

【徳島労働局資料】

- 資料 1 道路貨物運送業監督指導結果
- 資料 2 トラック運転者の労働時間等の改善基準のポイント
- 資料 3 荷主・元請運送事業者の皆さまへ STOP!長時間の荷待ち
- 資料 4 自動車運転者の長時間労働改善に向けたポータルサイト
- 資料 5 建設業・ドライバー・医師の働き方改革総合サイト
「はたらきかたススメ」

徳島労働局 道路貨物運送業監督指導結果

年 (1～12月)		令和4年	令和5年	令和6年	計	全国 (令和6年)
監督実施事業場数		37	41	53	131	3,424
労働基準関係法令の 違反事業場数		27	31	37	95	2,786
同違反比率		73.0%	75.6%	69.8%	72.5%	81.4%
主要違反事項	労働時間 (違反率)	9	13	14	36 27.5%	1,506 44.0%
	割増賃金 (違反率)	3	4	8	15 11.5%	730 21.3%
	労働時間の状況の把握 (違反率)	1	4	3	8 6.1%	228 6.7%
改善基準告示 違反事業場数		21	22	26	69	1,994
同違反比率		56.8%	53.7%	49.1%	52.7%	58.2%
改善基準告示違反状況	総拘束時間 (違反率)	8	5	14	27 20.6%	1,034 30.2%
	最大拘束時間 (違反率)	15	16	21	52 39.7%	1,480 43.2%
	休息期間 (違反率)	14	14	16	44 33.6%	1,109 32.4%
	最大運転時間 (違反率)	4	11	10	25 19.1%	650 19.0%
	連続運転時間 (違反率)	13	15	11	39 29.8%	965 28.2%

令和
6年4月～
適用



トラック運転者の

事業者の皆様へ
ご確認くださいか？

改善基準告示が 改正されています！

自動車運転者の労働時間等の基準が改正されています



1年の拘束時間

改正前(年換算)

3,516時間

改正後

原則: 3,300時間

最大: 3,400時間

1か月の拘束時間

改正前(月換算)

