

時間外労働の上限規制、改善基準告示の改正等について

埼玉労働局
労働基準部監督課

Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan

労働時間法制の概要

共通

原則

- ◆ 1週 **40時間** / 1日 **8時間** を超えて労働させてはならない
- ◆ 毎週少なくとも1回（または4週間に4日以上）の休日が必要

例外

- ◆ 例外的に時間外・休日労働をさせる場合は、使用者と労働者の代表で **36協定** を締結し、労基署に届け出ることが必要
- ◆ 36協定では、時間外労働の最大の時間数などを定める

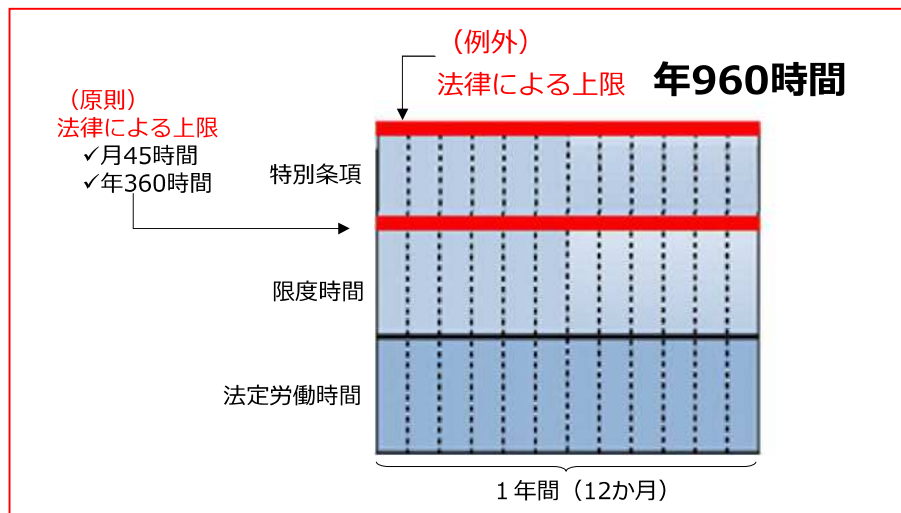
⇒ 36協定に定めることができる時間外労働の時間数のルールは？

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



02

適用猶予業種における時間外労働の上限規制

- ▷ 自動車運転者については、令和6年4月以降、年960時間の上限規制の適用を受ける。
- ▷ 一方、一般労働者に適用される、45時間超えの上限回数（6か月まで）、単月上限（100時間未満）、複数月平均上限（80時間以内）については適用がない。
- ただし、この場合であっても、改善基準告示に定める拘束時間を遵守する必要がある。

【～令和6年3月】

		一般労働者	自動車運転の業務	建設事業	医師	鹿児島県及び沖縄県における砂糖製造業	新技術・新商品等の研究開発業務
月	限度時間(原則)	45	-	-	-	45	-
	45時間超は6月まで	適用あり	-	-	-	適用あり	-
	単月上限(※)	100	-	-	-	-	-
	複数月平均上限(※)	80	-	-	-	-	-
年	限度時間(原則)	360	-	-	-	360	-
	上限	720	-	-	-	720	-

【令和6年4月～】

		一般労働者	自動車運転の業務	建設事業	医師	鹿児島県及び沖縄県における砂糖製造業	新技術・新商品等の研究開発業務
月	限度時間(原則)	45	45	45	45	45	-
	45時間超は6月まで	適用あり	-	適用あり	-	適用あり	-
	単月上限(※)	100	-	100(注1)	100(注2)	100	-
	複数月平均上限(※)	80	-	80(注1)	-	80	-
年	限度時間(原則)	360	360	360	360	360	-
	上限	720	960	720	960(※)(注3) 1,860(※)(注4)	720	-

