

致各位劳动者

## 您感到在职场很艰辛吗？

## 法律禁止 以妊娠、生产、育儿休假等为理由 采取解雇等不利待遇



无论是日籍劳动者还是外籍劳动者（居留资格），  
“因妊娠而解雇”都是**违法的**！

被告知  
“不批准产假、育儿假”

被告知“如果想使用短时间工作，  
那就去做计时工吧”

休育儿假后被降职了

休产前假、产后假后被降薪了

报告自己妊娠的情况后，  
被告知“不会协助你续签签证”

利用“孕产妇健康管理措施”  
停职休假后，被解雇了

例如：

以下述情况为理由

- 妊娠、生产
- 因妊娠反应而休假
- 产前、产后休假 等等

如果遭受下述待遇，那是**违法的**！

- 被解雇
- 不予续签居留许可
- 被降薪 等

请明确向公司表明

“我生产后（育儿休假后返岗时）还要继续工作！”

关于妊娠、生产时可利用的制度，请见背面

此外……

如果您在职场为骚扰所困扰，请查看另一宣传单

# 妊娠、生产、育儿等时可利用的制度\*

妊娠、生产的女性劳动者可利用的制度和措施	育儿过程中的男女劳动者可利用的制度和措施（部分）
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>产前休假、产后休假</b> 可在预产期的前6周起开始休假。 原则上，产后8周内不能工作。</li> <li>◆ <b>调换至容易轻便的工作</b> 妊娠期间可申请调换至其他容易轻便的工作</li> <li>◆ <b>孕产妇健康管理措施</b> 如果您在孕妇健康检查等时得到医生等的指导，请告知公司并请求其采取措施。</li> <li>◆ <b>危险有害工作的就业限制</b> 妇女不得从事处理重物的工作，或在会排放有毒气体的区域等工作。</li> <li>◆ <b>育儿时间</b> 育有未满1周岁子女的妇女除休息时间外，还可以要求每天两次、每次30分钟的育儿时间。</li> <li>◆ <b>加班、假期工作和深夜工作的限制</b> 可申请免除加班、假期工作和深夜工作。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ <b>育儿休假</b> 原则上可以休到子女1周岁生日的前一天。也可以分2次休假。</li> <li>◆ <b>产后爸爸育儿休假（出生后育儿休假）</b> 在子女出生后的8周内，除育儿休假外，可以另外获得最多4周的休假，可分2次休。</li> <li>◆ <b>育儿期间短时间工作</b> 抚养未满3周岁子女的从业人员可以根据自己的意愿使用短时间工作制度。</li> <li>◆ <b>子女看护休假</b> 抚养学龄前子女的从业人员，为照顾生病或受伤的子女等，可以1小时为单位计算，每年获得最多5天的休假（有2名或更多子女的情况下最多10天）。</li> <li>◆ <b>规定时间外劳动的限制</b> 抚养3周岁以下子女的从业人员可以申请免除规定时间外劳动（加班）。</li> </ul>

\*关于各制度的说明仅作简要介绍。关于详细的请假条件等请咨询公司或劳动局。

如希望详细了解各制度，或有关于妊娠、生产、育儿休假等方面的问题，请咨询各都道府县的劳动局雇佣环境/均等部（室）。

受理匿名咨询。我们将严格保护咨询者的隐私。

此外，如果您希望，我们也可向公司进行法律、制度方面的说明。

## 各都道府县劳动局 雇佣环境均等部（室）电话号码一览表

都道府县	电话号码	都道府县	电话号码	都道府县	电话号码	都道府县	电话号码
北海道	011-709-2715	东京	03-3512-1611	滋贺	077-523-1190	香川	087-811-8924
青森	017-734-4211	神奈川	045-211-7380	京都	075-241-3212	爱媛	089-935-5222
岩手	019-604-3010	新潟	025-288-3511	大阪	06-6941-8940	高知	088-885-6041
宫城	022-299-8844	富山	076-432-2740	兵庫	078-367-0820	福冈	092-411-4894
秋田	018-862-6684	石川	076-265-4429	奈良	0742-32-0210	佐贺	0952-32-7218
山形	023-624-8228	福井	0776-22-3947	和歌山	073-488-1170	长崎	095-801-0050
福岛	024-536-4609	山梨	055-225-2851	鸟取	0857-29-1709	熊本	096-352-3865
茨城	029-277-8295	长野	026-227-0125	岛根	0852-31-1161	大分	097-532-4025
栃木	028-633-2795	岐阜	058-245-1550	冈山	086-225-2017	宫崎	0985-38-8821
群马	027-896-4739	静岡	054-252-5310	广岛	082-221-9247	鹿儿岛	099-223-8239
埼玉	048-600-6210	爱知	052-857-0312	山口	083-995-0390	冲绳	098-868-4380
千叶	043-221-2307	三重	059-226-2318	德岛	088-652-2718		

