

働く女性と生理休暇について

令和5年9月28日

厚生労働省

雇用環境・均等局雇用機会均等課

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

生理に対する女性の認識と生理休暇

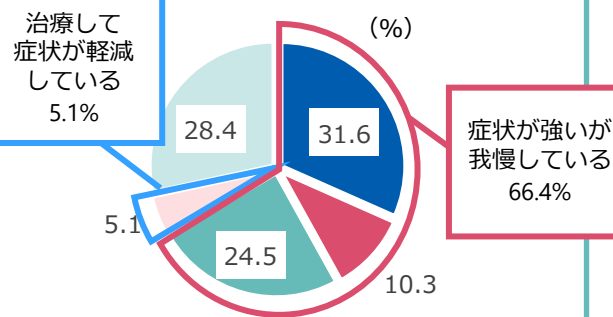
資料出所：日経BP「20～40代働く女性1956人の生理の悩みと仕事と生活調査」（2021年）

当事者のみならず、職場の全ての人に生理や生理休暇に対する理解が必要

生理による不快な症状について、「症状が強いが我慢している」と回答した女性の割合は66.4%。

→ 生理による不快な症状が強い場合であっても、休暇を取得して通院することなく、我慢する傾向にある。

生活全般や仕事に与える不快な症状は？

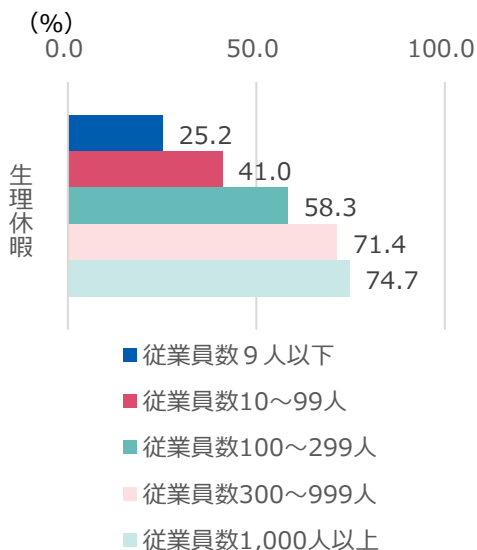


- 生理前・生理中いずれも症状が強い
- 生理前のみ症状が強い
- 生理中のみ症状が強い
- 治療して軽減している
- 症状は強くない

生理休暇が職場に制度にあると回答した者の割合は、従業員規模が小さい企業ほど低くなっている。

→ 生理休暇は、大企業では制度化されているが、中小企業では社内で制度化されていない。

職場にある制度は？

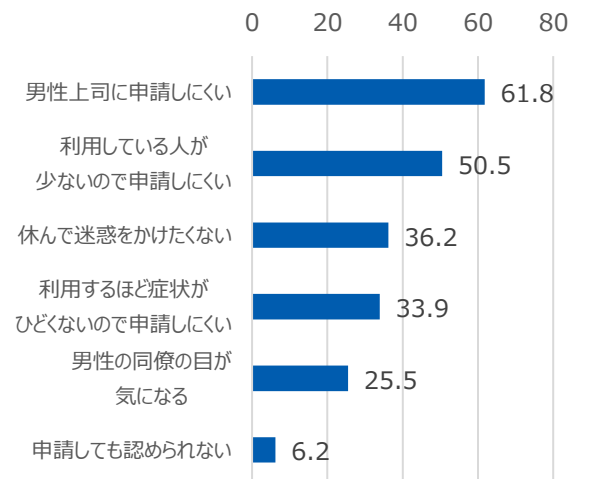


生理休暇を利用しにくい要因として、「男性上司に申請しにくい」が61.8%、「利用している人が少ないので申請しにくい」が50.5%と高い割合になっている。

→ 男性上司等に相談しづらいことや、利用している人が少ない、同僚の目が気になること等により、申請しづらい。

「生理休暇の利用しにくさ」で

当てはまるのは？



労働基準法（昭和22年法律第49号）（抄）

（生理日の就業が著しく困難な女性に対する措置）

第六十八条 使用者は、生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求したときは、その者を生理日に就業させてはならない。

