

- ・日本では、妊娠したことで解雇することは法律で禁止されています。
- ・送出機関や監理団体は、あなたの妊娠を理由に、**あなたに帰国を強制することは許されません。**
- ・解雇されそうになったり帰国するよう言われたら、**外国人技能実習機構(OTIT)へ相談してください。**OTITが支援します。※連絡先は裏面を見てください

妊娠したらどうしたらいいの？

- ☑ 妊娠に気付いたら、監理団体の相談窓口や実習実施先の責任者に妊娠したことを伝えましょう。
- ☑ 外国人技能実習機構や、住んでいる場所の相談窓口にも相談できます。
※連絡先は裏面を見てください
- ☑ 住んでいる市町村の窓口で、妊娠の届出をしましょう。
- ☑ 市町村の窓口で、母子健康手帳と妊婦健康診査の受診券などが貰えるので、妊娠中は定期的に妊婦健康診査を受診しましょう。

妊娠しても働けるの？

- ☑ 日本では、妊娠等を理由に解雇や不利益取扱いをすることは禁止されています。妊娠等をしても、あなたが希望すれば、技能実習を続けることができます。
- ☑ 日本では、子どもが生まれる予定日の6週間前から仕事を休むことができます。

仕事を休みその間の給料がない場合、あなたが入っている健康保険から、出産手当金（いつもの賃金の平均6割程度）が支払われます。

出産後、技能実習を続けられる？

- ☑ 日本では出産後、あなたの身体の健康のため、原則8週間は仕事をすることができません。そのあと、技能実習を再開することができます。

仕事を休みその間の給料がない場合、あなたが入っている健康保険から、出産手当金（いつもの賃金の平均6割程度）が支払われます。

- ☑ 技能実習を中断し、帰国して出産した場合も、再度入国して技能実習を再開することができます。（手続きが必要です。）
- ☑ 技能実習の再開は、外国人技能実習機構などで手続きが必要です。技能実習の再開や再開時期の希望を監理団体・実習実施者に伝えましょう。

相談先

お困りごとは外国人技能実習機構(OTIT)に相談してください
(電話またはメールでの相談が可能です)

対応言語	対応日時	電話番号	OTIT 母国語相談サイトURL
ベトナム語	月～金、土 11:00～19:00 (土曜：9:00～17:00)	0120-250-168	https://www.support.otit.go.jp/soudan/vi/
中国語	月、水、金、土 11:00～19:00 (土曜：9:00～17:00)	0120-250-169	https://www.support.otit.go.jp/soudan/cn/
インドネシア語	火、木 11:00～19:00	0120-250-192	https://www.support.otit.go.jp/soudan/id/
フィリピン語	火、木、土 11:00～19:00 (土曜：9:00～17:00)	0120-250-197	https://www.support.otit.go.jp/soudan/phi/
英語	火、木、土 11:00～19:00 (土曜：9:00～17:00)	0120-250-147	https://www.support.otit.go.jp/soudan/en/
タイ語	木、日 11:00～19:00 (日曜：9:00～17:00)	0120-250-198	https://www.support.otit.go.jp/soudan/th/
カンボジア語	木 11:00～19:00	0120-250-366	https://www.support.otit.go.jp/soudan/kh/
ミャンマー語	火 11:00～19:00	0120-250-302	https://www.support.otit.go.jp/soudan/mm/

妊娠中の心配ごとをはじめとした生活に関するお困りごとは住んでいる地域の相談窓口でも相談できます

地域における相談窓口 (外国人生活支援ポータルサイト)	http://www.moj.go.jp/isa/content/930004512.pdf ※各窓口によって対応可能な言語が異なります。
多言語生活相談窓口 ((一財)自治体国際化協会)	http://www.clair.or.jp/j/multiculture/association/consultation_list.html

「生活・就労ガイドブック」にも
出産・子育てに関する情報が載っています

<http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>



対応言語：日本語（やさしい日本語を含む）、英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、ネパール語、タイ語、インドネシア語、ミャンマー語、クメール(カンボジア)語、フィリピン語、モンゴル語