



会長	副会長		庶務理事	会計理事	事務局長
次長	課長	課長代理	係長	担当	受付
中澤	中澤			駕谷	岡林

日医発第 1259 号 (健 I)
令和 6 年 10 月 18 日

都道府県医師会
産業保健担当理事 殿

日本医師会常任理事

松岡 かおり
(公印省略)

令和 6 年度「母性健康管理等推進事業」(厚生労働省委託事業)
における作成資料について (周知依頼)

厚生労働省では、働く女性が安心して妊娠・出産できる母性健康管理等推進事業を進めております。その一環として、職場における母性健康管理の動向、留意点などについて解説する「母性健康管理研修会」(厚生労働省委託事業)の開催(令和 6 年 9 月 9 日付け日医発第 1008 号をご参照)が行われるなど、妊娠中・出産後の女性が安心して働くための母性健康管理に関する情報提供が行われています。

この度、厚生労働省からの委託により母性健康管理等推進事業の情報提供を行っている一般財団法人女性労働協会から本会宛に、働く妊産婦の皆様へ母性健康管理指導事項連絡カード(母健連絡カード)を周知するためのリーフレット及び専用サイトのチラシの周知依頼がありました。

特に、リーフレットは産婦人科医が妊産婦の症状に応じた指導をしていただく際の参考にしていただけるものとなっております。

いずれの資料も下記の URL からダウンロードいただけます。

つきましては、貴会会員に本件の周知方につきまして、ご高配を賜りますようお願い申し上げます。

(資料掲載先)

厚生労働省「働く女性の心とからだの応援サイト」内
妊娠出産・母性健康管理サポート「母性健康管理データ・資料集」

<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/document/>

令和6年9月27日

公益社団法人日本医師会
会長 松本 吉郎 様

一般財団法人女性労働協会
会長 岩田 三代

令和6年度「母性健康管理等推進事業」(厚生労働省委託事業)における
作成資料の周知等への協力について(ご依頼)

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

一般財団法人女性労働協会では、厚生労働省からの委託により、働く女性が安心して、妊娠・出産できるよう、母性健康管理等に係る各種資料の作成及び厚生労働省の専用サイト「働く女性の心とからだの応援サイト」における情報提供を行っております。

この度、働く妊産婦の皆様にも母性健康管理指導事項連絡カードを周知するためのリーフレット及び専用サイトの周知用チラシを作成いたしましたので、下記のとおりお送りいたします。

ご多忙のところ誠に恐縮に存じますが、貴会会員の皆様への周知にご協力を賜りますようお願い申し上げます。

特に、リーフレットは、当カードの使い方をご紹介するとともにカードを添付したものであり、産婦人科医の皆様には、妊産婦の症状に応じた指導をしていただく際の参考にしていただけるものとなっておりますので、ご活用いただけると幸いです。

なお、いずれの資料も当サイト内の「母性健康管理データ・資料集」ページからダウンロードいただけますので、当サイトのリンクにもご協力をお願い申し上げます。

記

<送付資料>

- | | |
|------------------------------|-----|
| 1 「母健連絡カードを活用しましょう！」(リーフレット) | 10部 |
| 2 「働く女性の心とからだの応援サイト」(チラシ) | 10部 |

◆厚生労働省「働く女性の心とからだの応援サイト」内
妊娠出産・母性健康管理サポート「母性健康管理データ・資料集」
<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/document/>



一般財団法人 女性労働協会
母性健康管理等推進事業担当
小林、平野、森實
TEL: 03-3456-4410
Eメール: bosei-navi@jaaww.or.jp

妊娠中・
出産後も
安心して
働くために

妊娠中・出産後の症状で、仕事に影響がありますか？

母健連絡カードを活用しましょう！

(母性健康管理指導事項連絡カード)

