



畠中 龍太

研究開発部門第二研究ユニット熱技術領域

工学系研究科機械工学専攻修了後、2年間のメーカー勤務（ヘリコプタ構造設計）を経て、2008年にJAXA研究開発本部熱グループ（当時）に加入。熱制御技術の研究や将来ミッション検討、小規模プロジェクト(SDS-4, HTV搭載小型回収カプセル等)の熱制御系開発に従事。ラジオ好きが高じてラジオ日本「ディープな宇宙をつまみぐい」のB系パーソナリティも担当。趣味は海外旅行/ダイビング等だったが、最近は上の子(4歳男子)とのウルトラマンの隊員さんごっこの日々。横浜出身。

Q: 育児休業を取ろうと思ったきっかけを教えてください。

まず、里帰りせずにつくばで出産してもらおう決断をしたことが大きかったですね。第一子の時は両家共、両親が仕事等で忙しく、里帰り出産は現実的ではありませんでした。つくば出産だと、ほかに助けがありませんし、妻の横に私がいるのは当然だと思いました。それから、何の経験もない段階から2人で一緒に勉強しながら育児をやっていきたいという思いもありました。妻から教えてもらいながら育児を「手伝う」構図はあまり好きではなかったですし、海外では男女が均等に育児するのがスタンダードだと聞いたこともあったので、育休取得はごく自然な選択でした。

Q: 育児休業をした期間は？

第一子のときが2019年11月初旬から12月末まで、第二子のときが2023年11月初旬から12月末まで。同じような期間で2回育児休業をしました（いずれも特別休暇を含む期間）。

Q: 奥様も働かれているとのことですが、育児休業を取得する期間を決めたポイントは？

妻もJAXA職員で、キャリア志向をしっかりと意識しているため、妻に長い期間育児休業してもらうなら、自分も極力長く休業しないとフェアじゃないと思いました。一方、私はJAXAでの仕事に加えて、科学研究費助成事業（科研費）と、博士号取得に向けた活動（社会人ドクター）、CTOとして携わっているJAXAベンチャーのツインカプセルでの兼業もあり、全てを止められる期間にはどうしても限界がありました。妻との相談の結果、配偶者分娩休暇や育児参加休暇も含め2カ月弱の休業期間にしました。



Q: JAXAは、年次有給休暇最大60日、フレックスタイム制度、テレワーク勤務制度、「男の産休（配偶者分娩休暇、育児参加休暇等）」など多様な育児支援施策があります。制度面からの育児休業をすることとしたきっかけは？

JAXAにはありがたい制度がたくさんありますし、業務内容としても、例えば中小企業に勤めている人と

比べると、ずっと休みやすい環境だと思います。私も、まず配偶者分娩休暇や育児参加休暇を完全消化し、その後で育児休業を取得しました。育休でも休業前の給料の約70%を受け取れる国の給付金があり、更に社会保険料免除もあるので、金銭的なデメリットはそれほど大きくはありません。年休だと、どうしても「仕事の都合をみて、休める時に休む」となってしまいますよね？女性は、産後1、2カ月は交通事故に遭ったのと同じレベルの重症だと言いますし、毎日・常時対応できるように育児にフルコミットすることが大事だと私は思ったので、スパッと「2カ月間、いません」と育休を取得する方が、JAXA向け・家庭向けの両面でわかりやすい姿勢だと思います。

Q: 育児休業を開始するにあたって一番心配したことは？

第一子のときは、長期派遣研修から帰ってきた直後で、私一人で進めている仕事が比較的多かったのですが、それでも自分の研究や博士号取得が遅れてしまうのは非常に心配でした。第二子のときは、研開部門で宇宙実証研究を立ち上げた直後で、「どうしてそんなときに休んでいるんだ？」と思われても仕方がないタイミングでした。自分が考案したデバイスを宇宙実証できるなんて滅多にないチャンスなのに、それを逃してしまうことは正直怖かったです。