※ 休日労働を含む。

注1： 災害の復旧・復興の事業は、単月上限100時間・複数月平均上限80時間の規制は適用されない。

注2： 時間外・休日労働が月100時間以上となるが見込まれる者は、36協定に面接指導を行うこと等を定めることが必要。

注3： 医業に従事する一般の医師にかかる基準（A水準）。休日労働を含む。

注4： B水準、連携B水準、C水準の指定を受けた医療機関で指定に係る業務に従事する医師にかかる基準。休日労働を含む。

面接指導、労働時間が特に長時間である場合の労働時間短縮措置、勤務間インターバルの確保等を36協定に定めることが必要。

03

トラック運転者に適用される「改善基準告示」の改正の概要①

トラック

- 長時間・過重労働の実態にある自動車運転者の時間外労働の削減や過労死等防止といった観点から、見直しを行うもの。

	旧告示	改正後（令和6年4月1日～）
1年、 1か月の 拘束時間	1 か月 <u>293</u> 時間以内 【例外】労使協定により、次のとおり延長可 1 年 <u>3,516</u> 時間以内の範囲で 1 か月 <u>320</u> 時間以内（年6か月まで）	1 年 <u>3,300</u> 時間以内 1 か月 <u>284</u> 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 <u>3,400</u> 時間以内 1 か月 <u>310</u> 時間以内（年6か月まで） ① <u>284</u> 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	原則 <u>13</u> 時間以内 （上限 <u>16</u> 時間、 <u>15</u> 時間超は週2回まで）	原則 <u>13</u> 時間以内 （上限 <u>15</u> 時間、 <u>14</u> 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（※）、継続 <u>16</u> 時間まで延長可（週2回まで） ※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 <u>8</u> 時間以上	継続 <u>11</u> 時間以上与えるよう努めることを基本とし、 <u>9</u> 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（※）、継続 <u>8</u> 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 <u>12</u> 時間以上の 休息期間を与える

04

トラック運転者に適用される「改善基準告示」の改正の概要②

トラック

	旧告示	改正後（令和6年4月1日～）
運転時間	2日平均1日当たり <u>9</u> 時間以内 2週平均1週当たり <u>44</u> 時間以内	現行どおり
連続 運転時間	<u>4</u> 時間以内 （運転の中断は、 1回連続 <u>10</u> 分以上、合計 <u>30</u> 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 <u>10</u> 分以上、合計 <u>30</u> 分以上） 【例外】 SA・PA等に駐車できず、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）及び連続運転時間から除くことができる（※1、2） 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 ※1 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 ※2 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。

05

	旧告示	改正後（令和6年4月1日～）
分割休息 特例	<p>継続8時間以上の休息期間を与えることが困難な場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・分割休息は1回4時間以上 ・休息期間の合計は、10時間以上 <p>・一定期間（2か月程度）における勤務回数の2分の1が限度</p>	<p>継続9時間以上の休息期間を与えることが困難な場合</p> <ul style="list-style-type: none"> ・分割休息は1回3時間以上 ・休息期間の合計は、 2分割：10時間以上、3分割：12時間以上 ・3分割が連続しないよう努める ・一定期間（1か月程度）における勤務回数の2分の1が限度
2人乗務 特例	<p>車両内に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</p>	<p>現行の内容に次の例外を追加</p> <p>【例外】設備（車両内ベッド）が※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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 <p>※ 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。</p>
隔日勤務 特例	<p>2暦日の拘束時間は21時間 休息期間は 継続20時間以上</p> <p>【例外】仮眠施設で夜間4時間以上の仮眠を与える場合、拘束24時間まで延長可（2週間に3回まで）</p>	現行どおり
フェリー 特例	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 	現行どおり



改善基準告示については、
パンフレットやQ&Aもご参照ください。

トラック運転者の改善基準の
ポイント（パンフレット）



改善基準告示に関するQ&A



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
	<p>【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)</p> <p>1年：3,400時間以内 1か月：310時間以内(年6か月まで)</p> <p>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</p>
1日の拘束時間	13時間以内(上限15時間、14時間超は2回までが目安)
	<p>【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)</p> <p>※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</p>
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
	<p>【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)</p> <p>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</p>
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
	<p>【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</p>
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
	<p>※2：予期し得ない事象とは、次の事象をいう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 <p>※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。</p>
特例	<p>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)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・分割休息は1回3時間以上 ・休息期間の合計は、2分割：10時間以上、3分割：12時間以上 ・3分割が連続しないよう努める ・一定期間(1か月程度)における全勤務回数の2分の1が限度
	<p>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)</p> <p>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</p>
	<p>【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</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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
	<p>※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</p>
	<p>隔日勤務(業務の必要上やむを得ない場合)</p> <p>2暦日の拘束時間は21時間、休息期間は20時間</p>
	<p>【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</p>
	<p>フェリー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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。令和6年4月1日から適用される。

