

スマイル



令和7年度山口県女性活躍推進知事表彰

「女性のチャレンジ賞」受賞	1
キャリアに ^{プラス} 家族時間	2
パパに聞いた	
「ふたりで育てるパパの育児休業日記」	3~4
育児・介護休業法改正	5
企業と社員が知っておいてほしいお金の話	5
第4次さんようおのだ男女共同参画プラン	6
相談窓口	7



令和7年度 山口県女性活躍推進知事表彰

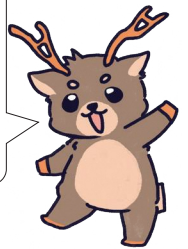
『女性のチャレンジ賞』受賞

山口県では、様々な分野でチャレンジし、地域で活躍する女性等の功績を称えるとともに、身近なロールモデルを示すことで、県民の理解と関心を高め、女性の活躍を促進するために「山口県女性活躍推進知事表彰」を実施しています。今年度「女性のチャレンジ賞」を受賞された中村 夏江氏をご紹介します。



なかむら なつえ
中村 夏江氏 森のなかまたち 代表

森のなかまたち 代表 (令和3年～)
スポカルクラブSGC 事務局長 (令和6年～)
山陽小野田市民活動センター コミュニケーター (令和6年～)
山陽小野田市ハロウィンイベント実行委員会副会長 (令和7年～)



市民活動センターの仲間
「しかつん」

【主なこれまでの活動内容】

■ハンドメイドを通じて社会貢献する子育て支援団体

「ハンドメイドを通じて社会貢献したい」との思いから、令和3年に子育て支援団体『森のなかまたち』として活動の幅を拡大。子育て中の作家も多く参加するハンドメイドバザーとチャリティー、絵本交換会を組み合わせたイベントの開催や、夏休みの工作サポート、家庭で眠っている絵本を必要な人や学校に届けるブックドライブなどに取り組んでいます。

■団体同士を「つなげる」ことで、新しい価値観の創出を促進

活動の幅は広く、総合型地域スポーツクラブ『スポカルクラブSGC』では事務局長として、『山陽小野田市文化協会』ではクラウドファンディング事業の実行委員として、地域の活性化や子どもの健全育成のためにスポーツとカルチャーの両面から支援しています。

さらに、山陽小野田市ハロウィンイベントの運営部会長、実行委員会副会長等、多種多様な活動団体のリーダー的存在としても活躍。令和6年に、市民活動センターの初代コミュニケーターとして就任し、これまでの経験等を活かして、市民団体・企業・行政など相互の交流の機会を構築。団体同士を「つなげる」ことで、新たなイベントや新しい価値観の創出を促進し、心豊かで住みよい地域社会の実現に貢献しています。



中村 夏江 氏より一言

このたびは、このような賞をいただき、大変光栄に思っております。

日々の活動を通して積み重ねてきた思いが、このような形で評価していただけたことを、心よりうれしく感じております。

これまで支えてくださった地域の皆さま、そして共に歩んでくださった仲間の皆さまに、感謝の気持ちでいっぱいです。

子どもたちの未来のため、そしてまちの未来のため、人と人とのつながりを大切にしながら、笑顔があふれる地域づくりに努めてまいります。



キャリアに^{プラス}家族時間

産後8週間までは、出産を乗り越えたママの体を回復させるうえで、とても大切な時期です。体が元の状態に戻るまでは、無理をしないよう注意が必要です。しかし、生まれたばかりの赤ちゃんのお世話は、たいへん手がかかる時期でもあります。

この時期に、夫婦で一緒に育児を始めることで、ママの体の回復を支え、育児への不安やストレスを軽減できるだけでなく、夫婦間の育児スキルに差が出にくくなり、その後の子育てもスムーズに進めていきやすくなります。

令和6年度育児休業取得者の割合

令和4年10月1日から令和5年9月30日までの1年間に在職中に産出した女性のうち、令和6年10月1日までに育児休業を開始した者(育児休業の申出をしている者を含む)の割合。男性は育児休業・産後パパ育休を開始した者(育児休業の申出をしている者を含む。)