原則: 293時間

最大: 320時間

改正後

原則: 284時間

最大: 310時間

1日の休息期間

改正前

継続8時間

改正後

継続11時間を
基本とし、継続9時間

自動車運転の業務(ドライバー)に年960時間の上限規制が適用されています



トラック運転者の「改善基準告示」



令和6年4月から適用されています。

1年、1か月の拘束時間	1年：3,300時間以内 1か月：284時間以内	【例外】労使協定により、次のとおり延長可(①②を満たす必要あり) 1年：3,400時間以内 1か月：310時間以内(年6か月まで) ① 284時間超は連続3か月まで ② 1か月の時間外・休日労働時間数が100時間未満となるよう努める
1日の拘束時間	13時間以内(上限15時間、14時間超は週2回までが目安)	【例外】宿泊を伴う長距離貨物運送の場合 ^(※1) 、16時間まで延長可(週2回まで) ※1：1週間における運行がすべて長距離貨物運送(一の運行の走行距離が450km以上の貨物運送)で、一の運行における休息期間が住所地以外の場所におけるものである場合
1日の休息期間	継続11時間以上与えるよう努めることを基本とし、9時間を下回らない	【例外】宿泊を伴う長距離貨物運送の場合 ^(※1) 、継続8時間以上(週2回まで) 休息期間のいずれかが9時間を下回る場合は、運行終了後に継続12時間以上の休息期間を与える
運転時間	2日平均1日：9時間以内	2週平均1週：44時間以内
連続運転時間	4時間以内 運転の中断時には、原則として休憩を与える(1回おおむね連続10分以上、合計30分以上) 10分未満の運転の中断は、3回以上連続しない	【例外】SA・PA等に駐停車できないことにより、やむを得ず4時間を超える場合、4時間30分まで延長可
予期し得ない事象	予期し得ない事象への対応時間を、1日の拘束時間、運転時間(2日平均)、連続運転時間から除くことができる ^(※2,3) 勤務終了後、通常どおりの休息期間(継続11時間以上を基本、9時間を下回らない)を与える	※2：予期し得ない事象とは、次の事象をいう。 ・運転中に乗務している車両が予期せず故障したこと ・運転中に予期せず乗船予定のフェリーが欠航したこと ・運転中に災害や事故の発生に伴い、道路が封鎖されたこと又は道路が渋滞したこと ・異常気象(警報発表時)に遭遇し、運転中に正常な運行が困難となったこと ※3：運転日報上の記録に加え、客観的な記録(公的機関のHP情報等)が必要。
特例	分割休息(継続9時間の休息期間を与えることが困難な場合) ・分割休息は1回3時間以上 ・3分割が連続しないよう努める ・休息期間の合計は、2分割：10時間以上、3分割：12時間以上 ・一定期間(1か月程度)における全勤務回数(2分の1)が限度 2人乗務(自動車運転者が同時に1台の自動車に2人以上乗務する場合) 身体を伸ばして休息できる設備がある場合、拘束時間を20時間まで延長し、休息期間を4時間まで短縮可 【例外】設備(車両内ベッド)が※4の要件を満たす場合、次のとおり、拘束時間をさらに延長可 ・拘束時間を24時間まで延長可(ただし、運行終了後、継続11時間以上の休息期間を与えることが必要) ・さらに、8時間以上の仮眠時間を与える場合、拘束時間を28時間まで延長可 ※4：車両内ベッドが、長さ198cm以上、かつ、幅80cm以上の連続した平面であり、かつ、クッション材等により走行中の路面等からの衝撃が緩和されるものであること 隔日勤務(業務の必要上やむを得ない場合) 2暦日の拘束時間は21時間、休息期間は20時間 【例外】仮眠施設で夜間4時間以上の仮眠を与える場合、2暦日の拘束時間を24時間まで延長可(2週間に3回まで) 2週間の拘束時間は126時間(21時間×6勤務)を超えることができない フェリー ・フェリー乗船時間は、原則として休息期間(減算後の休息期間は、フェリー下船時刻から勤務終了時刻までの間の時間の2分の1を下回ってはならない) ・フェリー乗船時間が8時間を超える場合、原則としてフェリー下船時刻から次の勤務が開始される	
休日労働	休日労働は2週間に1回を超えない、休日労働によって拘束時間の上限を超えない	

(注1)改善基準告示とは、「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準」(平成元年労働省告示第7号)をいう。
 (注2)本表は、令和4年厚生労働省告示第367号による改正後の改善基準告示のほか、関連通達(令和4年基発1223第3号)の内容を含めて作成したものです。令和6年4月1日から適用されています。

STOP!

