

47都道府県のパパ・ママ9,262人、一般生活者2,000人に聞く、男性の家事・育児力実態調査
「沖縄県」が2年連続全国1位に
未就学児がいる家庭の男性育休取得率36.3%、取得日数は平均21.5日



男性育休白書 2025

発表！ 男性の家事・育児力全国ランキング 2025

1位「沖縄県」 2位「岡山県」 3位「福井県」

日本でも男性の育児休業取得が 当たり前になる社会へ

積水ハウスグループは
「男性社員1カ月以上の育児休業完全取得」を
推進しています。

「わが家」を世界一幸せな場所にする

住まいを通じた幸せを提案する
住宅メーカーとして、
人間性豊かな住まいと環境づくりを
進めています。

積水ハウス株式会社は、子育てを応援する社会を先導する「キッズ・ファースト企業」として、ダイバーシティ推進の取り組みを一層加速させるため、2018年9月より「男性社員1カ月以上の育児休業（育休）完全取得」を推進しています。積水ハウスは、男性の育休取得をよりよい社会づくりのきっかけとしたいとの思いから、9月19日を「育休を考える日」と記念日に制定し、2019年から企業で働く男性の育休取得実態を探る白書を、毎年発表しています。

7回目となる今回は、①男性の家事・育児力全国ランキング 2025 ②「男性育休白書 2025」家庭編、職場編をレポートします。

* 本資料では育児休業のことを育休と表記しています。

CONTENTS

① 男性の家事・育児力 全国ランキング 2025

- P.4 1. 男性の家事・育児力 全国ランキング 2025
- P.7 2. 男性の家事・育児関与度
- P.9 3. 男性の育休取得日数
- P.10 4. 男性の家事・育児時間
- P.11 5. 男性の家事・育児幸福度

② 「男性育休白書 2025」 家庭編

- P.12 1. 男性の育休取得率と取得日数
- P.13 2. 「とるだけ育休」から「手探り育休」へ
- P.15 3. よりよい育休にするために
- P.18 4. 育休によるポジティブな変化

③ 「男性育休白書 2025」 職場編

- P.20 1. 職場も「手探り育休」？
- P.21 2. 職場の男性育休の取得環境
- P.22 3. 職場でのコミュニケーションと家事・育児の関係
- P.24 4. 育休取得における経営層の思いと社員の認知
- P.25 5. 男性の育休取得が促進されると…

- P.26 COLUMN 治部れんげさん
- P.27 男性育休を考えるプロジェクト「IKUKYU. PJT」賛同企業
- P.28 賛同企業の先輩育休パパ体験談
- P.30 積水ハウス男性育休アンケート調査

調査概要

47都道府県のパパ・ママ 9,262人に聞く男性の家事・育児力実態調査

- 実施時期：2025年6月11日（水）～6月26日（木）
- 調査方法：インターネット調査
- 調査対象：全国47都道府県別に、配偶者および小学生以下の子どもと同居する20代～50代の男女200人 計9,262人

男性の家事・育児力ランキングについては
人口動態+12歳未満のお子さまとの同居率もウエイトバック値に加味しています。

経営層 400人に聞く、男性社員の育休取得に対する意識調査

- 実施時期：2025年6月11日（水）～6月26日（木）
- 調査方法：インターネット調査
- 調査対象：従業員10人以上の企業の経営者・役員、部長クラスの男女400人

一般生活者 2,000人に聞く、男性の育休取得に対する意識調査

- 実施時期：2025年6月11日（水）～6月26日（木）
- 調査方法：インターネット調査
- 調査対象：一般生活者男女 2,000人

* 本調査に記載の割合の数値は、小数第3位以下を四捨五入しているため、
合計が100%にならない場合があります。

* 調査委託先：マクロミル

1. 男性の家事・育児力 全国ランキング 2025

積水ハウスが独自設定した 「男性の家事・育児力」を決める4つの指標

積水ハウスでは、右図の4つを「男性の家事・育児力」の指標として設定しました。1つ目は「女性の評価」で、女性(妻)から見た男性(夫)が行っている家事・育児の実践数と、男性(夫)が子育てを楽しむ家事や育児に積極的に関与しているかどうかを4段階で評価しています。2つ目は男性の「育休取得経験」で、育休取得日数が基準となります。3つ目は女性(妻)から見た男性(夫)の「1週間の家事・育児時間」を基準とします。4つ目は男性の「家事・育児参加による幸福感」で、男性本人に家事・育児に参加して幸せを感じているかどうかを4段階で聞きました。これら4指標5項目をそれぞれ数値化して47都道府県別にランキングし、1位に47点～47位に1点を付与、各項目の点数を足し上げることで、都道府県別の「男性の家事・育児力」を算出しました。

男性の家事・育児力の 4つの指標

女性(妻)の評価
指標①-①
男性(夫)の
家事・育児の実践数
指標①-②
男性の
家事・育児への関与度

育休の
取得経験
指標②
男性の
育休取得日数

家事・育児
時間
指標③
女性(妻)から見た
男性(夫)の
1週間の家事・育児時間

家事・育児
参加による
幸福感
指標④
男性が感じる
幸福感

男性の家事・育児力調査

1位「沖縄県」 2位「岡山県」 3位「福井県」

男性の家事・育児力調査の結果、全国1位は「沖縄県」(213点 / 前年1位)、2位は「岡山県」(184点 / 前年25位)、3位は「福井県」(180点 / 前年10位)となりました。沖縄県は2024年に続き今回も全国1位でした。

※ランキング算出用のウェイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

1	沖縄県	1位	213点	2	岡山県	2位	184点	3	福井県	3位	180点
	女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児の実践数	5位	7.8個		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児の実践数	10位	7.5個		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児の実践数	3位	8.1個
	女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児関与度	17位	0.51pt		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児関与度	18位	0.50pt		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児関与度	21位	0.46pt
	男性の育休取得日数	1位	30.0日		男性の育休取得日数	6位	19.0日		男性の育休取得日数	18位	13.3日
	女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児時間	2位	18.0 時間/週		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児時間	1位	18.7 時間/週		女性(妻)から見た 男性(夫)の 家事・育児時間	4位	17.5 時間/週
	男性が感じる 家事・育児幸福度	2位	1.19pt		男性が感じる 家事・育児幸福度	21位	0.94pt		男性が感じる 家事・育児幸福度	14位	0.99pt

沖縄県知事からのコメント

はいさい ぐすーよー ちゅーうがなびら。沖縄県知事の玉城デニーです。

今回、「男性の家事・育児力 全国ランキング2025」で沖縄県が昨年に引き続き全国1位となったことを大変うれしく思います。

現在、沖縄県では、『第6次沖縄県男女共同参画計画～DEIGOプラン～』において33項目の数値目標を掲げ、男女共同参画社会の実現に向けて62の具体的施策に取り組んでいるところです。男性の育休取得推進にかかる事業については、「男性向け講座の実施」や、「職場等の理解を深めるために必要な広報・啓発活動」等の取り組みにより男性の家事・育児参画の推進にかかる意識変革を図っております。沖縄県における直近の男性の育児休業取得率は前年度より8.7ポイント増の49.0%となり(出典:『令和6年度 沖縄県労働条件等実態調査報告書』)、目標値である30%を大きく上回ることができました。これもひとえに、ワーク・ライフ・バランスに取り組んでいる企業や団体等の皆様の多大なご尽力によるものであり、関係者の皆様には、深く感謝申し上げます。

沖縄県はこれからも、家庭や社会における男女共同参画の実現に向け、全力で取り組みを推進してまいります。

まじゅん ちばてい いちゃびらなやーさい!(一緒に頑張っていきましょう)



沖縄県知事
玉城デニーさん

2025年 都道府県別 男性の家事・育児力一覧

総合 順位	都道府県	総合 スコア	夫が行う家事・ 育児実践数		夫の家事・ 育児関与度		男性の 育児取得日数		夫の家事・ 育児時間		男性の家事・ 育児幸福度	
			実践数(個)	順位	ウエイト平均	順位	平均日数(日)	順位	週あたり平均時間(時間)	順位	週平均時間(時間)	順位
1 位	沖縄県	213 点	7.8	5	0.51	17	30.0	1	18.0	2	1.19	2
2 位	岡山県	184 点	7.5	10	0.50	18	19.0	6	18.7	1	0.94	21
3 位	福井県	180 点	8.1	3	0.46	21	13.3	18	17.5	4	0.99	14
4 位	大分県	175 点	7.6	8	0.67	2	13.1	19	13.7	27	1.05	9
5 位	山形県	173 点	7.8	6	0.54	9	15.3	12	14.9	16	0.91	24
6 位	大阪府	171 点	7.5	12	0.43	24	16.2	10	14.8	17	1.12	6
7 位	長崎県	166 点	8.0	4	0.56	8	10.5	34	14.5	18	1.05	10
8 位	宮城県	164 点	7.0	18	0.50	19	15.3	13	17.8	3	0.91	23
9 位	宮崎県	160 点	7.0	17	0.68	1	5.6	46	17.5	5	1.05	11
10 位	山梨県	154 点	7.1	15	0.52	16	7.2	41	15.7	11	1.15	3
10 位	島根県	154 点	7.3	13	0.52	13	8.4	40	15.5	13	1.10	7
12 位	高知県	153 点	9.4	1	0.38	30	12.5	22	17.1	6	0.89	28
13 位	熊本県	142 点	7.6	9	0.52	15	4.3	47	16.3	8	0.95	19
14 位	新潟県	140 点	7.3	14	0.52	14	13.8	16	15.0	15	0.77	41
15 位	石川県	139 点	7.0	19	0.36	32	22.1	2	14.2	22	0.90	26
16 位	東京都	135 点	6.5	30	0.53	12	21.6	3	13.5	29	0.86	31
17 位	茨城県	134 点	7.0	16	0.41	26	16.8	9	14.2	21	0.84	34
18 位	千葉県	132 点	7.0	20	0.34	34	18.6	8	13.5	30	0.98	16
18 位	奈良県	132 点	6.6	27	0.31	36	19.3	5	13.5	28	1.02	12
20 位	富山県	129 点	8.3	2	0.63	5	7.1	42	13.9	24	0.80	38
20 位	和歌山県	129 点	7.0	23	0.4	28	18.7	7	16.2	9	0.76	44
22 位	神奈川県	127 点	7.7	7	0.39	29	12.2	25	14.4	20	0.85	32
23 位	栃木県	126 点	7.0	22	0.54	10	12.3	24	14.4	19	0.79	39
24 位	秋田県	124 点	7.5	11	0.41	27	10.1	35	16.2	10	0.84	33
24 位	静岡県	124 点	6.4	33	0.54	11	13.0	20	12.5	39	1.01	13
24 位	鹿児島県	124 点	6.1	39	0.65	4	9.9	36	16.5	7	0.86	30
27 位	福岡県	120 点	6.4	36	0.46	20	12.4	23	13.2	33	1.08	8
28 位	徳島県	118 点	6.8	24	0.58	7	6.8	43	14.0	23	0.91	25
29 位	京都府	117 点	6.4	34	0.66	3	6.4	44	13.0	37	1.12	5
30 位	佐賀県	116 点	6.0	44	0.59	6	9.1	37	13.0	36	1.20	1
31 位	滋賀県	108 点	6.5	32	0.45	22	10.6	31	13.8	25	0.93	22
32 位	三重県	97 点	6.2	37	0.34	33	11.4	28	11.9	41	1.13	4
33 位	広島県	96 点	6.4	35	0.32	35	10.5	33	15.6	12	0.87	29
34 位	青森県	93 点	6.7	25	0.36	31	10.5	32	15.4	14	0.65	45
35 位	愛媛県	92 点	7.0	21	0.29	38	11.6	27	13.1	35	0.90	27
36 位	鳥取県	89 点	6.5	29	0.44	23	12.1	26	13.8	26	0.51	47
37 位	香川県	86 点	6.6	26	0.17	45	13.5	17	10.3	46	0.94	20
38 位	山口県	85 点	6.5	28	0.21	43	8.5	38	13.4	31	0.99	15
39 位	埼玉県	80 点	6.1	41	0.30	37	19.9	4	11.5	43	0.83	35
40 位	北海道	76 点	6.0	43	0.22	42	10.6	30	13.3	32	0.95	17
41 位	福島県	74 点	6.5	31	0.24	41	15.2	14	12.6	38	0.76	42
42 位	愛知県	59 点	5.4	47	0.08	47	15.7	11	12.3	40	0.83	36
43 位	群馬県	54 点	6.1	40	0.10	46	14.9	15	10.7	45	0.78	40
43 位	長野県	54 点	6.2	38	0.18	44	8.5	39	10.2	47	0.95	18
45 位	岐阜県	50 点	5.9	45	0.26	39	12.6	21	11.5	42	0.76	43
46 位	岩手県	48 点	6.0	42	0.42	25	5.9	45	13.1	34	0.54	46
47 位	兵庫県	44 点	5.7	46	0.25	40	11.0	29	10.9	44	0.82	37
全国平均	—	—	6.7	—	0.39	—	14.6	—	13.6	—	0.92	—

