

IV

共働き夫婦の ワーク・ライフ・バランス

1. 夫婦の役割分担を検討する

共働き夫婦にとって、育児休業が明けると、保育所の送り迎えの問題がまず発生します。
事例より夫婦の役割分担の仕方を見てみましょう。

大まかな時間帯別の役割分担を決める **パターン①**

朝の時間帯は夫が担当、夜の時間帯は妻が担当。朝は、妻の出勤時間が早いので、夫は家族の朝食や子どもたちのお弁当を作り、保育所に送ってから出勤。夜は、妻が保育所へお迎えに行き、夕食作りや家事をします。遅い帰宅の夫も、翌日の朝食の下ごしらえや残っている家事を手伝います。

妻		仕 事	お迎え 19:00 まで	保育所お迎え 夕食作り 家事・育児
夫	朝食作り お弁当作り 保育所送り	仕 事		朝食下ごしらえ 家事

基本パターンを決め、週に1回だけ分担をチェンジ **パターン②**

基本的に夫が朝の保育所送りを担当して、お迎えは妻が担当。でも週に1回は、夫がお迎えに行く約束です。夜、妻は夕食作り、子どものお風呂、寝かし付けをします。夫は、掃除・洗濯など日常の家事を分担します。

【基本パターン】

妻	朝食作り	仕 事	お迎え 18:15 まで	保育所お迎え 夕食作り 家事・育児
夫		保育所 送り	仕 事	家 事

【週に1回】

妻	朝食作り	仕 事		家 事
夫		保育所 送り	仕 事	お迎え 18:15 まで 保育所お迎え 夕食作り 家事・育児

送り迎えを交替で行う

パターン3

送り迎えを交替で行うパターンです。頻度はほぼ同じくらいの割合です。曜日を決めているわけではなく、お互いの仕事の状況に応じて分担を決めます。ですから、お互いの仕事の予定や状況の共有が何より大事になってきます。

【夫が朝送る場合】

妻	朝食作り		仕事	延長保育 20:00 まで	保育所お迎え 夕食作り 家事・育児
夫		保育所 送り	仕事		家事

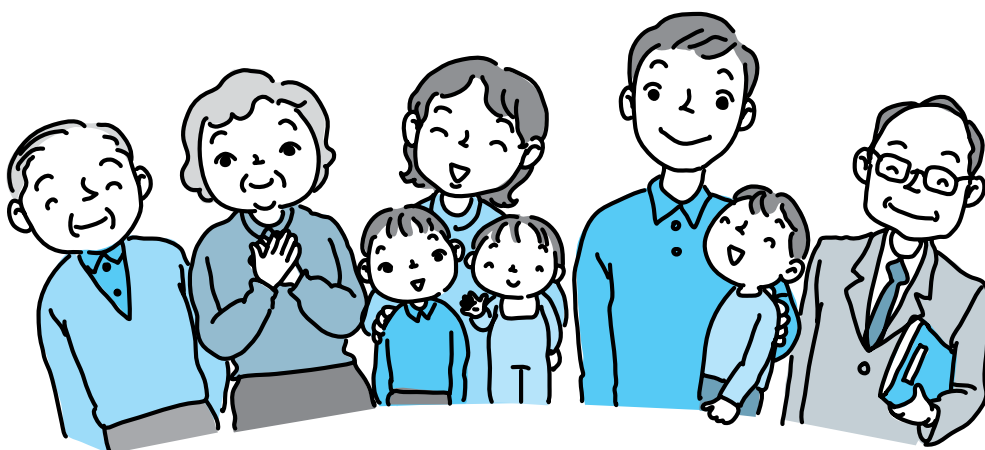
【妻が朝送る場合】

妻		保育所 送り	仕事		家事
夫	朝食作り		仕事	延長保育 20:00 まで	保育所お迎え 夕食作り 家事・育児

2. いざという時に、助けてくれる人を探しておく

延長保育をしても、どうしても送り迎えの時間と勤務時間との調整がつかないということもあると思います。また、子どもの病気やけがなど、突発的な事態に遭遇することもあります。仕事と家庭の両立のために、いざというとき、助けてくれる人を探しておきましょう。

第Ⅰ章-4(P17)で触れたように、父母や兄弟姉妹、「パパ友・ママ友」、ファミリー・サポート・センターなど子育て支援サービス（【情報編】Ⅳ 参照）等、周りの人に頼れるような関係作りや、公的サービスをうまく活用することもポイントです。



