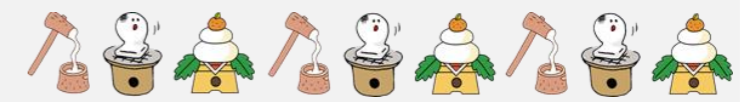


Are You Happy?



やりがい支援隊 令和3年1月 発行 第40号



今回は、育児・介護休業制度の現状について簡単に説明します



【育児休業】産休から育休期間中の社会保険料は免除となります。

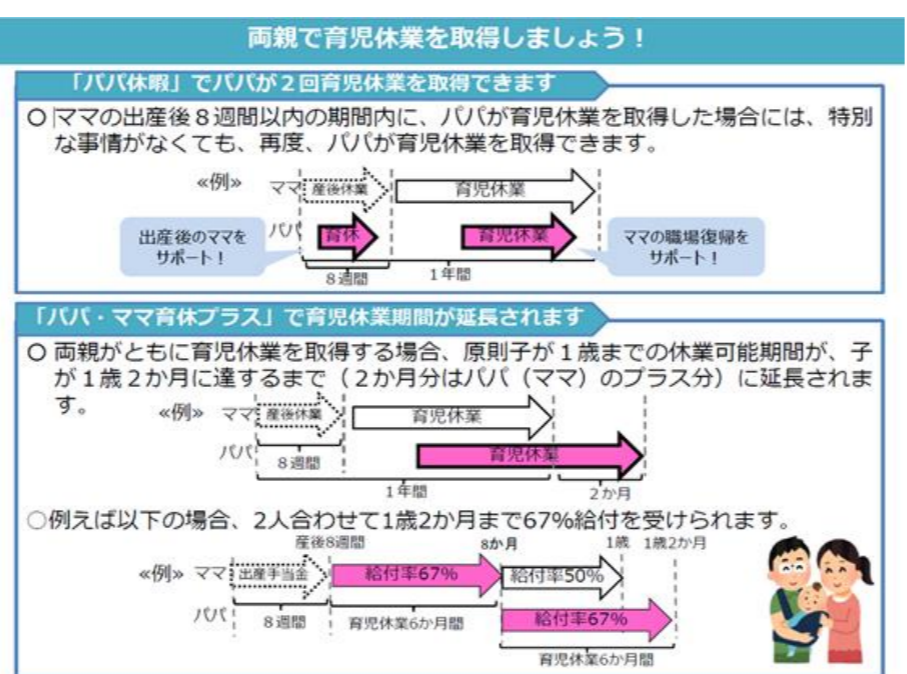
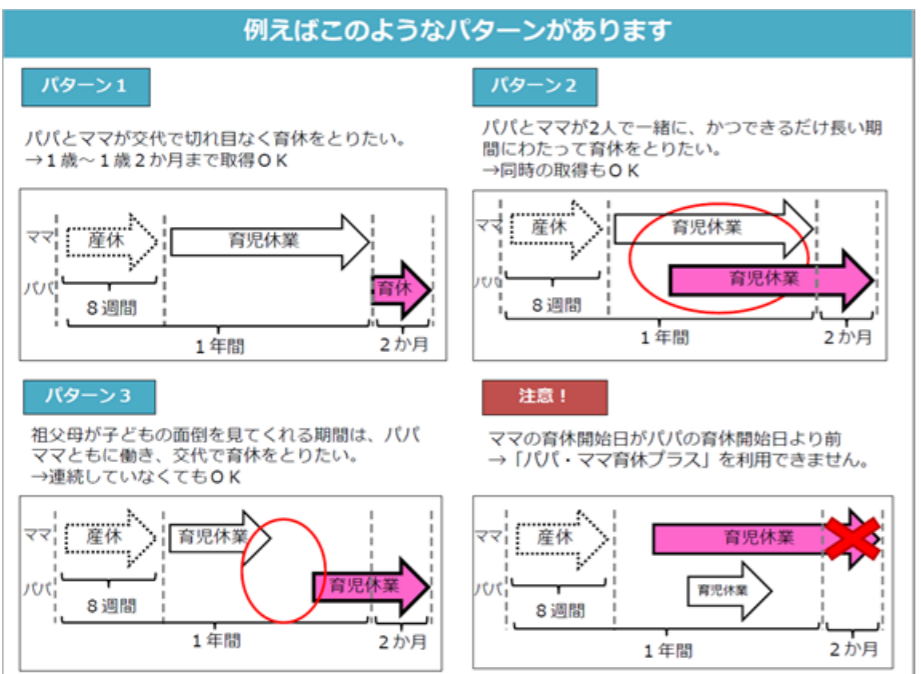
【介護休業】介護休業期間中の社会保険料は免除なりません。

女性のみではなく男性も取得が可能です。
 取得できる期間は、原則生まれた子が満1歳になる前日までです。
 父と母が育児休業を取れるパパ・ママ育休制度の活用で、両親がともに育休を取得する事で1年2カ月まで延長可能です。
 他にも、保育所に入所を希望しているが、入所できない等の事情がある場合には1年6カ月まで延長が可能です。さらに再延長で2歳になる前日まで延長が可能です。

要介護状態(負傷等または身体上若しくは精神上の障害により2週間以上の期間にわたり常時介護を必要とする状態)の対象家族を介護する為の休業です。
 対象家族1人につき通算93日まで3回を上限として、介護休業を分割して取得が可能です。どちらの休業制度においても正職員・パート職員いずれの職員も取得可能です。育休期間・介護休業期間の賃金は無給となりますが、申請により給付金を受ける事ができます。給付対象者は、雇用保険に1年以上加入している事等が条件となります。

育児休業給付率 ①育休取得から180日目まで → 賃金の約67%
 ②育休取得から181日目から → 賃金の約50%

介護休業給付率 介護休業取得期間中 → 賃金の約67%



腰痛体操紹介

★腰痛 ストレッチ 体操 ★ 股関節の運動 ★ 背のぼし 運動

1 背中の力をぬく! 天井を見上げる

2 背中を曲げず、骨盤から倒すように意識する

3 背すじを伸ばす 足をゆっくり上げる(顔の向きと同じ側)

★こんな運動でもストレッチ効果が★

ストレッチは無理をせず、自分のできる範囲で行ってください。痛みが激しいときは体操を控えてください。かかりつけ医に相談してから行いましょう。

今回は、賃金について簡単に説明させていただきました。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可能になるなどより取得しやすくなっています。制度は育児休業・介護休業・看護休暇・介護休暇と言葉は似ておりますが、別の物です。各種休業制度等の情報は変わる事があります。ネットで情報が得られる時代ですが、古い情報の場合も考えられますので、確認が必要となってきます。いずれも取得するには必ず申請が必要です。不明点は総務に確認して下さい。



