



健康ワンポイントアドバイス

パパの育児休業取得のススメ

男性の育児休業が取得しやすくなりました

育児・介護休業法の改正により、10月から「産後パパ育休(出生時育児休業)」が新設され、育児休業が2回に分割して取得できるようになりました。

父親が産後パパ育休を取得することで、家族と一緒に過ごす時間が増え、育児や家事を一緒に行う機会も多くなり、家族の結び付きが一層深まります。

育児休業とは

育児休業：出産から原則1歳(保育所に入所できない場合などは最長で2歳)まで取得できる休業。

産後パパ育休：子の出生後8週間以内に4週間を上限として取得できる休業。

取得するタイミングは

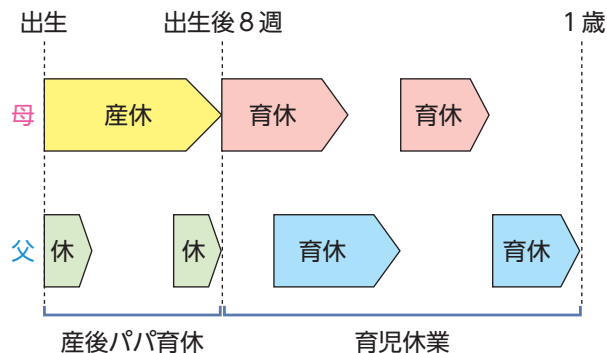
子どもが生まれる日、母親が里帰りから戻ってくる日、母親の職場復帰のタイミングなど、夫婦で相談して育児休業の取得時期を決めましょう。

メリットがいっぱい！パパの育児参加

●子どもの成長を間近に感じられる

子どもとかけがえのない時間を過ごし、日々成長す

〈育児休業取得の例〉



る様子にいち早く気付けることは大きな喜びです。

●夫婦が仲良し、家庭が安定

夫婦で話し合って、育児・家事を分担したり、協力したりすることで家族の信頼関係が深まります。

●仕事の効率が向上

子育てを通じて、時間までに仕事を終わらせる意識が身に付き、ライフワークバランスに対する意識が高まります。

【健康づくり課保健師】