トラック

36 協定記載例（様式第9号の3の4）（トラック）

時間外労働及び休日労働に関する協定届(例)(様式9号の3の4)(限度時間を超えない場合)

様式第9号の3の4（第70条関係）

時間外労働に関する協定届
休日労働

労働届出番号

法人番号

事業の種類		事業の名称		事業の所在地（電話番号）		協定の有効期間			
一般貨物自動車運送業（トラック）		〇〇運輸株式会社 〇〇支店		(〒 〇〇〇 - 〇〇〇〇) 〇〇市〇〇町1-2-3		〇〇〇〇年4月1日 から1年間			
時間外労働をさせる必要のある具体的事由		業務の種類	労働者数 (満18歳以上の者)	所定労働時間 (1日) (注意)	1日	1年(①)については360時間まで、②については320時間まで) 起算日 〇〇〇〇年4月1日 (年月日)			
時間外労働	別添協定書記載のとおり	自動車運転者（トラック）	20人	7.5時間	5時間	45時間	55時間		
		同上			5時間	5時間	45時間	55時間	
		同上			7.5時間	3時間	30時間	40時間	
	別添協定書記載のとおり	自動車整備士	3人	7.5時間	3時間	42時間	52時間	370時間	
		同上			7.5時間	2時間	20時間	30時間	320時間
		同上							
休日労働	休日労働をさせる必要のある具体的事由	業務の種類	労働者数 (満18歳以上の者)	所定休日 (注意)	労働させることができる法定休日における始業及び終業の時刻				
		自動車運転者（トラック）	20人	毎週2回	法定休日のうち、2週を通じて1回 9:00～23:00 法定休日のうち、4週を通じて2回 9:00～23:00				

協定の成立年月日 〇〇〇〇年3月12日

協定の当事者である労働組合（事業場の労働者の過半数で組織する労働組合）の名称又は労働者の過半数を代表する者の氏名 経理担当事務員 山田 花子

協定の当事者（労働者の過半数を代表する者の場合）の選出方法（投票による選挙）

上記協定の当事者である労働組合が事業場の全ての労働者の過半数で組織する労働組合である又は上記協定の当事者である労働者の過半数を代表する者が事業場の全ての労働者の過半数を代表すること。
上記により選出された者であつて使用者の意向に基づき選出されたものでないこと。

