

休憩時間と労働基準法

Q. 従業員から昼休みはいらないので、その分早く帰らせて欲しいとの申し出がありました。昼休みをなくし帰宅時間を早めても良いものでしょうか。

A. 休憩時間は、従業員の肉体的・精神的な疲れを癒すために必要な時間です。会社は労働基準法が定める原則に従って労働者に休憩時間を与えなければなりません。休憩時間は労働時間に応じて次の通り定められています。

- ① 労働時間が6時間以内の場合、休憩は必要ありません。
- ② 労働時間が6時間を超え8時間以内の場合、45分の休憩を与えなければなりません。
- ③ 労働時間が8時間を超えた場合、1時間の休憩を与えなければなりません。必要な休憩時間が与えられていない場合は労働基準法違反となります。労働基準法には「休憩の3原則」が定められています。

1、一斉付与の原則

休憩時間は一斉に与えなければならないという原則です。会社における昼休み休憩などが該当します。ただし、飲食店などの一部業種や労使協定を結んだ場合などは一斉付与の例外があります。

2、自由利用の原則

休憩中は自由に過ごさなければならないという原則です。休憩時間中に電話対応、来客対応を依頼する場合は労働から開放されているとは言えず、手待ち時間として労働時間とみなされます。

3、途中付与の原則

休憩は労働時間の途中に与えなければならないという原則です。労働と労働の合間という意味のため、就業前や就業後に休憩を与えることができません。

今回のケースで労働時間が6時間を超える場合、「途中付与の原則」に従わなければなりません。昼休みをなくし帰宅時間を早めることは認められません。