小数第2位(ウエイト平均は小数第3位)を四捨五入しているため、表示されたスコアが同じでも順位が異なる場合があります。

＊ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

2. 男性の家事・育児関与度

指標
1-1

女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児実践数

1位は「高知県」で平均9.4 個実践

女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児実践数

高知県

富山県

福井県

男性の家事・育児力の1つ目の指標の1は、女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児の実践数です。食事作りやゴミ出し、掃除や洗濯、子どもと遊ぶなど28項目を挙げ、夫が普段行っているものを選んでもらいました。

その結果、男性(夫)の家事・育児の実践数が多いのは、「高知県」(9.4 個)、「富山県」(8.3 個)、「福井県」(8.1 個)の順となりました。全国平均は6.7 個と昨年(5.8 個)より増えています。

女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児実践数 対象は女性5,028人
Q. あなたの夫が普段行っていることは？(複数回答)

順位		実践数(個)	順位		実践数(個)	順位		実践数(個)	順位		実践数(個)
1 位	高知県	9.4	13 位	島根県	7.3	25 位	青森県	6.7	37 位	三重県	6.2
2 位	富山県	8.3	14 位	新潟県	7.3	26 位	香川県	6.6	38 位	長野県	6.2
3 位	福井県	8.1	15 位	山梨県	7.1	27 位	奈良県	6.6	39 位	鹿児島県	6.1
4 位	長崎県	8.0	16 位	茨城県	7.0	28 位	山口県	6.5	40 位	群馬県	6.1
5 位	沖縄県	7.8	17 位	宮崎県	7.0	29 位	鳥取県	6.5	41 位	埼玉県	6.1
6 位	山形県	7.8	18 位	宮城県	7.0	30 位	東京都	6.5	42 位	岩手県	6.0
7 位	神奈川県	7.7	19 位	石川県	7.0	31 位	福島県	6.5	43 位	北海道	6.0
8 位	大分県	7.6	20 位	千葉県	7.0	32 位	滋賀県	6.5	44 位	佐賀県	6.0
9 位	熊本県	7.6	21 位	愛媛県	7.0	33 位	静岡県	6.4	45 位	岐阜県	5.9
10 位	岡山県	7.5	22 位	栃木県	7.0	34 位	京都府	6.4	46 位	兵庫県	5.7
11 位	秋田県	7.5	23 位	和歌山県	7.0	35 位	広島県	6.4	47 位	愛知県	5.4
12 位	大阪府	7.5	24 位	徳島県	6.8	36 位	福岡県	6.4		全国平均	6.7

小数第2位を四捨五入しているため、実践数の表記が同数でも順位が異なる場合があります。

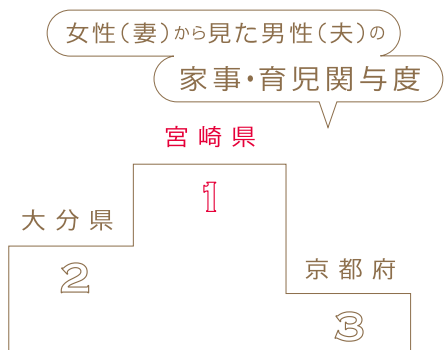
例えば、5 位沖縄県と6 位山形県は同じ7.8 個ですが、小数第2 位まで見ると、沖縄県7.80 個、山形県7.79 個となるため、上記のような順位となります。他の同数で順位が異なる箇所も同様の理由によるものです。

＊ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

指標
1-2女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児関与度
1位は「宮崎県」

男性の家事・育児力の1つ目の指標の2は、男性(夫)が子育てを楽しみ、家事や育児に積極的に関与しているかどうかを女性(妻)に聞くもので、「とてもそう思う(+2.00pt)」「ややそう思う(+1.00pt)」「あまりそう思わない(-1.00pt)」「まったくそう思わない(-2.00pt)」の4段階で評価してもらいました。

その結果、男性(夫)が楽しみながら家事や育児に積極的に関与しているのは、「宮崎県」(0.68pt)、「大分県」(0.67pt)、「京都府」(0.66pt)の順となり、全国平均は0.39ptでした。



女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児関与度

対象は女性5,028人

Q. あなたの夫は子育てを楽しみ、家事や育児に積極的に関与する方だと思いますか？(4段階評価「とてもそう思う」「ややそう思う」「あまりそう思わない」「まったくそう思わない」)

順位		ウエイト平均 (pt)	順位		ウエイト平均 (pt)	順位		ウエイト平均 (pt)	順位		ウエイト平均 (pt)
1位	宮崎県	0.68	13位	島根県	0.52	25位	岩手県	0.42	37位	埼玉県	0.30
2位	大分県	0.67	14位	新潟県	0.52	26位	茨城県	0.41	38位	愛媛県	0.29
3位	京都府	0.66	15位	熊本県	0.52	27位	秋田県	0.41	39位	岐阜県	0.26
4位	鹿児島県	0.65	16位	山梨県	0.52	28位	和歌山県	0.40	40位	兵庫県	0.25
5位	富山県	0.63	17位	沖縄県	0.51	29位	神奈川県	0.39	41位	福島県	0.24
6位	佐賀県	0.59	18位	岡山県	0.50	30位	高知県	0.38	42位	北海道	0.22
7位	徳島県	0.58	19位	宮城県	0.50	31位	青森県	0.36	43位	山口県	0.21
8位	長崎県	0.56	20位	福岡県	0.46	32位	石川県	0.36	44位	長野県	0.18
9位	山形県	0.54	21位	福井県	0.46	33位	三重県	0.34	45位	香川県	0.17
10位	栃木県	0.54	22位	滋賀県	0.45	34位	千葉県	0.34	46位	群馬県	0.10
11位	静岡県	0.54	23位	鳥取県	0.44	35位	広島県	0.32	47位	愛知県	0.08
12位	東京都	0.53	24位	大阪府	0.43	36位	奈良県	0.31		全国平均	0.39

小数第3位を四捨五入しているため、ウエイト平均の表記が同数でも順位が異なる場合があります。

例えば、9位～11位は同じ0.54ptですが、小数第3位まで見ると山形県0.543pt、栃木県0.541pt、静岡県0.537ptとなるため、上記のような順位となります。他の同数で順位が異なる箇所も同様の理由によるものです。

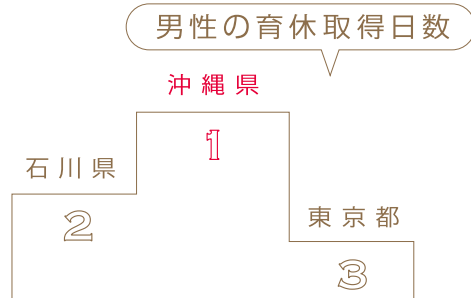
＊ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

3. 男性の育休取得日数

指標
2男性の育休取得日数
1位「沖縄県」で平均30.0日

男性の家事・育児力の2つ目の指標は、男性が取得した育休日数です。

全員を対象に、男性は自分自身、女性は夫について育休の取得日数を回答いただき、男性の育休取得の平均日数を算出したところ、育休取得日数が多いのは、「沖縄県」(30.0日)、「石川県」(22.1日)、「東京都」(21.6日)の順となり、全国平均は14.6日でした。



男性の育休取得日数

対象は全体9,262人

Q. あなたのパートナー（男性の場合はご自身、女性の場合は夫）は、育休を取得されましたか？ 取得された方は日数をお知らせください。

順位		平均日数(日)	順位		平均日数(日)	順位		平均日数(日)	順位		平均日数(日)
1位	沖縄県	30.0	13位	宮城県	15.3	25位	神奈川県	12.2	37位	佐賀県	9.1
2位	石川県	22.1	14位	福島県	15.2	26位	鳥取県	12.1	38位	山口県	8.5
3位	東京都	21.6	15位	群馬県	14.9	27位	愛媛県	11.6	39位	長野県	8.5
4位	埼玉県	19.9	16位	新潟県	13.8	28位	三重県	11.4	40位	島根県	8.4
5位	奈良県	19.3	17位	香川県	13.5	29位	兵庫県	11.0	41位	山梨県	7.2
6位	岡山県	19.0	18位	福井県	13.3	30位	北海道	10.6	42位	富山県	7.1
7位	和歌山県	18.7	19位	大分県	13.1	31位	滋賀県	10.6	43位	徳島県	6.8
8位	千葉県	18.6	20位	静岡県	13.0	32位	青森県	10.5	44位	京都府	6.4
9位	茨城県	16.8	21位	岐阜県	12.6	33位	広島県	10.5	45位	岩手県	5.9
10位	大阪府	16.2	22位	高知県	12.5	34位	長崎県	10.5	46位	宮崎県	5.6
11位	愛知県	15.7	23位	福岡県	12.4	35位	秋田県	10.1	47位	熊本県	4.3
12位	山形県	15.3	24位	栃木県	12.3	36位	鹿児島県	9.9		全国平均	14.6

小数第2位を四捨五入しているため、育休取得日数の表記が同数でも順位が異なる場合があります。

例えば、30位北海道と31位滋賀県は同じ10.6日ですが、小数第2位まで見ると北海道10.62日、滋賀県10.60日となるため、上記のような順位となります。他の同数で順位が異なる箇所も同様の理由によるものです。

＊ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

4. 男性の家事・育児時間

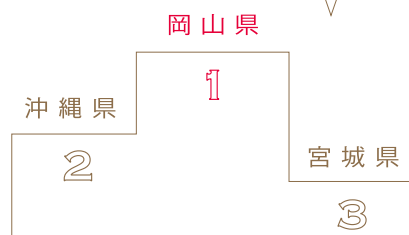
指標
3

女性(妻)から見た男性(夫)の1週間の家事・育児時間 1位は「岡山県」

男性の家事・育児力の3つ目の指標は、女性(妻)から見た男性(夫)の家事・育児時間です。勤務日と休日、それぞれの1日の家事・育児時間を聞き、1週間(勤務日5日＋休日2日)の家事・育児時間を算出しました。

その結果、男性(夫)の1週間の家事・育児時間が長いのは、「岡山県」(18.7時間)、「沖縄県」(18.0時間)、「宮城県」(17.8時間)の順となりました。全国平均は13.6時間でした。

女性(妻)から見た男性(夫)の
1週間の家事・育児時間



女性(妻)から見た男性(夫)の1週間の家事・育児時間

対象は女性5,028人

Q. あなたの夫はご家庭で家事や育児をどのくらい行っていますか? 1日で平均して行っている時間を勤務日、勤務日以外のそれぞれでお知らせください。

順位		週平均時間	順位		週平均時間	順位		週平均時間	順位		週平均時間
1位	岡山県	18.7時間	13位	島根県	15.5時間	25位	滋賀県	13.8時間	37位	京都府	13.0時間
2位	沖縄県	18.0時間	14位	青森県	15.4時間	26位	鳥取県	13.8時間	38位	福島県	12.6時間
3位	宮城県	17.8時間	15位	新潟県	15.0時間	27位	大分県	13.7時間	39位	静岡県	12.5時間
4位	福井県	17.5時間	16位	山形県	14.9時間	28位	奈良県	13.5時間	40位	愛知県	12.3時間
5位	宮崎県	17.5時間	17位	大阪府	14.8時間	29位	東京都	13.5時間	41位	三重県	11.9時間
6位	高知県	17.1時間	18位	長崎県	14.5時間	30位	千葉県	13.5時間	42位	岐阜県	11.5時間
7位	鹿児島県	16.5時間	19位	栃木県	14.4時間	31位	山口県	13.4時間	43位	埼玉県	11.5時間
8位	熊本県	16.3時間	20位	神奈川県	14.4時間	32位	北海道	13.3時間	44位	兵庫県	10.9時間
9位	和歌山県	16.2時間	21位	茨城県	14.2時間	33位	福岡県	13.2時間	45位	群馬県	10.7時間
10位	秋田県	16.2時間	22位	石川県	14.2時間	34位	岩手県	13.1時間	46位	香川県	10.3時間
11位	山梨県	15.7時間	23位	徳島県	14.0時間	35位	愛媛県	13.1時間	47位	長野県	10.2時間
12位	広島県	15.6時間	24位	富山県	13.9時間	36位	佐賀県	13.0時間		全国平均	13.6時間

