

妊娠（不妊）・出産と制度

不妊症とは

妊娠を望んでいるにもかかわらず、一定期間（一般的には1年）妊娠しないものをいいます。通常は1年で約80%、2年で約90%のカップルが妊娠するといわれています。



不妊には何も原因がないこともあるんじゃない。

不妊の検査や治療を受けたことがあるカップルは約4.4組に1人とされています。



男性側の原因

造精機能障害

精子の数が少ない、無い。運動性などの性状が悪い。特に原因はなくても精子が作られない場合もあります。

精路通過障害

精巣上体炎など。精子が作られていても通ることができず、精液中に精子が全く見当たらない。

性機能障害

ストレスや精神的なプレッシャー、糖尿病などの病気

女性側の原因

卵管や子宮の異常

子宮筋腫や先天的な形態異常。クラミジア感染症は、無症状のうちに卵管が詰まってしまう。

頸管の粘液不足
精子に対する免疫反応など

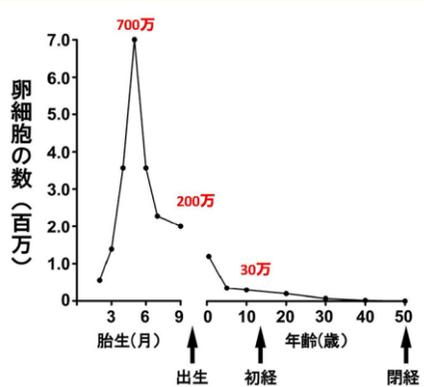
排卵因子

排卵しにくくなる病気。過度なダイエットや極度のストレス。月経のような出血があっても排卵を伴わないこともあります。



加齢による影響

男女とも、加齢により妊娠する・させる力（妊孕性）が低下することが分かっています。



- ・女性の卵子は生まれる前に作られ、その後新たに補充されることはありません。
 - ・男性も35歳ごろから徐々に精子の質の低下が起こります。
- ◎不妊症の定義はあくまでも目安です。1年以内であっても「もしかしたら妊娠しにくいかも」と感じたら、病院での検査をおすすめします。



不育症とは

妊娠したものの流産、死産を2回以上繰り返す状態をいいます。まだ分かっていないことが多く、検査を行っても原因が特定できないことも多いです。正確にはわかっていませんが、毎年数万人が不育症で悩んでいると考えられています。流産を繰り返す人が精神的なケアを受けられる機会、不育症当事者の仲間と出会える機会を広めることが大切です。