つわりなどで満員電車での通勤が困難だったり、出産後も長時間の立作業が辛い場合があります。

そのようなときは、無理や我慢をせず、気軽に主治医の産婦人科医や助産師さんに相談してみましょう。

職場で症状に応じた措置を講じるよう、「母性健康管理指導事項連絡カード(母健連絡カード)」を書いてもらうことができます。

母健連絡カードは、男女雇用機会均等法に基づき、利用を勧めているものです。

妊娠中・出産後におきやすい症状の例



つわりが辛い



足がむくみ、立ち作業が
続けられない



お腹が張ったり、痛んだりする

医師等の指導に基づき、職場で必要な措置を講じてもらうことができます

通勤緩和

- 時差通勤
- 勤務時間の短縮
- 交通手段・通勤経路の変更

等

休憩

- 休憩時間の延長
- 休憩回数の増加
- 休憩時間帯の変更

等

妊娠中または出産後の 症状等に対応する措置

- 作業の制限
- 勤務時間の短縮
- 休業
- 作業環境の変更

等

■事業主は、女性労働者が妊産婦のための保健指導又は健康診査を受診するために必要な時間を確保することができるようにしなければなりません。

(男女雇用機会均等法第12条)

■事業主は、主治医等からの指導があった場合、指導内容に基づき、必要な措置を講じなければなりません。

(男女雇用機会均等法第13条第1項)

母健連絡カード
を活用しましょう

妊婦・産婦さんが使える制度 ※主治医等からの指導がなくても請求できます。

- 産前休業、産後休業
- 他の軽易な業務への転換(妊婦のみ)
- 妊産婦等の危険有害業務の就業制限
- 変形労働の適用制限、時間外、休日労働、深夜業の制限 等

対象や内容など詳細はこちら → 働く女性の心とからだの応援サイト(厚生労働省) https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/index_bosei.html

▼サイト



母健連絡カードの使い方

母健連絡カードは、妊娠中・出産後の女性労働者が主治医等からの指導事項を事業主に伝達するためのツールです。

母健連絡カード 使い方の流れ

1 健康診査等を受診

妊娠中または出産後の女性労働者が健康診査等を受診します。

2 母健連絡カードを記載

主治医等が、健康診査等の結果、通勤緩和や勤務時間短縮等の措置が必要であると判断した場合、「母健連絡カード」に必要な事項を記載して女性労働者に渡します。

妊娠中・出産後の女性労働者



主治医等（産婦人科医、助産師）

3 カードを提出する

女性労働者は、「母健連絡カード」を事業主に提出して、措置を申し出ます。

4 申出に基づき、措置を講じる

事業主は、「母健連絡カード」の記載事項に従い、通勤緩和や勤務時間短縮等の措置を講じます。



事業主（人事労務担当者、管理者、産業医）

母健連絡カードに関するQ&A

Q. パートですが、母健連絡カードを提出できますか？

A. 母性健康管理に関する措置は、就業形態を問わず、パートタイム労働者、派遣労働者、有期契約労働者や日々雇用される者等についても対象です。なお、派遣労働者は、派遣元、派遣先いずれの事業主についても母性健康管理の措置義務があります。

Q. 母健連絡カードで申請すればいつでも対応してもらえるのでしょうか？

A. 母性健康管理に関する措置（健康診査等を受けるために必要な時間の確保、指導事項を守ることができるようにするための措置）は、女性労働者からの申出により利用できるようになっています。主治医等と相談しながら、適切な健康管理を行っていくことが大切です。主治医等から指導を受けた際は、いつでも母健連絡カードを利用して事業主に申し出ましょう。なお、母健連絡カードは、措置が必要な間は何度でも提出することができます。

Q. 母健連絡カードを会社に提出しましたが、措置を講じてもらえません。どうしたら良いでしょうか。

A. 事業主は医師の指示に基づく措置を講じなければならないので、このような場合は、都道府県労働局雇用環境・均等部（室）に相談しましょう。雇用環境・均等部（室）は厚生労働省の地方機関です。法違反がある場合は行政指導、また、事業主と労働者の紛争を解決するために援助や調停を行っています。

男女雇用機会均等法では、妊娠中及び出産後の措置を求めたことによる不利益取扱いを禁止しています。

また、事業主に、妊娠・出産等に関するハラスメント対策を講じるよう定めています。事業主から不利益取扱いを受けた場合、ハラスメント対策については、都道府県労働局雇用環境・均等部（室）へご相談ください。

