

5-12 休憩時間

休憩 法第34条

休憩付与の3原則とその例外

休憩付与の3原則

[1] 労働時間の途中に与える
(労働時間6時間を超えて45分、8時間を超えて60分)

[2] 一斉付与

[3] 自由利用

休憩付与の3原則の例外

[1] 休憩を付与しなくてもよいとされているもの
(則第32条) → 交通運輸の長距離乗務員等及び30人未満の郵便局

[2] 一斉付与原則の例外(則第31条) → 商業、金融業等

[3] 自由利用原則の例外(則第33条) → 警察官、乳児院等

労働時間が6時間を超える場合においては少なくとも45分、8時間を超える場合においては少なくとも60分の休憩時間を、原則として一斉に労働時間の途中において与えなければならない。(労基法第34条1、2項)

休憩時間は自由に利用させなければならない。(同3項)

所定労働時間内の休憩時間が45分とされている事業場では、時間外労働を行うことによって労働時間が8時間を超える場合、15分の休憩を追加して与えなければならない。

休憩時間の最長限度についての定めはないが、「労働者をいたずらに長時間事業場に拘束しておくこととなり、望ましくない(厚生労働省労働基準局「労働基準法上巻」とした通牒がある。

休憩時間には、手待時間を含まず、労働者が権利をして労働から離れることを保障されている時間をいう(昭22.9.13基発17)。

なお、休憩付与に関しては、図表5-12「休憩付与の3原則の例外」に記載のとおり例外の定めがある(則31,32,33)。