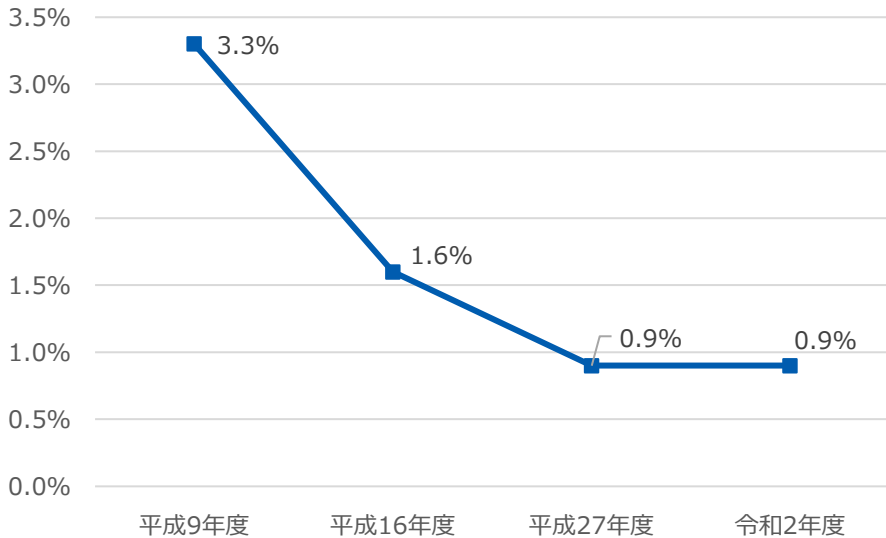
第一百二十条 次の各号のいずれかに該当する者は、三十万円以下の罰金に処する。

- 一 . . . 第六十八条 . . . の規定に違反した者
- 二～五 （略）

生理休暇制度

資料出所 厚生労働省「雇用均等基本調査」

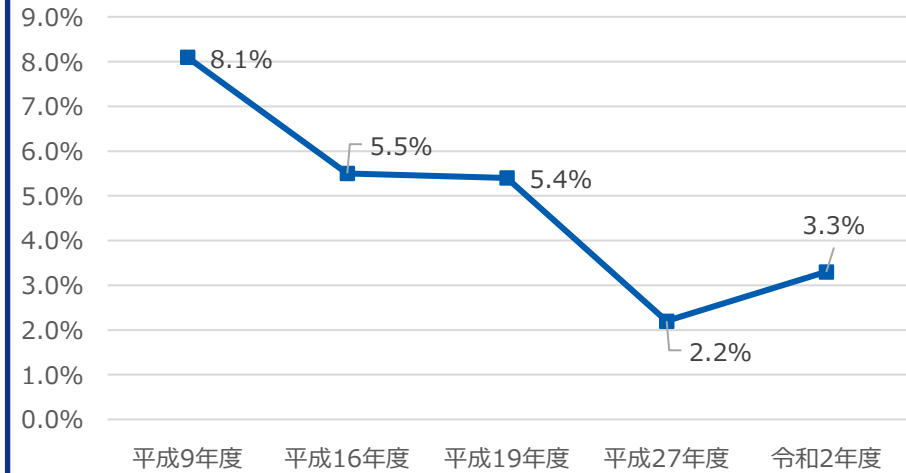
女性労働者のうち、生理休暇を請求した者の割合



女性労働者のうち、令和2年度中に生理休暇を請求した者の割合は0.9%

→ 制度があるが、労働者は生理休暇を利用していない。

女性労働者がいる事業所のうち、生理休暇の請求者がいた事業所の割合



女性労働者がいる事業所のうち、令和2年度中に生理休暇の請求者がいた事業所の割合は3.3%。

→ 事業所において、生理休暇を労働者が申し出していない。

生理休暇制度のQ&A

～労働基準法の解釈例規より示されている内容～

Q1 生理休暇はどのような時に使うことができますか？

A1

女性が現実に生理日の就業が著しく困難な状態にある場合に休暇の請求があったときはその者を就業させてはならないこととしたものです。

(単に生理であることのみをもって休暇を請求することを認めたものではありません。)

休暇の請求は、必ずしも暦日単位で行われなければならないものではなく、半日又は時間単位での請求も可能です。

Q2 「生理日の就業が著しく困難」である事実をどのように証明すればいいですか？

例えば、医師の診断書などが必要ですか？

A2

「生理日の就業が著しく困難」である事実の証明ですが、労働基準法の考え方では、

- ① 生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求したとき、その者を生理日に就業させてはならないが、その手続を複雑にすると、この制度自体は使われなくなるおそれがあること、
- ② 原則として特別の証明がなくても女性労働者の請求があった場合には、生理休暇を与えることにすること、
- ③ 特に証明を求める必要が認められる場合であっても、こうした趣旨を踏まえ、医師の診断書のような厳格な証明を求めることなく、事実であることが推断できれば充分であるから、例えば同僚の証言程度の簡単な証明によることで差し支えない。

生理休暇制度のQ&A

～労働基準法の解釈例規より示されている内容～

Q3 生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求する場合における日数を「1日」あるいは「3日」と就業規則で限定することはできますか。

