

ハラスメント防止



マタハラ・ケアハラ・パタハラ防止

マタハラ・ケアハラ等の定義・【法改正】育児・介護休業法と企業の責任・妊娠・育児・介護との両立支援制度・理解と配慮のある職場作り について、防止に向けた基本知識と対応方針を整理します。

実施時間

最小: 45分～
推奨: 4時間程度

実施形式

オンライン / 対面 / ハイブリッド /
LMS / eラーニング

対象者

全社員 / 管理職

試作版です。掲載・カスタマイズに関するご相談はお気軽にどうぞ。

講座概要 / 対応可能形式

講座概要

マタハラ・ケアハラ等の定義・【法改正】育児・介護休業法と企業の責任・妊娠・育児・介護との両立支援制度・理解と配慮のある職場作りについて、防止に向けた基本知識と対応方針を整理します。

対応可能形式

- オンライン
- 対面
- ハイブリッド
- LMS / eラーニング

カスタマイズ可能項目

- 対象者・階層に応じた内容調整
- 研修時間（実施時間からの拡張・短縮）
- 実施形式（オンライン / 対面 / ハイブリッド）
- 業界別ユースケースの差し替え
- 社内ルール・既存制度への反映
- 演習データ・事例の差し替え

受講環境

- オンラインツール: Zoom / Google Workspace
- PC（カメラ・マイクが利用できる環境を推奨）
- 詳細な受講環境は実案件のヒアリング後に調整します。

上記は講師として対応可能な共通条件です。講座個別の確定仕様ではなく、実案件ではヒアリング後に調整します。



カリキュラム概要

Unit 1

マタハラ・ケアハラ等の定義

詳細カリキュラム: 後続ページに掲載

Unit 2

【法改正】育児・介護休業法と企業の責任

詳細カリキュラム: 後続ページに掲載

Unit 3

妊娠・育児・介護との両立支援制度

詳細カリキュラム: 後続ページに掲載

Unit 4

理解と配慮のある職場作り

詳細カリキュラム: 後続ページに掲載

本ページは各ユニットの見出しのみを掲載しています。ユニットごとの全項目は後続の「詳細カリキュラム Unit X」ページに掲載しています。実施時間・対象者・演習内容は実案件のヒアリング後に調整します。

詳細カリキュラム Unit 1

マタハラ・ケアハラ等の定義

- ・ マタハラとは：妊娠・出産に関するハラスメント
- ・ ケアハラとは：介護に関するハラスメント
- ・ パタハラとは：育児参加する男性へのハラスメント
- ・ 脳科学の「偏見の形成」：無意識の思い込みが差別を生む
- ・ マタハラの典型例：制度利用への嫌がらせ
- ・ 「妊娠したら辞めてもらおう」の解雇
- ・ 「育休取るなんて迷惑」の発言
- ・ 「時短勤務なら評価できない」の降格
- ・ 心理学の「役割葛藤」：仕事と育児の両立の苦しみ
- ・ マタハラの2類型：制度利用阻害型と状態への嫌がらせ型
- ・ 制度利用阻害型：「育休取るなら辞めろ」
- ・ 状態への嫌がらせ型：「妊婦は使えない」
- ・ ケアハラの典型例：介護休業への嫌がらせ
- ・ 「親の介護で休むなんて」の発言
- ・ 「介護と仕事の両立は無理」の決めつけ
- ・ 行動経済学の「現状維持バイアス」：変化を嫌う職場
- ・ パタハラの典型例：男性の育児参加への嫌がらせ
- ・ 「男が育休取るなんて」の偏見
- ・ 「出世コースから外れるぞ」の脅し
- ・ 脳科学の「ジェンダーステレオタイプ」：男女の役割の固定観念
- ・ 「男は仕事・女は家庭」の昭和的価値観
- ・ これらのハラスメントの影響：退職・健康被害・訴訟
- ・ 実践ワーク：職場のマタハラ・ケアハラ事例を考えよう

詳細カリキュラム Unit 2

【法改正】育児・介護休業法と企業の責任

- ・ 育児・介護休業法：両立支援の法的枠組み
- ・ 2022年4月改正：男性育休の促進
- ・ 脳科学の「法律の強制力」：制度が行動を変える
- ・ 育児休業：子が1歳まで（最長2歳まで延長可）
- ・ 男女ともに取得可能：当然の権利
- ・ 産後パパ育休：出生後8週間以内に4週間
- ・ 分割取得可能：柔軟な取り方
- ・ 心理学の「制度の認知」：知らないと使えない
- ・ 育児休業給付金：休業前賃金の67%→50%
- ・ 経済的支援で取得を促進
- ・ 介護休業：対象家族1人につき93日まで
- ・ 3回まで分割取得可能
- ・ 介護休業給付金：休業前賃金の67%
- ・ 行動経済学の「給付の効果」：お金があると安心
- ・ 短時間勤務制度：子が3歳まで
- ・ 1日6時間勤務など
- ・ 所定外労働の免除：子が3歳まで残業免除
- ・ 時間外労働の制限：子が小学校入学まで
- ・ 子の看護休暇：年5日（子2人以上は10日）
- ・ 企業の義務：制度の周知・環境整備・ハラスメント防止
- ・ 違反すると企業名公表・罰則の可能性
- ・ 脳科学の「社会的制裁」：企業イメージの低下
- ・ 実践ワーク：自社の両立支援制度を確認しよう

