

## 青森労働局提出資料

### 第19回 トラック輸送における取引環境・労働時間改善青森県協議会

厚生労働省 青森労働局

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

# トラックドライバーの時間外労働の上限規制

R 6年3月31日まで

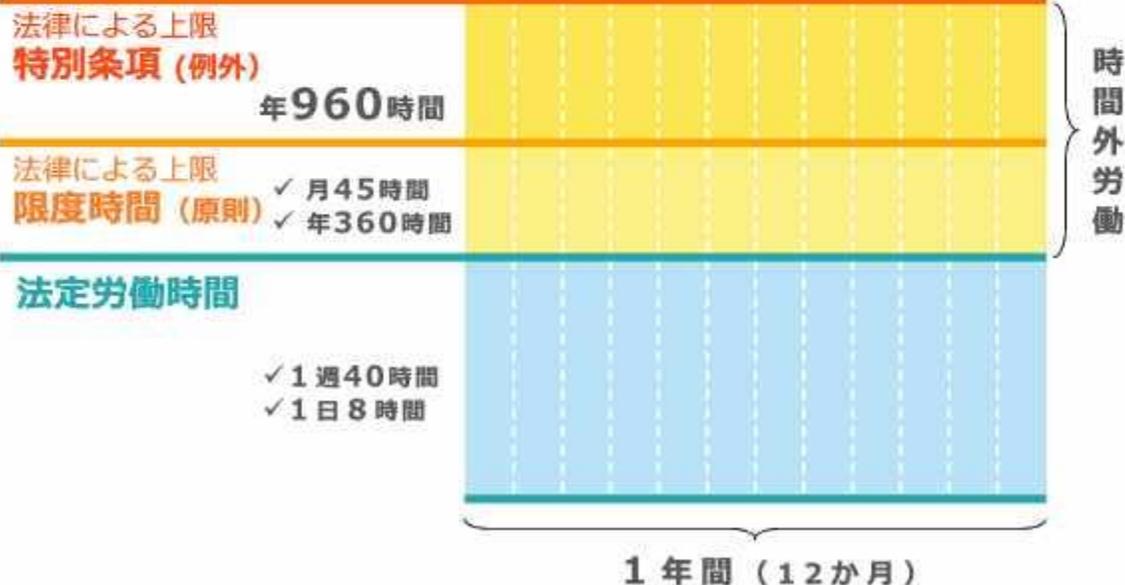
上限なし ※大臣告示（限度基準告示）の適用なし



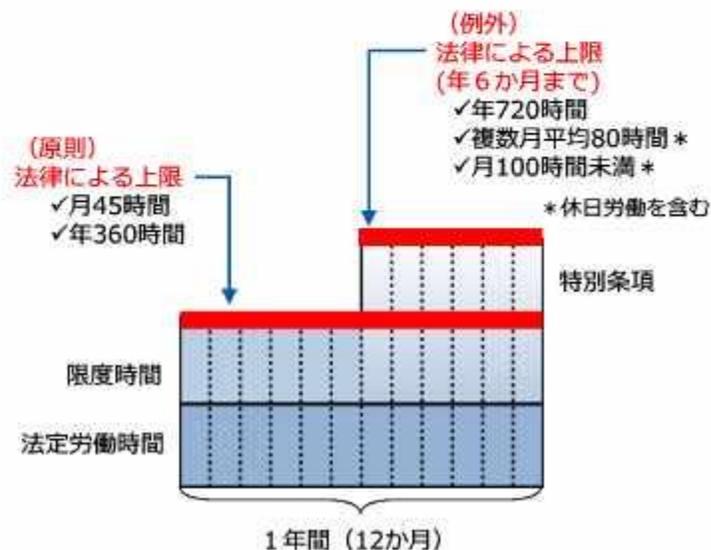
R 6年4月1日以降

※ 改正された「改善基準告示」も2024年4月から適用されている

## トラックドライバーの時間外労働の上限規制



## (参考) 一般の業種の時間外労働の上限規制



# トラックドライバーに適用される「改善基準告示」の主な内容



2024年3月31日まで

2024年4月1日以降

1年の  
拘束時間

3,516時間以内

原則：**3,300時間以内**  
例外（※1）：**3,400時間以内**

1か月の  
拘束時間

293時間以内  
労使協定により、年6か月まで  
320時間まで延長可

原則：**284時間以内**  
例外（※1）：**310時間以内**（年6か月まで）

1日の  
休息期間

継続**8**時間以上

原則：**継続11時間**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（※2）、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日当たり  
**9**時間以内  
2週平均1週当たり  
**44**時間以内

