

## 【事後レポート】育休復職者を迎えるオイシックス社の「復職式」が10回目の節目 復職後の“罪悪感からの解放”に向け「頑張りま宣言」を実施 ～仕事と育児の両立支える独自制度で男性育休取得率100%、3か月以上の長期取得も実現～

食品のサブスクリプションサービスを提供するオイシックス・ラ・大地株式会社（本社：東京都品川区、代表取締役社長：高島 宏平、以下 当社）は、育児休業を終え復職する社員を対象に「復職式」を2026年4月24日（金）に実施しました。本取り組みは2017年から毎年実施しており、今回は10回目の節目を迎えました。今年初めて2部構成で開催し、1部では復職証書の授与や、無理しがちな復職後に向けて、あえて“頑張らないこと”を発表する【これは「頑張りま宣言」】などを実施したほか、2部では復職後の心理的負担軽減をテーマに、専門家と当社社員によるトークセッションを行いました。

当社では男女ともに社員の育休取得率100%を継続しており、取得日数も全国平均を大きく上回っています。今後も育休を取得しやすい、復職しやすい職場づくりを推進するとともに、復職式をはじめとするサポート制度等を積極的に公開することで、復職者を支える取り組みの社会的な広がりを目指してまいります。



▲第1部：復職式の様子



▲第2部：トークセッションの様子

### ■ 復職式の開催背景

復職式は、育児休業からの復職後、職場環境の変化への適応に悩みや不安を抱えた女性社員の実体験をもとに、2017年に企画して以降、毎年開催しています。上長や同僚から「おかえりなさい」の気持ちを伝えることで、復職への不安を軽減し、職場へのスムーズな再適応を後押しすることを目的としています。今年で10回目の節目を迎え、これまでの参加者数は男性を含め延べ100人以上にのぼります。

2025年4月、10月の2段階で施行された「育児・介護休業法」改正など、仕事と育児の両立を支える法整備も進む中、当社ではこれまでも社員のライフイベントに寄り添った制度の拡充に取り組んできました。具体的には、法改正に先駆けて小学6年生までを対象とした時短勤務制度を導入しているほか、独自の支援制度として「ノパプラス休暇」（配偶者の出産時に付与される有給休暇）を創設しています。また、復職前講座や個別面談、復職者同士の交流機会の創出などを含む「復職支援プログラム」を通じて、復職後も安心して働き続けられる環境づくりを進めています。こうした取り組みを背景に、男性の育児休業取得率は昨年度100%、平均取得期間は3か月以上を実現しています。

### ■ 復職式 第1部

#### 一代表取締役社長 高島からのメッセージ

第1部には、この春復職する社員16名（うちオンライン参加2名）と、その上長ら約30名が参加しました。高島は「お子さんが『慣らし保育』で保育園に慣れていくように、皆さんも『慣らしワーク』で新しい働き方に慣れてもらうことが一番大事です。子どもが生まれる前の自分と比較する必要は全くないので、“100点は求めてはダメなのだ”、“周りの人をお願いしながらやればうまくいくのだ”というように、子どもを育てながら働くということを新たに身に付けてほしいと思います。スタートダッシュではなく、長く、良い仕事をしてもらうことをとても期待しています。」と育休から復職する社員に向けてエールを送りました。



本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）

## 一復職証書の授与

「おかえりなさい」の掛け声とともに、上長から復職者にメッセージ入りの復職証書と、野菜とお花で作った“ベジブーケ”が贈られました。近況や子どもの様子などについて談笑する様子も見られ、和やかな空気に包まれました。また、復職後の家事負担を少しでも軽減してもらいたいとの思いから、温めるだけで野菜たっぷりの食事が完成する当社の夕食サービス「デリOisix」も後日贈られます。

「復職証書」のテンプレートおよび復職支援プログラムの内容は当社の公式noteにて公開しています。企業規模や業種を問わず活用できる形で広く公開することで、復職者を支える取り組みの社会的な広がりを目指しています。

公式note URL : <https://note.com/oisixradaichi/n/n7a1ae2ca734a>



▲復職証書と、野菜が入った“ベジブーケ”



▲「デリOisix」のメニュー例

## 一これは「頑張りま宣言」

復職後は、つい何事も完璧にこなそうと無理をしがちであることから、あえて前向きに“頑張らないこと”を【これは「頑張りま宣言」】として一人一人が発表しました。「家電フル活用で家事を頑張らない」「これまでの一汁三菜をやめて“ちゃんと作る私”を卒業する」「おもちゃの片付けを頑張らない」といった日々の家事に関する内容や、「休日を頑張らない」「家族時間を最優先するために、仕事は就業時間内で完結させる」などワークライフバランスを重視する声も多く聞かれました。参加者は頷きながら宣言に耳を傾け、無理のない働き方・暮らし方を選択することの大切さが共有される場となりました。



本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL : 050-5305-0549 (直通) E-mail : [publicity@oisixradaichi.co.jp](mailto:publicity@oisixradaichi.co.jp)

(上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください)

