



第 92 号

2026年3月20日発行

《問い合わせ》市民協働推進課 0287 (62) 7019

男性が育児に参加する意義 ～父親目線の子育てとは～

令和になり、あらゆる場面で性別によって役割を決める時代ではなくなってきました。子育てに関しても「男は外で稼ぎ、女は家を守る」といった従来の価値観から「夫婦で仕事も家事も育児も協力して乗り越える」という価値観へと変わってきているのではないのでしょうか。

育休経験者の男性にインタビューしてみました！

長い人生の中の一年間という時間

普段は那須塩原で暮らしながら仕事で東京へ通勤する佐藤さん。「これからあと数十年と働き続けるなら、1年くらい仕事を休んで家族のことだけを考えて過ごす時間があったらいいんじゃないか」と育休取得を決めました。男性も育休を取る事が当たり前の会社に勤めていた事もあり、良い意味で淡々と取得に向けて話が進んだと言います。佐藤さんのそのエピソードを聞いて「自分も1年間育休を取ろう！」と決めた友人もいたそうです。

「男性は女性と違い出産での身体のダメージがない状態で育児を始められる。自分が家事を担ったことで妻の睡眠を確保し、体の回復をサポートすることもできた。数キロの赤ちゃんでも何十分も抱っこし続けるとなるとかなりの重労働。自分の体格や体力を生かした場面も多くあった」と語ります。

一方で、男女共に入れると謳っている場所やイベントでもまだまだ男性が入りづらい雰囲気があったり、ほぼ家の中で過ごすので社会との接点が薄れ、まるで遭難したような感覚になった時期もあったそう。復帰した今でこそ会社の同僚や東京の友人と子育ての話ができるが、当時は似たような境遇で相談できる人が近くに居らず辛かったとのこと。夫婦だけで子供を育てる人たちが孤立しないような社会の仕組み作りが今この時代には求められているのではないのでしょうか。

大変！だけじゃない子育てを知ること

「もし育休が数週間とかだったら子育てはとにかく大変…という記憶で終わっていた。半年を過ぎたあたりから心と体に余裕が出てきて、子供の成長や幸せな瞬間をじっくり味わえた気がする。母親と違い“お腹の中で育てる”という期間がないのもあり、父親だと実感するまで時間がかかったが、生まれた後たくさん一緒に過ごすことでどんどん実感が湧いてきた。思い切って1年間育休を取って良かった」と言います。

続けて「育児をするということは決して楽なことではないし、正直仕事へ行っての方が良いと思ったことは何度もあった。それくらい大変なことを今までの社会は女性だけに押し付けてきたんだ…と憤りすら覚えた。育休を取っても取らなくても子育てがどんなものなのかを知って理解すること。固定観念で決めつけるのではなく、対話を沢山して想像力を働かせながら互いを思いやるのが大事ではないか」と熱く語ってくれました。

佐藤さん

2022年に東京から那須塩原市へ移住し、翌年に息子さんが生まれる。誕生から1歳をすぎまでの間、育児休業を取得し初めての子育てに奮闘。



男性の育児休業取得状況～栃木県内～

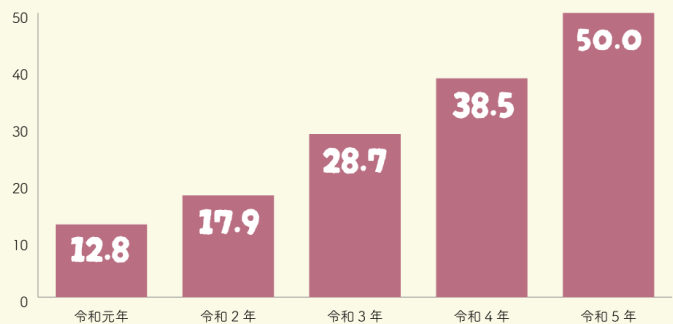
「実家に頼らず、ワンオペで幼い上の子と新生児の育児をしながらの家事は、あまりに忙しすぎて当時の記憶がありません」かねてより出産・家事・育児の負担が母親ばかりに集中してしまう嘆きの声は多く聞かれていました。

現在は法改正や制度への理解が進んだことで、栃木県内の男性の育児休業取得率は上昇傾向で推移しており、令和5年度は50.0%となっています。一方で、那須塩原市内で令和6年に調査した男性の育児休業取得率は11.3%（※1）と低い状況ではありますが、自治体が積極的に子育て支援の取り組みを進めています。

（※1）那須塩原市子ども・子育て未来プラン
本結果は市独自の調査設計に基づくものであり、県の調査手法とは異なるため、単純な数値比較には適さない点にご留意ください。



