



監督署の窓

改善基準告示が改正 されます

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）は「自動車運転者の労働時間等の改善のための基準の一部を改正する件」（令和4年厚生労働省告示第367号）により令和4年12月23日に改正され、令和6年4月1日から適用されることとなっています。改善基準告示は、自動車運転者の拘束時間、休息期間等の基準を定めたもので、拘束時間とは、始業時刻から終業時刻までの時間で、労働時間と

休憩時間（仮眠時間を含む）の合計時間をいい、休息期間とは、勤務と次の勤務の間の時間で、睡眠時間を含む労働者の生活時間として、労働者にとつて自由な時間をいいます。

今回はトラック運転者の改善基準告示改正の概要についてお伝えします。

1、1年・1か月の拘束時間

1年で3300時間以内、1か月で284時間以内となります。

例外として労使協定により、①②を満たす場合、1年で3400時間以内、1か月310時間以内（年6か月まで）まで延長することがあります。

①284時間超えは連続3回まで、②1か月の時間外・休日労働が100時間未満となるよう努める。

2、1日の拘束時間

13時間以内（上限15時間、14時間超えは週2回までが目安）となります。

例外として宿泊を伴う長距離貨物運送の場合

（※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外以外の場所におけるものである場合）、16時間まで延長することができ（週2回まで）。

3、1日の休息期間

継続11時間以上与えるよう努めることを基本とし、9時間を下回ってはいけません。

例外として宿泊を伴う長距離貨物運送の場合は（右記※と同じ）、継続8時間以上（週2回まで）とし、休息期間のいずれかが9時間を下回る場合は、運行終了後に継続12時間以上の休息期間を与えなければなりません。

4、運転時間

2日平均で1日当たり9時間以内、2週間平均で1週間当たり44時間以内です。

5、連続運転時間

4時間以内です。また、運転の中断時には、原則として休憩を与え（1回のおおむね連続10分以上、合計30分以上）、10分未満の運転の中断は、3回以上連続してはいけません。例外として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分まで延長できます。

6、予期し得ない事象の場合

予期し得ない事象への対応時間を1日の拘束時間、運転時間（2日平均）、連続運転時間から除くことができます。予期し得ない事象とは、①運転中に乗務している車両が予期せず故障したこと

②運転中に予期せず乗船予定のフェリーが欠航したこと

③運転中に災害や事故の発生に伴い道路が封鎖されたこと又は道路が渋滞したこと
④異常気象（警報発表

時）に遭遇し運転中に正常な運行が困難となったこと

をいいます。これらについては、運転日報上の記録に加え、客観的な記録（公的機関のHP情報等）が必要です。

また、勤務終了後、通常どおりの休息期間を与えなければなりません。

7、特例

●分割休息（連続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時間以上で、休息期間の合計は、2分割で10時間以上、3分割で12時間以上とし、3分割が連続しないよう努めなければなりません。また、一定期間（1か月程度）における全勤務回数（2分の1が限度です）

●2人乗務（自動車運転者が同時に1台の自動車に2人以上乗務する場合）

身体を伸ばして休息できる設備がある場合、拘束時間を20時間まで延長し、休息期間を4時間ま

で短縮することができま
す。

例外として設備（車両
内ベッドで長さ198cm
以上、かつ、幅80cm以上
の連続した平面であり、
かつ、クッション材等
より走行中の路面等から
衝撃が緩和されるもの）
が設けられている場合、
拘束時間を24時間まで延
長することができ（ただ
し、運行終了後、継続11

時間以上の休息期間を
与えることが必要）、さら
に8時間以上の仮眠時間
を与える場合、拘束時間
を28時間まで延長できま
す。

● 隔日勤務（業務の必要
上やむを得ない場合）

2 暦日の拘束時間は21
時間以内、休息期間は20
時間以上です。

例外として仮眠施設で
夜間4時間以上の仮眠を

与える場合、2 暦日の拘
束時間を24時間まで延長
できます（2 週間に3回
まで）。また、2 週間の
拘束時間は126時間
（21時間×6勤務）を超
えることができません。

● フェリー

フェリー乗船時間は、
原則として休息期間（減
算後の休息期間は、フェ
リー下船時刻から勤務終
了時刻までの間の時間の

2分の1を下回ってはな
りません。フェリー乗船
時間が8時間を超える場
合、原則としてフェリー
下船時刻から次の勤務が
開始されます。

8、休日労働

休日労働は2週間に1
回を超えてはならず、休
日労働によって拘束時間
の上限を超えてはなりま
せん。

自動車運転者に係る時
間外労働上限規制の適用
猶予期限は令和6年3月
31日となっています。改
善基準告示の改正内容と
併せて、適切な労務管理
の準備をお願いいたします。
詳しい内容は次のとお
りです。

【厚生労働省
ホームページ】



令和6年4月~適用

トラック運転者の改善基準告示が改正されます！

自動車運転者の労働時間等の基準が改正されます

1年の拘束時間	1か月の拘束時間	1日の休息期間
改正前(年換算) 3,516時間	改正前(月換算) 原則:293時間 最大:320時間	改正前 継続8時間
改正後 原則:3,300時間 最大:3,400時間	改正後 原則:284時間 最大:310時間	改正後 継続11時間を 基本とし、継続9時間

自動車運転の業務(ドライバー)に年960時間の上限規制が適用されます

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare
厚生労働省ホームページ http://www.mhlw.go.jp

詳しい情報や相談窓口はこちら
厚生省 改善基準告示 検索

詳しくは裏面へ

令和6年4月1日より建設業・自動車運転業務・医師にも、労働基準法の時間外労働の上限規制等を遵守する義務が生じます

建設業・自動車運転業務・医師 『2024年問題対応総合支援事業』 ご案内

- 建設業対応セミナー 5月26日(金) 講師 当協会専務理事・事務局長 市之瀬高司 特定社会保険労務士
- 自動車運転業務対応セミナー 6月5日(月) 講師 インフォシア代表 高橋真悟 社会保険労務士
- 医師対応セミナー 6月6日(火) 講師 おおにし社会保険事務所所長・当協会ホワ企企業推進室長 大西正高 特定社会保険労務士・医療労務コンサルタント

愛知県下各労働基準協会 主催

※詳しくは本誌同封案内もしくは、当協会総合受付にお問い合わせください (☎052-961-1666)