

ウィズあい 大垣



学びあい、教えあい、支えあい、助けあいみんなで一緒に男女共同参画社会づくりを進めましょう

2022年（令和4年3月）第23号

改正育児・介護休業法が令和4年4月から施行。男性の育児休業が取得しやすくなります。そこで今回は、男性の育児、家事について特集しました。家事シェアについてのパパ料理研究家の滝村雅晴さんの寄稿、また男性の育児休業について、市内の企業の実例などをご紹介します。

特別寄稿

「料理を通して、思いやり社会を育もう」

パパ料理研究家 滝村 雅晴



パパ料理研究家、株式会社ピストロパパ代表取締役。「家族で食卓を囲む回数は有限」なんだ、家族がトモに食事ができることは当たり前ではないことを世に伝え食卓の笑顔を増やし、オヤジの味を文化にすることを目指して活動。大垣市主催「令和3年度男性の家事応援講座」の講師をしていただきました。

人は生まれてから、誰かに食べさせてもらって生きています。授乳、離乳食、幼児食、そして、大人と同じ食べ物を食べられるまでに成長します。

座ったら目の前に食事が出てくる人生は当たり前ではありません。食事を作ってくれる人がいるから、食べるものがあるから生きていられるのです。自ら生きているのではなく、生かされているのかもしれない。

親にとって子育てで大切なことは「自分のことは、自分でする」大人に育てること。いつか巣立っていく子が自立するためには親に頼らず、自分で身の周りのことができるようにならないといけません。この「自分でする」ことで一番大切なことが「料理」や「自炊」だと思っています。

「食べることは生きること」であるのなら、自炊できることこそ生きることです。座った目の前に食事が出てきて食べているだけの人は、誰かに「生かされている」のです。

私も長らく生かされてきました。実家に暮らしている時に、料理などしたことがなく、一人暮らしを始めた時も、ほぼ100%外食か、コンビニ食で生活していたものです。結婚しても、忙しく共働きをしていた時期も変わらず家で食事を作って食べることは、ほぼ皆無でした。



そんな生活が長女の優梨香が生まれて一変しました。赤ちゃんがいる生活では、容易に外食ができません。必然的に家で食事をするようになりました。そうはいつても、10年近くにわたって、好き勝手に食べていた習慣はすぐには改まりません。まったく料理などしなかったのですが、レストランの味を求めて家で料理を始めたのです。たまたま、行正り香さんの料理がとっても美味しいと、当時の仕事仲間に教えてもらい、初めて料理本を買いに行きました。さっそく、作ろうと食材をスーパーで買い求め、作った料理が「鯛のカルパッチョ」と「ミニトマトのパスタ」でした。イタリアンが大好きで選んだ2品でした。食べてみたら作った料理が美味しく感動したのです。「レシピ通り作れば、誰でも美味しい料理を作ることができる」この気づきが料理にハマリ、のちにパパ料理研究家として独立起業に至ります。

ただ、料理が楽しくなったからと言って、家族が喜ぶとは限りません。その後、私が作る料理は、イタリアン、中華など、高カロリーなメニューばかり選び、時間をかけて料理を作り、一切の洗い物をせずに、お酒を飲みすぎて寝てしまうという完全な男の趣味料理になってしまったのです。遅くまで洗い物をさせられていた妻にしてみれば、趣味料理を通りこして、迷惑以外の何物でもありませんでした。

同じことを何度も繰り返した挙句、妻からつい
に厳しいダメだしがあり、ようやく自分が料理で
はなく、作るだけの調理にこだわった、自分の都
合だけで作る「男の趣味料理」だったことに気づ
かされました。家庭料理は、自分軸ではなく、家族
軸で作らないといけないのです。

その時からです。妻や子供のお腹の空き具合に
あわせて作る「パパ料理」にしようと思いを切り
替えました。

そして、これからの時代、女性がワンオペで家事
育児を行うのではなく、家族みんなで支え合い、
共に働き、家事子育てしなければいけないと、世
の中のお父さんが、家族のために料理をする世の
中創りを始めたのです。