小数第2位を四捨五入しているため、週平均時間の表記が同数でも順位が異なる場合があります。

例えば、4位秋田県と5位群馬県は同じ16.1時間ですが、小数第2位まで見ると、秋田県16.13時間、群馬県16.07時間となるため、上記のような順位となります。他の同数で順位が異なるところも同様の理由によるものです。

*ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

5. 男性の家事・育児幸福度

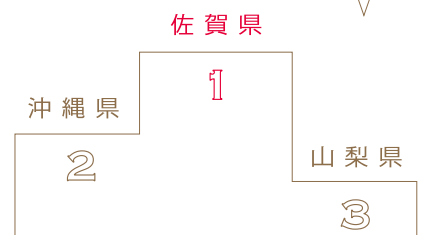
指標
4

男性が感じる家事・育児参加による幸福度 1位は「佐賀県」

男性の家事・育児力の4つ目の指標は、男性が家事・育児を行うことに幸せを感じるかを聞いた家事・育児幸福度です。男性本人に4段階「幸せを感じている(+2.00pt)」「やや幸せを感じている(+1.00pt)」「あまり幸せを感じていない(-1.00pt)」「幸せを感じていない(-2.00pt)」で答えてもらいました。

その結果、家事・育児に幸せを感じる男性が多いのは、「佐賀県」(1.20pt)、「沖縄県」(1.19pt)、「山梨県」(1.15pt)の順となり、全国平均は0.92ptでした。

男性が感じる
家事・育児幸福度



男性が感じる家事・育児幸福度

対象は男性4,234人

Q. あなたご自身は家事や育児を行うことに幸せを感じていますか? (4段階評価「幸せを感じている」「やや幸せを感じている」「あまり幸せを感じていない」「幸せを感じていない」)

順位		ウエイト平均 (pt)	順位		ウエイト平均 (pt)	順位		ウエイト平均	順位		ウエイト平均 (pt)
1位	佐賀県	1.20	13位	静岡県	1.01	25位	徳島県	0.91	37位	兵庫県	0.82
2位	沖縄県	1.19	14位	福井県	0.99	26位	石川県	0.90	38位	富山県	0.80
3位	山梨県	1.15	15位	山口県	0.99	27位	愛媛県	0.90	39位	栃木県	0.79
4位	三重県	1.13	16位	千葉県	0.98	28位	高知県	0.89	40位	群馬県	0.78
5位	京都府	1.12	17位	北海道	0.95	29位	広島県	0.87	41位	新潟県	0.77
6位	大阪府	1.12	18位	長野県	0.95	30位	鹿児島県	0.86	42位	福島県	0.76
7位	島根県	1.10	19位	熊本県	0.95	31位	東京都	0.86	43位	岐阜県	0.76
8位	福岡県	1.08	20位	香川県	0.94	32位	神奈川県	0.85	44位	和歌山県	0.76
9位	大分県	1.05	21位	岡山県	0.94	33位	秋田県	0.84	45位	青森県	0.65
10位	長崎県	1.05	22位	滋賀県	0.93	34位	茨城県	0.84	46位	岩手県	0.54
11位	宮崎県	1.05	23位	宮城県	0.91	35位	埼玉県	0.83	47位	鳥取県	0.51
12位	奈良県	1.02	24位	山形県	0.91	36位	愛知県	0.83		全国平均	0.92

小数第3位を四捨五入しているため、ウエイト平均の表記が同数でも順位が異なる場合があります。

例えば、3位～5位は同じ1.11ですが、小数第4位まで見ると、山口県1.1122、京都府1.1121、徳島県1.1111となるため、上記のような順位となります。他の同数で順位が異なるところも同様の理由によるものです。

*ランキング算出用のウエイトバック集計を行っているため、本文内のスコアと一部相違する場合があります。

1. 男性の育休取得率と取得日数

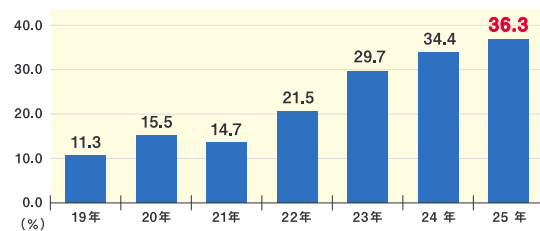
積水ハウスが2019年から継続している男性の育休にまつわる実態把握調査。7回目となる今回も子育て中のパパ・ママ層9,262人を対象に、男性は自分自身の育休について、女性は男性（夫）の育休について回答してもらいました。

未就学児がいる家庭の男性育休取得率 36.3%、 取得日数は平均 21.5 日

調査対象者の中から未就学児と同居する人（今回は5,236人）を抽出し、男性の育休取得について聞きました。

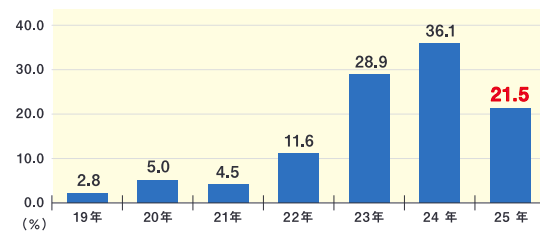
男性の育休取得率は2019年の11.3%から年々伸長し、今回は36.3%とおよそ3人に1人が取得しています。未就学児と同居する世帯、つまり、比較的若いパパ・ママ層の家庭や子どもが小さい家庭では、男性の育休は取るのが当たり前のものとして浸透しているようです。育休取得率が順調に伸びる中、取得日数は前回（36.1日）に比べ約2週間（14.6日）短い21.5日でした。取得率公表の義務化など法改正の影響もあり、「少ない日数でも少しでも取得させたい!」という企業の姿勢が反映されているようです。また、男性の育休取得制度が一般化し取得方法も多様化したことで、一度に長期間の育休を取得するだけでなく、家庭の都合に合わせ必要ときに必要な日数を取得するようになったり、働き方改革やフレックス勤務などの各種制度により、仕事をしながら家庭にコミットしやすい状況が浸透してきていることなどが考えられます。

男性の育休取得率の変化 未就学児と同居している人対象
Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）は育休を取得しましたか？



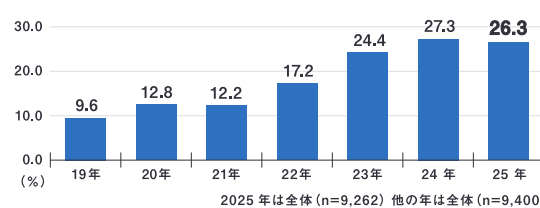
未就学児と同居する人が対象 2019年(n=5,980) 2020年(n=6,038) 2021年(n=6,049) 2022年(n=5,752) 2023年(n=5,706) 2024年(n=5,683) 2025年(n=5,236)

男性の育休取得平均日数の推移 未就学児と同居している人対象
Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）が取得した育休の日数は？



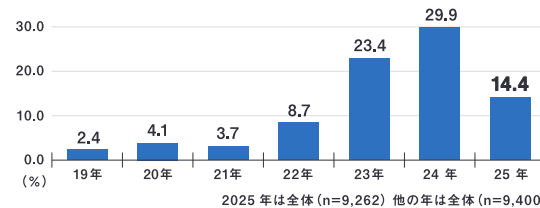
調査対象者全体（小学生以下の子どもと同居する人）での男性育休の取得率は年々伸長傾向にある中で今年は26.3%と、昨年（27.3%）からはほぼ横ばいでした。また、育休取得日数は平均14.4日で、昨年（29.9日）と比べ半減しています。未就学児がいない家庭では、長期間の育休より必要ときに必要な日数だけ取得するというスタイルが増えているようです。

男性の育休取得率の変化
Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）が取得した育休の日数は？



2025年は全体(n=9,262) 他の年は全体(n=9,400)

男性の育休取得平均日数の推移
Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）が取得した育休の日数は？



2025年は全体(n=9,262) 他の年は全体(n=9,400)

2. 「とるだけ育休」から「手探り育休」へ

男性の育休取得制度の充実に伴い、育休取得日数が最大になった2024年は、一方で男性が育休を取得しても家事・育児を行わない「とるだけ育休」という課題が明らかになりました。育休取得が多様化した今回、その傾向の変化を探ってみました。

男性の育休取得は「自分の希望で自主的に取得」が8割、 育児に意欲的に

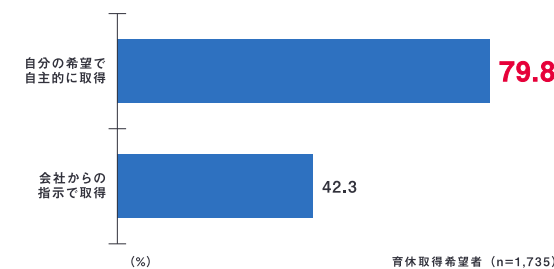
育休取得を希望する男性と、夫に育休を取得してほしい女性（＝育休取得希望者）に、育休の取得動機を聞くと、「会社からの指示で取得」した人は42.3%なのに対し、「自分の希望で自主的に取得」した人は79.8%と多い結果になりました。

また、取得理由は「子どもの成長をそばで見守りたいから」（37.4%）が最も高くなっています。

会社で育休取得が推奨されるからという外的要因ではなく、自ら取得し、子どもの成長を見守り育児を自分ごと化したいという、育児に積極的な人が多くなっています。

育休の取得動機

Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）が育休を取得する理由は？
（スコアは「あてはまる」「ややあてはまる」の合計値）



育休取得希望者 (n=1,735)

育休を取得したい理由

Q. あなたにとって男性が育休を取得する目的は？（複数回答）



育休取得希望者 (n=1,735) (%)

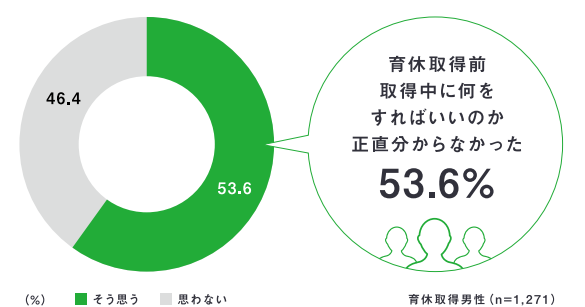
育休に入る前、育休取得男性の半数が「正直何をすればいいのかわからない」育休生活は"手探り"状態でのスタートに

育児に意欲的になったとはいえ、育休取得に不安もあるようで、育休取得男性の半数が「育休を取得する前は、正直取得中に何をすればいいのかわからなかった」（53.6%）と本音を吐露しています。

家事育児を何もしない、やる気もない「とるだけ育休」から、育児に意欲的だが実際どうしていいのかわからない「手探り育休」へと実態はポジティブに変化してるといえます。「手探り育休」の実態を探ってみました。

育休を取得する前、正直、取得中に何をすればいいのかわからなかった

Q. 育休を取得する前、取得中に何をすればいいのかわからなかったか？



育休取得男性 (n=1,271)

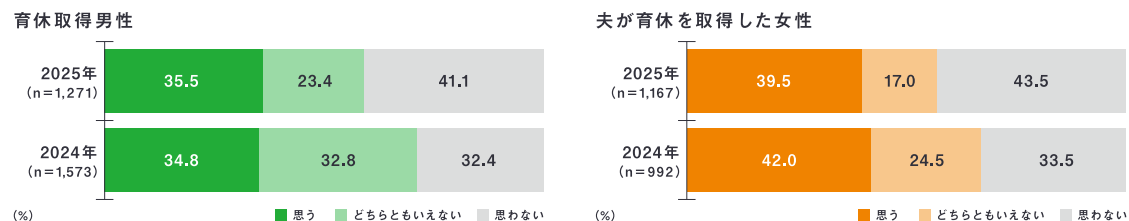
手探り状態で始まった育休 女性の評価は約4割が「とるだけ育休」

育休を取得した男性と、育休を取得した夫を持つ妻に、今回の育休が「とるだけ育休」になっていたかを聞くと、男女ともに、「とるだけ育休」と思わないと回答した人が昨年より10ポイント増加しており、昨年の「とるだけ育休」から、「手探り育休」へと変化してきていることが伺えました。しかし、何をしたらよいか分からないまま育休を迎えてしまうからか、結果、「とるだけ育休」になってしまったと回答する人も少なくありません。