Excel「計画書ver2」G列のスライドタイトルをもとに掲載しています。実施時間・対象者・演習内容は、ヒアリング後に調整します。

詳細カリキュラム Unit 3

妊娠・育児・介護との両立支援制度

- ・ 両立支援とは：仕事と家庭の調和を支える仕組み
- ・ なぜ両立支援が必要なのか：少子高齢化・人材確保
- ・ 脳科学の「ストレス軽減」：支援があると安心できる
- ・ 妊娠中の支援：母性健康管理
- ・ 健診時間の確保・通勤緩和・休憩
- ・ 妊娠中の業務配慮：重いものを持たせない
- ・ 危険業務の制限・時間外労働の免除
- ・ 心理学の「安心感」：配慮が母子の健康を守る
- ・ 産前産後休業：産前6週間・産後8週間
- ・ 法律で定められた権利
- ・ 育児との両立支援：時短勤務・残業免除・子の看護休暇
- ・ フレックスタイム・テレワークの活用
- ・ 保育園送迎への配慮
- ・ 行動経済学の「時間価値」：柔軟性が生産性を高める
- ・ 介護との両立支援：介護休業・短時間勤務
- ・ 介護休暇：年5日（対象家族2人以上は10日）
- ・ 40代・50代の課題：親の介護と仕事の両立
- ・ 「ダブルケア」：育児と介護の同時進行
- ・ 男性の育児参加促進：パパ育休・イクメンプロジェクト
- ・ 男性育休取得率の向上：2025年目標50%
- ・ 脳科学の「役割分担」：夫婦で育児を分担する効果
- ・ 企業の先進事例：サイボウズ・資生堂・カルビー
- ・ 実践ワーク：自分が使える両立支援制度をリストアップしよう

Excel「計画書ver2」G列のスライドタイトルをもとに掲載しています。実施時間・対象者・演習内容は、ヒアリング後に調整します。

詳細カリキュラム Unit 4

理解と配慮のある職場作り

- ・ 理解と配慮のある職場：誰もが働きやすい環境
- ・ 「お互い様」の精神：支え合う文化
- ・ 脳科学の「共感の連鎖」：配慮が配慮を生む
- ・ マタハラを防ぐ5つの行動
- ・ 1. 妊娠・出産を祝福する：「おめでとう」から始まる
- ・ 2. 制度利用を応援する：「遠慮せず使って」
- ・ 3. 業務を調整する：チーム全体でカバー
- ・ 4. 復帰を歓迎する：「待ってたよ」の声かけ
- ・ 5. キャリア継続を支援する：成長機会を奪わない
- ・ 心理学の「社会的支援」：支えがあると頑張れる
- ・ NGワード集：言ってはいけない一言
- ・ 「妊娠するなら辞めてほしい」
- ・ 「迷惑だよ」「タイミング悪い」
- ・ 「男のくせに育休？」
- ・ 「いつ戻ってくるの？」のプレッシャー
- ・ 行動経済学の「言葉の威力」：何気ない一言が傷つける
- ・ マミートラップ（昇進停滞）の防止
- ・ 時短勤務でも評価する仕組み
- ・ 「時短=戦力外」の固定観念を捨てる
- ・ 復職支援：スムーズな職場復帰のために
- ・ 復職前面談・慣らし出勤・業務調整
- ・ 脳科学の「段階的復帰」：急がず焦らず
- ・ チーム全体の意識改革：一人が休んでも回る組織
- ・ 属人化の解消・業務の見える化・マニュアル整備
- ・ 実践ワーク：チームで支え合うための行動を考えよう

Excel「計画書ver2」G列のライドタイトルをもとに掲載しています。実施時間・対象者・演習内容は、ヒアリング後に調整します。

ユニット一覧

UNIT 1 マタハラ・ケアハラ等の定義

- マタハラとは：妊娠・出産に関するハラスメント
- 状態への嫌がらせ型：「妊婦は使えない」
- これらのハラスメントの影響：退職・健康被害・訴訟

UNIT 2 【法改正】育児・介護休業法と企業の責任

- 育児・介護休業法：両立支援の法的枠組み
- 3回まで分割取得可能
- 脳科学の「社会的制裁」：企業イメージの低下

UNIT 3 妊娠・育児・介護との両立支援制度

- 両立支援とは：仕事と家庭の調和を支える仕組み
- フレックスタイム・テレワークの活用
- 企業の先進事例：サイボウズ・資生堂・カルビー

UNIT 4 理解と配慮のある職場作り

- 理解と配慮のある職場：誰もが働きやすい環境
- 「迷惑だよね」「タイミング悪い」
- 属人化の解消・業務の見える化・マニュアル整備



研修スタイル / 講師 / 相談

講師として対応可能な範囲

実施形式: オンライン / 対面 / ハイブリッド / LMS / eラーニング 最小実施: 45分～（要点を絞った導入構成） 推奨実施: 4時間程度（1ユニット1時間目安／詳細カリキュラム・演習を含む構成）（カスタマイズ相談例）・ 対象者・階層に応じた内容調整・ 研修時間（実施時間からの拡張・短縮）・ 実施形式（オンライン / 対面 / ハイブリッド）・ 業界別ユースケースの差し替え・ 社内ルール・既存制度への反映・ 演習データ・事例の差し替え（実施前ヒアリングで調整する項目）・ 対象者の階層／前提知識・ 受講環境・ 配信ツール・ 演習データ・ 社内固有事例の差し替え※ 本資料はカリキュラム設計例です。最小実施では要点を絞って扱い、詳細カリキュラム・演習を含む場合は、1ユニット1時間を目安に、対象者・目的・実施形式に応じて時間配分を調整します。

講師プロフィール

氏名: 準備中 経歴サマリ: 準備中 強み: 準備中 登壇可能講座: 52 件 / 13 カテゴリ

この講座をベースに、貴社向けカスタマイズをご相談いただけます。

お問い合わせ／カスタマイズ相談はサイトのお問い合わせ欄からご連絡ください。