〇〇〇〇年3月15日

〇〇 労働基準監督署長殿

使用者 田中 太郎

職名 代表取締役

協定届に「別添協定書記載のとおり」と記載した場合には、協定書も添付して所轄の労働基準監督署長に届け出てください。

36 協定記載例（様式第9号の3の5）（トラック）

トラック

時間外労働及び休日労働に関する協定届(例)(様式9号の3の5)(限度時間を超える場合(特別条項))※1

様式第9号の3の5（第70条関係）

時間外労働 休日労働

時間外労働 に関する協定届（特別条項）

臨時的に限度時間を超えて労働させることができる場合	労働者数 (満18歳以上の者)	業務の種類	1日 (任意)	1箇月 (時間外労働及び休日労働を合算した時間数。 ①については100時間未満に限る。)		1年 (時間外労働のみの時間数。 ①については720時間以内、②については 960時間以内に限る。)		
				延長することができる時間数 及び休日労働の時間数	延長することのできる時間数 及び休日労働の時間数	延長することのできる時間数 及び休日労働の時間数		
① 下記の以外の者	別添協定書記載のとおり	運行管理者	7.5時間	4回	60時間	70時間		
	同上	経理事務員	6.5時間	3回	55時間	65時間		
② 自動車の運転の業務に従事する労働者	別添協定書記載のとおり	自動車運転者 (トラック)	6.5時間	8回	75時間	85時間		
限度時間を超えて労働させる場合における手続			労働者代表者に対する事前申し入れ					
限度時間を超えて労働させる労働者に対する健康及び福祉を確保するための措置			(該当する番号) ①、⑤、⑩	(具体的内容) 対象労働者への医師による面接指導の実施、年次有給休暇についてまとまった日数連続して取得することを求めた取得の促進、職場での時短対策会議の開催	対する労働者の過半数を代表する者の 氏名 経理担当事務員 山田 花子			
上記で定める時間数にかかわらず、時間外労働及び休日労働を合算した時間数は、1箇月について100時間未満でなければならない。かつ2箇月から6箇月までを平均して80時間を超えないこと（自動車の運転の業務に従事する労働者は除く。）			協定の成立年月日 〇〇〇〇年 3月 12日					
			協定の当事者である労働組合（事業場の労働者の過半数で組織する労働組合）の名称又は労働者の過半数を代表する者の 氏名 協定の当事者（労働者の過半数を代表する者の場合）の選出方法（投票による選挙）					
			上記協定の当事者である労働組合が事業場の全ての労働者の過半数で組織する労働組合である又は上記協定の当事者である労働者の過半数を代表する者が事業場の全ての労働者の過半数を代表する者であること。 (チェックボックスに要チェック)					
			上記労働者の過半数を代表する者が、労働基準法第41条第2号に規定する監督又は管理の地位にある者でなく、かつ、同法に規定する協定等をする者を選出することにより選出された者であつて使用者の意向に基づき選出されたものでないこと。 (チェックボックスに要チェック)					
			〇〇〇〇年 3月 15日					
			労働基準監督署長殿					

※1 様式9号の3の5は、労働時間内の時間外労働に関する協定届(11月)と限度時間を超える時間外労働に関する協定届(12月)の2種の記載が必要で、1枚の記載は、P21の記載を参照ください。
※2 限度時間を超える労働者に對し、以下のいずれかの健康確保措置を講ずることを定めなくてはなりません。出典する番号を記入し、右欄に具体的な内容を記載してください。
① 医師による面接指導 ② 就業から就業までの健康状態の観察(勤務時間インターバル) ③ 代休(休日) ④ 有給休暇の取得 ⑤ 心身からの負担軽減 ⑥ 就業環境の改善 ⑦ 就業環境の改善 ⑧ 就業環境の改善 ⑨ 就業環境の改善 ⑩ 就業環境の改善 ⑪ 就業環境の改善 ⑫ 就業環境の改善 ⑬ 就業環境の改善 ⑭ 就業環境の改善 ⑮ 就業環境の改善 ⑯ 就業環境の改善 ⑰ 就業環境の改善 ⑱ 就業環境の改善 ⑲ 就業環境の改善 ⑳ 就業環境の改善 ㉑ 就業環境の改善 ㉒ 就業環境の改善 ㉓ 就業環境の改善 ㉔ 就業環境の改善 ㉕ 就業環境の改善 ㉖ 就業環境の改善 ㉗ 就業環境の改善 ㉘ 就業環境の改善 ㉙ 就業環境の改善 ㉚ 就業環境の改善 ㉛ 就業環境の改善 ㉜ 就業環境の改善 ㉝ 就業環境の改善 ㉞ 就業環境の改善 ㉟ 就業環境の改善 ㊱ 就業環境の改善 ㊲ 就業環境の改善 ㊳ 就業環境の改善 ㊴ 就業環境の改善 ㊵ 就業環境の改善 ㊶ 就業環境の改善 ㊷ 就業環境の改善 ㊸ 就業環境の改善 ㊹ 就業環境の改善 ㊺ 就業環境の改善 ㊻ 就業環境の改善 ㊼ 就業環境の改善 ㊽ 就業環境の改善 ㊾ 就業環境の改善 ㊿ 就業環境の改善

協定届に「別添協定書記載のとおり」と記載した場合
には、協定書も添付して所
轄の労働基準監督署長に届
け出てください。

36 協定記載例（トラック）

協定書には赤枠部分を参考に改善基準告示と関係を決めるようにして、改善基準告示を遵守してください。

時間外労働及び休日労働に関する協定書(例)

