ネパール語

कामदारहरूको लागि

के तपाईलाई काममा समस्या भइरहेको छ?

गभर्धारण, प्रसुति(सुत्केरी), शिशु स्याहार बिदा लिएको इत्यादी को कारण देखाई काम बाट बर्खास्त गर्ने जस्ता असुविधाजनक व्यवहारलाई कानुनले निषेध गरेको छ।

जापानी कामदार वा विदेशी कामदार(भिसाको स्थिति) को परवाह नगरी, "गर्भवती भएको कारणले बर्खास्त" अवैध हो!

"सुत्केरी बिदा / बाल हेरचाह बिदा" स्वीकार्य छैन भनियो

"छोटो समय मात्र काम गर्नुहुन्छ भने, काम पार्टटाइममा परिवर्तन हुन्छ" भनियो

सुत्केरी बिदा लिएको कारण पदावनति गरिनु

सुत्केरी अघि / सुत्केरी पछि सुत्केरी बिदा लिएको कारण तलब कटौती गरियो

कम्पनी लाई गर्भवती भएको बताए पछि, 「कम्पनी बाट भिसा नवीकरण सहयोग नगर्ने」 भनियो

"मातृ स्वास्थ्य व्यवस्थापन" अनुसार स्वास्थ्य जाँचको लागि बिदा लिदा बर्खास्त गरियो

उदाहरणको लागि...

यस कारणले
- गर्भवती भएको, बच्चा जन्माएको
- गर्भवतीमा हुने बिरामीको कारण बिदा लिएको
- सुत्केरी अघि र पछि सुत्केरी बिदा लिएको

→

यस्तो व्यवहार गर्नु गैरकानुनी हो!
- काम बाट बर्खास्त गरियो
- भिसा नवीकरण गर्दिएन
- तलब कम गरियो, ... आदि।

"म बच्चा जन्माएपछि (शिशु स्याहार बिदा बाट फर्केपछि) काम जारी राख्न चाहन्छु" कम्पनीलाई आफ्नो मनसाय स्पष्ट राख्नुहोस।

गर्भवती / सुत्केरी बेलामा प्रयोग गर्न सकिने प्रणाली बारेमा पछाडि पेज पढ्नुहोस्

थप...

यदि तपाईं कार्यस्थलमा उत्पीडन(हेरासमेन्ट) समस्याबाट पिडित हुनुहुन्छ भने, कृपया अर्को पर्चा पढ्नुहोस्।

ひと、くらし、みらいのために 厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare

स्थानिय श्रम ब्यूरो रोजगार वातावरण र समानता विभाग (कार्यालय)

गर्भावस्था, सुत्केरी र शिशु स्याहारको को लागि उपलब्ध

गभर्धारण वा बच्चा जन्माएकी महिला कामदारहरूका लागि उपलब्ध प्रणाली उपायहरू

◆सुत्केरी अघि र पछि का बिदा हरु
निर्धारित मिति भन्दा ६ हप्ता अघि देखि बिदा लिन सकिन्छ।
तपाईंले जन्म दिएपछि ८ हप्तासम्म काम गर्न सकिन्न।

◆सजिलो काम मा परिबर्तन
तपाई गर्भावस्थाको समयमा अन्य हल्का काममा स्विच गर्न अनुरोध गर्न सकिन्छ।

◆मातृ स्वास्थ्य हेरचाह उपायहरू
यदि तपाईंले गर्भवती महिलाको स्वास्थ्य परीक्षणको क्रममा डाक्टर आदिबाट निर्देशन प्राप्त गर्नुभयो भने, कम्पनीमा आवेदन दिनुहोस् र उपाए खोज्न अनुरोद गर्नुहोस्।

◆खतरनाक र हानिकारक काममा प्रतिबन्धहरू
भारी वस्तुहरू ह्यान्डल गर्ने काम वा विषाक्त ग्यासहरू उत्सर्जन हुने ठाउँहरूमा महिलाहरूलाई काम गर्न अनुमति छैन ।

◆बाल हेरचाह समय
१ वर्ष मुनिका शिशु भएका महिलाहरूले ब्रेक समयको अतिरिक्त दिनमा २ पटक ३० मिनेटको बाल हेरचाह समय अनुरोध गर्न सक्छन्।

◆ओभरटाइम, बिदाको दिन, अबेर राती काममा प्रतिबन्धहरू
ओभरटाइम काम, बिदाको दिन वा अबेर रातको कामबाट छुट अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

बच्चा हुर्काउने पुरुष र महिला कामदारहरूको लागि उपलब्ध प्रणाली र उपायहरू (आंशिक)

◆ शिशु स्याहार बिदा
सैद्धान्तिक रूपमा, तपाईंले आफ्नो बच्चाको पहिलो जन्मदिनको अघिल्लो दिनसम्म बिदा लिन सक्नुहुन्छ।
येस बिदा लाई दुई भागमा विभाजन गर्न सक्नुहुन्छ।