2日平均1日当たり **9**時間以内  
2週平均1週当たり **44**時間以内

連続  
運転時間

**4**時間以内  
運転の中断は、  
1回連続10分以上、  
合計30分以上

**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）  
例外：  
SA・PA等に駐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

※1 労使協定により延長可（①②を満たす必要あり）  
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。

※2 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

他にも特例等について定めあり。  
詳細はパンフレットを参照。



## トラックドライバーの働き方改革の推進に向けた厚労省における主な取組

- 厚生労働省においては、以下の取組により、取引慣行の改善に向けて、荷主に協力を得るための取組を進めながら、働き方改革に取り組むトラック事業者への支援を行っている。

### 取引慣行の改善に向けた取組

- 労働基準監督署による荷主への要請
- トラック・物流Gメンへの協力
- 国土交通省と連携した周知広報

### トラック事業者を支援する取組

- 働き方改革推進支援助成金による支援
- 働き方改革推進支援センターによる支援

# 労働基準監督署による荷主への要請

## 労働基準監督署による要請（令和4年12月23日～）

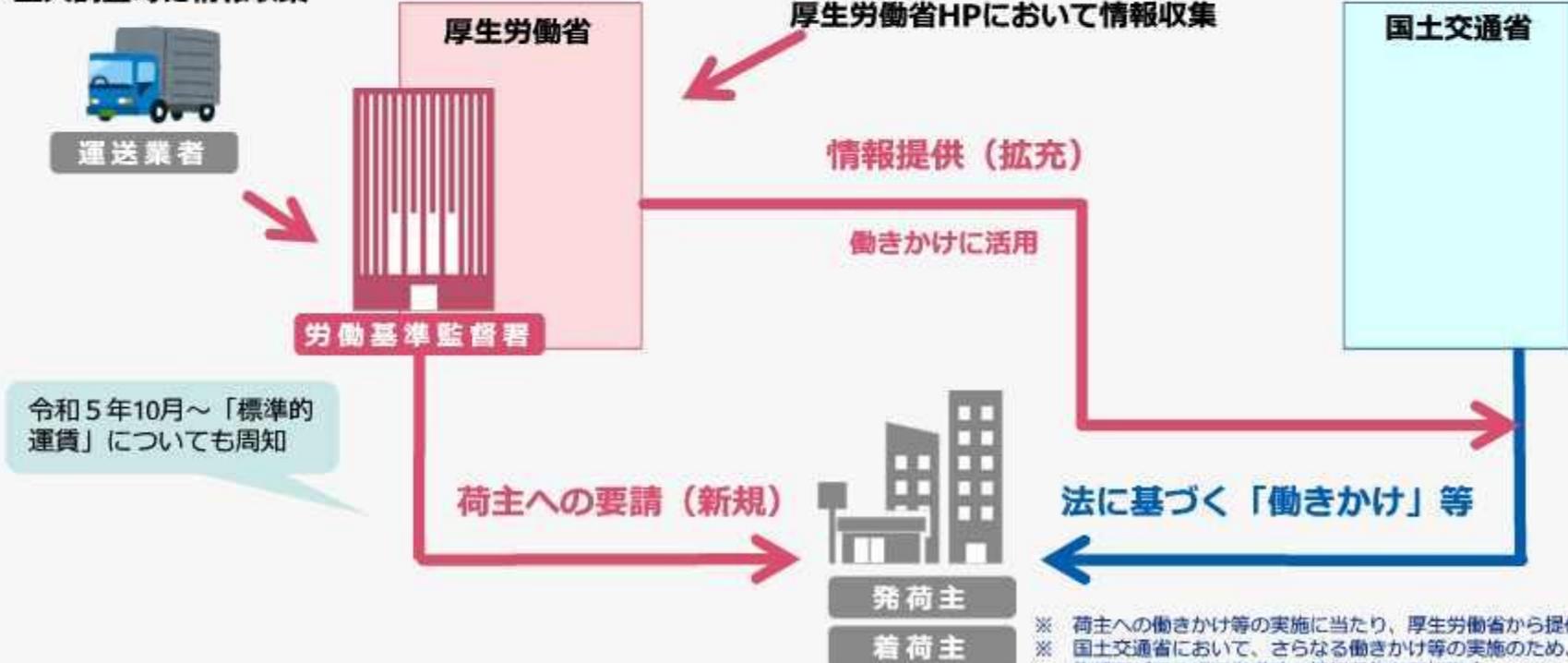
▶ **荷主企業に対し、労働基準監督署から配慮を要請**

（要請の内容）長時間の恒常的な荷待ち時間を発生させないよう努めること。  
運送業務の発注担当者に改善基準告示を周知すること。

|      | 令和4年12月～令和6年11月 |
|------|-----------------|
| 実施件数 | 18,256件         |

▶ 対象企業選定にあたり、**厚生労働省HPや立入調査時に収集した情報**を活用 ⇒ **国土交通省にも情報提供**

### 立入調査時に情報収集



※ 荷主への働きかけ等の実施にあたり、厚生労働省から提供された情報も活用  
※ 国土交通省において、さらなる働きかけ等の実施のため、地方適正化事業実施機関が行う巡回指導時の情報収集を周知徹底

# 国民向け周知広報について（令和5年6月28日～）

- 自動車運転者、建設の事業等で、時間外労働の上限規制が遵守されるようにするためには、取引慣行上の課題などを改善していくことが必要。
- このためには、国民の理解や社会的な機運の醸成が不可欠となることから、令和5年6月以降、国民向けの広報を順次実施している。

