

ろうどうじかん 労働時間 のこと

○ 法律で 決まっている 労働時間 (=法定労働時間)

労働基準法と いう 法律が 労働時間について 決めて います。

労働時間とは、使用者が 指導、監督を している 時間の ことです。

作業の 準備、あと片付け、研修 (=仕事について 勉強する 時間) も、使用者から

指示 (=命令) が あって している 場合は、労働時間です。

労働時間は、1週間に 40時間、1日 8時間を 超えたら、法律違反です。

労働時間は、休みの 時間を 入れないで 計算します。

特別な 職業では 労働時間が 一週間に 44時間までと なっている 場合も あります。

(10人より 少ない 人で 仕事を している 商業、映画・演劇業、保健衛生業、

接客娯楽業の 場合です。)

○ 休憩時間 (=休み時間のこと)

使用者は、労働時間の 途中で 休憩時間を 労働者に 与えないと いけません。

6時間を 超える 労働の 場合、45分以上 与えます。

8時間を 超える 労働に 対しては 1時間以上 与えます。



休憩時間は、すべての 労働者に 同じ 時間に 一緒に 与えないと いけません。また、

休憩時間には労働者が 自由に 動けるように しないと いけません。(一部の 職種、
せいかつの いろいろなこと (にしのみやしの ばあい))

ぎょうしゆ ちが しょうしゃ ろうどうしゃ とくべつ かみ か やくそく ばあい ちが
業種は 違います。使用者と労働者とで、特別に 紙に 書いて 約束を した 場合は 違
ます。)

ざんぎよう わ ま ちんぎん きゆうじつ きゆうか ほうりつ
このほかに、残業、割り増し賃金、休日、休暇などについて 法律が あります。

おも れんらくさき
(主な 連絡先)

ひょうごろうどうきよく かんとくか
・兵庫労働局 監督課

がいこくじんこようさーびすせんたー たいおうげんご ちゅうごくご
外国人雇用サービスセンター (対応言語：中国語) 0570-001-702

ひめじろうどうきじゆんかんたくしよ がいこくじんろうどうしゃそうだんこーなー たいおうげんご べとなむご
・姫路労働基準監督署 外国人労働者相談コーナー(対応言語：ベトナム語) 079-224-8181

くわ こうせいろうどうしょうほーむぺーじ しら たげんごたいおう
詳しいことは 厚生労働省ホームページから 調べてください (多言語対応)。

<https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/soudan/foreigner.html>

にしのみやろうどうきじゆんかんたくしよ
・西宮労働基準監督署 0798-26-3733

※ くわ ろうどうきじゆんかんたくしよ そうだん う つ にほんご ひと
詳しいことは、労働基準監督署や 相談を 受け付けるところに 日本語がわかる人と

いっしょ き
一緒に聞いてください。