〇〇運輸株式会社代表取締役〇〇〇〇〇〇〇〇(以下「甲」という。)と〇〇運輸労働組合執行委員長〇〇〇〇(〇〇運輸株式会社労働者代表〇〇〇〇〇〇〇〇)は、労働基準法第36条第1項の規定に基づき、労働基準法に定める法定労働時間(1週40時間、1日8時間)を超える労働及び変形労働時間制の定めによる所定労働時間を超える労働時間、かつ1日8時間、1週40時間の法定労働時間又は変形期間の法定労働時間の総枠を超える労働(以下「休日労働」という。)並びに労働基準法に定める休日(毎週1日又は4週4日)における労働(以下「休日労働」という。)に関し、次のとおり協定する。

第1条 甲は、時間外労働及び休日労働を可能な限り行わないよう努める。

第2条 甲は、就業規則第〇〇条の規定に基づき、必要がある場合には、次により時間外労働を行わせることができる。

	時間外労働を させる必要のある 具体的事由	業務の種類 (トラック)	従事する 労働者数 (満18歳 以上の者)	延長することができる時間	
				1日	1年
① 下記3に 該当しない 労働者	季節的な需要、乗 客の増加に対処す るため	自動車運転者 (トラック)	20人	5時間	45時間
	一時的な運送事情 の変化等に対処す るため	運行管理者	3人	5時間	45時間
	季節的な需要、乗 客の増加に対処す るため	荷役作業員	10人	3時間	30時間
② 1年単位 の変形労働時間制に より労働する 労働者	季節的な需要、乗 客の増加に対処す るため	自動車整備士	3人	3時間	42時間
	月末の決算業務	経理事務員	5人	2時間	20時間

2 自動車運転者(トラック)については、前項の規定により時間外労働を行わせることによって「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準」(以下「改善基準告示」という。)に定める1箇月及び1年についての拘束時間並びに1日についての最大拘束時間の限度を超えることとなる場合において、前項の限度をもつて、前項の時間外労働時間の限度とする。

第3条 甲は、就業規則第〇〇条の規定に基づき、必要がある場合には、次により休日労働を行わせることができる。

休日労働をさせる 必要のある具体的事由	業務の種類	従事する労働者数 (満18歳以上の者)	労働させることができる法定休日の 日数並びに始業及び終業の時刻
季節的な需要、乗客の増加に対 処するため	自動車運転者 (トラック)	20人	・法定休日のうち、4週を通じて1回 ・始業時刻 午前9:00 ・終業時刻 午後11:00
季節的な需要、乗客の増加に対 処するため	運行管理者	3人	・法定休日のうち、4週を通じて2回 ・始業時刻 午前9:00 ・終業時刻 午後11:00

2 自動車運転者(トラック)については、前項の規定により休日労働を行わせることによって、改善基準告示に定める1箇月及び1年についての拘束時間並びに1日についての最大拘束時間の限度を超えることとなる場合においては、当該拘束時間の限度をもつて、前項の休日労働の限度とする。

第4条 通常予見することのできない業務量の大幅な増加等に伴う臨時の場合であっても、次のいずれかに該当する場合は、第2条の規定に基づき時間外労働を行わせることができる時間を超えて労働させることができる。

	臨時に限度時間を 超えて労働させる ことができる場合	業務の 種類 (トラック)	従事する 労働者数 (満18歳 以上の者)	1日	1箇月	1年
				延長する ことができる ことのできる 時間数	延長する ことのできる 時間数及び 休日労働の 時間数	延長する ことのできる 時間数
① 下記3に 該当しない 労働者	季節的な需要、乗 客の増加に対処 するため	運行 管理者	3人	7時間	4回	550時間
② 1年単位 の変形労働時間制に より労働する 労働者	季節的な需要、乗 客の増加に対処 するため	経理 事務員	5人	6時間	3回	450時間
	突発的な業務需要、 乗客の増加に対処 するため	自動車 運転者 (トラック)	20人	6時間	8回	750時間