## 【イメージキャラクター】小芝風花さん（俳優）

くらし、  
はたらき、  
ともに  
スズメ!

2024年4月から  
建設業、  
トラックドライバー、  
タクシードライバー、  
運輸業、  
時間外労働の  
上限規制が  
適用されます。

たとえば  
働き方の  
変化にあわせて、  
わたしたちに  
できること。

企業経営者様で受け入れられるよう、  
労働者様も新しい働き方  
ご協力ください

企業経営者の  
スキルアップにご賛同を  
お願いいたします

厚生労働省 国土交通省  
詳しくは特設サイトへ [はたらきかたスズメ](#)

## 国民向け広報内容（PRイベントの開催、動画、ポスターの作成など）

- 自動車運転者・建設の事業で働く方について、荷主や発注者等の都合で長時間労働になるケースがあること。
- 自動車運転者・建設の事業での働き方を変えていくために、荷主、発注者、そして国民にもできることのご協力をいただきたいこと。  
（例：再配達の削減など）



## PRイベント（令和5年6月28日開催）

加藤厚生労働大臣（当時）、斉藤国土交通大臣（当時）がご出席。

## 主な広報実施事項

- ・全国主要駅にポスターを掲載
- ・電車内ビジョンで広告を放映
- ・全国でテレビCMを放映

# 働き方改革PR動画「はたらきかたススめ ver.2 (トラック編)」

- トラックドライバーの働き方改革の実現のため、厚生労働省では、国土交通省と連携して働き方改革PR動画を通じて、荷主に向けて荷待ち時間削減、荷役作業効率化に向けた協力を呼びかけている。



たしかめよう!  
わたしたちにできること!



2代目イメージキャラクター  
労働基準局広報キャラクター「たしかめたん」

荷主の皆さまへのお願い



←荷待ち時間の削減や荷役作業の効率化に向けた取組を解説

適切な  
運賃・料金



「標準的運賃」を参考に  
運賃・料金などの見直しを

標準的運賃も周知←

## 動画のポイント (知っていただきたいこと)

- トラックドライバーにとっては、荷物の積み下ろしの際の待機時間が負担となっており、荷主の立場から何も対策をしなければ、2030年度には約34%の輸送能力が不足する可能性があると言われていること。
- 荷主の方には、荷待ち時間の削減のため、適切な貨物の受取・引渡し日時の指定、予約システムの導入などの取組をお願いしたいこと。
- また、荷物の積みおろし作業の効率化のためにも、パレットの導入などの工夫を進めていただきたいこと。
- さらに、トラックドライバーの処遇改善に向けて、「標準的運賃」を参考に運賃や荷待ち・荷役作業等の料金などの見直しもご検討いただきたいこと。
- また、一般国民の立場においても、なるべく再配達にならないような配慮をお願いしたいこと。