◆बाबाको सुत्केरी बिदा (जन्ममा शिशु स्याहार बिदा)
बच्चा जन्मेको ८ हप्ता भित्र ४ हप्ता सम्म बिदा लिन सक्नु हुन्छ, र २ पटक सम्म विभाजन गर्न मिल्छ, यस बिदा लाई लाई शिशु स्याहार बिदाबाट बाहेक बिदा लिन सकिन्छ।

◆शिशु स्याहारको लागी छोटो काम घण्टा
३ वर्ष मुनिका बालबालिका हुर्काउने कर्मचारीहरूले चाहेको खण्डमा छोटो कार्य घण्टा प्रणाली को व्यवस्था छ।

◆शिशु स्याहार बिदा
प्राथमिक विद्यालयमा प्रवेश नगरेका बालबालिकालाई हुर्काउने कर्मचारीले बिरामी वा घाइते बालबालिकाको हेरचाह गर्न वर्षमा ५ दिन (दुई वा बढी बच्चा भएमा १० दिनसम्म) बिदा लिन सक्छन्।
घण्टा बिदा प्रणाली अनुसार पनि बिदा लिन सकिन्छ।

◆ओभरटाइम काममा प्रतिबन्धहरू
३ वर्ष मुनिका बालबालिका हुर्काउने कर्मचारीहरूले ओभरटाइम काम छुटको लागि अनुरोध गर्न सकिन्छ।

※ माथि प्रणालीको व्याख्या सरल छ। विस्तृत मा बुज्नको लागि, कृपया आफ्नो कम्पनी वा श्रम ब्यूरोमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

यदि तपाइँ प्रणालीको बारेमा थप जान्न चाहनुहुन्छ, वा गभर्धारण, प्रसुति, शिशु स्याहार बिदा सम्बन्धित समस्याहरू परेमा, कृपया आफ्नो जिल्ला को श्रम ब्यूरो, रोजगार वातावरण र समानता विभाग (कार्यालय) मा परामर्श गर्नुहोस्।परामर्श गोप्य रूपमा स्वीकार गरिन्छ। परामर्शको गोपनीयता कडाईका साथ पालन गरिन्छ। साथै, तपाईंले चाहेको खण्ड मा, कम्पनीलाई कानून र प्रणालीहरू व्याख्या गर्न पनि सम्भव छ।

परामर्श (निःशुल्क): स्थानिय श्रम ब्यूरो, समान रोजगार वातावरण विभाग (कार्यालय) फोन नम्बर सूची

स्थान	टेलिफोन नम्बर	स्थान	टेलिफोन नम्बर	स्थान	टेलिफोन नम्बर	स्थान	टेलिफोन नम्बर
होक्काइदो	०११-७०९-२७१५	टोकियो	०३-३५१२-१६११	शिगा	०७७-५२३-११९०	कागावा	०८७-८११-८९२४
आओमोरी	०१७-७३४-४२११	कानागावा	०४५-२११-७३८०	क्योटो	०७५-२४१-३२१२	एहीमे	०८९-९३५-५२२२
इवाते	०१९-६०४-३०१०	निगाता	०२५-२८८-३५११	ओसाका	०६-६९४१-८९४०	कोची	०८८-८८५-६०४१
मियागी	०२२-२९९-८८४४	तोयामा	०७६-४३२-२७४०	ह्योगो	०७८-३६७-०८२०	फुकुओका	०९२-४११-४८९४
आकिता	०१८-८६२-६६८४	इशिकावा	०७६-२६५-४४२९	नारा	०७४२-३२-०२१०	सागा	०९५२-३२-७२१८
यामागाता	०२३-६२४-८२२८	फुकुई	०७७६-२२-३९४७	वाकायामा	०७३-४८८-११७०	नागासाकी	०९५-८०१-००५०
फुकुशिमा	०२४-५३६-४६०९	यामानाशी	०५५-२२५-२८५१	तोतोरी	०८५७-२९-१७०९	कुमामोतो	०९६-३५२-३८६५
इबाराकी	०२९-२७७-८२९५	नागानो	०२६-२२७-०१२५	शिमाने	०८५२-३१-११६१	ओइता	०९७-५३२-४०२५
तोचिगी	०२८-६३३-२७९५	गिफु	०५८-२४५-१५५०	ओकायामा	०८६-२२५-२०१७	मियाजाकी	०९८५-३८-८८२१
गुन्मा	०२७-८९६-४७३९	शिजुओका	०५४-२५२-५३१०	हिरोशिमा	०८२-२२१-९२४७	कागोशिमा	०९९-२२३-८२३९
साइतामा	०४८-६००-६२१०	आइची	०५२-८५७-०३१२	यामागुची	०८३-९९५-०३९०	ओकिनावा	०९८-८६८-४३८०
चिबा	०४३-२२१-२३०७	मिए	०५९-२२६-२३१८	तोकुशिमा	०८८-६५२-२७१८		

कार्यालय समय: बिहान 8:30 देखि बेलुका 5:15 बजे (शनिबार, आइतबार, सार्वजनिक बिदा, र नयाँवर्ष बिदाहरू बाहेक)

[सन्दर्भ सामग्री]
समान रोजगार ऐन अवलोकन

अंग्रेजी चिनियाँ पोर्चुगिज भियतनामी जापानी

令和５年３月作成 不利益取扱禁止（ネパール語）