育休取得男性は、35.5%がとるだけ育休を自覚し、昨年(34.8%)よりやや増えています。取得日数が短い傾向になってきていることも関係しているのかもしれませんが、また、女性が夫の育休がとるだけ育休だと答えた人は昨年(42.0%)よりやや減っていますが、39.5%と約4割いました。

男性の育休は「とるだけ育休」か？

Q. あなた(男性はご自身、女性は夫)の育休取得は、正直「とるだけ育休」になっていたか？

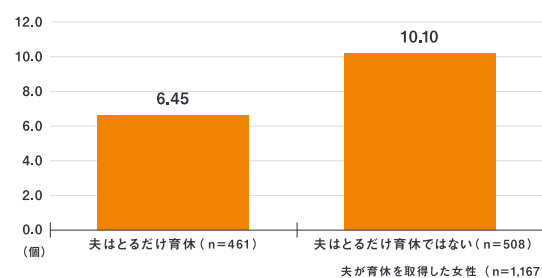


どのような人が「とるだけ育休」と思われているのか 「とるだけ育休」の夫は家事・育児の実践数が少なく、 育休取得期間が短め

どのような男性が「とるだけ育休」夫と思われるのか調べてみました。夫が普段行う家事・育児の実践数(18p 参照)を聞き比較すると、とるだけ育休ではない夫は10.10個に対し、とるだけ育休の夫は平均6.45個と、3.65個も少なくなっています。また、育休取得日数を見ると、取得期間が1週間未満だと45.0%が「とるだけ育休」とみなされますが、1カ月以上の取得だと30.3%と割合が低くなっています。家事・育児の実践数も育休取得日数も少ないと、とるだけ育休とみなされる可能性が高くなるようです。

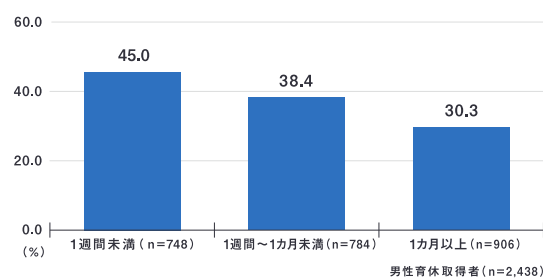
夫が実践している家事・育児数(28種類中)

Q. 育休取得後、夫が現在実践している家事・育児は？(複数回答)



男性の育休取得日数別「とるだけ育休」の割合

Q. 「とるだけ育休」になっていたと思うか？



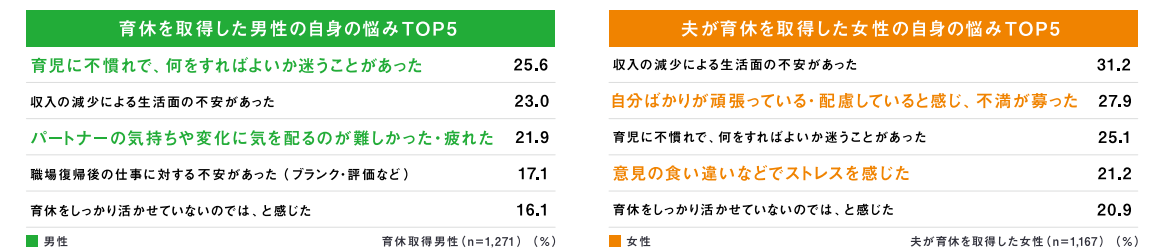
3. よりよい育休にするために

育休中の悩みはコミュニケーションの問題!?

なぜとるだけ育休と思われてしまっているのか？ よりよい育休にするためのヒントを探るべく、育休生活に感じた悩みを聞きました。男女ともに収入面の心配(「収入の減少による生活面の不安があった」男性23.0%、女性31.2%)は上位に入ったものの、男性は「パートナーの気持ちや変化に気を配るのが難しかった・疲れた」(21.9%)、女性は夫の育休取得中の悩みとして、「自分ばかりが頑張っている・配慮していると感じ、不満が募った」(27.9%)、「意見の食い違いなどでストレスを感じた」(21.2%)が上位となり、お互いのコミュニケーションで解決できそうな悩みが多いことが分かりました。

育休取得中の悩み

Q. 育休取得中に感じた課題や悩みは？(複数回答)

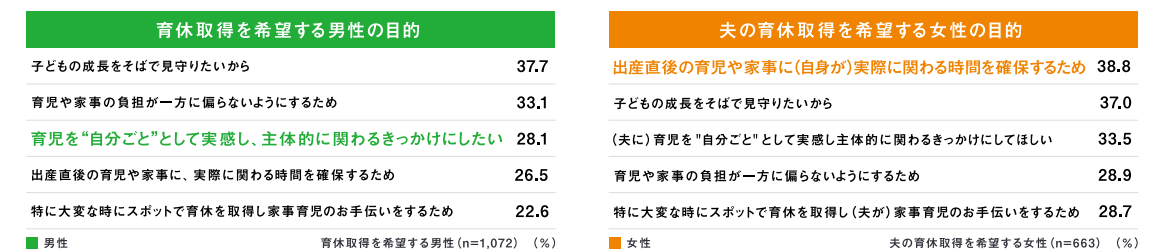


育休取得の目的は男女で意識に差!? 長期的に育児に関わりたい男性、即戦力を求める女性

育休取得を希望する男性と夫に育休を取得してほしい女性に、育休の取得目的を聞くと、男女間で意識の違いが見られました。男性は「子どもの成長をそばで見守りたいから」(37.7%)、「育児や家事の負担が一方に偏らないようにするため」(33.1%)、「育児を"自分ごと"として実感し、主体的に関わるきっかけにしたい」(28.1%)が上位に挙げられ、育休を取得することをきっかけに、家事・育児に積極的に関わりたいという長期的で前向きな姿勢が感じられます。一方、夫に育休を取得してもらいたい女性の取得目的は、「出産直後の育児や家事に(自身が)実際に関わる時間を確保するため」(38.8%)が最も高く、即戦力を求めている傾向にあるようです。どちらの目的も重要なポイントですが、男女で意識の差があることを前提にコミュニケーションをすることが大切なのかもしれません。

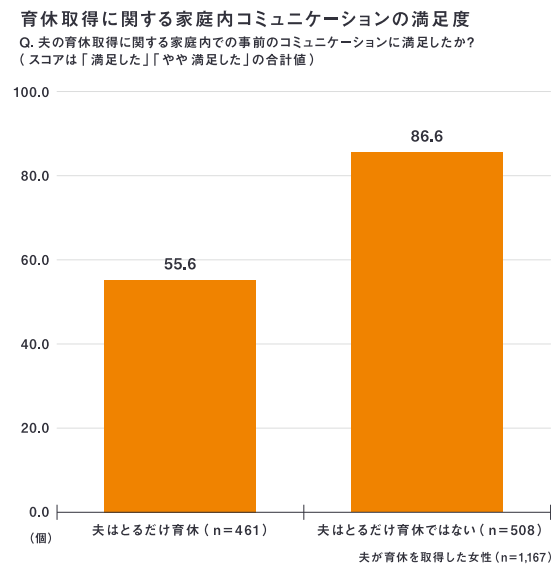
育休取得希望者が育休を取得する目的

Q. 男性の育休に関し、男性:自分が育休を取得する目的、女性:夫に育休を取得してもらう目的は？(複数回答)



「とるだけ育休」の夫を持つ女性は、 育休取得に関する家庭内コミュニケーションの満足度が低い

夫が育休を取得した際の家庭内コミュニケーションの妻の満足度を、夫が「とるだけ育休」かどうかで比較してみました。すると、夫がとるだけ育休ではなかったと思う妻のコミュニケーション満足度は 86.6% に対し、夫がとるだけ育休だったと思う場合は 55.6% と 30.9 ポイントも低くなっています。育休取得に関する家庭内コミュニケーションがうまく取れていないことも、とるだけ育休の要因となるようです。



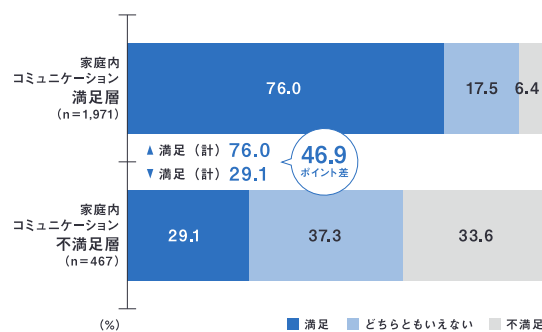
家庭内コミュニケーションに「満足」した人は、 育休中も育休取得後の家事・育児満足度も高い

家庭内コミュニケーションの満足度別に、育休取得の満足度を見ると、家庭内コミュニケーションに「満足」と答えた人は育休取得期間中の満足度が 76.0% と高いのに対し、「不満足」と答えた人は 29.1% と低く、満足度に 46.9 ポイントの差が生じています。育休取得期間終了後の家事・育児に関する満足度も、家庭内コミュニケーションに「満足」と答えた人は 68.5%、「不満足」と答えた人は 23.5% となり、こちらも 45.0 ポイントもの満足度の差があります。

家庭内コミュニケーションの充実度が、家事・育児の満足度に影響する傾向にあることが分かりました。

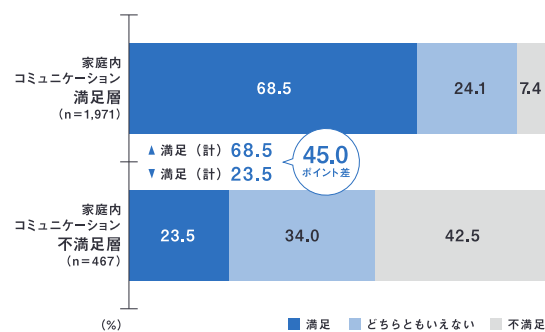
育休取得期間中の満足度

Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）の育休取得期間中の満足度は？



育休取得期間終了後の家事・育児に対する満足度

Q. あなた（男性はご自身、女性は夫）の育休終了後の家事・育児の満足度は？

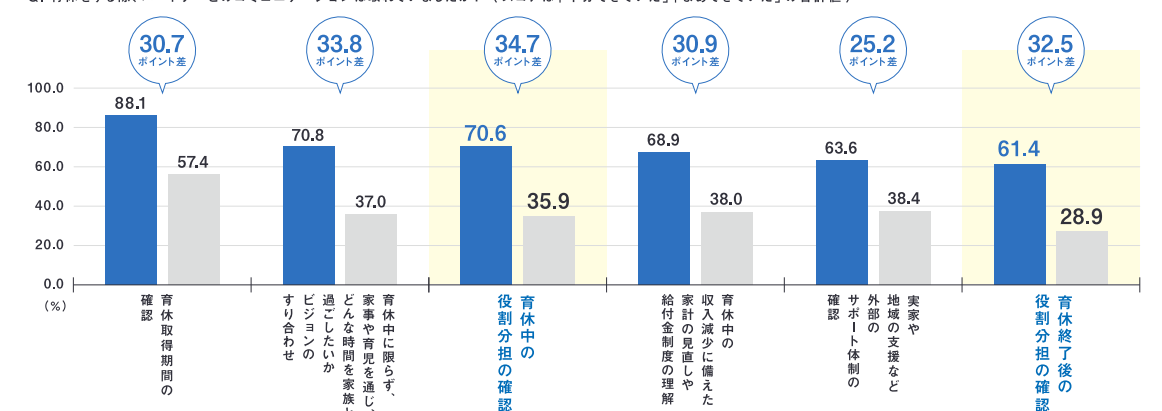


家庭内コミュニケーションの 満足度が高い人の会話の傾向は？

育休を取得した際にパートナーと交わした会話の内容について、育休期間中の満足層と不満足層を比較することで、どんなコミュニケーションをとることがよりよい育休につながるのか探ってみます。育休中の家事・育児のパートナーとの役割分担について聞くと、満足層は 70.6% が分担について話し合っているのに対し、不満足層は 35.9% と少なく、34.7 ポイントの差が生じています。育休終了後の役割分担についても、満足層は 61.4% に対し不満足層は 28.9% とこちらも 32.5 ポイントの差があります。不満足層はパートナーとのコミュニケーションがとれていない様子がうかがえます。