人生100年時代。ごはんを作ってもらっただけ
の人生では生き抜けません。いつ家族が病気になる
かわかりません。介護で家を空けるようにもなる
でしょう。そんな時こそ「自分のことは、自分で
する」が必要になってきます。料理を面倒、苦手と
思うかもしれませんが、時間がある時に、レシピ
通り作れば、美味しい料理を作ることができ、料
理は楽しみになります。誰かに頼まなくても、自
分で食べたいものを作ることができれば「自由」
を感じることでしょう。好きな時に、好きなもの
を作って食べることは「自由」なのです。反対に、
今まで料理を作ってもらっていた人は誰かの「自
由」な時間をもらっていたのです。今度は周りの
人を、料理を作って自由にしてあげる番です。

そうして、誰もが誰かのために料理を作る家
族になれば、みんなに自由な時間が生まれ、その
時間で自分らしく生きることができると思って
います。

もちろん、100%手料理する必要はなく、ス
ーパーの総菜や、冷凍食品、宅配、家事代行など
活用しながら、食事の支度をすればいいのです。
これらは手抜きではありません。手間抜きです。

手料理も、健康料理も大事です。美味しいこと
も求められます。けれど、家族で食卓を囲むとき
が一番大事なことは「楽しく食べる」ことだと思
っています。誰かに家事のしわ寄せがいくこと
で、ひとり疲れた顔で食事をしている人がいな
いでしょうか。食事を作ってもらい、食べるだけ
で、生かされている人たちは、作り手に感謝の気
持ちは伝えているでしょうか。食卓で醤油をと
ってもらった時に「ありがとう」の一言が言えて
いるでしょうか。

食卓を囲む家族が、健康で元気だからこそ、い
っしょに食事ができます。その機会は有限です。
食卓に「笑顔」と「ありがとう」が飛び交う家族
が増える先にこそ、思いやり溢れる社会が育む
と思っています。

令和3年10月30日開催
大垣市主催「男性の家事
応援講座 オンライン料理
講座」の様子



★ 大垣市男と女のががやきまちづくり表彰 ★

大垣市は、毎年、男女共同参画社会づくりに積極的に取り組む個人
及び団体、事業者を表彰しています。令和3年度は、仕事と家庭生活
の両立支援のための環境整備に努めるなど男女共同参画の推進に貢献
された「株式会社 大垣ケーブルテレビ」様と「株式会社 ユニテツ
クキャリアサポート」様が受賞されました。

両企業とも男性の育休取得促進に関する取組みを積極的に行っており、
社内で育児休業制度を経験した社員の方にお話しを聞きました。



表彰状授与式後市長と会社の代表者

実際に育児休業制度を経験した人に 聞いてみました！

1 週間の育児休業を利用

(株) ユニテックキャリアサポート

小川さん

育児休業をとろうと思ったきっかけは何ですか。

会社の方から、「出産前に育児休業や仕事と家庭の両立に関するセミナー等を受けてみたら？」という話があり、受講してみて気づきが多かったのです。私たちにとっては初めての子どもであることと、今は共働きが多いと思いますが、女性が会社を1年以上休んで、育児に費やす労力というのがどれだけ大変なものかと考えたとき、しっかり妻をサポートしていくためには、必要と思い取得しました。

育児休業中、担当の仕事はどうしましたか。

前もって仕事のスケジュール調整をし、しっかり引き継ぎをしました。営業職ですが、総務経理の方にも情報共有し、対応してもらった形にしました。

育児休業中、家庭で何をしていましたか。

せっかくとった育児休業なので、妻を休ませるくらいのつもりで積極的に育児をやりました。具体的には、ミルクを飲ませる、お風呂に入れる、寝かしつける、あやす、(赤ちゃんの)体に保湿剤を塗る、おむつを替えるなどです。家事は、洗い物、お風呂掃除、洗濯などをやっていました。慣れないことではありましたが、妻の方も慣れないことをやっているのです。

これから育児休業を取ろうと思っている人にアドバイスなどがあれば。

(育児休業を)「取って何がメリットなの？」って疑問があると思うかもしれませんが、私は、多くの気づきがあり、育児休業をとって良かったと思っています。家族のために働くんだという気持ちがより一層強くなりましたし、育児休業に限らず、体調を崩したり、何かの事情で休まなければいけないとなったときに、自分のスケジュールリングをどうするかなど、仕事の効率化を考える思考回路ができる一つのきっかけにもなりました。