## ■第2部 がんばりすぎない「完璧主義」からの解放 復職後を乗り切る！食の課題解決トーク

復職直後は「完璧にこなせない自分」への罪悪感や、自分のケアを後回しにする孤立感が課題になりがちです。そこで、がんばりすぎない「完璧主義」からの解放をテーマに、知的家事プロデューサー・本間朝子氏と、2度の復職を経験し、現在は「デリOisix」のプロジェクトマネージャーを務める当社社員・荒川桃子とのトークセッションを実施しました。

当社が2000人の復職者を対象に行ったアンケートでは、食事関連の負担が大きいとの回答が最も多く、その背景には「疲れて判断力が落ちること」や「ちゃんとやらないといけないという罪悪感が生まれやすい」といったことが挙げられます。本間氏は「頑張りではなく仕組みで家事を回す」考え方が大切だとして、①お助けアイテムをインフラにする、②「今日何作ろう？」という名もなき家事をなくす、③見ればすぐ動ける状態を作る、④特別料理ではなく回る料理、⑤手作りの料理より手作りの思い出といった5つのポイントを紹介しました。その上で、「罪悪感こそが復職後の料理をつらくしてしまう要因の一つ」として、デリOisixなどのお助けアイテムをベースに、余裕があるときに手作りを取り入れるといった無理のないスタンスが大切だと言及。また、帰宅後に無理に料理を頑張るのではなく、手軽に準備できる食事を活用し、家族で和やかに食卓を囲む時間を大切にすることを重視すべきと提案しました。

復職者からのお悩み相談では、家事負担を軽減するための住環境の工夫や、家事の総量を減らす考え方などについて具体的な質問が寄せられました。これに対し、本間氏は、複数の家電を同時に使える環境を整えることや、家電で代替できる作業は積極的に置き換えること、乾燥機にかけられる衣類を選ぶこと、食事サービスを取り入れることなど、日常に取り入れやすい工夫を紹介しました。



▲悩みを相談する復職者

▲（左から）当社社員と知的家事プロデューサー本間朝子氏

### 一参加した復職者の声

第1部、第2部と通して、復職者からは「他の復職者の【これは「頑張りま宣言」を聞いて、頑張らなくて良いポイントがたくさん得られた」「復職式があることで“プレ出勤”のような気持ちになり、自分自身に目を向ける時間が出来て良かった」「第一子と第二子の育休を連続取得したので早く復職できないことに罪悪感を抱いていたが、温かく迎え入れてもらいすごくうれしかった。在宅勤務ができるので、無理せず長く働いていきたい」といった声が聞かれました。

本リリースに関するお問い合わせ

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）

《開催概要》

イベント名：オイシックス・ラ・大地 2026年度 復職式

日時：2026年4月24日(金) 11:00～13:00

会場：オイシックス・ラ・大地（東京都品川区）

プログラム：

= 第1部 =

- ・ 開会挨拶
- ・ 祝辞：代表取締役社長 高島 宏平
- ・ 復職証書授与
- ・ これは「頑張りま宣言」

= 第2部 =

- ・ 「がんばりすぎない「完璧主義」からの解放 復職後を乗り切る！食の課題解決トーク」  
登壇者：知的家事プロデューサー 本間 朝子氏、  
当社サービス開発本部・デリOisix プロジェクトマネージャー 荒川 桃子
- ・ 復職社員のお悩み相談

食品宅配サービス「Oisix」について

2000年に設立。「つくった人が自分の子どもに食べさせられる食材のみを食卓へ」をコンセプトとした、有機野菜や特別栽培野菜など、できる限り添加物を使用せずに作った加工食品などの食品を取り扱うEC食品宅配サービスです。現在、会員数は360,703人（2025年12月末時点）で日本全国の方にご利用いただいています。2013年7月に販売を開始した、必要量の食材とレシピがセットになった、調理時間が10分から作れるミールキット『Kit Oisix』は、シリーズ累計出荷数が2.5億食（2026年2月時点）を突破しています。



オイシックス・ラ・大地株式会社について

オイシックス・ラ・大地株式会社は、「Oisix」「らでいっしゅぼーや」「大地を守る会」の国内主要ブランドを通じ、安心・安全に配慮した農産物、ミールキットなどの定期宅配サービスを提供しています。子会社に、事業所、学校などで給食事業を展開する「シダックスコントラクトフードサービス」、病院、高齢者施設、保育園、幼稚園などで給食事業を展開する「シダックスフードサービス」、買い物困難者向け移動スーパー「とくし丸」、米国でプラントベース食材のミールキットを展開する「Purple Carrot」などがあり、食の社会課題を解決するサービスを広げています。また、「サステナブルリテール」（持続可能型小売業）としてSDGsに取り組み、サブスクリプションモデルによる受注予測や、ふぞろい品の積極活用、家庭での食品廃棄が削減できるミールキットなどを通じ、畑から食卓まで、サプライチェーン全体でフードロスゼロを目指しています。

<https://www.oisixradaichi.co.jp/>

——— 本リリースに関するお問い合わせ ———

オイシックス・ラ・大地株式会社 広報：松田

TEL：050-5305-0549（直通） E-mail：publicity@oisixradaichi.co.jp

（上記内容は断りなく変更される場合があります/最新情報は上記お問合せ先までご連絡ください）