覚え書き

7

会社の勤務時間



	通勤時間	定時(フルタイム)	定時(育児短時間勤務)	その他(可能なパターン)
妻	分	～	～	～
夫	分	～	～	～

覚え書き

8

希望の保育所の時間



希望	保育所名	通常保育		延長保育		自宅ー保育所ー会社 までの時間(妻・夫)
		開所	閉所	開所	閉所	
1						妻:
						夫:
2						妻:
						夫:

覚え書き

9

考えられる保育所送り迎えのパターン (P28～29を参照)



【パターン1】	
妻	
夫	
【パターン2】	
妻	
夫	
【パターン3】	
妻	
夫	

イクメンのための こどもの通院チェックシート

保育所から「お子さんが熱を出しました」と連絡が来たらパパの出番。さあ、ママの力を借りず、子どもを病院につれていきましょう！

病院で説明する際の覚え書き

きょうの体温 度 （測定時間 時 分頃）	きょうのお子さんの食欲 ない ある 食べたものとおおよその量 （ ）	
気になる症状（自由記入）		
（保育所にいた場合）保育士さんからの伝達事項（自由記入） ※例「保育所でのお子さんのようす、きょうの食欲」「いま保育所で流行している感染性の病気」等		
お子さんは粉薬は飲めますか 飲める 飲めない	お子さんにアレルギーはありますか ない ある （ ）	お子さんの体重 kg （ 月 日現在）

診療科	病院名	診療時間	休診日	電話番号	備考
		(:) ～ (:)	曜日		
		(:) ～ (:)	曜日		

Ⅳ 共働き夫婦のワーク・ライフ・バランス

4. 子どもが小学生になったら

小学生から中学生にかけて、子どもは急速に世界を広げ、成長していきます。この時期は親としても、子どもの変化に驚き、戸惑うことも多いでしょう。小学校に就学すると、保育所の外に踏み出すことなどから、共働きの夫婦にとって新たな大変さが生まれます。就学後は、地域の状況や、自分の子どもの性格や成長に応じて、放課後や春休み・夏休み・冬休みという長期休暇中に、子どもが安心して過ごせる居場所を探す必要があります。

子どもの居場所としては、一般的には、次のようなケースの他、ファミリー・サポート・センター等の子育て支援サービスを、①～④と併せて利用することが考えられます。

-
- ①放課後児童クラブ（学童保育）—— ※【情報編】Ⅳ 参照
 - ②放課後子ども教室
 - ③祖父母宅
 - ④留守番や塾、お稽古事など
-

乳幼児期に育児に積極的に関わっていた父親も、小学校に入ったとたん、PTA活動などは妻に任せきりというケースも多いようです。これまで子育てにあまり関わってこなかったという父親も、これからまだまだ活躍の場はたくさんあります。子どもの成長に応じて、是非子育てを楽しんでください。

子どもが就学してから子育てに関わるようになった父親の | 事 | 例 |

妻のフルタイム再就職をきっかけに子育てに関わる

（百貨店勤務 53歳／子ども20歳、17歳）

Aさんは、2人の子どもたちが乳幼児の頃は、家庭や子どものことは専業主婦の妻に任せきりでした。子どもたちが就学してから、妻がフルタイムで再就職することになりました。はじめは「家のことはちゃんとやれよ」と言っていたAさんでしたが、再就職した妻が生き生きと仕事をする様子を見て、自分も妻の支援をしなくてはという気持ちに変わり、早く帰って子どもたちと過ごすようにしたり、家事もやるようになりました。

今は大学生の長男とも、難しい年頃と言われる中学・高校の時期も父親には何でも相談できる関係を築くことができました。

単身赴任から帰ってきて、子どもとの時間を楽しむ

（建設会社勤務 40歳／子ども11歳）

単身赴任の期間が長かったBさんが家族と一緒に住めるようになった時は、すでに長男が小学校2年生の時でした。これまでの時間を挽回し、子どもとの時間をより楽しむため、子どもが所属する野球チームでコーチとして活動することを決めました。土日祝日は、野球チームで終日活動を共にして、子どもの成長を実感しています。

授業参観などの学校行事にも極力参加するようになり、どんなに忙しくても夏休み等の連続休暇は、家族旅行を計画するなど、家族との時間を大切にしています。