2 前項の規定に基づいて限度時間を超えて労働させる場合は増増率は35%とする。
なお、時間外労働が1箇月60時間を超えた場合の増増率は50%とする。

トラック

3 第1項の規定に基づいて限度時間を超えて労働させる場合における手続及び限度時間を超えて労働させる労働者に対する健康及び福祉を確保するための措置については、次のとおりとする。

限度時間を超えて労働させる場合 における手続	労働者代表者に対する事前申し入れ
限度時間を超えて労働させる労働 者に対する健康及び福祉を確保す るための措置	・対象労働者への医師による面談指導の実施 ・定次で休日に付いてまとまらずに日数連続して勤務することを含めた勤務の促進 ・職場での時間外労働の削減

4 自動車運転者(トラック)については、第1項の規定により時間外労働を行わせることによって改善基準告示に定める1箇月及び1年についての拘束時間並びに1日についての最大拘束時間の限度を超えることとなる場合においては、当該拘束時間の限度をもつて、第1項の時間外労働時間の限度とする。

第5条 第2条から第4条までの規定に基づいて時間外労働又は休日労働を行わせる場合においても、自動車運転者(トラック)については、各条に定める時間数等にかかわらず、時間外労働及び休日労働を合計した時間数は1箇月については100時間未満となるよう努めるものとする。

2 自動車運転者(トラック)以外の者については、各条により定められた時間数等にかかわらず、時間外労働及び休日労働を合計した時間数は、1箇月について100時間未満でなければならず、かつ2箇月から6箇月までを平均して80時間を超えないこととする。

第6条 第2条から第4条までの規定に基づいて時間外労働又は休日労働を行わせる場合においても、自動車運転者(トラック)については、改善基準告示に定める運転時間の限度を超えて運転業務に従事させることはできない。

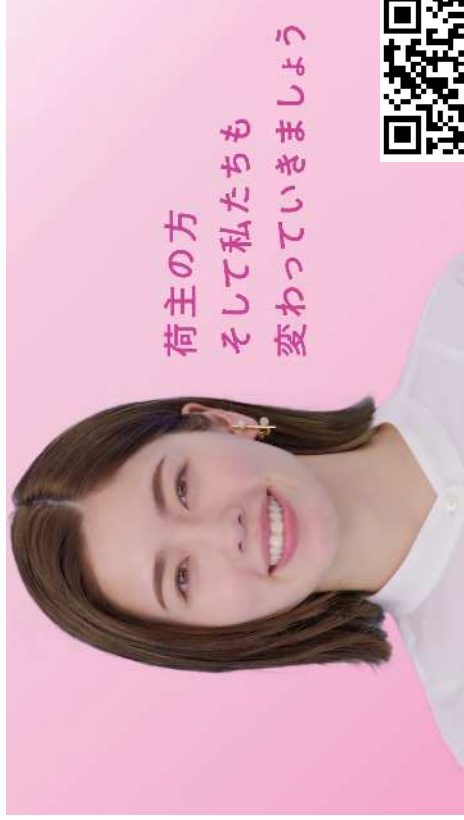
第7条 甲は、時間外労働を行わせる場合は、原則として、前日の終業時刻までに該当労働者に通知する。また、休日労働を行わせる場合は、原則として、2日前の終業時刻までに該当労働者に通知する。

第8条 第2条及び第4条の表における1年の起算日はいずれも〇年4月1日とする。
2 本協定の有効期間は、〇年4月1日から〇年3月31日とする。

〇年3月12日
〇〇運輸労働組合
執行委員長 〇〇〇〇 印
〔又は〕 〇〇運輸株式会社
労働者代表 〇〇〇〇 印
〇〇運輸株式会社
代表取締役 〇〇〇〇 印

働き方改革の実現に向けて、荷主の方にもご協力をお願いしています

- トラックドライバーの長時間労働の背景には、長時間の荷待ちなど取引慣行上の課題があり、また、再配達も負担となっている。
- 厚生労働省では、国土交通省と連携して働き方改革P R動画を通じるなどして、荷主に向けて荷待ち時間の削減への協力を呼びかけるとともに、国民に対しても再配達の削減を呼びかけている。