インタビュアーより

実際に取得しないとわからないことがある、育児休業経験後の変化もあるとのことをお話を聞きました。育児休業取得にあたっては、会社でのセミナー受講というきっかけがあったとのこと、会社における育児休業取得の環境整備や上司などのアドバイスも重要だと感じました。



男性の部下が2か月の育児休業を取得

(株) 大垣ケーブルテレビ

井口課長さん



部下の方から育児休業の申し出があったときの感想は？

私は古い考えの人間で、(育児休業を)取得した経験がなかったし、「2か月も休んでどうするの？」と初めは思いましたが、子育て世代の若い部下を他にも抱えていましたし、会社として男性の育休取得を進めていたので、自然に受け入れることができました。

インタビュアーより

「部下から子どもが産まれることを聞いたらどうすればよいか・・・」育児休業法の改正により、事業主側の対応も重要となる今日、不安に思う上司の方も多いのではないのでしょうか。実際に、経験された上司の方から「良いことも大変なこともあったよ」、実際の声とアドバイスをいただきました。

育児休業の申し出後、上司として何をしましたか？

申し出があったのは、育休の2か月くらい前だったと思いますが、子どもが産まれるとの報告を受け、以前から「育休どうするの？」という話はしていました。育休取得前には、休めるように長引く仕事は回さないように調整しました。人の補充はなかったので、私も含めて周りのメンバーで分担しました。

実際に、休みの間の職場はどうでしたか？

正直な話、かなり負荷がありました。一人いない分、単純にみんなが（仕事が）プラスですよ。残業時間がどんどん増えていってしまいました。また、営業なので、『彼』という人間関係で成り立つ部分もありましたので、マイナスの部分ばかり見えてしまいました。これではまずいなと思い、仕事の流れを変えたり、役割分担をみんなで見直しました。単純作業などは、余力のある係に一時的に手伝ってもらうなど、業務整理をして負荷を軽減するように調整しました。部署内は、同世代の男性が多く、子育てへの理解があり、雰囲気が悪くなることなく、助け合いながらやっていけました。

育児休業の利用後、職場の変化はありましたか？また、アドバイスなどあれば。

みんなのスケジューリングが上手になりました。業務の効率化も意識するようになりました。これは、良い副産物だったと思います。また、話しあいながら、こうしていこう、ここは少しセーブしようか、などみんなで乗り切ろうという連帯感が強くなりました。一人抜けるのは、やっぱり痛手です。ただ、良い機会と捉えて、チームワークで前向きに楽しんでやっていけるといいのではないかと思います。

育児・介護休業法の改正により、男性の育児休業が取得しやすくなります！

- ◆ 新たに「産後パパ育休（出生時育児休業）」（令和4年10月1日施行）が創設され、子の出生後8週間以内に4週間まで、2回に分割して取得できるようになります。1歳までの育児休業も2回に分割して取得できるようになります。
- ◆ 事業主に、育児休業を取得しやすい雇用環境の整備や子どもが産まれる従業員等への育児休業制度などについて個別周知・意向確認を行うことが義務付けられます。

詳しくは
厚生労働省
ホームページを
ご覧ください



国際女性デー 3月8日 Yellow Light up



大垣駅北口広場等で「国際女性デー」を象徴する黄色でのライトアップを実施しました。「国際女性デー」とは、女性の権利と政治的、経済分野への参加に対する支援を盛り立てていくために、1975年に国連が定めたものです。イタリアでは日頃の感謝を込めて、女性にミモザの花を贈る習慣があることから、「ミモザの日」とも呼ばれています。

新型コロナウイルス感染拡大により、特に女性への深刻な影響が明らかになっている中で、改めて、その重要性が強く認識されている「ジェンダー平等」について、考えてみませんか。



大垣市男女共同参画に関するメール配信サービス

男女共同参画センター「ハートリンクおおがき」等で実施する男女共同参画に関する講座やイベントなどの情報を配信しています。ぜひご登録ください。



◆編集・発行 大垣市市民活動部

まちづくり推進課 男女共同参画推進室

電話：0584-47-8549

Eメール：danjo@city.ogaki.lg.jp