受理时间：8:30~17:15（周六、周日、节假日、年末年初除外）

### 【参考】男女雇佣机会均等法 概要



英语



中文



葡萄牙语



越南语



日语

致各位劳动者

## 您感到在职场很艰辛吗？

职场中受到的骚扰是不可原谅的行为  
如果您受到了伤害，请咨询我们



无论您是日籍劳动者还是外籍劳动者（居留资格），  
在职场\*中受到的骚扰都是不可原谅的行为！

\*职场也包括如出差地、工作中使用的车辆中、与商业伙伴会面的地点等。

例如，这样的行为可视为骚扰：

## 职权骚扰

身体上的攻击  
被殴打或踢打

过度的要求  
试图让您担任外语口译，  
而这并不是您的本职工作

个人伤害  
谴责原籍国的国情和文化

精神上的攻击  
在同事面前被大声申斥  
“连这么简单的日语都不懂！”

过低的要求  
不给与任何工作

切断人际关系  
持续被同事、上司忽视、孤立

## 性骚扰

被上司触摸腰部和胸部，  
反抗后，被调动到待遇不好的工作岗位

被上司约饭或约会，纠缠不休，  
感到痛苦，上班成了一件艰难的事

## 妊娠、生产、育儿休假等方面的骚扰

和上司商量产前休假的事情时，被告知“如  
果要请假，那就请你辞职吧。”

和上司商量免除加班时，  
被告知“下次考核时你别想得到晋升”

关于受到骚扰时的应对方法和咨询窗口，请见背面

此外……

因妊娠、生产、育儿休假等原因而遭受不利待遇时，  
请查看另一份宣传单

# 如果您遭到骚扰

## 明确表明您的想法

沉默和忍耐会使事情变得更糟。  
表明您的想法，如“请停止”“我不愿意”。

## 联系公司的咨询窗口

骚扰是公司的问题，而不是个人问题。请咨询公司的人事劳务等方面的咨询人员或其他可信赖的上司。

如果向公司内部咨询有困难，或者咨询后完全没有改善，请咨询\*各都道府县的劳动局等外部机构。

**※禁止因联系咨询窗口而施加不公待遇。**

### 所有公司都有责任采取下述措施来防止骚扰！

请访问下述链接查看详情。

1. 雇主要明确其方针并广泛告知和宣导
2. 建立必要的体制，以针对咨询（包括投诉）进行适当的处理
3. 收到咨询后，事后要进行迅速且适当的处理
4. 采取措施，消除导致骚扰的原因和背景
5. 要同时采取保护隐私等的措施

■宣传册（日语）※第20页以后：

<https://www.mhlw.go.jp/content/11900000/001019259.pdf>

■快乐职场声援团：

[https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/foreign\\_workers\\_jp](https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/foreign_workers_jp)



### 咨询方式（免费）：各都道府县劳动局 雇佣环境均等部（室）电话号码一览表

都道府县	电话号码	都道府县	电话号码	都道府县	电话号码	都道府县	电话号码
北海道	011-709-2715	东京	03-3512-1611	滋贺	077-523-1190	香川	087-811-8924
青森	017-734-4211	神奈川	045-211-7380	京都	075-241-3212	爱媛	089-935-5222
岩手	019-604-3010	新泻	025-288-3511	大阪	06-6941-8940	高知	088-885-6041
宫城	022-299-8844	富山	076-432-2740	兵庫	078-367-0820	福冈	092-411-4894
秋田	018-862-6684	石川	076-265-4429	奈良	0742-32-0210	佐贺	0952-32-7218
山形	023-624-8228	福井	0776-22-3947	和歌山	073-488-1170	长崎	095-801-0050
福岛	024-536-4609	山梨	055-225-2851	鸟取	0857-29-1709	熊本	096-352-3865
茨城	029-277-8295	长野	026-227-0125	岛根	0852-31-1161	大分	097-532-4025
栃木	028-633-2795	岐阜	058-245-1550	冈山	086-225-2017	宫崎	0985-38-8821
群马	027-896-4739	静岡	054-252-5310	广岛	082-221-9247	鹿儿岛	099-223-8239
埼玉	048-600-6210	爱知	052-857-0312	山口	083-995-0390	冲绳	098-868-4380
千叶	043-221-2307	三重	059-226-2318	德岛	088-652-2718		

受理时间：8:30~17:15（周六、周日、节假日、年末年初除外）

### 【参考】男女雇佣机会均等法 概要



英语



中文



葡萄牙语



越南语



日语