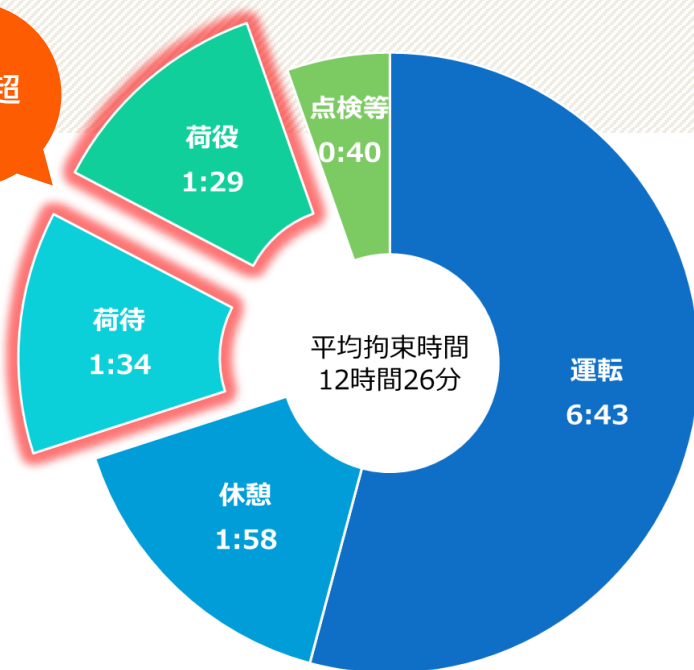


長時間の荷待ち

物流は重要な社会インフラであり、国民生活や経済活動になくてはならないものです。

トラックドライバーの拘束時間の内訳

3時間超



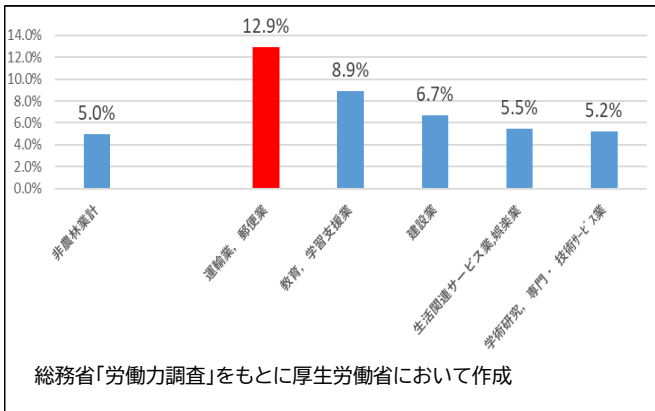
出典：国土交通省「トラック輸送状況の実態調査(R2)」

トラックドライバーの長時間労働を改善していくため、また、今後の物流を支えていくためにも、荷待ち時間、荷役時間の削減に向けた取組に、ご理解とご協力をお願いいたします。



