

# Lady Go!!

第14号 2020

\*.\*.\*教えて！先輩\*.\*.\*

はじめての妊娠で不安がいっぱいの後輩PTからの質問に、先輩PTが答えます。



産休前に準備してよかったと思ったことはありますか？

理学療法士協会の育児休業割引を申請したことです。  
協会ホームページで「育児休業割引」を検索してみてください。



妊娠何か月頃まで移乗介助を行っていましたか？  
移乗方法で気を付けていた点ありますか？

妊娠3~4ヶ月頃から、重介助は代わってもらっていました。  
トコちゃんベルト(骨盤輪ベルト)を締めて、なるべく仙腸関節がずれないように力を入れるようにしていましたよ。



頑張りすぎて失敗したことはありますか？  
(例えば不正出血やお腹の張りなど)

1人目の妊娠時は子宮頸管長が短くなり、急遽、予定していた産前休暇よりも早くからお休みを貰うことになりました。  
お腹の張りを感じる時は、「もう無理をしている」と思って、休息を取ったり、張るような動作を避けたりするようにしました。



初めての妊娠は身体の変化、生活や仕事など不安があると思います。  
そんな時は近くの先輩に相談を。様々な回答の中から自分に合った答えを見つけられると思います。

令和3年1月1日より、看護休暇・介護休暇が時間単位で取得できるようになります

改定前

1日または半日単位での利用  
1日4時間以下の労働者は対象外



改定後

時間単位で取得が可能  
すべての労働者が取得可能

※1時間単位で、労働者の申し出に応じ、**労働者の希望する時間数**で取得できるようになります。  
勤務時間の途中で職場を離れる『中抜け』は、制度には盛り込まれていませんが、厚労省は労働者の事情にできる限り配慮するよう求めています。

福田裕子氏をお招きしての講習会開催予定です★乞うご期待！！