（働き方改革P R動画）



労働基準監督署から荷主等に対して、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を要請している。

長時間の荷待ちに関する情報

メール窓口



働き方改革P R動画のポイント

- トラックドライバーは、自動車運轉の業務の中でも、特に労働時間が長い業務であり、大型トラックでは全産業平均と比べて、年間労働時間が400時間程度長い状況にあること。
- 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、2024年度には約14%、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。
- トラックドライバーが決められた時間内で効率よく業務を行えるよう、荷主の方にも、トラック事業者等から待ち時間のことなどで相談があれば、協力して問題解決に取り組み、待機時間の削減等にご協力をいただきたいこと。
- 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。

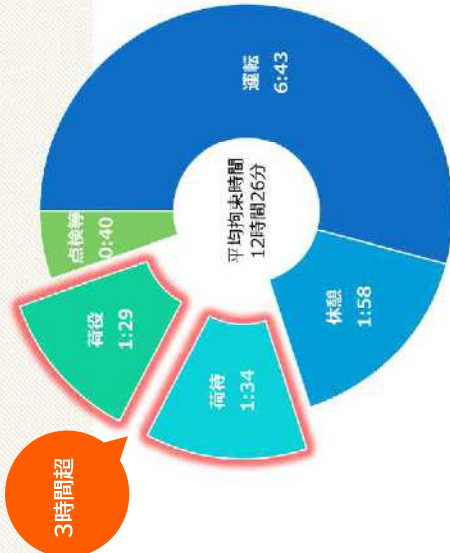


荷主・元請運送事業者の皆さまへ

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
になくっ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



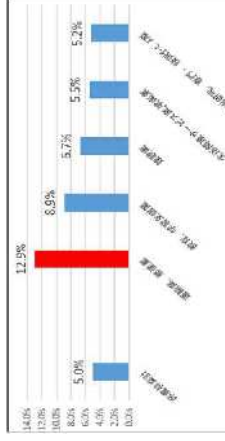
出典：国土交通省「トラック輸送状況の実態調査（R2）」

トラックドライバーの長時間労働を改善していくため、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）



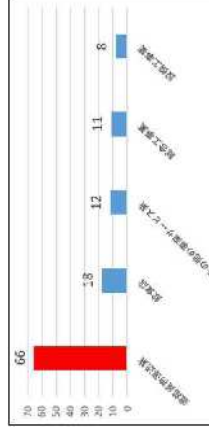
総務省「労働力調査」をもとに厚生労働省において作成

※ 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。

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。

脳・心臓疾患の労災支給決定件数
（R5年度、上位業種）



厚生労働省「令和5年度『過労死等の労災補償状況』より引用

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。

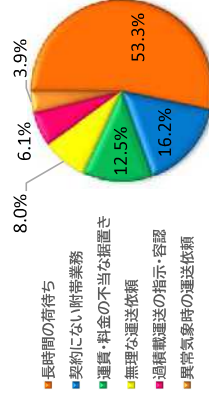


何も対策をしなければ、
2030年には34%の輸送力が
不足するかもしれません。

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」
「契約がない附帯業務」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その他の行為

発荷主・着荷主・元請運送事業者の皆さまへのおお願い

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、契約にない附帯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。



バンフレット
「荷役作業での労働災害を防止しよう！
（トラック輸送事業者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。

※改善基準告示について、詳細はバ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。



バンフレット
「トラック運転者の労働時間
等の改善基準のポイント」

「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」は附帯作業の料金等、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管理体制等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		

15

15

荷主の皆様、トラック運送事業者の皆様へ

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

トラクタップページ

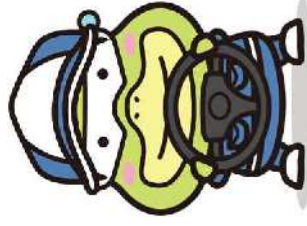
いま、考えてみませんか？
**物流を支える
トラック運転者**
のこと。

物流情報局
NEW
● 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

新規OPEN!!