また、法律では、日数の限定はないが、社会通念上妥当と認められる日数に制限することはできますか。

A3

生理による苦痛の程度、就労の難易やその期間は個人によって異なるものであり、客観的な一般基準は定められていません。そうしたことから、就業規則その他により生理休暇の日数を限定することは許されていません。

ただし、有給の日数を限定する趣旨であり、生理休暇自体は有給の日数以上与えることが明らかであれば差支えありません。

Q4 生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求した場合、その間の賃金は労働契約、労働協約又は就業規則で定めるところによって支給しても、しなくてもいいのか。

A4

有給でも、無給でも差し支えありません。

厚生労働省からの情報発信①

厚生労働省ホームページ 「女性労働者の母性健康管理等について」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyoukintou/seisaku05/index.html

厚生労働省ホームページの「女性労働者の母性健康管理等について」のページにおいて、労働基準法上の生理休暇に関する情報を掲載している。

雇用・労働

女性労働者の母性健康管理等について


▼ 施策紹介 ▼ 新型コロナウイルス感染症の状況を踏まえた対応について ▼ 母性健康管理関連資料

施策紹介


働く女性の母性健康管理措置、母性保護規定について

▶ [働く女性の母性健康管理措置、母性保護規定について](#) (男女雇用機会均等法、労働基準法)


労働基準法（産前産後休業、生理休暇等）

▶ [PDF 産前産後休業、その他の母性保護措置について \[94KB\]](#) 

▶ [PDF 坑内労働の就業制限について \[70KB\]](#) 

▶ [PDF 生理休暇について \[49KB\]](#) 

「働く女性と生理休暇に関するシンポジウム」を開催します。（詳細は[こちら](#)）

▶ [PDF 労働基準法（関連部分の抜粋） \[212KB\]](#) 

関連サイト

▶ [働く女性の心とからだの応援サイト](#)

労働基準法のあらまし（生理休暇）

○生理休暇

生理休暇（第68条）

生理日の就業が著しく困難な女性が休暇を請求した場合には、その者を生理日に就業させることはできません。

（生理日の就業が著しく困難な女性に対する措置）

生理日の就業が著しく困難な女性とは、生理日において下腹痛、腰痛、頭痛等により就業が困難な女性をいい、従事している業務を問わず休暇を請求することができます。

休暇の日数については、生理期間、その間の苦痛の程度あるいは就労の難易は各人により異なるものであり、就業規則その他によりその日数を限定することはできません。

休暇の請求は、必ずしも暦日単位で行うものではなく、半日又は時間単位で請求が行われた場合には、使用者はその範囲で就業させなければよいものです。

厚生労働省からの情報発信②

「働く女性の心とからだの応援サイト」

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

企業や働く女性に対して、母性健康管理や女性の健康課題に関する情報を提供している「働く女性の心とからだの応援サイト」において、月経に関する情報や、生理休暇の先駆的な取組を行っている企業の事例を掲載している。



月経について正しく知り、適切な対処をしよう！

月経に関する不調を訴える女性は多く、働く女性にとって一番の課題です。月経前や月経中の体の不調には、病気が潜んでいる可能性があります。痛みが強くてつらかったら、生理痛（月経痛）は当たり前と思わず、正常な月経について知り、少しでも異常かも？と感じたら、早めに婦人科・産婦人科を受診しましょう。

1. 生理痛（月経痛）、生理前生理中の不調は当たりまえ？



4. 婦人科・産婦人科の受診について



2. あなたの生理（月経）は正常でしょうか？



5. 職場のサポート



3. もしかしたら病気がもれません。



「女性がイキイキと長く働き続けるために・・・」をモットーに様々な制度を確立



厚生労働省からの情報発信③

～「働く女性の心とからだの応援サイト」の企業取組事例より～

（株）浅野製版所（東京都）

- 女性社員全員を対象に「PMS（月経前症候群）研修」を開催。

（株）長岡塗装店（島根県）

- 生理休暇を有給で取得できるようにした。生理痛で業務遂行が困難な場合に取やすいように、休暇の申請も、総務の女性部長に社内LINEで申請するだけで良いように配慮した。

（株）桃谷順天館（大阪府）

- 生理に加え、生理前の不調（PMS）でも休める休暇を「エフ休暇」と名付け、取得申請をしやすくするなど、細やかな環境作りを行っている。

（株）ワコール（京都府）

- 従業員に対し、女性の健康（PMS／更年期等）に関して、Webセミナー等を活用して情報を提供し、啓発している。

- 「働く女性の心とからだの応援サイト」は、生理休暇を取得しやすい取組を進めている企業や支援を行っている企業に個別ヒアリング等を追加実施しており、年内にサイト内容を充実する予定。
- 今後、生理に関する情報や、先進的な企業の取組事例が分かりやすく表示できるよう、「働く女性の心とからだの応援サイト」をリニューアルする予定。