



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」に基づき利用できる制度もあるので、まずは勤務先の担当窓口（総務、人事など）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が可能。

【このようなときに】

急に介護が始まり、仕事と介護を両立できる体制を整えたいときなど

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取得が可能。

【このようなときに】

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

短時間勤務などの措置

会社によって利用可能な制度の内容は異なりますが、利用開始から3年以上の期間で2回以上利用可能な制度です。

【制度例】

- ①短時間勤務制度 ②フレックスタイム制度
- ③時差出勤制度 ④介護費用の助成措置

所定外労働の制限（残業免除）

介護が終了するまで、残業を免除してもらうことができます。

時間外労働の制限

介護が終了するまで、時間外労働の上限を「1か月24時間」「1年150時間」を超えない範囲に制限することができます。

深夜業の制限

介護が終了するまで、22時から5時までの深夜労働を免除してもらうことができます。

■介護休業をする方の経済的支援があります

介護休業給付の支給（雇用保険）

雇用保険の被保険者の方が介護休業をした場合、一定の要件を満たすと介護休業給付の支給（休業開始前賃金の67%）を受けることができます。

■勤務先以外の相談先

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

介護休業給付の支給（雇用保険）に関すること

ハローワーク苫小牧 ☎ 0144 ㊟5221

介護に関すること

- ・安平町地域包括支援センター（受付時間：月曜日～金曜日 8時30分～17時15分）
早来地区 ☎ ㊟7072（総合庁舎） 追分地区 ☎ ㊟4555（総合支所）
- ・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）