



**【対談】私たちのワークライフバランス**

**白石 (写真右)** 三上さんには2人のお子さんがいらっしゃいますが、現在どのような両立支援制度を利用していますか。

**三上 (写真左)** 毎日2時間の育児時間を取得しており、16時頃に退庁しています。夫の帰宅が遅く、夕方以降はほぼワンオペとなるため、少しでも早く帰れるのは本当にありがたいです。振り返って大泣きする下の子を抱っこしつつ、上の子の「ママ見て!」に応えながら料理したりと、目が回るような毎日を送っています。

**白石** 2人の育児をしながら仕事を続けるというのは、なかなか大変そうですね。

**三上** 勤務時間が短い分、十分に職責を果たせていないのではという葛藤はありますね。けれども、幸い周囲の理解も深く、同じ環境の同僚と悩みや喜びを共有し、周りに助けられながらなんとか日々を過ごせています。

ところで、白石さんは昨年、育児のために休暇を取得したんですね。

**白石** はい。配偶者出産休暇、育児参

加休暇など様々な制度を使い、妻の出産後1月半の休暇を取得しました。衆議院法制局では男性職員が育児休業や育児参加休暇を取得する例が増えてきていたので、私もこの良い流れに続きたいと考えました。

**三上** その時の経験が、何か仕事に生かされていると感じることはありますか。

**白石** いつ泣き出すか分からない赤ちゃんの世話をしながら、料理・洗濯・掃除などの家事をこなす経験は、複数の案件を効率的に進めるためのタスク管理意識の向上につながっていると思います。

**三上** 現在は、仕事と育児をどのように両立させていますか。

**白石** 国会内にある保育所を利用しているのですが、上司や同僚の理解と支援のおかげで、毎朝子どもを送って行ったり、病気で急な呼び出しがあったときに迎えに行ったりできています。また、閉会中は定時退庁できることが多く、年次休暇も取りやすいので、積極的に育児に関わるようにしています。

**三上さんの1日**

- 6:45 起床、自分の身支度  
〔その間、夫が朝食づくり〕
- 7:00 子どもを起こす(たいていグズグズ)  
子どものトイレ・着替えの介助  
朝食(牛乳をジャーっとやられることも…)  
保育園の持ち物準備、連絡ノート記入
- 8:00 出勤(毎朝ドタバタ!)  
〔保育園への送りは夫が担当〕
- 9:00 始業
- 16:00 退庁
- 17:30 子どものお迎え(電動自転車が活躍)
- 18:00 帰宅、夕食の支度(夜もバタバタ!)
- 19:00 夕食、子どもと遊ぶ
- 20:00 子どもとお風呂、歯磨き
- 21:00 寝かしつけ開始  
〔深夜に夫が帰宅、入浴後洗濯〕



三上 悠子 法制企画調整部企画調整課法制主幹付 (平成17年入局)



白石 豊 法制企画調整部基本法制課 (平成25年入局)

**両立支援制度 (主なもの)**

▶ 産前・産後休暇	産前6週 (多胎妊娠の場合14週)・産後8週	◇ 配偶者出産休暇(平成30年度) 取得率:100% 平均取得日数:2.0日 ◇ 育児参加休暇(平成30年度) 取得率:100% 平均取得日数:4.5日 ◇ 育児休業取得率(平成30年度) 男性:33.3% 女性:100%
▶ 配偶者出産休暇(男性)	妻の出産の付添い等を行う場合の休暇 (2日)	
▶ 育児参加休暇(男性)	産前産後期間に5日	
▶ 育児休業	子が3歳に達するまで	
▶ 育児短時間勤務	子が小学校入学まで	
▶ 育児時間	子が小学校入学まで1日2時間以内	
▶ 子の看護休暇	子が小学校入学まで年5日	
▶ 早出遅出勤務	学童クラブ送迎等のための始業・終業時刻の変更	