

働く女性・男性のための制度



産前・産後の健康管理

問 愛知労働局 雇用環境・均等部 ☎ 052-857-0312

妊産婦（妊娠中及び出産後1年を経過しないかた）は、事業主に申し出ることにより次の健康診査等を受けるために必要な時間を確保することができます。（有給か無給かは勤務先の規定によります）

妊娠23週まで	妊娠24週から35週まで	妊娠36週から出産まで
4週間に1回	2週間に1回	1週間に1回

※ただし、医師や助産師の指示でこれを上回ることもあります。

妊産婦が健康診査等の結果、医師等からその症状等について指導を受け、事業主に申し出た場合には、その女性労働者が指導事項を守ることができるよう、事業主は、作業の制限、勤務時間の変更、休業等の必要な措置を講じなければなりません。

母性健康管理指導事項連絡カード

医師等からの指導事項の内容を職場に伝達するために「母性健康管理指導事項連絡カード」を利用しましょう。

様式は厚生労働省ホームページや母子健康手帳にも掲載されています。

産前・産後・育児期の職場生活

- 妊産婦は、時間外労働、休日労働、深夜業（22:00～5:00までの間の労働）の免除を請求できます。変形労働時間制がとられる場合にも、1日及び1週間の法定労働時間を超えて労働しないことを請求できます。
- 重量物を取り扱う業務や有害ガスを発散する場所での業務など、一定以上の有害な業務に妊産婦を就業させることは禁止とされています。
- 妊娠中は、他の軽易な業務に替わることを請求できます。
- 1歳未満の子を育てる女性は、事業主に請求することにより、1日2回少なくとも各30分の育児時間を取ることができます。

— 広 告 —

あなたの想いから生まれる家

家は買うものではなくつくりあげていくもの。

ご要望、生活スタイル、好みを
聞いた上で初めて間取りや仕様を
ご一緒に考えます。

あなたの想いから生まれた家、
それこそがあなたにとって
最高の家だと考えます。

創業70有余年の信頼と実績

新築／注文住宅 増築・改築／リフォーム

エクステリア

見学会随時開催中！

有限会社
石原建築

TEL 0564-47-2302 FAX 0564-47-2747

〒444-0004 愛知県岡崎市保母町字下屋敷 20

建設業許可番号：愛知県県知事許可（般-2）第64732号 一級建築士事務所登録：愛知県知事登録（い-2）第12180号



産前・産後の休業

産前休業

出産予定日の6週間前（多胎妊娠の場合は14週間前）から請求すれば取得できます。

産後休業

出産の翌日から8週間は、就業することができません。ただし、産後6週経過後に、本人が請求し、医師が支障がないと認めた場合は就業できます。

STOP! マタハラ

- 産前・産後休業の期間及びその後30日間の解雇は禁止されています。
- 妊娠・出産、産前休業、育児休業等を理由とした「解雇」、「パートへの契約変更の強要」など不利益な取り扱いが禁止されています。原則、子が1歳に達するまでの間は、父親、母親のどちらも、子どもを養育するために育児休業を取得することができます。パートや派遣、契約社員など雇用期間に定めのあるかたでも、一定の条件を満たせば取得できます。

パパ・ママ育休プラス

父母がともに育児休業を取得する場合は、子が1歳2か月に達するまでの間に父母それぞれ1年間まで育児休業を取得できます。（ただし、出産した母の場合は誕生日、産後休業期間と育児休業期間を合わせて1年間）

最長2歳までの育児休業の延長

子が1歳以降、保育園等に入れないなど、一定の要件を満たす場合は、子が1歳6か月に達するまでの間、育児休業を取得することができます。

※一定の要件を満たす場合は1歳6か月から2歳までの延長可。

産後パパ育休（出生時育児休業）

主に父親が子の出生後8週間以内に4週間を限度として1回もしくは2回に分けて育児休業を取得できます。

令和7年4月1日からの育児・介護休業法改正により変更する点につきましては**朱書き**で表示しております。

3歳未満の子を養育している場合の措置

- 事業主は、一定の条件を満たす3歳未満の子を養育する男女労働者について、短時間勤務制度（1日6時間）など養育しやすくするための制度を設けなければなりません。

小学校入学前の子を養育する場合の免除

- 一定の条件を満たす場合、事業主に請求することにより、深夜業が免除されます。
- 一定の条件を満たす場合、事業主に請求することにより、1年につき150時間、1か月につき24時間を超える時間外労働が免除されます。
- 一定の条件を満たす場合、事業主に請求することにより、所定外労働が免除されます。