育休取得に際しての満足度と家庭内コミュニケーション

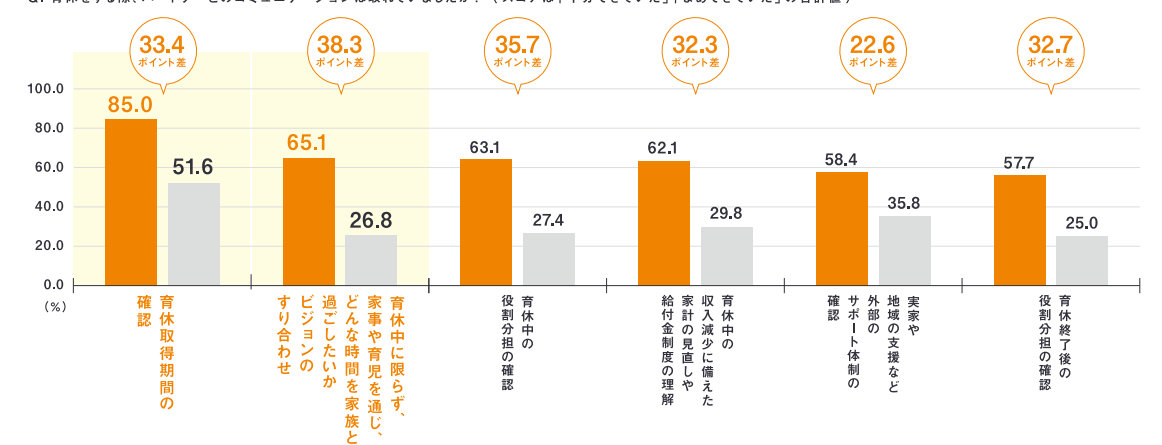
Q. 育休をする際、パートナーとのコミュニケーションは取れていましたか？（スコアは「十分できていた」「まあできていた」の合計値）



女性の満足層と不満足層を比較すると、満足層の女性は 85.0% が「育休取得期間の確認」をパートナーと行っていますが、不満足層は 51.6% にとどまり 33.4 ポイントの差。「育休中に限らず、家事や育児を通じ、どんな時間を家族と過ごしたいかビジョンのすり合わせ」についても、満足層 65.1% に対し不満足層は 26.8% と 38.3 ポイントもの差があります。育休取得の満足度を高めるためには、育休取得に際しパートナーとしっかりコミュニケーションをとっておくことが重要と言えそうです。

育休取得期間中の満足度と家庭内コミュニケーション

Q. 育休をする際、パートナーとのコミュニケーションは取れていましたか？（スコアは「十分できていた」「まあできていた」の合計値）



4. 育休によるポジティブな変化

育休を取得した男性の約8割が「家族の絆が増した」と実感 男性が育休を取得することで、自他ともに「ポジティブな変化」を認める

育休を取得した男性に、「家族との絆が増したと思うか」と聞くと、78%の方がそう思うと回答しました。妻に対するサポートのみならず、家事・育児の時間を育休中に深く共有することで、より深い絆を実感する方が多いようです。

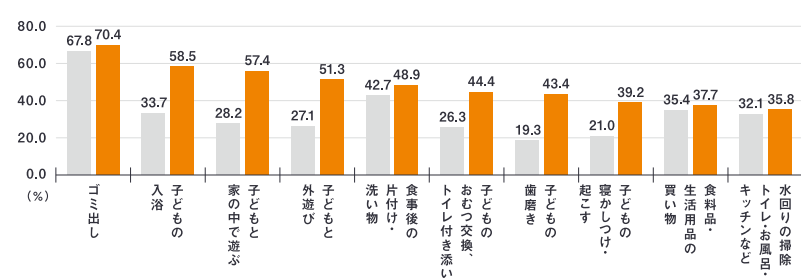
男性は自分自身、女性は夫について、男性が育休を経験したことによるポジティブな変化を聞くと、男女とも「子どもの寝かしつけや食事など、自分ひとりで任されても問題なく対応できると感じる」（男性47.4%、女性38.8%）が1位に挙げられました。その他、女性からの評価では、「子どもと2人での外出も任せられる」、「子どもの生活リズムを把握できている」などと、かなり頼りになるパパに成長している様子がうかがえます。

男性は育休を取得すると、家事・育児に積極的に関与するように変化 家事・育児実践数が育休取得前5.99個→取得後8.36個へ

育休を取得した夫を持つ女性に28種類の家事・育児を提示し、夫の家事・育児の実践数を育休取得前と取得後にそれぞれについて聞きました。取得前は「ゴミ出し」（67.8%）、「食事後の片付け・洗い物」（42.7%）、「食料品・生活用品の買い物」（35.4%）など平均5.99個でした。取得後は「ゴミ出し」（70.4%）、「子どもの入浴」（58.5%）、「子どもと家の中で遊ぶ」（57.4%）など、子どもに関わるだけでなく、他の家事・育児に関しても積極的に取り組み、平均で8.36個の家事・育児を実践しています。

育休取得前と取得後、夫が行う家事・育児数（28種類中）

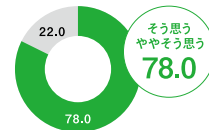
Q. 育休取得前に夫が実践していた家事・育児は？ 育休取得後、夫が現在実践している家事・育児は？（複数回答）



●提示した28種類の家事・育児：食事作り(朝) 食事作り(昼) 食事作り(夜) 食事後の片付け・洗い物 部屋の掃除 水回りの掃除(トイレ・お風呂・キッチンなど) 玄関やベランダなどの掃除 ゴミ出し 植物の水やり 洗濯 アイロン 衣類のクリーニング出し 食料品・生活用品の買い物 家計・資産(住宅ローンや投資など)の管理 子どもの入浴 子どもの寝かしつけ・起こす 子どもの着替え補助 子どものおむつ交換・トイレ付き添い 子どものミルクや離乳食の世話・食事の介助 子どもと遊ぶ(家の中)子どもと遊ぶ(外遊び) 子どもに勉強を教える・宿題の採点をする 子どもの歯磨き 子どもの保育園・幼稚園・学校や習い事への送迎 子どもの保育園・幼稚園・学校に行く支度 子どもの保育園・幼稚園・学校に必要なものの購入 子どもの保育園・幼稚園・学校の保護者会やPTAへの出席 子どもが病気の時の看病や病児保育の手配

育休取得対象の子ども、その兄弟姉妹や妻との絆も増した？
(スコアは「そう思う」「ややそう思う」の合計値)

育休取得男性 (n=1,271) (%)



男性が育休を取得したことで生じたポジティブな変化

Q. 男性が育休を取得したことで(男性はご自身、女性は夫)生じたポジティブな変化は？(複数回答)

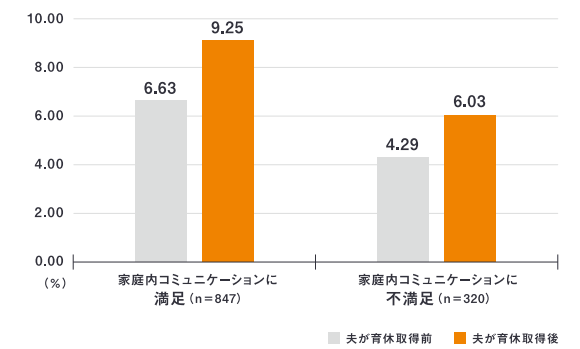
育休取得男性が感じる自身の変化	
子どもの寝かしつけや食事など、自分ひとりで任されても問題なく対応できると感じる	47.4
家の中の物の場所を分かっており、いざという時でも迷わず出せる(薬・着替え・保育園の準備品など)	36.2
子どもの生活リズムを身体で把握しており、先回りして助ける(昼寝・食事・トイレ)	33.4
■ 男性 育休取得男性 (n=1,271) (%)	
女性が感じる育休取得男性の変化	
子どもの寝かしつけや食事など、自分ひとりで任されても問題なく対応できると感じる	38.8
健診や外出など子どもと2人での外出も計画的にこなせる自信がある	29.9
子どもの生活リズムを身体で把握しており、先回りして助ける(昼寝・食事・トイレ)	26.8
■ 女性 夫が育休を取得した女性 (n=1,167) (%)	

家庭内コミュニケーションに満足している女性の夫は、家事・育児をさらに多く実践

育休取得前と後の夫の家事・育児の実践数の変化を、妻の育休取得に関する家庭内コミュニケーションの満足度別に見てみました。育休取得前の夫の家事・育児の実践数は、家庭内コミュニケーションに満足している女性の夫が平均 6.63 個なのに対し、不満足な女性の夫は 4.29 個と少なくなっています。育休取得後は、それぞれ増加していますが、満足している女性の夫は 9.25 個(＋2.62 個)、不満足な女性の夫は 6.03 個(＋1.73 個)となり、満足度が高い女性の夫は、家事・育児実践数がさらに多くなっています。

妻の家庭内コミュニケーションの満足度別
育休取得前後の夫の家事・育児実践数の変化

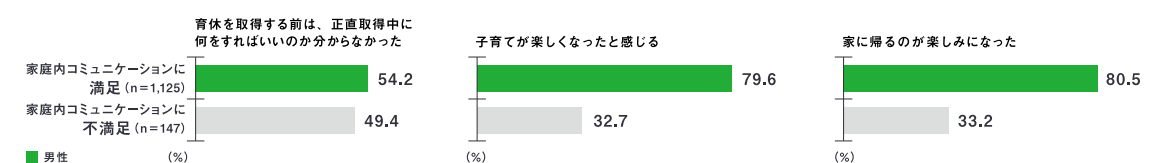
Q. 育休取得前と取得後、夫が現在実践している家事・育児は？(複数回答)



家庭内コミュニケーションに満足している男性は、育休取得後も子育ての楽しさを実感

育休取得男性に育休取得後の気持ちを聞き、家庭内コミュニケーションの満足度別に比較してみました。すると、取得前はどちらも約半数が「何をすればいいのかわからなかった」と感じていた男性も、家庭内コミュニケーションに満足している男性は、育休取得後に約8割が「子育てが楽しくなったと感じる」(79.6%)、「家に帰るのが楽しみのようになった」(80.5%)と答えています。一方不満足な男性は3割台と低く、家事・育児を楽しめていない傾向に。どちらも不安が多い状態で始まった「手探り育休」ですが、家庭内コミュニケーションが十分に取れているかどうかで、子育てを楽しむ度合いが大きく違ってきます。

育休取得男性の心境の変化 Q. 育休取得後の気持ちは？(スコアは「そう思う」「ややそう思う」の合計値)



男性の育休取得により、女性はストレス減少の効果が夫婦のチーム意識もアップ

育休を取得した夫を持つ女性に夫の育休取得後の自身の変化を聞くと、「夫婦間での家事・育児のチーム意識が強くなった」(30.1%)、「育児や家事のストレスが減った」(29.2%)、「睡眠時間の確保がしやすくなった」(26.3%)が上位に挙げられました。男性の育休取得は、女性にも効果があり高く評価されています。

夫が育休を取得したことで女性が自覚するポジティブな変化
Q. 夫が育休を取得したことであなたが生じたポジティブな変化は？(複数回答)

夫婦間での家事・育児のチーム意識が強くなった	30.1
育児や家事のストレスが減った	29.2
睡眠時間の確保がしやすくなった	26.3
夫婦関係(パートナーとの関係)が良好になった	18.9
もう一人子どもが欲しくなった	12.4
夫が育休を取得した女性 (n=1,167) (%)	