令和7年度概算要求額 1.9億円（1.7億円）※()内は前年度当初予算額

|          |    |    |    |
|----------|----|----|----|
| 労働保険特別会計 |    |    | 一般 |
| 労災       | 雇用 | 徴収 | 会計 |
| ○        |    |    |    |

## 1 事業の目的

- 自動車運転者は、①他業種の労働者と比較して長時間労働の実態にある ②業務における過重な負荷による脳・心臓疾患の労災支給決定件数が最も多い職種となっている。 ⇒ 労働条件及び安全衛生の確保・改善が喫緊の課題。
- 長時間労働の背景には、トラック運送業における荷主都合による手待ち時間の発生など、取引上の慣行から労働時間の短縮が進まない等の問題あり。 ⇒ 荷主等の取引先との取引条件改善などの環境整備を強力に推進する必要がある。
- 自動車運転の業務や建設の事業には令和6年度から上限規制の適用が開始されており、令和7年度以降も取引環境の改善等のための関係法令が順次施行される。  
⇒ 引き続き上限規制や改善基準告示について周知を行うとともに、荷主や発注者に対して、取引環境の改善を通じた長時間労働の削減に取り組むようこれまで以上に促していくことが必要。

## 2 事業の概要・スキーム・実施主体等

### (1) 荷主等に対する自動車運転者等の長時間労働削減のための情報発信

- 取引環境改善に向けた企業・国民向け周知広報特設サイトの継続運用
- 自動車ポータルサイトの継続運用
- 建設労働者の労働環境改善に向けた特設サイトの開設・運用【新規】

### (2) 荷主等による自動車運転者等の長時間労働削減に資する取組の促進

- 時間外労働の上限規制・改善基準告示の周知広報
- 荷主等による取組事例の周知広報【新規】

### 実施主体等

- 実施主体：委託事業（民間団体等）
- 事業実績（令和5年度）：
  - ・ 取引環境の改善に向けた企業・国民向け特設サイトアクセス件数 137万1,810件
  - ・ 自動車ポータルサイトアクセス件数 64万7,448件

### (2) について



- ・ 広報設計
- ・ 各種情報発信
- ・ 取組事例の広報
- ・ 広報効果の測定 など

## 働き方改革推進支援助成金

令和7年度概算要求額 70億円（71億円）※（）内は前年度当初予算額

○実施主体：都道府県労働局 ○令和5年度支給件数 4,095件 支給額 50億円

|          |    |    |    |
|----------|----|----|----|
| 労働保険特別会計 |    |    | 一般 |
| 労災       | 雇用 | 徴収 | 会計 |
| ○        |    |    |    |

## 1 事業の目的

- 生産性向上に向けた設備投資等の取組に係る費用を助成し、労働時間の削減等に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主を支援。
- 建設業、自動車運転者、医師等のほか、「過労死等の防止のための対策に関する大綱」で指摘される情報通信業や宿泊業等も含め、特に時間外労働が長い業種等に対しては引き続き手厚い支援を実施。