令和7年4月1日からの育児・介護休業法改正により変更する点につきましては**朱書き**で表示しております。

子の看護等休暇

小学校**3年生修了まで**の子を養育する労働者は、年次休暇とは別に1年につき、子が1人なら5日、子が2人以上なら10日まで、病気・けがをした子の看護、予防接種及び健康診断、**入園（入学）式、卒園式**などのために休暇を取ることができます。（有給・無給は勤務先の規定による）

その他、育児・介護休業法が改正され、令和7年4月から段階的に施行されます

男女とも仕事と育児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などの改正を行いました。

令和7年10月1日からは、事業主は3歳から小学校就学前の子を養育する労働者に関して、以下①～⑤から選択して2つ以上の措置を講ずることとなり、講じられた措置について、労働者はその中から1つ選択し、利用できます。

- ①始業時刻等の変更
- ②テレワーク等（10日以上／月）
- ③保育施設の設置運営等
- ④就業しつつ子を養育することを容易にするための休暇（養育両立支援休暇）の付与（10日以上／年）
- ⑤短時間勤務制度

他にも改正事項がありますので、改正内容の詳細については、
右記の二次元コードより、「育児・介護休業法の改正内容」
（厚生労働省ホームページ）をご覧ください。

厚生労働省
ホームページ



産前・産後休業中、育児休業中の経済的支援

出産育児一時金、出産手当金

問 勤務先、健康保険組合など

- 出産に要する経済的負担を軽減する「出産育児一時金」や、産前・産後休業の期間中に給料が支払われない場合にその一部を支給する「出産手当金」などの制度があります。各給付や手続きの詳細については、健康保険の種類により異なりますので勤務先等でご確認ください。
- 「出産育児一時金」については、国民健康保険に加入されているかたは、国保年金課での手続きになります。（P28参照）

育児休業給付金

問 岡崎公共職業安定所（ハローワーク岡崎） ☎0564-52-8609

- 雇用保険に加入しているかたが育児休業を取得した場合、一定の要件を満たすと支給されます。
- 支給額は原則として休業開始時の賃金月額
の67%です。（ただし、育児休業の開始から6か月経過後は50%）
令和7年4月以降、出生後休業支援給付金として最大28日間、13%の上乗せ支給を受けられる場合があります。

社会保険料の免除

- 事業主の申し出により、産前・産後休業中や育児休業中、健康保険・厚生年金保険料が免除になるとともに、無給であれば雇用保険料の負担はありません。

先輩ファミリーに
聞きました

育児と仕事両立のコツ

育休中のパパ・ママにとって、仕事が始まったあとの生活はどうなるのか、心配ですよね。育児だけで大変なのに、仕事まで…！そこで、共働きで過ごしている先輩ファミリーに、どうやって過ごしているのか、両立のコツはなにか、聞いてみました。



片桐さんファミリー
(夫婦と子ども3人)



パパママ 平日の1日 Time Schedule



先輩**パパ**に聞きました

頑張るパパへのアドバイス

「手伝う」という言葉は厳禁！妊娠・出産、母乳での授乳以外は、平等にやれるはず。子どもと過ごせる期間は短いし、戻ってきません。今この時の貴重さを認識することで自分から行動できるようになります。育児も仕事も両方できるパパはカッコ良い！今を楽しみましょう！



先輩**ママ**に聞きました

育児と仕事両立のコツは？

週一回生協で注文宅配してもらっており、食事の準備はミールキットや自動調理器（ホットクック）を使用しています。夕食の片付けは夫が担当することで、子どもたちの寝かしつけ時間が遅くならないようにするなど、仕事も家事育児も『全部自分がやらないと』という気持ちを持たないようにして周りに頼るようにしています。