

お話を伺った方々

産婦人科医 出井知子先生



ともこレディースクリニック院長。産婦人科が中心で、分娩や手術などの臨床経験も豊富。2人の息子のママでもあり、本企画(98~93)では監修を務める

出産ジャーナリスト 河合蘭さん



産む人と医療者をつなぐネットワーク「REBORN」代表。妊娠、出産、育児を専門とし、新聞や雑誌で活躍。「産む」と決まらぬ「産む」(NHK出版生活人新書)など著書多数。3人の子どもの母

キャリアカウンセラー 藤井佐和子さん



個人向けのキャリアセミナーや法人の企業研修、講演などで活躍。今までに延べ1万3千人以上の女性のキャリアカウンセリングを行う。著書に「女性社員に支持される できる上司の働き方」(WAVE出版)

6人の子持ちママ 山道千賀子さん



5男3女、1~14歳の8人の子をもつスーパーママ。45歳。育児をしながら化粧品販売業で全国を駆け回る。超多忙な日々を過ごす。ブログ「大東家の仕事家日記」(ameblo.jp/michal967)も大人気

働くママ300人に  
緊急大アンケート!!

産婦人科医・出産ジャーナリスト  
キャリアカウンセラー・スーパー先輩ママの  
超タメになるアドバイス付き!

妊娠したとき職場への報告を

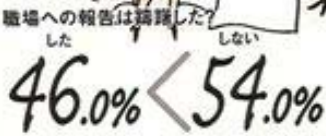
# 躊躇した人 約5割!!

会社への妊娠報告から、妊娠中の食生活、保育園探しまで  
気になる58問を300人にアンケート調査!  
CREA世代のリアルな実情がわかるだけでなく  
妊娠&出産のプロのアドバイスなど、役立つ情報が満載!

int: Yuka Kusaka, Misa Itoya / FRIMADONNA | photography: Hiroaki Shirahara / model: Asumi Ezumoto / YOGA model: Mitsu | styling: Miki Hayashi | hair/make-up: Mariko Marigami | model: Misaki Hanabusa | illustration: Yumiko Kawasaki / p.80~85: MATILDA / p.86~93  
アンケートはマーケティングジャンクションを通じて、27~41歳の女性を対象に実施。集計したものです。



## リアル04 職場への報告 躊躇した人が 半数も!!



普通に妊娠報告ができる人ばかりでなく、報告しづらいと思った人が約半数も。「他にも妊娠した同僚が複数いて、仕事への影響があると思ったので」(34歳・一般事務)。「新しい仕事を任せられたばかりだから」(36歳・事務)という仕事への影響の心配のほか、「前回は産休だったから」(35歳・システム開発)や、「同僚が不妊治療中……」(34歳・医療事務)などという特殊なケースもあり

## 妊娠編

何もかも初めてで不安がいっぱい

つわりはどうだった? 羊水検査した?  
アルコールは飲んだ?  
みんなの素朴な疑問を集結!

## リアル02 妊娠の報告、いちばん 最初にしたのは誰?



真っ先に伝えるのは、やはり圧倒的に夫! 報告の仕方は、シンプルに事実を伝える人から、サプライズで驚かせる人まで十人十色

## リアル03 職場への妊娠報告は何か月の時?



ベストなタイミングは安定期に入った時ですね。つわりがひどい場合は、早めに妊娠報告をしてもいいと思います。その時はきちんと体調について説明するようにしましょう(藤井さん)

## リアル05 職場では最初に誰に報告した?



先にご一緒に仕事をしている同僚に最初に報告する人も約3割いますが、まずは上司への報告が基本。その他と答えた人は、会社の部下や、自営業のために義理の両親に報告するというパターン

仕事に関することは、すべて上司に報告するのがビジネスマナーです。ですから、妊娠報告もまずは上司に。そして、同僚には上司から発表してもらおうというですね。その際、ほとんどの同僚が仕事のことを気にすると思うので「引き継ぎについては後日」など一言添えてもらおう。みんな安心すると思います。自分で直接、同僚に妊娠を伝えたい時も、上司に相談してから、上司の方も仕事の引き継ぎをどうするか考える時間が必要になるので(藤井さん)

## リアル01 5週目に妊娠が判明 した人が多数!!

妊娠がわかったのは何週の時?

3週目以前	7.7%
3週目	5.3%
4週目	18.7%
5週目	21.4%
6週目	18.0%
7週目	8.0%
8週目	12.3%
9週目	3.3%
10週目	2.7%
11週目	0.3%
12週目	1.7%
13週目以降	0.6%

月経が遅れて4~6週目くらいで気づく人がほとんど。においに敏感になる。尿臭がする。嗜好が変わるなどの兆候が現れる場合も