⚠️ 他の業種に比べて長時間労働、過労死等の労災支給決定件数が最多

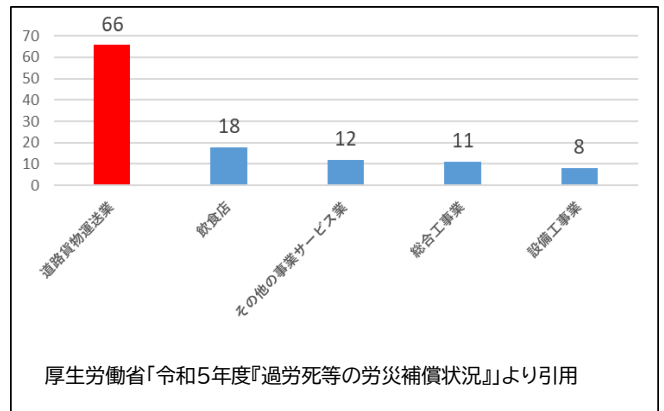
月末1週間の就業時間が60時間以上の雇用者の割合※（R5年、上位業種）



※ 雇用者のうち、休業者を除いた者の総数に占める割合

道路貨物運送業は、他の業種よりも、長時間労働となっている方の割合が高くなっています。

脳・心臓疾患の労災支給決定件数（R5年度、上位業種）



道路貨物運送業は、脳・心臓疾患の労災支給決定件数が最も多くなっています。



こうした長時間労働の背景には昔からの取引慣行などトラック運送事業者の努力だけでは見直しが困難なものもあります。

⚠️ このままでは国民生活や経済活動を支える社会インフラの維持が困難に

担い手不足の深刻化や荷待ち時間の非効率の発生などにより、危機的状況との指摘もあります。

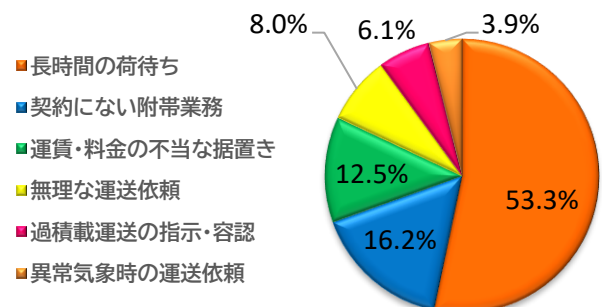


トラックGメンによる「働きかけ」等の中で、荷主都合による「長時間の荷待ち」「契約のない附带業務」を合計すると、約7割を占めます

こうした状況を踏まると、発着荷主の皆さまにも長時間の荷待ち等の削減に向けた取組を行っていただくことが必要です。

何も対策をしなければ、**2030年には34%の輸送力が不足する**かもしれません。

国土交通省による「働きかけ」等における違反原因行為※の割合（R6.6.30時点）



※ 貨物自動車運送事業法等に違反する原因となるおそれのある行為

発荷主・着荷主・元請運送事業者の皆さまへのお願い

1

長時間の恒常的な荷待ちの改善、荷役作業の効率化をお願いします

以下の取組にご理解とご協力をお願いいたします。

取組例

- ・予約受け付けシステムの導入(発着荷主共通)
- ・パレット等の活用(発着荷主共通)
- ・納品リードタイムの確保(着荷主)
- ・運送を考慮した出荷時刻の設定(発荷主) など

「物流の適正化・生産性向上に向けた荷主事業者・物流事業者の取組に関するガイドライン」(2023年6月)



運送契約を締結するにあたっては、契約は書面で行うとともに、運送の対価である「運賃」と、荷役作業などの対価である「料金」を分けて契約し、契約にない付随作業等を命じることがないようにしましょう。

労働災害防止のため、トラックドライバーに荷役作業をお願いする場合でも、事前によく相談して決めましょう。

パンフレット
「荷役作業での労働災害を防止しましょう！『陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン』のご案内」



2

改善基準告示を発注担当者へ周知しましょう

トラック運送事業者は、ドライバーの拘束時間等を定めた改善基準告示を遵守しなければなりません。運送業務の発注を担当される方にも、改善基準告示を知ってもらい、トラックの安全な走行の確保のためにも、改善基準告示に配慮した着時刻・納品期日の設定・発注をお願いします。

パンフレット
「トラック運転者の労働時間等の改善基準のポイント」



※改善基準告示について、詳細はパンフレットをご覧ください。
ご不明な点は最寄りの労働基準監督署や裏面の労働時間適正化指導員へお問い合わせください。

「標準的運賃」に、ご理解・ご協力をお願いします

「標準的運賃」とは、トラックドライバーの労働条件を改善し、ドライバー不足の解消を図り、安定した輸送力を確保するため、法令を遵守して持続的に事業を行ううえで参考となる運賃を国が示したものです。2024年3月に、「標準的運賃」は8%上昇、「標準運送約款」は付随作業の料金等、契約条件の明確化を行う形で改正されました。

トラックドライバーは長時間労働・低賃金の傾向にあります。ドライバー不足による物流の停滞を引き起こさないためにも、物流産業を魅力ある職場とし、労働環境を改善することが必要です。

荷主、元請運送事業者の皆さまも、

「標準的運賃」の趣旨をご理解いただき、ご協力くださいますようお願いいたします。

国土交通省
「トラック輸送の新たな「標準的運賃」が告示されました」



「改正物流法」に、ご理解・ご協力をお願いします

物流産業を魅力ある職場とするため、2024年4月からトラックドライバーに時間外労働の上限規制が適用されている一方、何も対策を講じなければ物流の停滞を生じかねないという、いわゆる「2024年問題」に直面しています。
こうした中、同年5月に、荷待ち・荷役時間の削減や多重下請構造の是正等を進める改正物流法が公布されました。

改正物流法に基づき、令和7年度以降、企業規模を問わず、すべての荷主(発荷主・着荷主)と物流事業者に対し、荷待ち・荷役時間の削減等のために取り組むべき措置について努力義務が新たに課せられます。
また、トラック事業者の取引に対しては、運送契約締結時の書面交付や実運送体制管理簿の作成等の義務が新たに課せられます。

