

## 労働時間

### 法定労働時間

労働基準法上の労働時間とは、一般的に使用者の指導監督下にある時間をいいます。作業の準備や後片づけ、研修なども、それが使用者の指示によるものならば、労働時間となります。

労働時間は、休憩時間を除き 1 週 40 時間、1 日 8 時間以内が原則となっています。零細規模(10 人未満)の、商業、映画・演劇業、保健衛生業、接客娯楽業の労働時間については、特例措置として、1 週 44 時間とされています。

### 休憩時間

使用者は、6 時間を超える労働に対しては 45 分以上の休憩時間を、8 時間を超える労働に対しては 1 時間以上の休憩時間を、労働時間の途中で与えなければなりません。

この休憩時間は、すべての労働者に一斉に与えなければなりません。また、自由に利用させなければなりません。(一部の職種、業種や、書面による協定を結んだ場合を除きます)。

この他、残業、割り増し賃金、休日、休暇などについての法律があります。

問い合わせ先 西宮労働基準監督署 0798-26-3733  
兵庫労働局監督課 外国人労働者相談コーナー (対応言語：中国語)  
078-367-9151

注 詳しくは、日本語がわかる人を介してお問い合わせください。