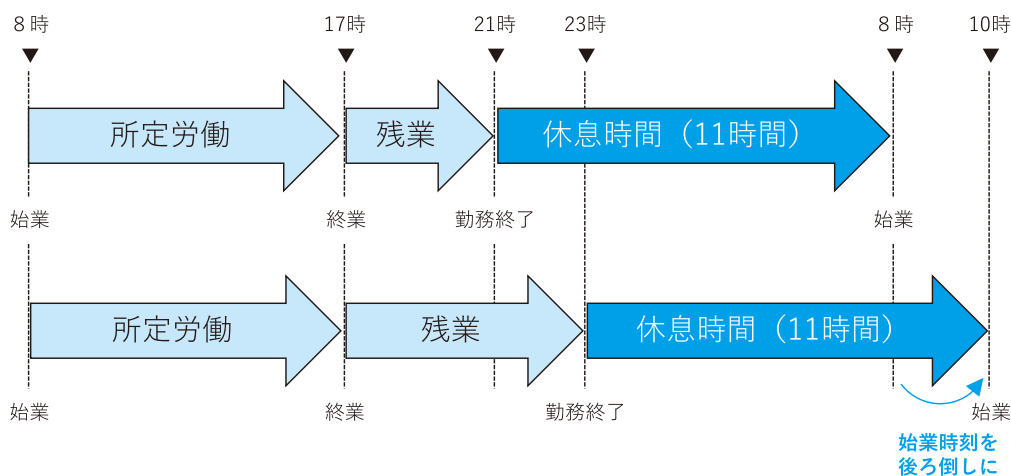


## 勤務間インターバル制度の概要

1日の勤務終了後、翌日の出社までの間に、一定時間以上の休息時間（インターバル）を確保する仕組みです。

この仕組みを企業の努力義務とすることで、働く方々の十分な生活時間や睡眠時間を確保します。

【例：11時間の休息時間を確保するために始業時刻を後ろ倒しにする場合】



「8～10時」を働いたものとみなす方法などもあります。

【EU主要国の勤務間インターバル規制】

国等	内容
EU指令	加盟国は、すべての労働者に、24時間ごとに、最低でも連続11時間の休息期間を確保するために必要な措置をとるものとする。
ドイツ	労働者は、1日の労働時間の終了から次の日の開始までの間に連続した最低11時間以上の休息時間をとらなければならない。
フランス	勤務終了後は、少なくとも11時間、就労することができない。
イギリス	労働者には、24時間当たり最低でも連続11時間の休息期間が与えられなければならない。

出典：第4回勤務間インターバル制度普及促進のための有識者検討会資料より抜粋

### 過労死等の防止のための対策に関する大綱（令和3年7月30日閣議決定）

#### 過労死等防止対策の数値目標

- 勤務間インターバル制度について、労働者30人以上の企業のうち、
- (1) 制度を知らなかった企業割合を5%未満とする（2025年まで）
  - (2) 制度の導入企業割合を15%以上とする（2025年まで）