科研費は育児休業すると、研究を1年先延ばしにできる制度があったので助かりました。JAXA業務は、動けない前提で計画を立てるように心がけましたが、結局全然うまくいきませんでした。出産前ギリギリで宇宙実証研究の立ち上げは成功したものの、メーカーさん作業が始まる前に育休に入ってしまう、2カ月まるまる止まってしまった案件も多かったです。メール等で状況は伝わっていたものの、新生児だけでなく上の子（中耳炎や感染症予防で家に居る日が多かった）の相手にも追われていたので、なかなかフォローできませんでした。実証目標時期が決まっており、育児休業をしたからといって先延ばしにできるわけではありませので、今必死に挽回しようと頑張っています。

私の育休はたった2カ月弱なので、キャリア面でマイナスになることは心配しませんでした。ただ、ライフスタイルの変化によって、職場復帰後も仕事/研究に避ける時間が圧倒的に短くなったことは痛感します。残業どころか、定時時間分も働けない日も多いので、いかに時間を有効に使うかを日々必死に考えています。迷惑はかけてしまっているものの、迷惑を最小限にするための努力は必要ですよね。やれることは限られていますが、一点集中で、優れた成果を出せるように、今も野心を持って仕事をしています。

Q: 仕事が止まってしまうことを心配して、育児休業を躊躇してしまう方も多いと思います。育児休業の取得に踏み切るために必要なことは何だと思いますか？

会社や一緒に働いている人たちに遠慮しすぎず、ある程度図太くなくても仕方がないかなと思います。育児休業期間は稼働できない前提で計画を立て、案件を止められないなら代わりの人をつけてもらえるように育児休業に入る前に努力する必要があると思います。手を尽くした結果、それでも迷惑をかけてしまうのは本当にしょうがないと思いますし、給料分きちんと集中して働いていると自信を持てるのなら、胸を張って休んでもいいと私は思います。責任感が強い人ほど育児休業を取りづらいただろうとも思いますが、家庭に対しても責任があるわけですよね？責任感を発揮する方向のバランスには気をつけないと私は思います。



Q: 育児休業を開始するにあたって、後押しされたものがあったら教えてください。

里帰りしないなら育児休業を取ることは必須だと思っていたので、取得にあたって特に後押しが必要だった訳ではありませんが、取得しやすい雰囲気を作って下さった上司や同僚の方々には心から感謝しております。

Q: 畠中さんの育児休業中の1日の過ごし方を教えてください。

2回目の育児休業のときは、上の子が感染症予防等で保育園を休んだ日が多く、大人二人で子供二人を一生懸命お世話していましたね。夜は下の子が起きてしまうので、妻と私で代わる代わる睡眠を取りながら、もう一方が授乳orミルクあげをしていました。子供二人が寝ていれば休めるというわけではなく、家事や将来のライフプラン、引っ越しに向けた家探し等も必要でしたし、また妻とゆっくり話せる時間もとても大事でした。例えば、私が上の子を連れて外に出かけて、妻に下の子の面倒を見てもらう日が多かったのですが、夜になってお互い子供のおもしろエピソードを共有してほっこりしました。困ったエピソードも、話してみると可愛げがあることも多いですね。

Q: まさに理想の育児ですね。育児休業をしてみた結果、家庭生活においてよかったと思う点は何がありますか？

第一子のときに、妻も私も育児のことが何もわからない状態で一緒に習得していったのは、すごく良かったです。第一子のときは産後の5日間は私も産院の特別室で寝泊まりして合宿生活を送り、子供の寝かしつけ方やおむつ替え、ミルクのあげ方等、妻と一緒にあたふたしながら考えたり、調べたり、看護師さんに教えて頂いたりしました。育児家事を私一人でもできる自信がつくと、妻が出かける際に早く送り出せますし、実際はコロナ禍で非常に少なかったですが、自分も飲み会や出張等の予定を（気持的に）入れやすくなります。育児休業は振り返ってみると短い期間でした。復帰後の育児生活に向けて良いスタートが切れたことが一番良かったことですね。第2子の時は、コロナのため病院合宿はできませんでしたが、育児も家事も慣れていたのも不安も特にありませんでしたし、上の子との絆が深まりました。

