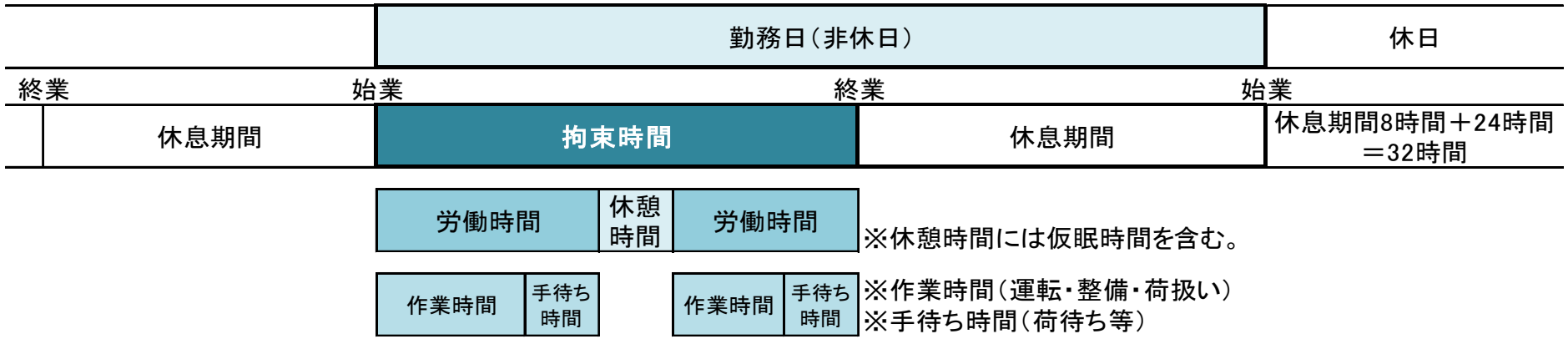
■トラックドライバーの労働時間等のルールの概要【改善基準告示等】

●拘束時間と休息期間の考え方



●改善基準告示の概要

１．拘束時間（始業から終業までの時間）

・１日　原則１３時間以内（最大１６時間）
・１５時間超えは１週間２回以内
・１か月　２９３時間以内
※　労使協定があるときは、１年のうち６か月までは、１年間についての拘束時間が 3,516 時間を超えない範囲内において１か月 320 時間まで延長可
※　２人乗務の場合、隔日勤務の場合、フェリーに乗船する場合に特例あり（16 時間を超える拘束時間も可）