## 2 事業の概要・スキーム

| コース名  |  | 成果目標  | 助成上限額※1、※2（補助率原則3/4（団体推進コースは定額））   |
|---|--|---|--|
| 業種別課題対応コース<br>（長時間労働等の課題を抱える業種等を支援するため、労働時間の削減等に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主に助成） | 建設事業   | ① 36協定の月の時間外・休日労働時間数の削減<br>② 年休の計画的付与と制度の整備                                   | ①～⑤の何れかを1つ以上<br>①：250万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円、④：150万円（11H以上）等、⑤：100万円（4週4休→4週8休）等 |
|   | 自動車運転の業務   | ③ 時間単位の年休の整備及び特別休暇の整備<br>④ 新規に勤務間インターバル制度を導入<br>※自動車運転の業務は10時間以上<br>その他は9時間以上 | ①～④の何れかを1つ以上<br>①：250万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円、④：170万円（11H以上）等                     |
|   | 医業に従事する医師  | ⑤ 所定休日の増加<br>⑥ 医師の働き方改革の推進  | ①～④又は⑥の何れかを1つ以上<br>①：250万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円、④：170万円（11H以上）等、⑥：50万円           |
|   | 砂糖製造業<br>（鹿児島県・沖縄県に限る）   | ⑦ 勤務割表の整備   | ①～④又は⑦の何れかを1つ以上<br>①：250万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円、④：150万円（11H以上）等、⑦：350万円          |
|   | その他長時間労働が認められる業種   |   | ①～④の何れかを1つ以上<br>①：250万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円、④：150万円（11H以上）等                     |
| 労働時間短縮・年休促進支援コース<br>（労働時間の削減や、年次有給休暇の取得促進に向けた環境整備に取り組む中小企業事業主に助成）       | ① 36協定の月の時間外・休日労働時間数の削減<br>② 年休の計画的付与と制度の整備<br>③ 時間単位の年休の整備及び特別休暇の整備 | ①～③の何れかを1つ以上  | ①：150万円（月80H超→月60H以下）等、②・③：各25万円   |
| 勤務間インターバル導入コース<br>（勤務間インターバルを導入する中小企業事業主に対し助成）                          | 新規に9時間以上の勤務間インターバル制度を導入すること  |   | 勤務間インターバルの時間数に応じて、以下の助成上限額となる<br>・9～11H：100万円 ・11H以上：120万円                           |
| 団体推進コース<br>（傘下企業の生産性の向上に向けた取組を行う事業主団体に対し助成）                             | 事業主団体が、傘下企業のうち1/2以上の企業について、その取組又は取組結果を活用すること                         |   | 上限額：500万円（複数地域で構成する事業主団体（傘下企業数が10社以上）等の場合は1,000万円）                                   |

- 助成対象となる取組（生産性向上等に向けた取組）：①就業規則の作成・変更、②労務管理担当者・労働者への研修（業務研修を含む）、③外部専門家によるコンサルティング、④労務管理用機器等の導入・更新、⑤労働能率の増進に資する設備・機器の導入・更新、⑥人材確保に向けた取組（団体推進コースは、①市場調査、②新ビジネスモデルの開発、実験、③好事例の周知、普及啓発、④セミナーの開催、⑤巡回指導、相談窓口の設置等）

※1 賃上げ加算制度あり（団体推進コースを除く）：賃金を3%以上引き上げた場合、その労働者数に応じて助成上限額を更に6万円～最大60万円加算（5%以上（24万円～最大240万円加算）7%以上（36万円～360万円加算））。なお、常時使用する労働者数が30人以下の場合の加算額は2倍。

※2 成果目標の達成状況に基づき、各助成上限額を算出するものであるが、選択する成果目標によってその助成上限額（最大値）が異なる。

# 中小企業・小規模事業者等に対する働き方改革推進支援事業

雇用環境・均等局有期・短時間労働課  
(内線5275)  
労働基準局労働条件政策課 (内線5524)

令和7年度概算要求額 30億円 (31億円) ※ ()内は前年度当初予算額。

| 労働保険特別会計 |     |    | 一般会計 |
|----------|-----|----|------|
| 労災       | 雇用  | 徴収 |      |
| 1/2      | 1/2 |    |      |

