https://www.shinshu-u.ac.jp/danjo/

CONTENTS

- ■仕事と介護の両立のための準備をはじめましょう 01
- ■介護期に利用できる休暇制度等紹介
- ■介護休業中に支給される給付金、その他支援制度について
- NEWS&TOPICS おひさま保育園 NEWS 子育てコラムリレー

仕事と介護の両立のための 準備をはじめましょう

「親は元気だから大丈夫」そう思っていても、突然やってくるのが介護です。介護が必要になった主な要因の上位には、脳 血管疾患(脳卒中)や転倒による骨折など、予測ができないものが多くあります。今は元気でもいつ必要になるかわからな い介護に備え、日頃から準備をしておくことが大事です。今回は仕事と介護を両立させるためのポイントや信州大学で利 用できる休暇制度等をお伝えしていきます。

はじめに

両立のための7つのポイント

▋働き方を見直す

職場に「家族等の介護を行って いること」を伝え、必要に応じ て仕事と介護の両立支援制度を利用する

介護休業は準備期間 と心得る

介護保険の申請は早めに行い、要 介護認定前から調整を開始する。

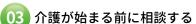


介護が始まる前に情報を収集 し、家族で介護について話し ておく

日頃から家族や要介護者宅の 近所の方々等と良好な関係を築く

介護をプロジェクト 化する





ケアマネージャーを信頼し、 「何でも相談する」



06 身の丈にあった介護をする

介護保険サービス を利用し、自分で 「介護をしすぎない」





仕事も介護も自分にしかできない ことを明確にし、責任を果たす





家族の介護は誰にでも可能性があり、まだその必要がなくても漠然とした不安を抱える方 は多いのではないでしょうか。

男女共同参画推進センターでは、介護に直面する前から、仕事と介護の両立について考え ていただくため、「仕事と介護の両立支援ハンドブック」を配信予定です。このハンドブック には、上で紹介した「両立のための7ポイント」のほか、介護に関する基礎知識、介護保険の概 要、すでに家族の介護をされている方がすぐに使える学内の支援制度、部下に介護が必要に なったときにとるべき管理職の行動などを掲載しており、幅広い方にご覧いただける内容になっ ています。同時配信の電子書籍版には、動画「働きながら介護をするための心構え」を掲載し ています。3月末に配信予定です。ぜひご覧ください。







信州大学の

介護期に利用できる休暇等制度

介護は育児と異なり、誰もが直面する可能性があり、またいつ直面するのか、いつ終わるのかもわかりません。いざ というときになって困らないよう、普段から心構えが必要です。ここでは「その時」が来る前に知っておきたい介護に 関する学内の制度を紹介します。介護をする上で一番大切なことは「仕事を続けること」です。仕事をやめても経済的 にも、精神的・肉体的にも負担は増すだけです。大学の休暇制度等を利用しながら、仕事と介護を両立させてください。

介護休業

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、対象家族1人につき186日まで 介護休業を取得することができます。3回を上限として、分割して取得すること も可能です。



- ●次のいずれかに該当する方は取得対象外です。
- ①1年以内の期間を定めて雇用されている方(雇用を更新されている方を除く)、②継続して雇用された期間が1年未満 の方、③3筒月以内に雇用契約が終了することが明らかな方、④週の勤務日数が2日以下の方

介護短時間勤務

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、連続する3年の範囲内で勤務 時間の始めと終わりのうち、1日2時間の以内で、勤務の短縮を申請することが できます。この時間は勤務したものとみなされ、基本給月額および職務関連手 当は減給されません。

●非常勤職員はフルタイム非常勤職員のみ取得できます。



介護休暇

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、1年(暦年)ごとに5日の範囲 内(対象家族が2人以上の場合は10日)で介護休暇を取得することができます。

取得単位 常勤職員:1日、半日、1時間又は1分 非常勤職員:1日又は1時間



- ●要介護状態とは負傷、疾病又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(歩行、排泄、食 事等の日常生活に必要な便宜を供与すること)を必要とする状態のことをいい、要介護認定を受けていなくても、介護休業 の対象となり得ます。
- ●対象家族とは配偶者 (内縁含む)、父母、配偶者の父母、子、祖父母、兄弟姉妹、孫を指します。

時間外勤務の免除

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、1回の 請求につき、1月以上1年以内の期間、時間外勤務の免 除を請求することができます。請求回数に制限はあり ません。

深夜勤務の制限

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、1回の 請求につき、6月以内の期間、22時~5時までの深夜 勤務の制限を請求することができます。請求回数に制 限はありません。

時間外勤務の制限

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、1回の 請求につき、1月24時間、1年に150時間を超える時 間外勤務の制限を請求することができます。請求回数 に制限はありません。

早出遅出勤務

要介護状態にある対象家族の介護する職員は、承認 された期間、一定の時間内で勤務時間をずらすことを 請求することができます。

●非常勤職員はフルタイム非常勤職員のみ取得可

取得に際しては、所属部局の総務、または人事担当グループ・係へお問い合わせください。

窓口

介護関係で支給される給付金

介護休業給付金(雇用保険)

雇用保険の加入者が介護休業を取得した場合、原則として介護休業開始時点の賃金月額の67%が最長93日を限度に、3回(合算で93日)まで支給されます。

支給対象者

雇用保険の加入者であること



雇用保険の加入者で、介護休業 開始前2年間に、賃金支払基礎日 数が11日以上ある月が12箇月 あること。 2週間以上にわたり(※)常時介護 が必要である家族を介護するため の休業であること



