

# 一休さんになるろ。

働きすぎはよくないよ。  
トンチも働かず、心も体も悪くする。  
しっかり働いて疲れたら  
趣味やスポーツでリフレッシュ。  
きちんと一休みしましょうね。



## 労使の協力で、労働時間を 適正化しましょう。

労働者の健康を損なう過重労働はいけません。  
労働基準法に違反する賃金不払残業も許されないことです。  
労使が協力し長時間労働を抑制しましょう。

**11月**は「**労働時間適正化キャンペーン**」期間です。

無料

「労働時間相談ダイヤル」  
労働時間に関するご相談はこちら



なくしましょう 長い残業  
**0120-794-713**

**11月6日(土)**  
9時00分～17時00分



厚生労働省・都道府県労働局・労働基準監督署

# 11月は 「労働時間適正化 キャンペーン」期間です。

## 現状の 課題

労働時間等の現状を見ると、週の労働時間が60時間以上の労働者の割合は減少傾向にあるものの依然として高い水準で推移するなど未だ長時間労働の実態が見られます。脳・心臓疾患に係る労災認定件数は平成21年度においても293件に上るなど、過重労働による健康障害も依然多い状況にあります。割増賃金の不払に係る労働基準法違反も後を絶たないところです。

長時間にわたる過重な労働は、疲労の蓄積をもたらす最も重要な要因です。

時間外・休日労働が月45時間を超えて長くなるほど、業務と脳・心臓疾患の発症との関連性が強まります。

労働基準法に違反する、賃金不払残業(いわゆる「サービス残業」)は、あってはならないものです。

(「賃金不払残業」とは、所定労働時間外に労働時間の一部、又は全部に対して、所定の賃金、又は残業手当を支払うことなく労働を行わせることです。)

## これらの問題を解消するためには、

### 労働時間を適正に把握し、時間外労働に対する適切な対処が必要です。

厚生労働省「労働時間の適正な把握のために使用者が講ずべき措置に関する基準」(平成13年4月)

## 過重労働による健康障害を防止するために

### ①時間外・休日労働時間の削減

- 時間外労働協定は、基準(\*)に適合したものとすることが必要です。  
※「労働基準法第36条第1項の協定で定める労働時間の延長の限度等に関する基準」(平成10年労働省告示第154号)
- 月45時間を超える時間外労働が可能な場合にも、実際の時間外労働は月45時間以下とするよう努めましょう。
- 休日労働についても削減に努めましょう。

### ②労働者の健康管理に係る措置の徹底

- 長時間労働者に対する面接指導等
- 健康管理体制の整備、健康診断の実施等を実施しましょう。  
※厚生労働省「過重労働による健康障害を防止するために事業者が講ずべき措置」(平成18年3月)

## 賃金不払残業を解消するために

- 労働時間適正把握基準の遵守
  - 適正に労働時間の管理を行うためのシステムの整備
  - 職場風土の改革
  - 労働時間を適正に把握するための責任体制の明確化とチェック体制の整備等を実施しましょう
- ※厚生労働省「賃金不払残業の解消を図るために講ずべき措置等に関する指針」(平成15年5月)