荷主・元請運送事業者の皆さまにおかれましては、
物流の生産性向上・適正化に向けた
「改正物流法」についてご理解いただき、
ご協力くださいますようお願いいたします。

国土交通省
「改正物流法」について



お問い合わせ

荷待ち時間の見直しにあたっては、都道府県労働局労働基準部監督課の「労働時間管理適正化指導員」にご相談ください。
ご希望があれば、個別に訪問して、取組事例やメリットなどをご説明いたします。

労働局	電話番号	労働局	電話番号	労働局	電話番号
北海道	011-709-2057	石川	076-265-4423	岡山	086-225-2015
青森	017-734-4112	福井	0776-22-2652	広島	082-221-9242
岩手	019-604-3006	山梨	055-225-2853	山口	083-995-0370
宮城	022-299-8838	長野	026-223-0553	徳島	088-652-9163
秋田	018-862-6682	岐阜	058-245-8102	香川	087-811-8918
山形	023-624-8222	静岡	054-254-6352	愛媛	089-935-5203
福島	024-536-4602	愛知	052-972-0253	高知	088-885-6022
茨城	029-224-6214	三重	059-226-2106	福岡	092-411-4862
栃木	028-634-9115	滋賀	077-522-6649	佐賀	0952-32-7169
群馬	027-896-4735	京都	075-241-3214	長崎	095-801-0030
埼玉	048-600-6204	大阪	06-6949-6490	熊本	096-355-3181
千葉	043-221-2304	兵庫	078-367-9151	大分	097-536-3212
東京	03-3512-1612	奈良	0742-32-0204	宮崎	0985-38-8834
神奈川	045-211-7351	和歌山	073-488-1150	鹿児島	099-223-8277
新潟	025-288-3503	鳥取	0857-29-1703	沖縄	098-868-4303
富山	076-432-2730	島根	0852-31-1156		

(2024.9)

令和 年 月 日

(事業の名称) _____

(代表者職氏名) _____

(事業場の名称) _____

_____労働基準監督署

長時間の恒常的な荷待ちの改善に向けた取組について（要請）

道路貨物運送業は、他の業種に比べて長時間労働の実態にあり、過労死等の労災支給決定件数が最も多い業種であることから、トラック運転者の長時間労働の是正を一層積極的に進める必要があります。

一方、道路貨物運送業の長時間労働の要因の中には、取引慣行など個々の事業主の努力だけでは見直すことが困難なものがあります。トラック運転者の負担を軽減し健康に働けるよう、長時間の荷待ちの改善に向け、荷主の皆様のご理解とご協力が必要不可欠です。

また、トラック運転者の荷役作業での労働災害や交通労働災害の防止のため、荷主の皆様による道路貨物運送業の事業者との連絡調整や配慮も求められています。

については、トラック運転者の長時間・過重労働防止の観点から、下記事項の実施に努めていただきますようお願いいたします。

記

1 長時間の恒常的な荷待ちの改善

発着荷主等の都合による長時間の恒常的な荷待ちは、トラック運転者の長時間労働の要因となることから、これを発生させないよう努めること。

2 改善基準告示※の周知及び遵守への協力

- (1) 運送業務の発注担当者に、改善基準告示を周知し、トラック運転者が改善基準告示を遵守できるような着時刻や荷待ち時間等を設定すること。
- (2) 改善基準告示を遵守できず安全な走行が確保できないおそれのある発注を貨物自動車運送事業者に対して行わないこと。

(参考)

※「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準（平成元年労働省告示第7号）」⇒



▷「陸上貨物運送事業における荷役作業の安全対策ガイドライン」⇒



▷「交通労働災害防止のためのガイドライン」⇒



好事例の把握等を目的として、後日、本要請に基づきご対応の有無等をお尋ねする場合があります。

物品の運送の委託取引(物流特殊指定)に関する確認シート

裏面の<記載に当たっての注意事項>をよくお読みの上、記載してください。

1 あなたの会社 匿名を希望する(以下の会社名、所在地、連絡先の記載は不要。)		
会社名	(代表者名)	
所在地	〒	
連絡先(電話番号)		
資本金	万円	必須
通報の対象となる会社からあなたの会社が委託されている仕事(複数回答可)	運送委託 保管委託 その他 ()	必須