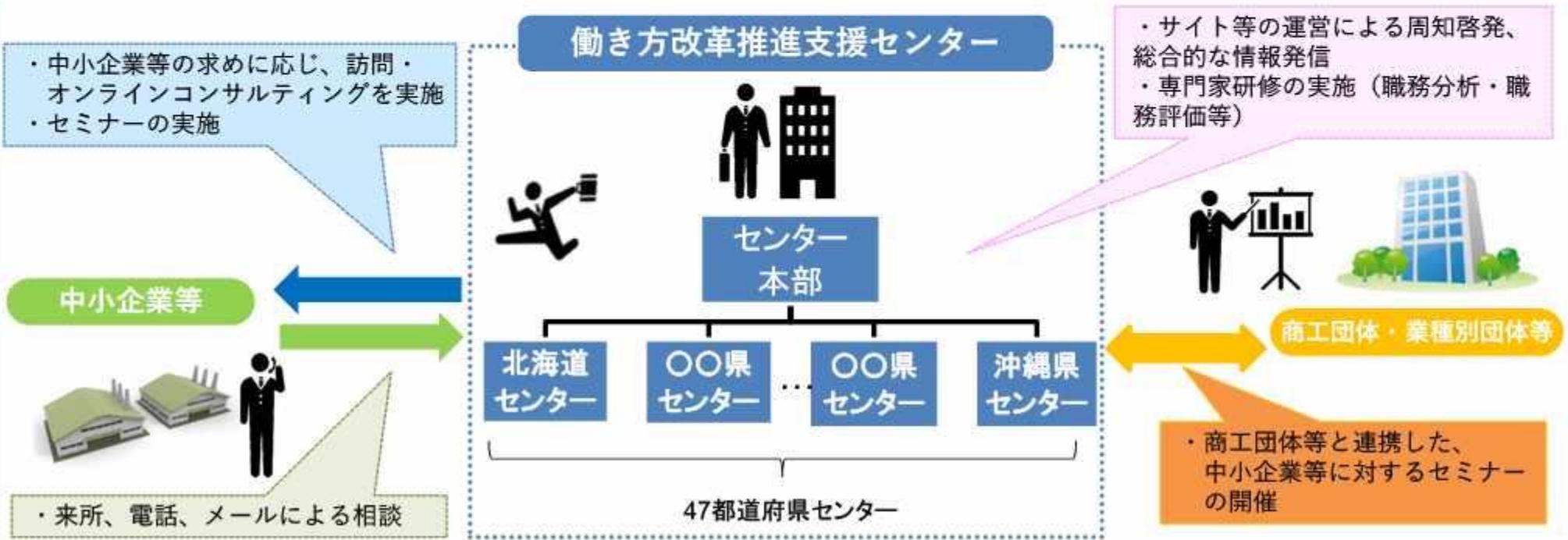
## 1 事業の目的

中小企業・小規模事業者等が働き方改革の意義を十分に理解し着実に実施することが必要であるため、本部及び47都道府県支部（都道府県センター）から成る「働き方改革推進支援センター」を設置し、

- 労務管理等の専門家による、働き方改革全般に関する窓口相談や、企業訪問やオンラインによるコンサルティングの実施
- 企業の取組事例や労働関係助成金の活用方法等に関するセミナーの実施
- 働き方改革全般に係る周知啓発及び総合的な情報発信