栃木県の男性の育児休業取得率の推移



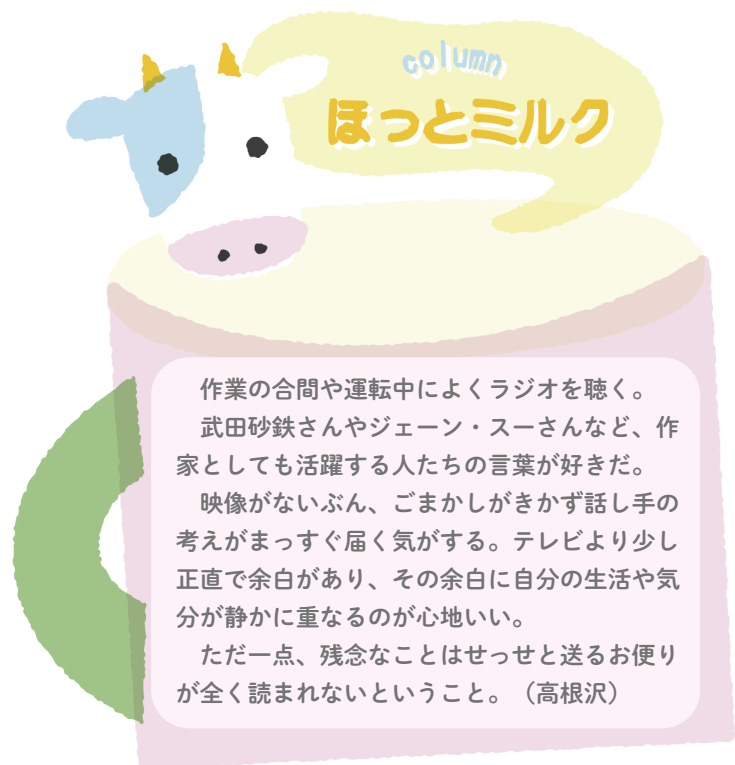
資料：栃木県産業労働観光部「労働環境等調査」

那須塩原市が取り組む子育て支援

那須塩原市は、2025年に栃木県内の自治体で初めて「第6回日本子育て支援大賞（※2）」を受賞しました。特に高く評価されたのは、市独自の「子育て応援券」です。チャイルドシートの購入だけでなく、一時預かりや保護者を支援するサービス、宿泊施設での小旅行にも利用でき、多忙な親の「自分時間」を支える柔軟な支援が特徴です。

市では「好きを、編む。」というパーパス（存在目的・活動目的）を掲げ、誰もが自分らしく暮らせるまちづくりを進めています。

母子手帳交付時には「父子手帳」が一緒に配布されます。育児のヒントやパパの心構えが詰まっており、初めての育児の心強い味方です。さらに、行政サービスや公園情報が一目でわかる「子育てガイドブック2025（※3）」も発行されています。おしゃれで読みやすく、休日の遊び場探しにも最適です。仕事も育児も大切にしたい、そんな思いに応える環境が今の那須塩原市には整っています。困ったときは一人で抱えず、市の制度を賢く頼って、家族の時間を楽しんでいきませんか。



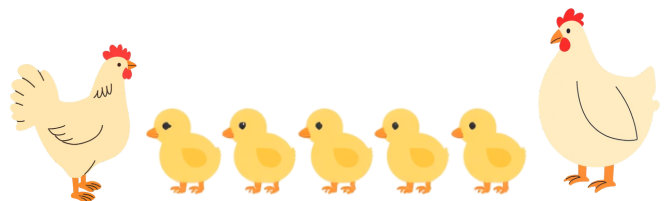
作業の合間や運転中によくラジオを聴く。
武田砂鉄さんやジェーン・スーさんなど、作家としても活躍する人たちの言葉が好きだ。
映像がないぶん、ごまかしがきかず話し手の考えがまっすぐ届く気がする。テレビより少し正直で余白があり、その余白に自分の生活や気分が静かに重なるのが心地いい。
ただ一点、残念なことはせせと送るお便りが全く読まれないということ。（高根沢）



（※2）
日本子育て支援
対象受賞記事



（※3）
那須塩原市
子育てガイドブック



皆さんの声をお寄せください！

「みいな」では市民の皆さんから男女共同参画にまつわるご意見や、取り上げて欲しいテーマなどを募集します。皆さんの声をぜひお聞かせ下さい。



那須塩原市パートナーシップ宣誓

性的マイノリティのカップルがお互いを人生のパートナーとすることを市長に宣誓し、市がその事実を公的に証する制度です。

詳しくはこちら



「みいな」は市役所、公民館、図書館で配布しています。
バックナンバーは市のホームページでご覧いただけます。



みいな 第92号 2026年3月発行

企画・編集：那須塩原市 市民生活部 市民協働推進課

〒325-8501 栃木県那須塩原市共墾社108番地2

☎ 0287-62-7019

市民編集委員：佐藤、大嶋、高根沢、室井