

労務 ROAD

トラック運転者の労働時間等の改善のための基準について

長い拘束時間、過重労働、それに伴う健康問題など、ドライバー業務に従事する人を取り巻く環境は、多くの問題が取り沙汰されています。特に運送会社は業務の性質上、トラック運転者の長時間労働は慢性的に発生しており、居眠り運転や交通事故、過労死といった労働災害の一因となることから、非常に大きな問題です。そこで今回は、**令和4年12月23日に改正され、令和6年4月1日から適用される、自動車運転者の労働時間等の改善のための基準（改善基準告示）**から、トラック運転者に着目し、改善のポイントをお知らせします。



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 ^(※1) 、16時間まで延長可(週2回まで) ※1：1週間における運行がすべて長距離貨物運送(一の運行の走行距離が450km以上の貨物運送)で、一の運行における休息期間が住所地以外の場所におけるものである場合
運転時間	2日平均1日：9時間以内 2週平均1週：44時間以内
連続運転時間	4時間以内 運転の中断時には、原則として休憩を与える(1回おおむね連続10分以上、合計30分以上) 10分未満の運転の中断は、3回以上連続しない 【例外】 SA・PA等に駐車できないことにより、やむを得ず4時間を超える場合、4時間30分まで延長可

用語解説



拘束時間とは？

始業時刻から終業時刻までの時間です。実際の労働時間と休憩時間の合計時間すべてを「拘束時間」としています。

この「拘束時間」の中には、**運転・整備・荷受け・荷下ろしなどの実作業を行う労働時間以外に、休憩時間や荷待ち時間も含まれます。**

長距離トラックの乗務であれば、数日に渡ることもありますし、待機時間や仮眠時間があるでしょう。「拘束時間」には、これらも含んでいます。

休息時間とは？

勤務と次の勤務の間の時間です。会社の指揮命令などに縛られない私生活の自由な時間のことを言います。

1日の休息時間は、**継続して11時間以上を基本とし、継続9時間を下回らない**としています。

睡眠時間も含めているという休息時間なので、細切れに通算して11時間ないし9時間といった休みのことではありません。

運転時間の限度とは？

運転時間が長くなればなるほど、注意力の低下や、肉体的・精神的疲労の蓄積される為運転時間にも限度があります。

このため、運転時間には1日・1週・連続運転時間など厳しく規制がされています。

1日の運転時間の限度が、平均で9時間ということで、1日目18時間、2日目0時間＝平均9時間といったことは認められていません。

拘束時間・運転時間の限度のルールに則れば、現実にもそうした運行計画は組めません。

【厚生労働省より】

VOL.840
(2302-3)



〒541-0054
大阪市中央区南本町
2-6-12
サンマリオンタワー16F
TEL:06-6224-0264
FAX:06-6224-0265
H P: <https://k-s-j.net/>
編集：平原・姚・茅原・石田

社長が入れる
労災保険のことなら

「葛城経営研究会」

詳しくは、
06-6224-0480 まで！

娘が2/25で2歳4か月になります。髪を結んでほしいと言ってきたり、お気に入りの上着ばかり着るなど、こだわりが強いです。寝るときでも髪を結んでほしいと言ってきて、結んであげないと大泣きするので仕方なく髪を結んであげて、寝てからほどこことも多いです。たまにそのまま一緒に寝てしまい、朝起きたら寝癖がすごいことになっていることもあります。最近「パパとお風呂入る！」と言ってくれるので可愛くて仕方がないです。
(井貫)

2月労務スケジュール

- ・2022年分所得税、個人住民税、個人事業税の確定申告と納付の開始
(2月16日から3月15日まで)