などの支援を行う。

## 2 事業の概要・スキーム、実施主体等



実施主体：国から民間業者へ委託

事業実績(令和5年度): 窓口等における個別相談件数 約40,000件、コンサルティングによる相談件数 約37,000件

# STOP!

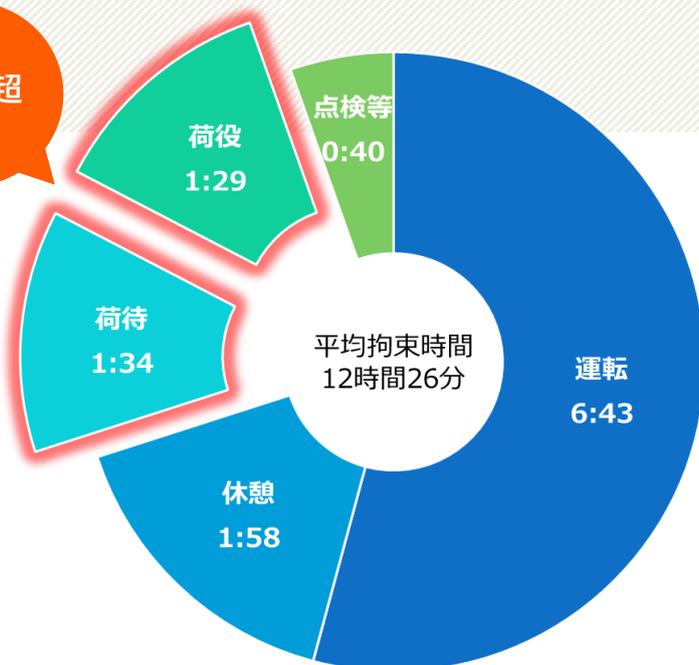


## 長時間の荷待ち

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



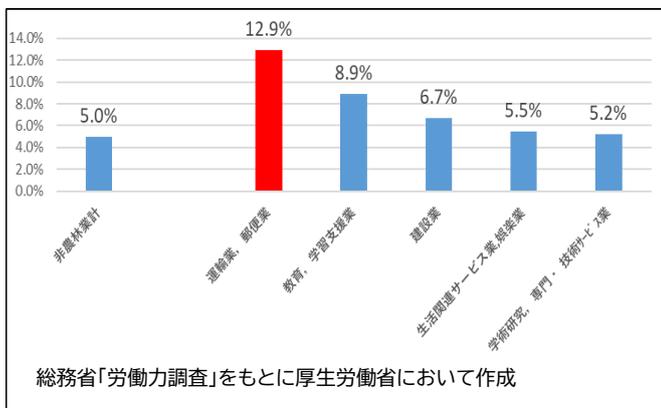
出典：国土交通省「トラック輸送状況の実態調査(R2)」

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

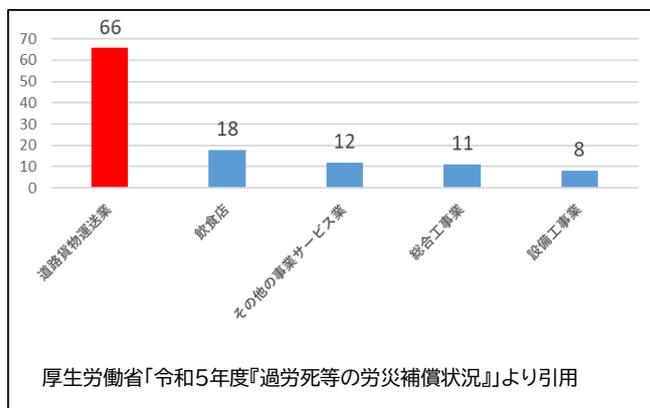
月末1週間の就業時間が60時間以上の雇用者の割合※（R5年、上位業種）



※ 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。



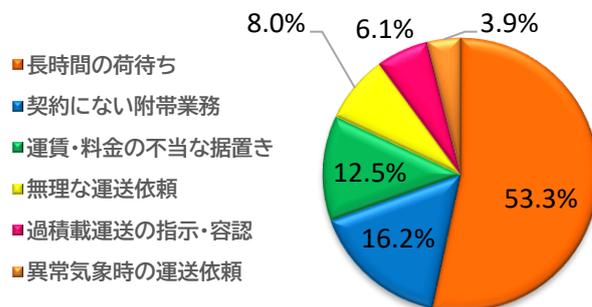
何も対策をしなければ、

**2030年には34%の輸送力が不足するかもしれません。**

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。

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 |     |              |

# 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をリニューアルしました！



## 「物流情報局」OPEN

2024年4月に「流通業務の総合化及び効率化の促進に関する法律及び貨物自動車運送事業法の一部を改正する法律」が成立するなど、トラックドライバーの荷待ち・荷役時間の削減に向けた対策が本格化しています。

