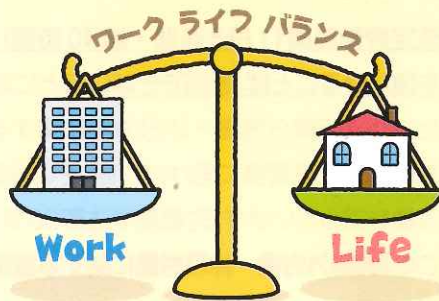




働き方を見直して、  
イキイキと働き続けられる  
職場に!

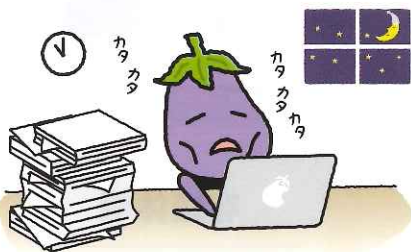
仕事・休息・自分の時間、  
このバランスが大切



Action! 連合秋田 全国一斉集中  
労働相談ホットライン  
36 0120-154-052  
いこうよ れんごうに

⚠️ 1つでもあてはまったら、すぐに連合に相談を!

長時間労働が続いている



休憩時間がとれない



有給休暇がとれない



睡眠時間が足りない



ゆっくりくつろぐ時間がない



「36協定」を知らない



連合秋田 全国一斉集中  
労働相談ホットライン  
0120-154-052  
フリーダイヤル いこうよ れんごうに

連合を知らない

LINEで  
友達登録!



2018年12月11日(火)~12日(水) 10:00~19:00

※上記期間以外も受け付けています。 ※電話をかけた都道府県の連合事務所につながります。

日本労働組合総連合会 秋田県連合会 (連合秋田)

知っていますか？

# 「働くあなたを守る法律！」



## サブロク 残業には「36協定」が必須！

法定労働時間(1日8時間・週40時間)を超えて、または法定休日に、使用者が労働者を働かせることは、原則できないことになっています。

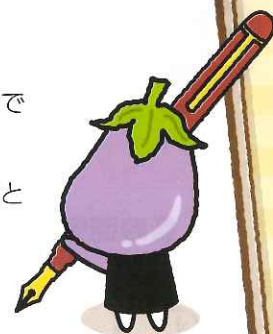
ただし、「時間外労働・休日労働に関する協定」を使用者が労働者の代表※1と締結し、労働基準監督署長に届け出れば、その協定の範囲内でのみ、**例外的に**時間外労働・休日労働を認めています(労働基準法第36条)。

この「**時間外労働・休日労働に関する協定**」が、通称「**36(サブロク)協定**」です！

36協定を結んだからといって、「何時間でも、休日でも残業させてよい」ということはありません。時間外労働・休日労働は必要最小限にとどめられるべきものです。

「**時間外労働は例外なものだ**」ということ、使用者はもちろん労働者も認識することが大切です。

※1 過半数で組織する労働組合もしくは労働者の過半数を代表する者。



### 労働時間

1日8時間  
1週40時間

この法定労働時間を超えて働く場合は、**時間外労働(残業)**となり、割増賃金が支払われます。

(労働基準法第32条)

### 休憩時間

1日の労働時間が、  
・6時間を超える場合は45分以上  
・8時間を超える場合は60分以上  
の休憩が必要です。

(労働基準法第34条)

### 休日

1週間に1日または4週間を通じて4日

この法定休日に働く場合は、**休日労働**となり、割増賃金が支払われます。

(労働基準法第35条)

### 有給休暇

要件※2を満たせば、週1日のアルバイトでも有給休暇がとれます。

※2  
6ヶ月継続勤務かつ全労働日の8割以上の出勤。

(労働基準法第39条)

## 2019年4月施行法改正で

### 時間外労働の 上限規制 ※3

※3 時間外労働の上限(限度時間)は、月45時間・年360時間とし、臨時的な特別の事情がある場合でも、①年720時間、②休日労働を含み単月100時間未満、③休日労働を含み2~6ヶ月平均80時間、④原則である月45時間の時間外労働を上回る回数は年6回までを限度とすることを罰則付きで規定(中小企業への適用は2020年4月)。

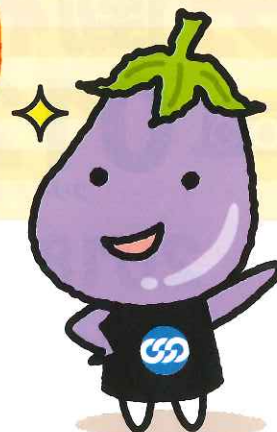
※4 10日以上有給休暇が付与される労働者に対し、使用者は毎年時季を指定して5日取得させることを規定。

※5 月60時間を超える時間外労働への割増賃金率(50%以上)について、中小企業への猶予措置を廃止(2023年4月施行)。

### 年次有給休暇の 取得促進 ※4

### 労働時間の 客観的な把握

勤務間インターバル制度の普及促進、  
中小企業における割増賃金率の  
猶予措置廃止※5などが導入されます！



日本労働組合総連合会 秋田県連合会  
〒010-0001 秋田市中通6丁目7-36フォーラムアキタ内

 **連合秋田**

おかしと思ったら… [連合秋田](#) [検索](#) 【連合秋田】<http://www.rengo-akita.jp/>

中央地域協議会(中央地協) ☎018-833-0505 本荘地域協議会(本荘地協) ☎0184-24-0505  
男鹿潟上南秋地区連絡会(男鹿地連) ☎0185-22-6330