1. 職場も「手探り育休」？

取得者本人も周囲の人も、育休取得は不安とともに
応援したいが「正直悩みがある」が6割と本音も…

ここからは育休取得と職場の関係について見ていきます。

育休取得男性に育休に入る前に不安に感じていたことを聞くと、「職場で周囲に迷惑をかけてしまうのではないか」(33.8%)、「給料・手当が下がり、生活に影響が出るのではないか」(32.8%)、「職場で他の人に引き継いだ業務がうまく処理されるのだろうか」(25.0%)など、仕事においてもさまざまな不安を抱えていました。

一方職場の人たちは、仲間の育休取得にあたり、「正直大変になると思うが、職場のことは心配せずに育児や家事に専念してほしい」(74.7%)、「自分も有給休暇など休む機会があると思うのでお互い様だと思う」(74.3%)、「育児の応援をしてあげたいと思う」(73.1%)など基本的に応援する姿勢です。とはいえ、「負担を引き受ける覚悟はあるが、正直悩みはある」(62.3%)、「残業が増加するなど、自分の生活に影響を及ぼすと思う」(61.4%)、「自分がどこまで業務をカバーすべきか悩む」(58.7%)といった声も約6割と少なくはなく、応援したい!でも…といった戸惑いが感じられます。

育休取得男性が育休に入る前に感じていた不安

Q. 育休に入る前に不安に感じていたことは?(複数回答)

育休取得男性の育休前の不安		職場の人が育休を取得したときに感じること	
育休取得男性の育休前の不安		育休取得者の職場の人が感じること	
職場で周囲に迷惑をかけてしまうのではないかと	33.8	正直大変になると思うが、職場のことは心配せずに育児や家事に専念してほしい	74.7
給料・手当が下がり、生活に影響が出るのではないかと	32.8	自分も有給休暇など休む機会があると思うのでお互い様だと思う	74.3
職場で他の人に引き継いだ業務がうまく処理されるのだろうか	25.0	育児の応援をしてあげたいと思う	73.1
自分しか分からない業務が多く、引き継ぎがうまくいくかどうか	22.6	負担を引き受ける覚悟はあるが、正直悩みはある	62.3
職場復帰後の引継ぎがうまくされるのだろうか	22.0	残業が増加するなど、自分の生活に影響を及ぼすと思う	61.4
育休復帰後にキャリアに悪影響があるのではないかと	20.9	育休中の経験を活かして、新しい価値観をもって仕事に取り組んでくれると思う	59.5
育児・家事の経験が乏しく、うまくできるかどうか	20.9	職場で周囲の男性の育休取得率が上がると、自身や周囲の有給休暇取得が増加すると思う	58.8
担当業務が滞り、職場での成績が低迷するのではないかと	17.5	自分がどこまで業務をカバーすべきか悩む	58.7
ずっと家にいると邪魔者扱いされるのではないかと	15.4	業務のしわ寄せを、どう受け止めればよいかわからない	58.7
家族の生活リズムを崩してしまうのではないかと	13.6	不公平だと感じた(自分や他のメンバーは取得できなかったからなど)	39.8
育休取得男性(n=1,271) (%)		一般社員層(n=2,000) (%)	

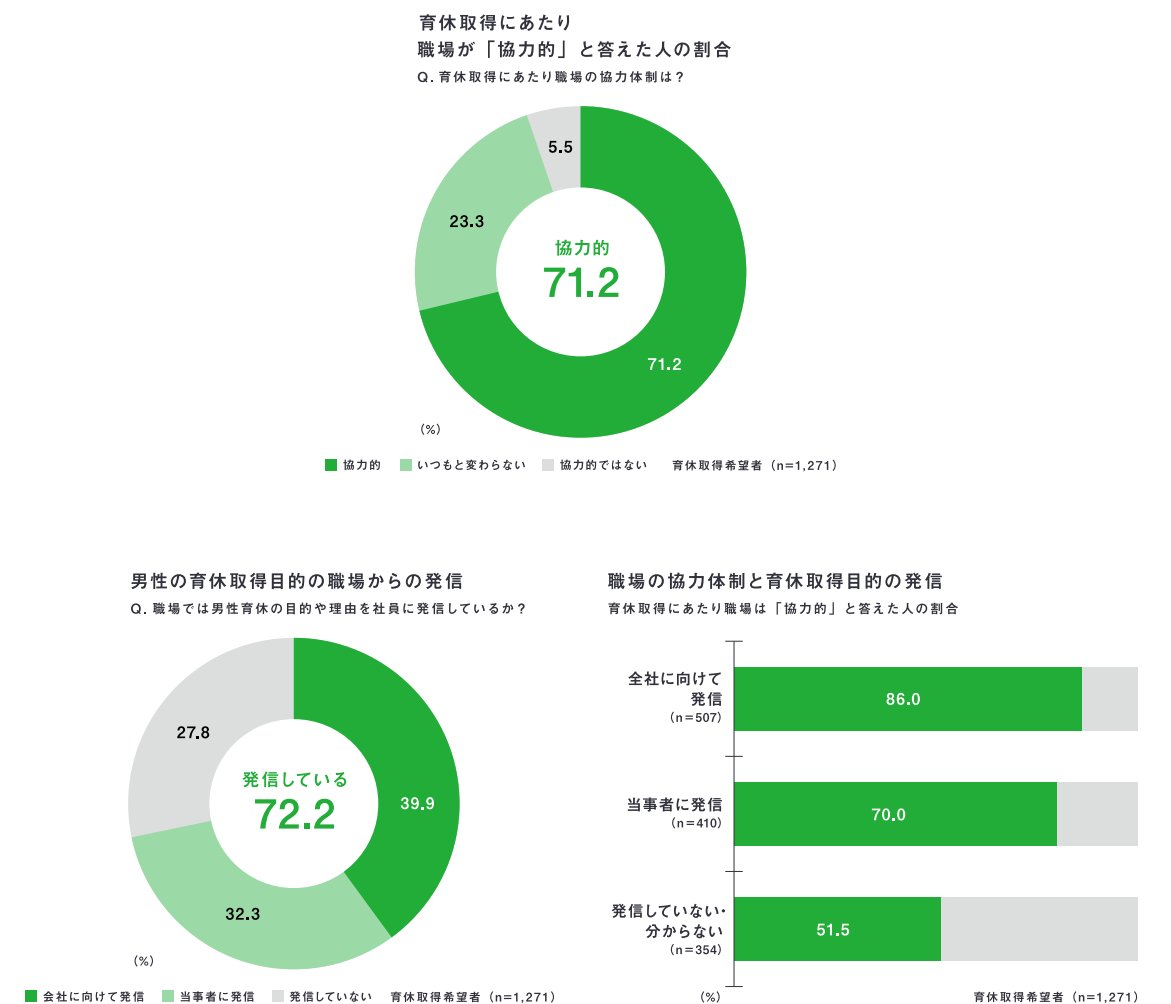
2. 男性育休が取得しやすい職場の環境とは？

育休取得の目的・理由を全社に向けて発信している職場は
周囲も男性の育休取得に対して協力的

育休取得男性に育休の取得にあたり職場での協力体制を聞くと、「協力的」と答えた人は71.2%でした。

また、勤務先で男性育休の目的や理由を社員に対して発信しているかと聞くと、「全社に向けて発信」39.9%、「当事者に発信」32.3%となり、合計で「発信している」のは合計72.2%でした。一方、「発信していない」は27.8%でした。

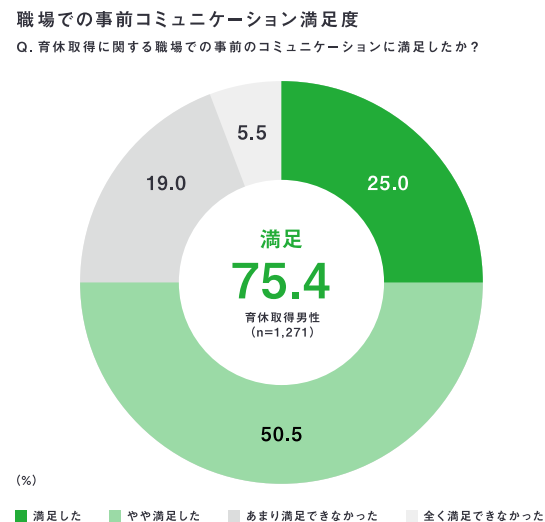
職場の協力体制と男性育休取得目的の発信の関係性を見ると、「協力的」と答えた人の割合は「全社に向けて発信」している職場が86.0%と高く、「当事者に発信」70.0%、「発信していない・分からない」51.5%となり、育休取得目的の発信に積極的な企業ほど、職場の協力度も高いという傾向が見られました。



3. 職場でのコミュニケーションと家事・育児の関係

育休取得男性の75.4%は育休取得に関する職場での事前コミュニケーションに満足

育休取得男性に、職場での育休取得に関する事前のコミュニケーションに満足できていたかと聞くと、75.4%が「満足」と回答しました。

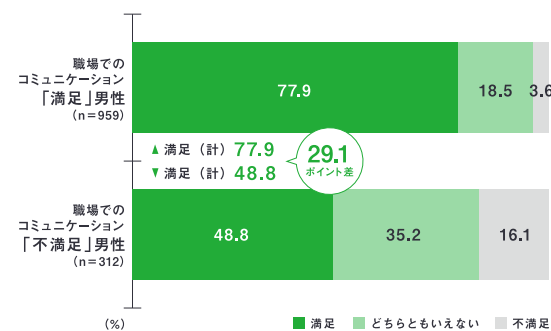


職場でのコミュニケーションに満足した人は家事・育児の満足度も高い

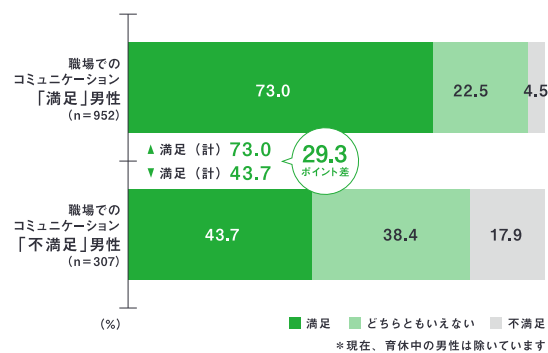
職場での育休取得に関する事前のコミュニケーションに「満足」と答えた男性は、育休取得期間中の満足度や、育休取得期間終了後の家事・育児に対する満足度も高い傾向が見られました。職場での事前コミュニケーションに「満足」と答えた男性の77.9%が育休取得に満足し、73.0%が育休取得期間終了後の家事・育児に満足しています。一方、職場での事前コミュニケーション～終了後43.7%と、育休取得自体の満足度も低くなっています。

育休取得に際し、職場でのコミュニケーションがうまくいくと、しっかり事前に引継ぎができ、ひいては育休に専念でき、家庭での育休中の満足度や育休後の家事・育児の満足度も高くなるようです。

育休取得期間中の満足度
Q. 育休取得期間中の満足度は？



育休取得期間終了後の家事・育児に対する満足度
Q. 育休期間終了後の家事・育児の満足度は？



復職後の取得者本人のポジティブな変化

育休取得男性に、育休を取得し復帰した後に職場での自身の変化について聞くと、「職場の子どもがいる人へ、より一層配慮するようになった」(35.8%)、「職場でお互い様という気持ちや行動が増した」(28.8%)、「時間管理の意識が増した」(20.2%)など、ポジティブな変化を感じています。

この結果を育休中の満足度別に見ると、「満足」と答えた男性ほど復職後の変化を感じる割合が高く、「職場でお互い様という気持ちや行動が増した」は満足度が高い人は33.6%と満足度が低い人(17.1%)より16.6ポイントも高くなっています。満足度の高い育休は、復職後の業務においても良い効果をもたらすようです。

