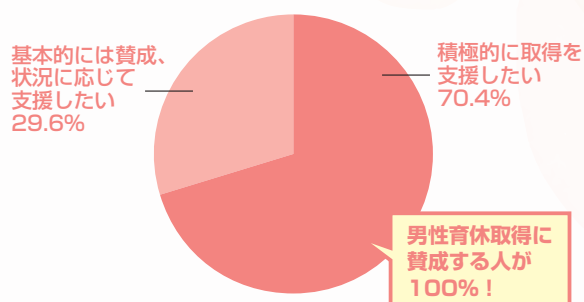
女性医師対象アンケート（27名）



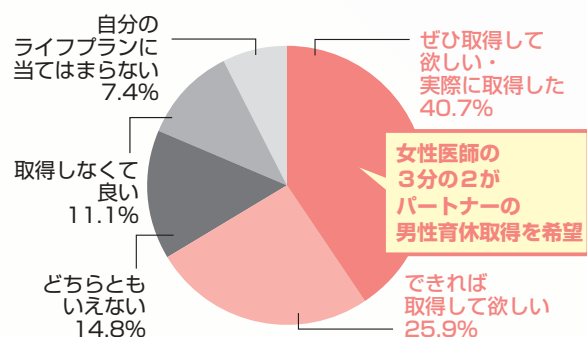
Q1. お子さんがいる方に伺います。
ご自身は育児取得の経験はありますか



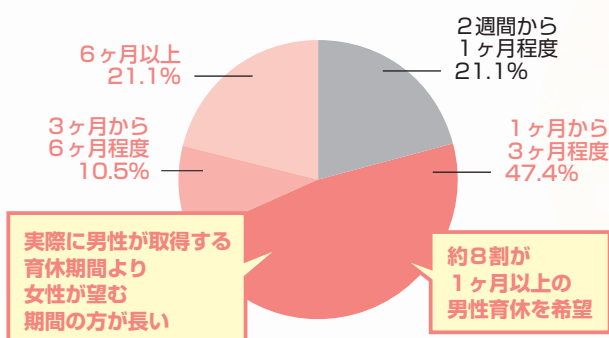
Q2. 診療科内で男性医師が育児取得を希望した場合、
どのように考えますか



Q3. 男性育休について、パートナーの取得をどのように考えますか

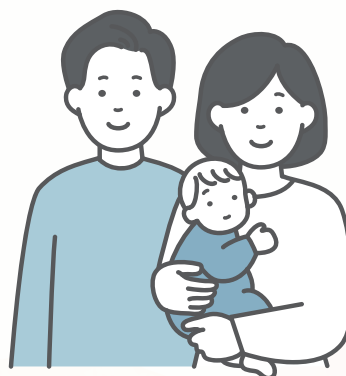


Q4. パートナーに育休を「ぜひ取得してほしい」「できれば取得してほしい」と回答された方に質問です。男性育休を取得する期間はどのくらいが望ましいですか



Q5. 男性育休について自由にご記載ください
(一部抜粋・要約)

- 男性が育休を取得することで、子どもの愛着形成や夫婦で仕事と育児を平等に頑張るという実感につながると感じた。上司が育休を取得している職場は魅力的だと思う
- 男性が育休を取得することは、女性の産後のキャリア継続にもつながると感じた
- 出産直後は特にサポートが必要で、個人差があるので家庭の状況に応じて3か月以上など柔軟に取得できる環境が望ましいと思う
- 育休中であっても男性は業務対応を求められることがあり、実質的に休業できる環境づくりと職場全体の理解が必要だと思う
- 子供が2人以上になると、子供の突然の体調不良など、親一人では対応できなくなる場面が増えてくる
- 育休は希望する人が取得すればよいと思う一方で、人手不足が常態化している中において職場や業務への影響も考慮しながら進める必要がある
- 子育てをしてきたが、男性が長期間育休をとる必要性を感じなかった
- 夫が育休を取得しようとした時、上司から圧力がかかり取得できなかった。産休中、家でワンオペ状態、メンタルズタボロだった
- 育休取得に加えて、復帰後も定時帰宅や時短勤務、勤務時間調整などを活用し、長期的に家事・育児を分担できる働き方、同僚へのインセンティブが重要だと思う