Q.不妊治療をすれば、必ず妊娠できますか？

A. 残念ながらすべてのカップルが妊娠・出産できるわけではありません。高度な治療を受けても授けられないケースがあります。

Q.タバコや過度のアルコールで妊娠しにくくなることがありますか？

A. 男性の場合、タバコを吸う人は、精子の数や精子の運動率が低いといわれています。女性の喫煙は卵子の質を低下させ、妊娠後もタバコを吸っていると低体重児が生まれることもあります。過度な飲酒も少なからず不妊症に関係していると考えられています。

Q.不妊治療にはどんなものがありますか？

A. タイミング法、人工授精などの一般不妊治療、体外受精、顕微授精などの高度生殖補助医療があります。自由診療も、国や自治体が助成している場合もあります。

Q.不妊治療はどこで受けられますか？

A. 不妊治療専門病院やクリニック、産婦人科や婦人科の不妊科、大学病院や総合病院の不妊科などで受けられます。

Q.男性の不妊検査はどこでできますか？

A. 女性と同じ医療機関、または男性不妊を扱う泌尿器科でも検査ができます。

治療のスケジュールと仕事の両立が大変でした。働き方に配慮があると助かりました。

自分たちに合う病院を見つけるのには苦労しました。



1人だけで悩むのではなく、2人で支え合って進んでいくことが大切だと気がきました。

会社でできる妊娠・出産サポート



娠初期 4～15週

身体の中では様々な変化が起こり、体調も急激に変化を始めます。

症状：つわり、お腹が張る、腰が重い、トイレが近い、便秘など

会社の義務：

妊婦健診を受けるための時間の確保

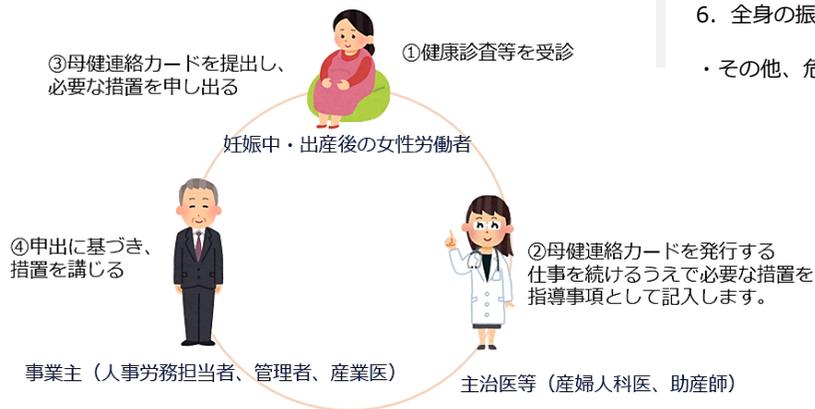
(男女雇用機会均等法第12条) ※有給が無給かは会社によります。

以下をあわせた時間を考慮してください。

- ・健康診査の受診時間
- ・保健指導を直接受けている時間
- ・医療機関等への往復時間

母性健康管理指導事項連絡カード

働く妊産婦が、医師等から指導を受けた場合、その指導内容が事業主的に確実に伝えられるようにするために利用するために利用するものです。



症状が出て、仕事に影響が出ないか心配…。
仕事が母体や胎児に影響しないか不安…。

妊娠中期～後期

つわりがおさまり安定期に突入。赤ちゃんの成長とともにお腹がふくらみ、身体の負担はピークに達します。

症状：貧血、手足や顔のむくみ、動悸、息切れ、胸やけ、背中や腰の痛み、足がつる、足元が見えづらいなど

会社の義務：

医師の指導事項を守ることができるようにするための措置

(男女雇用機会均等法第13条)

<通勤緩和>

時差出勤、時短勤務、混雑の少ない経路への変更など

<休憩>

・時間の延長 ・回数の増加 ・時間帯の変更 ・環境調整

<作業の制限>

※妊娠中及び出産後1年を経過していない女性労働者が対象

1. 重量物 継続作業6～8kg以上 / 断続作業10kg以上
2. 外勤等連続的歩行
3. 常時、全身の運動を伴う作業
4. 頻繁に階段の昇降を伴う作業
5. 腹部を圧迫するなど不自然な姿勢を強制される作業
6. 全身の振動を伴う作業 等

・その他、危険有害業務や深夜業などの制限 (労働基準法)

産前・産後

産前休業 (労働基準法第65条)

出産予定日の6週間前(双子以上の場合は14週間前)から、請求すれば取得できます。

産後休業 (労働基準法第65条)

出産の翌日から8週間は就業できません。ただし、産後6週間を経過後に本人が請求し、医師が認めた場合は就業することができます。

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。

※産後休業の「出産」
妊娠4ヵ月以上の分娩をいい、「死産」や「流産」も含まれています。

Q. 出産予定日が延びました。産前休業期間の6週間を超えて休めますか？



A. 予定日より遅れて出産した場合、予定日から出産当日までの期間は産前休業に含まれます。産前休業が延びても、産後8週間は「産後休業」として確保されます。



誰もが仕事と家庭を両立できるよう、労働者の意向や状況で働き方を選べる環境づくりが求められているんですね。

育休(育児介護休業法)の改正 一部抜粋 2025年4月1日～段階的施行

1歳に満たない子のいる労働者は、男女問わず、育休を申し出ることができます。



- [1] 柔軟な働き方を実現するための措置の義務化 10/1～
※ 始業時刻等の変更、テレワーク、短時間勤務、新たな休暇の付与などの措置のうち、事業主が2つ以上を選択。
- [2] 残業免除の対象拡大
「3歳に満たない子」→「小学校就学前の子」を養育する労働者に変更。
- [3] テレワーク導入の努力義務化
3歳に満たない子どもを育てる労働者が、テレワークを選択できる環境へ。
- [4] 子の看護休暇の見直し
取得事由として「感染症等に伴う学級閉鎖等」「入園(入学)式・卒園式」が追加。対象となる子の範囲も「小学校3年生修了まで」に延長。現行制度では除外されている「勤続6か月未満の労働者」も取得できるようになる。