女性：86.6%(前年比より+2.5%) 男性：40.5%(前年比より+10.4%)

出展：厚生労働省 雇用環境・均等局 職業生活両立課 令和6年度育児休業取得率の調査結果(雇用均等基本調査)のポイントについて 1ページ
URL:https://tomoku.mhlw.go.jp/assets/pdf/activity/document_R6.pdf

~知っておこう「産後うつ」~



出展：こども家庭庁発行 夫婦で読む、男性の「産休」スタートブック「さんきゅうパパ準備 BOOK」改訂3版 令和5年4月改訂 1ページ

URL:https://www.cfa.go.jp/policies/shoushika/sankyu-papa/

「産後うつ」は、日本の母親の約10~15%に見られ、不安、イライラ、不眠、自分を責める、子どもに愛情を持ってない等の症状が現れます。出産による女性ホルモンのバランスの崩れや、周囲からの十分なサポートが得られないことからくるストレスが原因と言われています。

父親が育児休業をとり、慣れない育児を夫婦で協力して行うことで、母親の産後のストレス軽減に大きく役立ちます。

子育てのために仕事を休むには、どんな方法があるの？

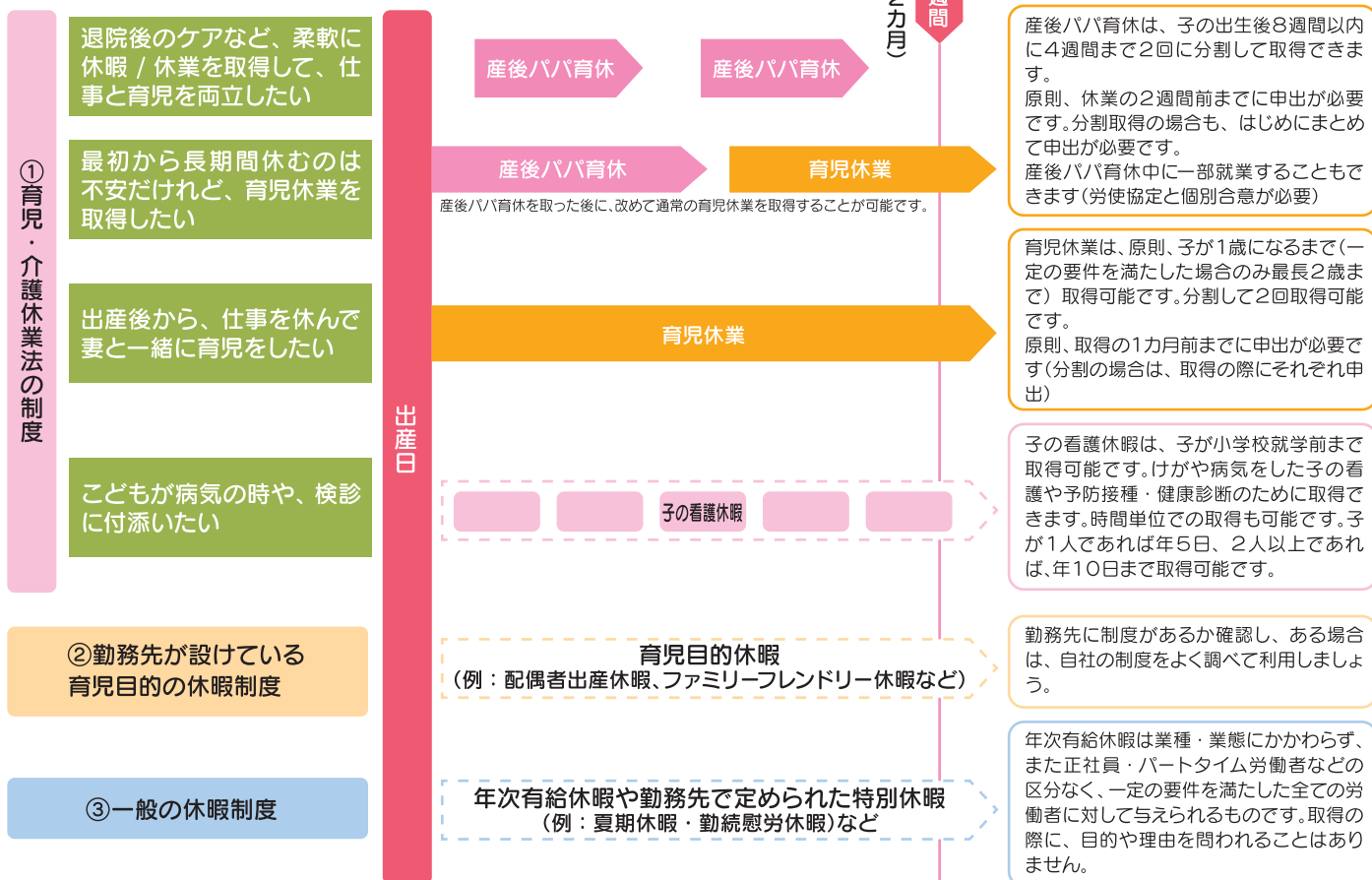
出展：こども家庭庁発行 夫婦で読む、男性の「産休」スタートブック「さんきゅうパパ準備 BOOK」改訂3版 令和5年4月改訂6ページ・7ページ
URL:https://www.cfa.go.jp/policies/shoushika/sankyu-papa/

