



## 介護休業制度を知っていますか？

仕事を辞めることなく、要介護状態にある家族を介護するために、仕事と介護の両立を支援する制度があります。

勤務先に制度がなくても育児・介護休業法に基づいて利用できる制度もあります。勤務先に気軽にご相談ください。



必要に応じて休みを使い分けられます。

### 介護休業

対象家族1人につき通算93日まで、3回を上限として分割して休業できます。パートなど有期契約労働者も一定の要件を満たせば取得できます。

#### 【このような時に】

介護が急に始まり、仕事と介護を両立できる体制を整える期間など

### 介護休暇

年5日(対象家族が2人以上の場合は年10日)まで、1日または時間単位で休暇を取得できます。

#### 【このような時に】

介護や通院の付き添い、介護サービスの手続き、ケアマネジャーとの打ち合わせなど



介護のために早く帰ったり勤務時間を変えることができます。

### 短時間勤務等の措置

会社によって利用可能な制度が異なりますが、利用開始から3年間で2回以上利用可能な制度です。

#### 【制度例】

介護が急に始まり、仕事と介護を両立できる体制を整える期間など

短時間  
勤務制度

フレックス  
タイム制  
度

時差出勤  
制度

介護費用の  
助成措置

### 所定外労働の免除(残業免除)

介護が終了するまで、残業を免除することができます。

### 時間外労働の制限

介護が終了するまで、1か月24時間、1年150時間を超える時間外労働を制限できます。

### 深夜業の制限

介護が終了するまで、22時から5時までの労働を免除することができます。

## 勤務先以外の相談先はこちら

### ●育児・介護休業法、仕事と介護の両立支援制度に関すること

・北海道労働局雇用環境・均等部 ☎ 011-709-2715

### ●介護に関すること

・安平町地域包括支援センター 総合庁舎 ☎ ㊟ 7072 総合支所 ☎ ㊟ 4555 (月～金 8:30～17:15)

・24時間365日の介護相談窓口

追分・安平地区 ☎ 080-6085-7894 (在宅介護支援センター安平の郷)

早来・遠浅地区 ☎ 090-6879-8957 (在宅介護支援センターふもんけ)

・医療、介護に関する相談窓口 ☎ ㊟ 2531 (あびら追分クリニック)