



仕事と両立

Q&A

Q 一人で仕事と家事・育児をこなしていく自信がない

A パートナーなどと相談してみましたか？状況によっては、お金を支払うことで家事をアウトソーシングすることもできます。家事の時短に挑戦するのもよい方法です。使えるもの、手伝ってくれる人をフル活用しましょう。

Q 育休が終わってフルタイムで復職するのが不安…

A 3歳未満の子どもがいれば、短時間勤務(1日6時間)をすることもできます。所定外労働も免除することができるので、復職前に会社と相談しましょう。また、病気の時には、通常の年次有給休暇と別の看護休暇を取ることもできます。