



トラック事業者の皆様へ

進めよう！
ドライバーの
働き方改革・TOKYO

～自動車運転者の時間外労働・拘束時間～ 中間点検！ チェックリスト

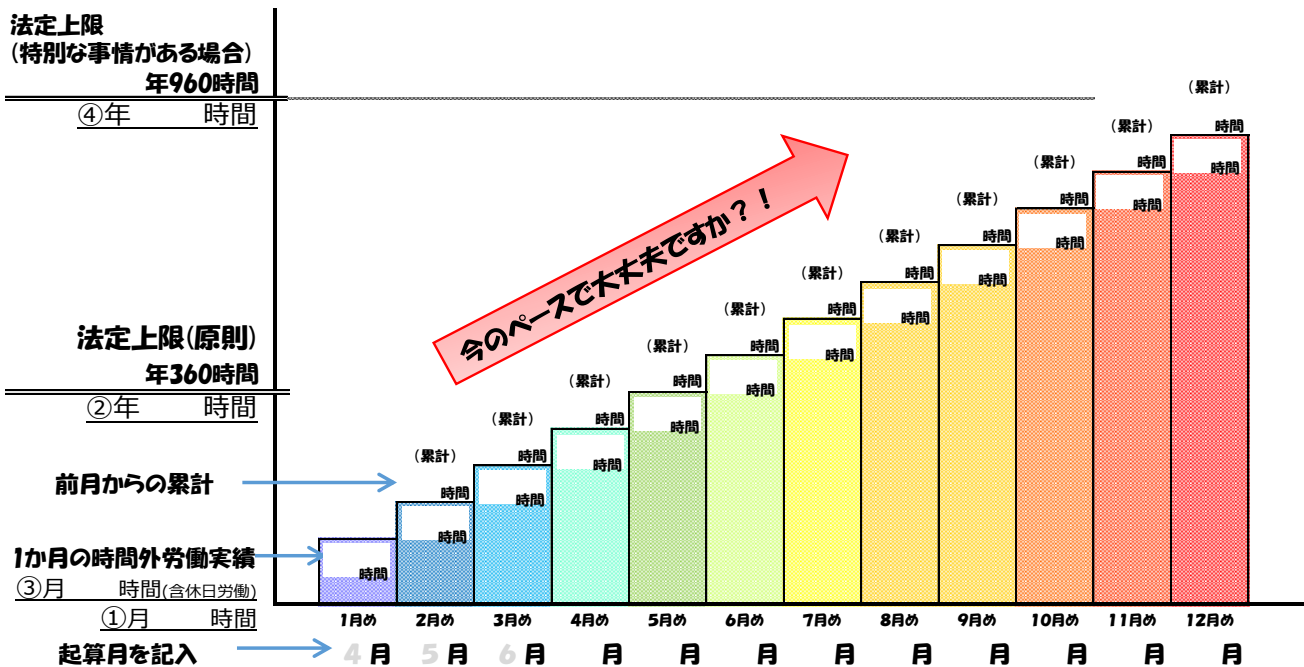
Check1 36協定の内容を確認

36協定で定めた時間外労働の上限時間を記入してください

原則	① 1か月	時間 (月 45 時間まで)
	② 1年	時間 (年 360 時間まで)
特別条項	③ 1か月	時間
	④ 1年	時間 (年 960 時間まで)

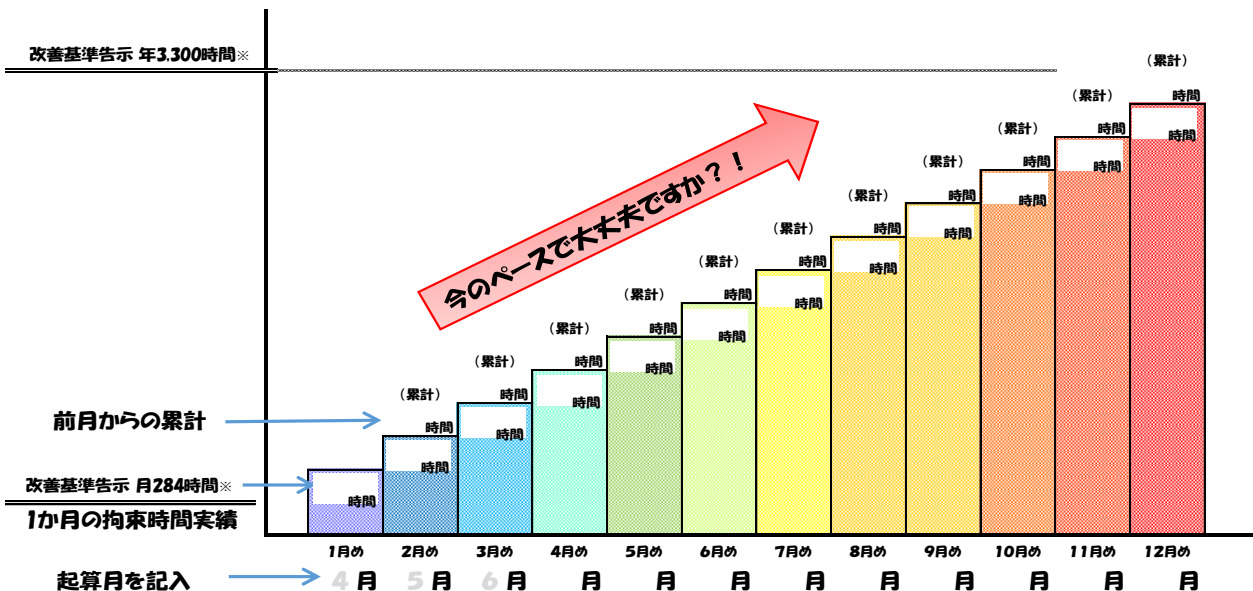
Check2 時間外・休日労働の状況を確認

時間外労働が最も長い労働者の実績を記入してみてください



Check3 拘束時間の状況を確認

拘束時間が最も長い労働者の実績を記入してみてください



※詳細は裏面を参照

進めよう！ドライバーの働き方改革・TOKYO

平素より、労働基準行政の運営につきまして、ご協力いただきありがとうございます。

時間外労働の上限について、本年4月から自動車運転の業務に対しても適用されました。事業者の皆様には今一度労働時間の状況等の確認をお願いいたします。

1日8時間・週40時間を超えて労働させる(時間外労働)ためには、労働基準法に基づく労使協定(36協定)の締結・届出が必要です。

○原則：時間外労働は月45時間・年360時間以内

○特別条項：臨時的な特別の事情があって労使が合意する場合でも、**年960時間**を超えてはいけません

あわせて改善基準告示の内容もご確認よろしくお願ひします

トラック運転者の改善基準告示

令和6年4月～適用

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) ①284時間超は連続3か月まで ②1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

※「働き方改革」への取組を支えるため、労働基準監督署では労働時間相談・支援コーナーを設けています。また、職員が個別に訪問して労務管理についての点検やアドバイスなどに対応する「訪問支援」を実施しています。



「建設業・ドライバー・医師の時間外労働の
上限規制 特設サイト」は**こちら**から

担当部署：三田労働基準監督署 方面
〒108-0014
東京都港区芝5-35-2 安全衛生総合会館3階
連絡先：03-3452-5473

(令和6年10月)