

自動車
運転者の

トラック運送事業者の皆様へ



時間外労働の上限規制・改善基準告示

進めよう！
ドライバーの
働き方改革・TOKYO

長時間労働
の改善

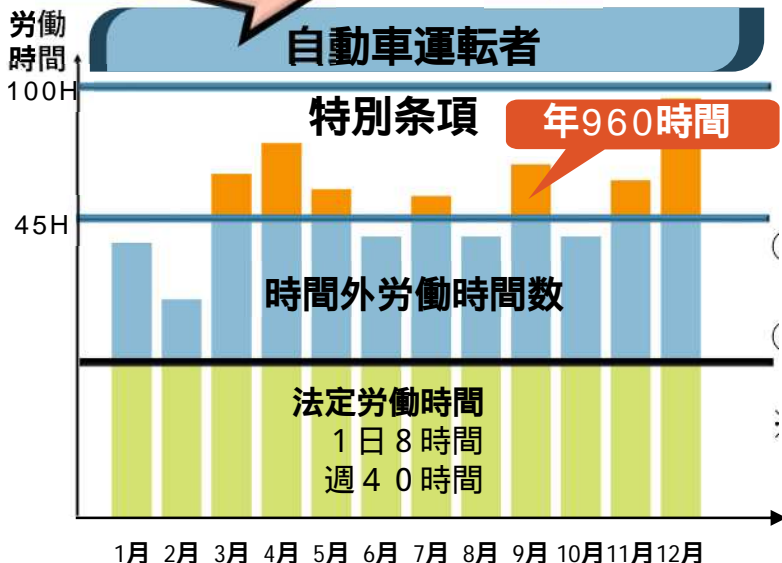
年次有給
休暇取得

人材
確保

災害防止
交通安全

積極的に取り組ん
で行きましょう！！

ポイント



【原則】月 45 時間
年間 360 時間

【特別条項】

(臨時的な特別な事情の場合)

特別条項の上限は、単月・複数月平均の上限はなく、年間960時間
特別条項の回数制限の適用なし

その他、改善基準告示を遵守していただく必要があります。
改善基準告示の詳細については裏面をご覧ください。



東京労働局・労働基準監督署(支署)・公共職業安定所

改善基準告示の主な改正内容

「自動車運転の業務」に従事する労働者については、労働基準法の**時間外労働の上限規制**とともに**改善基準告示**を遵守していただく必要があります。

○1年、1か月の拘束時間

【原則】：1年間の総拘束時間**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（**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）。

284時間超は連続3か月まで、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 **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、**16時間**まで延長可（週**2回**まで）

○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、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、運航終了後に継続**12時間**以上の休息期間を与える。

○分割休息特例（継続**9時間**の休息期間を与えることが困難な場合）

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分**が限度

以下を含めた総合対策をお願いします！



安全衛生対策（労働基準監督署）

— 「荷役災害」「腰痛災害」「交通労働災害」防止対策—

- 「荷役作業安全ガイドライン」に基づく荷役災害防止対策
陸運事業者及び荷主等が連携して対策に取り組みましょう。
- 「職場における腰痛予防対策指針」に基づく腰痛予防対策
作業態様別（重量物取扱い、車両運転時）の対策を実施しましょう。
- 「交通労働災害防止のためのガイドライン」に基づく対策
管理体制・適正な労働時間管理・教育実施・健康管理などを推進しましょう。

人材確保・就職支援（ハローワーク）

— 「人材確保」「就職支援」を専門スタッフが支援—

- 人材確保等支援助成金をご活用ください！
労働環境の向上等を図る事業主や事業協同組合等に対して助成



- 求人者の皆様を支援します！
対象職種の求人募集を行う事業主の方を対象に支援
- 求人・求職のマッチングを促進します！
対象職種での就職を希望する方を対象に支援
- 求職者の皆様を支援します！
求人・求職を促進する各種のイベントを開催