都道府県労働局雇用環境・均等部（室）

<https://www.mhlw.go.jp/kouseiroudoushou/shozaiannai/roudoukyoku/index.html>



母健連絡カードは、多くの母子手帳にも掲載されています。
厚生労働省のホームページや「働く女性の心とからだの応援サイト」からもダウンロードできます。

「働く女性の心とからだの応援サイト」<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/>

・英語、中国語、ポルトガル語、ベトナム語が併記されている母健連絡カードもあります。

▼ サイト



▼ Facebook



▼ X



母性健康管理指導事項連絡カード

年 月 日

事業主 殿

医療機関等名

医師等氏名

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

症状等(該当する症状等を○で囲んでください。)

措置が必要となる症状等
つわり、妊娠 ^{おそ} 悪阻、貧血、めまい・立ちくらみ、 腹部緊満感、子宮収縮、腹痛、性器出血、 腰痛、痔、 ^{りゅう ふしゆ} 静脈瘤、浮腫、手や手首の痛み、 頻尿、排尿時痛、残尿感、全身倦怠感、動悸、 頭痛、 ^{たん} 血圧の上昇、蛋白尿、妊娠糖尿病、 赤ちゃん(胎児)が週数に比べ小さい、 多胎妊娠(胎)、産後体調が悪い、 妊娠中・産後の不安・不眠・落ち着かないなど、 合併症等()

指導事項(該当する指導事項欄に○を付けてください。)

標準措置		指導事項
休業	入院加療	
	自宅療養	
勤務時間の短縮		
作業の制限	身体的負担の大きい作業(注)	
	長時間の立作業	
	同一姿勢を強制される作業	
	腰に負担のかかる作業	
	寒い場所での作業	
	長時間作業場を離れることのできない作業	
	ストレス・緊張を多く感じる作業	

(注) 「身体的負担の大きい作業」のうち、特定の作業について制限の必要がある場合には、指導事項欄に○を付けた上で、具体的な作業を○で囲んでください。

標準措置に関する具体的内容、標準措置以外の必要な措置等の特記事項

--

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(月 日～ 月 日)	

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 (在宅勤務を含む。)	
妊娠中の休憩に関する措置	

指導事項を守るための措置申請書

年 月 日

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。

所属

氏名

事業主 殿

(参考)症状等に対して考えられる措置の例

症状名等	措置の例
つわり、妊娠悪阻	休業(入院加療)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業(長時間作業場を離れることのできない作業)の制限、においがきつい・換気が悪い・高温多湿などのつわり症状を増悪させる環境における作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
貧血、めまい・立ちくらみ	勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業(高所や不安定な足場での作業)の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
腹部緊満感、子宮収縮	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業(長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業、長時間作業場所を離れることのできない作業)の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
腹痛	休業(入院加療)、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
性器出血	休業(入院加療)、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
腰痛	休業(自宅療養)、身体的に負担の大きい作業(長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業、腰に負担のかかる作業)の制限 など
痔	身体的負担の大きい作業(長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業)の制限、休憩の配慮 など
静脈瘤	勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業(長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業)の制限、休憩の配慮 など
浮腫	勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業(長時間の立作業、同一姿勢を強制される作業)の制限、休憩の配慮 など
手や手首の痛み	身体的負担の大きい作業(同一姿勢を強制される作業)の制限、休憩の配慮 など
頻尿、排尿時痛、残尿感	休業(入院加療・自宅療養)、身体的負担の大きい作業(寒い場所での作業、長時間作業場を離れることのできない作業)の制限、休憩の配慮 など
全身倦怠感	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、休憩の配慮、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
動悸	休業(入院加療・自宅療養)、身体的負担の大きい作業の制限、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
頭痛	休業(入院加療・自宅療養)、身体的負担の大きい作業の制限、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
血圧の上昇	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置 など
蛋白尿	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限 など
妊娠糖尿病	休業(入院加療・自宅療養)、疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置(インスリン治療中等への配慮) など
赤ちゃん(胎児)が週数に比べ小さい	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
多胎妊娠(胎)	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
産後体調が悪い	休業(自宅療養)、勤務時間の短縮、身体的負担の大きい作業の制限、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
妊娠中・産後の不安・不眠・落ち着かないなど	休業(入院加療・自宅療養)、勤務時間の短縮、ストレス・緊張を多く感じる作業の制限、通勤緩和、休憩の配慮 など
合併症等(自由記載)	疾患名に応じた主治医等からの具体的な措置、もしくは上記の症状名等から参照できる措置 など