- ①育児・介護休業法^{※1}で定められた制度を利用(育児休業・産後パパ育休、子の看護休暇)
- ②勤務先が設けている育児目的の休暇制度(特別休暇)を利用
- ③年次有給休暇などの一般の休暇制度を利用

①は条件に当てはまる方全員が利用できる制度ですが、②は職場によって状況が異なるため、勤務先の制度をよく調べてうまく利用しましょう。

さんきゅうパパ 育児休暇・休業取得の例

例えばこんな場合・・・



育児・介護休業法の要件を満たした従業員・職員から、育児休業・産後パパ育休・子の看護休暇の申出があった場合、事業主はこれを拒むことはできません。

※1 平成3年法律第76号「育児休業、介護休業等育児又は家族介護を行う労働者の福祉に関する法律」

パパに聞いた「ふたりで育てる、パパの育児休業日記」

パパ育児休業インタビュー！

育児休業をとったパパの声を紹介するとともに、ママの視点から見た「パパの育児休業」について紹介します。

Sさんファミリー



- 夫：27歳 会社員
- 妻：26歳 保育士
- 子ども：2人
- 育児休業取得期間：第一子 5日間
第二子 2か月
- 育児休業取得時期：第一子 出生後
第二子 出生1か月
- 取得した休暇 / 休業
・育児・介護休業法で定められた制度

育児休業を取得してよかったことを教えてください。



育児休業を取得したことで、子どもの成長を間近で見守ることができたことが一番うれしかったです。毎日の育児を通じて、子どもとの信頼関係が築けただけでなく、育児の大変さや喜びを実感する貴重な時間となりました。

育児休業期間で大変だったことはありますか？



赤ちゃんのお世話に加えて、ちょうどイヤイヤ期に差しかかった上の子のフォローにも苦労しました。赤ちゃん中心の生活になる中で、上の子が寂しさや不満を感じることもあり、気持ちに寄り添いながら関わる必要がありました。

復帰後の働き方の変化はありましたか？



育児を通じて限られた時間で物事を進める力がつき、仕事でも効率を意識するようになりました。加えて、周囲との連携や情報共有の重要性を実感し、チーム全体の生産性を高める意識も芽生えました。育児経験を通じて得た柔軟性や共感力は、職場でのコミュニケーションにも良い影響を与えていると感じています。

ママにもインタビューしたよ。

パパの育児休業、ママはどう感じましたか？



育児休業を取ってくれたことで、心身ともに本当に助かりました。夜中のミルクも夫が起きて対応してくれて、私は少しでも休むことができました。

特に上の子がイヤイヤ期に入っていた時期だったので、赤ちゃんのお世話と並行して上の子のフォローも必要な時期。夫が積極的に関わってくれたことで、上の子も安心して過ごせたと思います。育児は「一緒にするもの」として共有できたことが、何よりうれしかったです。