Q: 逆に、これをしてあげればよかったなど反省点がありますか？2回育児休業をさせてみての反省点は興味深いです。

色々ありますよ。例えば、自分の育児休業が終わると、妻のほう子供と向き合う時間が長くなり、私は育児に貢献すると言っても家事などの後方支援をこなすだけで頑張った気になってしまうことがありました。男性あるあるかもしれませんね。子供と向き合う当事者は接し方に悩むことも多く、精神的に解放さ

れる時間が無いのが辛いんですよね。家事はテキパキと仕事感覚でできますが、子供が相手だと全くそうはいかないじゃないですか。妻が仕事復帰し、均等に子供と向き合うようになってからその大変さを理解できるようになりましたし、もっと前面に立って子供と接すれば良かったと思いました。謙遜して「育児は週末に子供と遊ぶだけ」と言う方もいますが、それは実はすごいことだと思います。

Q: お子さんがまだ十分にコミュニケーションを取れない段階は特に大変そうですね。特に育児が大変だった時期はいつですか。

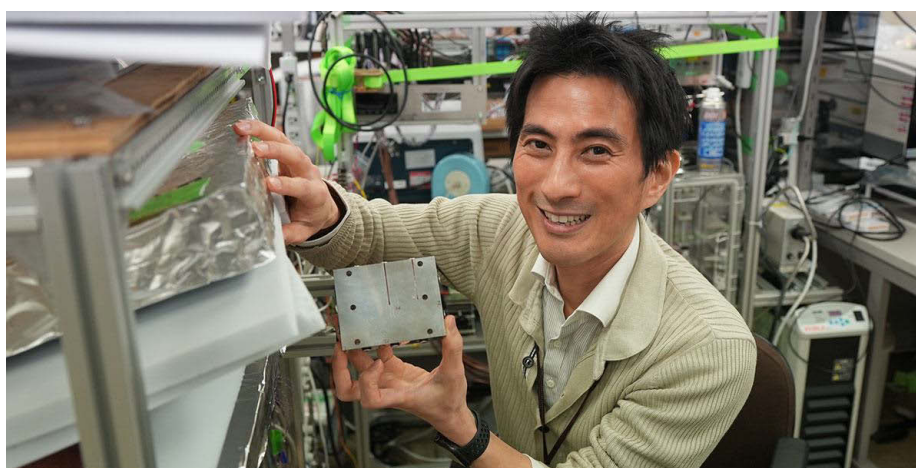
子供がどれだけ寝るかによって違うと思います。やはり夜中にまとまった睡眠が取れないと疲れが溜まっていきます。うちの場合は、一人目は生後1カ月頃からは夜は起きなくなりました。二人目も、夜は1、2回起きる程度なので、恐らく非常に育てやすい赤ちゃんだったのだと思います。大変幸運でした。どちらかというとイヤイヤ期と、嫌がる子供を保育園に連れていく日々（今もたまに、、）が大変だった印象があります。甘えん坊全開でとても可愛いですけどね。

Q: 育児休業をする前後における職場の上司・先輩・後輩等の反応はどうでしたか？

周りはみんなウェルカムな雰囲気でした。上司はスーパーイクメンなので、理解があって助かっています。実際にご迷惑をおかけした方、ご負担を増やしてしまった方もJAXA内外にいますが、皆様暖かいお言葉を下さり救われました。

Q: 最後に、育児休業を検討している男性職員へのアドバイスをお願いします。

アドバイスではないですが、育児を少し前向きにとらえて、「大事なライフイベントを最大限楽しみませんか？」とご提案したいです。特に生後1-2カ月の変化は非常に大きくて、パートナーと一生語り合えるくらいの思い出ができます。こんなに大きなイベントを逃してしまうのはもったいないですよ！ 2回の育児休と、それにより充実したその後の育児生活は、私にとっては大きな財産です。



インタビュアー：門倉（ワーク・ライフ変革推進室）