(※) 必ずしも2週間以上の休業をしないと給付を受けられないという意味ではありません。

職場復帰をすること



休業開始時点で休業終了後に離 職予定の方は支給対象となりま せん。

この他に休業開始時点において本学で1年以上雇用が継続(本学で雇用保険に1年以上継続加入)していて、休業開始予定日から起算して94日以上の継続雇用の見込みがあることが必要です。

支給額

賃金 (日額)



体業日数 (最大93日)



67%

=

給付額

(注)支給額には上限があります。また介護休業給付金は休業を終えてから(休業期間が3箇月以上にわたる時は、3箇月 経過後に)申請するものなので、ご留意ください。

【お問合せ】総務部人事課福利厚生グループ 内線:811-2145

介護休業を取得した共済組合員で、雇用保険から介護休業給付金が支給されない場合、共済組合から介護休業手当金が支給されます。詳細はお問合せください。

【お問合せ】総務部人事課福利厚生グループ 内線:811-2207

介護に関するその他支援制度

研究補助者制度

本学に在職する1週間当たりの勤務時間が38時間45分以上の研究者(単身の研究者、またはフルタイム勤務相当の配偶者を有する研究者)で介護と研究の両立が困難な状況であり、市町村から要介護の認定を受けている親族と同居し、主に介護している方は、月30時間を上限として大学院生等を研究補助者として配置する「研究補助者制度」をご利用いただけます。

突発的な介護が発生した場合も随時申請可能ですので、まずはセンターまでお問い合わせください。

【お問合せ】男女共同参画推進センター 内線:811-2150

地域の相談窓口

地域包括支援センター

「地域包括支援センター」とは、高齢の方や高齢者を介護している方の身近な相談窓口で、すべての高齢者の相談を受け付ける施設です。要介護認定を受けていない高齢者のよろず相談から、要介護認定の申請など、介護サービスに関する最初の窓口となっています。離れて暮らす家族の介護について相談する場合は、支援対象者となる家族が住んでいる場所の地域包括支援センターに問い合わせましょう。

介護サービス情報公表システムで検索 ⇒ https://www.kaigokensaku.mhlw.go.jp/



令和3年度(4-9月期)研究補助者制度利用者募集

令和3年1月21日(木)~2月4日(木)まで、令和3年度(49月期)研究補助者制度利用者 募集を実施します。詳しくは男女共同参画推進センターのホームページをご覧ください。

詳しくはこちら https://www.shinshu-u.ac.jp/danjo/initiatives/kenkyuhojo.php

▋男女共同参画に関するアンケートにご協力いただきありがとうございました

男女共同参画推進センターでは11月24日まで男女共同参画に関するアンケートを実施し、多くの教職員の皆様からご回答いただきました。 皆様におかれましては、お忙しいところご協力いただき、ありがとうございました。

アンケート集計結果は今年度中に報告予定です。

またいただいたご意見をもとに、信州大学の男女共同参画・働き方改革が進むよう、関係各部署と調整をしていく所存です。 今後も男女共同参画に関するご意見がございましたら、センターまでお知らせください。

■新コーディネーター着任ご挨拶

12月1日より、男女共同参画推進センターコーディネーターとして働くことになりました田中英子と申します。

グローバルな社会に生きる私たちはSDG sの一つでもありますが、ジェンダー平等の価値観に基づいて生活することが求められています。 一人一人が自由で平等な生活が送ることができるよう、皆さんと協力して課題を見つけ、改善策を見出していきたいと思います。 どうぞよろしくお願いいたします。

、おひさま保育園 N E W S

毎年恒例のクリスマス会。 今年は3密回避のため、 サンタさんとのご対面はクラスごと に行いました。3歳未満の子どもが多いおひさま保育園。サンタクロースの登場ととも

に泣き出した子もチラホラ。でも一番大きい3歳児クラスでは質問コーナーもあり、「サンタさんの好きな 食べ物は?」「どこから来たの?」など、子どもたちから質問が飛び交い、サンタさんとのひと時を楽しん でいました。最後はプレゼントをもらって大満足な様子の子どもたちでした。



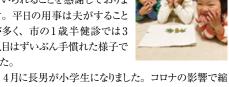


このコラムは、本学で子育てをしながらお仕事されている教職員の方 に、日頃の育児の様子をご紹介いただくコーナーです。

わが家の3人の男の子は、今年6歳、4歳、2歳 になりました。私と夫は同じ検査部に所属しているの で、育児においてはお互いの部署で融通してもらうこ とも多く、同僚の方々のサポートがあって仕事を続け



ていられることを感謝しておりま す。平日の用事は夫がすること が多く、市の1歳半健診では3 人目はずいぶん手慣れた様子で



小しつつも節目を迎えることができ、あの状況でランドセ ルを背負ってピカピカの一年生になった姿を見られたこと

聖子 主任臨床検査技師



(家族構成) 夫、長男(6歳)、次男(4歳)、 三男(2歳)

あなたのリラックス方法は?

毎晩の絵本の読み聞かせが、 リラックスタイムです。

は本当にありがたく、成長を嬉しく思いました。コロ ナで日常は変化しましたが、このような現状で実感し たことは、こどもはいまを受け止めていて、いま幸せ かどうかが大事なんだ、ということです。「きょう保育



園や学校が楽しかった かな?」のお決まりの質 問に、3人で「はぁい!」 と元気に言ってくれると ホッとする毎日です。



医学部附属病院 臨床検査部

滝澤 佐季子 研究員 バイオメディカル研究所 (株式会社ブルボン 健康科学研究所 先端健康科学研究室 室長)



信州大学 男女共同参画推進センター(SuFRe)

信州大学 スフレ 検索



〒 390-8621 松本市旭 3-1-1 TEL 0263-37-3150 FAX 0263-37-3314 mail sufre@shinshu-u.ac.jp