育児休業中のエピソード

育児休業中のある日、家族全員で上の子の保育園のお迎えに行ったことがありました。いつもはママかパパのどちらかが迎えに行っていたのですが、その日は赤ちゃんも一緒に、みんなでお迎えに。

教室にいた上の子は、私たちの姿を見た瞬間、パッと表情が明るくなり、「みんな来てくれたの？」と満面の笑み。先生にも嬉しそうに「パパァ！ママァ！ウナァ！（赤ちゃんの名前）」と話していて、その姿がとても印象的でした。

忙しい毎日の中で、家族で過ごす時間が子どもにとってどれほど大切なのかを改めて感じた瞬間でした。



Tさんファミリー



- 夫：30歳 公務員
- 妻：28歳 公務員
- 子ども：2人
- 育児休業取得期間：第一子 8日間
第二子 9日間、6か月
- 育児休業取得時期：第一子 出生後
第二子 出生後
- 取得した休暇 / 休業
 - ・育児・介護休業法で定められた制度
 - ・勤務先が設けている育児目的の休暇制度
 - ・年次有給休暇

育児休業を取得してよかったことを教えてください。



上の子が生まれた時は育児休業を取得しませんでした。出産直後から妻にほとんどの育児を任せていたため、妻は産後うつ状態になっていました。今回、育児休業を取得するにあたり、妻を産後うつにさせないことが、一番の目標でした。育児休業取得により、妻の家事育児の負担を減らせただけでなく、何か困りごとがあっても1人で抱え込まず、2人で考えて乗り越えることができ、心身ともに健康に過ごせたと思います。

育児休業期間で大変だったことはありますか？



夜泣きによる睡眠不足はあったと思いますが、妻と協力して乗り越えられたので、上の子の時より辛さを感じませんでした。今思えば、喉元過ぎれば熱さを忘れるのかなか、あまり覚えていません。

復帰後の働き方の変化はありましたか？



家で子どもたちや家事育児が僕の帰りを待っているの、今まで以上に業務の効率化を意識し、集中して働くようになりました。

ママにもインタビューしたよ。

パパの育児休業、ママはどう感じましたか？



夫婦で半年間の育児休業を取得したことで、初産時に感じていた孤独感やいわゆるイライラ期に悩まされることなく、家族全体の負担を大きく軽減することができました。子どもたちがパパに懐き、パパが育児を主導する時間が増えたことで、私は心身の余裕を確保できました。さらに、パパが上の子と遊ぶ時間を意識的に持つことで、上の子の寂しさを緩和し、きょうだいそれぞれに目を配ることができました。実家への里帰りもパパ同伴だったので、高齢の祖父母が無理なく孫と交流でき、家族のつながりを深める良い機会となりました。

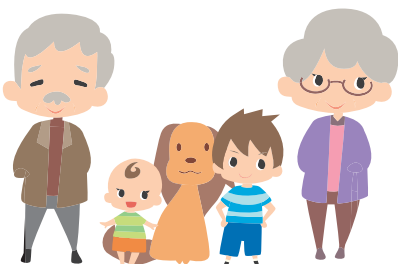
生活面では、パパが朝食作りや子どもの支度・保育園準備など育児全般を担当し、私はその他の家事に専念できるようになりました。

夫婦で長期の育児休業を取得したことで生活リズムが安定し、復職時もストレスなくスムーズに職場へ戻ることができました。

育児休業中のエピソード

1か月間、家族4人で妻の実家で過ごしました。県外に住む義両親は孫と毎日会えるのをとても喜んでくれました。乳児期の成長を間近で見れたことで、思い入れがとても強いそうです。

僕は基本的に上の子のお世話を担当し、毎日海に行ったり、流しそうめんをしたり、公園をはしごしたり、本当にたくさん遊びました。寝る前に「明日はどこに行っちゃおうか？」と息子と作戦会議する時間はとても幸せでした。絶対に息子に寂しい思いをさせないと心に誓っていましたが、杞憂でした。



