

働きながら安心して 妊娠・出産を迎えるために

小売業で働くみなさまへ



小売業では女性が多く、さまざまな場面で女性が活躍しています。女性が妊娠・出産を経ても働き続けられる環境を整備すれば、継続的・安定的に質の高いサービスを提供することが期待できます。

また、女性が長く働き続けられる職場は、すべての社員のライフステージに対応できる職場でもあります。母性健康管理の取り組みは、法律に基づき、女性社員の妊娠中・出産後も女性が安心して働き続けられる職場環境をつくる取り組みです。このリーフレットを活用し、職場における母性健康管理の重要性を理解するとともに、小売業における妊娠中の女性販売員の身体的負担やそれに対応した環境整備のための取り組みにお役立てください。



妊娠初期 4～15週

見た目はあまり変わりませんが、身体の中では新しい命が成長し、体調も急激に変化を始めます。

2ヶ月

3ヶ月

4ヶ月

5ヶ月

6ヶ月

7ヶ月

8ヶ月

9ヶ月

10ヶ月

この時期に多く見られる症状

- つわり
- お腹が張る
- 腰が重く感じる
- トイレが近くなる
- 便秘気味になる など

妊娠中期 16～27週

つわりもおさまり安定期に入。赤ちゃんの成長とともにお腹がふくらみ、身体の負担も増えます。

この時期に多く見られる症状

- 貧血
- 手足や顔がむくみやすい など

妊娠後期 28～39週

ひと目で妊婦とわかる体型に。身体の負担はピークに達します。

この時期に多く見られる症状

- 背中や腰が痛む
- 胸やけがする
- 動悸・息切れ
- トイレが近くなる など

知っていますか?

妊娠中の働く女性に対する

さまざまな法令

勤務時間中の健診

(均等法第12条関係)

通勤緩和

(均等法第13条関係)

危険有害業務の就業制限

(重量物、他)
(労基法第64条関係)

軽易業務転換

(労基法第65条関係)

時間外労働、休日労働、深夜業の制限

(労基法第66条関係)

休憩に関する措置

(均等法第13条関係)

母性健康管理についてもっと詳しく知りたい時、女性にやさしい職場づくりで悩んだ時には、

働く女性の妊娠・出産をサポートするサイト「女性にやさしい職場づくりナビ」

企業担当者の方や働き続けたい女性の皆さんへ向けて、女性をはじめ、さまざまな人材が活躍できる職場環境づくりに必要な法律や社内制度、取り組みのノウハウなどを紹介しています。

「母性健康管理指導事項連絡カード」もダウンロードできます。

また、母性健康管理に関する質問や相談に、産科医・産業医・社会保険労務士がメールでお答えしています。

PCサイト <http://www.bosei-navi.go.jp>

職場と母性

検索

携帯サイト <http://bosei-navi.go.jp/mobile>

携帯サイトはこちらから▶



妊娠・出産を経ても女性が働き続け

～いつまでも安心して働ける、

妊娠した女性販売員にとって、「身体的負担の大きい作業」とは

小売業では、接客や販売の仕事に充実感を持って、多くの女性販売員が日々仕事に励んでいます。

しかし、長時間連続して売り場に立ち続けたり、重い商品を持ち上げて移動したりするなど、妊娠した女性への身体的負担が大きい作業もあります。

長時間の立ち仕事



具体的な業務

- 接客
- 商品の陳列
- レジ
- 売場の見回り など

重量物の取り扱い



具体的な業務

- 接客
- 商品の陳列
- 荷卸し
- 品出し
- 家具の組立て など

妊娠中の女性販売員に負荷のかかる作業としては、主に、『立ち仕事』『重量物取り扱い』などが挙げられます。

いずれにおいても、負荷が過大になると切迫流産の頻度が増す可能性があります。本人も周囲も、妊娠中は、「つらい」という感覚を軽視せず、つらいと感じたらすぐに休憩を取り、作業を制限することのできる環境を作ることが重要です。



