

子育てに関する 行政制度及び行政サービスについて

## 第2回 「出産」

出産にあたってはいつから休暇を申請するか、  
 出産費用はどうするかなど、  
 具体的に準備しなければいけないことがでてきます。  
 安心して出産に望むためにも、早めに勤務先と相談しましょう。



### 出産で利用できる休暇について

#### ● 出産のために女性職員の利用できる休暇は？

	産前休暇	産後休暇
対 象	6 週間（多胎妊娠の場合は 14 週間） 以内に産予定の方	出産した方
内 容	分娩予定日の 6 週間 （多胎分娩の場合は 14 週間） 前から分娩予定日まで、 勤務しないことができる。	出産日の翌日から 8 週間を経過する日まで 勤務することはできない。 （ただし、産後 6 週間を経過し、医師が 支障が無いと認めた場合は勤務できる）※ 1
請求方法	勤務先に請求	出産後速やかに電話による届出
その他	分別予定日より出産日が前後し、 結果として 6 週間を超えた場合は、 出産日までの期間を産前休暇として 取り扱われます。	妊娠 12 週以後の分娩であれば、 流産や早産など事情は問われません。
給 与	就業規則に従う	就業規則に従う

※ 1. 本人が医師の場合も第 3 者の判断を仰ぐ必要があります。

#### ★ よくある質問

**Q** 現在、パート勤務をしています。  
 妊娠した場合は、産前・産後休暇は  
 取れないのでしょうか？

**A** パート、派遣、契約社員であっても  
 雇用期間内であれば  
 産前・産後休暇をとることができます。

#### ● 配偶者が利用できる休暇は？

	育児休業
対 象	子どもが 1 歳になる前日まで
内 容	1 回、日数は 365 日まで
請求方法	勤務先に請求
その他	母親と父親がともに育児休業をとる 場合は 1 歳 2 ヶ月まで 取ることができます。※ 2
給 与	就業規則に従う

※ 2. 日数は法律上認められている期間です。  
 必ず取れる日数ではありませんのでご注意ください。

妊娠・出産を理由とする  
 解雇・雇止めは  
 法律で禁止されています。

**Q** 母親が出産で入院しているときに  
 出産届けなど休暇をとる必要があります。  
 普通の有給休暇となるのでしょうか？

**A** 勤務先によっては、「配偶者出産休暇」が  
 設定されています。職場にご確認ください。  
 また、有給・無給についても勤務先との  
 就業規則に基づきますので、確認が必要です。

**Q** 子どもの育児にできるだけかわりたいのですが、  
 長期に休むことはできません。  
 分割して取得はできないのでしょうか？

**A** 父親の育休は 1 歳までに 1 回のみ認められています。  
 ただし、産後 8 週までの母親が産後休暇中に  
 取った場合はカウントされません。  
 そのため、産後 8 週以内に父親が育休をとった場合に限り、  
 もう一度育休を取得することができます。  
 こちらについても、給与の有無は勤務先の就業規則によります。

**Q** 出産費用が 39 万円を上回ったとき  
 にはどうなりますか？

**A** 上回った分については、自己負担となり、  
 差額を支払うことになります。  
 また、下回ったときにはその金額を受け取ることができます。  
 大幅に上回ることが予想される場合は  
**限度額適用認定**を利用するといいです。

#### ● 出産育児一時金制度とは？

平均出産費用 39 万円+産科医療保障制度 3 万円  
 =42 万円 出産には平均 42 万円の費用がかかります。  
 これに対し、42 万円の給付金が加入している  
 保健組合から支払われます。手続き上「直接支  
 払制度」「受け取代理制度」がありますが、どちら  
 の場合も出産前に合意書など書類にサインをすれ  
 ば、出産費用を用意する必要はありません。

#### ● 産科医療保障制度とは？

分娩に関して発症した重度脳性まひのお子様とご  
 家族の経済的負担を速やかに補償する制度です。  
 申請期限は満 5 歳の誕生日まで、保証金は一時金  
 と分割金を合わせ 3000 万円。掛け金は被保険者(妊  
 産婦)が負担し、医療機関を通して支払われてい  
 ます。  
 ※現在産後医療保障制度については余剰金をめぐって訴  
 訟が起きています。掛け金等については、今後変更があ  
 るかもしれませんので、ご確認ください。

#### ● 限度額適用認定証とは？

帝王切開など、高額な費用が予想される場合、事  
 前に限度額適用認定証を自分が加入している健康  
 保険組合に申請しておくこと、一定額以上の医療費  
 について窓口で支払う必要がなくなります。出産  
 後にも手続きができますが、予想される場合は準  
 備しておきましょう。

# 絵本の森

子どもたちにとって待ちに待った夏休み。親子がともに過ごす貴重な季節がやってきました。今回は「夏休み」「冒険」、そしてお父さんが読み聞かせさせるのにお勧めの絵本のピックアップです。