育児・介護休業改正

育児・介護休業法 改正ポイント

出展：厚生労働省都道府県労働局雇用環境・均等部(室)
令和6年11月作成(令和6年12月改訂)



【改正の趣旨】

男女ともに仕事と育児・介護を両立できるように、育児期の柔軟な働き方を実現するための措置の拡充や介護離職防止のための雇用環境整備、個別周知・意向確認の義務化などの改正を行いました。

①～⑨▶令和7(2025)年4月1日から施行

事業主の皆さまへ1～4, 6～11は全企業が対象です。

- ① 子の看護休暇の見直し **義務：就業規則等の見直し**
- ② 所定外労働の制限(残業免除)の対象拡大 **義務：就業規則等の見直し**
- ③ 短時間勤務制度(3歳未満)の代替措置にテレワーク追加 **選択する場合は就業規則等の見直し**
- ④ 育児のためのテレワーク導入 **努力義務：就業規則等の見直し**
- ⑤ 育児休業取得状況の公表義務適用拡大 **義務**
- ⑥ 介護休暇を取得できる労働者の要件緩和 **労働協定を締結している場合は就業規則等の見直し**
- ⑦ 介護離職防止のための雇用環境整備 **義務**
- ⑧ 介護離職防止のための個別の周知・意向確認等 **義務**
- ⑨ 介護のためのテレワーク導入 **努力義務：就業規則等の見直し**

⑩⑪▶令和7(2025)年10月1日から施行

- ⑩ 柔軟な働き方を実現するための措置等 **義務：就業規則等見直し**
- ⑪ 仕事と育児の両立に関する個別の意向聴取・配慮 **義務**

企業と社員が知っておいてほしいお金の話



育児休業編

両立支援に取り組む事業主への助成金【両立支援等助成金】 出展：厚生労働省

職業生活と家庭生活が両立できる「職場環境づくり」のために、仕事と育児・介護の両立支援に取り組む事業主に対して、両立支援等助成金を支給しています。



山口県もって育休奨励金 出展：山口県産業労働部労働政策課 「令和7年4月1日更新」

山口県では、「やまぐち”とも×いく”応援企業」に登録した事業者(「育児休業取得率100%」及び「1カ月以上の育休取得」を推奨する企業等)を対象に最大約180万円の奨励金を支給します。
問合せ先・申請窓口 やまぐち”とも×いく”応援事務局(やまぐち働き方改革支援センター)



教えて！出生後休業支援給付金の話 制度利用ガイド 出展：厚生労働省



パパ編



ママ編



育児時短就業給付

介護休業編

「介護休業」を活用し、仕事と介護を両立できる体制を整えましょう。 出展：厚生労働省



第4次さんようおのだ男女共同参画プラン

本市においては、平成17年に「山陽小野田市男女共同参画推進条例」を制定し、男女共同参画の推進に関する基本理念と基本的政策を定めるとともに、平成19年3月「さんようおのだ男女共同参画プラン」を策定しました。現在は、国の「第5次男女共同参画基本計画」や県の「第5次山口県男女共同参画基本計画」を踏まえ、令和5年3月に「第4次さんようおのだ男女共同参画プラン」を策定しています。



「第4次さんようおのだ男女共同参画プラン」

I 誰もが活躍できる多様性のある地域社会づくり

1

仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進

- ・仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の啓発【※】
- ・子どもを育てやすい環境づくりと介護支援の充実【※】
- ・男性の働き方改革と家事・育児・介護の支援【※】

2

政策・方針決定過程への女性の参画の推進

- ・市政における女性の参画の推進【※】
- ・市・企業等の意思決定過程への女性の参画の推進【※】

3

誰もが能力を發揮できる就業環境の整備

- ・均等な雇用機会と待遇の確保【※】
- ・多様な働き方を受容する環境の整備【※】
- ・ひとり親家庭等に対する支援【※】
- ・農林水産業における男女共同参画の推進【※】