スムーズな作業の制限や業務の転換のために、管理者ができること

妊娠中は病気ではありませんが、通常とは違う特別な健康状態にあることを、職場の皆さん全員が認識しましょう。

また、妊娠した女性販売員は、自分の身体はもちろん、仕事との両立に大きな不安をかかえています。

こうしたことを十分理解し、管理職がキーパーソンとなって職場全体で母性健康管理の取り組みを進めましょう。

Point1

女性社員が報告や相談しやすい雰囲気づくり

妊娠初期は、外見の変化がないため周囲も気づかず、妊婦はつらいと思っても無理をしまいがちです。管理職は、日頃から職場のコミュニケーションを大切に、女性社員が妊娠したら早い段階で報告でき、困ったことや悩み事を気軽に先輩に相談したり、社内の相談窓口についても安心して相談できる雰囲気づくりに努めましょう。妊娠中の業務への対応については妊娠・出産経験者から話を聞くとよいでしょう。

Point2

業務の共有や勤務体制の柔軟な対応

妊婦の作業の軽減や短時間勤務等により要員不足が生じますが、業務全体を見直し、「共有」により業務の効率化をはかり、職場全体でフォローしましょう。

- 引き継ぎ事項や顧客情報などの「情報の共有」
- 発注・陳列・販売等の業務単位で作業内容を共通化し複数で担当する「業務の共有」
- 複数の売り場を普段から経験させてどの売り場にも対応できる「売り場の共有」

また、日頃から勤務体制を柔軟にしておき、リスクマネジメントの視点から突発的なことが生じても臨機応変な対応ができることが必要です。

Point3

「お互いさま」と自然に思い合う職場づくり

母性健康管理の制度が円滑に運用でき、誰もが不公平感なく働くためには、妊娠中の女性社員が周囲から受けた支援や配慮に感謝の気持ちを伝え、周囲が妊婦を思いやる気持ちを自然に持つよう、「お互いさま」の関係を築くことが大切です。母性健康管理の趣旨や社内制度の内容、マタニティマークやマタニティ用制服などの利用について部署内の打合わせの場などでとり上げ、お互いにサポートすることの大切さについての理解を促すとともに、お客様の理解を得るための取り組みを検討するようにしましょう。

られる職場づくり、進めてみませんか？

会社と社会に貢献できる職場へ～

妊娠中でも工夫次第でできることがこんなにあります

座ってできる作業への変更

—代替業務のご紹介—

レジや接客の場にて…

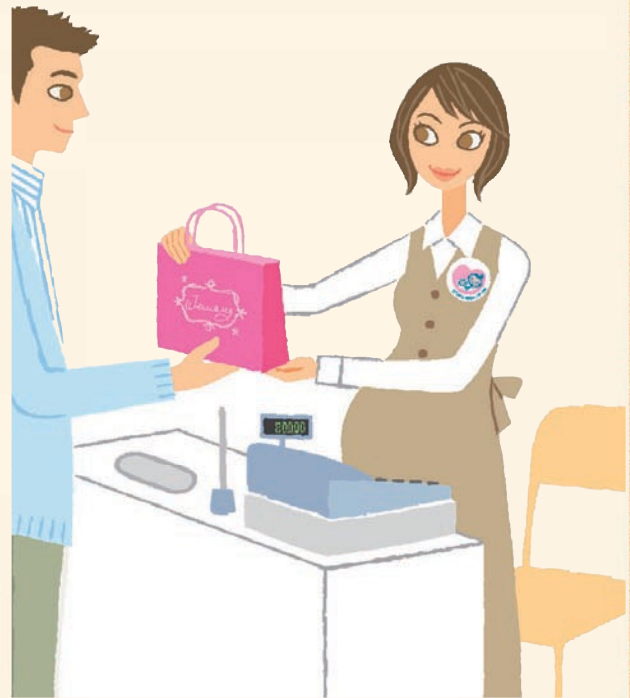
レジに椅子を持ち込み、 レジ作業	マタニティマーク/制服を 着用してレジ(座る)・接客
レジとPCを併設し、 椅子に座り、値札発行作業	カウンターで、 椅子に座った状態での接客

