

## 3-2. 仕事中は休憩時間も必要

### Q：どうなる？こんなトラブル！

- ・早く帰りたいので、『休憩時間はいらない』と言ったのですが、上司に聞いてもらえません。
- ・一応、休憩時間は決まっているけど、お客さんの対応でしっかり休めません。

### A：これがルール！

- ・使用者は、1日6時間を超えて労働者を使用する場合、途中で休憩時間を与えなければなりません。たとえ、労働者が「休憩時間はいらない」と言っている場合であっても同様です。
- ・休憩とされている時間帯に仕事をしていて休憩できなかった場合、その時間は労働として扱われます。

### ■休憩時間、きちんと取られている？

休憩時間とは、労働者が労働義務から解放される時間のことをいいます。使用者は、1日の労働時間が6時間を超える場合には、その途中で少なくとも45分間の休憩時間を、8時間を超える場合には、少なくとも1時間の休憩時間を、労働者に与えなければなりません。

1日の労働時間が6時間以下なら、使用者は労働者に休憩時間を与える義務はありません。もっとも、与える義務がないというだけですから、法律を上回る取り扱いとして、就業規則や労働条件通知書に基づき休憩を与えても構いません。

また、労働時間が6時間超の場合は45分、8時間超の場合は1時間というのは、最低限与えなければならない時間ですから、それを超える休憩時間を与えることもできます。

休憩時間は、労働時間の途中であればどこで与えてもいいですし、分割して与えることもできます。60分の休憩時間を45分と15分に分割したり、30分2回に分けて与えられます。

ただし、5分間の休憩時間を細切れに与えるなど、実質上休憩時間といえないような分割は、休憩の趣旨を失わせるので許されません。

休憩は、労働者の心身の負担を緩和するためだけでなく、その後の業務を能率的に実行できるようにする目的もあります。法律上の最低限の休憩時間は、たとえ労働者がいらないと言っても、付与しなければ、使用者は法律違反の責任を問われます。

## ■休憩は全員一斉に

休憩時間は、そこで働く人に対して、一斉に与えるのが原則です。

ただし、使用者が一定の手続きを取った場合と、運輸交通、旅館、商業、飲食娯楽などのサービス業では、全員一斉ではなく、交替で休憩時間を与えることも認められています。

## ■休憩時間は自由に利用を

休憩時間中は、児童養護施設などのごく一部の業務を除いて、労働者が完全に仕事から解放されることが保障されなければなりません。

ですから、休憩時間とされている時間でも、お昼休みの電話当番のように、その時間にお客さんから電話があれば対応しなければならない場合などは、結果として仕事をせずに済んだとしても、休憩を与えたことにはなりません。その時間は労働時間となり、使用者は賃金を支払わなければなりません。

また、休憩時間中は、移動の自由も保障されていますから、外出を禁止することもできません。

ただし、労働者が、使用者の管理する施設の中で休憩するときに、使用者が、使ってもいい場所を指定したり、守らなければならない施設利用上のルールを定めたり、外出するときに届出をさせ、連絡が取れるよう求めたりすることは、法律には違反しないとされています。

休憩時間中とはいえ、守らなければならない就業規則上のルールを破ると、懲戒処分の対象となることもありますから注意してください。