２．休息期間（勤務と勤務の間の自由な時間）

・継続８時間以上
※　２人乗務の場合、隔日勤務の場合、フェリーに乗船する場合に特例あり

３．運転時間

・２日平均で１日　９時間以内
・２週間平均で１週間　４４時間以内

４．連続運転時間

・４時間以内（連続運転時間は、１回が連続 10 分以上かつ合計が 30 分以上の運転の中断をすることなく連続して運転する時間）

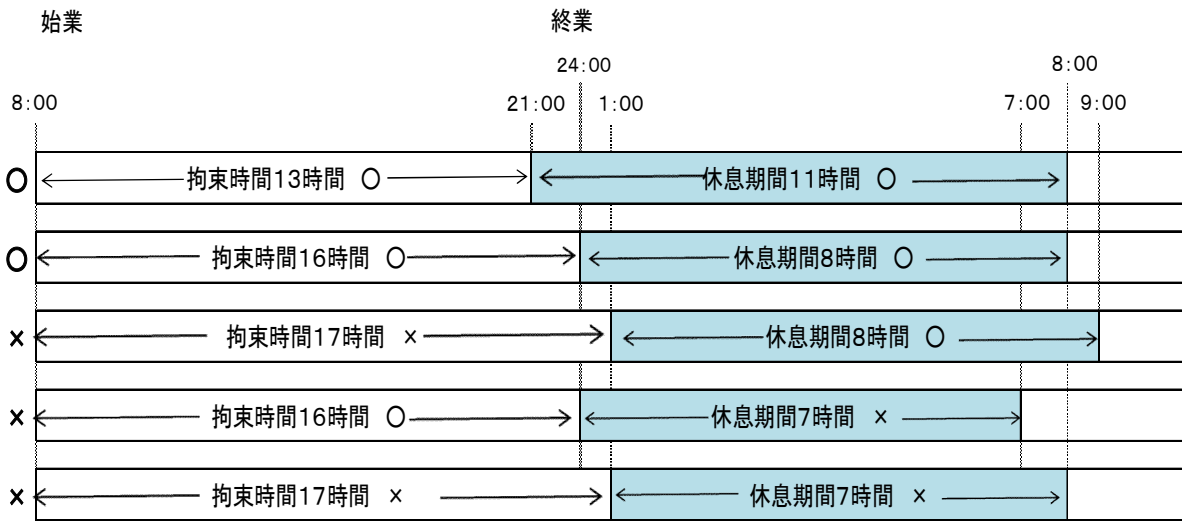
５．休日労働

・２週に１回以内、かつ１か月の拘束時間及び１日の最大拘束時間の範囲内

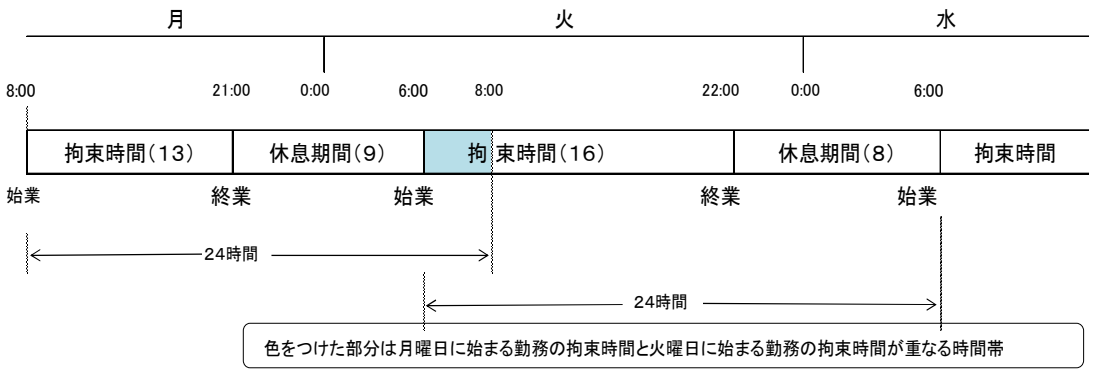
●労働基準法による休日の取得

・毎週少なくとも１日の休日か、４週間を通じて４日以上の休日を与えなければならない

（図1） 1日の拘束時間・休息期間の例



（図2） 拘束時間・休息期間の計算方法



※1か月の拘束時間についてのチェック

1か月間の各勤務の拘束時間（始業時刻から終業時刻まで）をそのまま計算

・月曜日　始業8:00～21:00　　13時間
・火曜日　始業6:00～22:00　　16時間
・
・

合計　A　時間

→1か月の各勤務の拘束時間の合計　A　時間≦1か月の拘束時間の限度であれば、改善基準告示を満たしていることとなる。

※1日の拘束時間についてのチェック

ア　月曜日（始業時刻8:00からの24時間）の拘束時間・休息期間

・月曜日　始業8:00～終業21:00　13時間