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様へのご相談先

- 働き方改革推進支援センター など

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）

時間外労働																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																								
-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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

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

※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▶

陸上貨物の荷主、配送先、元請事業者等の皆さま

自動車運転者の「安全確保の徹底」にご協力をお願いします！

陸上貨物運送事業における労働災害が高止まりしています。自動車運転者の安全確保のためには、荷主、配送先、元請事業者等の皆さまの取り組みが不可欠です。

新型コロナウイルス感染症拡大により配達需要が増加している中、一人ひとりが安全に安心して働けるよう、安全対策に取り組みましょう！

厚生労働省では、自動車運転者の安全確保のため、以下のガイドラインを策定しています。

具体的な実施事項等は、**裏面のチェックリスト**で確認ください。

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

陸運業に従事する労働者の荷役作業での労働災害を防止するために、**荷役作業場所における安全の確保等**、陸運事業者、荷主、配送先、元請事業者などが取り組むべき事項を示したものを。



ガイドラインのポイント

交通労働災害防止のためのガイドライン

交通労働災害の防止を図るための指針として、**安全な走行ができない可能性が高い発注の禁止等**、事業者や運転者の責務と、荷主、元請事業者等による配慮事項等を示したものを。

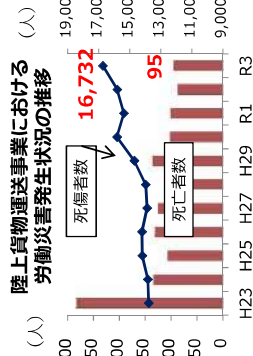


ガイドラインのポイント

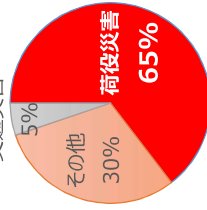
陸上貨物運送事業における労働災害の傾向

災害は増加傾向 7割が荷役作業で発生

毎年約15,000人が被災しています。毎年約10,000件の災害が荷役作業で発生しています。



交通災害



出典：労働者死傷病報告（休業4日以上）、死亡災害報告
※令和2年の死傷者数15,815人のうち、無作為に1,000件を抽出し、集計したもの
※内訳は作業内容（令和2年）



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

安全対策ができていないか、以下のチェックリストで確認してください

荷役作業の安全対策チェックリスト

（「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」より）

① 貴社の荷役場所を安全な状態に

- ☐ 荷の積卸しや運搬機械、用具等を使用するための十分な広さを確保している
- ☐ 十分な明るさで作業している
- ☐ 着時刻の分散など混雑緩和の工夫をしている
- ☐ 荷や資機材の整理整頓をしている
- ☐ 風や雨が当たらない場所で作業している

② 墜落、転倒、腰痛等の対策

- ☐ 墜落や転落を防ぐ対策をしている
（手すりやステップ、墜落制止器具取付設備（親綱等）の設置等）
- ☐ つまづきやすい、滑りやすい場所の対策をしている
（床の段差・凹凸の解消、床面の防滑、防滑靴の使用等）
- ☐ 人力で荷を扱う作業では、できるだけ機械・道具を使用している

③ 陸運事業者との連絡・調整

- ☐ 荷役作業を行わせる陸運事業者には、事前に作業内容を通知している
- ☐ 荷役作業の書面契約をしている
- ☐ 配送先における荷卸しの役割分担を安全作業連絡書等で明確にしている
- ☐ 安全な作業を行うよう余裕を持った着時刻を設定している

※ 上記は、同ガイドラインに示している事項のうち主要なものを記載しています。詳細についてはガイドライン本文を参照ください。

交通労働災害防止対策チェックリスト

（「交通労働災害防止のためのガイドライン」より）

荷主、元請事業者等による配慮

- ☐ 荷主、元請事業者等の事情での直前の貨物の増量による過積載運行を行わせていない
- ☐ 到着時刻の遅延が見込まれる場合、到着時刻の再設定やルート変更等を行っている
- ☐ 改善基準告示に違反し安全な走行ができない可能性が高い発注をしないようにしている
- ☐ 荷積み・荷卸し作業の遅延で予定時間に出発できない場合、到着時間を再設定し、荷役作業開始まで荷主の敷地内で待機できるようにしている

ご不明な点は、最寄りの都道府県労働局、労働基準監督署へお問い合わせください。