4

誰もが参加できる地域社会づくりの整備

- ・地域づくりにおける男女共同参画の推進【※】
- ・防災活動における男女共同参画の推進【※】
- ・国際交流と多文化共生の推進

II

誰もが尊重し合い多様性を認め合う意識づくり

5

ジェンダー平等の視点に立った市民意識の醸成

- ・ジェンダー平等の推進

6

多様性を尊重する人権教育・学習の推進

- ・多様性を尊重する学校教育の充実
- ・多様性を尊重する社会教育の充実
- ・多様性を尊重する共生社会のリーダーの養成

III

誰もが安心して暮らせる地域社会づくり

7

パートナー間におけるあらゆる暴力の根絶

- ・パートナー間のあらゆる暴力を許さない社会意識の醸成
- ・相談体制の充実及び被害者の保護
- ・被害者の自立に向けた支援
- ・セクシュアル・ハラスメント等の防止対策の推進

8

生涯を通じたみんなの健康の支援

- ・生涯を通じた健康の保持増進対策の推進
- ・妊娠・出産等に関する健康支援
- ・適切な性教育の推進
- ・心身の健康をおびやかす問題についての対策の推進

【※】は女性活躍推進法に基づく市町村推進計画

相談窓口

秘密は守られます
一人で悩まずご相談ください

緊急時は、山陽小野田警察署
☎110番 又は ☎0836-84-0110に
連絡してください

DV・家庭・女性の相談

DV相談プラス

電話相談 ☎0120-279-889(24時間受付)
チャット相談(12:00~22:00)



山口県男女共同参画相談センター(配偶者暴力相談支援センター)

夫婦や家庭の問題、配偶者や交際相手等からの暴力、ストーカー被害、一時保護に関する相談など
電話相談・弁護士、医師、心理士による面接相談もあります。

☎#8008 または 083-901-1122 DVホットライン(緊急用) ☎0120-238122

つながるやまぐちSNS相談

児童虐待・DV・ヤングケアラー・子育ての不安・家庭や家族の悩みなどの相談
LINE相談(24時間受付)



LINE相談

「児童虐待」
気になったら
☎189
(いちはやく)
(24時間対応)

山陽小野田市市民活動推進課 人権・男女共同参画室

配偶者等からの暴力、性的被害、生活困窮等についての電話相談、面接相談

☎0836-82-1137(月~金曜日 8:30~17:15(祝日・年末年始を除く))

つながりサポート山口

DVや女性の悩み相談、面接相談

月~金曜日 10:00~20:00(祝日・年末年始を除く)

・電話相談: ☎0836-37-5611 ・メール相談 ysnw2021@outlook.jp

・SNS(チャット)相談 ・面接相談(要予約)

・リモートカウンセリング(要予約)



SNS(チャット)相談

性犯罪



Curetime

性暴力についての悩みをSNSやメールで相談できます。

女性犯罪被害相談電話 (レディースサポート110 山口県警察本部)

全国共通 ☎#8103(24時間受付)

フリーダイヤル ☎0120-37-8387(24時間受付)

携帯電話 ☎083-932-7830(24時間受付)

やまぐち性暴力相談ダイヤル あさがお

性暴力被害の相談。面接相談や、弁護士、臨床心理士によるカウンセリングもあります。

全国共通ダイヤル ☎#8891(24時間 365日受付)

☎083-902-0889(24時間受付 365日受付)

困りごと・悩みごと相談

※詳細については市広報
【各種相談】にてご確認ください。

広報
さんようおのだ



相談名	内容	問合せ先	電話番号
みんなの人権110番	人権に関する相談	山口地方法務局	0570-003-110
人権相談(要予約)	人権に関する相談	市役所 市民活動推進課	0836-82-1137
司法書士・弁護士による法律相談(要予約)	弁護士等への相談	市役所 生活安全課	0836-82-1133
市民相談	専門窓口の紹介	市役所 生活安全課	0836-82-1133
ヤングテレホンさんようおのだ	青少年に関する悩み	市役所 社会教育課	0836-84-2000
福祉総合相談	心配ごと悩みごと相談	市社会福祉協議会	0836-38-8348

発行・お問合せ先

山陽小野田市市民活動推進課人権・男女共同参画室 TEL 0836-82-1137 E-mail shiminkatsudou@city.sanyo-onoda.lg.jp