

「生理」に関して 理解ある職場環境を考えてみませんか？

生理による不快な症状が強い場合、女性労働者の皆さんは我慢していませんか？
労働基準法により、生理の症状がつらい場合は休暇を取得することができますが、上司に相談しづらかったり、同僚の目が気になり、休暇の申し出がしづらい方もいるかもしれません。
女性が生理のつらい症状がある場合、休暇取得など適切な対応がとれるよう職場環境について今一度考えてみませんか？

事業主の皆さま

生理や生理休暇に関して理解を深める取組や、女性が生理による不快な症状が強い場合に安心して休暇を取得できるよう、企業全体で、職場環境づくりの機運を醸成していきましょう！「生理休暇」という名称を変更する取組等も考えてみませんか？



働く女性の皆さま

健康的に長く働き続けられるよう、生理や生理休暇について正しく理解し、自分の体と健康に向き合っていきましょう！生理による不快な症状が強いときには休暇を取得するだけではなく、場合によっては通院するなど、我慢しないようにしましょう。



同僚の皆さま

生理による不快な症状により、仕事への影響を感じる労働者がいることを知っていただき、同僚として、理解を深めていきましょう！

生理休暇とは？

労働基準法第68条において「使用者は、**生理日の就業が著しく困難**な女性が休暇を請求したときは、その者を生理日に就業させてはならない」とされています。

「生理日の就業が著しく困難」とは？

生理休暇の前提となる「生理日の就業が著しく困難」とはどのような状態なのでしょう？

個人差はありますが、

- ・痛み止めを使っても痛み止めが十分に効かず、痛みが続く場合
- ・生理による不快な症状が強い場合に1～2日間安静にしても、その症状が継続する場合などが該当すると考えられます。

さらに、月経に伴う下腹部痛、腰痛、頭痛、吐き気、嘔吐といった症状で日常生活に支障をきたしている場合は、月経困難症と診断されます。月経困難症は、子宮内膜症や子宮筋腫などの病気が原因となる場合や、将来それらの病気につながる可能性があります。

症状がある場合は、まずは産婦人科医への相談を考えてみましょう。

(令和5年9月28日「働く女性と生理休暇に関するシンポジウム」産婦人科医 高尾美穂氏のご発言を参考に作成)

厚生労働省では、生理や生理休暇についての情報発信のため、「働く女性と生理休暇に関するシンポジウム」を開催しました。シンポジウムの詳細、アーカイブ配信についてご関心のある方は裏面をご覧ください！