

出産予定日から逆算！ 産休・育休期間 早見表

入力する日付を確定する

チェック	注意事項
<input data-bbox="160 328 200 369" type="checkbox"/>	<p>出産予定日を日付で記入した</p> <ul style="list-style-type: none">-<input data-bbox="318 369 359 392" type="checkbox"/> 実際の出産日を日付で記入した（未出産なら空欄のまま）-<input data-bbox="318 408 359 431" type="checkbox"/> 妊娠区分が単胎か多胎か確定した

産前休業を確定する

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	単胎：産前休業の開始日を「出産予定日-42日」で算出した
<input type="checkbox"/>	多胎：産前休業の開始日を「出産予定日-98日」で算出した - 産前休業の終了日を次のルールで確定した - 基準・補足：実際の出産日が分かる場合は「産前休業終了日=実際の出産日」。未出産なら「産前休業終了日=出産予定日（暫定）」

産後休業を確定する

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	産後休業の開始日を「実際の出産日+1日」で算出した
<input type="checkbox"/>	産後休業の終了日を「実際の出産日+56日」で算出した
<input type="checkbox"/>	産後6週間経過日（就業可否の検討開始日）を「実際の出産日+42日」で算出した（必要な場合）

育児休業を確定する

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	育児休業（母）の開始日を「産後休業終了日の翌日」で算出した（＝実際の出産日＋57日）
<input type="checkbox"/>	育児休業の原則終了日を「子が1歳に到達する日の前日」で算出した
<input type="checkbox"/>	延長がある場合、延長終了日を候補日として算出した（1歳6か月／2歳の前日）

早見表（略語なし：この表だけで日付が出せる）

使い方：出産予定日・実際の出産日・子の誕生日をカレンダーに当てはめ、右端の計算式どおりに足し引きして日付を確定します。

区分	いつから	いつまで	日付の出し方（計算式）
産前休業（単胎）	産前休業の開始日	産前休業の終了日	開始：出産予定日-42日／終了：実際の出産日（未出産なら暫定で出産予定日）
産前休業（多胎）	産前休業の開始日	産前休業の終了日	開始：出産予定日-98日／終了：実際の出産日（未出産なら暫定で出産予定日）
産後休業	産後休業の開始日	産後休業の終了日	開始：実際の出産日+1日／終了：実際の出産日+56日
産後6週間経過日（例外で就業を検討できる日）	判定日	—	実際の出産日+42日以降（本人の請求+医師の許可が前提）
育児休業（母）	育休開始日	原則終了日	開始：産後休業終了日+1日=実際の出産日+57日／終了：子の1歳誕生日の前日
育児休業（延長1回目）	延長開始日	延長終了日	開始：原則終了日の翌日／終了：子の1歳6か月誕生日の前日
育児休業（延長2回目）	再延長開始日	再延長終了日	開始：延長1回目終了日の翌日／終了：子の2歳誕生日の前日

ケース別の見方（計算だけに絞った補助）

ケース	産前休業の「いつまで」	産後休業の「いつから」	ポイント
予定日より早く出産	実際の出産日まで (短くなる)	実際の出産日+1日	産前は「実際の出産日」で 終了固定
予定日より遅く出産	実際の出産日まで (延びる)	実際の出産日+1日	産前は「実際の出産日」で 終了固定
出産前 (実際の出産日が未確定)	いったん出産予定日まで (暫定)	まだ確定できない	出産後に産後・育休を確定 する

チェック漏れ防止のための注意事項

チェック	注意事項
<input type="checkbox"/>	産前休業は「出産予定日-42日（多胎は-98日）」で開始日を置き、出産後は「実際の出産日」で終了日を確定する。
<input type="checkbox"/>	産後休業は「実際の出産日の翌日」から数える。出産当日を産後1日目にしてない。
<input type="checkbox"/>	育児休業の終了日は、誕生日当日ではなく「誕生日の前日」で日付を置く運用になるため、台帳上は前日で統一する。
<input type="checkbox"/>	産後6週間経過後の就業は、本人の請求と医師の許可が前提であり、会社判断のみで確定しない。

※2026年2月時点の情報をもとに作成しています