



さいたま支局 総務課広報室 主任  
平成 19 年【一般職(行政)】

## ●仕事と家庭の両立にあたり 問題や不安はありましたか？

休業から復帰する際には、業務についていけるかどうかという不安がありましたが、上司と同僚に協力していただき、少しずつ仕事と家庭のバランスを取ることができるようになりました。また、休業中に配偶者の転勤に伴って異動することになりましたが、復帰前から上司の方々にご連絡くださったことで、環境の変化等について前もって相談することができ、スムーズに新しい職場で復帰することができました。

## ●利用した支援制度は？ (産前産後の付き添い、育児休業等)

「産前・産後休暇」、「育児休業」及び「配偶者同行休業」を利用しました。

## ●仕事と家庭の両立にあたって心掛けていること・工夫していることはありますか？

仕事では、サポートしてくださる上司や同僚へ感謝をきちんと伝え、時間内にできること・できないことを明確にし、報告・連絡・相談を密に行うよう心掛けています。子育てでは、一緒に過ごす時間が短くても子どもが安心できるように、たくさん抱きしめて感謝の気持ちを伝えています。

## ●支援制度を利用してよかったと思う点は何ですか？

出産や配偶者の転勤等環境の変化があったときでも、支援制度を利用し、時間を経ても業務に復帰できることが最も良い点だと思います。特に、産後の育児休業期間は、大きな環境・身体の変化と責任が生じると共に、赤ちゃんと一緒に人として成長する非常に貴重な期間となりました。感謝と共に他の方が取得する際には協力したいという気持ちになりました。

### Message 学生のみなさんへ

仕事も家庭も自己実現の手段の一つです。人それぞれ、適度なバランスを見つけて、充実した毎日をご過ごせるのが理想だと思います。造幣局は職員全員がワーク・ライフ・バランスを心掛け、それぞれの生活を尊重し合える職場だと思います。皆さんにお会いできるのを楽しみにしています。



### 仕事と育児の 両立のための 行動計画メニュー (女性職員の場合)

#### Work-Life Balance



妊娠

出産

0歳

1歳

●育児だけではなく、介護についても同様に休暇等制度が利用できます。

● **仕事と家庭の両立にあたり問題や不安はありましたか？**

休業から復職する際、スムーズに業務に戻れるかが不安でした。しかし、職場の方々が協力してくださり、休業中に私の担当業務を対応していただいた上で、復職時に休業期間中の出来事や業務の現状を丁寧に引き継いでくださったおかげで、無事に復帰できました。

● **利用した支援制度は？**

**(産前産後の付き添い、育児休業等)**

第1子と第2子誕生の時は「出産時付添い休暇」と「男性育児休業」を、第3子と第4子誕生の時は加えて約1か月間の「男性育児休業」も利用しました。また、子供が体調を崩したときは「子の看護休暇」も利用させていただいており、とても助かっています。

● **仕事と家庭の両立にあたって心掛けていること・工夫していることはありますか？**

子供の看護のため急に休まざるを得ないときがあります。そのため、業務を1人で抱え込まず周囲へ情報共有する、業務はため込まず優先順位を決めて締め切りが近いものから対処する、ちゃんと感謝を伝えるなどといった社会人として基本のことはありますが、基本ほど確実に実行することが大切だと心掛けています。

● **支援制度を利用してよかったと思う点は何ですか？**

1か月間の「男性育児休業」では、新生児期という二度とない貴重な時間を一緒に過ごせたことが、かけがえのない思い出になりました。また、上の子たちともこれまで以上にじっくり時間をかけて触れ合えたので家族の絆が深まったと思います。



事業部 事業企画課 主事  
平成 25 年【総合職(工学)】



**Message** 学生のみなさんへ

4人の子育ては大変ですが、子育てをすることで初めて得られた知識・経験・人間関係が良い刺激となって生活の張り、そして仕事へのモチベーションにつながっています。モチベーションづくりの方法は家庭だったり趣味だったり人それぞれです。試行錯誤しながら自分に合う方法を見つけて、これから始まる長い社会人生活を精力的に頑張っていってほしいです。

男性職員も、産前産後時の休暇や育児のための各種休暇等制度が利用できます。



**育児休業取得率**  
男性 55%  
女性 100%  
(令和5年度実績)

長さは取得可能期間を示します。

母性保護のための制度 (女性)

出産時のための制度 (女性)

出産時のための制度 (男性)

育児のための制度 (女性・男性)

早出遅出勤務は、小学校入学後も放課後児童クラブ等に通う子を送り、または迎えに行く場合にも利用できます。

育児休業

育児短時間勤務

育児時間

早出遅出勤務

超過勤務の制限及び超過勤務の免除

深夜勤務及び超過勤務の制限

子の看護休暇

2 歳

3 歳

4 歳

5 歳

6 歳