など

バックヤードにて…事務所・倉庫、など

発注業務	伝票入力・整理	POP作成
納品書のチェック・集計	勤務シフトの管理	

など



軽作業への転換

開店前の 売り場チェック	フロアの見回り	値札の付替えや チェック
ストック整理	検品	

など

事務職への職種・配置転換

来客数の少ない売場のレジに異動
商品管理業務などの後方作業への配置転換

など

母性健康管理指導事項連絡カード(母健連絡カード)を活用しましょう

このカードは、働く妊産婦の方が医師等から作業の軽減や休憩などの指導を受けた場合、その指導内容が事業主の方に的確に伝わり、適切な措置が講じられるために利用するものです。妊産婦の女性社員の方にお渡しいただき、必要に応じて使用するようにご紹介ください。



母性健康管理指導事項連絡カード

平成 年 月 日

事業主 殿

医療機関等名

医師等氏名 印

下記の1の者は、健康診査及び保健指導の結果、下記2～4の措置を講ずることが必要であると認めます。

記

1. 氏名等

氏名		妊娠週数	週	分娩予定日	年 月 日
----	--	------	---	-------	-------

2. 指導事項（該当する指導項目に○を付けてください。）

症 状 等		指 導 項 目	標 準 措 置
つわり	症状が著しい場合		勤務時間の短縮
妊娠悪阻			休業（入院加療）
妊婦貧血	Hb9g/dl以上11g/dl未満		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	Hb9g/dl未満		休業（自宅療養）
子宮内胎児発育遅延	軽 症		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（自宅療養又は入院加療）
切迫流産（妊娠22週未満）			休業（自宅療養又は入院加療）
切迫早産（妊娠22週以後）			休業（自宅療養又は入院加療）
妊 娠 浮 腫	軽 症		負担の大きい作業、長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（入院加療）
妊 娠 蛋 白 尿	軽 症		負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（入院加療）
妊娠高血圧症候群 (妊娠中毒症)	高血圧が見られる場合	軽 症	負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（入院加療）
	高血圧にたん蛋白尿を伴う場合	軽 症	負担の大きい作業、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（入院加療）
妊娠前から持っている病気 (妊娠により症状の悪化が見られる場合)	軽 症		負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
	重 症		休業（自宅療養又は入院加療）

症 状 等		指 導 項 目	標 準 措 置
妊娠中にかかりやすい病気	静脈瘤 ^{りゅう}	症状が著しい場合	長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業の制限又は横になったの休憩
	痔 ^じ	症状が著しい場合	
	腰痛症	症状が著しい場合	長時間の立作業、腰に負担のかかる作業、同一姿勢を強制される作業の制限
	ぼう 腕 炎 ^こ	軽 症	負担の大きい作業、長時間作業場所を離れることのできない作業、寒い場所での作業の制限
重 症		休業（入院加療）	
多胎妊娠（胎）			必要に応じ、負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮 多胎で特殊な例又は三胎以上の場合、特に慎重な管理が必要
産後の回復不全		軽 症	負担の大きい作業の制限又は勤務時間の短縮
		重 症	休業（自宅療養）

標準措置と異なる措置が必要である等の特記事項があれば記入してください。

--

3. 上記2の措置が必要な期間
(当面の予定期間に○を付けてください。)

1週間 (月 日～ 月 日)	
2週間 (月 日～ 月 日)	
4週間 (月 日～ 月 日)	
その他 ()	

4. その他の指導事項
(措置が必要である場合は○を付けてください。)

妊娠中の通勤緩和の措置	
妊娠中の休憩に関する措置	

〔記入上の注意〕

- 「4. その他の指導事項」の「妊娠中の通勤緩和の措置」欄には、交通機関の混雑状況及び妊娠経過の状況にかんがみ、措置が必要な場合、○印をご記入下さい。
- 「4. その他の指導事項」の「妊娠中の休憩に関する措置」欄には、作業の状況及び妊娠経過の状況にかんがみ、休憩に関する措置が必要な場合、○印をご記入下さい。

指導事項を守るための措置申請書

上記のとおり、医師等の指導事項に基づく措置を申請します。

平成 年 月 日

所 属

氏 名 印

事 業 主 殿

この様式の「母性健康管理指導事項連絡カード」の欄には医師等が、また、「指導事項を守るための措置申請書」の欄には女性労働者が記入してください。