3 男性育休取得が推奨される理由

- 1 出産後の家族を支え、産後うつ予防や心身の回復に繋げるため
- 2 子供との大切な時間を共有し、育児への理解を深めるため
- 3 育児や家事を無理なく分かち合える環境をつくるため
- 4 男性も女性も育児と仕事の両立がしやすい環境づくりを進めるため

4 男性が活用できる育児のための休暇・休業制度

新潟大学医歯学系・新潟大学医歯学総合病院所属の男性職員が育児利用できる休暇は以下のものがあります。

制 度	育児休業	出産時育児休業 (産後パパ育休)	配偶者 出産休暇	育児参加の ための休暇	子の看護等 休暇
対象期間と 日 数	非常勤職員は子が原則1歳まで、常勤職員は3歳に達するまで	子の出生後8週以内に4週間まで *分割して2回取得可能	妻の出産に係る入院等の日から出産の日以後2週間を経過するまで2日以内	出産予定日から起算して6週間(多胎妊娠14週間)前から出産の日以後1年まで5日以内	子が9歳に達する日以後の最初の3月31日まで年5日以内(複数の子がいる場合)
給 与	育休開始から180日間：休業前賃金の約80% (育児休業給付67%+社会保険料免除) 181日目以降：約60% (給付50%+社会保険料免除)	両親がともに14日以上育児取得した場合、手取り100%相当 (給付67%、出生後休業支援給付13%+社会保険料免除) 上記の条件以外：67%	100% (特別休暇)	100% (特別休暇)	100% (特別休暇)
申 し 出 の 期 限	休業の1ヶ月前まで	休業の2週間前まで	事前	事前	事前 (やむを得ない場合は事後可)
休 業 中 の 就 業	原則不可 *就業を希望される場合は、個別に下記部署にご相談ください	事前に就業可能日の申出を行い、認められた範囲で就業可能 *労働日数・時間に制限あり *外勤(兼業)は原則不可。大学病院外来などの本務は可能 *就業を希望される場合は、個別に下記部署にご相談ください	—	—	—
申 し 出 先	病院所属：病院総務課人事係 学系所属：医歯学系総務課庶務係		病院所属：病院総務課職員係 学系所属：医歯学系総務課庶務係		

病院勤務職員は、特別休暇取得の場合、Dr.JOYでの申請が必要です

- 1 病院総務課職員係に連絡
- 2 Dr.JOYの休暇残日数が追加登録されたことを確認
- 3 Dr.JOYで休暇申請(勤務→申請→休暇→特別休暇から選択)



おわりに

男性育休はもはや「取る」「取らない」を議論する段階ではなく、「どう取るか」「どう支えるか」を考える段階に来ていると強く感じました。

2人の男性医師の育休経験談からは、勤務先や制度の違いはあっても、出産直後の時間を家族と共に過ごすことの大切さが共通して伝わってきました。

また、アンケート結果からは、男性育休を前向きに捉える声が多く寄せられる一方で、人員不足や職場の雰囲気といった、取得を躊躇させる現実的な課題も浮かび上

がりました。それでも、実際に育休を取得した方の多くが「取って良かった」と振り返っている点が印象的でした。

男性育休は夫婦で支えあう環境を築き、人生や働き方を見つめ直す機会にもなっています。男性育休を安心して利用できるかは、周囲の理解や職場の雰囲気にも大きく左右されます。男性育休が特別な決断ではなく、必要ときに自然に選択できるものとして現場に根づくことを期待したいと思います。

2026年2月吉日