2 通報の対象となる荷主		
会社名	本店 支店 営業所 工場	必須
所在地	〒	必須

3 賃金の引上げの予定 (いずれか1つ)	
[A] 1年以内に引き上げるつもり または 引き上げた	必須
[B] いつか引き上げるつもりだが、具体的な予定はない	
[C] 当面、引き上げるつもりはない	

4 上記2の荷主から受けた不利益の内容(賃金引上げの阻害要因) (複数選択可)		
以下以外の内容		必須
買ったとき 代金の減額 不当な給付内容の変更、やり直し 不当な経済上の利益の提供要請		
通報対象外	具体的な内容	必須

5 この通報についてあなたに連絡させていただきたい場合の連絡先		
部署・職氏名		
連絡先(電話番号)		
荷主にあなたの会社から通報があったことを明らかにしてよいですか。		必須
はい いいえ(匿名希望)		

職員記入

取得年月日	令和 年 月 日	局署	台帳
-------	----------	----	----

< 記載に当たっての注意事項 >

この確認シートについて

この確認シートは、賃金引上げの阻害要因として「買ったたき」等が疑われるかを確認するためのものです。所定の項目を記入いただいた結果、「買ったたき」等が疑われる場合には、この確認シートをお渡しした労働基準監督署に郵送等によりご提出ください(任意)。

この確認シートに記入された内容に独占禁止法違反の疑いがある場合、あなたにご連絡することなく、労働基準監督機関から公正取引委員会に対して、記入された内容を通報することがあります。

通報された場合、5に記載された連絡先へ公正取引委員会からご連絡することがあります。

通報の有無やその後の経過についてお問い合わせいただいても、お答えできません。

この確認シートに記入された内容は、厳重に管理し、公正取引委員会以外の機関等に提供したり、他の用途に使用したりすることはありません。

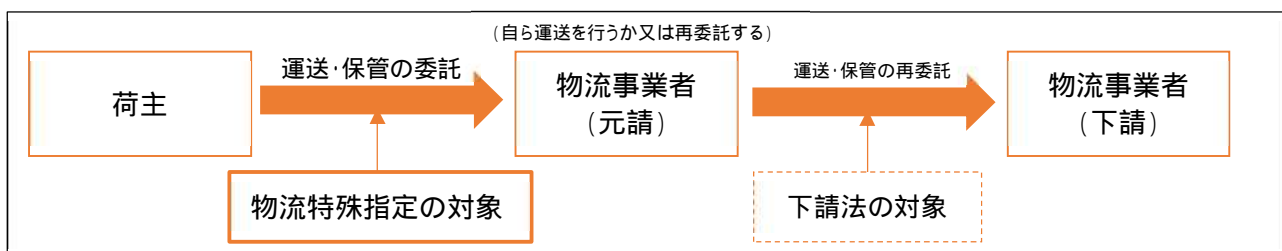
この確認シートに記載されている「独占禁止法」とは、私的独占の禁止及び公正取引の確保に関する法律(昭和22年法律第54号)のことであり、「物流特殊指定告示」とは特定荷主が物品の運送又は保管を委託する場合の特定の不公正な取引方法(平成16年公正取引委員会告示第1号)です。

「1 あなたの会社」欄について

「会社名」「所在地」「連絡先」欄は、あなたが所属する事務所・支店等について記載してください。

「2 通報の対象となる荷主」欄について

「通報の対象となる荷主」とは、物流特殊指定告示の備考1で定める「特定荷主」のことです。物流取引においては、独占禁止法・物流特殊指定告示の対象(特定荷主)と下請法(下請代金支払遅延等防止法(昭和31年法律第120号))の対象(元請事業者)を混同しやすいので、あなたが記載しようとしている取引がどちらに該当するか、下図で確認してください。