育休取得後、復職して感じた自身の変化

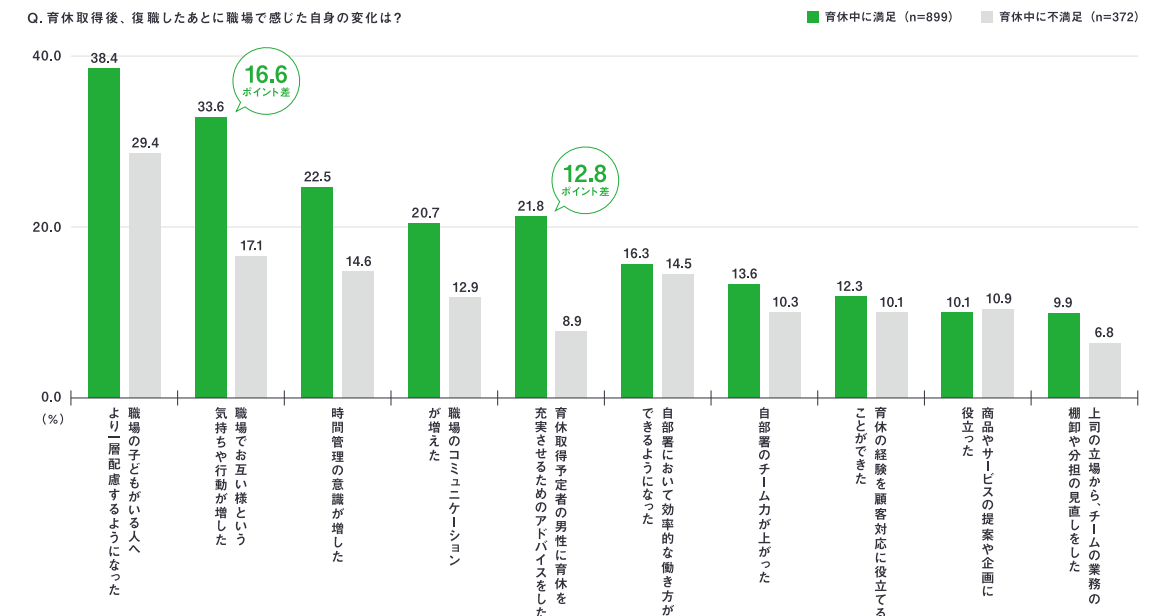
Q. 育休取得後、復職したあとに職場で感じた自身の変化は？(複数回答)

職場の子どもがいる人へより一層配慮するようになった	35.8
職場でお互い様という気持ちや行動が増した	28.8
時間管理の意識が増した	20.2
職場のコミュニケーションが増えた	18.4
育休取得予定の男性に育休を充実させるためのアドバイスをした	18.0

育休取得男性 (n=1,271) (%)

育休取得後、復職して感じた自身の変化と育休満足度の関係性

Q. 育休取得後、復職したあとに職場で感じた自身の変化は？



* 本調査に記載の割合の数値は、小数第3位以下を四捨五入しているため、合計が100%にならない場合があります。

4. 育休取得における 経営層の思いと社員の認知

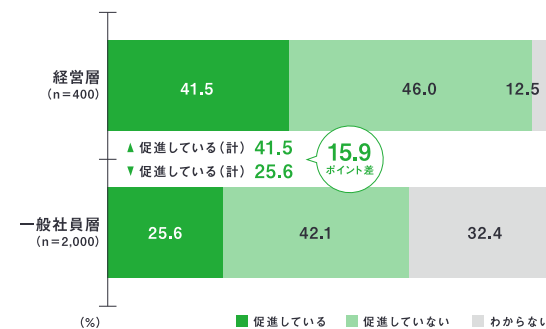
男性育休取得の促進施策、 経営層が発信しても一般社員層まで届いていない

ここからは経営層400人と一般社員層2,000人に聞きました。

まず男性の育休取得を促進しているかと聞くと、経営層は41.5%が「促進している」と答えたのに対し、一般社員層では25.6%と認識に15.9ポイントの差があります。さらに、男性の育休取得の目的や理由を社員に「発信している」と答えた経営層は54.3%いますが、一般社員層では26.2%にとどまっています。経営層は頑張っているつもりでも、社員には思っているほどは届いていないようです。

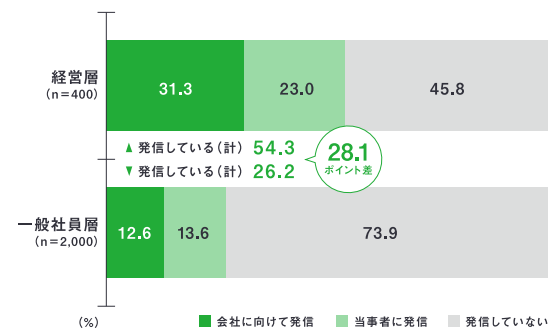
男性の育休取得の促進

Q. 勤務先では男性の育休取得を促進していますか？



男性の育休取得の目的・理由についての職場での社員への発信

Q. 勤務先では男性育休を取得する目的や理由を社員に対して発信していますか？



5. 男性の育休取得が促進されると…

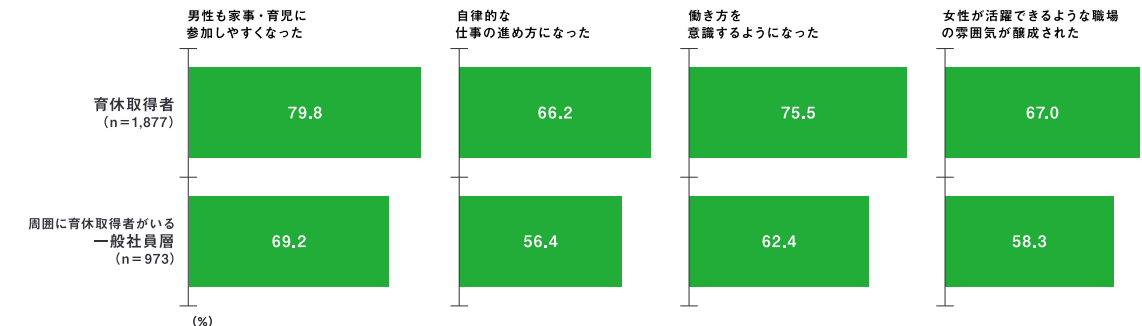
育休取得当事者だけでなく、 周囲にも社会全体にもポジティブが広がっていく

男性の育休取得が促進されると、社会的にどのような変化が起きるのか？ 育休を取得した本人と、周囲に育休取得者がいる一般社員層に聞くと、「男性も家事・育児に参加しやすくなった」という人は育休取得者で79.8%、周囲に育休取得者がいる一般社員層でも69.2%となり、当事者だけでなく周りの一般社員も男性の家事・育児参加が当たり前と感じられるようになり、社会の空気づくりに役立っているようです。また、「自律的な仕事の進め方になった」「働き方を意識するようになった」など、より能動的な働き方が選択され、「女性が活躍できるような職場の雰囲気が

醸成された」と感じた人も多く、ジェンダーギャップの是正にも役立ちそうです。男性の育休取得が促進されると、育休取得の当事者だけでなく、周囲の人にも社会全体にもポジティブでうれしい影響が広がるようです。

男性の育休取得が促進されることでの変化

Q. 男性の育休が促進されたり取得した人の数が増加した結果、どのような変化がありましたか？

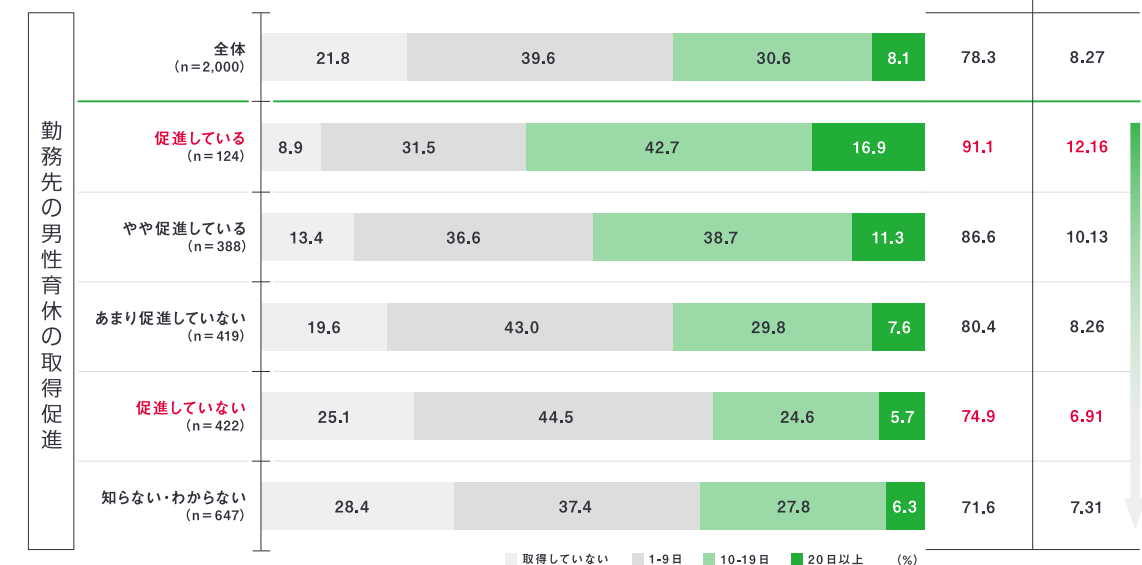


「男性育休の取得率が上がると、 周囲の社員の有給休暇取得も増加」を検証 男性育休を促進する企業ほど、 社員の有給休暇取得率・取得日数も向上

職場の人が育休を取得したとき、一般社員層の約6割が「職場で周囲の男性の育休取得率が上がると、自身や周囲の有給休暇取得が増加すると思う」と答えています(20p参照)。そこで、一般社員層を対象に勤務先の男性育休取得の促進程度別に、直近1年間の有給休暇取得日数を調べました。

企業の男性の育休取得促進と社員の有給休暇取得の関係

Q. あなたは直近1年間で有給休暇休暇を何日取得しましたか？



男性育休、 約4割で「当たり前」に。

次のステップは持続可能な男性育児。
「支える人を支える」職場づくりを。

ジャーナリスト／東工大准教授 治部れんげさん

今回の調査では、未就学児がいる家庭の男性育休取得率が36.3%、取得日数は平均21.5日となりました。

このように男性の育休が広まってくると人々の「当たり前」は変化します。厚生労働省は今年7月、2010年に始めた「イクメンプロジェクト」をいったん終了し新たに「共育（トモイク）プロジェクト」を始めると発表しました。イクメンプロジェクトが始まった15年前は男性育休の取得率は3%前後と低く、育児に積極的な父親は珍しい存在で「男性も育児をしよう」という発信は、社会規範を変える大きな力となりました。新たに始まる「トモイクプロジェクト」では、夫婦が継続して共に育児をすることを目指すようです。

本調査にも政策の必要性を示すデータが表れています。今年の調査で男性の家事・育児時間は、1週間に13.6時間（全国平均）、トップの岡山県が18.7時間となりました（P10）。1日当たりに換算すると全国平均で1日約2時間、トップの岡山県で3時間弱、果たしてこの時間で家事・育児をこなせるでしょうか。

小さな子どもを育てたことがある人なら「難しい」と分かるはず。子どもが赤ちゃんや幼児で夫婦と子どもだけの核家族だと、家事・育児時間は1日に2～3時間では済みません。内閣府が発行する「男女共同参画白書 令和5年版」によると、6歳未満の子どもがいる家庭で、共働き世帯の妻は77.4%、専業主婦世帯の妻は84.0%の家事・育児を担っています。つまり、共働きだと妻が夫の3倍、専業主婦だと妻が夫の5倍の時間を分担しているということになります。ちなみに、家事・育児の男女ギャップは他の国にも存在し、欧米先進国だと、妻が夫の約2倍の時間を家事・育児に費やしています。

世界共通の課題に対して解決の糸口となるのが男性育休です。本調査によれば、約8割の男性が自ら進んで育休を取得しており、取得理由として2番目に多いのが「家事や育児の負担が一方に偏らないようにするため」（31.5%）でした（P13）。家庭内の男女平等に対する意識が行動に移されていることを示唆するデータです。

これまで、男性育休に懐疑的な人からは父親が育休を「とるだけ」で家事・育児はしない、といった批判がありました。本調査もこの問題を認識しています。「家事・育児の実践数も育休取得日数も少ないと、『とる

だけ育休』の夫とみなされる可能性が高くなる」（P14）ことを指摘し、育休取得日数を増やすこと、育休中に率先して家事・育児を実際に行うことを求めています。

男性育休の取得目的として「子どもの成長をそばで見守りたいから」（37.4%）という声も可視化されました（P15）。男性が子どもに関わることを自らの意思で選んでいることが分かります。育休取得で男性の家庭への関わりが増える（P18）ことも明らかになったので、「とるだけ」と揶揄（やゆ）せずに「とってみる」ことを推奨することが必要でしょう。

