

# 针对职业女性和男性而设立的分娩、育儿相关制度

## 1. 产前产后健康管理

- 孕产妇(孕期及产后未满1年)向雇主提出申请即可确保有充足时间接受以下保健指导和健康检查。
  - 怀孕23周前每4周1次
  - 怀孕24周至35周每2周1次
  - 怀孕36周以后至分娩每周1次根据医生和助产士的指示有时也会超出这个次数。
- 另外,孕产妇得到医生等关于怀孕和分娩伴随症状等的指导并向雇主提出申请时,雇主必须采取措施保证其可以遵循指导事项。

为了将医生等关于母体或胎儿保健等的指导内容准确传达到工作单位,请使用“母性健康管理指导事项联络卡”。格式可以从这里下载。



## 2. 产前、产后、育儿期的劳动

- 免除加班和夜班(晚上10点至凌晨5点之间的劳动),限制从事对身体有一定损害的工作。另外,孩子未满1岁的妈妈向雇主申请可获得每天至少2次、每次30分钟的育儿时间。

## 3. 产前和产后休假

- 产前6周(双胞胎及以上为14周),向雇主申请即可休假。产后8周内雇主不得要求其上班。但是,产后6周后,对于医生判断不会给身体带来影响的工作,本人如提出请求,可以返回岗位工作。

## 4. 育儿休业等,为男女劳动者设立的育儿制度

- 孩子满1岁之前(有特殊理由的最多可延长到孩子2岁),父母任何一方向雇主提出申请均可获得育儿休业。(满足一定条件的定期合同工也可获得育儿休假。)
- 父母双方都要申请育儿休业的,在孩子满1岁2个月之前的期间可以申请(父母各自最多1年)。
- 孩子未满3岁的劳动者可以申请短时间工作制度(原则上每天6小时)。
- 孩子未上小学的劳动者满足一定必要条件的,可以申请免除夜班。另外还可以申请限制法定时间外劳动(1个月24小时以内,1年150小时以内)、免除计划外劳动(免除加班)。孩子尚未完成小学3年级学业的劳动者满足一定条件的,可取得看护孩子休假(对象子女人数为一个时每年5天,两个及以上时每年10天)。

**咨询** 爱知劳动局雇用环境和平等部指导课 ☎052-857-0312  
(关于2.和3.,根据咨询的内容不同有时可能为您转到其他窗口。)

如想进一步了解请使用: > 促进女性身心健康的支援网站 <https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp>

## 产后爸爸育儿假(孩子出生时的育儿假)

除了育儿休业以外,还可以获得产后爸爸育儿假。  
可在孩子出生后的8周内分2次获得共计不超过28天的休假。  
休假时,原则上需要在休假的2周前申请。



扫描浏览详情

## 《育儿·介护休假法》已获得修订,并将于2025年4月起分阶段施行

为了让男女双方都能兼顾工作与育儿,对内容进行了修订,为实现育儿期灵活工作方式而扩充了相关措施。

自2025年10月1日起,对于抚养3岁至学龄前儿童的员工,雇主须从下列①至⑤项措施中实施至少2项;员工可从已实施的措施中选择1项加以利用。

- ① 变更工作开始时间
- ② 远程办公等(每月至少10天)
- ③ 保育设施的设置运营等
- ④ 为确保员工在工作的同时更加轻松地进行育儿,提供相应的休假(养育两立支援休假)(每年至少10天)
- ⑤ 短时间工作制度

此外还有其他修订事项,有关修订详情,请参阅厚生劳动省网站“育儿·介护休假法的修订内容”。