火曜日　始業6:00～8:00　2時間
・月曜日　終業21:00～翌6:00　9時間

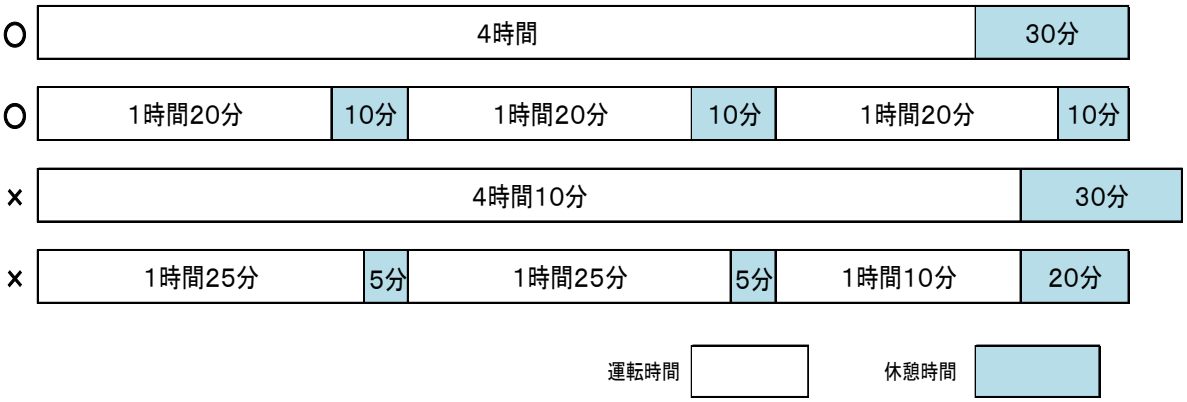
拘束時間 15時間
休息期間　9時間

イ　火曜日（始業時刻6:00からの24時間）の拘束時間・休息期間

・火曜日　6:00～22:00　16時間
・火曜日　22:00～翌6:00　8時間

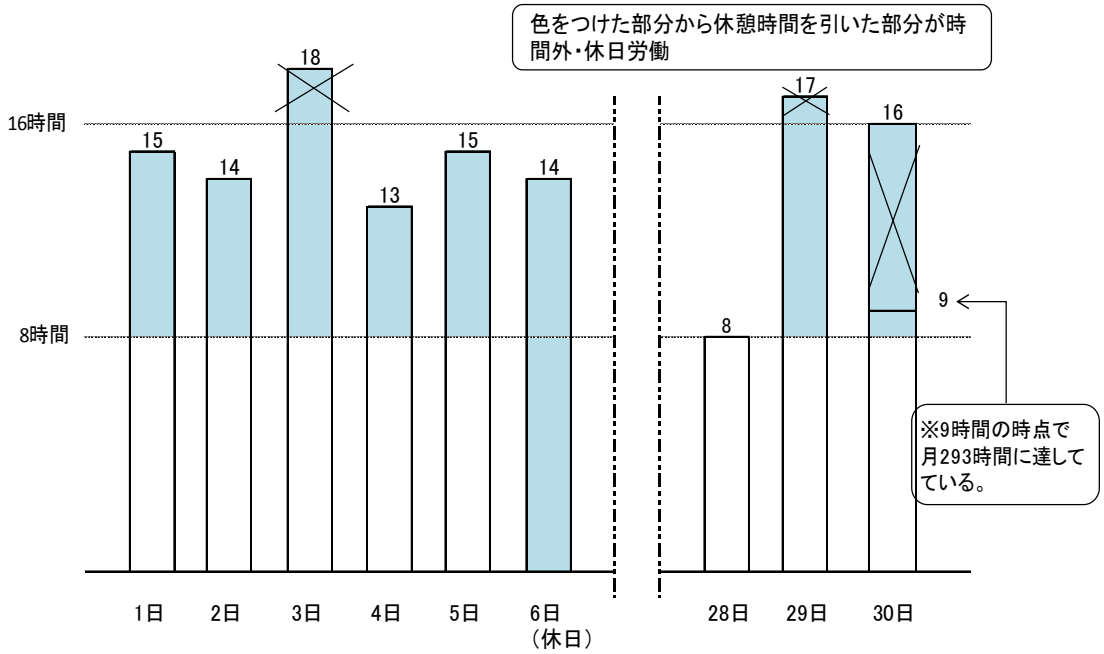
拘束時間 16時間
休息期間　8時間

（図3） 連続運転時間の例



（図4） 時間外・休日労働の例

（1か月の拘束時間が293時間で変形労働時間制が採用されていない場合）

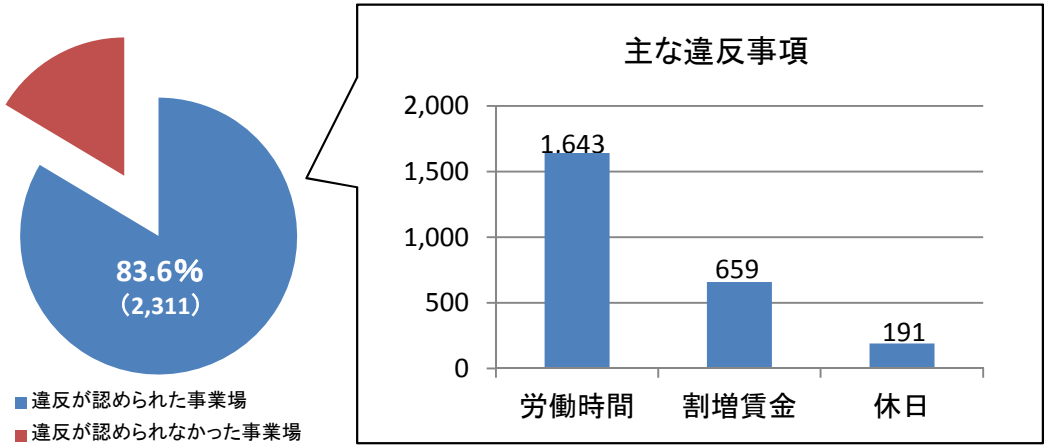


	1日	2日	3日	4日	5日	6日（休日）	28日	29日	30日
各日の拘束時間	15	14	18	13	15	14	8	17	16
累計の拘束時間	15	29	47	60	75	89	267	284	300

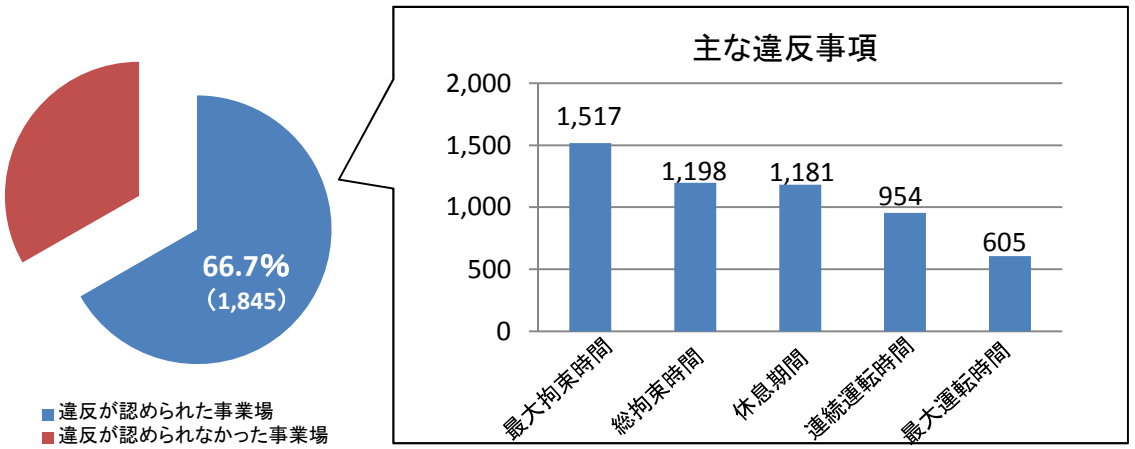
トラック運転者を使用する事業場に対する監督指導状況（平成26年）

１．監督指導状況（対象：2,765事業場）

（1）労働基準関係法令違反



（2）改善基準告示違反



２．監督指導事例

臨検監督を実施したところ、違法な長時間労働、改善基準告示を上回る長い拘束時間の状況が認められたため指導し、改善された事例