「会社名」「所在地」欄は、あなたの会社に不利益を行っている荷主の事務所・支店等について記載してください。

「3 賃金の引上げの予定」欄について

[A]の場合、通報の対象外となります。[B]又は[C]の場合、「4 上記2の荷主から受けた不利益の内容」欄へ進んでください。

「賃金の引上げ」とは、基本給や各種手当の支給額の引き上げや、新たな手当の支給などにより賃金額が引き上がることをいいます。

「4 上記2の荷主から受けた不利益の内容(賃金引上げの阻害要因)」欄について

上記2の荷主から受けた不利益が買ったたき・代金の減額・不当な給付内容の変更、やり直し・不当な経済上の利益の提供要請のいずれかである場合、具体的な内容も記載してください。

また、これら以外の場合、通報の対象外となります。

上記2の荷主から受けた不利益の内容については、以下の事例集を参考に、区分に沿って発生時期や状況を含めて、具体的に記載してください。

上記2の荷主から受けた不利益の内容が分かる資料(契約書、納品書など)があれば、その写しの添付をご検討ください。

公正取引委員会「物流特殊指定 知っておきたい「物流分野の取引ルール」」

https://www.jftc.go.jp/houdou/panfu_files/buttokupanfu.pdf



本取組の対象でなくとも、独占禁止法第2条第9項第5号に定める「優越的地位の濫用」の疑いがある場合、以下の「違反行為情報提供フォーム」から、公正取引委員会に対して情報提供を行うことができます。

https://www.jftc.go.jp/enquete/nonrequired/180/enquete_infringement_action.html



Q20 労務費等の上昇分を取引価格に反映しないことは、優越的地位の濫用として問題か。





トラック運転者



バス運転者



ハイヤー・タクシー運転者



☰ [トラック運転者トップページ](#)

☑ [改善基準告示](#)

トラック運転者の改善基準告示

[改善基準告示とは？](#)

[改善基準告示改正のポイント](#)

[改善基準告示関係資料\(令和4年度改正\)](#)

[改善基準告示のQ&A](#)

改善基準告示を学ぼう(令和6年4月以降版)

[改善基準告示学習用テキスト\(PDF\)](#)

[改善基準告示学習用動画\(YouTube\)](#)

・印刷業者へ印刷・製本依頼をする場合は[こちら\(PDF\)](#)

トラック運転者の改善事例

[改善事例はこちらから](#)

☑ [企業の皆さまへ](#)

[物流情報局](#)

[改善ハンドブック](#)

荷主の皆さまへ

事業者の皆さま
(トラック運転者の皆さま)へ



改善ハンドブック(PDF)

改善ハンドブック(YouTube)

トラック運転者の仕事について

トラック運転者の仕事を知ってみよう

統計からみるトラック運転者の仕事

動画・写真でみるトラック運転者の仕事

国民の皆さまへ

あなたにできること

トラック運転者の労働時間削減に向けてあなたにできることやって欲しいこと

トラック運転者の「生の声」

トラック運転者を採用したい方、トラック運転者になることを考えている方へ

トラック運転者の仕事を知ってみよう

トラック運送業の人材確保に向けた好事例集

トラック運送業の理解促進・魅力発信

📍 [本サイトについて／お問い合わせ](#)

📍 [サイトマップ](#)

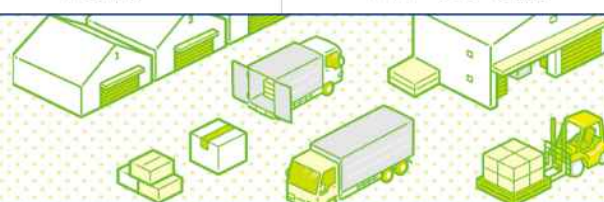
自動車運転者の
長時間労働改善に
向けたポータルサイト

トラック運転者	バス運転者	ハイヤー・タクシー運転者
---------	-------	--------------

企業の皆さまへ

物流情報局

荷主の皆さまへ



物流情報局(荷主の皆さまへ)

