

労働法の基礎講座

第15回



【労働時間】 休憩時間の原則

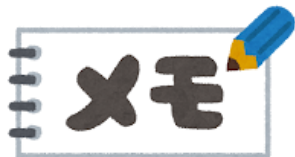
休憩時間は、労働時間が6時間を超える場合は45分以上、8時間を超える場合は1時間以上必要です

休憩時間には以下の3つの原則があります。



- ① 労働時間の**途中に**与えること
- ② **一斉に**与えること
- ③ **自由利用**できること

※自由利用できることとは、電話番等のために特定の場所にいることを命じるなど、自由にその時間を利用できない条件がないことをいいます。



休憩の一斉付与の原則については、商業（小売業、卸売業）、接客娯楽業、運輸交通業など一定の業種は適用外であり、その他の業種も労使協定を結ぶことで一斉に与えないことも可能。

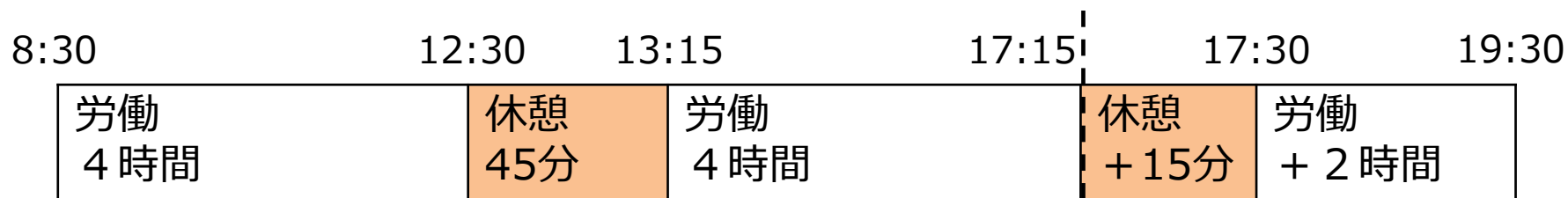


■ 労働時間を延長する場合の休憩の与え方は？

作業能率の維持・向上や、労働災害防止の観点から、休憩を適切に付与することはとても大切です。

労働時間を延長した結果、その日の労働時間が6時間又は8時間を超える場合は、労働時間の途中に追加で休憩を与え、法定の休憩時間を確保する必要があります。

(例) 1日8時間労働、休憩45分のところ、労働時間を2時間延長する場合



1日の労働時間が8時間を超えるので、15分の休憩を追加で付与し、1時間以上の休憩時間を確保