こうした状況を踏まえ、

「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」

内に **物流情報局** を開設しました。



▲荷主の方



▲事業者の方

トラックトップページ

いま、考えてみませんか？

**物流を支える  
トラック運転者**  
のこと。

**新規OPEN!!**

物流情報局

NEW

① 荷主の皆さまへ

② 事業者の皆さま  
(トラック運転者の皆さま) へ

物流情報局では、荷主の方、トラック運送事業者の方が協力して荷待ち・荷役時間の削減に取り組めるよう、最新の情報を発信していきます！！

## 物流情報局では、このような情報を発信しています。



労働基準局広報キャラクター  
たしかめたん



### 荷待ち・荷役時間削減等に向けた対応

- 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
- 標準的運賃
- トラックGメン など



### 今後施行される法令のポイント

- 改正物流法、関係省令 など

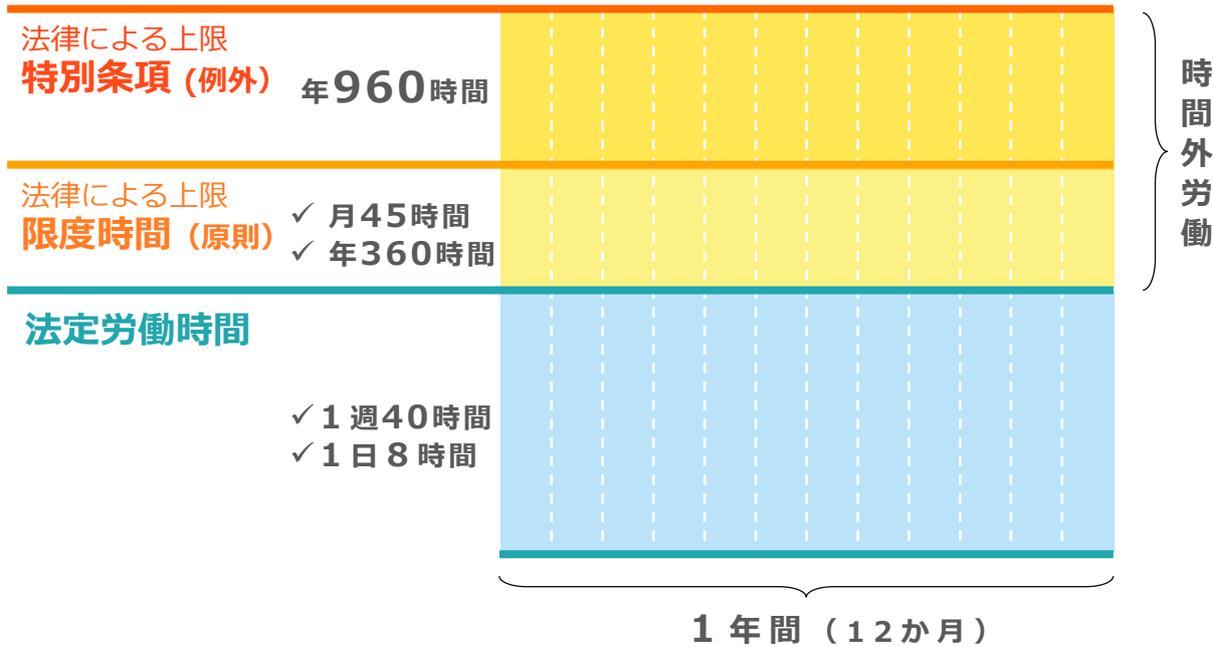


### トラック運送事業者の皆さま向けのご相談先

- 働き方改革推進支援センター など

今後も最新情報に更新していきます！ぜひご覧ください！

# 自動車運転者の時間外労働の上限規制（2024年4月適用開始）



## 改正された改善基準告示の主な内容（2024年4月適用開始）

### トラック運転者について

|   | 2024年3月31日まで                                | 2024年4月1日以降  |
|---|---|--|
|  <b>1年</b> の拘束時間 | 3,516時間以内                                   | 原則： <b>3,300</b> 時間以内<br>例外（※1）： <b>3,400</b> 時間以内   |
| <b>1か月</b> の拘束時間  | <b>293</b> 時間以内<br>労使協定により、年6か月まで320時間まで延長可 | 原則： <b>284</b> 時間以内<br>例外（※1）： <b>310</b> 時間以内（年6か月まで）   |
| <b>1日</b> の休息期間   | 継続 <b>8</b> 時間以上                            | 原則：<br><b>継続11時間与えるよう努めることを基本とし、9時間を下回らない</b><br>例外：<br>宿泊を伴う長距離貨物運送の場合（※2）、継続8時間以上（週2回まで）<br>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 |

※1 労使協定により延長可（①②を満たす必要あり）

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。

※2 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

改善基準告示について、詳しくはこちらをご覧ください。➤



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はこちら▼

トラックポータルサイト



「改善基準告示」の解説動画も公開中!!