働く女性の心とからだの応援サイト

人事労務担当者、働く女性、産業医、産婦人科医、産業保健スタッフなどの方へ
女性が健康でいきいきと働き続けるために必要な情報や、
妊娠中・出産後の女性が安心して働くための母性健康管理に関する情報を紹介しています。

人事労務担当、産業医などの方へ

▶職場の女性が妊娠したら？

知っておくべき法律や制度を詳しくご紹介

▶すべての社員に女性の健康課題と職場での対応に関する知識を持ってもらいたい！

健康課題に関する研修動画が視聴できます

▶ほかの会社はどうしてる？

業種、規模、地域、さまざまな事例をご紹介

働く女性の方へ

▶妊娠しても仕事を続けられる？

働く女性の妊娠・出産を支援する法律や制度を詳しくご紹介

▶心当たりのある症状は？

ライフステージごとの女性特有の健康課題に応じたコラムやQ&A等をご用意

▶いつから、産休が取れる？

自動計算できます

厚生労働省

働く女性の心とからだの応援サイト

<https://www.bosei-navi.mhlw.go.jp/>

▼ サイト



▼ X



▼ Facebook



働く女性の心とからだを応援・サポートするコンテンツ

働く女性の健康について

女性が健康でいきいきと働き続けるためには、女性だけでなく、職場全体での理解・支援が欠かせません。企業ご担当者、働く女性双方の目線で、健康管理に関する課題等について紹介しています。

ライフステージごとの健康課題



最近気になる症状があるんだけど...

- 月経・更年期・メンタルヘルス
- 妊娠、出産 など

企業の取組事例



ほかの会社の取り組みを知りたい!

- 生理休暇の取得向上を実現した取組事例
- 誰もが健康に働くための取組事例 など

母性健康管理等について

企業のご担当者が社内制度を整備する際の情報や、働く女性が妊娠した際に知っておきたい情報など、母性健康管理についての法律や制度について分かりやすく解説しています。

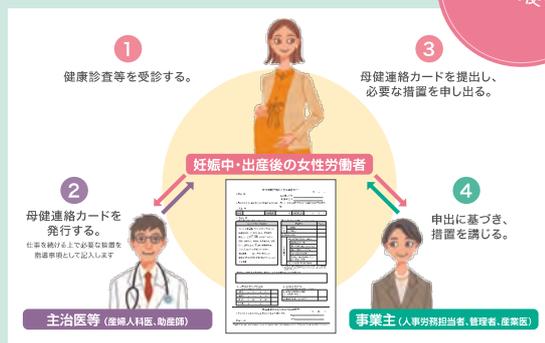
母性健康管理等の法律・制度



働く女性の妊娠・出産に関する法律って何があるの？

- 母性健康管理措置、母性保護規定の説明
- Q&A、用語辞典 など

母性健康管理指導事項連絡カード



母健連絡カード、どうやって使うの？

- 母健連絡カードの使用方法
- 母健連絡カードのダウンロード

メールで相談できます



「職場で妊娠した人がいます。どのような配慮をしたら良いの？」
「つわりでよく休む社員がいます。仕事の分担について、どう対応したら良いの？」

母性健康管理に関するお悩みに医師や社会保険労務士などの専門家がメールでお答えします。企業のご担当者の方も、産業保健スタッフ、妊娠中の働く女性の方も、お気軽にご相談下さい。

ご相談はこちらから