## バムとケロのおかimoto

作・絵：島田ゆか  
出版社：文溪堂  
発行：1992年2月  
読んであげるなら 4～5歳

今日は、月に1度のお買い物の日、お友だちのカイちゃんと一緒に、市場に出発です。おいしいものをねだりしたり、面白いものを見つけたり、買い物をしているウキウキした気持ちになる作品です。いろんなところに仕掛けが満載で、大人気シリーズの「バムとケロ」の1作。



## もりのなか

作・絵：マリー・ホール・エッツ  
訳：まさきりこ  
出版社：福音館書店  
発行日：1963年12月  
読んであげるなら 2歳～

僕はもりに散歩に出かけ、動物たちと出会います。すると象もカンガルーも、コウノトリも僕についてきました。白黒で描かれた絵が幼い心を映し、心にもこる名作。パパに読んで欲しい作品。



## エルマーのぼうけん

作：ルース・スタイルス・ガネット  
絵：ルース・スタイルス・ガネット  
訳：渡辺 茂男  
出版社：福音館書店  
発行日：1963年7月  
読んであげるなら 5・6歳～

エルマーは、動物島に捕えられているりゅうの子を助けるため、冒険の旅にでかけます……。ユーモアと機知に富む展開に、現実感を持つ地図やイラストが相まって読むものを魅了します。



## ふたりのロップテ

作・絵：エーリヒ・ケストナー  
訳：池田香代子  
出版社：岩波書店  
発行日：2006年6月  
読んであげるなら 11・12歳～

おたがいを知らずに育った双子の姉妹ルイーゼとロップテ。ある夏、ふたりは偶然に出会います。別れた両親を仲直りさせるため、二人は大胆な計画をたてます。読み継がれてきた児童文学の新約版。

ほっとたいむ

## ストレスケア

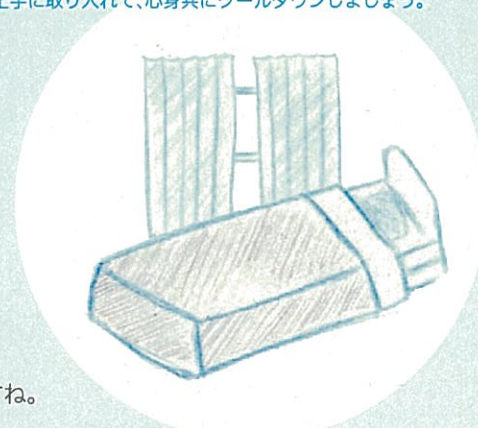


# 「心をクールダウン」

暑い日が続くと、夜なかなか寝付けなかったり、夜中に何度も目を覚ましてしまったりと十分に睡眠が取れないと悩んでいる方も多いのでは？睡眠不足は、脳機能の低下、自律神経・ホルモンバランスの乱れなど、心身の健康に支障をきたす原因となります。暑くて寝苦しいこの季節「色」を上手に取り入れて、心身共にクールダウンしましょう。

### 寝室・寝具に「ブルー」や「パープル」を

ブルーやパープルは、心理的には「心を静め落ち着かせる」  
生理的には「体感温度を下げる」という効果があります。  
カーテンやシーツ、枕カバーなど、寝室にブルーやパープルを取り入れて、安眠効果を高めましょう。また、同じく安眠効果のあるラベンダーなどの「香り」も併せて取り入れると、より深いリラックス効果が得られます。  
睡眠や休息をしっかり意識して、暑さに負けず、元気に夏を乗り切りたいですね。



準備OK?

## 「遠距離移動に便利なサービス」

夏、お盆といえば、里帰りの季節。子ども連れでの遠距離移動は大変ですね。特に子どもが小さい時期、飛行機や新幹線などでの移動は気を使うもの、そこで知っておくと便利なサービスを紹介します。

### 飛行機編



◎ ベビーカー・電動カートの貸し出し  
搭乗口までの移動に便利です。



◎ チャイルドシートの貸し出し  
予約時に申し込みが必要です。



### ◎ ベビーベッド

赤ちゃん用のベッドを利用できます。予約の際、確認してください。



◎ 赤ちゃん専用毛布の貸し出し  
ご搭乗の際、優先的に機内へのご案内されます。



### ◎ オムツの提供



その他にも、子供用飲み物・ミルク用のお湯のサービス、優先搭乗サービス、赤ちゃん連れ優先座席などがあります。サービスによっては費用が発生する場合がありますので、事前にご確認ください。  
※航空会社によりサービスの違いがあります。

### 新幹線編



座席を取るときには！ 車両の一番前か一番後ろの座席を予約すると、少しスペースが広がっています。ベビーカーを置くのに便利です。

### ◎ 多目的室

11号車（7号車の場合もあり）にある多目的室が授乳や着替えに利用できます。利用に当たっては乗務員に申し出ます。

### ◎ ファミリー車両（東海道新幹線）

7月20日から9月1日限定の企画で子供連れ専用車両への乗車になります。プラレールとドリンクなど特典がついています。

### ◎ 個室

新幹線で個室があるのは、JR西日本が山陽新幹線（新大阪～博多間）で運転している「ひかりレールスター」のみ。3名以上で利用ができます。