

このリーフレットは、(一社)兵庫県理学療法士会  
男女共同参画推進委員会の事業として作成されまし  
た。妊娠した人とその周囲の人達が安全に安心して  
就業できるための手引きとして作成しました。産前  
産後の理学療法士に限らず、全ての理学療法士が安  
心して働くことができる職場環境づくりに役立てて  
いただきたいと思います。

本委員会では、会員の皆様からご意見を賜り、手引  
きの改訂や関連情報の発信等を行ってまいります。



このリーフレットの活用方法は、下記のような活  
用例があります。

#### 活用例

- 1) 士会(各局・支部)主催の研修会
- 2) 入職時研修
- 3) 働きやすい職場づくりを検討する場合
- 4) スタッフが産休育休を取得する場合

発行者  
一般社団法人兵庫県理学療法士会  
男女共同参画推進委員会  
0版 2024年5月 発行

この資料に関するお問い合わせは  
兵庫県理学療法士会  
<https://hyogo-pt.or.jp/contact>

© 2024 Hyogo Physical Therapy Association  
All Rights Reserved.

## 妊産婦理学療法士の健康と安全に 配慮するための就業環境の手引き

～産後版0版～



産休  
産後

睡眠不足・産後うつに注意

身体的状況

ホルモン分泌の変化による身体的・精神的不調  
授乳による睡眠不足  
育児動作による身体的不調



- \* 出産を報告しましょう
- \* 育休の取得申請をします
- \* 休職中の状況に合わせて復帰時期を検討しましょう

身体的・社会的状況

復帰に向けて体調を整える時期

体力回復  
保育施設の準備  
家事の分担調整



- \* フレックスや時短の相談をしましょう
- \* 保育制度などの利用の検討・相談をしましょう



身体的・社会的状況

ワークライフバランスに注意

体力回復  
産前よりも体力低下・体調不良  
育児動作による身体的負担



- \* あなたの体調は問題ないですか？支援者はいますか？
- \* 困っていることを相談してみよう



管理職に必要な視点

\* 風土づくりとヒアリング

産休・育休が取得しやすい体制づくりをしましょう  
(男性職員も含む)  
休職中の状況確認や復帰後の体調や業務内容などの聞き取りと相談を行いましょう  
報連相を行いやすい雰囲気づくりも必要です

\* 業務内容の見直し・調整

環境整備

産後職員・他職員ともに負担や偏りが生じないよう工夫を行いましょう

\* 職員配置の工夫・他部門

との調整

職員だけでなく子どもの体調不良による急な欠勤など臨機応変な対応ができるよう分野異動・人員確保・兼務などの工夫や人材育成・調整を行いましょう

\* 勤務調整

体調や家庭状況に応じた勤務時間や日数の変更・休暇がとりやすい配慮をしましょう

職場での対応・環境づくり

\* 多様な働き方の導入

勤務時間の調整や柔軟な休暇の取得が可能となるように協力をしましょう

職場の勤めもあり育休を取得しました子供と過ごして父親になったことを実感



\* 声掛け・風土づくり

子どもの体調は変化しやすく急な休みが続くことがあります  
お互い様の気持ちを持って対応できる体制を整えましょう

急な子供の体調不良で欠勤を報告した際に同僚から気遣う言葉をかけてもらいありがたかった



\* フォローアップ体制

急な休みや体調の変化だけでなくブランクによる臨床業務に対する不安も生じやすいためバックアップできる体制を整えましょう

職場での工夫の実例

\* 時短・フレックスタイム制による勤務時間の調節

保育所へのこどものお迎えや家事との両立の不安もあったため最初は時短で職場復帰しました  
徐々に家庭との両立にも慣れてきた頃に上司と相談して元の勤務時間に戻しました  
私の状況に合わせて勤務時間の調整をしていただいたおかげで安心して復職することができました



\* チーム制・サブ担当制の活用

私の勤務先は365体制でチーム制を導入しており患者様1名につき主担当とサブ担当理学療法士が対応しています  
日々患者情報を共有しており子供や職員の体調不良など急な欠勤時に対応できる体制が整っています



産後休業：出産の翌日から8週間は就業することができません  
育休制度：申し出るによりお子さんが1歳に達するまでのあいだ育児休業することができます

働く女性の心とからだの応援サイト  
妊娠出産・母性健康管理サポート



令和4年より産後パパ育休も始まっています  
(育児・介護休業法)  
お子さんの出生後8週間以内に4週間まで取得可能です

イクメンプロジェクト  
公式ページ

