

働き方改革を
定着させよう!

働く者のための 働き方改革の 一層の推進を!

!! こだわろう! 暮らしの向上
ひろげよう! 仲間の輪

誰もが安心して、
健康に働き続けられる
環境づくりのために、
長時間労働は正の
取り組みを一層前進させ、
働く者のための働き方改革を
定着させよう!

① 労働時間管理の徹底と長時間労働の是正に取り組もう!

労働時間の客観的な方法による把握と適正管理の徹底、労働時間制度の運用実態の把握および適正な運用に向けた取り組みを徹底しましょう!

労働時間の 適正な把握と 管理の徹底を

テレワークなどを含め、すべての
労働者の労働時間を適正に
把握・管理し、過重労働の防止に
取り組みましょう!

労使協議等を通じた 「労働時間の短縮」を 進めよう

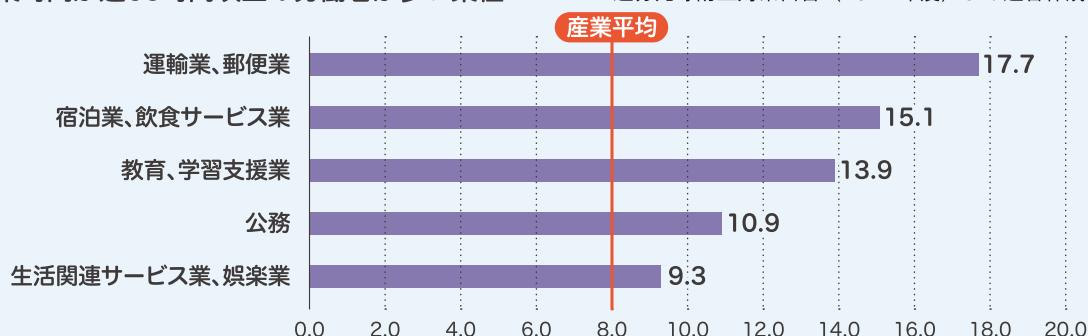
日常的な労使協議等において、フレック
スタイム制などの労働時間制度の運用実
態とその課題を把握するとともに、職場
実態を踏まえた36協定の見直しを通
じて労働時間の短縮を進めましょう!

健康・福祉 確保措置の実施!

やむを得ず特別条項付き
36協定を締結する場合
は、健康・福祉確保措
置が実施されるよう、
しっかりと求めましょう!

就業時間が週60時間以上の労働者が多い業種

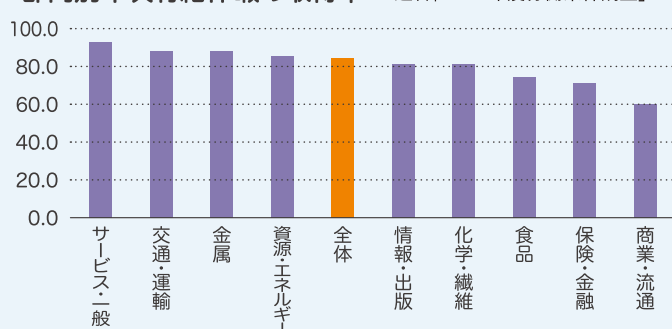
過労死等防止対策白書（2024年度）より連合作成



② 年次有給休暇の取得を促進しよう!

年5日の取得義務のみならず、
労働者が希望に応じて年次有
給休暇を取得できるよう、職
場の業務量や配分、人員体制
の見直しなどについて労使で
話し合いましょう!

部門別年次有給休暇の取得率 連合「2024年度労働条件調査」より



年休の取得日数が
少ない場合は、
計画的付与制度なども
検討してみましょう。

▶ 年次有給休暇取得促進
特設サイト



働き方改革を
定着させよう!働く者のための
働き方改革の一層の推進を!

③ 勤務間インターバルを導入しよう!

生活時間や休息時間がしっかりとれるよう、勤務間インターバル制度導入に取り組みましょう。

勤務間インターバルとは…

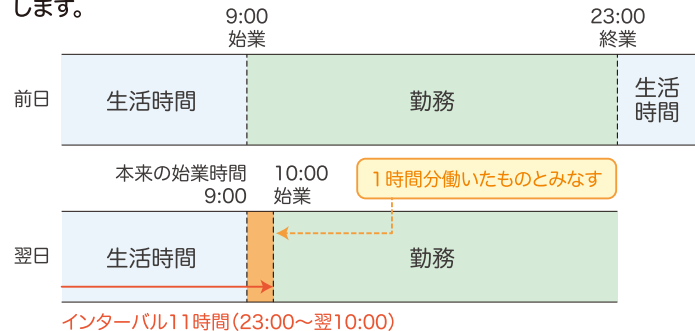
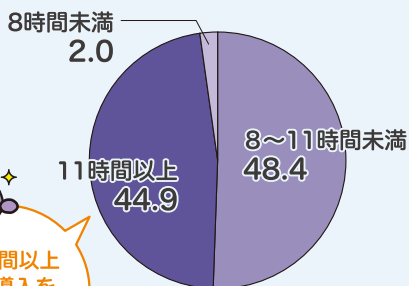
終業から次の始業までに一定の休息時間を確保する仕組みのこと。労働者の健康の維持・向上、労働者の定着、生産性の向上といったメリットが考えられます。11時間のインターバル確保のため、始業からインターバル時間までは働いたものとみなす方法での導入をめざしましょう!

▶ 勤務間インターバル
制度導入・運用マニュアル



望ましい導入例

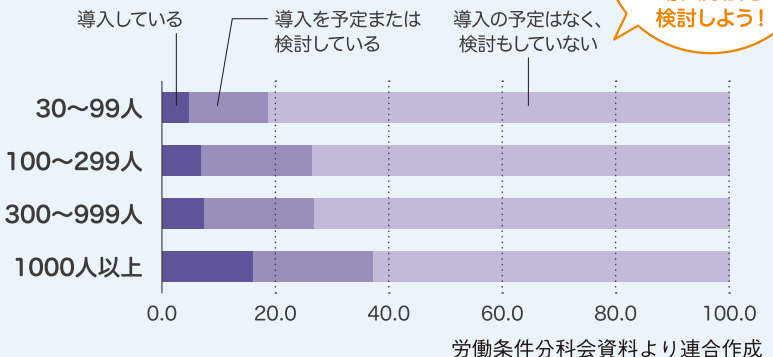
始業時間が9:00の労働者で前日の終業時間が23:00の場合、翌日の始業時間からインターバル時間である10:00までは働いたものとみなします。

制度を導入している企業における
インターバル時間数

11時間以上
での導入を
めざしましょう!

就労条件総合調査 (厚労省)

企業規模別勤務間インターバルの導入状況



中小企業でも
工夫して制度を
導入している企業も!
職場の実態に合った
導入方法を
検討しよう!

④ つながらない権利を実現しよう!

勤務時間外に業務上の連絡をとらないようにする社内制度などの整備に向けて、労使協議などに取り組みましょう。



連合
「労働組合のための
組織再編・倒産対策
ハンドブック」を
活用しよう!



賃金や労働時間など、働くことで疑問に思ったらご相談ください

連合なんでも労働相談ホットライン

フリーダイヤル 0120-154-052

はたらくのそばで、
ともに歩む

日本労働組合総連合会(連合)