男性育休が「当たり前」になる中で新たな課題も見えてきました。それは男女を問わず育休取得者を「支える人を支える」ことの必要性です。育休取得者の職場の人は「正直大変になると思うが、職場のことは心配せずに育児や家事に専念してほしい」（74.7%）「自分も有給休暇など休む機会があると思うのでお互い様だと思う」（74.3%）と考えています（P20）。今後、育児を始める世代は安心できる意見でしょう。

一方、雇用主や経営者は「不公平だと感じた（自分や他のメンバーは取得できなかったからなど）」（39.8%）という声にも対応する必要があります。育休は日本では男女共に30年以上前から法制度として存在していましたが、現在の中高年世代は職場の文化、ジェンダー規範などに阻まれて取得できない人が非常に多かったのです。今後は育休を取得する人を「支える人を支える」ための仕組み、具体的には応援金の支給や代替要員の配置などが求められるでしょう。

男性育休は家庭と職場の男女平等を進めます。何より男性にも幸福の選択肢を与えます。こうした変化を本質的なものにするためには、支える人たちに我慢して頑張ってもらうのではなく、互いにメリットのある施策や制度設計が必要です。



治部れんげ

東京科学大学リベラルアーツ研究教育院准教授。日経BP社にて経済記者を16年間務める。ミシガン大学フルブライト客員研究員などを経て2021年4月より現職。内閣府 男女共同参画会議専門委員、日本ユネスコ国内委員会委員、文部科学省 科学技術・学術審議会 臨時委員、日本テレビ放送網株式会社 放送番組審議会委員など。一橋大学法学部卒、同大学院経営学修士課程修了。著書に「稼ぐ妻・育てる夫：夫婦の戦略的役割交換」（勁草書房）、「炎上しない企業情報発信：ジェンダーはビジネスの新教養である」（日本経済新聞出版）、「『男女格差後進国』の衝撃」無意識のジェンダー・バイアスを克服する（小学館）、「ジェンダーで見るヒットドラマー韓国、アメリカ、欧州、日本」（光文社）、「きめつけないで！『女らしさ』『男らしさ』：みんなを自由にするジェンダー平等」1～3巻（汐文社）等。

男性育休を考えるプロジェクト 「IKUKYU.PJT」 174の賛同企業・団体と共に 男性育休取得を推進

積水ハウス株式会社は2019年より、男性の育休取得をよりよい社会づくりのきっかけとしたい、との思いから、9月19日を「育休を考える日」として記念日に制定し、さまざまな立場の方々と共に、男性育休を考えるプロジェクト「IKUKYU.PJT」を毎年実施してまいりました。本プロジェクトは、2022年からは男性育休取得推進に賛同する企業・団体と共に展開してきましたが、今年は174もの企業・団体に賛同いただき、共に推進してまいります。

19 育休を考える日

積水ハウスは、174の賛同企業・団体と一緒に男性育休を応援します。



詳しくはこちらへ プロジェクトサイト「IKUKYU.PJT」

<https://www.sekisuihouse.co.jp/ikukyu/>



さまざまな業種・業態の企業・団体の男性育休取得

職場でのコミュニケーションについて、 満足度83.4%の先輩パパに聞きました

仕事のやり方など、
忘れてしまうと
困るようなものは
普段からメモを残すと
良いですね



メインで引き継いだ人には
個人の連絡先を共有し、
コミュニケーションを
取っていました



自分が抜ける期間の
担当業務における
イベントについて
整理しておく、
復帰後のイメージが
湧きやすい



家族で安心して
貴重な時間を頂けるので
必ず取得してもらいたい
何より奥さんの負担が
軽減されることが
一番良い♡



賛同企業に勤務する男性育休を取得した先輩パパに、育休取得に関する職場での事前コミュニケーションについて聞きました。すると、「育休取得期間や取得目的の周知への共有」(78.7%)や「育休期間中の業務の引き継ぎ」(74.5%)が実践され、先輩パパの83.4%が育休取得に関する職場でのコミュニケーションに「満足」と答えています。

育休取得期間中の家庭での過ごし方のコツ 育休中の悩みはパートナーと一緒に乗り切るべし！

出来ることを
積極的に行うのみ



ある意味、
割り切る



パートナーとの
対話を
重要視してください



夫婦での役割分担
を明確にする



周りに協力を
要請するために、
状況を伝えておく



育休取得期間中の悩みを聞くと、「妻の気持ちや変化に気を配るのが難しかった・疲れた」(32.6%)が最も多く、悩みの乗り越え方を聞くと「夫婦でよく話し合い、役割分担を見直した」(42.2%)が多くなっています。育休取得期間中、思いもよらぬトラブルや困難に直面しても、パートナーと力を合わせて乗り切ることが最善の策のようです。

者に聞いた、先輩育休パパ体験談

「IKUKYU. PJT 賛同企業の
男性育休アンケート調査」調査概要

- 実施時期：2025年6月27日(木)～7月4日(木)
- 調査方法：インターネット調査
- 調査対象：賛同企業に勤務する育休を取得した男性社員 948人

育休取得後、先輩パパが感じた ポジティブな変化は？

早起き
できるようになった



育児全般の
スキルアップ



睡眠の重要性を
再認識
寝られるときに寝る



「育児を手伝う」
という感覚は一切なく、
共に行うものとして認識
主体性・当事者意識が
身につきます



規則正しい生活を
意識するようになった



育休を取得したことによるポジティブな変化を聞くと、「子どもの寝かしつけや食事など、自分ひとりで任されても問題なく対応できると感じる」(64.8%)、「夫婦間で家事や育児の役割分担について自然に相談・調整できる関係ができていく」(51.4%)が上位に挙げられ、先輩パパの93.4%がポジティブな変化を実感しています。

男性育休を考えるプロジェクト「IKUKYU. PJT」 2025年 PR映像「僕のはじめての育休 | #育休を考える日」



Check!

「僕のはじめての育休 | #育休を考える日」
<https://www.sekisuishouse.co.jp/ikukyu/movie/>



積水ハウスが男性育休を考える「IKUKYU. PJT」の取り組みとして、男性育休取得者の体験談を通じて、育休の取得がその先の「家族の幸せ」につながる大切な期間になる、というメッセージを伝える映像を制作しました。

これから育休を取得するパパ、ママ、そしてすべての人に向けて、より良い育休を過ごしたい、過ごしてもらいたい、と考えるきっかけになればという思いから、映像では、賛同企業・団体の皆様から募集した実際の育休中のエピソードや、本調査から「約8割」が育休を通して家族の絆がましだと実感している」というデータを紹介しています。

映像は、9月19日(金)「育休を考える日」に先駆けて、2025年9月8日(月)より、「IKUKYU. PJT」特設サイトや積水ハウスのYouTube、一部CM(予定)でも御覧いただけます。今年も、男性の育休取得がよりよい社会づくりのきっかけになるように、賛同企業・団体の皆様とともに、社会全体で考えていけるよう発信してまいります。

積水ハウスの育休取得の男性社員と、取得した男性社員の妻、男性育休取得社員と同じ職場のチーム社員が証言

積水ハウスの男性社員の育休取得制度は、 本人良し、妻良し、チーム社員良し みんながハッピーな「三方良し」を実現

積水ハウスでは、2018年9月より「男性社員1カ月以上の育休完全取得」を実現するために、男性育休取得100%の取り組みを推進しています。育休を取得した男性社員とその妻に、育休取得に関する調査を行いました。

「積水ハウス男性育休アンケート調査」調査概要

●実施時期：2025年6月27日(木)～7月4日(木) ●調査方法：インターネット調査 ●調査対象：2019年2月1日～2025年5月31日に育休を取得した男性社員908人とその妻275人

育休を取得した積水ハウス男性社員の育休取得期間中の コミュニケーション満足度は育休取得者の平均値より5ポイント高い

育休を取得した積水ハウス男性社員の家庭内コミュニケーションの満足度は93.5%（一般の育休取得男性比+5.0ポイント）、育休取得期間中の満足度は80.1%（同+9.4ポイント）でした。

育休取得前から活用する「家族ミーティングシート」*の運用などが、効果を発揮していることがうかがえます。

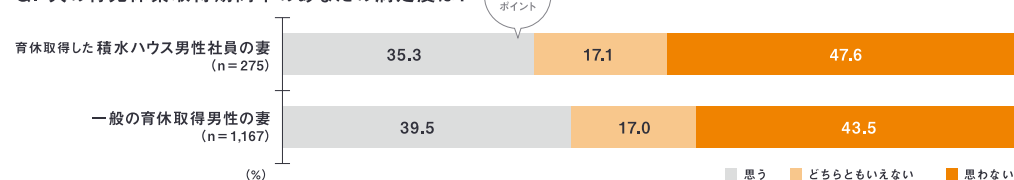


積水ハウス男性社員の育休は 「とるだけ育休じゃない」と妻も太鼓判！

育休を取得した積水ハウス男性社員の妻に、夫の育休の取得が正直「とるだけ育休」になっていたと思うかと聞くと、47.6%と約半数が「思わない」と答えました。一般の夫が育休を取得した女性では約4割(39.5%)が夫の育休は「とるだけ育休」とジャッジしていますが、積水ハウス男性社員の妻は35.3%と4.2ポイント少なくしています。

積水ハウス男性社員の育休取得は、妻からも「とるだけ育休ではない」と評価されているようです。

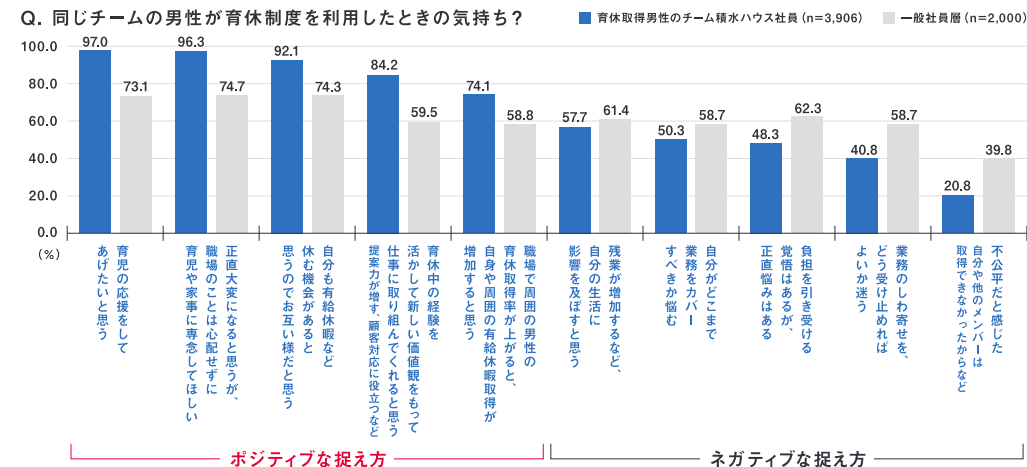
Q. 夫の育児休業取得期間中のあなたの満足度は？



男性育休を取得する同僚を本気で 応援したい積水ハウスの同僚

育休を取得した積水ハウス男性社員と同じチームの社員に、同僚が育休を取得したときの気持ちを聞きました。すると、「育児の応援をしてあげたいと思う」が97.0%と最も高く、一般社員層(73.1%)より24.0ポイント、「正直大変になると思うが、職場のことは心配せずに育児や家事に専念してほしい」も96.3%と一般社員層(74.7%)より21.7ポイントそれぞれ高くなっています。一方、「不公平だと感じた」(20.8%)は一般社員層(39.8%)より19.0ポイント低くなるなど、ネガティブな受け止めはどの項目も一般より低くなっています。

Q. 同じチームの男性が育休制度を利用したときの気持ち？



同僚が男性育休を取得すると、 周囲の社員も家事・育児に参加しやすくなる

また、チームの男性が育休を取得することで、自身やチーム内にどのような変化があったかを聞くと、「男性も家事・育児に参加しやすくなった」(積水ハウス83.6%、一般社員層69.2%) 14.4ポイント差、「周囲の幸せにも目を向けられるようになった」(積水ハウス83.0%、一般社員層59.3%) 23.7ポイント差、といった変化が多く、一般社員層に比べポジティブな変化が大きくなっています。

Q. 同じチームの男性が育休制度を利用したことによる変化は？