【概要】

1　臨検監督を実施し、デジタルタコグラフ及び営業日報等の内容から、特定の運転者において、1か月の拘束時間が約500時間、その翌月は同拘束時間が約400時間であったことを確認した。また、勤務終了後、継続8時間以上の休息期間を与えていなかったことを確認した。

2　監督官による指導の結果、荷主との運行時間の協議、運転者の増員、配車計画の変更などの取組を行い、1か月の拘束時間は改善基準告示の上限293時間を下回り、また1日の休息期間が8時間以上となり、違反を是正した。

（参考）是正勧告事項　・労働基準法第32条（労働時間）違反
　　・改善基準告示（1か月の拘束時間、休息時間）違反

道路貨物運送業に対する監督指導状況 （平成24年～26年）　　山口労働局

（1） 労働基準関係法令違反

	監督指導 実施事業場数	違反 事業場数	違反事業場 比率(%)	違 反 事 項		
				労働時間	割増賃金	休日
H24	96	68	70.8	46	8	2
H25	64	49	76.6	27	9	2
H26	74	56	75.7	34	16	7

（2） 改善基準告示違反

	告示違反 事業場数	告示違反 事業場比率(%)	違 反 事 項				
			最大拘束時間	総拘束時間	休息期間	連続運転時間	最大運転時間
H24	58	60.4	46	32	39	35	24
H25	45	70.3	38	27	32	27	18
H26	51	68.9	42	24	33	24	21