時間外労働の上限規制と荷主の立場からご対応 いただきたいこと	新物効法に基づく対応事項
改正貨物自動車運送事業法に基づく対応事項 運送契約締結時の契約書の交付	標準的運賃
参考資料	長時間の荷待ち等の改善に向けて
下請法の改正	その他関係資料 等


自動車運転者の
長時間労働改善に
向けたポータルサイト

トラック運転者	バス運転者	ハイヤー・タクシー運転者
---------	-------	--------------

企業の皆さまへ

物流情報局

事業者の皆さまへ



トラック運転者の働き方改革について	改正貨物自動車運送事業法に基づく対応事項
新物効法に基づく対応事項	荷待ち時間、荷役等時間の記録について
標準的運賃	参考資料
働き方改革に関するご相談先・ご利用可能な助成 金など(事業者向け)	荷主との取引に関するお悩みについて(事業者、ト ラック運転者向け)
下請法の改正	その他関係資料 等



くらし、
はたらき、
もっと
ススめ!

2024年4月から
建設従事者、
トラック・バス、
タクシードライバー、
医師の、
時間外労働の
上限規制が
適用されています。

働き方改革
コンテンツ
玉木 宏

くらしははたらき
マエズミロ
たしかめたん





2024年
4月から

建設業、ドライバー、医師の
時間外労働の上限規制適用開始!



暮らし・はたらき
マエストロ
たしかめたん

みなさまに お願いがあります!

たしかめよう!

適正な 工期の設定を!



週休2日の実現に向け、
ご配慮をお願いいたします。

荷待ち時間・ 荷役時間の削減を!



再配達の削減に向け、
確実に受け取れる時間の指定や
置き配などの活用もお願いいたします。

行程・ダイヤについて よく話し合いを!



停留所からの安全な発車にも
ご協力ください。

受診は 診療時間内に!



医療のかかり方への
ご理解・ご配慮をお願いいたします。

詳しくは裏面をご覧ください →



暮らしを支える方々のためにも みなさまへ大切なお願いです！

みなさまへお願い



くらしはたらきマエストロ
たしかめたん

建設業



抱える問題

工期が短いと、土日も働かなければならず、長時間労働につながります。

わたしたちにできること

工事を受注・発注するときは、**ゆとりをもった適正なスケジュール**に。
また、工事の受注・発注に当たっては**適切な金額**での契約を心がけてください。

トラックドライバー



抱える問題

荷待ち時間・荷役時間は、一運行あたり平均3時間程度と言われており、長時間労働の原因となっています。

わたしたちにできること

荷待ち・荷役作業時間削減のため、**適切な日時指定**、**予約システムの導入**、**作業効率化**などの工夫を。
また、「**標準的運賃**」を参考に、運賃や、荷待ち、荷役作業の料金の見直しもお願いいたします。

バス運転者



抱える問題

運行スケジュールによっては、休憩できずに運転時間が長くなってしまいます。

わたしたちにできること

貸切バスや送迎バス、コミュニティバスを発注するときには、**行程やダイヤ**についてバス事業者とよく話し合いを。
また、運転者が必要なときに休憩をとれるように**SA・PAの駐車ルール**を守ることも重要です。

医師



抱える問題

夜間や休日など診療時間外に緊急でない受診をすることは、医師の負担につながります。

わたしたちにできること

受診すべきか迷う場合には
☎#7119(大人)または**☎#8000(小児)**へご相談ください。^(※)
また、ご家族の方も病状説明などは**決められた診療時間内**の受診をお願いいたします。

※#7119/#8000の実施状況は地域によって異なります。
非対応地域については、全国版救急受診アプリ「Q助」をご活用ください。
詳しくはウェブサイトをご覧ください。